

## เทศน์เช้า วันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

เวลาเกิดมาทางโลก เห็นใหม่ เกิดมาทางโลกเราก็คือเราทุกข์เราร้อนกันนะ ทุกคนอยากเอาความสุข ทุกคนอยากหาความสุขหาความสบาย คิดเอาเองไง คิดว่าจะหาความสุขแล้วมันจะได้ความสุขสมความปรารถนาใหม่ มันเป็นโลก โลกก็ต้องคิดกันอย่างนั้นนะ อยากจะหาความสุขแล้วก็พยายามแสวงหากัน มันก็เป็นความสุขโลกๆ ใจ มันก็มีศาสนานะ ศาสนานี้มันทำให้มีความสุขได้เพราะอะไรรู้ไหม เพราะมันปล่อยโลกได้ ถ้ามันปล่อยปัญหาได้มันจะมีความสุข ถ้ามันตามปัญหานั้นไปมันจะจบที่ไหนล่ะ ปัญหาของโลกไม่มีวันจบหรอก

เกิดมาเกิดตายเกิดตายกันอยู่อย่างนี้ แล้วเวียนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้ตลอดไป เราก็ไม่รู้ว่าเป็นอันใหม่อันเก่านะ แล้วเราก็จะเวียนตายเวียนเกิดกันอยู่อย่างนี้ แล้วเราจะแก้ปัญหามัน ปัญหามันแก้ไม่จบหรอก ปัญหาทางโลกแก้ไม่จบ แต่มันมีนะ เราเกิดมาจากโลก เรานี้เกิดมาจากพ่อจากแม่ พ่อแม่เป็นโลกใหม่ แล้วพ่อแม่เกิดมาจากไหน พ่อแม่เกิดมาจากปู่ ย่า ตา ยาย นี่เกิดมาอยู่อย่างนี้แล้วมาเกิดตายเกิดตาย แล้วเมื่อก่อนคน ๑๖ ล้านคน แล้วตอนนี้ ๖๐ ล้านคนมันมาจากไหนล่ะ นี่ว่าจิตนี้หนึ่งเดียวเกิดได้หนึ่งเดียว มันไม่ได้คิดหรอก

คูตี ในพระไตรปิฎกนะ ภิภุชปฏิบัติดีปฏิบัติชอบมาก แต่คิดในจิ๋ว เห็นใหม่ ไปเกิดเป็นเส้น ภิภุชคนนี่ มนุษย์นี่ไปเกิดเป็นเส้น เป็นเส้นเป็นไรทำไมมันพลิกกลับมาได้ล่ะ แล้วคูตีตัวสีในสัตว์ที่เรามองเห็นนี่อธิบายภูมิ สิ่งที่เรามองเห็นได้มันยังเปลี่ยนแปลงสภาพตลอดเวลา แล้วจิตที่เรามองไม่เห็นมันจะเปลี่ยนขนาดไหน นี่การเกิดเป็นมนุษย์ มนุษย์สมบัติเป็นอริยทรัพย์ ถึงจะทุกข์ก็ทุกข์อยู่ ทุกข์เพราะอะไร ทุกข์เพราะมีทางออกไง เพราะมีศาสนา ถ้าไม่มีศาสนาไม่มีทางออกนะ

นี่เรามาเสียดสละกันนี้ทุกข์ใหม่ เราชวนขวายนามาเป็นทรัพย์สินเงินทองของเราแล้วมาเสียดสละออกไปนี่ มันเสียดสละออกไปเพื่ออะไร เราไม่ใช่เสียดสละออกไปแบบคนที่ไม่มีสติปัญญา เราสละออกไปเราโยนทิ้งเธอ เราไม่ได้โยนทิ้งนะ เราเสียดสละออกไปด้วยความพอใจ เราเสียดสละด้วยหัวใจนะ หัวใจมันเคารพศรัทธาในศาสนา มันเคารพ

