

เทศน์เช้า วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๔๕

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เกิดมาเป็นคนนะมีความสุขตอนเด็กนี่ ตอนเป็นเด็กนี่มีความสุข แต่เด็กไม่รู้ตัวเองนะ เหมือนคนเลยละ คนเราเกิดมาชาตินี้มีโอกาสมากแต่ไม่รู้สักตัวเองเลย ไม่รู้ตัวเองว่าตัวเองทำอะไรบ้าง มันลืมนึง มันลืมนึงไป ศาสนามันสอนทวนกระแสนั้น ทวนกระแสนั้นที่เราลืมนึง เราลืมนึง ตัวเราเอง เราถึงมองสิ่งอื่นเป็นที่มีความสำคัญ

ถ้ามองสิ่งอื่นสำคัญ ความสำคัญ เห็นไหม เด็กมันสำคัญกับสิ่งนั้นมันก็ยึดสิ่งนั้น เราสำคัญกับสิ่งใดเราก็ยึดสิ่งนั้น สิ่งนั้นต้องยึด ความยึดกับความจำเป็นต่างกันนะ ฟังให้คินะ ความยึดถือนี้เป็นต้นหาความทะยานอยาก เวลาทุกวันนี้สิ่งที่ไม่สมความปรารถนาของเราแล้วเราก็นั่น อันนั้นเป็นต้นหาความทะยานอยาก แต่หน้าที่การงานนี่ไม่ใช่ะ หน้าที่การงานนี่เป็นมรรค

ความอยาก เห็นไหม การประพฤติปฏิบัติบางฝ่ายก็บอกว่าต้องไม่ให้มีความอยากเลย แล้วค่อยมาประพฤติปฏิบัติ ถ้าไม่มีความอยากเลยก็พระอรหันต์แล้วสิ แล้วมาประพฤติปฏิบัติเพื่ออะไร? ประพฤติปฏิบัติก็เพื่อจะละกิเลส ในเมื่อกิเลสมันมีความอยาก อยากนี่เป็นมรรค ความเป็นมรรค

นี่ก็เหมือนกัน สัมมาอาชีพะ อาชีพะการทำงานการประกอบอาชีพนี่เป็นหน้าที่จำเป็น คนเราหน้าที่การงานมีความจำเป็นมาก แต่หน้าที่การงานแล้วมันเลยเกิดจากหน้าที่การงานไป มันเป็นการคาดหมายการคาดหวัง อันนั้นนะเป็นทุกข์ อันนั้นคือต้นหาความทะยานอยาก แต่ถ้าว่าศาสนาสอนให้คนไม่ขยันหมั่นเพียร ...ไม่จริงนะ ถ้าสอนให้คนไม่ขยันหมั่นเพียร ทำไม่มีความเพียรชอบ

ดูอย่างพระจักษุบาลสิ อธิษฐานไม่นอนตลอดพรรษา เวลาถึงในพรรษาหมอมাত্রองแล้วนี่ ถ้าไม่นอนตาต้องบอด ตาบอดนี่ความเพียรชอบไหม? สละแม้แต่ร่างกาย สละแม้แต่ลูกตา สละแม้แต่ความมืดบอดใจ สละออกไปเลย สู้กับมัน

แล้วอย่างการประพฤติปฏิบัติของคนก็เหมือนกัน เวลาปฏิบัติไปนี้ มันจะหลอกกันนะ อู๊ย! ถ้าอดอาหารแล้วจะตายนะ ทำความเพียรไปนี้ อย่างเช่นแค่เราบวชนั้นนะ ว่าฉันอาหารมือเดียวนี้ จะได้เป็นโรคกระเพาะอาหาร พระเป็น มีเป็นก็มี ขอมรับว่าเป็น ถ้าเขาจะเป็น แต่คนเรากิน ๓ มือ ๔ มือมันก็เป็นโรคกระเพาะอาหารเหมือนกัน โรคมันจะเป็นมันจะเป็นไปตามประสาโลกมัน

