

## เทศน์เช้า วันที่ ๒๒ มกราคม ๒๕๕๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองขวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

วันนี้วันพระ วันพระ เห็นไหม เรามาอยู่วัดอยู่ว่า เวลาอยู่วัดอยู่ว่า ถ้าอยู่นานไป เวลาเราหนีจากโลกมานะ โลกนี้เราร้อนมาก โลกนี้ทุกข์มาก เราจะหาที่พึ่ง เวลามาอยู่วัดก็คิดว่าจะพ้นจากทุกข์ไป แล้วพอไปอยู่วัด ไปอยู่ในขอบเขตของศีล มันก็ไปกดคันอีกนะ มันก็ไปทุกข์อีกอันหนึ่ง เห็นไหม

ถ้าในปัจจุบัน เวลาเราอยู่ในเหตุการณ์ทุกข์ มันจะทุกข์มากเลย แล้วมันคิดไปอนาคตว่าเราทำอย่างนั้นจะเป็นความดี อันนี้จะเป็นความดี แล้วก็หมายไปอนาคตนะ พอเราไปตามอนาคตนั้น มันก็ไปเดือดร้อนอยู่ที่อนาคตนั้น เห็นไหม

ปัจจุบันนี้ ถ้าหัวใจเรามันยังทุกข์อยู่นะ ยังไงมันก็ทุกข์ แต่ถ้าเราอยู่ในปัจจุบันนี้ ถ้ามันทุกข์ขนาดไหนใช่ไหม เราแก้ไขในปัจจุบันนะ ถ้าปัจจุบันนี้มันพ้นจากทุกข์นะ อนาคตก็ไม่ทุกข์ อนาคตนี้ไม่ทุกข์หรอก แต่ขณะที่ปัจจุบันนี้ทุกข์ แต่เราไปศึกษาธรรมกันไง แล้วมันกดคันเรา เห็นไหม จะต้องให้ได้ผลอย่างนั้น

การประพฤติปฏิบัติไม่ได้ผลก็เป็นความทุกข์อันหนึ่ง เป็นความทุกข์อันหนึ่งนะ แต่ถ้าขณะในปัจจุบันนี้เราประพฤติปฏิบัติของเรา มันก็เป็นความทุกข์ ทุกข์นะ เพราะอะไร เพราะมันคิดไปนะ อย่างนั้นจะดีกว่าอย่างนี้ อย่างนี้จะดีกว่าอย่างนั้น มันลากไปอนาคตแล้ว ก็เลสมันลากความคิดเราไปอนาคตแล้ว เราไม่อยู่กับปัจจุบันเลย

โลกนี้จะมีโลกนี้จะเป็นไปแล้วแต่เรื่องของเขา ในปัจจุบันเราตั้งสติอยู่กับปัจจุบันนี้ มันจะมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นเราก็ตั้งสติปัจจุบันนี้นะ ถ้ามันมีสติสัมปชัญญะแล้วถึงความคิดได้นะ มันจะเห็นโทษเลยนะ เมื่อกี้ที่คิดถึงอนาคต คิดถึงผล คิดถึงความเป็นไปของชีวิตนี้ มันเราร้อนมาก เวลามันมา

ปัจจุบันนี้ะ มันอยู่กับปัจจุบัน มันเป็นเรา มีสติสัมปชัญญะ ความรู้สึกพร้อมเลย สิ่งที่คิดเมื่อคืนเราร้อน มันคิดไปโดยกิเลสตัดหาความทะยานอยาก

แต่พอสติเราขยับยังขึ้นมา ความคิดขึ้นมาทำไมมันจะปล่อยวางละ ทำไมมีความสุข เอ๊ะ..เมื่อคืนกับปัจจุบันนี้ทำไมมันต่างกัน เราเป็นคนๆ เดียวกันหรือเปล่า ความรู้สึกอันนี้เป็นอันเดียวกันหรือเปล่านั้นเป็นอันเดียวกันหมดเลยนะ แต่กิเลสที่มันมีกำลังมากกว่ามันทำให้เราคิดไปอนาคต มันทำให้เราคิดไปก่อนข้างหน้า เห็นไหม แล้วที่ว่าอ้างธรรมะกัน แล้วเวลาประพฤติปฏิบัติทำไมมันทุกอย่างนี้?

