

เทศน์เช้า วันที่ ๘ มกราคม ๒๕๕๔

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

โลกสมมุติ วันนี้เป็นวันของเขานะ วันนี้วันเด็ก เขาจับฉลากกัน วันของเด็ก เห็นไหม วันพระวันโกน วันของโยมไม่มี วันของโยมมีทุกวัน ฉะนั้นเราเกิดมาที่เราต้องมีสติ

คำว่ามีสตินะ ทุกคนผ่านจากการเป็นเด็กมาก่อน ทุกคนเกิดจากการปากกัดตีนถีบ มา บางคนเกิดมาสมความปรารถนา มีความสุขสบาย นี่มีค่าเท่ากัน มีค่าเท่ากันอยู่ที่หัวใจ ถ้าหัวใจมันมีความรับรู้ ความรู้สึกอยู่ คุณเด็กกตัญญูนะ เขาปากกัดตีนถีบ เขาพยายามช่วยเหลือในครอบครัวของเขา นี่เขาสร้างของเขามาดี แต่ถ้าเป็นเรามองทางโลก เห็นไหม เขาจะมีความทุกข์ของเขา

เขาสร้างมาดีเพราะว่าจิตใจของเขาดี เขากตัญญูของเขา เขากตัญญูด้วยความพอใจ ถ้าจิตใจของเด็กไม่ยอมรับ เขาก็พยายามหาทางออกของเขา นั่นคือทุกข์ของเขา แต่จิตใจของเด็กกตัญญูนะ เขาเช็ดขี้เช็ดเยี่ยวพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ของเขา เขาดูแลรักษา เห็นไหม สิ่งนั้นมันกล่อมหัวใจของเขานะ มันกล่อมหัวใจให้คนๆ นั้นเป็นคนดี แล้วคนอย่างนี้ จะมีความเพียร มีความวิริยะ มีความอดุสาหะ เพราะเขาเห็นคุณค่าของชีวิตไง เพราะสิ่งนั้นจะกล่อมใจของเขา

ดูในปัจจุบันนี้นะ นี่เราไม่เห็นด้วยนะ เขาบอกว่าสัตว์เลี้ยงนี้เลี้ยงแล้วจิตใจคนจะอ่อนโยน แต่เราไปกักขังเขานะ เราไปกักขังเขา การเลี้ยงสัตว์ เลี้ยงต่างๆ นี่จิตใจของคนจะอ่อนโยน จิตใจของคนจะดี จิตใจไม่แข็งกระด้างนั้นมีการฝึก เห็นไหม แต่นี่ด้วยความกตัญญูกตเวทีของเขา นี่เขาฝึกของเขา สิ่งนั้นจะทำให้จิตใจของเขารับรู้ว่าเป็นประโยชน์ สิ่งใดไม่เป็นประโยชน์ แล้วเห็นคุณค่าของชีวิต

เรามีชีวิตเหมือนกัน มีคุณค่าเท่ากัน แต่เราใช้จ่ายชีวิตของเราด้วยความฟุ่มเฟือย แต่เด็กบางคน ผู้ใหญ่บางคนเขาใช้ชีวิตของเขา เก็บหอมรอมริบของเขา คุณสิ หลวงปู่ฝั้น ท่านบอกไว้ “หายใจทิ้งเปล่าๆ” หายใจเข้าและหายใจออกมีค่าเท่ากันคนละ ๑ ครั้ง แต่คนที่หายใจโดยที่ไม่มีประสพการณ์ ไม่มีความรู้ แต่คนที่มิประสพการณ์นั้นก็อย่างหนึ่ง..

คนที่มึสติ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโร เห็นใหม่ นึกพุทโร นึกพุทโรคือมึสติมึส
ตัง ถ้ามึสติขึ้นมา ความผิดพลาดความพลั้งเผลอของชีวิตเขาจะไม่มี