แต่เวลาคนอดอาหาร อดเพื่ออะไร? อดเพื่อให้มันความเพียร อดเพื่อเป็นอุบายวิธีการ เรา กินมากนอนมาก เป็นความกังวลว่าร่างกายนี้มันจะไม่มีพลังงานใช้ แต่แล้วมันสะสมจนเหลือเพื่อ เวลาเรานั่งภาวนามันจะง่วงนอน มันจะทำให้เราหนักหน่วง ความหนักหน่วงถึงต้องผ่อนอาหาร เป็นอุบายไป

การผ่อนอาหาร การกินน้อยจั้นน้อยนี้ นอนน้อยกินน้อยเพื่ออะไร? เพื่อให้ร่างกายมันเบา เพื่อเราจะเอาความจริงอีกอันหนึ่ง ความจริงอีกอันหนึ่งที่ว่ามันไปยึดเขา อะไรมันไปยึดเขา ถ้าเรา ไม่เห็นตัวเราเองเราจะไม่รู้อะไรไปยึดเลย ความยึดของเราคือใจของเราไปยึด ถ้าใจของเราไปยึดนี้ ศาสนาสอนอย่างนั้น สอนเห็นไหม สโมสรรสนิบัติของสงฆ์ สโมสรรสนิบัติของชาวพุทธเรา นี้ นั่งเงียบ ๆ ทำความสงบของใจ สโมสรรสนิบัติอย่างนี้มันถึงว่าโลกเขาไม่ชอบกัน

โลกเขาชอบต้องมีการเครื่องประโคม มีการละเล่นกัน สโมสรรของเขาต้องเป็นแบบนั้น สโมสรรของเขาว่าแห้ว พระพุทธเจ้าบอกพระอานนท์ “ในสโมสรรสนิบัตินั้น ทุกดวงใจว่าแห้ว” ทุกดวงใจจะมีแต่ความทุกข์ เพราะสิ้นจากการสโมสรรสนิบัติไปต่างคนต้องกลับไปที่อยู่อาศัย ของตัว ไปอยู่คนเดียวมันก็ว่าแห้ว

แต่สโมสรรสนิบัติของสงฆ์เงียบสงบ ต่างคนต่างนั่งนะ แต่ต่างคนต่างหาหลักใจของใจ เจอ ต่างคนต่างหาหลักของใจเจอ ต่างคนต่างไม่ว่าแห้ว ต่างคนต่างมีที่พึ่ง ต่างคนต่างมีความสุข ของตัว นี้ความสงบของใจ ความจริงนี้ความสุขหาได้ด้วยร่างกายนี้ ความสุขหาได้ในหัวใจเรา นี้ การพักผ่อนการอะไรของเรา นั่นก็เป็นความสุขอย่างหนึ่ง

แต่มันไม่สมความปรารถนาของตัวเอง ไม่สมความปรารถนาของกิเลส มันถึงต้องเวียนไป ข้างนอกใจ การพักผ่อนต้องไปหาที่ที่มันตื่นตาตื่นใจ ให้หัวใจมันฟู ให้หัวใจมันอย่างนั้นนะ ให้ มันพอใจกับมัน นั่นนะอามิสทั้งหมด สิ่งที่เป็นอามิสโลกอาศัยกันอยู่ เราไม่ปฏิเสธนะ ธรรมะนี้ไม่ ปฏิเสธโลกหรอก เพราะมันเกิดมาจากโลก

ธรรมนี้เกิดมาจากในโลกนี้อยู่กับโลกเขา แต่เข้าใจโลกตามความเป็นจริง แล้วไม่ตื่นไป ตามกระแส ไม่เป็นผู้ที่ตื่นไปตามกระแส ไม่เป็นผู้ที่หลอกลวงได้ มันจะหลอกลวงคนที่มีหลักใจ ไม่ได้ คนที่จะหลอกลวงได้ก็เพราะเราไม่มีหลักของใจ อะไรตื่นขึ้นมาเราจะไปกับเขา เราไปกับเขา นี่ความตื่นขึ้นมาคือความเห็นชอบ เห็นดีเห็นงามไปกับเขา มันเป็นไป เห็นใหม่ อันนั้นมัน เป็นไป

