เทศน์เช้า วันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ ตั้งใจฟังธรรมเพื่อหัวใจร่มเย็นสงบสุข

เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งความเรียบง่าย เรียบง่ายจริงๆ ไม่มีสิ่งใดสิ่งที่เป็นเรื่องทางโลกๆ

ทางโลกๆ นี้เป็นประเพณีวัฒนธรรมของเขา เวลามีประเพณีวัฒนธรรมของเขา เขาเชิดชูของเขา เขาชื่นชมของเขา เราก็ชื่นชมด้วย ชื่นชมเสร็จแล้ว เรากลับมาหาความสงบในหัวใจของตน

ความสงบสุขในหัวใจของตน เห็นไหม เราคิดว่าเราเกิดมาปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ แล้วความสุข ความสุขที่ไหน ความสุขที่กระเซอะกระเซิงกันไปไง ทัวร์รอบโลก แล้วก็กลับมาพักผ่อน

©2026 sa-ngob.com

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้อยู่โคนต้นโพธิ์ ไม่ต้องไปยุ่งกับใครเลย หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านทำของท่านมาแล้ว ท่านทำของท่านมาเป็นแบบอย่าง เป็นแบบอย่างที่คนที่ทำได้ยากไง

ฉะนั้น เวลาครูบาอาจารย์ของเราท่านมีอำนาจวาสนานะ ท่านจะถือแบบอย่างนั้นเป็นความสงบสุขในหัวใจของตน ใจมันจะสงบสุขได้มันต้องมีเหตุมีผลของมัน

โดยธรรมชาติ ว่าคนเราเกิดมามีกายกับใจๆ เราก็ว่าร่างกายนี้เท่านั้นที่เป็นของของเรา เราปฏิเสธ ปฏิเสธหัวใจที่มีคุณค่า แต่คนที่มีอำนาจวาสนาขึ้นมา เขาศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนารื้อสัตว์ขนสัตว์ คือรื้อหัวใจของสัตว์โลก

เวลารื้อหัวใจของสัตว์โลก เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเผยแผ่ธรรมๆ อนุปุพพิกถา เรื่องของประชาชน เรื่องของโลก เรื่องของประเพณีวัฒนธรรม แต่ถ้าเรื่องของอริยสัจ เล็งญาณ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต้องเล็งญาณก่อนนะ ว่าเขาจะคุยธรรมะเข้าใจไหม รู้เรื่องหรือไม่

เขาไม่รู้เรื่องหรอก ไปไหนมา สามวาสองศอก ทำบุญๆ ขึ้นมาก็ร่ำรวยมหาศาล มียศถาบรรดาศักดิ์ยิ่งใหญ่ ถ้าเป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก นั่นโลกธรรม ๘ โลกธรรม ๘ คือของประจำ

©2026 sa-ngob.com

โลกไง มีลาภเสื่อมลาภ มียศเสื่อมยศ มันไม่มีอะไรเป็นข้อเท็จจริงทั้งนั้นน่ะ มันเป็นสมมุติๆ ของสมมุติ

แล้วสมมุติจริงๆ ไหม ดูเกษียณสิ ไปแล้ว ของสมมุติทั้งนั้นน่ะ มันเป็นเรื่องโลกๆ ไง

แต่เวลาคนจะเข้าใจเรื่องอริยสัจ เรื่องสัจจะ เรื่องความจริง เล็งญาณ เขามีอำนาจวาสนาหรือไม่ ถ้าไม่มีอำนาจวาสนาก็วางไว้นั่นก่อน พุทธกิจ ๕ นะ งานขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากมายมหาศาล เล็งญาณแล้ว แล้วค่อยไปตะล่อมเอา อย่างเช่นองคุลิมาลๆ นั่นก็เข้าข่ายเล็งญาณเห็นไง

ถ้าไม่ไปในวันนี้ องคุลิมาลจะต้องฆ่าแม่ เพราะว่าองคุลิมาลสร้างสิ่งที่สังคมน่ากลัวมาก ตัดหัวๆๆ ๙๙๙ ศพ เหลือศพที่ ๑,๐๐๐ ทางการเขาก็จะไปปราบปรามไง แม่ก็ห่วงลูก ก็จะไปไง แล้วเวลาคนมันหน้ามืดมันไม่รู้หรอกว่าแม่หรือไม่แม่ มันจะเอาหัวที่ ๑,๐๐๐

เข้าข่ายในญาณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง ถ้าไม่ไปนะ ถ้าฆ่าแม่ก็มาตุฆาต ยอดด้วน ไม่มีโอกาสที่ได้เห็นธรรม ไปก่อนไง เวลาไปแล้ว เขามีความสามารถของเขา เขาวิ่งเร็วกว่าม้าไง พระพุทธเจ้าก็ไปก่อน เขาก็กวดใหญ่เลย อู้ฮู! เห็นพระพุทธเจ้าก็หัวที่ ๑,๐๐๐ หัวที่ ๑,๐๐๐ นะ ถ้าแม่ไปก็จะเอาหัวแม่ นี่พระพุทธเจ้าไป จะเอาหัวพระพุทธเจ้าไง พระพุทธเจ้าก็ไปโดยฤทธิ์ เขาวิ่งตามมา

