

พลังของใจ

พระอาจารย์สงบ มนสฺสฺนโต

เทศน์เช้า วันที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๕๓

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากคต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

สะท้อนใจมันก็เข้าถึงหัวใจ เวลาเราฟังธรรมมันสะท้อนหัวใจถ้ามันซึ่งใจ คำว่า “ซึ่งใจกินใจ” นั้นมันสะท้อนใจ มันถึงจะชำระกิเลส นี่ย้อนกลับมาเวลาเราทุกข์ยากกัน เวลาเราทุกข์เรายากกัน เห็นไหม เวลามันสะท้อนใจมันสะท้อนใจทางทุกข์ยาก เราทุกข์ยาก เราโศกเศร้า ฟิลาปราพัน นี่ความสะท้อนใจ

แล้วมันเป็นโดยธรรมชาติ แต่เราไม่เคยคิดกันเลย อันนี้มันเป็นธรรม มันเป็นเรื่องเดียวกัน เวลาเรามีความทุกข์ เวลามันยึดมันถือมันในหัวใจ มันเป็นไปอย่างนั้นโดยธรรมชาติของมัน มันเป็นเราไง เรากับอารมณ์นี้เป็นอันเดียวกัน พอมันเป็นอันเดียวกันมันก็เป็นไปอย่างนั้น มันไม่เลี้ยวใจ จะเลี้ยวใจก็ต่อเมื่อมันผ่านไป แล้วสิ่งนั้นไม่ควรเสียใจเลย สิ่งนี้ไม่ควรเสียใจเลย เพราะมันผ่านไปแล้ว แต่ขณะที่ผ่าน เห็นไหม อดีตอนาคตอย่างหนึ่ง ปัจจุบันอย่างหนึ่ง

แต่ขณะที่เวลาเราฟังธรรม เราฟังธรรมนี้พลังของใจใจ ถ้าใจมันเริ่ม สิล สมาธิ ปัญญา สมาธิไม่ใช่เกิดขึ้นเฉพาะที่ว่าเราทำสมาธิเฉย ๆ นะ จิตเราตั้งมั่นขึ้นมา เราจงใจนี่ก็เป็นสมาธิ พอสมควรแล้ว อย่างเราอยู่โดยปกตินี้ก็สมาธิอันหนึ่ง แล้วถ้าจิตมันอยู่สมาธิอันหนึ่งแล้วมันใคร่ครวญ แล้วพอฟังไปมันสะท้อนหัวใจ พอมันสะท้อนหัวใจ นี่ธรรมสังเวชใจ

ปลงธรรมสังเวชก็คือความเสียใจ ความเศร้าใจ ให้ใจมันได้คิด กับเวลามันเศร้าโศกเสียใจ เห็นไหม มันเป็นทางโลกไป นี่เพราะมันมีสติสัมปชัญญะในปัจจุบันนั้น มันสะท้อนใจแค่นั้น เป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์ที่เราจะต้องได้ พอเราจับต้องอาการของใจของเราได้ เราที่จะเคลื่อนไหวไปได้ เรามีการแยกแยะได้ นี่ธรรม

พลังของธรรมกับพลังของกิเลส มันก็คือพลังงานของหัวใจที่มันออกมาเท่านั้น มันมีอยู่แล้วโดยธรรมชาติของมัน แต่พวกเราไม่เคยใคร่ครวญ พวกเราไม่เคยศึกษา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้แล้วถึงได้บอกว่า เวลาปลงธรรมสังเวชมันก็เศร้าโศกเสียใจ คำว่า “เศร้าโศกเสียใจ” มันก็เป็นทางโลกไป ทางโลกว่าเศร้าโศกเสียใจให้เป็นความทุกข์ แต่ความสะเทือนใจนี้มันเป็นธรรม ถึงใช้คำใหม่ว่า “ปลงธรรมสังเวช”

มันสังเวช ความสลดสังเวช เห็นไหม สลดกับสังเวช ความสลดทำให้หดหูเศร้าใจ ความสังเวชทำให้คิดว่าหาทางออกไป เราจะหาทางออกจากสิ่งที่เราจมอยู่นี้ได้อย่างไร ปลงธรรมสังเวชหมายถึงว่า ให้เตือนสติตัวเอง มีสติ มีสัมปชัญญะ มีการออกไป ดูอย่างพระพุทธเจ้าตอนจะออกบวชสิ เทวทูตทั้ง ๔ มาให้เห็นเลย นี่ธรรมสังเวช ปลงธรรมสังเวชจน...“อย่างนี้ก็มีด้วยหรือ?”