ศรัทธาในครูบาอาจารย์ เห็นไหม น้ำมันเปิดออก เปิดสิ่งที่หมักหมมในหัวใจนี้ออก นี่การเสียดละ ความตระหนี่ถี่เหนียวคือกิเลสตัดหาความทะยานอยากอยู่ในหัวใจตลอดเวลา แล้วสิ่งนี้ได้สละมันออกไป แต่เราสละของเราไม่เป็น สละโดยโลกๆ เห็นไหม สละด้วยอามิส สละด้วยสิ่งของเป็นวัตถุนี้สละออกไป ขณะเสียดละออกไป คุณิ เขาทำกันเขายังทำได้แสนยากเลย

แล้วเราสละกิเลสนะ สิ่งที่เกิดเสียดหาความทะยานอยากในหัวใจเราจะสละมันออกไป ธรรมชาติมันสอนตรงนี้ไง มันถึงจะพ้นจากทุกข์ได้ ถ้าพ้นจากทุกข์ได้ ถ้าพ้นจากทุกข์ได้มันจะพ้นจากทุกข์จริง เวลาพ้นจากทุกข์จริง คุณิ นี่เวลาโยมเสียดละมา เห็นไหม เป็นวัตถุ เป็นอาหาร ภิกษุนี้รับมานะ แล้วถ้าไม่มีสติสัมปชัญญะนะมันจนตาย มันตายได้นะ ชูชกกินข้าวจนตาย นี่สิ่งที่กินจนตายมันก็ตาย เพราะอะไร เพราะมันอยากจะมีความสุข ไง อยากจะเสพ อยากจะกินอาหารเพื่อมีความสุข แล้วมันสุขจริงไหม มันก็เป็นแค่อิ่มเดียวเท่านั้นแหละ

แต่ถ้ามีสติสัมปชัญญะนะ นี่ปฏิสังขาโย ภิกษุฉันอาหารโดยไม่ปฏิสังขาโย ไม่พิจารณาก่อน เป็นอาบัติทุกกฏ เป็นอาบัติเลยนะ เพราะสิ่งนี้มันเป็นประโยชน์มาก เพราะอะไร เพราะเราหิวกระหายใช่ไหม นี่เราหิวมานี้ เราฉันมามือเดียวหรือเราอดอาหารมา ว่าสิ่งที่มันเป็นอาหารมานี้มันต้องการ มันแสวงหา แล้วเราก็ตัดสติ เรากินด้วยตัดหาความทะยานอยากเลย แต่ปฏิสังขาโยก่อน ตั้งสติก่อนนี่ โลกนี้เห็นไหม สิ่งนี้เป็นโลก เกิดมาก็เป็นโลก เกิดมาที่ธาตุ ๔ มันต้องการอาหารของมันโดยธรรมชาติของมัน นี่เป็นธรรมชาตินะ เรารู้ว่ามันเป็นธรรมชาติของมันอยู่แล้ว

นี่การดำรงชีวิตมันต้องมีอาหารทั้งนั้นนะ คุณิ เทวดา อินทร์ พรหม เขายังมีวิญญานอาหาร ผัสสาหาร เขาก็มีอาหารของเขาณะ การดำรงชีวิตต้องอาศัยอาหาร ต้องอาศัยนี้สืบต่อ แล้วสืบต่อไปนี่ เราสืบต่อมาเพื่อประโยชน์กับเราไหม ถ้าเราสืบต่อนะ ถ้ามันเป็นประโยชน์ คุณิ การกินอาหารทางโลกเขากินอาหารเพื่อสุขภาพนะ ถ้าคนกินอาหารด้วยตามลื่นของตัวเองนะ มันก็เกิดโรคภัยไข้เจ็บ แม้แต่โรคยังเป็นอย่างนั้นเลย

แต่ถ้าเป็นธรรมละ เป็นธรรม เห็นไหม กินโดยหัวใจกิเลสมันกินก่อน ถ้ากิเลสกินก่อนนะ วันนี้จะกินอะไร วันนี้จะเป็นอะไร มันต้องการอะไร มันกินไปก่อนแล้วนะ กินไป

