

ฤดูกาล

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากคต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เรารู้จักหาที่พึ่ง เวลาอากาศหนาวเราก็หาความอบอุ่นให้ร่างกาย อากาศมันเปลี่ยนแปลงนี้ เราเห็นภาพชัดเจน แต่ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์เรามองไม่เห็น ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความเปลี่ยนแปลงของใจ แล้วเราจะหาอะไรเป็นที่พึ่ง นี่แหละบุญกุศลเป็นที่พึ่ง ที่พึ่งแบบนี้ เขาจะ ปฏิเสธไม่ปฏิเสธมันเรื่องของเขา เขาปฏิเสธว่ามันทำบุญก็ได้เท่านั้นนะ ไม่ได้ประโยชน์กับเขา

อันนั้นเป็นเรื่องที่เขาว่า เป็นเรื่องที่เขาว่าเพราะอะไร? เพราะเขานาน ๆ ทำหนหนึ่ง มันไม่เคยซึ่งใจ ถ้าเราทำบ่อยของเราเข้านี้มันจะมีความซึ่งใจ มันจะมีความอบอุ่นใจ ความอบอุ่นของใจ นั้นนะ มันเคยทำของเรา เราทำความดี เห็นไหม คนที่ทำความดีเปรียบเหมือนมือที่ว่ามีแผล มือที่ไม่มีแผลนี้มันจะลงไปทำอะไรก็ได้ ถ้ามือมีแผล ยาพิษนี้เราไม่สามารถจะเข้าไปจับได้ มือที่ไม่มีแผล หัวใจที่มันทำความสงบของใจไว้ หัวใจที่มันมีความสละระจจะออกไปจากใจ นั้นนะมัน ทำให้จิตใจนั้นปกติ จิตใจอบอุ่นอบอุ่นอย่างนั้น

แต่คนมองไม่เห็น มือที่เป็นแผลเห็นไหม ลงไปในน้ำเกลือมันก็เสบแล้วอย่าว่าแต่ลงไป ในยาพิษเลย ใจที่มันว่าแห้ว ใจที่มันสกปรก ใจที่มันอะไรนี้ มันก็บาดหัวใจของตัวเอง นั้นมัน บาดหัวใจตัวเองแล้วมันก็ปฏิเสธว่าทำไม่ได้ นี่บุญกุศลมันมองไม่เห็นตรงนั้น ถ้าเราบุญกุศล มองเห็นแต่ความเห็นของใจ เห็นไหม บุญกุศลคนที่ทำขึ้นไปนี้ ความละเอียดอ่อนหญ้าปากคอกนี้ เราไม่เห็นหรอก

เวลาฟังธรรมขึ้นมาเนี่ย ความหลุดพ้นทั้งหมด เวลาหลุดพ้นใจหลุดพ้นออกจากอวิชชา หลุด พ้นนี้ ปฏิกิจสมุปปาท เห็นไหม อันนั้นเป็นความจริง มันถึงที่สุดเราต้องเป็นไป แต่ถ้าไม่ถึงที่สุด ใ้อหญ้าปากคอกนี้ ใ้อความเข้าถึงธรรมนี้ ใ้อนี้ลำบาก หญ้าปากคอก เห็นไหม จุดหมายเริ่มต้น เรา

ทำปฏิบัติกันนี้จุดเริ่มต้นทำยากที่สุดเลย จุดเริ่มต้นเริ่มต้นกันที่ไหน เอาแต่ที่สุด เอาแต่ความพ้นทุกข์กัน แต่จุดเริ่มต้นเราไม่มี จุดเริ่มต้นกันนี้ ทาน ศีล ภาวนา ถ้ามีทานขึ้นมา ได้สละออกไปจากหัวใจนี้ คนไม่เคยทำนะมันก็มีความพอใจแล้วยังได้ฟังธรรม เห็นใหม่

ธรรมคือความไม่รู้ ความไม่เข้าใจของใจ ใจมันไม่เข้าใจสิ่งใด ๆ เลยนี้ มันก็ได้ความเข้าใจ ความเข้าใจในอะไร? ในเหตุในผลของมัน ในความเข้าใจของเรื่องวิชาชีพ ความเข้าใจของโลก เป็นความเข้าใจของโลกนะ เราศึกษาเล่าเรียนเข้ามาขนาดไหน เราศึกษาเรื่องนอกตัวทั้งหมดเลย ความเห็นของเราเป็นความเห็นนอกตัว เพราะอะไร? ความเห็นนอกตัวแสวงหาเพื่อให้ตัว เพื่อความเห็นของตัวเอง เพื่อตัวจะได้มีที่พึ่งอาศัย

