

เทศน์เช้า วันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๕๔

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

เวลาเราสวดมนต์ เห็นไหม สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายจึงมีความสุขเถิด อย่าได้ทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย เวลาเราทุกข์กาย ถ้าหัวใจเราดี การรักษาร่างกายนั้นหมอมจะรักษาได้ง่าย ถ้าเราทุกข์กาย แล้วหัวใจมันทุกข์ด้วย มันป่วย ๒ คน กายก็ป่วย ใจก็ป่วย ถ้าใจมันป่วยขึ้นมา ร่างกายนั้นมันจะทรุดเอาๆ เลย แต่ถ้าจิตใจมันไม่ป่วยนะ หายเด็ดขาด! อยากรู้ก็หาย

ร่างกายนั้นหายได้นะ จิตใจเข้มแข็งมันทำได้ทุกอย่าง อย่างเลย สรรพสิ่งทั้งหลาย ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน แต่ถ้าหัวใจเราอ่อนแอ แล้วเราก็ไม่เข้าใจหัวใจของเราด้วย แล้วเราก็พยายามเหยียบย่ำหัวใจของเราเองด้วย เราตีโพยตีพายไป เราทำคุณงามความดีมา มหาศาล เราเป็นคนสร้างแต่คุณงามความดีมา ทำไมเราไม่ประสบความสำเร็จ ทำไมเราไม่มีแต่ความทุกข์

ความทุกข์อย่างนี้มันมีกรรมเก่า กรรมใหม่ เวลากรรมเก่าขึ้นมา เห็นไหม จิตได้สำนึกเรานี้ เราไม่ต้องการคิดสิ่งใดเลย เราไม่ต้องการคิดสิ่งที่มันเป็นอกุศล เราไม่ต้องการสิ่งใดที่เป็นต้นเหตุความทะยานอยากเกิดจากหัวใจของเราเลย แต่ทำไมมันผูกขึ้นมาอย่างกับดอกบัวเลยล่ะ ทำไมมันผูกขึ้นมาแต่เรื่องที่ไม่ดีๆ ทั้งนั้นเลยล่ะ ไอ้เรื่องที่ดีๆ ทำไมมันไม่ผูกขึ้นมาล่ะ

นี่ไง นี่ภวาสวะ ภพ เป็นที่อยู่ของอวิชา เป็นที่อยู่ของความไม่รู้ ความไม่รู้ มันทำสิ่งใดไปมันก็สะสมสิ่งที่หนักหน่วงเอาไว้ในใจ แล้วเราก็ปฏิเสธมัน ว่าเราเกิดมาชาตินี้ เราเกิดมาในพุทธศาสนา เราก็ตั้งใจทำบุญกุศลของเรา เราทำคุณงามความดีทั้งนั้นเลย ทุกคนตั้งใจแต่ทำคุณงามความดีทั้งนั้นแหละ แต่ทำไมไม่สมความปรารถนา

ความไม่สมความปรารถนา เห็นไหม เวลาเรารักษาไข้ ไข้มันอยู่ในร่างกาย ไปรักษาที่ผิวหนังมันหายไหม คนเราเวลาเป็นแผลเรื่องต่างๆ การรักษาต้องรักษาที่ผิวหนัง เพราะผิวหนังมันเกิดแผลไข้ไหม แต่เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ไวรัสต่างๆ เชื้อต่างๆ มันอยู่ใน

ร่างกายนี้ เวลากิเลสอวิชชา มันเป็นอนุสัย มันนอนเนื่องในใจ มันอยู่ในจิตได้สำนึก มันอยู่ในก้นบึ้งของใจ แต่เวลาความรู้สึกนึกคิด เราก็คิดแต่ดีๆ ทั้งนั้นแหละ เราก็คิดแต่ความดีๆ แต่ทำไมเราควบคุมใจเราไม่ได้ล่ะ

ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันย้อนเข้าไปชำระล้าง ย้อนเข้าไปทำให้หัวใจเราสะอาดบริสุทธิ์ไง ถ้าหัวใจเราไม่สะอาดบริสุทธิ์นะ หัวใจนี้ ความไม่สะอาดบริสุทธิ์ คุณิเวลาเซลล์มันแบ่งตัว เห็นไหม มันแบ่งตัวของมันตลอดเวลา นี่เวลาคิดขึ้นมา เวลาคิดเล็กน้อย ย้ำคิด ย้ำทำ คิดบ่อยๆ เข้า เดี่ยวทุกข์ตัวใหญ่ๆ เลย ทุกข์มันจะมหาศาลเลย เหยียบย้ำหัวใจเราเลย เพราะอะไร เพราะเราย้ำคิดย้ำทำแต่สิ่งที่มีมันเป็นความทุกข์

สิ่งที่เป็นความทุกข์ เห็นไหม หลวงตาท่านสอนบ่อย ท่านบอกว่า “อย่าเสียดายอารมณ์”

เวลาเรามีอารมณ์ความรู้สึก อย่าไปเสียดายมัน นี่เราไปเสียดายอารมณ์เราไป โอ๊ย.. อันนั้นก็ดี อันนี้ก็ดี อาลัยอารมณ์มันไป ทั้งๆ ที่เราควรจะสลัดมันทิ้ง ถ้าเราสลัดมันทิ้งไป ความทุกข์มันจะไม่มีในหัวใจของเรา แต่เราไปอาลัยอารมณ์มันเองไป ไม่กล้าสลัดทิ้ง พอสลัดทิ้งแล้วจะไปอยู่ที่ไหนล่ะ นี่เวลาสลัดทุกอย่างทั้งหมดแล้วจะไปไหนล่ะ บ้านนี้จุดไฟเผาทิ้งได้ไหม บ้านก็คือบ้านของเรา บ้านของเราต้องทำความสะอาดสิ เราจะไปเผาทิ้งได้อย่างไร

ไอ้นั้นมันเป็นบ้าน มันเป็นวัตถุ มันก็ต้องทำความสะอาด ฝุ่นจับต่างๆ เราก็ต้องเช็ดต้องถูของเรา แต่หัวใจมันเป็นนามธรรม ยิ่งสลัดยิ่งสะอาด ยิ่งสลัดยิ่งดี ยิ่งทำลายยิ่งใสสะอาดนะ แต่พวกเรานี้ไม่กล้าทำลาย ไม่กล้าขยำมัน ไม่กล้าทำลายหัวใจของตัวเองไปทะนุถนอมมันไป ยิ่งทะนุถนอมก็เท่ากับทะนุถนอมกิเลสไปด้วย

นี่สลัดทิ้งไปเลย อย่าไปเสียดายอารมณ์ความที่มันเผาใจเรา สลัดมันทิ้งไป แต่ที่มันสลัดไม่ได้ มันสลัดไม่ได้เพราะอะไร เพราะมันฝังใจ มันอยากคิด มันมีความพอใจ มันพอใจ มันอยากคิด มันอยากจะอยู่กับเรา คิดแล้วคิดเล่า คิดแล้วมันมีรสชาติ นี่ไงถ้ามีรสชาติ เราก็ต้องมีปัญญา นี่วันนี้คิดมาก็ร้อยหน วันนี้คิดมาก็พันหน เห็นไหม นี่เขาเรียกว่าปัญญาอบรมสมาธิ

ถ้าเราใช้ปัญญาใคร่ครวญมัน ความคิดก็คิดแล้วคิดเล่า มันจะทำได้หรือไม่ได้ ถ้าเราอยู่หน้างาน เราทำมันก็จบไปแล้ว แต่นี่มันเป็นความคิด วิดกกังวลไปเฉยๆ ถ้าวิดกกังวล ทำไมเราวิดกกังวลล่ะ ทำไมเราโง่งขนาดนี้ล่ะ เห็นไหม ถ้ามีปัญญาขึ้นมา ถ้ามันคิดแล้ว ย้ำคิดย้ำทำ ถ้ามีปัญญาขึ้นมาก็ใคร่ครวญความคิดนั้นแหละ