ก่อนแล้วเราก็อทำตามมัน มันก็ตัวอ้วนขึ้นบ่อยๆ เข้า กิเลสมันจะอ้วนมาก ยิ่งปรนเปรอมัน กิเลสมันยิ่งตัวอ้วนขึ้นไป เห็นไหม

เราปฏิบัติงาโยนะ เราฉันทเพื่อดำรงชีวิต เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บอกภิกษุให้ฉันเหมือนกับว่าหยอดล่อเกวียนไม่ให้มีเสียงดังเท่านั้นนะ ดำรงชีวิตไป สภาวะแบบนี้ แล้วมันขัดกับโลกใหม่ โลกถ้าได้เสพสุขมันสุขไซ้ใหม่ แล้วนี่เราเสียสละ ออกมันจะสุขอย่างไร มันสุขนะ มันสุขที่เราชนะตนเองไง

นี่เรานักปฏิบัตินะ ถ้าเราต้องการทำความสงบของใจ เราต้องการปัญญาของเรา แต่ เวลาประสบการณ์มันเข้าไปไปเผชิญในการทำกัตถิงานะ แล้วเราควบคุมไม่ได้ เราควบคุม ไม่ได้นะ เวลาผ่านเหตุการณ์นั้นไป ผัสสะได้แค่กระทบผ่านไป พอผ่านไปเราจะไปนั่งสมาธิภาวนานี้ นั่งไปแล้วก็นั่งหลับ นั่งไปแล้วนี่ เพราะร่างกายมันกดถ่วงนะ ธาตุ ๔ ชั้น ๕ มันกดถ่วงใจ ธาตุ ๔ ชั้น ๕ บีบคบีบใจเรา

สิ่งที่เป็นเครื่องมืออาศัยนะ คุณี คุณไฟฟ้าในบ้านเรานี้เราแค่อาศัยมันนะ ถ้ามัน ลัดวงจรมันช็อตไหม ไหม้หมดเลย มันไหม้บ้านเรานะ ไฟนี้มันไหม้บ้านเรา ความคิดเราก็คือ ไหม้เรา ธาตุ ๔ ชั้น ๕ มันไหม้ตัวเราเอง เห็นไหม มันไหม้เพราะเราไม่มีกำลังสู้มัน เห็นไหม แล้วเราก็อปล่อยมันตามธรรมชาติของมัน มันก็มีกำลังเหนือเรา มันก็เหยียบย่ำเรา มันก็กดทับเรา แล้วเราจะเอาความสงบ เราจะภาวนาของเราเอาความสงบ แล้วสงบได้อย่างไร ในเมื่อ ธาตุ ๔ ชั้น ๕ มันเหยียบย่ำอยู่

แต่เราผ่อนอาหาร เห็นไหม ผ่อนอาหารเพราะมันเสียสละ เสียสละสิ่งที่เป็นสิทธิของเรา ภิกษุไม่ฉันเป็นคณะ คณะคือฉันเป็นวง ภิกษุคณะโกชนันเป็นอาบัติปาจิตตีย์ ภิกษุฉันเป็นส่วนบุคคล นี่เราบิณฑบาตมาของนี้ตกบาตรมา สิ่งที่ตกบาตรมาเราเอาใส่บาตรมา สิทธิของเราเต็มที สิทธิเราเต็มทีเลย แต่ขณะนั้นเราทำไมต้องไปผ่อนล่ะ ทำไมเราต้องไปงดล่ะ แล้วทำไมเราต้องคัดแปลงเรากล่ะ สิทธิของเรานะ สิทธิของเราๆ ยังต้องทอนมันเลย ทอนเพื่อไม่ให้มันมีกำลังเหนือเกินไป นี่แล้วว่าตามสิทธิ์ๆ เรียกร้องสิทธิ์กันแล้วก็เอาสิทธิ์นี้มาเหยียบย่ำตัวเอง แต่ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะเราจะผ่อนอย่างนี้ พอผ่อนอย่างนี้ปั๊บธาตุ ๕ ชั้นมันเหยียบย่ำเราไม่ได้ สิ่งที่เป็นประโยชน์เราจะให้เป็นประโยชน์เราต้องรักษาของเรา เห็นไหม ไฟ ถึงเวลามันชำรุดขึ้นมาเขาต้องซ่อมต้องแซมของเขา เห็นไหม

