

เทศน์เช้า วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

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

เวลาอยู่ทางโลกนะ สิ้นค้าที่ขายไปแล้วเขาบำรุงรักษาดี ถ้าเขาบำรุงรักษาสิ่งนั้นดี บริการดี สิ้นค่านั้นขายแล้วคนจะติดใจ นี่การดูแลรักษา การบำรุงรักษา การบำรุงรักษาของโลกเขา เราเกิดมาก็เหมือนกัน ร่างกายของเราถ้าใครดูแลรักษา ใครดูแลรักษาอย่างใดมันก็ประสบความสำเร็จพอสมควร แต่คนเรามีเวรมีกรรม เห็นไหม เวลาคนแข็งแรง คนแข็งแรงทางร่างกายและแข็งแรงทางจิตใจ จิตใจของคนเข้มแข็ง ถ้าเข้มแข็ง ร่างกายจะอ่อนแอขนาดไหน จิตใจนั้นจะบำรุงรักษา ร่างกายนั้นให้ดีขึ้นมาได้ด้วยกรรมโอสธ

ถ้ากรรมโอสธ เห็นไหม นี่ครูบาอาจารย์ของเราเจ็บไข้ได้ป่วยอยู่ในป่า นี่เจ็บไข้ได้ป่วยอยู่ในป่านะ ถ้ามีสติมีปัญหา นี่ใช้ปัญญาไล่ตอนเข้าไป พิจารณาธรรมเข้าไปในจิตใจของตัวเอง มันปล่อยวางได้ แม้แต่โรคประจำตัวก็ยังหายได้เลย เห็นไหม นี่กรรมโอสธ แต่ถ้าจิตใจของเรายังไม่เข้มแข็งพอ ธรรมโอสธ เราพยายามของเรา แต่กำลังของจิตมันไม่มี ถ้ากำลังของจิตไม่มี นี่เราพยายามจะรักษาของเรา ถ้าจะรักษาของเรา ร่างกายต้องเสื่อมสภาพไปเป็นธรรมดา

ถ้าคนร่างกายเสื่อมสภาพไปเป็นธรรมดานะ เราต้องไปหาหมอให้หมอรักษา หมอรักษาเพื่ออะไร? เพื่อบำรุงรักษาร่างกายนี้ให้กลับมามีกำลังขึ้นมา ถ้ามีกำลังขึ้นมา ร่างกายแข็งแรงมีกำลังของมันขึ้นมา จิตใจมันไม่กดถ่วงกัน ถ้าจิตใจมันกดถ่วงนะ แม้แต่ร่างกายกับจิตใจอยู่ด้วยกันมันยังกดถ่วงกันเลย

ฉะนั้น เวลาเราทำบุญกุศล เราทำบุญกุศลกันมา ให้บุญกุศลบำรุงรักษา บำรุงรักษา เห็นไหม นี่เวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏะ ถ้าเวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏะ มีบุญกุศลรักษาขึ้นมา เราเกิดมานี้ สมประกอบ ร่างกายสมประกอบ อากาศ ๓๒ สมบูรณ์ นี่เกิดมาแล้วร่างกายมันก็ยังแข็งแรงขึ้นมา ถ้าคนแข็งแรงขึ้นมา คนไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ บางคนโรคภัยไข้เจ็บน้อยมาก บางคนเจ็บกระออก กระแอดตลอดไป นี่เราทำบุญกุศลเพื่อเหตุนี้ไง ทำบุญกุศลเพื่อให้พันธุกรรมของใจเกิดมามีบุญพาเกิด

ร่างกายนี้ชราคร่ำคร่าเป็นธรรมดา แต่ชราคร่ำคร่าเป็นธรรมดา เราชราคร่ำคร่าไปด้วยที่มัน
แข็งแรง ด้วยที่มันดูแลรักษาไปตลอดรอดฝั่ง นี่มันต่างกันไง ต่างกัน คนที่ล้มลุกคลุกคลาน เห็น
ใหม่ แต่คนล้มลุกคลุกคลานขนาดไหนมันก็ต้องบำรุงรักษาหัวใจด้วย ถ้าหัวใจมันเข้มแข็งขึ้นมา
ร่างกายก็เข้มแข็งตามขึ้นมา จะบำรุงรักษาอย่างไรมันก็ง่าย

