

เทศน์เช้า วันที่ ๓ มิถุนายน ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ ธรรมะเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับสิ่งมีชีวิตนะ เพราะความเสมอภาคความเป็นธรรมใจ

เราเรียกร่องความเป็นธรรม เรียกร่องความเป็นธรรม แต่เราไม่เคยสังเกตเลยว่า ในหัวใจของเรา กิเลสกับธรรม ความดี บุญกุศล คิดบวกเป็นธรรม คิดลบเป็นกิเลส เราเคยให้ความเป็นธรรมกับหัวใจเราหรือไม่

เห็นไหม เวลาเราทำงานๆ วันหยุดเสาร์อาทิตย์ เราไปพักผ่อน พักผ่อนเพื่ออะไร เพื่อฟื้นฟูร่างกาย ฟื้นฟูจิตใจ

นี่ก็เหมือนกัน เราไปวัดไปวาขึ้นมา เราก็ไปชาร์จไฟของเรา

เวลาสมัยที่เรากำลังฝึกหัดปฏิบัติเข้มข้นนะ เวลามันหมดไฟๆ จะเข้าแวะไปบ้านตาต ไปให้หลวงตาเอาไม้หน้าสามฟาดหัว ชาร์จไฟ

แต่ถ้าแบตมันเสียละ มันชาร์จไม่ได้ละ มันชาร์จไม่ได้มันก็เหลวไหลไปเรื่อยๆ ใจ

แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราจะชาร์จของเรา เราจะปลุกปลอบหัวใจของเรา เราจะฟื้นฟูหัวใจของเรา หัวใจของเราเห็นไหม

เวลาเราพูดถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย แต่ละภพแต่ละชาตินั้นนะมาพลิกมาแพลง มาเปลี่ยนมาแปลง มาพัฒนาของมันให้มันดีขึ้นใจ

พันธุ์กรรมของจิต พันธุ์กรรมของจิตแต่ละภพแต่ละชาติใจ ไปเกิดกับใคร พ่อแม่เป็นอย่างไร พาไปทางไหน แล้วมันฝังใจไหม แล้วเวลาเราเกิดในปัจจุบันนี้ เวลาถ้ามันพอกพอใจมันก็เป็นบุญกุศล มันก็พอใจใจ เวลามันขัดอกขัดใจขึ้นมา เห็นไหม

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอุสลา ธมฺมา อุสลา ธมฺมา ก็บอกว่าเป็นลัทธิ
ภาวะจำยอม อะไรก็ยกให้กรรมๆ ตัวเองไม่มีไอคิว ไม่มีทำอะไรให้ฟื้นตัวเราเองขึ้นมาไม่ได้เลย

ไม่ได้เลย เพราะเอ็งก็ไม่ทำไง

เวลาเราทำๆ เพราะเวลาเราพูดนะ เราพูดถึงหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นตลอดเวลา เพราะ
หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านจะฟื้นฟูจิตใจของท่านขึ้นมา

ประวัติหลวงปู่เสาร์ ท่านเป็นพระมหานิกายมาก่อน ท่านอยู่แม่น้ำมูล จิตใจคิดจะสึก
จากพระจะไปเป็นพ่อค้า เอาเรือมาผูกไว้เกือบ ๑๐ ปี ละล้าละลังๆ จะสึก จะไม่สึก จะสึก จะไม่
สึก แต่ด้วยบุญกุศลไง พอซาร์จไฟ พอมีสติปัญญา มีการตัดสินใจ ไม่สึก เขามีคนนะ ลงไปที่ทำ
น้ำ ไปตัดเชือก ไขเรือที่ลอยลำให้มันไปชะ นี่ประวัติหลวงปู่เสาร์

หัวใจของคนแต่ละครั้งที่มันมีปมในใจ มันมีอะไรที่มันอัดอั้นตันใจ กว่าเราจะละมันได้
กว่าเราจะพิจารณามันได้ กว่าเราจะปลดมันได้ กว่าเราจะปล่อยวางมันได้ มันอยู่ที่อำนาจ
วาสนาของคนนะ

