

กระจกใจ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

“รสของธรรมชาติซึ่งรสทั้งปวง” เราทำบุญกุศล เห็นไหม ถ้าเราตั้งใจทำ ตั้งใจทำ แล้วบุญกุศลเต็มใจเรา เราจะมีความสุขใจ ความสุขใจอันนั้นรสของธรรมชาติ

รสของท่านยังมีความสุขต่างกับที่ว่าความตระหนี่ถี่เหนียว เราสะสมของเราไว้คนเดียวมันไม่มีความหมาย แต่เวลาให้ท่านออกไป รสของท่านซึ่งรสทั้งปวง เห็นไหม รสท่านกับรสตระหนี่มันคู่กัน แล้วรสของศีล เห็นไหม ความปกติของใจ

เราดูสิ เรามีความปกติของใจ เราอยู่ปกติของเราได้ เรามีความสุข แล้วคนที่เขาอยู่ปกติไม่ได้ เห็นไหม เขาต้องวิ่งเต้น เขาต้องทำอะไรไป เขาอยู่ของเขาไม่ได้ เขาเป็นไป นี่เขาไม่ปกติ เราปกติของเรา เราจะมีความสุข

รสของความปกติของใจ ใจปกตินะ หน้าที่การงานเป็นหน้าที่การงาน คนเราทำด้วยความนิงก็ได้ คนเราทำด้วยความหลุกหลิกก็ได้ แล้วแต่คนความสงบของใจ ถ้าใจมีหลักใจมันเป็นอย่างนั้น รสของศีล

“รสของธรรมชาติซึ่งรสทั้งปวง”

รสของธรรมชาติ เห็นไหม มันสละปล่อยวางความผูกพันของใจ สละความตระหนี่ของใจ สละความกังวลของใจ ความกังวล ความผูกพัน ความลึกลับของใจ มันต้องสละออกไป อันนั้นถึงเป็นรสของธรรมชาติ รสของธรรมชาติไปหมักหมมไว้เป็นรสของธรรมชาติตรงไหน?

ความหมักหมมไว้ ความสะสมไว้มันไม่ใช่รสของธรรมชาติ มันรสของความวิปัสสนิกใจ เราคิดของเราขึ้นมาเอง เราตริคของเราขึ้นมา แล้วเราคิดของเราขึ้นมา แล้วมันจะไม่เป็นธรรมตามที่เราเห็นหรือ ถ้าไม่เป็นธรรมตามที่เราเห็น เห็นไหม เราก็จินตนาการออกไป แล้วมันก็หมุนตาม

ความคิดของตัวเองออกไป ตัวเองลากความคิดของตัวเองออกไป แล้วตัวเองได้ประโยชน์อะไรขึ้นมา? มันก็ตามความคิดของเราออกไป

ไก่ เห็นไหม เราได้ไก่มาตัวหนึ่ง เราจะกินไก่ เห็นไหม เขากินเนื้อไก่ เขาไม่กินกระดูกไก่ กระจกใจเขาต้องคัดออก ธรรมะก็เหมือนกัน ธรรมที่มันเป็นประโยชน์ ความสะอาด เนื้อของธรรมเป็นความสะอาด ความสะอาดเป็นความสุขของใจ แล้วความสะอาดมันก็มีด้วย มันมีอะไร? มันมีสิ่งที่ผูกพันมา

เพราะกิเลสมันอยู่ในหัวใจ กิเลสมันฝังอยู่ กิเลสโครงสร้างมันเหมือนกับโครงสร้างของเนื้อ มันอยู่ในหัวใจของเรา เราจะสะอาดออกไป เราจะปลิ้นเอากระดูกออกไปได้อย่างไร? ความที่ปลิ้นเอากระดูกออกไป มันจะต้องเอาออกไป

แต่นี้ไม่อย่างนั้น นี่กินทั้งกระดูกทั้งเนื้อแล้วมันติดคอ เห็นไหม พอมันติดคอขึ้นมา มันก็เสียไป การกินกระดูกทั้งเนื้อเพราะความเราคิด มันไม่เป็นธรรม ถ้าเป็นธรรม ประพฤติปฏิบัติ ธรรมมันจะไม่เสีย ไม่เสียตรงไหน? ไม่เสียตรงที่ว่าเราเชื่อธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง

แก้วสารพัดนึก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งของเรา พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งของเรา เรามีที่พึ่งของเราแล้วเราต้องเชื่อตามที่พึ่งนั้น อันนี้เราเอาอันนั้นมาเป็นเริ่มต้นว่าเราเชื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่เวลาประพฤติปฏิบัติไป เราไม่เชื่อตามหลักพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราไม่เชื่อตามหลักของศาสนธรรม เราเชื่อความเห็นของเรามากกว่า เห็นไหม นี่กระดูกกระดูกติดคออยู่ เราเชื่อความเห็นของเรามากกว่า ความเห็นของเราติดกับอะไร?