คูลี เวลาคนเจ็บไข้ได้ป่วย เห็นใหม่ คนไข้ที่ดี หมอเขาดูแลรักษาง่าย เพราะอะไร เพราะ
เขาร่วมมือกับหมอ ถ้าหมอรักษาไปแล้วคนไข้อ่อนแอ คนไข้ที่ว่าไม่ยอมบำรุงรักษาตัวเอง กินแต่
ของแสลง คนไข้ นั้น ร่างกายนั้นก็แข็งแรงขึ้นมาได้ยาก ถ้ามันแข็งแรงขึ้นมาได้ยากนะ แต่คนก็
มีความเห็นนั่นแหละ เพราะจิตใจอ่อนแอไป

ฉะนั้น เรื่องของร่างกายอยู่ที่การบำรุงรักษาของเรา เรื่องการออกกำลังกายของเรา เรื่อง
ดูแลสุขภาพของเรา นี่ดูแลสุขภาพนะ แต่จะดูแลสุขภาพขนาดไหนมันก็ชราคร่ำคร่าเป็นธรรมดา
นี่ชราคร่ำคร่าเป็นธรรมดา แต่ถ้าเรามีสติปัญญาเราเข้าใจสิ่งนี้ได้ ถ้าเราเข้าใจสิ่งนี้ได้เราจะซาบซึ้ง
ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิดขึ้นมานะ สรรพ
สิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจัง สิ่งใดเป็นอนิจจัง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา

สิ่งใดเป็นอนิจจัง นี่ความชราคร่ำคร่าเป็นอนิจจังอยู่แล้ว มันต้องเป็นทุกข์ ถ้าเป็นทุกข์
ขึ้นมา ความทุกข์มันคงที่กับเรา เพราะมันชราคร่ำคร่าไข้ใหม่ เราเห็นขึ้นมาแล้วเราก็เป็นทุกข์ ถ้า
เป็นทุกข์ขึ้นมา ถ้าเรามีธรรมะไง ธรรมะ เห็นใหม่ ความเป็นไตรลักษณ์ มันเป็นอนัตตา เกิดขึ้น
ตั้งอยู่แล้วดับไป ความทุกข์มันทุกข์เพราะเหตุใด มันทุกข์เพราะเราไม่ได้สมความปรารถนา ความ
ทุกข์เพราะเราตั้งเป้าแล้วไม่ได้ตามเป้าของเรา เห็นใหม่ ความทุกข์

ความทุกข์นั้นถ้าเรามีสติปัญญา ความทุกข์นั้นมันก็เป็นอนัตตา ถ้าเราไม่มีสติปัญญา มันไม่
เป็นอนัตตา ความทุกข์มันอยู่กับเรา ความทุกข์อยู่กับเราไง ทุกข์ทั้งร่างกาย ทุกข์ทั้งจิตใจ
ร่างกายก็ทำให้เราทุกข์ สิ่งใดไม่สมความปรารถนาสักอย่างหนึ่ง อยากให้มันสมความปรารถนา
มันก็ไม่มีสิ่งใดสมความปรารถนาเราเลย ไม่สมความปรารถนามันก็เป็นความทุกข์ แล้วความทุกข์
จิตใจมันก็เป็นความทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนิจจังแล้วมันก็สร้างความทุกข์มา ถ้าเราศึกษาธรรมขององค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันเป็นอนัตตา ความทุกข์เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ถ้าเรามี
สติปัญญานะ

แต่ถ้าไม่มีสติปัญญา มันไม่เป็นอนัตตา ความทุกข์นั้นมันเหยียบย่ำหัวใจ ความทุกข์นั้นมันกดทับอยู่นั่นนะ แล้วยังกดทับมันยิ่งน้อยเนื้อต่ำใจ มันยิ่งรุนแรงมากขึ้น รุนแรงมากขึ้น มันไม่เป็นอนัตตาหรอก มันเป็นอัตตา อัตตาแล้วไม่ใช่อัตตาธรรมดานะ อัตตาแล้วมันบีบบี้สี่ไฟ มันบีบบีบหัวใจด้วย แต่ถ้ามีสติปัญญา เห็นไหม ความทุกข์นั้นเป็นอนัตตา ความทุกข์เป็นอนัตตา มันแปรสภาพ มันแปรสภาพของมันไป แต่ถ้ามีธรรมนะ เพราะอะไร นี่สิ่งที่เป็นวัตถุ คุณติ หนามตำเท้า เราเหยียบหนามออกจากเท้าไป เราก็หายเจ็บหายปวด ความทุกข์มันอยู่กับใจ เหยียบขนาดไหนมันก็ไม่ออก เหยียบไปแล้วมันก็ตอกอีก