แต่การกระทำนี้ธรรมชาติของกิเลสในหัวใจของมนุษย์ สิ่งใด ความคึ้นชิน จาก
สิ่งที่เราออกชุดงค์กันเพื่อไม่ให้คึ้นชิน ถ้าไม่ให้คึ้นชินสิ่งต่างๆ นี้มันจะคึ้นตัว ความมึสติ
ความกำหนดพุทโรมันจะคึ้นตัวตั้งแต่ทีแรก แต่ถ่าพุทโร พุทโรไป มันจะคึ้นชิน พอคึ้น
ชินปั๊บมันจะตกวงค์ ของมันไป มันจะจางหายไป นี้แล้วก็ตั้งสติใหม่ ตั้งสติใหม่ เพราะ
การกระทำ นี้ทวนกระแส

แต่ถ่าธรรมดาเวลามันส่งออกไปมีอารมณ์ความรู้สึกใช้ใหม่ สิ่งนั้นมีความฝึงใจ
มันคิดซ้ำคิดซาก คิดซ้ำคิดซาก.. แต่พุทโร เห็นใหม่ พุทโร พุทโร เพื่อไม่ให้มันคิดซ้ำคิด
ซากอย่างนั้น เพื่อพยายามจะให้จิตมันทรงตัวของมัน ถ่าจิตทรงตัวของมันนะสัมมาสมาธิ
ถ่าคนมีสมาธินะคนจะมีความสุข สุขเพราะเหตุใด เพราะที่เราทุกข์กันอยู่ที่นี่เราทุกข์
เพราะความฝึงช่าน เราทุกข์เพราะความรู้สึกนึกคิด

จิตกินความรู้สึกนึกคิดเป็นอาหาร มันกินอาหารของมันไ้ แล้วอาหารนี้เป็นพิษ !
พุทโร พุทโรนี้เป็นอาหารที่สะอาดบริสุทธิ์ อาหารที่เป็นชีวิติต อาหารที่มีคุณค่า อาหารที่
มันไม่เจือด้วยสารพิษ อาหารที่ทางโลกเขาว่าพวกเนื้อสัตว์พวกต่างๆ เราว่ากินเข้าไปแล้ว
มันจะให้โทษกับทางร่างกายด้วยแต่คนก็ชอบ แต่ถ่าอาหารเป็นพวกผักพวกหญ้าคนไม่
ชอบ เพราะเห็นว่ามันไม่มีรสชาติ รสชาติไม่ได้คึ้งใจ

ความรู้สึกนึกคิด ! ความรู้สึกนึกคิด เห็นใหม่ คุณติ สิ่งใดที่เราคิดแล้วเรามี
ความรู้สึก คิดสิ่งไหนขึ้นมาแล้วมันเจ็บช่าน้ำใจ คิดแล้วมันก็นี้ แต่ถ่าคิดสิ่งดีๆ ละ สิ่งนี้
เพราะอะไร เพราะมันมีตัณหา มีสมุทัย.. นี้ตัณหาความทะยานอยาก ความผลัดไ้ที่ความ
ไม่พอใจ สิ่งนี้มันเป็นตัณหาความทะยานอยาก มันเป็นเรื่องของกิเลส แต่ถ่าเราพุทโร พุท
โร พุทโร อาหารที่จิตสนิทนี้ความสงบของใจ

ถ่าจิตมันสงบขึ้นมา เห็นใหม่ วุฒิภาวะของใจ ถ่าใจมันพัฒนาขึ้นมา นี้ เหมือน
เด็กๆ เปรียบเทียบเด็กๆ ว่า นี้คุณติ คุณความฉลาดของเขา คุณติ เขาว่าปัญญาของเขา คุณความไ้
เดียวสาขาของเขา เวลาโตขึ้นมา พอเราโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่เราต้องมึมารยาทสังคัม เราต้องมึ

ต่างๆ เห็นใหม่ ความรู้สึกนึกคิดต้องเก็บไว้ในใจ เราจะแสดงออกอย่างนี้มันเป็นการเสียมารยาท นี่เราฝึกหัด

นี่ก็เหมือนกัน เรื่องของโลกเป็นอย่างนั้น เรื่องของสุขุมยปัญญา การศึกษานะ ธรรมะเป็นอย่างนั้น ทุกอย่างเป็นอย่างนั้น แต่ความเป็นจริง คุณติ การแสดงออกโดยข้อเท็จจริงในหัวใจ เห็นใหม่ นี่ความรู้เดียวสาคือความไม่รู้ ความรู้เดียวสาคืออวิชชา แต่มันรู้ตัวมันใหม่ ? มันรู้.. มันรู้แบบไร้เดียงสา มันไม่รู้แบบมีปัญหา