มันเป็นความวิตกกังวล เราต้องมั่นใจ ในเมื่อศีลเราบริสุทธิ์ มันจะเกิดความเย็น ความวูบวาบ ความตกในที่สูงอะไรก็แล้วแต่นะ มันเป็นอาการของใจ อาการของใจนี้เป็นทางผ่าน ในเมื่อเป็นทางผ่าน เราจะไปตกใจได้อย่างไร? เราจะผ่านตรงไหนก็แล้วแต่ มันจะมีอาการวูบวาบ อาการเย็นนะ

อาการเย็น ลมพัดผ่านไปมันก็วูบวาบไปหมด ความเย็นลมพัดมาเราก็ต้องเย็น กระทบลมก็ต้องเย็น ความเย็นของการกระทบกระทั่งของเราเป็นอย่างนั้น ความเย็นของใจ เห็นไหม อาการ

ของใจมันคิดถูกใจ มันคิดพอใจ รัสของธรรมมันวูบวาบขึ้นมาในหัวใจ สิ่งนั้นมันก็เป็นอาการของใจ เราจะไปตื่นเต็นกับสิ่งนั้นได้อย่างไร?

สิ่งนั้นนะ ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะพออยู่นะ สติสัมปชัญญะเราตั้งมั่นของเรา ถ้าเราตั้งสติสัมปชัญญะของเราขึ้นมา เรามีสติอยู่พร้อม มันจะไม่มีความเสียหายไปได้เลย สติเราพร้อม ทุกอย่างเข้ามาเราจะเห็นว่าสิ่งนั้นถูกหรือสิ่งนั้นผิด

สิ่งที่สัมผัสนั้นเป็นลมใช่ไหม? เห็นเป็นลมเข้ามา สิ่งที่เป็นความร้อนเป็นไอของแดดเข้ามาเป็นความร้อน เห็นไหม เราเห็น ในเมื่อมีสติสัมปชัญญะอยู่ เราจะเห็นสิ่งที่กระทบกับใจของเรา พอเห็นสิ่งกระทบกับใจของเรา สิ่งที่เกิดขึ้นมามันเป็นธรรมชาติ มันเป็นสัจจะความจริง ความจริงในเมื่อมันกระทบ มันก็ต้องเป็นอย่างนั้น เราจะตื่นเต็นไปกับอะไร?

ถ้าเรามีสติอยู่ มันจะพร้อมอยู่ แล้วความเห็นของเรา เราเห็นแล้วเราต้องเชื่อ เชื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เห็นไหม หลวงปู่ดูลย์บอกไว้ละ “ความเห็นนั้นเห็นจริง แต่สิ่งที่เห็นนั้นนะสิ่งที่เห็นนั้นไม่จริง” ความเห็นนั้นเห็นจริง เห็นนิमित ความเห็นของตัวไม่จริง ความเห็นของตัวคิดว่ากระจกนั้นเป็นเนื้อ กระจกนี้เป็นอาหาร กระจกนี้กินได้ เห็นไหม ความเห็นของตัวเห็นจริง เห็นกระจกจริง แล้วเข้าใจผิดจริงว่ากระจกนั้นเป็นเนื้อ แล้วเอากระจกนั้นกลืนเข้าไป

เห็นไหม เห็นจริง แล้วเอาความเห็นนั้น เชื่อความเห็นของตัว เอาความเห็นของตัวกลืนเข้าไป ความเห็นของตัวเข้าไปขัดกับตัวเอง ความวิตกกังวลของตัว ความวิตกกังวล ความพะรุงพะรังของตัวเอง มันเป็นความเห็นของตัวเอง แล้วพะรุงพะรังมันก็ย้อนกลับเข้าไปในความคิดของตัวเอง แล้วไปยึดมันตรงนั้น มันไม่รวมลง มันสลัดออกไม่ได้