ถ้าหลวงปู่เสาร์ท่านยังติดกับเรือลำนั้น แล้วถ้าเอาเรือลำนั้นไปทำการค้าขายตามแม่น้ำ
มูลอย่างนี้ เราจะมีหลวงปู่เสาร์อยู่ไหม เราก็จะไม่มีหลวงปู่เสาร์ เรามีแต่พ่อค้า

แต่ถ้าเป็นจริงๆ เวลาเราพิจารณาแล้วเราพูดถึงประสบการณ์ชีวิตของแต่ละบุคคล
ประวัติชีวิตของแต่ละบุคคล เขาล้มลุกคลุกคลาน เขาระหกระเหิน เขาต่อสู้ของเขามา มันไม่มี
ใครยื่นให้ได้หรอก

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

แต่ตนพอจะคิดได้ ตนจะมีหลักการได้ ตนก็เหลวไหลไป พอตนเหลวไหลไปก็ให้พ่อแม่
เจ็บช้ำน้ำใจ แล้วแปลกนะ เวลาพ่อแม่ถาม

“หนูสบายดีค่ะ หนูสบายดีครับ”

มันเป็นห่วง เป็นห่วงความห่วงใยของพ่อของแม่ไง มันจะตอบ “ไม่เป็นไร สบายดี” ทั้งๆ
ที่ทุกข์เกือบตาย มันยังบอกว่าสบายดี แล้วเวลามันกดดันในหัวใจของตนละ

นี่ฟังธรรมๆ ใครจะเก่งกล้าสามารถนั้นมันเรื่องของเขา แต่ถ้าสิ่งที่ดีงาม เป็นคติชีวิตของเรา แล้วเอามาเป็นต้นแบบ แล้วเราพยายามฝึกหัดของเรา แล้วฝึกหัดของเรา โทษนะ เจ็บปวดอยู่คนเดียวมันแหละ เวลาคิดมันเจ็บปวดอยู่คนเดียวมันแหละ แต่ถ้ามีสติปัญญาขึ้นมา มันเกิดดับๆ เจ็บปวดมันก็เกิดขึ้นชั่วคราว เดี่ยวมันก็หายไป

แต่ทำไมมันเกิดซ้ำซากล่ะ

ถ้ามันเกิดซ้ำซากเพราะเราไม่มีสติปัญญา เราไปค้นเคยกับมันเองไง

ถ้าเราจะฝึกหัดของเรา ตั้งสติไว้ เราจะต้องถึงบุญกุศลของเราบ้าง ระวังถึงว่าเราจะมีความสุขของเรา แล้วความสุขของเราจะไปหาที่ไหน

ความสุขของเราก็ไปหาความรื่นเริง สนุกสนานครึกครื้นของเรา

แต่พระกรรมฐานนะ สุขของเราคือความปกติสุข จิตสงบระงับ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี เพราะมันไม่ต้องอาศัยอารมณ์สิ่งอื่นจางๆ มันถึงมีความสุขไง

ความสุขทางโลกลุ่มละเลเทเมา มันต้องมีสิ่งจางวางวัล มันถึงจะมีสุขของมัน เทียบลุ่มละเลเทเมาขึ้นมา สุขภาพกายก็เสื่อมโทรม สุขภาพจิตก็เสียหาย

สุขภาพจิต เห็นไหม มนุสสเปโต มนุสย์เปรต คิดเหมือนเปรต เป็นมนุษย์แต่ใจเป็นเปรต มนุสสติรัจฉาน ใจเหมือนเดรัจฉาน แต่ตัวมันเป็นมนุษย์ มนุสสเทโว ตัวมันเป็นมนุษย์ แต่ใจมันเป็นเทวดา นี่ไง นิธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง คนคนเดียวคิดสิ่งใด ทำสิ่งใด มันเป็นอย่างนั้นนะ มันมีบุญมีบาปเข้ามาฝังหัวใจเราทั้งนั้นนะ