“สมณะหยุดก่อน สมณะหยุดก่อน”

©2026 sa-ngob.com

“เราหยุดแล้ว เธอไม่หยุด”

นี่พูดถึงคนมีสติมีปัญญา เพราะเล็งญาณ ขนาดที่ว่าจิตใจอำมหิตขนาดนั้นนะ ฆ่าคนมา ๙๙๙ ศพนะ ใจต้องอำมหิตมาก แต่เพราะอำนาจวาสนา พูดขนาดนั้นได้สติ

“สมณะหยุดก่อน สมณะหยุดก่อน”

“เราหยุดแล้ว เธอไม่หยุด”

“หยุดอะไร วิ่งเกือบตายไม่ทัน”

หยุดทำความชั่วไง หยุดที่มือกำไว้นั่นน่ะ ดาบนั่นน่ะ เขาหยุดหมดแล้ว มึงยังบ้าจะเอาอีกน่ะ

ได้สติเลยนะ วางดาบเลย เห็นไหม ถ้ามีอำนาจวาสนา พูดแล้วมันรู้มันเข้าใจ ทั้งๆ ที่จิตใจมันอำมหิตขนาดนั้นแล้วนะ ฆ่าคนมา ๙๙๙ ศพ แขวนนิ้วมือไว้รอบคอเลย จะเอานิ้วที่ ๑,๐๐๐ จะไปเอาวิชาความรู้เพราะโดนเขาหลอกมาไง

นี่ไง เล็งญาณๆ เวลาเขาเข้าใจไหม

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจเราอำมหิตขนาดนั้น เราเกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา เรามีรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่งที่อาศัย เวลาเราเห็นโลกที่เขาไปตามกระแสสังคม นั่นก็สาธุ ถ้าเอ็งทำความดี อย่าทำความชั่ว แต่ความดีอย่างนั้นความดีตามกระแสสังคม

©2026 sa-ngob.com

กระแสโลกเขา เรามีอำนาจวาสนา เราก็ไม่ไปคะไปค้านใคร เพราะเด็กๆ เราก็ชื่นชมอยากให้ไปวัดไปวา

คนเขาทำคุณงามความดีก็ชื่นชมเขา แต่กูไม่กระหืดกระหอบไปกับมึงแล้วแหละ กูก็เคยกระหืดกระหอบไปกับพวกมึงนี่แหละ แต่เหนื่อยน่าดูเลย

แล้วมาพูดถึงความภูมิใจในหัวใจของตนล่ะ

ถ้าคนมีอำนาจวาสนานะ เห็นเขาไปทำบุญกุศลกัน สาธุ เขาเข้าห้องพระ นั่งลง หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ หาความสงบสุขในหัวใจของตน เขาจะไปทำบุญทำทานของเขา นั่นก็เรื่องของทาน

ทำทานร้อยหนพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับทำสัมมาสมาธิขึ้นมาได้หนหนึ่ง

เราทำของเราหนหนึ่งๆ เขาไปเป็นพันๆ ครั้ง เรายังมีคุณค่ามากกว่าเขา แล้วคุณค่ามากกว่าเขาที่ไหนล่ะ

มากกว่าเขาที่ใจเรานี่ไง

ถ้าไม่มากกว่าเขานะ มันตื่นนะ มันนั่งคอตกนะ เขามีความสุข เขารื่นเริงอาจหาญ เรามีแต่ความทุกข์ เรามานั่งว้าเหว่อยู่คนเดียว มันไปนู่นน่ะ

©2026 sa-ngob.com

แต่ถ้าจิตใจมันสงบสุข โอ้โฮ! เราบ้ามาพอแรงแล้วนะ เรากำลังจะแก้บ้าตัวเองนี่ เรากำลังจะหายบ้าแล้วนะ มันมีสติปัญญาขึ้นมาไง ถ้ามีสติปัญญาขึ้นมานะ เรามีความสงบสุข เห็นไหม เห็นเขาทำความดีมากน้อยขนาดไหน เราก็สาธุไปกับเขา

เราก็เคยกระหึดกระหอบอย่างนี้มาเหมือนกัน ถ้าทางธรรมๆ ก็บ้าธรรมไง บ้าธรรม อู้ฮู! จะขวนจะขวายมา

ไม่ต้อง เราทำด้วยความปกติสุขของเรา เราทำด้วยน้ำพักน้ำแรงของเรา เราไม่ต้องไปแข่งขันกับใครทั้งสิ้น มันอยู่ที่เจตนาไง