นี่ก็เหมือนกัน ร่างกายมันต้องการอาหารก็ซ่อมแซมมันพอใช้ประโยชน์เท่านั้นนะ  
ไม่ให้มันเหิมเกริมจนเราควบคุมมันไม่ได้ มันควบคุมไม่ได้นะ กินอ้วนนอนอุ่นไม่คิดเรื่อง  
อื่นหรอก คิดถึงกามราคะทั้งนั้น แต่ถ้าเราตัดทอนมันเรา ตัดทอนมัน รักไหม รักไม่กิน...  
รักไหม รักไม่กิน... อยู่อย่างนั้นนะ มันจะรักไปได้อย่างไรในเมื่อมันไปไม่ไหว ร่างกายมัน  
ไปไม่ไหวหรอก รักแล้วไม่กิน ถ้ามันมีกำลังขึ้นมาตัดทอนมัน ตัดทอนมัน เห็นไหม นี่ผู้  
ฉลาด ผู้เสียสละ

นี่ไงธรรมชาติมันชนะตรงนี้ไง ธรรมชาติมันชนะโลกตรงนี้ไง เราปรารถนาความสุขกัน  
แล้วก็ปรนเปรอมันนะ ทะเลอมไม่เต็มหรอก ตัณหาความทะยานอยากสิ้นฝั่ง ไม่มีวันพอ  
หรอก ถมไปเถอะไม่มีวันพอ เสียสละนี่พอ ตัดทอนมันนี่พอ ถ้าตัดทอนมันพอมันเห็น  
โทษด้วย ถ้าเราตามเราไป เห็นไหม เราจะเกิดโรคร้ายไข้เจ็บ มันจะไม่เกิดประโยชน์อะไร  
กับเราเลย แต่ถ้าเราดำรงชีวิตพอดำรงชีวิตนี้ เพราะอะไร เราเกิดมาเป็นโลก เราเกิดมาเป็น  
มนุษย์ เห็นไหม

เวลาพระโมคคัลลานะรูปดวงคำไปแล้วไปพักอยู่ที่บ้านคนหนึ่ง เขาอยากจะถวายกาม  
พระโมคคัลลานะไม่ยอม ไม่ยอม เห็นไหม แล้วพูดหลุดปากไปว่านอนออกจากช่อง  
ทวารทั้งหมด เห็นไหม แล้วเป็นตามจริง เพราะพระโมคคัลลานะเป็นอัครสาวกมีฤทธิ์มาก  
เห็นแล้วเขาก็เจ็บปวดของเขา สงสารเขามาก

นี่เวลาไปถามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยากช่วยเหลือเขาณะ “อยาก  
ช่วยเหลือเขาจะแก้ไขอย่างไร” องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “ไม่ได้หรอก มัน  
เป็นกรรมของเขา เขาสร้างของเขาแล้วแก้ไขไม่ได้ กรรมมันหนักนัก ใหญ่แน่”

“ใหญ่ขนาดไหน”

“ใหญ่เท่ากับแผ่นดิน”

ขอคุณแผ่นดิน เหาะออกไปพระโมคคัลลานะหลงทิศไง แล้วกลับออกมาเห็นโทษ  
ของมันไง ไปถามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “กามนี้ให้โทษจริงหนอ กามนี้ให้  
โทษจริงหนอ” นี่เวลาคนที่เห็นธรรมนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า “โมคคัล