แต่ถ้าเราไม่เห็นดีเห็นงามกับเขา เราต้องคิดก่อน ใช้ปัญญาใคร่ครวญก่อนว่าสิ่งนั้นเป็น ประโยชน์ไม่เป็นประโยชน์ นั้นมันจะมีหลักของตัวเองขึ้นมา หลักของใจ พุทธศาสนาสอน สอนเรื่องปัจเจกตั้ง เรื่องอัตตา หิ อัตตโน นาโถ คนเป็นที่พึ่งแห่งตน ถ้าสังคมไหนเราว่าสังคมนั้น ไม่ดีเลย แต่บุคคลดีหรือไม่ดีนี้ ถ้าบุคคลดีบุคคลรวมกันเป็นสังคมสังคมต้องดี บุคคลดี เห็นใหม่ นี้ อัตตา หิ อัตตโน นาโถ คนเป็นที่พึ่งแห่งตน คนจับเข้ามาที่ตน

แล้วเรื่องของเราก็ดู พอเรื่องของเรามาถึงเรานี้ แล้วตนเป็นที่พึ่งแห่งตน เรามีข้าวของ เงินทองทุกอย่าง เราหาให้พร้อมเลย แล้วหัวใจเราพร้อมไหม? หัวใจพร้อมเป็นไปไม่ได้เลย ไม่ ต้องมาโกหกเลยนะ เป็นไปไม่ได้ที่หัวใจมันจะอยู่มีความพอใจในสิ่งที่เราแสวงหามา มันแสวงหา มาขนาดไหนนะ มันพอใจชั่วคราวเดี๋ยวมันก็ต้องอยากให้มากไปกว่านั้น เดี๋ยวมันต้องปรารถนาไป มากกว่านั้น มันไม่พอใจหรอก ถ้ามันเอาวัตถุมมาเป็นที่อยู่อาศัยของมัน

ถ้ามันจะพอใจของมัน มันต้องหาหลักของใจ เราถึงต้องพยายามกำหนดตั้งสติขยับขยับมัน ก่อน เริ่มต้นจากขยับขยับมันไว้ ขยับขยับไม่ให้มันไปตามประสามัน เริ่มขยับขยับมันได้ก็เริ่มมีอำนาจเหนือ มัน เรามีอำนาจเหนือเรา พอเรามีอำนาจเหนือเรา เราจะมีความสุขไม่มีความสุขเราคิดเอาเองสิ ว่า เราไม่ต้องการสิ่งใดเลย สิ่งใด ๆ ในโลกนี้มันอยู่เกิดมาเป็นที่อาศัยกัน เกื้อ ๆ เงิน ๆ นะ อยู่ประสา ของเขาอย่างนั้น หน้าที่ของเขาเป็นอย่างนั้น

เราหน้าที่เกิดมา เกิดมาก็ต้องมีการกินการอยู่ตามธรรมชาติของมัน เราก็อาศัยสิ่งนั้นไป แต่ เรายังมีอีกอันหนึ่ง ยังมีความรู้สึกอีกอันหนึ่งว่าเรามีความรู้สึกพออยู่ในตัวของเรา มันพออยู่แล้ว มันไม่ไปค้ำคั่นไปกับเขา สิ่งที่ไม่ค้ำคั่นไปกับเขามันก็ไม่ไปยึด ความไม่ไปยึด นี่ไงที่จะยึด เมื่อก่อนมันยึดเพราะมันไม่เห็นตัวตน มันไม่เห็นตัวเราเอง มันจับต้องตัวเองไม่ได้ มันไม่สามารถ ทำได้ ศาสนาสอนเรื่องหัวใจ เรื่องศาสนาของใจ แล้วเรื่องของการเปิบอาหาร เห็นใหม่ ใจต้องเปิบ อาหารเข้าใจของตัวเอง ใจต้องหยิบขึ้นมา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่มีการเข้าใจ เราไม่มีการเจาะจง เราไม่มีการเริ่มต้นว่า เราอยากจะทำอะไรนี่เราจะเอาอะไรทำ เราไม่มีการเริ่มต้น ถ้าเรามีการเริ่มต้นขึ้นมาเนี่ย เราจะเริ่มต้นนับหนึ่งจากตรงนี้ จากตรงที่ว่าความคิดที่มันพุ่งชานนี้ ความคิดที่มันเป็นไปนี้ เราจะนับหนึ่งจากตรงนี้ แล้วถึงสงบตัวมันลง มันจะทุกข์ยากมันจะลำบากขนาดไหนเราก็ต้องฝืนทำ เพราะมันเป็นเรื่องของเรา มันเป็นเรื่องของคนที่ต้องทำนั้น