ในการประพฤติปฏิบัตินะ มันไม่ทุกข์หรืออก ธรรมะนี้ให้ผลดีกับเรา คุณ น้ำสะอาดจิตสนิทเย็นดี เราดื่มกินเข้าไป มันจะให้ผลดีกับร่างกาย เห็นไหม แต่เราต้องการเอง เราต้องการสิ่งที่มีรสมีชาติ เราต้องการความคิดไป มันรสชาติเพราะอะไรละ เพราะใจเรามันมีสภาวะแบบนั้น ใจมันต้องการสภาวะแบบนั้น ตัดหาความทะยานอยาก เห็นไหม เราก็ไปคิดสภาวะแบบนั้น

ถ้ามันประพฤติปฏิบัติในสติสัมปชัญญะ มีสติระลึกรู้อยู่ตลอดเวลา แล้วทำของมันสงบเข้ามาในปัจจุบันนี้ะ มันเห็นโทษใจ เห็นโทษของน้ำจิตสนิทเย็นดีกับน้ำที่มีรสมีชาติ น้ำที่มีสารพิษต่างๆ เห็นไหม มันต่างกัน

“ความต่างกัน” ความต่างกันของโลก เห็นไหม รสชาติอันนั้นทางโลกเขาพอใจกัน ความรู้สึกตัดหาความทะยานอยากมันพอใจ แต่ในกลับมาจิตสนิทเย็นดีมันกลับไม่พอใจ เห็นไหม ว่าธรรมะนี้ให้โทษให้โทษ

ไม่ให้โทษเลย ธรรมะนี้ให้แต่คุณ แต่ในการประพฤติปฏิบัติเราต้องลงทุนลงแรงใจ ต้นทุนเราต้องมีนะ ต้นทุนเราต้องมีสติ ต้นทุนนี้สติมันเกิดมาจากไหน สติเกิดมาจากจิตไม่ใช่จิตนะ ถ้าสติเป็นจิตอันเดียวกัน เราจะไม่เปลืองเลย เพราะเรามีจิตอยู่ตลอดเวลา เรามีความรู้สึก เรามีหัวใจอยู่ตลอดเวลา แต่ทำไมเราพลั้งเผลอไปละ พลังเผลอเพราะอะไร เพราะเราต้องสร้างสติขึ้นมา

เวลาค้นหาความทะยานอยากมีกำลังมากกว่า เห็นใหม่ จิตของเรามันเป็นไปได้ทั้งสติ มันเป็นไปได้ทั้งค้นหาความทะยานอยาก มันเป็นไปได้ทั้งหมดเลยเพราะอะไร เพราะมันเป็นธรรมชาติของมัน มันมีกิเลสอยู่ในหัวใจ เห็นใหม่

แต่ถ้ามีธรรมขึ้นมาชั่วคราว เห็นใหม่ มันหยุดยั้งได้ ธรรมนี้เราฝึกของเราขึ้นหยุดยั้งได้ แต่ในเมื่อกำลังมันแรงกว่า มันหยุดยั้งไม่ได้มันก็คิดของมันประสามันไป มันคิดไปตามแรงพอใจนะ ถ้าค้นหาอะไรที่มันถูกกระทบใจแรง มันจะไปรุนแรงมากเลย ถ้าค้นหากระทบพอสมควรมันจะไปพอสมควรของมัน เห็นใหม่

ถ้าสติเราฝึกขึ้นมา มันจะกางกั้นตรงนี้ได้ ถ้ากั้นตรงนี้มันจะเป็นปัจจุบันเข้ามา เราจะไม่คิดไปอนาคต เราจะไม่ทุกข์ไม่ยาก เราจะไม่แบกโลกไว้นะ มันแบกโลกไว้นะ นั่นก็เป็นอย่างนั้น นี่ก็เป็นอย่างนี้ มันแบกโลกไว้ หัวใจมันแบกโลกไว้ทั้งโลก มันลอยตัวอยู่อย่างนี้ โลกมันอยู่ในจักรวาล มันก็หมุนตัวของมันเอง มันก็อยู่กับตัวของมันเอง มันหมุนในตัวมันเอง ทำไมเราไปแบกมัน?