ลานะ เราตถาคตก็เกิดมาจากกามนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิดมาจากพ่อจากแม่นะ เราตถาคตก็เกิดมาจากกาม แล้วเอากามมาสร้างคุณงามความดี”

เราเกิดเป็นโลก เราเกิดมานี้เกิดมาจากโลกนี้แหละ เราเกิดมาแล้วเราจะสร้างคุณงามความดีใหม่ เราจะชนะตนเองใหม่ เราเกิดมาจากกามแล้วเราก็จะหมกมุ่นอยู่ในกาม แล้วเราจะสืบต่อไปให้โลกมันจะหมกมุ่นเวียนไปอย่างนี้อีกหรือ แต่เราเกิดมาจากกามแล้วเราเอาสิ่งนี้ทำคุณงามความดี เพราะมันปฏิเสธไม่ได้ เป็นเรื่องของโลกใจ

เราปฏิเสธโลกไม่ได้นะ ไม่ใช่ให้ปฏิเสธโลกแต่ให้ควบคุมมัน ให้ควบคุมมัน ให้เก็บรักษามัน เราก็เกิดมาอย่างนั้นเพราะมันเป็นธรรมชาติ มันเป็นวิถุณะ มันเป็นการดำรงเผ่าพันธุ์ เห็นไหม เขาสงวนรักษาไว้เผ่าพันธุ์เขากลับสูญพันธุ์อยู่นี่ เขารักษาของเขาไว้ แต่มนุษย์ไม่ต้องกลัวสูญพันธุ์หรอก คูลีจาก ๑๖ ล้านเป็น ๖๐ ล้าน แล้วจะสิ้นโลกไปอยู่นี้ ต้องควบคุมกำเนิดกันอยู่นี้มันเพราะอะไร ก็นี่เขาคิดกันอย่างโลก ควบคุมกำเนิดมันก็มีกรรม มันก็มีความเป็นไป มันเป็นไปไปหมดเพราะมันเป็นวาระ โลกนี้มันจะหมกมุ่นไปอย่างนี้

โลกนี้มันอนิจนัตถ์ คือมันจะเป็นอย่างนี้ตลอดไปนะ แต่มันเป็นอนิจจัง คือมันแปรสภาพ เวลาคนเกิดขึ้นมาโดยวาระนี้ มันเกิดมาคูลี เราผลาญทรัพยากรกัน เห็นไหม แล้วก็บอกว่าของเสียจากอุตสาหกรรม ตอนนี่ของเสียจากมนุษย์นี่มหาศาลเลย การชำระของเสียจากมนุษย์ที่มนุษย์ขับถ่ายออกนี่ ของเสียนี้มหาศาลเลย แล้วมันแปรปรวนไป ถึงคราวมันเป็นไปตามธรรมชาติของมัน ตามสภาวะแบบนั้น นี่โลกๆ นะ โลกมันเป็นอย่างนั้น เราปฏิเสธเรื่องนี้ไม่ได้ เรื่องนี้มันมีอยู่แล้ว แล้วเราก็เป็นส่วนหนึ่ง เราเป็นอันหนึ่งในโลกนี้ แล้วเราจะแก้ไขของเราอย่างไร นี่แล้วเราปรารถนาความสุขกับมันได้ไหม มันเป็นแปรสภาพอยู่อย่างนี้ มันเป็นอนิจจังอยู่อย่างนี้ แล้วมันแปรปรวนอยู่อย่างนี้

แต่เราเป็นชีวิตๆ หนึ่งที่เกิดมาอยู่ในโลกนี้แล้วใช่ไหม เราดำรงชีวิตของเราไปแล้วเรารักษาของเรา เรามีสติสัมปชัญญะ เราจะรักษาตัวเราแล้วรักษาใจ โลกนอก-โลกใน โลกนอกจะหมกมุ่นไปสภาวะแบบนี้ แต่โลกใน โลกของเรา โลกที่ศึนนะ หัวใจนะ ถ้ามันชำระล้างได้นะมันประเสริฐมหาศาลเลย มันประเสริฐ มันเหนือโลกได้อย่างไร มันเหนือโลกได้ เพราะมันมีความเข้าใจ มีปัญญาที่เหนือโลกใจ

