

## ออกพรรษา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากค อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ออกพรรษา ถ้าเราจะเริ่มต้นเข้าพรรษามา เราก็เริ่มทำความเพียรกันมาในพรรษาหนึ่ง รอดพ้นพรรษาไปเพราะว่าพ้นพรรษาไป เห็นใหม่ ทำความเพียรกันในพรรษาหนึ่งก็สร้างคุณงามความดี ตั้งกติกาไว้ให้กับตัวเองว่าเราจะทำคุณงามความดีอย่างไร เพื่อคุณงามความดี เพื่อเป็นสมบัติของใจ ใจนี้กินบุญกุศลเป็นอาหาร บุญกุศลนี่เป็นการสะสมใจให้ใจเกิดในภพที่ดีคติที่ชอบ ในภพที่ดีคติที่ชอบที่มันต้องเวียนตายเวียนเกิดไปอีก นี่เราทำบุญกุศลเพื่อตรงนั้น

แล้วออกพรรษาแล้วนี่ เราคิดว่าออกพรรษาแล้วเราจะทำตัวตามสบาย ถ้าเราจะเอาคุณประโยชน์กับเราเองนะ ออกพรรษาแล้วมันก็เริ่มต้นเห็นใหม่ พระออกพรรษาแล้วพระก็ออกวิเวก ออกเที่ยวในป่าไป ทำคุณงามความดีมันไม่สิ้นสุด มันไม่สิ้นสุดที่ว่าหมดเวลาแล้วเราก็จะหยุดหมดเวลาไป เพราะเวลากิเลสมันเกิดขึ้นมาในหัวใจนี้ ใจเกิดขึ้นมามันมีอยู่ตลอดเวลา ความสุขความทุกข์ในใจนะ มันต้องกินอาหารไปตลอดเวลา

เราทำคุณงามความดีนี้ ทำคุณงามความดีตลอดเวลาเพื่อพัฒนาใจของเราขึ้นไป ใจของเรามันเติบโตขึ้นมา มันมีความสุขความทุกข์ไปตลอด มันไม่เคยตาย มันหาอาหารของมัน มันพยายามเร่ร่อนของมันไป ถ้าเราปล่อย เอาเฉพาะในพรรษา เหมือนกับกลางวันกับกลางคืน ช่วงกลางวันเราทำคุณงามความดีเสวยสุข กลางวันเรามีแต่ความทุกข์ กลางวันหรือกลางคืนก็ให้มีความสุขตลอดไป ออกพรรษาเข้าพรรษานี้เป็นสมมุติเฉย ๆ

แต่คุณงามความดีของเราเนี่ย เราต้องสร้างสมของเราตลอดไป ถ้าเราสร้างสมคุณงามความดีตลอดไป เราจะได้คุณงามความดีตลอดไป คุณงามความดีให้ผลเป็นของดี ผลจะเป็นดีได้เพราะว่าเราทำดีให้กับใจตัวเอง อันนั้นเราเริ่มต้นเห็นใหม่ ไม่ใช่ออกพรรษาแล้วจะสบายใจนะ ออกพรรษา

แล้วเราก็จะตามสะดวกสบายของเราไป ไปเรื่อยเรื่อยของเรา อันนั้นมันเป็นเรื่องว่า มันเหมือนกับว่ามันไม่คุ้มค่าไ้ คุ้มค่าว่าเราอดสำหรับตั้งสติสัมปชัญญะ ระลึกรู้สึกตัวตลอดเวลา เราะลึกรู้สึกตัวได้ เราทำคุณงามความดีได้ เราเริ่มต้นสร้างบุญกุศลของเราได้

แล้วเราออกไปแล้วนะ เราจะปล่อยไปตามยถากรรมทำไม เราจะปล่อยจิตของเราไปตามยถากรรมอย่างนั้นหรือ? ตามยถากรรมมันก็ไปตามกิเลส กิเลสอยู่ในหัวใจของสัตว์โลก ถ้าทำตามใจของตัวเองก็ทำตามใจของสัตว์โลก แล้วมันก็เคยไป เห็นไหม มันจะกินคำใหญ่ไปเรื่อยรสชาติของอาหารมันต้องเพิ่มรสเข้มข้นตลอดเวลา

อันนี้ก็เหมือนกัน ทำคุณงามความดีมันก็ทำคุณงามความดี เพื่อจะยกตัวเองขึ้น ถ้ามันไม่ทำคุณงามความดีมันก็ไปประสามัน ประสามันก็ต้องทำให้มากกว่า ให้รุนแรงกว่าตลอดไป นั่นนะมันไหลไปตกไปในที่ชั่ว ตกไปในอำนาจของมัน กิเลสมันไม่เปิดให้เราทำคุณงามความดีหรือ กิเลสมันไม่ทำให้เรามีความสุขขึ้นมาได้หรือ กิเลสคือความพอใจของใจ ความพอใจของใจถ้ามันอยู่ปกติของมัน มันก็ทำให้เนิ่นช้า เนิ่นช้าไปในวิภวภูเขานั้น เนิ่นช้าไปในชีวิตนั้น