ถ้าเรามีสติปัญญาของเรา เรามีสติแล้วเรามีสมาธิของเรา เหมือนเราเป็นผู้ใหญ่ เราจะทำความรู้สึกความนึกคิดสิ่งใด สิ่งใดเป็นโทษ สิ่งใดเป็นคุณ นี่เราคัดแยกของเรา ถ้าสิ่งที่เป็นคุณนี่เราพิจารณาของเรา

สิ่งที่เป็นคุณ สิ่งที่เป็นคุณนะถึงเป็นคุณมันก็เกิดดับ ถึงเป็นคุณมันก็เกิดขึ้นมาชั่วคราว เรามีสติปัญญาขึ้นไป ถึงเป็นคุณนะเป็นคุณก็ไม่เป็นความจริงกับเรา มันเกิดกับเรา เห็นใหม่ สติปัญญาตามไป.. สติปัญญาตามไป พุทฺโธ พุทฺโธนี่ พุทฺโธเพื่อบังคับไม่ให้คิดออกไปนอกกลุ่มนอกรทาง ให้ระลึกถึงพุทธานุสติ แต่ถ้ามันใช้ปัญญาอบรมสมาธิ มันคิดสิ่งใด คิดคิดชั่วมันก็เกิดดับเหมือนกัน นี่มีสติปัญญาตามไปๆ สุดท้ายมันก็ปล่อยวางทุกๆ อย่างเข้ามา

ปล่อยวาง เห็นใหม่ เพราะความคิดไม่ใช่จิต ถ้าความคิดเป็นจิตนะ ความคิดต่างๆ ที่เราทุกข์ยากอยู่เป็นเรานะ เราอยู่ไม่ได้หรอก นี่มันเกิดเพราะค้นหาความทะยานอยาก มันยูแห่ย์ นี่ถ้ามันยูแห่ย์ สิ่งนั้นชอบ ยึดมัน สิ่งนั้นไม่ชอบ ผลักไส นี่ทุกข์ทั้งนั้นแหละ.. แต่ถ้าอภัยกฤตนี้รับรู้ รับรู้แล้วเบลอๆ รับรู้นี้อภัยกฤตใจ เวทนา ๓ ถ้าเวทนา ๓ มันเป็นธรรมชาติของมัน นี่เราพัฒนาของเรา

เราจะบอกว่า เราเห็นเด็ก เห็นต่างๆ มันไร้เดียงสามันน่ารักนะ เราก็เป็นเด็กมาก่อนนะ เราก็โตมาแล้ว เด็กของเราที่จะโตไปข้างหน้า ผู้ใหญ่ที่ดี คุณติ เราพยายามฝึกฝนของเรา.. เขาบอกว่าประเทศชาตินี้เราฝากไว้กับเด็กนะ ประเทศชาติเราฝากไว้กับเขา เขาจะโตมาเป็นผู้ใหญ่ ถ้าเขาโตมาดีมันจะเป็นประโยชน์มาก

แล้วผู้นำที่ดี.. เราเกิดในผู้นำที่ดี เกิดในต่างๆ ที่ดี เห็นไหม นี่เกิดในประเทศอันสมควร เกิดในพ่อแม่อันสมควร เกิดในสัมมาทิฐิ ความเห็นดีเห็นงาม ความเห็นผิดเห็นถูก เราเห็นตามความเป็นจริงของเรา เราพัฒนาของเรา.. มองโลกนี้ ถ้าจิตที่มันเป็นธรรมนะ มองสิ่งใดจะย้อนกลับมามันเปรียบเทียบได้ มันเป็นธรรม แต่ถ้าเป็นโลกมองนะมันขัดแย้งไปหมด มันไม่พอใจไปหมด มันจะทำให้สิ่งนั้น ทำไมไม่เป็นอย่างนั้น ทำไมไม่เป็นอย่างนั้น เห็นไหม