หนามนี้ถ้ามันหลุดออกจากเท้าไปแล้วนะ ถ้าเราไม่ไปเหยียบซ้ำขึ้นมา มันจะไม่มีหนามเสี้ยนใหม่เข้าไปตำเท้าเรา แต่ความทุกข์ เห็นไหม ความทุกข์ พอมันมีสติปัญญา มันปล่อยางเดี่ยวก็ทุกข์อีก อันแก่นั่นแหละ อันแก่นั่นแหละ ทำไมมันเหยียบไม่ออก เห็นไหม มันไม่เป็นอนัตตาไง มันไม่เป็นอนัตตาเพราะมันไม่มีปัญญาไง ใจสิ่งที่มีมันเป็นขึ้นมา มันก็เป็นธรรมชาติของมัน

ธรรมะเป็นธรรมชาติ ธรรมะเป็นธรรมชาติ ธรรมชาติก็เป็นแบบนั้นแหละ นี่ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วดับไปมันก็เป็นอย่างนั้นแหละ มันเป็นอย่างนั้น แต่ไม่มีใครเห็น ไม่มีใครรู้ ถ้าไม่มีใครรู้ใครเห็น นี่เวลาร่างกายเราต้องบำรุงรักษาขึ้นมาให้มันเข้มแข็งขึ้นมา

จิตใจก็เหมือนกัน จิตใจนี้เราต้องมีสติปัญญาศึกษา เราไปวัดไปวา กันเพราะเหตุนี้ไง ไปวัดไปวา เห็นไหม คุณติ ศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นปริยัติ ใครๆ ก็รู้ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ตายหมดนะ เวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏะ เพราะมันไม่มีใครหลุดพ้นออกไปจากวัฏฏะได้ นี่ถ้าศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วประพฤติปฏิบัติขึ้นมา

นี่ก็เหมือนกัน ไปวัดไปวาไปฟังธรรมๆ ถ้าธรรมนั้นมันทิ่มลงหัวใจเรา เห็นไหม อืม! อันนี้ใช่ ถ้ามันสะเทือนใจเรา นี่ธรรมอันนั้นธรรมโอสถเราได้ลิ้มรสใจ แต่ถ้าเราไปวัดไปวา ไปวัดไปวา ก็ไปทำบุญแล้ว ทำบุญนี้มันจืดมันจืด มันไม่มีสิ่งใดเลย เพราะจิตใจเรา นี่ภาชนะที่มันคว่ำไว้ ภาชนะที่คว่ำไว้ ฟังธรรมๆ เพื่อเหตุนี้ไง ทำไมฟังธรรม ฟังทุกวันเลย ฟังจนเบื่อเลย ฟังแล้วฟังอีก มันก็พูดซ้ำๆ ซากๆ

ซ้ำๆ ซากๆ ธรรมะเก่าแก่ เห็นไหม ครูบาอาจารย์ท่านบอกธรรมะเป็นของเก่าแก่ ก่อแก่ นี้ภักทกับ ๕ องค์ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นองค์ที่ ๔ แล้วพระศรีอริยเมตไตรยจะมาตรัส

รู้ข้างหน้า นี่มันเป็นของเก่าแก่ แต่เป็นของจริง เห็นไหม ธรรมะดั้งเดิมมีอยู่แล้ว ธรรมะดั้งเดิมมีอยู่ แล้วมันอยู่ไหนล่ะ ถ้ามันมีดั้งเดิมอยู่แล้วเราก็ต้องไม่เกิดไม่ตายสิ เราต้องไม่มาเกิดอีกสิ นี่ว่า จิตเดิมแท้ที่ส่องใส จิตมันส่องใสแล้วอะไรมาเกิดล่ะ นั่นล่ะอวิชชาทั้งนั้นแหละ

นี่ศึกษาธรรมๆ ก็เหมือนกัน ฟังธรรมๆ ฟังธรรมเข้าหูซ้ายทะลุหูขวา เวลาครูบาอาจารย์ ท่านพูดนะ นี่พูดจนชินปาก ฟังจนชินหู แต่หัวใจมันด้าน หัวใจมันด้าน แต่ถ้าเราฟังธรรมมันไม่ ด้านนะ ไม่ด้านเพราะอะไร เพราะมันชนลูกชนพอง ถ้าชนลูกชนพอง มันสะเทือนใจใจ สิ่งที สะเทือนใจ เห็นไหม ถ้ามันสะเทือนใจ มันฟังธรรม ฟังธรรมเพื่อพิจารณา