โลกเขาไว้ให้เหยียบนะ โลกไว้ให้อาศัย เราอาศัยบนโลก เห็นใหม่ เราอาศัยโลกนอก โลกทัศน์ภายใน ความรู้สึกมันเหยียบหัวใจเรา ความรู้สึกในหัวใจนี้โลกทัศน์ คือความคิด คือโลกทัศน์จากภายใน มันก็เหยียบย่ำหัวใจ ธรรมะมันแก้โลกภายใน เห็นใหม่ โลกภายนอกเขาให้เราอาศัยให้เหยียบไว้ แต่โลกภายในเราต้องใช้ธรรมะ ใช้สติสัมปชัญญะเหยียบมันไว้ กั้นมันไว้นะ แล้วใช้ปัญญาใคร่ครวญ ถ้าใคร่ครวญขึ้นไป มันจะมีคุณค่าขึ้นมา

ถ้าวันพระนี้เราประเสริฐ ประเสริฐที่เรานะ โลกนี่นะเรื่องของเขาเป็นของเขา เรื่องของเราเป็นของเรา เรื่องของเราขณะนี้เรามีสติสัมปชัญญะ ขณะนี้เรามีความคิดที่ดีๆ ขณะนี้เราต้องการอริยทรัพย์จากภายใน ทรัพย์จากภายในนะ ว่าศาสนานี้เป็นเรื่องนามธรรม เรื่องของหัวใจเป็นภาชนะที่ใส่ธรรมอันนี้ แล้วเราก็คิดกันว่าถ้าอย่างนั้นเราก็นึกเอาคิดเอา มันคิดแบบโลก คิดแบบเปลือก มันคิดไม่ได้หรอก มันคิดเป็นค้นหาความทะยานอยาก เห็นใหม่

แต่ถ้ามันเป็นความจริงไม่ใช่คิด มันไม่ใช่คิดนะ มันเกิดจากสัจจะความจริง มันเป็นปัจจุบันธรรม มันเป็นสันติภูมิจิโ กเห็นใหม่ มันเกิดจากความประสพของใจ ใจมันสัมผัสกับอริยธรรม อริยธรรมนะ ประเพณีอริยธรรมนี้มันไปสัมผัสประเพณีอริยธรรมที่เป็นมรรคญาณ

มรรคญาณมันเกิดจากการสัมผัส เราไม่เคยรู้ไม่เคยเห็นนะ เราได้ยินแต่ข่าวลือ เราได้ยินแต่เขาว่า มีแต่เขาเล่ามา เห็นใหม่ อริยสัจเป็นอย่างนั้น มรรคเป็นอย่างนั้น เราคิดของเราเอง เวลาเราสร้างขึ้นมาสร้างเป็นอาการของใจ อาการของใจสร้างขึ้นมา

แต่ถ้าเกิดถ้าเป็นสัจจะความจริงขึ้นมา มรรคสามัคคี มรรครวมตัว มันรวมตัวขึ้นไปแล้วมันสมุจเฉทปหาน มันเข้าไปทำลายเชื้อไข ไปทำลายสิ่งที่ทำให้เราพลั้งเผลอ ไปทำลายสิ่งให้เราคิด เห็นใหม่ ไปอยู่ที่ไหนมันก็ไม่พอใจ มันจะคิดแต่อนาคตไปตลอดเวลา ที่นั่นก็ไม่ดี ที่นี่ก็ไม่ดี ในปัจจุบันนี้ก็ไม่ได้ แล้วก็หงอยเหงาเศร้าสร้อยนะ

สิ่งที่หงอยเหงาเศร้าสร้อย คุณสิ ทำไมมันไม่วิเวกละ ความวิเวกเป็นความวิเวกนะ ความวิเวกเป็นความสุข เป็นความสงบนะ แต่ถ้าความว้าวุ่น ความหงอยเหงา เห็นใหม่ มันหงอยเหงา มันเศร้าสร้อยเพราะอะไร เพราะกิเลสมันเหยียบย่ำ โลกทัศน์ภายในกิเลสมันย่ำแล้วมันเหยียบแล้ว โลกเอาไว้ให้เหยียบแต่นี้มันเหยียบเรา มันเหยียบหัวใจของเรา มันเหยียบความรู้สึกของเรา ถึงต้องตั้งสติใจ

ถ้าเรามีสติอย่างนี้ ชีวิตเราจะมีคุณค่า เราจะอาจหาญ เราจะรื่นเริง เราจะวิเวก เราจะมีความสุขใจของเรา ถ้าสุขใจของเรา เห็นใหม่ เรามีความสุขใจ มันก็มีความอึดเิบของใจ การกระทำของเรามันก็เป็นประโยชน์กับเรา เห็นใหม่ ถ้ามันทำด้วยความเศร้าสร้อยหงอยเหงา เห็นใหม่สักแต่ว่า อะไรก็สักแต่ว่า เคนจกรรมนั่งสมาธิมันก็สักแต่ว่า สติไม่พร้อมสักแต่ว่า มันก็ไม่ได้ประโยชน์อะไรขึ้นมาเลย

ถ้าเราทำด้วยสติสัมปชัญญะ เราตั้งเนื้อตั้งใจขึ้นมา มันเป็นสักแต่ว่าที่ไหน เราเป็นเจ้าของนะ ทุกข์ก็เราเป็นเจ้าของ สุขก็เราเป็นเจ้าของ ความรู้สึกเราก็เป็นเจ้าของ เราได้จับต้องมัน เราได้สัมผัสกับมัน จิตมันสัมผัสตลอดเวลา แล้วมันสงบเข้ามา มันก็สัมผัสมาจากจิต จิตมันปล่อยวางเข้ามา มันรู้เข้ามา แล้วต้องใครสอน?

ถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา นี่พูดกันง่ายนะ ถ้าเราเป็นผู้ใหญ่ด้วยกัน เราเป็นนักวิชาการในแขนงเดียวกัน เห็นไหม เราคุยกันรู้เรื่อง เราคุยกันด้วยข้อเท็จจริง มันจะมีความเข้าใจกัน มันจะไม่มีความขัดแย้งเลย

การประพฤติปฏิบัติก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันเข้าไปสงบขึ้นมา ความสงบจะเป็นอย่างนี้ เว้นไว้แต่คนที่ว่าสงบนี้เป็นนิพพาน แต่ผู้ที่เคยผ่านแล้ว สงบนี้เป็นสัมมาสมาธิ สมาธินี้เป็นพื้นฐาน เป็นที่ทำงาน เป็นที่ให้จิตใจให้ออกวิปัสสนา วิปัสสนาจะเกิดปัญญาขึ้นมา เห็นไหม มันก้าวเดินต่อไป

ถ้าในการสัมผัส ในการทดสอบของจิต จิตมันมีเข้าไปลึกตื่นขนาดไหน มันจะพูดออกมาในความรู้สึกอันนั้น ไม่รู้ไม่เห็นพูดไม่ได้ ไม่รู้ไม่เห็นนะ พวกเราจำมา ที่ธรรมะเราคุยกันอยู่ที่นี่ เราคุยธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราพูดแต่ธรรมะ มันเป็นเรื่องที่เราได้ยินได้เล่าได้สืบทอดกันมา แต่ความจริงมันก็ยังไม่ได้สัมผัส มันก็ยังไม่เกิดเป็นผลของเรา

ถ้ามันสัมผัสขึ้นมาเกิดเป็นผลของเรานะ นี่ปัจจุบันธรรม ให้อยู่กับปัจจุบัน ให้ตั้งสติ ให้เห็นชีวิตของเรามีคุณค่า ให้เห็นการประพฤติปฏิบัติมีคุณค่านะ ดูเรามองออกไปที่โลกนะ น่าสลดสังเวชมาก เขาเพลินในชีวิตของเขา เขาทำมาหากินของเขาเขา เขาเสี่ยงภัยกัน เห็นไหม คุณติ เขาต้องเสี่ยงภัยกัน เขาทำขนาดไหน

เราหลีกเลี่ยงมาเพื่อจะค้นหาหัวใจของเรา เรามีคุณค่าขึ้นมาแล้วนะ เพราะอะไร เพราะทรัพย์ที่เรามองไม่เห็น ใจ วิชาการ ความรู้สึก นามธรรม นี่มันจับต้องไม่ได้ วัตถุ เห็นไหม เขาจับต้องได้ เขายังแสวงหากัน เขายังเพลิดเพลินกันขนาดนั้น

ความรู้สึกของเราจากภายใน ถ้าจิตเรามีความปรารถนา มีความต้องการ เห็นไหม เราจะควบคุมความรู้สึกเราให้มันอยู่กับเรา ให้ความคิดนี้อยู่ในใต้ผิวหนังเรานี้อย่าให้ออกจากใต้ผิวหนังเราไป ใต้ผิวหนังมันคิดไปทางเรื่องอื่น เห็นไหม

ในผิวหนังของเรา เวลาเราคิดเรื่องเกสา โลมา นขา ทันดา ตโจ ผิวหนังเห็นใหม่ คิดแต่เรื่อง โครงสร้างของร่างกาย ความรู้สึก นามธรรมนี้ มันอาศัยอยู่ในโครงสร้างนี้ได้อย่างไร โครงสร้างนี้เกิดมาจากไหน แล้วโครงสร้างนี้อาศัยอะไรเป็นอาหาร ความรู้สึกในหัวใจนี้อะไรเป็นอาหารของมัน ความคิดอะไรเป็นอาหาร ถ้าปัญญามันไล่เข้ามา เห็นใหม่ นี่ทรัพย์จากภายใน