แต่ไม่ได้คิดว่า ความที่พึ่งอาศัยของใจนะ ความแสวงของใจ ใจที่พึ่งอาศัยมันไม่พึ่งอาศัยถึงนั้นหรือ สิ่งนั้นพึ่งอาศัยไม่ได้ มันอาศัยชั่วคราว มันอาศัยเรื่องของกาย เรื่องของร่างกาย อาศัยเรื่องวัตถุเป็นที่อยู่อาศัย เรื่องของใจมันเรื่องของความอบอุ่นของใจ จะทุกข์ร้อนจะเดือดร้อนขนาดไหน ถ้าใจมันอบอุ่นนะ มันอยู่ที่ไหนมันอยู่ด้วยความพอใจ แต่ถ้าอยู่ในความที่เรามีสมบัติทุกอย่างพร้อมสมบูรณ์ แต่ถ้าหัวใจมันทุกข์ยาก หัวใจมันก็เร่าร้อน

นี่ตรงนี้เป็นจุดเริ่มต้น เป็นบาทฐาน เป็นบาทฐานที่ว่าความเข้าใจว่า เราเห็นความเศร้าหมองของใจ เห็นความฟ่องใสของใจ เห็นใจเป็นเริ่มต้น ใจนี้เป็นสัมมาสมาธิ ถ้าจิตนี้มีความสงบ มีความสัมมาสมาธิ จิตนี้จะเป็นที่พึ่งได้ ถ้าจิตเราไม่มีความสงบเลย เราคิดไปขนาดไหนนะ มันก็เหมือนกัน มันเป็นอาการ เป็นเงาเงาเงากับตัวคนละอันกัน เราขึ้นอยู่ในแค่นี้ เราขึ้นอยู่สภาพไหนเงาสภาพนั้น แต่นี่มันเป็นสภาพนั้น เห็นใหม่ แต่ความจริงแล้วนี่เพราะอะไร? เพราะว่าเราขยับตัวทางไหน เงาก็ขยับตัวตามเรา อันนี้เป็นเหตุที่ว่ามันเป็นวัตถุที่จับต้องได้

แต่ความเป็นจริงของใจ เงาของใจมันร้ายกว่าใจ เพราะเงาของใจมันสร้างภาพของมันขึ้นมาแล้ว ร่างหัวใจมันขึ้นอยู่เฉย ๆ หัวใจมันตั้งมันอยู่ แต่เงานั้นมันกระชากไปก่อน เห็นใหม่ เงาของใจไม่เหมือนเงาของร่างกาย เงาของร่างกายนี้มันเฉพาะอาศัยแสงสะท้อนของร่างกายเท่านั้น แต่เงา

ของใจมันร้ายกว่าใจเพราะอะไร? เพราะมันปรุงแต่งแล้วมันคิดมากของมันไป มันสร้างสมความคิดของมันขึ้นมา แล้วมันก็ลากหัวใจนี้ไป

นี่มันลากหัวใจนี้ไป จุดเริ่มต้นนี้ พอลากหัวใจไปนี้ มันก็ว่าแห้ว มันก็คิดว่า สิ่งนั้นจะเอาอะไรเป็นที่พึ่ง สิ่งนั้นจะเอาอะไรเป็นบาทฐาน สิ่งนั้นจะเอาอะไรเป็นที่อาศัย เห็นไหม มันวิ่งตามเงาไปนะ เงา... ฟังคำว่า “เงา” เงาที่จับต้องไม่ได้ เงาที่มันเป็นเงา พอแสงสว่างขึ้นหรือแสงมันเข้าไป เงานั้นต้องหายไป เงาเป็นที่พึ่งไม่ได้ แล้วใจคิดแบบนี้นั่นนะ มันว่าแห้วไหม ใจคิดแบบเงา แล้วเงามันก็พึ่งไม่ได้ มันเป็นอนิจจัง

สิ่งที่เป็นอนิจจัง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา มันเกิดขึ้นวนไปวนมาอยู่อย่างนั้นนะ ฤดูกาลข้างนอกเราสามารถจะหลบหลีกได้ เราหาเครื่องอยู่ได้ แต่ฤดูกาลของโลก โกรธ หลงที่มันเกิดดับ ๆ เห็นไหม แล้วฤดูกาลของภพชาติที่มันเวียนตายเวียนเกิด ที่มันเป็นภพใหญ่ชาติใหญ่ ภพชาติใหญ่คือภพชาติที่เกิดปฏิสนธิจิตขึ้นมา เป็นมนุษย์ขึ้นมาแล้วนี่ อันนี้เป็นเวียนตายเวียนเกิด อันที่ว่าปฏิเสธไม่ได้

แต่สิ่งที่ว่าเกิดดับ ๆ ในหัวใจนี้เป็นสิ่งที่แก้ไขได้ สิ่งที่แก้ไขได้ เห็นไหม พระอรหันต์เวลานี้สิ้นกิเลสแล้ว สอุปาทิเสสนิพพาน คือสิ้นกิเลสออกไปจากหัวใจ สามารถแก้ไขความแปรปรวนของใจอันนั้น ความแปรปรวนของใจสามารถแก้ไขได้ แต่ก็ยังเป็นพระอรหันต์ที่มีชีวิตอยู่กับพระอรหันต์ที่ตายไปแล้ว พระอรหันต์ที่สิ้นชีวิต เห็นไหม อนุปาทิเสสนิพพาน กับสอุปาทิเสสนิพพาน ความแตกต่างของร่างกายคือสิ่งที่ปฏิเสธไม่ได้ จะปฏิเสธภพชาติที่เกิดแล้วไม่ได้ มันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาแล้วเราต้องอาศัยไปกว่าจะสิ้นภพสิ้นชาติกันไป

