

เทศน์เช้า วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๕๗

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

วันนี้วันพระไง พระจากข้างนอก พระจากข้างใน เราแสวงหาความจริงของเราเนะ เราเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าเกิดเป็นมนุษย์มีสติสัมปชัญญะ เป็นมนุษย์ที่ดี แล้วสติสัมปชัญญะจะทำให้เราค้นคว้าสิ่งที่ดีๆ ขึ้นมามากไปกว่าเดิม

คำริชชอบ งานชอบ เพียรชอบ ความคำริชชอบดีงาม นี่ก็คำริชชอบดีงาม มีความคำริชชอบแล้วทำไมเป็นแบบนี้ล่ะ เห็นไหม เวลาเราพูดถึง เราน้อยอกน้อยใจกันใจว่าเราทำอะไรแล้วไม่ประสบความสำเร็จ คนอื่นทำไมเขาทำแล้วประสบความสำเร็จ เราไม่ประสบความสำเร็จ

ประสบความสำเร็จหรือไม่ประสบความสำเร็จ นี่พันธุกรรมของใจ ใจมีพันธุกรรมของมันมา ถ้ามีพันธุกรรมของมันมา เราขาดตกบกพร่อง เราต้องมาเติมเต็มของเรา สติสัมปชัญญะ เราต้องมาเติมเต็มของเรา แต่มันก็ขาดตกบกพร่องได้ ถ้ามันขาดตกบกพร่องมันเป็นเพราะอะไรล่ะ

“นี่กรรมเก่าๆ พระพุทธศาสนาโยนให้กรรมๆ เป็นการยอมจำนน ไม่ยอมรับสิ่งใดเลย”

มันยอมจำนนสิ่งใด เพราะเราทำมาเราเอง เราทำของเรา มันขาดตกบกพร่องอย่างไร แต่ในปัจจุบันนี้เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา ถ้ามีสติสัมปชัญญะเราก็พยายามทำของเราดี ทำของเราเพราะอะไร เพราะเวลาเราทุกข์เรายาก ใครเป็นคนทุกข์คนยากกับเราล่ะ? ก็เราเป็นคนทุกข์คนยาก เขาก็มองดู คอยปลอบประโลม คอยให้กำลังใจเท่านั้นแหละ

ถ้าคอยให้กำลังใจ สิ่งนั้นมันเป็นเรื่องโลก สังคมเป็นแบบนั้น แล้วถ้าความจริงล่ะ เราก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคมใช่ไหม เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เราก็อยู่ในสังคมนั้น เห็นไหม เวลาบอกว่าสังคมนั้นบีบคั้นเรานัก สังคมนี้งแกลเรา

สังคมนี้งแกลเรา ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ เราก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ถ้าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เราจะยืนได้อย่างไร เราจะมีสติปัญญาดูแลใจของเราได้อย่างไร ถ้าดูแลใจเรามันก็เข้า

พระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาตรงนี้ไง อตุตา หิ อตุตโน นาโถ คนเป็นที่พึ่งแห่งตน ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ที่พึ่งตรงไหนละ

เพราะที่เราทำบุญกัน เราแสวงหาที่พึ่งกัน เรามาเสียดละของเรา เสียดละของเราเพื่อให้หัวใจของเราเข้มแข็งขึ้นมา ถ้าหัวใจเราอ่อนแอขึ้นมา เราน้อยเนื้อต่ำใจ นั่นละเราทำลายเราแล้ว เราทำลายเราแล้วแต่เรายังไม่รู้ตัวไง แต่ถ้ารู้ตัวขึ้นมามันแสดงออกมาน่าอย่างนี้ นี่รู้ตัวแล้ว แล้วทำอย่างไรต่อไปละ

มันก็ทางสังคมใช้ไหม เขาก็ต้องมีการรักษามีการดูแลกันไป เวลาเราสำนึกได้เราก็อเสียใจว่าไม่น่าทำอย่างนี้ ไม่น่าทำอย่างนี้เลย แต่เวลามันบังตาละ มันบังตามันก็ทุกข์ยากอย่างนี้ แล้วอย่างนี้มันก็เป็นประเภทไป ถ้าเราขาดสติไป เราจะทำอะไรได้ละ มันก็ทำตามแต่สัญชาตญาณเท่านั้นแหละ