ธรรมสังเวชหมายถึงว่า เราเริ่มจะหาทางออกจากทางปกติที่มันเคย ช่องทางของใจที่มันเคยผ่านทางนี้ไง ช่องทางของใจที่มันเคยเป็นอารมณ์อันเดียวนี้ผูกมัดกันไป ๆ ธรรมกับพลังของใจเห็นไหม พลังของกิเลสก็ขับเคลื่อนให้เรามีความสุข ขับเคลื่อนให้เรามีความสุข มีความร่าเริง พลังของกิเลสเอาความร่าเริงมาสะสมให้หัวใจ เวลามันเกิดขึ้นนี้ มันถึงบอกว่า “เกิดขึ้นจากกิเลส”

กรรมวิภวัญ วิปากวิภวัญ เกิดกิเลส เกิดการกระทำ แล้วผลถึงตามมา เวลาเกิดขึ้นมานี้ พลังของกิเลสมันทำให้เรามันคิดไป มันทำไป แล้วความร่าเริงคือผลของมันตกอยู่ที่ใจ เวลาเราทำไม่ดีขึ้นมาทำไปเกิด แต่กรรมมันตกอยู่ที่ใจ แล้วใจดวงนั้นก็รองรับไว้ ๆ ย่อยสลายลงไป อยู่ที่ยกขึ้นของใจ นี่พลังงานถึงขับเคลื่อน ขับเคลื่อนไป

นี่พลังงานของธรรม เห็นไหม ถ้าพลังงานของธรรม มันสะเทือนใจขึ้นมา มันถึงว่าสิ่งที่เป็นอย่างนี้ก็ทุกข์ร้อน สิ่งที่เราเป็นอยู่ในโลก เราหามาเป็นปัจจัย ๔ นี้ มันต้องมีการแสวงหา ต้องมีพลังงาน ต้องมีทำงานกันไป มันก็ทุกข์อยู่แล้ว ทุกข์อันนี้เป็นทุกข์ประจำธาตุขันธ์ ทุกข์ประจำธาตุขันธ์หมายถึงว่า สิ่งที่ยียวยาและสิ่งที่บกพร่อง สิ่งที่ยียวยาหรือสิ่งที่บกพร่องก็ต้องเติมให้เต็มตลอดเวลา

นี่ถึงบอกว่าโลกที่เป็นโลก โลกอย่างที่ว่าโลกที่ไม่เคยเต็ม อาการของโลกคือความพร่องไป ของกิเลส ความพร่องไปของใจ ความพร่องไปของความคิด ถึงว่าเต็มให้เต็ม ๆ ทำความสงบเข้ามา นี่เต็มให้เต็ม เต็มโดยความสงบเฉย ๆ มันก็เป็นพลังงานธรรมดา พลังงานที่ว่าเริ่มตั้ง สติสัมปชัญญะจะหาทางออก นี่พลังของใจ ถ้าพลังของใจพลังของธรรมมีขึ้นมา มันจะเริ่มก้าว ออกไป ก้าวออกไปในหัวใจ

ในใจนี้ พอมันในใจขึ้นมา สิ่งนั้นมันสิ่งที่ทำให้ผูกมัด สิ่งที่ถูกมัดเกิดขึ้นมาจากความเป็น ธรรมชาติของมัน แล้วเราจะแยกแยะออกไปอย่างไร มันทำให้เรามีกำลังใจ แล้วมันทำให้เราขึ้นมา นี่พลังของธรรม ถ้าพลังของธรรมเกิดขึ้น ผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินี้ต้องเป็นแบบว่า อาชาไนยไง เป็น อาชาไนยเพราะว่ามันต้องฝึกตน เวลาเราตั้งสัจจะอธิษฐานขึ้นมา จะไม่ทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แล้วพอ เวลานานไป ๆ มันก็ทำให้ผ่อนคลาย ๆ

อาชาไนยคือว่า มันต้องให้จิตใจเข้มแข็ง พอจิตใจเข้มแข็งนี้ สะสมบารมีธรรมออกไป บารมีธรรมนี้เป็นของที่ควรสะสมอย่างยิ่ง บารมีธรรมหมายถึงว่า สิ่งที่ทำ วิบากแล้วเกิดผล บารมี ธรรมก็เกิดวิบาก วิบากคือการกระทำ เกิดกรรมคือการกระทำ วิบากคือผล บารมีธรรมอันนั้นทำ ให้เกิดขึ้นมา ไม่ได้ต้องมาทุกข์ยากอย่างนี้ต่อไป ถึงจะไม่ถึงที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ ต้องเวียนว่ายตาย เกิดขึ้นมาก็ขอให้มามีเครื่องบันเทิง เครื่องหล่อเลี้ยงใจให้ไปมีความสุข คือว่าให้มันเกิดความคิดขึ้นไป เรื่อย ๆ นี่บารมีธรรมควรสะสมอย่างนี้