ฉะนั้น เราไปวัดไปวาขึ้นมา เห็นไหม ทำทานๆ ทำทานก็เพื่อความอิสรภาพในหัวใจของตน ถ้าไม่ทำทานๆ มันกอดมันรัด มันตระหนี่ถี่เหนียว มันบีบคั้นหัวใจ

ทำทานๆ คือเปิดช่องออก เปิดประตูออก ถ้าเปิดประตูออกแล้วนะ ทาน ศีล ภาวนา ถ้าเปิดประตูออกแล้วนะ มันเป็นอิสระ มันไม่ให้ใครกอดคั่นหัวใจของมันเอง

กิเลสมันร้ายนัก แล้วกิเลสเป็นใครล่ะ

กิเลสใครกิเลสมัน ทุกข์ใครทุกข์มัน สุขใครสุขมัน อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ใจดวงนั้น
ฉลาดหรือโง่ ใจดวงนั้นมีวุฒิภาวะมากน้อยขนาดไหน

ของเราหามา เราจะเสียสละไปทำไม ของเราหามากก็เพื่อดำรงชีวิต เพราะการหามานั้น
ปฏิกาคหา เราได้มาด้วยความสะอาดบริสุทธิ์ถูกต้องชอบธรรม ถ้าเราเสียสละออกไป เสียสละ
เพื่อชุมชน เสียสละเพื่อสังคม ให้ที่เขาขาดแคลน ให้ใครที่เขาไม่ได้ เขาได้รับสิ่งนั้นไป

นี่ไง ปฏิกาคหา ผู้รับรับด้วยความสะอาดบริสุทธิ์ เราทำบุญๆ อย่างนี้ เราทำบุญด้วยมีสติ
ด้วยมีปัญญา เราไม่ต้องไปทำบุญเห่อเหิมทะเยอทะยานไปแข่งขันอะไรกับใคร ไร้สาระ ใ้ฉนั้น
มันทำบุญเอาหน้า

ทำบุญของเรา หัวใจกู กูทำเพื่อกู ผั่งดินไว้ ผั่งดินไว้ก็ผั่งในหัวใจนั้นไว้

ภวาสวะ ภพ เจตนาคือความคิดที่มันจะแสดงออก มันจะเปิดประตู เปิดหน้าต่างออกไป
แล้วถ้ามันผั่งดินไว้ละ มันมันคงแข็งแรงของมันขึ้นมา ถ้ามันมันคงแข็งแรงของมันขึ้นมา มันคิด
ของมันได้ไง

ความปกติสุข กูนั่งเฉยๆ กูไม่ต้องไปตะลอนๆ ให้มีความสุขที่ไหน กูนั่งอยู่โคนไม้กูก็มี
ความสุข กูทำอย่างไรกูมีความสุข กูไม่ต้องไปตะลอนๆ ไปแข่งดีแข่งชั่วกับใคร กูนั่งอยู่โคนไม้
นี่แหละ แล้วกูมีสติปัญญาคุมหัวใจของกูนี่แหละ โอ้โฮ! ยอดเยี่ยม อย่าให้มีใครเข้ามาละ มัน
เสียเวลาเรา ถ้ามันเป็นจริงนะ ไม่ต้องการพบใครเลย

เว้นไว้แต่เวลาเจออุปสรรค อุปสรรคในใจมันเป็นนามธรรม แล้วจะไปหาใคร จะไปหา
พวกคุณดวง ชีตวงชะตาให้มันหลอกใช้ไหม

เราต้องไปหาครูบาอาจารย์ที่ถูกต้องชอบธรรม เวลาจิตมันบิ๊ดมันเปี้ยว จิตมันไม่ยอม จิต
มันดื้อมันรน จะทำอย่างไร ทำไมมันดื้อนัก เอาไว้ไม่อยู่เลย