ความคิดเกิดจากจิต เจตนาก็เกิดจากจิต ทำสิ่งใดไปแล้ว เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า หาเงินมาได้บาทหนึ่ง เลี้ยงพ่อเลี้ยงแม่สลึงหนึ่ง เลี้ยงครอบครัวสลึงหนึ่ง ทำธุรกิจสลึงหนึ่ง ที่เหลือแล้วฝังดินไว้

ฝังดินไว้ก็เจตนาที่ฝังดินไว้ที่หัวใจดวงนี้ไง ทำดีทำชั่วมากน้อยขนาดไหนมันฝังลงที่ใจไง มันเป็นจริตเป็นนิสัย เห็นไหม คนเราทำไมมันคิดไม่เหมือนกัน มันมองไม่เหมือนกัน มันมีสติปัญญาไม่เท่ากัน

ไม่เท่ากันแม้แต่เราคนเดียวไง เดี๋ยวก็สติดีขึ้น เดี๋ยวก็สติปัญญาอ่อนแอลงไง เราคนเดียวอยู่มันก็วูบวาบๆ ของมันอยู่ตลอดเวลา เราฝึกหัดสติของเราขึ้นมา เราตั้งสติของเราขึ้นมา แล้วพิจารณาของเราให้มากไว้ๆ มากไว้ขึ้นมามันเข้ามาหัวใจดวงนี้ไง ที่เรากระหึดกระหอบไป

©2026 sa-ngob.com

ทำบุญกุศลมากน้อยขนาดไหนก็แล้วแต่ เวลาเป็นจริงเป็นจังขึ้นมาก็พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในหัวใจดวงนี้เท่านั้น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่งอยู่โคนต้นโพธิ์พระองค์เดียว เวลาตรัสรู้ธรรมขึ้นมา เทวดา อินทร์ พรหมอนุโมทนามากมายมหาศาล

เราจะมีความสงบสุขในหัวใจของเรา เราก็มีสติปัญญาเท่าทันความรู้สึกนึกคิดในหัวใจของตน แล้วถ้ามันทำเป็นจริงเป็นจังขึ้นมานะ เราทำความสงบของใจของเราขึ้นมาไง

พ่อแม่ ลูกหลาน ใครทำให้เราไม่ได้ทั้งนั้น เราจะอ้อนวอนใครทำให้ก็ไม่ได้ทั้งนั้น ทำเองได้ต้องอตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตนไง มันถึงสำคัญว่าตนคือจิตดวงนั้นไง

แล้วตัวเองรู้จักจิตของตนหรือไม่ ตัวเองควบคุมอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดของตัวเองได้หรือไม่ เวลามันคิดชั่วๆ สติปัญญามันเท่าทันหรือไม่

เวลามันคิดชั่วๆ บอก นี่มารมันลากกูไปแล้วนะ มันจะพากูไปติดคุกติดตะราง มึงยังจะไปกับมันอีกหรือ เวลาจะสร้างคุณงามความดี นั่งลงๆ ให้พุทธะมันตื่นขึ้นมา มันรู้มันเห็นของมันขึ้นมาโดยความมหัศจรรย์ในหัวใจของตน หัวใจมันมหัศจรรย์ขนาดนี้ แล้วจะไปหาที่ไหนล่ะ แล้วจะให้ใครหลอกล่ะ

ไอ้แสงสีเสียงนั่นน่ะมันเป็นแสงไฟ มันเป็นแสง สิ่งที่โลกเขาปรุงแต่งขึ้นมา เวลาเปิดไฟขึ้นมาแล้ว โอ้โฮ! มันพุ่งไปดาวอังคารเลยนะ

©2026 sa-ngob.com

แต่เวลาใจของเรามันสงบสุขขึ้นมา โลกนี้มีเพราะมีเรา เราเข้าใจโลกทั้งหมด แล้วเราจะเข้ามาเข้าใจหัวใจของตน แล้วเราก็อาศัยโลกนี้อยู่เพื่อสร้างคุณงามความดี เพื่อสร้างหัวใจให้มันเจริญงอกงามของมันขึ้นไปไง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาตรัสรู้ธรรมแล้วไง “เราวาสนาน้อย อายุ ๘๐ ปี”

๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย ใครสร้างคุณงามความดีมามากน้อยขนาดไหน นี่อำนาจวาสนาของตน

เราก็อยากจะมีสติมีปัญญา มีความเข้าใจเรื่องโลก มีความเข้าใจทุกอย่าง แล้วเข้าใจไหม

แต่ถ้าหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันกลับเข้ามาสู่ที่ตัวตนของตนไง มันจะเข้าใจ โลกนี้มีเพราะมีเรา แล้วเราก็แบกหามมาจนถึงปัจจุบันนี้ไง