ศึกษาธรรมๆ ศึกษาเป็นปริยัติ ถ้าปฏิบัติขึ้นมาก็ได้แต่เชื่อมั่นมา ได้แต่เชื่อมั่นมา เวลาปฏิบัติ เป็นพิธี นี่เดินจงกรมก็เดินจงกรม เดินจงกรม เห็นไหม ครูบาอาจารย์ท่านเดินจงกรมแล้วแต่ถ้า สติ สมาธิดีมันก็ลงสมาธิได้ง่าย เดินจงกรมเป็นปีเป็นเดือนมันไม่ได้ เวลาจิตมันเสื่อม มันไม่ได้ ก็ เดินเหมือนกัน ทำเหมือนกัน คนคนเดียวกันทำบางทีมันได้ บางทีมันไม่ได้เป็นเพราะอะไรล่ะ นี่ ใจ ที่ว่ามันเป็นอนัตตา อนัตตาตรงไหนล่ะ อนัตตาทำไมมันไม่เห็น ได้ผลสักที

เราต้องบำรุงรักษาใจใจ นี่ใจที่ว่าการบำรุงรักษาใจ ร่างกาย สิ้นค้าสิ่งใดที่เขาซื้อขายไปแล้ว เขามีการบริการ มีการบำรุงรักษา สิ้นค่านั่นเราก็บำรุงรักษาใช้ได้ตลอดไป อายุใช้งานได้มากขึ้น นี่ ก็เหมือนกัน ร่างกายของเราถ้าเราดูแลรักษาของเรา ในวิญญูะนี้เราก็ดูแลรักษาร่างกายของเราให้ เข้มแข็งขึ้นมา จิตใจขึ้นมา เวลาเวียนตายเวียนเกิดขึ้นไป นี่ดูแลรักษามัน ถ้าบุญกุศล บุญกุศลก็เป็น อามิส เกิดขึ้นมาแล้วก็สมความปรารถนา เกิดมาสิ่งใดก็เป็นอำนาจวาสนาบารมี ถ้าอำนาจวาสนา บารมี แล้วเราไม่ค้นคว้า ไม่ทำของเรา สัจธรรมจะเกิดขึ้นมาได้อย่างไร ถ้าสัจธรรมเกิดขึ้นมา บำรุงรักษาอย่างนี้ บำรุงรักษาเห็นไหม

สิ่งที่เขาทำกันๆ ภัตกิจมันช้อนขึ้นมา นี่ทำไมคนเขาทำของเขาแล้วเขามีความสุขของเขา ทำไมเราไม่มีความสุขของเรา ถ้าความสุขของเรา ทำไมมันไม่สมความปรารถนาของเรา ถ้าสม ความปรารถนาของเรา อะไรมันสมความปรารถนาล่ะ สมความปรารถนาคือความทะยานอยาก อย่างนั้นใช่ไหม คือสิ่งใดที่ตั้งเป้าหมายแล้วจะให้สมความปรารถนาของตัวเองอย่างนั้นใช่ไหม อันนั้นเป็นบุญใช่ไหม แล้วพอเราได้สมความปรารถนานั้นมันจะเป็นบุญจริงหรือเปล่า มันจะมี ความสุขจริงหรือเปล่า

ถ้าเป็นความสุขจริง เห็นใหม่ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี จิตที่มันสงบ มันวางของมัน ของมันต่างหาก มันจะมาวางได้อย่างไรละ ถ้ามันไม่มีกรรมโสดเข้าไปสะท้อนใจเรา ถ้ามีกรรม โสดเข้าไปสะท้อนใจเรา เห็นใหม่ นี่ฟังธรรมๆ ขนลุกขนพองใจใหม่ เวลาเรามีสติปัญญาของเรา เรากำหนดพุทโธ เราปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจิตมันสงบเข้ามา