“ทรัพย์จากภายใน” อริยทรัพย์มันรู้จักขึ้นมา มันมีคุณค่าขึ้นมา ถ้าจิตมันเป็นไป มันพ้นไป จากการครอบงำของอวิชชา มันจะมีคุณค่ามาก จิตนี้มีคุณค่ามาก เราสงสัยทุกคนนะเกิดมาจากไหน อยู่ในปัจจุบันอยู่เพื่ออะไร ตายแล้วไปไหน

แต่ถ้าเราเข้าใจหมดแล้วนะ เกิดก็ไปจากปฏิสนธิจิตนี้มันไปเกิด แม้แต่ความคิดนามธรรมที่มัน เกิดขึ้นมาก็คิดขึ้นมาเป็นความรู้สึก อากาของใจก็เกิดขึ้นมาจากตัวนี้ แล้วเราเข้าใจขึ้นมา ความเกิดอัน นี้มันเกิดมาจากภวาสวะ เกิดจากภพ เกิดจากอวิชชา แล้วถ้ามันไม่มีขึ้นมา เราทำลายตรงนี้หมดแล้ว ความคิดที่เขามีอยู่อย่างนี้มันจะเป็นอย่างไร เรารู้ของเราคนเดียวนะ เรารู้คนเดียวเป็นปัจจัยตั้ง สันติภูจฺจิกอ รู้จากหัวใจ มันจะมีคุณค่าเห็นใหม่

ถึงบอกสิ่งที่มันหงอยเหงาเศร้าสร้อยมันก็เกิดจากที่เรา เวลาทำลายหมดแล้วนะ มันก็สว่างไสว มันมีความสุขในหัวใจของเรา นี่ปัจจุบันธรรม ขอให้อยู่กับปัจจุบันนี้ อย่าให้กิเลสมันลากไปให้มัน เศร้าสร้อยหงอยเหงาจากภายนอก เศร้าสร้อยหงอยเหงาจากภายใน รื่นเริงอาจหาญกับการกระทำของเรา ถ้าใจมันสงบเข้ามา มันมีหลักเกณฑ์ เราจะรื่นเริงอาจหาญ เห็นใหม่

“ความวิเวก” ความวิเวกของเรา ความสุขของเรา ความสงบของเราจะเกิดกับเรา เห็นใหม่ สิ่งนี้ อุบัติจากหัวใจของเรา อุบัติจากพุทธะ อุบัติจากพระ อุบัติจากสงฆ์ เวลาในบ้านของเรา พ่อแม่เป็นพระ อรหันต์ของลูก เห็นใหม่ แต่หัวใจของเรา พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน นี่พระอรหันต์ของเรา หัวใจของเรา รักษาของเรา ประเสริฐกับเรา

ทุกคนมีสิทธิเสมอภาคเท่ากัน เพราะทุกคนเกิดมามีหัวใจ เกิดมีร่างกายเหมือนกัน แต่คนจะหาสมบัติอะไร หาสมบัติภายนอกหรือหาสมบัติภายใน?

ถ้าหาสมบัติภายใน เห็นไหม สมบัติภายในเขาก็ว่าคนนี้ไม่มีความสามารถ คนนี้ไม่อยู่กับโลก เขา ใจโลกเขานี้มันถึงกาลสิ้นสุดแล้วต้องพลัดพรากหมด ใจของเราถ้าหาได้เจอนะ มันไม่มีกาลที่สิ้นสุด มันถึงว่าถ้าเป็นบุญกิริยา เห็นไหม เป็นบุญกุศลมันก็เกิด-ตายพร้อมกับบุญอันนี้ มันก็ไปอยู่ที่ดี แต่ถ้ามันสิ้นสุดแล้วนะ มันสิ้นสุดของการเกิดและการตาย มันไม่มีที่สิ้นสุดเพราะอะไร เพราะมันอยู่คงที่ของมันนะ ความรู้สึกอันนี้คงที่ได้แล้วไม่มีความลังเลสงสัยว่ามันคืออะไร

มันเป็นของเรา มันเป็นสมบัติของเรา สมบัติของเรานะอุปฏฐากจากอะไร จากลุ่มลูกคลูกหลาน ขึ้นมาแล้วก็ตั้งตัวขึ้นมาได้แล้วเป็นสมบัติของเรา เป็นสมบัติของเราในปัจจุบันของเราถึงจะไม่เศร้า สร้อยหยอยเหงา มันจะรื่นเริงอาหาญ มันจะเป็นความสุขของเรา เอวัง