ความคิดนั้นมันเกิดมาจากไหน เราคิดขึ้นมาแล้วมันให้ผลอะไรกับเรา ถ้ามันให้ผลสิ่งที่เป็นทุกข์กับเรา แล้วคิดทำไมล่ะ ทำไมเราไม่คิดสิ่งที่ดีๆ ละ? เราคิดสิ่งที่ดี คิดแล้วมันก็จืด คิดแต่สิ่งที่ดีงามแล้วนะ มันก็เท่านั้นแหละ แต่ถ้าคิดถึงความทุกข์ คิดถึงสิ่งใดที่มันบาดหมางในใจ มันมีรสชาติดีมาก นี่เพราะอะไร เพราะเราไม่เคยฝึก

เวลาทุกคนบอกว่าศาสนานี้ทุกคนเข้าใจได้ แต่ทำไมมันทุกข์ล่ะ? ทำไมมันทุกข์ล่ะ? นี่ไง เราขาดการฝึกฝนกันนะ เวลาเราจะไปวัดไปวา ทำบุญกุศลนี้เราทำได้ ทาน ศีล นี่มี แต่ภาวนาไม่มี ถ้าภาวนาไม่มี เราไม่ฝึกฝนของเรา

ทุกคนรู้ เรามีเงินมีทองขึ้นมาเราต้องประหยัดมัธยัสถ์ แต่เวลาเข้าไปในห้างฯ มันจ่ายหมดเลย กลับมาแล้วก็มาปวดหัว นั่นมันเป็นเพราะอะไรล่ะ เพราะว่าเราไม่ได้ฝึกฝน เรามีความจำเป็นแค่ไหน เราควรใช้ยังไง นี่เราก็ใช้แต่ความจำเป็นของเรา เห็นไหม มันหัดคิดใจ หัดคิด หัดฝึกฝน จิตใจมันก็เข้มแข็งขึ้นมา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรามีปัญญาของเรา เราคิดของเรานะ มันเห็นจริงๆ นะ มันเห็นว่าคิดอย่างนี้ก็เจ็บ คิดอย่างนี้ก็ปวด เวลาคิดถึงสิ่งที่ดีล่ะ มันไม่คิดเพราะอะไรล่ะ มันไม่คิดเพราะว่า นี่สิ่งที่นอนเนื่องในใจ มันเป็นอวิชชา มันเป็นความไม่รู้ มันเป็นกิเลสตัดหาความทะยานอยาก ในการประพฤติปฏิบัติเรา ที่ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะกิเลสมันผลัดไต่

ธรรมะนะให้คุณงามความดี คุณอกซิเงิน คุณอากาศสิ มันมีประโยชน์ทั้งนั้นแหละ มันมีความดีทั้งนั้นแหละ ธรรมะ เห็นไหม มันเป็นสิ่งที่ดีๆ ทั้งนั้นแหละ แต่เวลาเราอยากได้สิ่งที่ดีๆ ใช้อกิเลสตัดหาความทะยานอยากนี่มันคาดมันหมาย มันคาดมันหมาย มันวิตก มันวิจารณ์ มันผิดพลาดเพราะกิเลสเราเองไง

ฉะนั้นพอมันผิดพลาดเพราะกิเลสเราเอง เห็นไหม คุณติ คนนั่งรอบข้างเราเป็นคนดีหมดเลย มีแต่ใจเราที่แหละมันไม่ดี สิ่งใดๆ ก็แล้วแต่ ในใจเราที่แหละมันมีปัญหาในใจของเราเอง ถ้ามันมีปัญหาในใจของเราเอง เราจะต้องตั้งสติแล้วมีคำบริกรรม ทำความสงบของใจให้ได้ ถ้าใจมันสงบขึ้นมาจะ อย่างที่ว่าปัญญาที่เราสลัดทิ้งอารมณ์ๆ ปัญญาอย่างนี้มันเป็นปัญญาเกิดจากสัมมาสมาธิ คือปัญญาเกิดจากมีหลักมีเกณฑ์ มันถึงจะเป็นปัญญาที่เราจับต้อง ที่เราสัมผัส

แต่อารมณ์ความรู้สึกมันเกิดดับๆ มันแรงขับจากหัวใจ เราไปจับต้องอะไรมัน มันมีแต่ไฟเผาเรา แต่ถ้าจิตมันสงบนะ แล้วเรากควบคุมมันนะ เวลาปัญญามันเกิดขึ้นมานี้ ฮ่า.. นั่นก็ผิด นี่เราก้ไม่เข้าใจ ทำไมเมื่อก่อนมันคิดอย่างนี้ไม่ได้ ทำไมตอนนี้มันคิดได้