ครูบาอาจารย์ก็จะให้แนะช่องทาง ถ้าแนะช่องทาง เห็นไหม

ทั้งๆ ที่หัวใจเป็นนามธรรม แล้วหนทางมันไปอยู่ที่ไหน มัคโค ทางอันเอก ทางสายกลาง
ในพระพุทธศาสนา มันทางสายกลางตรงไหนละ

ดีหรือชั่วก็ไม่ใช่ ทางสายกลาง สุขขึ้นใดเท่ากับจิตสงบไม่มีใจ แล้วสุขสงบแล้วอย่าไปติดมันใจ ทำให้มันมีกำลังขึ้นมา แล้วนอนไปให้เห็นความขัดแย้งในใจ ความที่เป็นอุปสรรค สิ่งที่เป็นอุปสรรค นั้นนะสิ่งที่จรมมาๆ มารมันมาหลอกมาลงใจ แล้วสิ่งที่ดึงามขึ้นมา สิ่งที่เป็นบุญกุศลขึ้นมา เราจะตักจะตวงขึ้นมา เหนื่อยไหม

หลวงตาพระมหาบัวท่านพูด ให้อพวกที่ว่าทุกข์ว่ายากในชีวิตมนุษย์ ถ้าเอ็งยังไม่ได้ภาวนา อย่าพูดว่าเอ็งเหนื่อยนะ อย่าพูดว่างานเอ็งลำบาก งานลำบาก เคนจกรรม นั่งสมาธิภาวนาทั้งวันทั้งคืนมันจะขนาดไหน

เวลาท่านไปสู้กับเวทนาของท่าน ท่านบอกเลย เหมือนกับคนเอาไม้มาสูมในตัวท่าน แล้วจุดไฟเผาขึ้น มันทุกข์มันร้อนขนาดนั้นนะ แต่มันเอาตัวรอดมันได้อย่างไร มัคโค ทางสายกลาง สายกลางของใคร

สายกลางที่จะไปหลอกลวงประชาชนใช้ใหม่ สายกลางที่จะไปกว้านเอาศักดิ์ศรี เอายศถาบรรดาศักดิ์มาเป็นของตัวหรือ เวลาตายแล้วก็ต้องคืนเขา เขาก็ไปให้คนอื่นต่อไปทำไม เอ็งไม่มีสติปัญญาจะลึกได้เลยว่าชีวิตของเอ็งแขวนไว้กับใครละ

แขวนไว้กับใจของเราเอง

พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานนะ พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก เรากตัญญูกตเวที เราเคารพเรานูชา แต่ถ้าปัจเจกตั้ง สันติปฏิริโก เราพึ่งตัวเราเองได้ จิตใจมันพึ่งตัวเองได้ พ่อแม่ก็แปลกใจเลยว่า แต่ก่อนแต่ไรลูกดีอรันัก พูดอย่างไรมันก็ไม่ฟัง ทำไมเดี๋ยวนี้มันเรียบร้อยจัง มึงไปเอามาจากไหน

เอามาจากพุทธะ ความระลึกไว้ในใจของตน สิ่งใดดี สิ่งใดชั่ว จะทำตัวเองให้ดึงามขึ้นมา ถ้าตัวเองดึงามขึ้นมา กายกับใจ ถ้าหัวใจมันดึงามขึ้นมา ร่างกายมันก็สงบเสงี่ยม มันก็นุ่มนวลอ่อนหวาน มันไม่ไปคะไปคานกับใคร แล้วถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา พระพุทธศาสนาสอนอย่างนี้ไง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภณารือสัตว์ชนสัตว์ๆ ก็คือหัวใจของสัตว์โลกให้มันคิดถูก คิดดี คิดงาม แล้วให้มันพยายามฝึกหัดปฏิบัติเข้าสู่ทางสายกลางในพระพุทธศาสนา