บารมีธรรม เห็นไหม เวลาเราตกทุกข์ได้ยาก เราเดือดร้อนขึ้นมา ถ้ามีคนมาช่วยเหลือเรา นี่ บารมีธรรมเราเคยสะสมมา แต่ถ้าเราตกทุกข์ได้ยาก แล้วเราต้องขวนขวายโดยคนเดียวของเราไป นี่บารมีธรรมเราไม่มี แต่เราก็จะหาทางออก บารมีธรรมข้างนอกคือการช่วยเหลือกัน บารมี ธรรมข้างใน ถ้าบารมีธรรมข้างในนะ มันจะฝึกละใจ ใจมันจะฝึกละกับสิ่งที่จะหาทางออก ใจมัน จะไม่ฝึกละไปอยู่กับการจมอยู่กับสิ่งที่มูตรคุณ สิ่งที่มีมูตรคุณนี้เวลาพูดว่ามูตรคุณเราก็เทียบถึงข้างนอก มูตรคุณข้างนอก มูตรคุณคืออารมณ์ที่มันหมักหมมไว้ ก็เหมือนเหงื่อไหลออกมาจากร่างกายมันก็เป็นของสกปรก สิ่งที่มีมันเกิดขึ้นกับใจแล้วมันก็ถ่ายทอดไว้ที่ใจ

คำว่า “กิเลส” นี่มันเป็นนามธรรม เป็นอาการของใจที่มองไม่เห็น แต่มันให้ผล ความให้ผลนี้ มุตรกุคืออารมณ์ที่มันปกคลุมใจอยู่ แล้วใจก็อยู่กับมันอยู่อย่างนั้น เห็นไหม มันปกคลุมใจ ถึงว่ากิเลสนี้มีหัวใจของสัตว์โลกเป็นที่อยู่อาศัย กิเลสนี้ปกครองใจนี้ กิเลสเอาใจนี้เป็นบ้านเรือนที่อาศัยไป แล้วก็ปกคลุมไป เราถึงแพ้ตลอด เราแพ้ความคิดเราเอง เราแพ้กิเลสของเราเอง ความยับยั้งชั่งใจเราไม่มี นี่แหละจมอยู่ในมุตรกุ มุตรกุอย่างนั้น

แต่ในความคิดเหมือนกัน พลังงานของใจ เห็นไหม อาชาไนยขึ้นมาอย่างที่ว่าเมื่อไหร่ อาชาไนยขึ้นมา มันก็ตั้งสัจจะขึ้นมา บารมีธรรมขึ้นมา การจะเหนียวรั้ง การจะแหวกว่ายออกจากสิ่งที่เป็นแก่นของกิเลส มันต้องมีความยากลำบาก ความยากลำบากอันนั้น ประกอบอาชีพข้างนอกก็ว่ายากแล้ว จะเทียบให้เห็นว่า การประกอบอาชีพข้างนอกเราก็คือเป็นงานที่แสนยาก แต่การประกอบความเพียรภายในใจมันยากขึ้นไปกว่านั้นอีก

แล้วถ้ามันยากขึ้นไปแล้วเอามาสอนทำไม? ทำแต่เรื่องยาก ๆ ...ความเรื่องยาก ๆ ก็เพื่อจะหาความสุขใจ ความง่ายจะได้แต่ของง่าย ๆ ความเพียรพยายามเท่านั้น แม้แต่ลุยไฟก็ยังกล้าลุยไฟไป เพื่อจะไปเอาสิ่งที่เป็นสมบัติจากการลุยไฟ ผ่านจากการลุยไฟออกไป การลุยไฟไง ลุยไฟ รากะ ตัณหา ไฟโกรธ ไฟโลภ ไฟหลง อยู่ในหัวใจนี้ ราคะคตินา โทสะคตินา มันเผาผลาญอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราสามารถลุยออกไปได้ มันก็ลุยออกไปได้ ถ้าเราลุยออกไปได้นี้

ถึงว่ามันต้องมีกำลังใจ พลังงานของใจ เราเที่ยวไปเห็นว่ามันมีอยู่ในพลังงานของหัวใจเรา มนุษย์มีอยู่ทั้งหมด แต่เราเป็นคนที่ว่าอ่อนเปลี้ยเสียขา คือว่าเราเป็นคนที่ไม่มีความกล้าหาญ ไม่มีความคิดริเริ่มในหัวใจของเรา เราถึงปล่อยให้พลังงานของเราไหลออกไปโดยธรรมชาติของมัน มันเผาผลาญตัวมันเอง เห็นไหม ชีวิตหนึ่งเผาผลาญจนพลังงานนี้หมดไป