นี่มันเกิดจากความสงบของใจนะ สัมมาสมาธิ ถ้าจิตมีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา มันมีสิ่งใดเกิดขึ้นมามันจะเป็นธรรม สิ่งที่เป็นธรรมนี้เราต้องฝึกฝน เราขาดการฝึกฝนกัน เราขาดการกระทำกัน แต่เราว่าเราเข้าใจธรรมะ เราเข้าใจธรรมะ เข้าใจแล้วได้อะไรละ เราเดินผ่านธนาคารนี้ เงินในธนาคารมีเท่าไรห้ละ เงินของใครละ ก็ของธนาคารไง มันเป็นเรื่องของเราที่ไหนละ

นี่ไง ธรรมะอยู่ในตู้พระไตรปิฎกไง ศึกษาแล้วก็แล้วกันไง นี่เราขาดการฝึกฝน ถ้ามันมีการฝึกฝนขึ้นมา การฝึกฝนที่เรามาฝึกกันอยู่นี้ เรามาทำกันอยู่นี้ เรามาทรมานกิเลสนะ เราไม่ได้มาทรมานเรา แต่กิเลสมันอยู่ในหัวใจเรา เห็นไหม เวลานั้นสมาธินี้ เรานั่งสมาธิ เราตั้งใจเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา บังคับไม่ให้คิดไม่ให้ทำ นี่เรายังดับกิเลสเรายังดับความเคยใจของเราเราจะสู้กับเราไง

ชนะใครก็แล้วแต่ หมิ่นแสบ คุณด้วยพัน คุณด้วยล้าน สร้างเวรสร้างกรรมทั้งนั้นแหละ แต่ถ้าเราชนะอารมณ์เรา เราชนะความรู้สึกนึกคิดของเรา เห็นไหม ชนะนี้ประเสริฐที่สุด แล้วถ้าชนะที่ประเสริฐแล้วนะ มันอยู่ที่ไหนนะมันก็อยู่ได้

เวลาเราอยู่ของเรา นะ อยู่โคนไม้นี้ ถ้าเราไม่มีหลักไม่มีเกณฑ์มันจะน้อยเนื้อต่ำใจ คุณติเขามีแต่ความสุขกัน เรามานั่งอยู่โคนไม้ ฝนตกก็เปียก เวลาแดดร้อนก็ร้อน ทำไมเราต้องมาทุกข์กับเขาขนาดนี้ แต่ถ้าจิตใจมันมีหลักมีเกณฑ์นะ แหม.. โคนไม้นี้สุดขอดเลย โคนไม้นี้สุดขอดเลย มันไม่มีใครมาแย่งเรา มันเป็นเรื่องที่ไม่มีใครปรารถนา

เวลาเราประพฤติปฏิบัติกัน เขาให้เข้าป่าช้า เข้าป่าเข้าเขา มันเป็นชัยภูมิที่เขาไม่มีใครต้องการ เราเข้าไปในเมืองนะมีแต่คนต้องการ เขาแสวงหากัน เราไปสิ่งที่ไม่มีความต้องการ ไม่มีใครมาแข่งชิงกับเรา ถ้าไม่มีใครมาแข่งชิงกับเรานะ ใจเรารักษาได้ไหม เวลาเราอยู่คลุกคลีกันนี่เรารักษาใจเราได้ เพราะอะไร เพราะมันเพลิน มันคุยโม้กันทั้งวันเลย แต่พออยู่คนเดียว ความคิดนี้มันรุนแรงมาก

ความคิดนะ อยู่คนเดียวให้ระวังความคิด เวลาความคิดมันเกิดขึ้นมา เห็นใหม่ แล้วถ้าเรากำจัดความคิดนี้ได้ จัดระเบียบของมัน จัดระเบียบของมันให้เข้าสู่ระเบียบ ถ้าเข้าสู่ระเบียบนี้สัมมาสมาธิ แล้วถ้าเข้าสู่ระเบียบแล้วนะ คนที่มีระเบียบวินัยเวลาทำอะไรก็ทำแต่ความถูกต้องดีงามไปหมด