เพราะทางสายกลางในพระพุทธศาสนา มารมันจะไม่เห็นร่องรอย อวิชชาความไม่รู้มันจะตามหัวใจนี้ไม่ได้ เจ้าวัฏจักรมันจะคุมหัวใจของเราไม่ได้

ไอ้นี้เจ้าวัฏจักรมันคุมหัวใจของเราเพราะความไม่รู้ เช่อ อวดดี ยิ่งใหญ่ มารมันยิ้มเลย ไม่ต้องทำอะไร เสรีเจียบร้อย แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญานะ กูไม่เชื่อใครทั้งสิ้น แล้วก็ไม่เชื่อตัวเอง หลอกด้วย

เวลาคนอื่นหลอก เขาก็หลอกมาตลอด ไอ้คนอื่นเขาหลอกก็เพื่อหวังผลประโยชน์ของเขา ไอ้ตัวเองหลอกตัวเอง จะเข้มแข็งขึ้นมาก็ไม่ได้ จะทำอะไรให้เป็นขึ้นเป็นอันขึ้นมาก็ทำไม่มี สัจจะไม่มีความจริง

นี่ไง สัตว์อาชานิยมๆ เขาไม่คลุกคลีตีโมงกับใครทั้งนั้น เขาจะหาความสงบสุขในหัวใจของเขา เขาไม่ให้ใจ ดูลิ ช้างที่มีอำนาจวาสนาใจ อยู่ในฝูง อยู่ในหมู่ คนนั้นเสียด คนนี้สี มันกระทบกระเทือน ไปอยู่คนเดียวสุขสงบมาก ถ้ามันมีความจริงของมันใจ มีความสุขความสงบในหัวใจของตน ที่นี้มีความสุขความสงบในหัวใจของตน เราฝึกหัดหัวใจของเราอย่างนี้ไง

นี่ไง ไปวัดไปวา ข้อวัตรปฏิบัติคือวัดหัวใจของตน ศีล สมาธิ ปัญญาไง นี่ไง กฎกติกามันเป็นเครื่อง มันเป็นกฎกติกาเพื่อให้คนฝึกหัด ถ้าฝึกหัดขึ้นมาแล้ว ถ้าใจมันดีงามนะ โอ้โฮ! เห็นแล้วมีคุณค่า เพราะกฎเพราะกติกานั้นมันดัดแปลงความรู้สึกรู้สึกนึกคิด มันดัดแปลงตนขึ้นมาให้ได้ ทั้งๆ ที่เริ่มต้นใจมันก็ต่อต้าน มันจะมีประโยชน์อะไร มันจะได้อะไรขึ้นมา

ก็ฝึกหัดนามธรรมนี่แหละ ฝึกหัดความรู้สึกนึกคิดให้มันอยู่กับร่องกับรอย แล้วมันอยู่กับร่องกับรอย แล้วทำอะไรไม่ได้เลย แล้วหาอะไรไม่เจอเลย แต่เราอยู่กับกฎกติกาขึ้นมา เอ๊ะ! มันชักมีตัวมีตนนะ

เริ่มต้นก็อึดอัดขัดข้องไปหมดละ แต่พอทำไปๆ นะ โอ้โฮ! มันยอดเยี่ยม เพราะอะไร เพราะจิตเป็นนามธรรม สิ่งที่เป็นนามธรรม เวลามันสงบสุขขึ้นมา ถ้ามีสติสัมปชัญญะ นามธรรมมันไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ มันไม่ให้ใครมาหลอกมาลวง มันไม่มีใครมาชักนำไป มันอยู่ของมันมีความสุขด้วยสตินะ

แต่เวลาสติมันอ่อน มันก็ออกมาเป็นเรื่องราวธรรมดา ออกมาเป็นอารมณ์ความรู้สึก ออกมาเป็นน้อยเนื้อต่ำใจ ไม่มีใครดูแลเราเลย