แต่ถ้าเรามีสติ หลวงตาท่านพูดประจำ ถ้าประกอบงานสิ่งใด ถ้าขาดสติ นั่นเป็นความเพียรไม่ชอบ แต่ถ้ามีสติสัมปชัญญะ นี่ทำความเพียรชอบ แล้วสติ มหาสติ ถ้ามหาสติขึ้นมา มหาปัญญา ถ้ามันเกิดเป็นประโยชน์อย่างนั้นมันจะเป็นประโยชน์กับเราแล้ว ประโยชน์กับเรา เราฝึกสติ สติคืออะไรละ เราไปมองกันไงว่าถ้าเรามีสติ เราทำงานสิ่งใดสำเร็จแล้ว นั่นคือผลงานของเรา แต่เรามีสติมันมีสำนึกเลยนะ ทั้งสำนึกดีสำนึกชั่วเลย ถ้ามันขาดสติไป มันทำอะไรไป นั่นละสำนึกทำความผิดพลาดให้กับใจเราเอง

แต่ถ้าเรามีสำนึกขึ้นมา เราไม่ทำสิ่งนั้นเลย เราจะทำแต่คุณงามความดีของเรา ถ้ามีสติขึ้นมา เห็นไหม เราตั้งใจแล้ว เราตั้งใจขึ้นมา ถ้าเรามีสติแล้วเราจะฝึกหัดภาวนา เราจะใช้คำบริกรรมของเรา พุทโธๆ

นี่จิตเป็นนามธรรม จิตเป็นนามธรรมที่ไม่มีใครรู้ใครเห็นมัน แต่ถ้ามันพุทโธ เพราะอะไร เพราะมันมีสามัญสำนึกมันบริกรรมพุทโธ พุทโธมันซบมันไปเรื่อย มันเข้มแข็งของมันไปเรื่อย พอเป็นสมาธิขึ้นมา คนที่มีสมาธิ เวลาสมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ พอขณิกะมันก็มีความร่มเย็นแล้ว อุปจาระนี่มันออกธูได้ ถ้าเป็นอัปนาสมาธินี่มันสมาธิจนสักแต่ว่าธูอยู่ภายใน เพราะอะไร เพราะเขาพุทโธๆ เวลามันเป็นจริงขึ้นมาๆ

แต่ถ้ามันขาดสติไปละ มันขาดสติมันก็ตกวงค์ เวลามันตกวงค์ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งนะ เวลาตกวงค์ไป ตัวเองมันหายไปเลย จิตก็มีอยู่ ทุกอย่างก็มีอยู่ มันหายไปเลย หายไป เวลามันจะรู้สึกตัวขึ้นมา มันสะดุ้งขึ้นมา มันมีความรับรู้สะดุ้งขึ้นมา นั่นละตกวงค์ ตกวงค์ไปก็มีจิตเหมือนกัน เป็นมิจจาสมาธิ เห็นไหม มันตกวงค์ไป แล้วแก้อย่างไรละ

นี่เวลากาวนาต้องมีครูบาอาจารย์คอยแก้ๆ คอยแก้ก็ไม่ให้มันผิดพลาดนี่ไง ถ้าขณิกสมาธิ มันก็มีความร่มเย็นของมัน ถ้าสติปัญญาไม่พอมันจะตกวงค์หายไป แล้วถ้าตกวงค์เราจะแก้อย่างไร

เรามีคำบริกรรม เรารั้งไว้ไม่ให้มันลงไปสู่วงค์นั้น ถ้ามันมีสติ พุทโธๆ มันละเอียดเข้าไป มันมีสติ มันรู้เข้าไป นี่อุปจาระ พอมันรู้ตัวมัน รู้ว่าเป็นอุปจาระได้อย่างไร? เพราะมันกระทบได้ อุปจาระ นี้วงรอบของมัน จิตเห็นอาการของจิต มันเห็นได้ มันรับรู้ได้ มันต่างๆ ได้ มันฝึกหัดใช้ปัญญาได้ ถ้ามันฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญา มันจะเป็นภาวนามยปัญญา มันจะเป็นธรรมจักร นี่พระพุทธเจ้าสอนตรงนี้ไง มันเป็นธรรมจักร จักรมันจะมาแก้ไขของมัน แก้ไขตรงไหน? แก้ไขที่สิ่งที่ไปยึดไปมัน

เขาว่า “สิ่งนี้มันไม่ใช่เรา ทุกอย่างมันไม่ใช่เรา”