ความที่สลัดออกไม่ได้ มันก็ย้อนเข้าไป ความคิดมันหาทางออก มันเบี่ยงออก ความเบี่ยงออกก็ว่าสิ่งนั้นเห็นนั้นเป็นเทพ เป็นเสียงกระซิบ เป็นเสียงของเทวดา เป็นผู้วิเศษไปเลย กลายเป็นผู้วิเศษไปเลย ไม่ใช่ผู้ปฏิบัติธรรมแล้ว

ผู้วิเศษไม่มี เห็นไหม กิเลสไม่มีวิเศษ ธรรมะเป็นความสงบดับเย็น ไม่มีสิ่งที่สอง ไม่มีสิ่งที่รับรู้อีกต่างหาก ไม่มีสิ่งที่เข้ามา อันนั้นมันมีอยู่จริงตามหลักสัจจะความจริง

จิตวิญญาณนี้มีอยู่แน่นอนโดยธรรมชาติของเขา เขาอยู่ของเขานะ สัมภเวสี จิตวิญญาณแสวงหาที่อยู่ สัมภเวสีของเขา เขาไม่เกี่ยวอะไรกับเราหรอก เราต่างหากเป็นผู้วิเศษ เราต่างหาก

เป็นผู้ที่ทำคุณงามความดี เราต่างหากเป็นผู้ทำบุญกุศล แล้วเราสละบุญกุศลให้เขา เราเป็นคนให้เขา เขาเป็นคนรับ ในเมื่อเขาได้รับบุญกุศลจากเราแล้ว ทำไมเราต้องไปเคารพนบนอบเขา?

เราไม่เคารพนบนอบเขาเลย เขาต่ำกว่าเรา เราต่างหากทำคุณงามความดีได้ เราต่างหากมีสัมปชัญญะ ตามถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเชื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ได้ เราสามารถแก้สสารพัตติกได้ เราสามารถแก้ใจของเราได้ ถ้าเราแก้ใจของเราได้ เราทำใจของเราได้ ความพะรุงพะรังของใจต้องหลุดออกไป ความพะรุงพะรังของใจมันก็มีความสุขมีความสงบเย็น

นี่ธรรม รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง รสของธรรมต้องเป็นรสตามความเป็นจริง เห็นใหม่ ตามความเป็นจริงเราต้องสัจจะ เราต้องสัจจะตรงนี้ เราแก้ไขให้หนึ่ง เราไม่เสียหายไปนะ เราไม่เสียหายไปจนมันเป็นหลักประกันอันนี้ ประโยชน์แล้ว ๑.

๒. ปฏิบัติแล้วเราเสียหายไปนะ มันน่าสลดสังเวช สลดสังเวชตรงไหน? ตรงที่เราอยากได้มาก อยากเป็นก่อน อยากรู้ก่อน อยากเข้าใจก่อน แล้วจินตนาการไป

มันเก็บไว้ดี...เราทำไม่ได้ เราทำแล้วมันไม่ได้ผล ก็หน้าที่เราทำไป ภูเขาทั้งลูกเขายังเจาะได้ เห็นไหม เขาเจาะภูเขาทั้งลูก แม้แต่แค่มีสิ่วกับค้อนเท่านั้น สามารถเจาะภูเขาทั้งลูกเจาะไปได้ด้วยความเพียรของเขา

เราทำคุณงามความดีของเรา ความเพียรของเรา นี่มันอยากได้ก่อน มันคิดก่อน มันอยากจินตนาการก่อน มันเป็นความจินตนาการของตัวเอง ได้ไม่ได้มันไม่ใช่หน้าที่ของเรา...

หน้าที่ของเราคือหน้าที่ของเราผู้ประพฤติปฏิบัติธรรม หน้าที่ของเราคือทำความเพียรของเรา หน้าที่ของเราคือสะสมบุญกุศลของเรา หน้าที่ของเราคือหน้าที่รักษาพลังงานความร้อนของเรา น้ำมันจะเดือดเอง เห็นไหม เราใส่ฟืนใส่ไฟ หน้าที่ของเราหน้าที่ใส่ฟืนใส่ไฟ น้ำจะเดือดไม่เดือดนี้ มันอยู่ที่อำนาจวาสนาบารมีของแต่ละบุคคล บางคนรู้เร็วเห็นเร็ว บางคนรู้ช้าเห็นช้า บางคนลำบากมากกว่าจะรู้ บางคนลำบากมากแล้วไม่รู้

ไม่รู้มันก็เป็นบุญกุศล การปฏิบัติบูชาเป็นบุญกุศลอย่างยิ่ง...