มันเป็นอย่างนั้น ! มันเป็นอย่างนั้นเพราะว่าเราเกิดในประเทศอันสมควร ความรู้สึกของเขา ความนึกคิดของเขา เขาเกิดขึ้นมา เห็นไหม คนจิตใจหยาบ จิตใจปานกลาง จิตใจละเอียดอ่อน จิตใจของเขาเกิดอย่างนั้น แล้วจิตใจนี้มันแก้ไขได้ มันแก้ไขต่อเมื่อจากใจดวงหนึ่งสู่ใจดวงหนึ่ง นี่ใจใจดำ ถ้าเขาใจใจดำของเขา เขาพละทักของเขา เขาแก้ไขของเขา เขาเปลี่ยนโปรแกรมของเขา เขาพัฒนาของเขา แต่ถ้าเขามีการต่อต้าน นี่อย่างนี้มันเป็นเวรเป็นกรรม เห็นไหม ก็มีโอกาที่เราจะแก้ไขอย่างไร

นี่การแก้ไขหัวใจใจ เราเลี้ยงดูร่างกายกัน ลูกเต้าหลานเหลนของเราๆ เลี้ยงขึ้นมา เห็นไหม มันโตขึ้นมาได้โดยธรรมชาติของมัน แต่เราจะเลี้ยงลูกเต้าหลานเหลนของเราให้เป็นคนดีนี่ยากมาก เราจะให้เขามีความคิดเหมือนเรายากมาก แต่ถ้าเขาไปประสบของเขาอะ เขาอ้อ.. อ้อ.. เลยนะ

นี่ใจอุทกภาวะไปตามวัย วัยของเด็กมีความคิดอย่างหนึ่ง วัยของผู้ใหญ่มีความคิดอย่างหนึ่ง วัยของผู้แก่ชราคือมีประสบการณ์คิดอย่างหนึ่ง จิตใจของเราก็เหมือนกัน ถ้าเรายังไม่ภาวนา เรายังอยู่ของเรานี้ จิตใจของเรามันไม่มีทางเป็นผู้ใหญ่ขึ้นมาได้เลย มันเป็นไปตามธรรมชาติไป ตามความรู้สึกนึกคิดที่มันขับเคลื่อนออกมา

แต่ถ้าเรามีสติปัญญาขยับขยับมัน มีสติปัญญาควบคุมมัน เห็นไหม ถ้ามีสติปัญญามันจะพัฒนาขึ้นมา ถ้ามันพัฒนาขึ้นมาเราจะแยกแยะของเรา นี่มันต้องมีสติแล้วมีปัญญาของเราคัดเลือกเอง คัดเลือกฝึกฝนใจเราเอง

นี่เวลามรรค ๘ เห็นไหม “เราจะล่วงพ้นทุกข์ด้วยความเพียร” ความเพียร ความวิริยะอุตสาหะนี่จะทำให้เราล่วงพ้นความทุกข์ไปได้ แต่ความสุขสบาย ความสุขเอาเผา

กิน ความมั่งง่าย ความนอนจมอยู่กับกิเลส พ้นจากกิเลสไปไม่ได้หรือ มันเป็นอย่างนั้นแหละ

นี่ความวิริยะ ความอดุสาหะ ความเพียรของเรา มันก็เป็นความลำบาก.. ความลำบากเพราะเราพอใจ ลำบากเพราะเราจะต้องการคุณงามความดี ลำบากเพื่อทำคุณงามความดี เราฝัน.. แต่ถ้ามันไหลไปตามกิเลสมันพอใจทั้งนั้นแหละ แต่ความพอใจนั้นพอใจในไม่พอใจนะ เพราะคำว่าพอใจ เพราะมันยังสดยังใหม่อยู่ แต่พอคุ้นชินขึ้นมาไม่พอใจแล้ว

พอคุ้นชินเสร็จขึ้นมามันก็ต้องหาใหม่ๆ หาใหม่มากขึ้นนั่นล่ะ ไม่มีอะไรพอใจหรือ เป็นเหยื่อ มันล่อมันหลอกเท่านั้นแหละ ไม่มีอะไรที่เราจะพอใจได้หรือ แต่เพราะมันยังสดยังใหม่อยู่มันก็ว่ามันพอ แต่พอมันเบื่อขึ้นมามันก็จะหาของมันใหม่อีกแล้ว