โลกนี้เราบริหารไม่ได้ เราจัดการมันไม่ได้ มันแปรสภาพอย่างนี้ มีแต่ประคองกันไปอย่างนี้ โลกมันประคองอย่างนี้ มันเป็นสภาวะ มันเป็นสภาวะกรรม คุณติ เศรษฐกิจแต่ละภูมิภาคมันเป็นไป มันยังไหวไปทั่วโลกเลย เห็นไหม เดียวนี้โลกมันแคบ ทุกอย่างมันแคบ เพราะอะไร เพราะเทคโนโลยีมันพัฒนาขึ้นมา

แต่โลกของเราในหัวใจนี้ไม่มีใครมาแบ่งปันส่วนประโยชน์จากเราได้เลย โลกอันในเป็นโลกของเรา โลกในเราแก้ไขได้ โลกในเราควบคุมได้ โลกในสำคัญมาก โลกในคือความรู้สึก โลกในคือโลกทัศน์ โลกคือความรู้สึก ความคิดนี้ ถ้ามั่นพันจากความคิดไป เห็นไหม จิตนี้มันพันจากความคิดไปเราควบคุมมันด้วยปัญญาของเรา ทำลายทั้งหมดแล้วนี้ คุณติว่ามันอิสระขึ้นมา มันจะมีความสุขขนาดไหน ศาสนามันประเสริฐที่นี้

โลกนอกทรัพยากรค่อยหาค้น ทุกอย่างค่อยหาค้น ที่ไหนขาดแคลน ที่ไหนต้องช่วยเหลือกัน จุนเจือกันตลอดไป แต่ถ้าโลกทัศน์ภายในนี้เรารักษาของเราเอง เราควบคุมของเราเอง มรรคญาณเกิดขึ้นมากับเราเอง นี้ธรรมจักรเกิดจากใจ ธรรมะเกิดจากหัวใจ ธรรมนี้ เห็นไหม พันโลกกันอย่างไร เราจะไปตื่นโลกกันอยู่นั้น เราจะพันโลกไปไม่ได้เลย แต่ถ้าเราเกิดมาในโลกนี้แล้วเราย้อนกลับมา ศาสนาทวนกระแสกลับมาให้เห็นโลกภายในด้วย แล้วเราแก้ไขโลกภายในของเรา เราจะประเสริฐมาก

นี่ศาสนาสำคัญอย่างนี้นะ นี่กิจกรรมที่เราทำกันนี้เป็นกิจกรรมของศาสนา เห็นไหม ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา นี่ศาสนาฝากไว้กับบริษัท ๔ แล้วบริษัท ๔ บริหารจัดการ บริหารจัดการจากข้างนอกมันเป็นวัฒนธรรม แล้วย้อนกลับมาในหัวใจ อย่างที่อันนี้ ในหัวใจสำคัญกว่า ในหัวใจสำคัญกว่า สิ่งที่เราเกิดบนโลกแล้วเราอาศัยโลกมันอยู่ แล้วก็ย้อนกลับมาหาตัวเอง แล้วย้อนกลับมาแก้ไขที่หัวใจนี้ แล้วจะพ้นจากหัวใจนี้ไป พ้นจากกิเลสไปทั้งหมดนะ

นี่ถ้าเรายังไปกับโลกเราไปไม่รอด แต่ถ้าเราอยู่กับโลกแล้วเราย้อนกลับมาที่เรา เราไม่เบียดเบียน เราเป็นคนที่ดี เราเป็นคนที่ยังคงพึ่งอาศัยได้ สังคมมีความร่มเย็นเป็นสุข ร่มเย็นเป็นสุขไปจากเรา เรามีความร่มเย็นเป็นสุขก่อนนะ แล้วสังคมจะมีความร่มเย็นเป็นสุข เอวัง