มันไม่ใช่ต่อเมื่อมันมีปัญญา มันไม่ใช่ต่อเมื่อมีปัญญาแยกแยะขึ้นมาแล้วมันรู้ตามความเป็นจริงนั้น แต่ถ้าเราขาดปัญญา มันเป็นเรา เป็นเราโดยสัญชาตญาณ เป็นเราโดยตามความเป็นจริงเลย ที่นี้สติปัญญามันแยกของมัน มันพิจารณาของมัน มันปล่อยของมัน มันปล่อยของมัน มรรคมันจะเริ่มเดินของมัน ซ้ำแล้วซ้ำเล่าๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่าแล้วมันใช้งานไปมันก็เหนื่อยของมัน ถ้าเราวิ่งกลับมา วิ่งกลับมาเป็นสมาธิ ถ้าเป็นอุปจาระมันจะรู้ของมันไป

ถ้ามันรู้ของมันไป ถ้ามันพิจารณาไปแล้วไม่ถึงที่สุด เรากำหนดสมาธิให้มากกว่านั้น พุทโธจนมันละเอียด ละเอียดเข้าไปจนเป็นอัปปนาไปเลย ตักแต่ว่ารู้ เข้าไปพักเอากำลังของมันเลย กำลังของมันคลายออกมา มันใช้ปัญญาต่อเนื่องไป มรรคมันก็เกิดต่อเนื่องไป ต่อเนื่องไป กำลังมันมากขึ้น ทุกอย่างมากขึ้น มันจะชนะความรู้สึกนี้ได้ มันเอาชนะต้นเหตุความทะยานอยากของเราได้ไง มันใช้ปัญญาแยกแยะของมัน มันเป็นมรรค มันแยกของมันไปๆ มันแยกไป กำลังมันมากขึ้น ทุกอย่างมากขึ้น กำลังของธรรมมีมากกว่ากำลังของกิเลส

ถ้ากำลังของกิเลสมันมีอยู่ เราพิจารณาไป กำลังกิเลส กำลังธรรมมันต่อสู้กัน มันยับยั้งกันไม่ได้ มันก็ภาวนาไปไม่ได้ มันก็ปล่อยวาง ก็เท่านั้น มันเป็นตทังคปหาน มันปล่อยชั่วคราวๆ อยู่อย่างนั้นแหละ แล้วเราก็ทำแล้ว เพราะมันคือ พอยิ่งทำขึ้นมามันก็ยังคือ เพราะกิเลสมันรู้เท่ามันก็ยิ่งคือของมัน แล้วจะทำอย่างไรต่อไปละ

เราก็ทำความสงบให้มากขึ้นไปอีก มากขึ้นไปอีก พอมันลงไปพักขึ้นมา พอออกมา เพราะเราเคยพิจารณาแล้ว มันก็วิ่งเข้าสู่งาน

เวลาเป็นสมาธิแล้วมันจะทำอย่างไรต่อไป มันไม่มีงานทำ มันเป็นสมาธิก็เป็นสักแต่ว่าอย่างนั้น แล้วทำอย่างไรต่อไป เห็นไหม เพราะว่าเราไม่เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิตตามความเป็นจริง แต่ถ้ามันสงบแล้ว มันเคยพิจารณาของมันแล้ว คนเคยพิจารณา เคยทำงาน พอทำงาน จิตมันก็ได้พัก แล้วพอปล่อยมามันก็เข้าสู่งานเลย ถ้าเข้าสู่งานมันก็แยกแยะของมัน ภาวนาแยกแยะของมันไป ภาวนาแยกแยะไป กำลังของธรรมมันมีมากขึ้น กำลังมากขึ้น กำลังของธรรมก็ไปข่มกิเลส นั่นข่มไว้เฉยๆ

แต่กำลังของปัญญา คำวิชอบ มันแยกของมัน พิจารณาแยกแยะของมัน ถ้าเป็นจริงมันเป็นอย่างนั้น ถ้าเป็นจริงเป็นอย่างนั้น เห็นไหม ซ้ำเข้าไปๆ เพราะมันละเอียดเข้าไป ถึงเวลามันขาด เวลามันสมุจเฉทปหาน สมุจเฉทปหานเพราะอะไรละ เพราะขณะที่มันกำลังไม่พอ มันยึดกันอยู่อย่างนั้นแหละ กิเลสกับธรรมมันแข่งขันกัน กิเลสกับธรรมมันต่อสู้กัน

แต่ถ้ามันต่อสู้กัน กิเลสค้นหาความทะยานอยากมันเป็นธรรมชาติของมัน มันมีอยู่แล้ว อวิชชามีอยู่ในใจของเราแล้ว เวลาทำต่อไป พอกำลังของสมาธิเราอ่อนแอลง มันก็มีกำลังมากขึ้นมา นี่เราวางไว้แล้วเรากลับมาพิจารณาของเรา เรากลับมาใช้ปัญญาของเราให้มันสงบระงับเข้าไป เวลากำลังมันมากขึ้น ปล่อยออกมา มันใช้ปัญญา มันก็เข้าไปแยกแยะของมัน ต่อสู้ของมัน ซ้ำเข้าไปอีก ลึกเข้าไปอีก ละเอียดเข้าไปอีก จนถึงที่สุดแล้วมันขาด มันรู้ของมันว่ามันขาดอย่างไร