ถ้าคนที่ทำนั้นได้ทำเอาชนะตนเองได้ มันชนะของเราไป พอมันชนะของเราไป เห็นไหมนี่ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน แล้วมันเป็นปัจจัยจัดตั้ง เวลากราบพระพุทธรูปเจ้ากันนี้ เรากราบถึงทองเหลืองกัน เวลาเรากราบพระ กราบถึงทองเหลืองเพราะอะไร? เพราะเรากราบแค่นั้น ความคิดเรามีคบอด

คนที่มีปัญญา พอใจมันประสบความสำเร็จกับสิ่งที่พระพุทธรูปเจ้าตรัสเป็นธรรมไว้เนี่ย มันซึ่งใจมากนะ เวลากราบพระพุทธรูปเจ้า กราบพระพุทธรูป กราบถึงพระพุทธรูปเจ้า เห็นไหมการกราบพระพุทธรูปนี้ พระพุทธรูปนี้เป็นองค์แทนเฉย ๆ แต่เรากราบคุณใจ กราบคุณงามความดี กราบปัญญาคุณ กราบเมตตาคุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต่างหาก แต่มันต้องมีสมมุติ

นี่โลก โลกคือสิ่งที่สมมุติขึ้นมา สมมุติขึ้นมาว่า สิ่งนี้เป็นตัวแทนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เราไม่ได้กราบทองเหลืองนี้ เรากราบคุณงามความดี เรากราบความจงใจ เรากราบความที่พระพุทธรูปเจ้าเมตตาสั่งสอนเรา เรากราบอย่างนั้น กราบถึงพระพุทธรูปเจ้า ถ้าใจมันถึงแล้ว ใจมันตั้งมั่นแล้วมันเป็นไปนะ

ไม่กราบ... เขาว่า “กราบพระกราบทองเหลือง ๆ” นั้นเป็นความคิดหยาบ ๆ ความคิดของโลกเขา เขาคิดกันได้นานได้นั้นเองหรือ? นี่เราว่าคนมีปัญญา เขาเป็นตัวแทน กระจาย เห็นไหมพ่อแม่ของเรานี้ เป็นรูปพ่อแม่ของเรา เรากราบรูปพ่อแม่เราทำไมเรากราบได้ล่ะ? เรากราบคุณพ่อแม่ของเรา เรากราบถึงพ่อแม่ของเรา เราระลึกถึงพ่อแม่ของเรา ใ้รูปนี้เป็นตัวแทน

พระพุทธรูปก็เหมือนกัน พระพุทธรูปนี้เป็นแค่ตัวแทนเฉย ๆ เป็นแค่ตัวแทนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เรากราบ กราบถึงธรรม กราบถึงพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์นี้ กราบถึงใจ กราบถึงใจเพราะอะไร? เพราะใจเราสัมผัส ใจเรารู้ ใจเรารู้สัมผัสว่า เออ! มันสัมผัสได้จริง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนแล้วเราทำได้จริง มันจะซึ่งใจมาก

ความซึ่งใจมาก นึกถึงคุณว่าสิ่งนี้เกิดขึ้นมาได้อย่างไร? สิ่งนี้เกิดขึ้นมาได้อย่างไร? ลองปฏิบัติไปสิ ปฏิบัติไปปัญญามันเกิด สิ่งนี้มหัศจรรย์ความมหัศจรรย์มันเกิดจากในหัวใจนี้ มันลึกลับซับซ้อนมาก แล้วทำไมมันทำได้อย่างไร? พระพุทธเจ้าทำได้อย่างไร? แล้วพระพุทธเจ้าสอนไว้ แล้วเรารู้ได้นี้ เรารู้ได้อย่างไร?