ในปัจจุบันนี้จริงตามสมมุติ เราก็จะต้องดำรงชีวิตต่อเนื่องไป แต่ถ้ามีธรรมๆ เราฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมาในใจของตน มันมหัศจรรย์ที่ใจดวงนี้ไง มันเข้าใจไง เราส่งออก เราไปยึดมั่นถือมั่น เราไปมีความพอใจทั้งนั้น คือเราไปแบกหามน่ะ ว่าอย่างนั้นเลย

เขาก็ต้องเป็นของเขาอยู่อย่างนั้น

คนดี เขาก็ดีของเขา เขาก็สร้างคุณประโยชน์ของเขา

©2026 sa-ngob.com

คนชั่ว คนชั่วมันก็ผลาญตัวมันเอง แล้วมันจะผลาญคนอื่นของมันเรื่อยไป เราจะไปยับยั้งอย่างไร

กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา มันเป็นความรู้สึกนึกคิดในใจของเขา แล้วเขาก็ทำกันอยู่อย่างนั้น เราก็ปิดบังไม่ให้ใครไปรู้ของเขาอย่างนั้น

ไอ้เรา ของเรา เราดูแลของเรา เรารักษาของเรา แล้วให้ย้อนกลับมาที่ตัวของเราไง เวลามันฉลาดขึ้นมานะ มันฉลาดเท่าทันความคิดของตน ปัญญาอบรมสมาธิ เวลามันเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของตน มันวางหมด สมาธิคือจิตไม่พาดพิงอารมณ์

พาดพิงอารมณ์ คืออารมณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต แล้วอารมณ์นั้นก็ลากไปๆๆ แล้วพยายามจะจดอีกนะ กลัวจำไม่ได้ จดเอาไว้ว่ามันคิดอะไร

เวลามันวางหมดๆ ตัวมันเองผ่องแผ้ว แล้วทุกอย่างเป็นเรื่องธรรมดา ทุกอย่างจะไม่แบกหาม จะไม่กีดขวางใคร แล้วก็ไม่ขุดหลุมพรางหลอกใคร จะทำตัวเองให้เป็นปกติสุข แล้วเวลาเห็นสิ่งใดขึ้นมา เพราะมันมีสติมีปัญญาไง มันสังเวช เมื่อก่อนกูก็เป็นแบบนี้แหละ เมื่อก่อนกูก็คิดและทำแบบพวกมึงนี่แหละ แต่ด้วยการฝึกหัดให้ฉลาดขึ้นๆ เขาก็เป็นของเขาอยู่อย่างนั้น เราฉลาดขึ้นๆ เราไม่ส่งออกไปแบกไปหาม ไปทุกข์ไปยากไง

เมื่อก่อนเราก็เป็นแบบนั้น แล้วไม่รู้ไม่เห็น ไม่เข้าใจด้วย แต่ปัจจุบันเรารู้เราเห็นของเรา เราถึงเข้าใจ เราถึงมีสติมีปัญญา เราถึงเกิด

©2026 sa-ngob.com

ธรรม เกิดธรรมะ เกิดธรรมสังเวช สังเวชถึงวัฏฏะ สังเวชถึงสิ่งที่จริงตาม สมมุติต้องหมุนเวียนไปเพราะกรรมของสัตว์

เพราะเราก็ทำมา เขาทำมา ใครก็ทำมาทั้งนั้นน่ะ ไม่มีใครทำมาจะไม่มีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้

ไอ้ความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้มันมาจากไหน

มันมาจากพันธุกรรมของจิต พันธุกรรมตัดแต่งมา พระโพธิสัตว์ๆ ไง เราก็ทำมาทั้งนั้น เขาก็ทำมาทั้งนั้น แล้วก็ฟาดฟันกันไปไม่มีวันจบวันสิ้นไง

เราฟาดฟันมาร ฟาดฟันความหลงผิด เห็นผิดในใจของตน จนมันดีขึ้น มันเข้าใจขึ้น มันเป็นจริงขึ้นมาขึ้น เมื่อก่อนกูก็เป็นแบบนี้แหละ แต่ด้วยสติด้วยปัญญาของตนฝึกหัดปฏิบัติขึ้นมาจนรู้จนเห็นโทษ เห็นโทษๆ วางๆ ขอบคุณ ขอบคุณที่ทำให้เรารู้เราเห็น ขอบคุณผลกระทบที่ทำให้เรามีความเจ็บปวดๆ

เดี๋ยวนี้ไม่เจ็บแล้ว กระทบก็เป็นเรื่องธรรมดา กระทบก็เข้าใจได้ กระทบก็ให้อภัย กระทบก็ สพฺเพ สตฺตา สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น เป็นสุขๆ เถิด เป็นสุขๆ เถิด อย่าเบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย เอวัง

©2026 sa-ngob.com