ถ้าจิตไม่สงบ ไม่สงบเพราะอะไร จิตไม่สงบเพราะเราเข้าไปต่อสู้กับกิเลส กิเลสมันก็ต่อต้านใจใหม่ คุณติ เราจะจับสัตว์ เวลามันจนตรอก เขาว่าตีหมาอย่าให้มันจนตรอกนะ ถ้ามันจนตรอก มันจะกัดเอา นี่ก็เหมือนกัน เวลาเข้าไปต่อสู้กับกิเลส เวลาพุทโธๆ เข้าไป มันจะต่อต้านเอา มันจะพลิกแพลงเอา มันจะมีเล่ห์กลของมันออกมา ถ้าเล่ห์กลออกมา เราก็ไขว่ไขวของเราไป พอไขว่ไขว “อ้าว! ทำดีต้องได้ดีสิ นี่ก็ทำดี ทำไมไม่ได้ดี” เราก็เรียกร้องเอา ทำดีต้องได้ดี ทำบุญเสียสละทาน ไปถึงถวายพระก็จบ มันเป็นวัตถุที่เสียสละออกไป อารมณ์มันเสียสละออกไปไม่ได้ สิ่งใดที่มันกวนใจอยู่ที่นี่มันทำได้ยาก ถ้าทำได้ยากมันก็ต้องมีสติปัญญาขึ้นมา

ถ้ามีสติปัญญาขึ้นมา นี่คำบริกรรม ต่อสู้กัน สิ่งที่ต้องสู้กัน มันร้อนหัวใจของเราออกมา ถ้ามันร้อนหัวใจออกมา นี่มันวางสิ่งนี้มา มันก็เกิดความสงบเข้ามา ถ้าเกิดความสงบเข้ามา นี่ใจ สิ่งนี้แสวงหาๆ ที่ฟังธรรมๆ อยู่ที่นี่ เพื่อประโยชน์กับเราๆ นี่สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี เพราะจิตสงบเข้ามา มันรู้ของมัน ถ้ารู้ของมัน นี่ปัจเจกตั้ง สันติภูมิจิโก สิ่งนี้ที่มีคุณค่าๆ ใจ ร่างกาย เห็นใหม่ คุณติ เขาบำรุงรักษากัน เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไปโรงพยาบาลให้หมอดูแลรักษาของเรา จิตใจของเรา ถ้าเราไม่มีกรรมโสด ไม่มีสังกรรม ไม่มีศีล สมาธิ ปัญญาขึ้นมา เราจะบำรุงรักษาใจเราอย่างไร

บำรุงรักษา คนป่วยก็รักษาคนป่วยใจ คนป่วยรักษาคนป่วย เห็นใหม่ เวลาเราสงสัยก็คุยกับความสงสัยใจ ใจสงสัยกับสงสัยก็คุยกันไปใจ นี่มันเป็นตรรกะ เห็นใหม่ ปรัชญาต่างๆ ก็ปรัชญาธรรมะ แต่มันไม่เป็นธรรมะจริงขึ้นมา ถ้าเป็นธรรมะจริงขึ้นมา ถ้ามันสงบ เรารู้ว่าเราสงบ ถ้าสงบ มันพูดออกมาให้คนที่ไม่รู้เป็นไปไม่ได้เลย แต่ถ้าคนรู้กับคนรู้ฟัง เขาก็รู้แล้ว ถ้าเขารู้ขึ้นมาแล้ว สิ่งนี้ถ้ามันทำขึ้นมา นี่เราจะบำรุงรักษาใจเรา ถ้าเราบำรุงรักษาใจของเราได้ นี่เรามีคุณค่า คุณค่าที่นี้ พุทธศาสนาสอนสอนลงที่นี้ สอนลงที่หัวใจของเราที่นี้แหละ มันจะเป็นเศรษฐกิจธรรม มันจะทุกข์จนเจ็ญใจ จะเป็นทุกตะเจ็ญใจ จะเป็นเศรษฐกิจขึ้นมา มันก็เป็นเศรษฐกิจธรรมของเรา มันเป็นสังกรรมในหัวใจของเรา