หัวใจของเรานี้จัดระเบียบให้ดีแล้ว เห็นใหม่ เป็นสัมมาสมาธิ เวลาปัญญามันเกิดขึ้นมา เขาเรียกว่า “โลกุตตรปัญญา” ปัญญาเหนือโลก ปัญญาเหนือกิเลสเรา ปัญญาเหนือความที่มันเกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพราะมีสติมีปัญญาควบคุม แล้วพอมันเกิดขึ้นมานะ พอมันใช้ปัญญาใคร่ครวญแล้วนี่มันซาบซึ้ง มันซาบซึ้งนะ พอคิดถึงชีวิตก็น้ำตาไหล คิดถึงความทุกข์ก็น้ำตาาร่วง

มันซาบซึ้ง..มันซาบซึ้ง ซาบซึ้งเพราะอะไรล่ะ ซาบซึ้งเพราะเราจัดระเบียบความคิดดีแล้ว แล้วมันเกิดโลกุตตรปัญญา แต่ความคิด ความรู้สึกเรานี้ เขาเรียกโลกีย์ปัญญา มันเกิดจากกิเลส เกิดจากอวิชชา ไม่ได้จัดระเบียบความคิดของเราให้มันเรียบร้อยไว้ มันคิดหน้า คิดหลัง คิดยอก คิดย้อน คิดต่างๆ มันคิดของมัน แล้วมันได้อะไรล่ะ? ก็ได้แต่ความทุกข์ แต่เวลาจิตเป็นสัมมาสมาธิ ระบบระเบียบความคิดของเราจัดดีแล้ว เวลาเกิดปัญญานี้เขาเรียก “โลกุตตรปัญญา”

โลกุตตรปัญญา คือมันรู้เท่าทันความคิดของเรา มันรู้เท่าทันความรู้สึกนึกคิด แล้วมันเห็นโทษ เห็นคุณแล้ว พอเวลาเห็นคุณ เห็นใหม่ มันซาบซึ้ง มันซาบซึ้ง แล้วเราอยากให้มีมันซาบซึ้งอีก มันไม่ซาบซึ้งแล้ว ไม่ซาบซึ้งเพราะอะไร เพราะสมาธิของมันใช้แล้วมันเสื่อม ของอะไรใช้แล้วมันจะเริ่มจางลง..จางลง.. แล้วกลับมาทำสมาธิให้มากขึ้น แล้วพอเดี๋ยวมันก็ซาบซึ้งอีก แล้วซาบซึ้งที่ลึกซึ้งกว่านี้ ซาบซึ้งจนน้ำตาไหล น้ำตาาร่วงนะ

หลวงตาท่านบอกว่า เวลาโลกธาตุท่านหวั่นไหว ท่านสลัดโลกธาตุทิ้ง ท่านน้ำตาไหล ท่านกราบแล้วกราบเล่า กราบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้รื้อค้นสังขารอันนี้ นี่รื้อค้นมาด้วยบุญญาธิการขององค์ศาสดาเราเป็นสาวก สาวกะ เราพยายามรื้อค้นกัน เราต้องรื้อค้นกลับไปในที่หัวใจของเรา

ความรู้สึกนึกคิด วิชาชีพนี้มันเป็นการดำรงชีวิต แต่โลกุตตรปัญญาที่มันจะเกิดขึ้นมาได้ มันไม่เกิดขึ้นง่ายๆ หรือภวนามยปัญญาไม่เกิดขึ้นง่ายๆ เกิดขึ้นจากความเพียรกล้า เกิดขึ้นจากความวิริยะอุตสาหะ เกิดขึ้นจากการนั่งสมาธิ ภาวนา การเดินจงกรม ไม่ได้เกิดขึ้นจากการศึกษา ไม่ได้เกิดขึ้นจากการค้นคว้า เกิดขึ้นจากการเดินจงกรม จากการนั่งสมาธิ ภาวนา แล้วมันจะเห็นคุณค่าของใจนี้ว่ามีคุณค่าแค่ไหน เอวัง