การให้ทาน การถือศีลนะ ทาน ศีลแล้วประพฤติปฏิบัติ การประพฤติปฏิบัติสำคัญที่สุด เพราะ! เพราะกว่าเราจะเอาใจของเรามาได้ ความศรัทธาของใจ เห็นไหม เรามีความศรัทธาเราถึง เริ่มต้นจากแสวงหา แล้วเราถึงว่าไปแลกเปลี่ยนมา แลกเปลี่ยนมันถึงได้สละทานออกมา

อันนี้มันลากใจ เห็นไหม พอความพอใจขึ้นมามันลากตัวของเร้าขึ้นมา มันลากความเห็นของเราเข้าไปทั้งหมด นี่ความศรัทธา ความศรัทธาอันนั้นมันเป็นประโยชน์ที่จะลากเราเข้ามาทำความเพียร

นี่ความศรัทธานี้เราประพฤติปฏิบัติ เราศรัทธาแล้วเราถึงลากหัวใจเข้ามา ลากกายเข้ามา ลากหัวใจเข้ามาสิ เพราะอะไร? เพราะเรานั่งอยู่เฉยๆ ใจไม่อยู่กับเรา ใจมันไปรื้อยแปดพันประการ แล้วไปจินตนาการไปเห็นสิ่งต่างๆ ความเห็นนั้นก็มาหลอกตัวเองๆ

ไม่ต้องการ...นิมิตไม่ต้องการ นิมิตถ้าต้องการ ต้องการเป็นสติปัญญา ๔ การพิจารณาสติปัญญา ๔ เท่านั้นมันจะเป็นหลักความจริง ถ้าพิจารณาสติปัญญา ๔ เห็นไหม หลักความจริงมันก็จะมาแก้ไขใจของเราได้ มันแก้ไขใจของเราเพราะอะไร?

เพราะใจของเราไปติดข้องตรงนั้น สิ่งที่ติด สิ่งที่พระพุทธเจ้าให้ประพฤติปฏิบัติไม่ทำ ไปมั่งง่าย ไปอยากได้ก่อน ไปจินตนาการของตัวเองขึ้นมา

นั่นนะเนื้อไก่มี ไก่ทั้งตัวเนื้อมีหมดเลย ไม่เห็นเนื้อของไก่ เห็นแต่กระดูกไก่ แล้วพยายามจะกินกระดูกไก่ เสกสรรให้กระดูกไก่เป็นเนื้อไก่เป็นไปไม่ได้ เนื้อของไก่มันเป็นสิ่งที่ว่ามันเป็นสิ่งที่เสียหายได้ มันเป็นสิ่งที่เป็นแบบว่ามันเนาได้ มันบุคได้ แต่กระดูกของไก่มันคงทนถาวร

นี่เหมือนกัน ความเห็นของเราจับขึ้นหัวใจ เนื้อของไก่มันจับต้องได้ยากใจ ความเห็นของธรรม ธรรมเวลาเกิดขึ้นมา อารมณ์ที่เกิดขึ้นมา ความคิดความชั่วเกิดขึ้นมา มันจับต้อง มันฝึกลงไป มันเร็วมาก มันกลับมา นั่นเป็นธรรม แต่ความผูกโกรธ ความมักมาก ความคิดของเรามันเป็นกระดูก มันเป็นโครงสร้างของใจ นี่มันจับตรงนี้ได้แล้วมันก็ติดอยู่ตรงกระดูกไก่ มันไม่เห็นเนื้อของไก่ มันไม่เห็นเนื้อของธรรมใจ มันวิปัสสนาไปไม่เดินใจ

พอวิปัสสนาไปไม่เดิน มันก็ทำให้เราเสียหายไปได้ ถ้าเราเสียหายไปได้ ความเสียหายของเรา เราทำของเราเอง มันนำสลดสังฆะที่ว่าเราประพฤติปฏิบัติธรรม เราเข้ามาถึงขนาดนี้แล้วทำไม ... (เทปสิ้นสุดเพียงเท่านี้)