ถ้าในหัวใจของเรา เห็นไหม ถ้ามันมีสติจะความจริงขึ้นมา นี่เวลามันพิจารณาของมันไป ถ้ามันจับต้องของมันได้ มันพิจารณาไป มันละมันวางของมัน ถ้ามันละวางของมัน นี่อริยทรัพย์ อริยทรัพย์มันจะเกิดที่นี่ ถ้าอริยทรัพย์มันเกิดขึ้นมา มันจะมองเห็นคุณค่าเลย เห็นคุณค่าว่าทรัพย์ ทางโลกมันก็เป็นเรื่องอย่างหนึ่ง สิ่งที่เขาแสวงหาก็จริงของเขา จริงของเขามันก็เป็นสมบัติของเขา แต่ถ้าเราได้อริยทรัพย์ขึ้นมา อริยทรัพย์จากภายใน แล้วอริยทรัพย์จากภายใน ทุกคนมีสิทธิ์หมดคนะ คนที่เขาแสวงหา เขาแสวงหากันมาด้วยน้ำพักน้ำแรงของเขา เวลาเราทำความสงบของใจเข้ามา มัน ก็สติปัญญาของเราทั้งนั้นแหละ นี่สติปัญญา พังกรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พัง กรรมของครูบาอาจารย์มา มันก็สะท้อนใจ มันก็เป็นเข็มทิศเครื่องดำเนินเท่านั้น แต่เวลาเป็นจริง ขึ้นมา แล้วเป็นจริงขึ้นมา

เวลาเราทำหน้าที่การงานขึ้นมา เราแสวงหาขึ้นมา ถ้าผลประโยชน์ได้ขึ้นมา เราถึงได้ขึ้นมา จากความเป็นจริง ใหนี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตสงบขึ้นมา เราก็คือรู้ว่าเราสงบเข้ามา ถ้ามันไม่สงบ ไม่สงบ ก็แสวงหา นี่ทางโลกของเขา เขาเจอจางกันได้ เราทำธุรกิจการค้า เรามีความผิดพลาดขึ้นมา ใน เมื่อเพื่อนฝูงหมู่คณะของเรามันก็ช่วยเหลือเจือจางเราได้ แต่เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมา สติเราไม่มี ขึ้นมา สมาธิเราไม่มี ใครจะมาเจือจาง เขาก็มีแต่การปลอบใจเท่านั้นแหละ มีครูบาอาจารย์ท่าน คอยให้กำลังใจ พยายามจะให้เราทำขึ้นมาให้ได้ นี่ธรรมะมันเป็นอย่างนี้ ธรรมะมันต้องทำขึ้นมา จากความเป็นจริงของเรา ถ้าเป็นจริงของเราละ มันก็เป็นจริงขึ้นมา มันก็เป็นจริงขึ้นมา นี่การดูแล รักษาใจใจ

โลกเขาดูแลรักษากัน คุณติ คนเจ็บ คนไข้ คนป่วย เขาไปโรงพยาบาล เขายังมีหมอรักษา เวลาหัวใจนี้ใครจะรักษาให้ละ นี่ไปหาครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ท่านแสดงธรรมให้ฟัง นี่ท่าน แสดงให้ฟัง ถ้าจิตใจมันปลงวางได้ จิตใจมันปลงวางได้มันก็เห็นร่องเป็นรอยที่เราจะเป็นไป ถ้า จิตใจมันปลงวางไม่ได้ พังกรรม นี่กรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันก็ซาบซึ้ง แต่มัน ก็ยังสงสัย มันก็ไม่ใช่ความจริงขึ้นมา

เราทำจริงของเราขึ้นมา เห็นไหม นี่ดูแลรักษาใจ เราต้องดูแลรักษาของเราเอง ร่างกายเรา ผากไว้ให้กับหมอ ผากไว้ให้กับทางโลกนี้ โลกนี้เขาจะดูแลให้เรา เพราะเราเกิดมาเป็นโลกด้วยกัน แต่หัวใจนี้ธรรมะดูแล มาศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วเข้าใจ นี่สิ่งใดเป็น อนิจจัง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา

สิ่งใดเป็นอนิจจัง สิ่งนั้นเป็นทุกข์อยู่แล้ว นี่สิ่งใดเป็นอนิจจังเพราะมันไม่ได้ตั้งใจ มันทุกข์หมดแหละ ไม่ได้ตั้งใจ มันขัดแย้งมันคัดค้านไปหมดแหละ แล้วมันก็เป็นอย่างนั้น ทุกข์ก็อยู่กับเรา ทุกข์ก็อยู่กับเรา นี่ธรรมดา ทุกข์นี้เป็นอนัตตาๆ มันเป็นอนัตตาตรงไหนล่ะ มันยังตอกย้ำ ยิ่งคิด ยิ่งเจ็บ ยิ่งคิดยิ่งซ้ำยิ่งซากอยู่นั่นล่ะ