แต่เราสามารถแก้ไขเรื่องความแปรปรวนของใจได้ ถ้าเราแก้ไขเรื่องความแปรปรวนของใจ ให้ใจมันเข้าทาง เข้าช่องเข้าทางนี้ นั่นนะฤดูกาล ฤดูกาลในหัวใจนะเราสามารถที่จะหลบหลีกได้ เราสามารถจะหาความอบอุ่นให้ใจได้ ฤดูกาลภายในหัวใจเราก็สามารถแก้ไข ตัดโลก โกรธ หลงในหัวใจได้

ถ้าเราไม่สามารถตัดความโลภ ความโกรธ ความหลง ความหลงนะ มีความหลงขึ้นมาแล้ว ในหัวใจมันก็หลงไปหมด ถ้ามีความหลงเข้ามาในหัวใจแล้วไม่สามารถจะเข้าใจสิ่งใด ๆ ได้เลย แล้วพอหลงขึ้นไปแล้วมันถึงจะเป็น โลก หลงเข้าแล้วมันถึงไปโกรธ ถ้าไม่หลงมันจะไปโกรธ มันจะไปโลกได้อย่างไรเพราะเรามีสติสัมปชัญญะอยู่ นั่นนะความหลง สิ่งที่ว่าไม่มีคุณค่า ความโกรธ มันมีอารมณ์ขึ้นมา ความโลภมันยังมีอารมณ์ แต่ความหลงนี้มันหลงโดยธรรมชาติของมัน

นี่เงาของใจเป็นแบบนี้ แล้วฤดูกาลอันนี้เอาอะไรเป็นที่พึ่ง ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งนะ สติสัมปชัญญะยับยั้งมันไว้ สติสัมปชัญญะยับยั้งแล้วเกิด เห็นใหม่ ทำให้มันสงบขึ้นมา ให้เงามันสงบเข้ามา สงบเข้ามาแล้วเข้าไปเห็นตัวใจ ถ้าเงามันสงบเข้ามา ผ่านจากเงาคือขั้น ๕ คือความคิด ความคิดนี้เกิดดับ มันจรมาทลอดไป นี่มันเป็นเงา

แต่ตัวหัวใจคือความธาตุรู้ ความรู้สึกอันนั้นไม่ใช่เงา ความรู้สึกนั้นคือเรา ความรู้สึกที่เป็น เรานี้มันอยู่ใต้เงานั้น นี่ฤดูกาลของใจมันเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ มันลากใจไปตลอดเวลา แล้วเราก็ไม่สามารถจะแก้ไขได้ มันสลดสังฆตรงนี้ ตรงที่ว่าเรื่องของเรา เรื่องความเห็นภายในของเรา เราไม่สามารถแก้ไขได้ แต่เรื่องฤดูกาลภายนอกนะ ทำไมเราแก้ไข เราตามเขาไป เห็นใหม่ สิ่งที่สะสมขึ้นมามันเป็นประสบการณ์ มันแก้ไขได้ สิ่งที่เป็นภายในเราแก้ไขของเราไม่ได้ เพราะเราไม่ฝึกฝน เพราะเราไม่มีหลักใจ เพราะเราทำของเราไม่ได้

นี่หญ้าปากคอก หญ้าปากคอกคือความเข้าใจเรื่องใจ มีศรัทธาความเชื่อ ถ้ามีศรัทธาความเชื่อมันก็จะเริ่มเข้าหาตรงนี้ เริ่มเข้าหาไปแก้ไขเงาของมัน ไม่ตื่นเงา พอไม่ตื่นเงา ผ่านจากเงาเข้าไปเงานี้ทำเป็นฤดูกาล ฤดูกาลมันเกิดโลก มันก็ร้อน ฤดูโกรธ มันก็หนาว หนาวเย็นในหัวใจของมันนี่ มันโลภ โกรธ หลง มันหนาว ฤดูหนาว ฤดูร้อน ฤดูฝนอยู่ในหัวใจ ตกธรรมอยู่ในหัวใจ ไม่สามารถยับยั้งได้ ๆ

ตั้งสติสัมปชัญญะเป็นธรรมชาติของเรา เราฟังธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจากภายนอก ความเห็นของเรา ความประพฤติปฏิบัติของเรา เป็นความเห็นของเราจากภายใน

ความเห็นจากภายในนี้มันแก้ไขได้ แล้วมันยับยั้งใจได้ นั่นนะแก้ไขฤดูกาลของใจ พอแก้ไขฤดูกาล
ของ...

(แปลสิ้นสุดเพียงเท่านี้)