แล้วมันลึกลับว่าเหมือนกับพระพุทธเจ้าที่ว่าตรัสรู้แล้วไม่ยอมสอนคนเลย มันเป็นสิ่งที่ว่าใครจะรู้ได้อย่างไร? มันเป็นไปได้ แต่! แต่ถนนหนทาง มันมีเส้นทางเดินอยู่ที่นี่ มันต้องไปถึงจุดหมายได้ ถ้ามีวัตรปฏิบัติเครื่องดำเนิน เห็นไหม รูดวงควัตร การกล่อมเกล่าจิตใจ การคิดแปลงตน คนมันจะหยาบขนาดไหน มันต้องการขนาดไหนนี้ คัดแปลงให้มันพอดีกับมันขนาดนั้นนะ

ความพอดีของมันนี่ข้อวัตรปฏิบัติ ข้อวัตรปฏิบัติเพื่อจับต้องสิ่งนี้ได้ จับต้องสิ่งนี้ได้มันก็เกิดขึ้นมาได้ นี่วัตรปฏิบัติมันถึงเป็นไป ข้อวัตรปฏิบัติสามารถทำให้เข้าถึงได้ พระพุทธเจ้าถึงวางมรรคไว้ไง มรรคนี่เป็นสิ่งที่ปฏิบัตินะ แต่ผลไม่ต้องพูดถึง ในพระไตรปิฎกนี้ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องของเหตุ เรื่องของมรรคอรียสัจจัง

แต่ผลของมัน มันเกิดจากใจที่เป็นประสบการณ์ของใจดวงนั้น ถ้าใจดวงนั้นประสบการณ์ขึ้นมาใจดวงนั้นจะได้ผลประโยชน์จากใจดวงนั้น ใจดวงนั้นถึงว่าเป็นพยานกับใจดวงนั้นเอง แล้วยังเป็นที่พักกับใจของเรา นี่มันถึงกราบถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลากราบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ กราบด้วยหัวใจใจ หัวใจมันถึงกัน มันกราบด้วยคุณงามความดี สิ่งนั้นเป็นประโยชน์ นั่นนะสุขเกิดอย่างนั้น

แต่ถ้าคนทุกข์ ทุกข์ก็ทุกข์ไปขนาดนั้น แล้วเวลากราบก็กราบทองเหลืองบ้าง ว่าไปนะมันไม่ยอมทำ มันไม่ต้องการทำ มันอยาก มันมักใหญ่ใฝ่สูง มันใหญ่ มันกระด้าง ใจมันกระด้างแล้วมันคิดอย่างนั้นนะ แล้วคิดว่าตัวเองมีปัญหาด้วยนะ ทั้ง ๆ ที่ว่าตัวเองนะโง่เง่าต่ำตุน ไม่รู้สักว่าอะไรจะเป็นประโยชน์กับหัวใจเลย คือเห็นแต่เรื่องของประโยชน์ของกายเป็นประโยชน์ แต่เห็นกับประโยชน์ของใจนี่มองไม่เห็น

พอมองไม่เห็น คนอื่นเขาทำมันก็ขัดตาของตัวเอง แล้วโง่เง่าขนาดนั้น แล้วตัวเองไม่เป็นประโยชน์แล้ว ยังจะไม่ให้คนอื่นได้รับประโยชน์จากสิ่งนี้อีก ถ้ามันเป็นประโยชน์ของใจดวงไหน เราทำได้มันเป็นเรื่องของเรานั่นนะประโยชน์เกิดขึ้นมาจากการเปิดตา

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาเทศน์สอนผู้ที่ไปฟังนะ เหมือนหีบของคว่ำหงาย
ขึ้นใจ อย่างภาชนะที่คว่ำไว้พระพุทธเจ้าหีบเปิดหงายใจ หงายความรู้สึกขึ้นมา เราก็พยายามหงาย
ความรู้สึกของเราขึ้นมา เพื่อจะรับสิ่งเป็นประโยชน์กับเราให้ได้ ถ้ารับสิ่งเป็นประโยชน์ของเราได้
มันจะเป็นประโยชน์กับเรา ประโยชน์กับเราประโยชน์กับบุคคลคนนั้น เอวัง