นี่มันเป็นเรื่องของความพร่องของใจ แต่ถ้าเรามีสติปัญญามันจะอิมเต็มของมันได้ มันจะมีจุดขึ้นของมันได้ แล้วถ้ามีจุดขึ้นแล้วเราใช้ปัญญาของเรา แยกแยะของเรา.. โลกุตตรปัญญา ปัญญาที่จะชำระสะสาง ปัญญาที่เราจะให้พ้นจากความหมักหมมของใจ มันเต็มได้ด้วยการกระทำของเรา

จะนั่นสิ่งที่เรามองโลก.. มองโลก วันนี้วันเด็กเป็นวันของเขา เราก็เป็นเด็กมาก่อน เราก็จะดูแลรักษาของเราไป เราครบวงจร ตั้งแต่เด็ก ตั้งแต่ผู้ใหญ่ ต้องชราภาพไปนี้มันครบวงจรของมัน แต่ ! แต่เรามีสิ่งใดติดมือเราไป เราจะออกเดินทางต้องมีเสบียงไป

ของในสมบัติสาธารณะ สิ่งต่างๆ แก้วแหวนเงินทอง ทรัพย์สมบัติเป็นของมรดกตกทอดให้กับลูกหลานมันไป คุณงามความดีของเราเท่านั้น ความดีและความชั่วในหัวใจจะเป็นสมบัติตามเราไป ยิ่งใครตั้งสติ ยิ่งใครภาวนา นี่มันเห็นว่าชีวิตเป็นอย่างนี้เอง เห็นใหม่ ชีวิตเป็นอย่างนี้เอง เรารอเวลาอันนั้น ถ้ารอเวลาถึงที่จะไป เราจะไปอย่างไร แต่ถ้ายังไม่ถึงเวลาไป เราต้องตั้งสติของเรา เห็นใหม่ มีค่าเท่ากัน ถึงมีชีวิตอยู่ ถึงจะไปที่ก็มีค่าเท่ากันถ้าเราทำใจของเราได้

เรารักษาใจของเรา.. นี่ศาสนาสอนที่นี้ แล้วมันไม่บกพร่อง ไม่มีการขาดแคลนใน หัวใจ มันมีความอิมเต็มของมัน แต่ถ้ามันบกพร่องของมันนะ เราทุกข์เราร้อน เราวิตกกังวลไปทุกๆ อย่างเลย.. ถ้าเราทำของเราดีแล้ว เราทำชีวิตเราดีที่สุดแล้ว ชีวิตของเราเกิดมาเราทำสิ่งที่ดีที่สุด เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้ทำเราก็ทำทุกอย่างแล้ว ทำทาน รักษาศีล ภาวนา

หน้าที่การงานของโลกเราก็ทำ เราทำของเราเพื่อสิ่งนี้เป็นปัจจัยเครื่องอาศัยเพื่อดำรงชีวิต ปัจจัย ๔ เครื่องอาศัยของร่างกาย เครื่องอาศัยของชีวิตนี้.. แล้วชีวิตนี้ นี่หัวใจ สิ่งใดที่เป็นอาหารของมัน อาหารที่เป็นคุณธรรมของมัน เพื่อจากใจดวงนี้ เวลาตายจิตออกจากร่าง จิตนี้จะมีคุณสมบัติอย่างไรไป นี้เพื่อประโยชน์กับจิตของเราเอง เวลาไปเกิดเป็นคนใหม่ เกิดต่างๆ เป็นชาติใหม่ ภพชาติใหม่มันจะย้อนมา

เราก็เหมือนกัน เกิดซ้ำเกิดซากกันอยู่อย่างนี้ แต่เราไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไรหรอก แต่ถ้ามันเป็นจริงเรารักษาของเราได้ การเกิดซ้ำเกิดซากนั้นมันเป็นพันธกรรม ตัดแต่งพันธกรรม การเกิดที่ดี การทำที่ดี จิตใจที่ดีพัฒนาขึ้นไปที่ดี วุฒิภาวะที่ดี เห็นแต่สิ่งดีๆ คิดแต่สิ่งดีๆ ทำแต่สิ่งดีๆ แต่สิ่งที่มันไม่ดีคือกิเลสมันมีของมันอยู่ เรามีสติปัญญาขยับยั้งไว้ จนถึงที่สุดเราทำลายที่สุดนะ จิตนี้จะพ้นไปจากทุกข์ เอวัง