แต่ถ้าปัญญามันเกิดขึ้นมานะ ถ้าจิตมันสงบเข้ามานะ นี่ถ้าเป็นปัญญาทางโลกก็เป็นปัญญา อบรมสมาธิ เป็นสมาธิขึ้นมา นี่ไง ทุกข์ตรงนี้ ทุกข์มันชี้หัวอยู่นี่ ถ้าเป็นสมาธิขึ้นมา คือสติจิต คือจิตเดิมแท้ นี่ทุกข์มันเกิดตรงนี้ ทุกข์มันเกิดตรงนี้ แล้วเห็นไหม ถ้าจิตมันเห็นทุกข์ ถ้ามันสงบเข้ามา มันก็ปล่อยวางเข้ามา มันก็บอกไม่เห็นทุกข์แล้ว ทุกข์หายไป ทุกข์หายไปเดี๋ยวมันก็เกิดอีก นี่ไง ที่ว่ามันถอดเสียหนามไม่ได้ไง

แต่ถ้าจิตมันสงบแล้วมันออกเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริงขึ้นมา มันพิจารณาแล้วมันปล่อย มันคายออกมาก็มีความสุขอีก มีความสุข มันก็ยังไม่วาง ยังไม่ถอดเสียหนามอยู่นั่นแหละ นี่มันถึงไม่เป็นอนัตตา ไม่เป็นอนัตตานะ แต่ถ้าเห็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เห็นไหม เวลามรรคสามัคคี มรรคมันรวมตัวเข้ามา เวลามันสมุจเฉทปหาน นั่นแหละมันถอดเสียถอดหนาม ถ้ามันถอดเสียถอดหนาม เสียหนามในใจมันจะถอดของมันออกไป

ถ้าถอดออกไป ถอดแล้วถอดเลย ถอดแล้วมันเป็นอกุปปธรรม แต่เวลายังไม่ถอด เห็นไหม นี่เวลายังเจ็บไข้ได้ป่วย เราก็ดูแลรักษาไป มันเป็นตทั้งคปหาน มันชั่วคราว มันปล่อยวางชั่วคราว ปล่อยวางชั่วคราว มันไม่ถอดเสียถอดหนาม ถ้าถอดเสียถอดหนาม มันสมุจเฉทปหาน พอมันขาดไปแล้วนี่คือขาด เป็นอกุปปธรรม กุปปธรรม อกุปปธรรม นี่ สัพเพ ชมฺมา อนตฺตา

สัพเพ ชมฺมา อนตฺตา นี่เป็นอนัตตา เราก็ก็นึกความเป็นอนัตตาแล้ว พอมันปล่อยวางจากอนัตตา เห็นไหม มันปล่อยวางจากอนัตตา สัมปยุตต์เข้าไป วิปยุตต์คายออกมา มันเป็นความจริงขึ้นมา ถ้าจริงขึ้นมาเป็นอกุปปธรรม สิ่งที่ไม่มีการแปรสภาพ

แต่เวลาความรู้สึกนึกคิดของเรา ที่ว่าธรรมะเป็นธรรมชาติ ธรรมะเป็นธรรมชาติ มันแปรปรวน มันเป็น สัพเพ ชมฺมา อนตฺตา มันเป็นอนัตตาๆ ที่ว่าเป็นอนัตตาๆ มันเป็นสัจจะ มันเป็นอนัตตา แต่เราก็ก็นึกไม่เห็นความเป็นจริง แต่ถ้าเรารู้เราเห็นความเป็นจริง พอมันวิปยุตต์คายออก

มาแล้วมันเป็นอกุปกรรม นั่นละมันเหนือนัตตา เพราะอะไร มันอกุปกรรม มันไม่มีการแปรสภาพ แล้วธรรมความจริงอันนั้นนะ นั่นละรักษาใจ

ถ้าเราบำรุงรักษาใจของเรา เราจะพยายามดูแลใจของเรา ถ้าดูแลใจของเราละ คนเห็นไหม คุณดี คนมันอยู่ด้วยกัน นี่มนุษย์เป็นสัตว์สังคม มันก็มีกระทบกระทั่งกันเป็นธรรมดา ลื่นกับพื้น อยู่ในปากมันยังขบกันเป็นธรรมดา สิ่งที่เป็นธรรมดา ถ้าใจเป็นธรรม มันให้อภัยต่อกัน มันให้อภัยต่อกัน มันเห็นใจกัน เราเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย จงมีความสุขกายสุขใจ ปฏิบัติธรรมให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด เอวัง