เวลามันขาด เห็นไหม ถ้าขาดขึ้นไป สติสัมปชัญญะมันสมบูรณ์ สมบูรณ์เพราะอะไร สมบูรณ์เพราะมันเป็นอกุปปิธรรม พิจารณาซ้ำแล้วซ้ำเล่าจนเป็นอกุปปิธรรม อกุปปิธรรม อนุชาณะที่มันจะเปลี่ยนแปลง คนที่มีสติสัมปชัญญะขนาดนั้นมันรู้เท่า มันรู้เท่าทั้งหมด นั่นนะ ชั้น ๕ ไม่ใช่เรา เราไม่ใช่ชั้น ๕ ชั้น ๕ ไม่ใช่ทุกข์ ทุกข์ไม่ใช่ชั้น ๕ ไม่ใช่เพราะใช้สติปัญญา มัน

แยกแยะ เพราะสติปัญญามันถอดถอน มันดึงสังโยชน์ มันทำลายสังโยชน์ มันทำลายมาร มันทำลายอวิชชา ทำลายความไม่เข้าใจอันนั้นจบสิ้นไป มันต้องมีความจบสิ้นของมัน มันมีเริ่มต้นท่ามกลาง และที่สุด ถ้าที่สุดมันก็เป็นของเรา เห็นไหม

วันพระ พระพุทธศาสนาสอนที่นี่ เรามองเอา เรามองให้เห็น เห็นไหม พระดีก็มี พระเก็กก็มี พระเหมือนกัน สมมุติสงฆ์ แต่ถ้าเราทำขึ้นมาในใจของเราละ วันพระผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ลัทธิธรรมอันนี้ ถ้าเราเข้าใจอันนี้ได้ เราจะเห็นว่าใจเขาใจเรา ใจเราถ้าเราขาดสติ เราไม่มีสติสัมปชัญญะ เราก็จะเป็นแบบนั้น

แต่เรามาเพื่อหวังดี เรามาใฝ่ดี เราอยากทำคุณงามความดี มันมีสัมมากับมิจจา สัมมาสมาธิ สัมมาปัญญา ถ้าเราทำเป็นสัมมา มันจะผิดพลาดไปไหนละ แต่ถ้ามันเป็นมิจจา ความหลงผิด ความเห็นผิด แล้วเรตอกย้าเข้าไป ความเห็นผิดมันก็ลึกเข้าไป มันต่อเนื่องเข้าไป แล้วมันก็เป็นความเห็นผิด แล้วเราจะรู้กลับมามีอย่างไรละ

ถ้ากลับมาก็คือมาฝึกสติให้มันเข้มแข็งขึ้นมา ให้มันตั้งมั่นขึ้นมา ถ้าตั้งมั่นขึ้นมาแล้วเราถึงก้าวเดินงานต่อไปได้ ถ้าทำไม่ได้มันก็เป็นแบบนี้ นี่มันก็เป็นพันธกรรมของมัน จิตมีกำลังแค่นี้ จิตมีอำนาจวาสนาแค่นี้

สัตเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนเกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น มีความเป็นสุขๆ เกิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย สัตเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลาย มนุษย์ทั้งหลาย คนทั้งหลาย หัวใจมันมีอะไรครอบงำมันอยู่ สัตเพ สัตตา เห็นไหม

สิ่งนี้มองแล้วสะท้อนเข้ามาถึงเรา ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ มีปัญญาอยู่ เราก็จะไม่เป็นแบบนั้น แต่ถ้าเราเป็นทาสอารมณ์ เป็นทาสความรู้สึกนึกคิด มันตอกย้าเรา สุดท้ายแล้วผลเป็นแบบนั้น ผลมันก็เห็นอยู่นี้ เห็นไหม

วันพระ ถ้าประเสริฐประเสริฐที่นี่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ รัตนตรัยเป็นที่พึ่งได้แน่นอน เป็นที่พึ่งได้แน่นอน เป็นรัตนตรัย เป็นที่พึ่งของเรา แต่ถ้าคนอื่นเขาพึ่งไม่ได้มันก็กรรมของสัตว์เอวัง