ชีวิตนี้ไม่มีต้นไม่มีปลาย การเกิดและการตายเป็นทุกอย่างยิ่ง เป็นทุกข์มากเลย แต่เราไม่เห็นกันว่าเป็นทุกข์อย่างมาก สังขธรรมสอนอย่างนั้น แต่การเกิดการตายของเราขึ้นมา ถ้าเรามีการเกิดการตายขึ้นมาในครอบครัว เราก็ว่าเกิดขึ้นมาเป็นคุณงามความดี เวลาตายขึ้นมาเป็นความทุกข์ เสรีาโศกเสียใจ มันก็เป็นเหมือนกัน มีคุณค่าเท่ากัน การเกิดขึ้นมามันก็ตายจากภพชาติเก่าขึ้นมา เกิดเป็นมนุษย์ เห็นไหม ตายจากมนุษย์ไปก็เกิดเป็นภพชาติใหม่

การเกิดและการตายนี้เป็นทุกอย่างยิ่ง เป็นทุกข์สำหรับผู้ที่เวียนตายเวียนเกิด แต่ผู้รู้สังขธรรมแล้ว มันก็แค่การเปลี่ยนสภาวะ เปลี่ยนสภาพเฉย ๆ มันเปลี่ยนสภาวะไปเฉย ๆ มันเป็นสมมุติ มันต้องเกิดต้องตายอยู่อย่างนั้น แล้วมันจะเปลี่ยนอยู่อย่างนี้ตลอดไป มันก็สะสมความทุกข์ไปให้กับหัวใจของเรา

นี่ก็เหมือนกัน ความเกิดและความตาย เห็นไหม การเข้าพรรษา การออกพรรษา มันก็เหมือนกัน มันเป็นคติเริ่มต้นของเราทำคุณงามความดีของเรา แล้วออกพรรษาแล้วนี้ มันก็จะไปตามประสาหัวใจ หัวใจมันจะไปตามประสาของมัน มันเป็นไปตามประสาของมัน มันก็เป็นไปตามอย่างนั้น

เราถึงต้องฝืนตั้งแต่เดี๋ยวนี้ไง ตั้งกติกาไว้ว่า ทำคุณงามความดีของเราแล้ว เราจะทำคุณงามความดีของเราตลอดไป ต่อเนื่องต่อไป เราจะทำคุณงามความดีต่อเนื่องต่อไป มันจะเป็นวัตถุให้เป็นวัตถุไปก่อน พอเป็นวัตถุไปก่อนนี้มันจะเข้าถึง มันจะคัดแปลงใจให้เป็นนิสัยใจ เป็นนิสัยเคยทำ พอเป็นนิสัยเคยทำมันก็เข้าเรื่องของใจ เพราะใจเป็นเรื่องของจิตนิสัย จิตนิสัยออกมาจากใจ

ถ้ามันไม่ออกมาจากใจนี้ ความคิดคนทำไมมันต่างกัน มันต่างกันที่ความคิด ความคิดของคนต่างกันแล้วการกระทำก็ต่างกัน แล้วย่ำคิดย่ำทำบ่อยเข้ามันก็เป็นจิตนิสัย แล้วมันสะสมมาไม่มีต้นไม่มีปลาย คำว่า “ไม่มีต้นไม่มีปลาย” มันสะสมมาตลอด มันถึงว่าเป็นจิตนิสัยของเราออกไป

แล้วถ้าเราทำเป็นจิตนิสัยขึ้นไปนี้ ความเคยชินของเรา จิตนิสัยเราอยู่ใกล้กับศาสนา อยู่ใกล้กับธรรม อยู่ใกล้กับศีลธรรม ศีลธรรมเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงหัวใจ ศีลและธรรมเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงหัวใจ เป็นเครื่องกั้นกิเลส กิเลสมันเป็นไปตามธรรมชาติของมัน ถ้าเราเอาศีลและธรรมเข้าไปแนบกับใจไว้ไม่ให้ใจไปตามอำนาจของมัน เอาแนบกับใจนี้เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงของใจ

แล้วศีลและธรรมนี้เป็นศีลธรรมที่ออกมาจากว่าเป็นสุตมยปัญญา เป็นการศึกษาเล่าเรียนมาเป็นบังคับตนก่อน บังคับตนจนเป็นจิตนิสัยนี้มันเป็นความเคยชิน ความเคยชินนี้ใจกับศีลธรรมมันก็เป็นเนื้อเดียวกัน เป็นเนื้อเดียวกันแล้วมันทำความสงบเข้าไปถึงข้างในนี้มันเป็นความปกติของใจ ใจทำงานเป็นปกติของใจ มันทำของมันได้ ถ้าทำของมันได้นี้มันพอใจ แล้วมันพอใจ เห็นไหม เราก็ดีขึ้นพัฒนาขึ้น มันยับยั้งชั่งใจได้ แต่ก่อนนะมันไปจนหมดเนื้อหมดตัวแล้ว มันวิ่งไปคิดไปจนเต็มทีของมันแล้ว เราค่อยมารู้ทีหลังว่า เรานี้คิดผิดคิดพลาดไป

แต่ถ้าเราทำของเราเคยชินขึ้นมา พอมันจะกระดิกขึ้นมา มันบอก “เรานี้มีอารมณ์โกรธแล้ว เรานี้มีความรู้สึกผิดพลาดออกไปแล้ว” เห็นไหม มันเตือนสติของเราได้ ถ้ามันเตือนสติของเราได้ นั่นนะมันเป็นสมบัติของเราที่เป็นจรตนิสัยที่เราสร้างสมขึ้นมา มันถึงต้องสร้างสมขึ้นมาของใครของมัน แล้วเปลี่ยนจรตนิสัย

นี่ศีลธรรมอยู่ในหัวใจ แล้วมันตายไปกับใจ ใจเวลาเกิดเวลาตายมีศีลธรรมเท่านั้นหล่นเลี้ยวใจไป สมบัติรักษาไว้ในโลกนี้เป็นสมบัติรักษาไว้ในโลกนี้ เป็นปัจจัยเครื่องอยู่อาศัย ปัจจัยเครื่องอยู่อาศัยทำให้สะดวกสบายขึ้นมา...เห็นด้วย ทำให้สะดวกสบายขึ้นมา ถ้าคนที่คิดว่าเป็นเจ้านายเขา แต่ถ้ามีความคิดเป็นทาสของเขา เห็นไหม สิ่งนั้นมันมีอำนาจเหนือเรา มันกดใจให้หนักหน่วงไปกับนั้น กดใจของเราให้ต่ำต้อยไปกับสมบัติคุณค่านั้น

ถ้ากดใจของเราออกไปถึงคุณค่านั้น คุณค่านั้นจะมีความทุกข์มาก ความทุกข์มากในการที่ว่า มันคงที่ของมันขนาดนั้น แต่เราก็ต้องคิดไปข้างหน้า คิดไปข้างหลัง เป็นอดีตอนาคต ต้องการหรือว่าต้องการไม่ให้เป็นไป หรือต้องการให้มากกว่านั้น มันเป็นการว่าเบียดเบียนตนเอง มันเบียดเบียนใจ สมบัติมันไม่ได้เบียดเบียน สมบัติมันเป็นสมบัติอยู่อย่างนั้น สมบัติมันก็อยู่ที่ที่เราเก็บรักษาไว้

แต่ทำไมมันมาเบียดเบียนใจของเราล่ะ? เพราะใจของเราคิดถึงมัน ใจของเราไปเบียดเบียนของมันเอง ถ้าใจเบียดเบียน เห็นไหม ใจเบียดเบียนเราเอง เราไม่รู้รู้สึกตัวเลย แต่ถ้าศีลธรรมนี้มันเข้าใจปั๊บ มันไม่เบียดเบียนตน สมบัติก็เป็นสมบัติ เข้าใจว่าเราใช้มัน เราใช้สมบัตินั้นเป็นอย่างนั้น

แต่ศีลธรรมในหัวใจของเราทำให้เราพัฒนาขึ้น เราเป็นคนโตขึ้นมา เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ขึ้นมา ไม่ใช่เด็ก ๆ เหมือนแต่เก่า แต่เก่านี้ใจเป็นเด็ก ใจนี้ไม่รู้จักใจของตัวเอง ใจนี้เดินลุ่มลุกคลุกคลานไป ลุ่มลุกคลุกคลานไปตามประธานาณาจของกิเลสที่มันจะพาไป มันมีอำนาจวาสนาเหนือเรา แต่มันไม่มีอำนาจวาสนาพาเราไปเกิดในดีในชั่วหรืออก มันมีแต่ทำให้เราตกต่ำไปเท่านั้น แล้วเราก็เป็นเด็กไปด้วย อยู่ใต้อำนาจของเขา ให้เขากดขี่ข่มเหงไปตลอดเวลา

แล้วเราทำใจของเราขึ้นมาใหม่ คีลและธรรม เห็นใหม่ มันทำให้เราก้าวขึ้นมาใกล้กับศาสนา แล้วเรายอมตัวลงประพฤติปฏิบัติ ถ้าเรายอมตัวลงนี้หงายภาชนะ ถ้าเราไม่ยอมตัวเราลงไป เห็นใหม่ มันปิดภาชนะไว้ คีลธรรมก็มีอยู่อย่างนั้นนะ คีลธรรมมีอยู่คงที่คงวา แต่เราไม่ได้ประโยชน์จากคีลธรรมนั้นเลย เพราะอะไร? เพราะเราปิดกั้นหัวใจของเรา เราไม่ยอมตัวเราลงยอมรับสิ่งนั้น