ใครจะดูแล

สติปัญญาในหัวใจของเรามันจะดูแล ขาดสติแล้วใครจะดูแล มันไปอารมณ์ชั่ววูบกลับมาแล้ว เดียวก็เอาพวงมาลัยไปคารวะเขา เดียวก็ไปขอขมาเขา เดียวก็ไปขอโทษเขา ก็ทำซ้ำทำซากอยู่อย่างนั้นนะ

ตั้งสติไว้ เราชำระไฟเพื่อหัวใจดวงนี้ แล้วเปรียบเทียบ เปรียบเทียบว่า เวลาจิตมันปกติ สุขมันเป็นอย่างไร เวลามันทุกข์มันร้อนเป็นอย่างไร

ใช้สิ่งภายนอก วัตถุภายนอกมันเป็นสภาวะแวดล้อม ว่ามันจะไม่มีผลกระทบ มี แต่ถ้าใจมันเป็นธรรมแล้วนะ มันก็มีอยู่อย่างนั้นนะ เราใช้สอยด้วยประโยชน์ของเรา ที่เหลือเพื่อความสงบสุขของสังคม แล้วเราได้บารมีธรรม บารมีธรรม เห็นไหม กลิ่นของศีลกลิ่นของธรรมใน

คนที่เอารัดเอาเปรียบ คอยเบียด คอยเสียดคอยสีเขา ใครชอบนัก

คนที่มีหัวใจกว้างขวาง เราสะกดล้ม เราคิดผิด เขาคุ้มครอง เขาดูแล เขาคอยตักคอยเตือนเรา เราคิดถึงเขาไหม

นี่ไง ถ้าเป็นคุณงามความดี ไม่ต้องให้ใครรู้หรอก บ้างจัดตั้ง สันติปฏิรูปโก เรารู้ตัวเราเอง เมื่อก่อนกุเลวขนาดไหน เดียวนี้กุติขึ้นเยอะเลยนะ เรารู้ตัวเราเอง เรายับยั้งหัวใจเราไม่ได้เลย แต่ถ้ามีสติปัญญาเข้ามา อืม! ใครจะคุ้มครองดูแลเรา

อยู่ในป่าในเขาคนเดียวทั้งนั้นนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้องค์เดียวอยู่ โคนต้นโพธิ์ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านฝึกหัดปฏิบัติของท่าน เวลามันประหัดประหารกันในห้องใจ ถ้ามันสิ้นสุดกระบวนการของมันนะ เออ! พอกันที เกิด แก่ เจ็บ ตายไม่ต้องพูดถึง เข้าใจ ทะลุปรุโปร่งหมดแล้ว มันก็หมุนเวียนไปอย่างนี้ แต่เพราะเรามีสติมีปัญญาเป็นวิวิญญะ ออกจากกรงล่อของวิญญะ ออกจากกรงล่อของโลก ออกจากด้วยสติด้วยปัญญาที่ฝึกหัดปฏิบัติ โดยมีครูบาอาจารย์คอยชี้แนะ แล้วเราฝึกหัดปฏิบัติเป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันติปฏิรูปโก เรารู้เอง

พระสารีบุตรไม่เชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่เชื่อใคร ไม่ต้องให้ใคร อาจารย์ไหนดาคอยชี้แนะเลย เพราะบอกอยู่ข้างนอก เหมือนพ่อแม่สอนเด็ก รำคาญ แต่ถ้ามันโตแล้วนะ มันเป็นข้อเท็จจริงแล้วนะ มันจะเคารพ มันจะบูชา

ถ้าไม่มีธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีศรัทธาที่เป็นอริยทรัพย์ในหัวใจของเรา เราจะไม่ดึงหัวใจเรามาศึกษาค้นคว้า เพราะการฝึกหัดประพฤติปฏิบัติขึ้นมาเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นบุคคล ๔ คู่ เวลาถึงที่สุดแห่งทุกข์ สมบูรณ์แบบในหัวใจของชาวพุทธที่มีสติปัญญาฝึกหัดปฏิบัติดูแลหัวใจของตน เอวัง