ถ้าเรายอมรับสิ่งนั้น ยอมตัวเราลงไปขึ้นไป มันจะหงายภาชนะนี้ขึ้นมา ถ้าหงายภาชนะขึ้นมา มันก็เป็นประโยชน์กับเรา มันจะเป็นประโยชน์กับเราเพราะเราหงายภาชนะขึ้นมา มันรองรับได้ มันถึงเป็นเนื้อเดียวกับใจได้ ถึงว่าเริ่มต้นวันนี้อย่าคิดว่าออกพรรษาแล้วเราจะสะดวกสบาย ออกพรรษาแล้วเราจะวางสมบัตินั้นคืน คีลธรรมนี้คืนพระคืนเจ้าไป ให้พระเจ้าเป็นคนรักษาปรารณาไป

เราคืนพระคืนเจ้าไป การประพฤติปฏิบัตินี้ต้องพระเป็นผู้ปฏิบัติ... ไซ้ ถ้าพระไม่ทรงศีลทรงธรรมแล้วมันก็ไม่มีหลักเกณฑ์ของหลักศีลหลักธรรม พระต้องทรงศีลทรงธรรม ทรงสมาธิ ทรงปัญญาขึ้นมา พระถึงจะทรงได้ พระเป็นนักรบขึ้นมา แต่ก็เป็นสมบัติของพระไม่ใช่สมบัติของเรา ถ้าเราจะมีสุขมันก็ต้องเป็นสมบัติของเราไซ้ใหม่ เวลาเป็นสมบัติเราอยากได้ความสุขความเจริญ แต่เวลาหน้าที่การกระทำเรายกให้พระเป็นหน้าที่การกระทำ

พระก็ต้องทำของพระอยู่แล้ว แต่ของของเราเราทำขึ้นมา เราทำของเราก็เป็นของของเรา ถ้าพระทำเป็นของพระ พระก็มีความสุขของพระไป มีความสุขในบุญกุศลของเรา เป็นเนื้อนาบุญของเรา เราทำบุญกุศล เราทำบุญกับพระกับสงฆ์นั้น เห็นใหม่ เห็นสมณะเป็นที่สุขใจอย่างยิ่ง เห็นสมณะจากภายนอก แล้วเห็นสมณะจากในหัวใจของเรา ความสงบของใจ เราเห็นใจของเราเป็นความสงบ เราเห็นใจของเราเป็นสมณะขึ้นมา

แล้วในพรรษาหนึ่ง ในการประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เราจะทำความผิดความพลาดอะไร ขึ้นมาก็แล้วแต่ วันนี้วันมหาปวารณา วันที่การขอโทษขอภัยต่อกัน เราถึงว่าควรจะทำ ถ้าเราทำ ในพรรษาหนึ่งเราทำผิดพลาดอะไรไว้ ออกพรรษาแล้วควรจะทำปวารณา ควรจะขอโทษกรรมต่อกัน การขอโทษกรรมต่อสงฆ์ สงฆ์นี้เป็นสงฆ์หมู่ใหญ่ สงฆ์นี้ขอโทษกรรม สงฆ์คณะไหนก็

แล้วแต่ขณะนั้นติเตียนกันได้ เรายอมตัวลงขนาดที่ว่าให้เขาติเตียน ให้เขาเตือนเราได้ นี่มันเป็นการ  
ขอขมาต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

ในการประพฤติปฏิบัติของเรา เราอาจจะทำผิดพลาดโดยที่ตัวไม่รู้ตัว กิเลสในหัวใจของเรา  
ทำให้เราผิดพลาดได้ เราไม่รู้สึกตัวเราหรือ เราว่าเราทำคุณงามความดี เรายกษาสติสัมปชัญญะอยู่  
ตลอดเวลา แต่กิเลสเนี่ยเวลามันพลัดพรากมันทำให้เราผิดพลาดไป อันนั้นเราถึงว่าเราขออภัยสิ่งที่ว่า  
เราไม่รู้ สิ่งที่ว่าเรารู้เราก็จะพยายามไม่ทำ ไม่ทำให้มันเป็นบุญกุศล ให้บาปอกุศลนั้นอยู่กับหัวใจ  
เรา เราพยายามทำบุญกุศลนั้นให้เป็นกุศลของเรา ถึงว่าให้เริ่มต้นทำ ต่อไปนี้จะให้ทำปวารณา ให้  
ทำขอขมานะ เอ้า! เริ่มต้น เอวัง