แต่พลังงานนี้ถ้าเราสะสมรวมขึ้นมาเป็นสัมมาสมาธิ นี่พลังงานเกิดขึ้น พลังงานนี้เยี่ยมที่สุด พลังงานในหัวใจ เรามองแต่พลังงานข้างนอก ไม่ได้มองพลังงานในใจของเรา คูสิเวลาเขาเหาะเหินเดินฟ้านี้ มันทำได้ขนาดนั้นจริง ๆ แต่เหาะเหินเดินฟ้าก็เป็นพลังงานหายาบ ๆ พลังงาน

ข้างนอก เห็นไหม พลังงานข้างในนะ สัมผัสสมาธิหมุนเข้าไป มันถึงชำระแก่นของกิเลสอันนั้นได้ กิเลสที่ว่าเหนียวแน่นขนาดไหน ที่แก่นอยู่ที่ใจนั้นนะ

แต่พลังงาน เห็นไหม พลังงานก็คืออาการของใจ ไม่ใช่ใจ เพราะถ้าสมมุติเจตปหานขึ้นมาแล้วนี่ กิเลสก็คืออาการของใจที่มันเกิดขึ้น เพราะมันอาศัยใจเป็นที่อยู่อาศัย พลังงานของธรรมก็เกิดขึ้นจากใจดวงนั้น พอชำระกิเลสสิ้นไป เห็นไหม อาสวะ อาสเวหิ อาสวะสิ้นไป จิตตานิ จิตตัวนี้เป็นผู้ที่วิมุตติด้วย จิตตัวนี้ไม่มีกิเลสครอบคลุมอยู่ ฟังสิ พลังงานถึงเป็นอาการของใจที่เราสร้างขึ้นมา พลังงานนั้นสร้างขึ้นมาเพื่อชำระตัวมันให้สะอาด ให้สะอาดให้ได้

นี่พลังงานของใจชำระใจของตัวเอง พลังงานของธรรม ถึงว่าปลงธรรมสังเวช พลังงานของธรรมทำให้ใจนี้พัฒนาขึ้น พลังงานของกิเลสทำให้มันแบบว่าเศร้าหมอง จมอยู่ในความคิดของตัวเอง จมปลักอยู่กับความคิด แล้วก็ความจมปลักถึงว่าอำนาจวานาน้อยใจ เราไม่มีอำนาจ เรามีวานาน้อย นี่กิเลสมันสอนขึ้นมาก็สอนได้แค่นี้

อำนาจวานาน้อยทำไมเกิดเป็นคน? เกิดเป็นคนแล้วพบพุทธศาสนา พุทธศาสนาที่ว่าทำให้สิ้นไป ก็คือว่าเกิดเป็นคนหมายถึงว่า มีภาระรองรับ พุทธศาสนาคือยาธรรมโอสถ ทุกอย่างมีพร้อมหมดเลย มีภาระที่จะรองรับผลอันนั้น มีผลอันนั้นที่ว่าปฏิกิริยา ที่ว่าให้เราประกอบขึ้นมาเป็นธรรมโอสถให้หัวใจ คนมีวานานาคือว่าคนที่พร้อมใจ พร้อมทั้งจิตใจ เพราะมาเป็นชาวพุทธ ศึกษาเล่าเรียนมาเพื่อประพฤติปฏิบัติ พร้อมทั้งจิตใจ พร้อมทั้งธรรมที่ว่ามีอยู่ในปัจจุบัน ธรรมอันนั้น นี่พร้อมหมด

แล้วเราเป็นคนที่มีโอกาสขนาดนั้น ทำไมไม่มีวานานา วานานาพร้อมอยู่ แต่เวลานั้นอีกเรื่องหนึ่ง เวลาในหน้าที่การงานที่เราทำหน้าที่การงาน นั้นเป็นเวลาที่ว่า ทุกข์ในธาตุขันธ์ กับความที่จะเอาชนะกิเลสนี้ ทุกข์ที่ว่าต้องชำระกัน เชือดเฉือนกันอยู่ภายใน มันถึงว่ามันเป็นลัสมตา ๒ ข้าง ตาหนึ่งคือตาของโลก คือธาตุขันธ์ ตาหนึ่งคือตาของธรรม ที่ว่าใจดวงนี้ถ้ายังมีกิเลสอยู่มันก็หมุนเวียนไป

ถ้าพลังงานของธรรมจนสิ้นไป นี่พลังงานในตัวมันเอง มันชำระตัวมันเองด้วยพลังงานของกิเลสก็ตั้งอยู่ในโลก พลังงานของธรรมก็พ้นออกไปจากกิเลส พ้นออกไปชั่วคราวก็ยังมี พ้นออกไปคือว่าความปล่อยวางชั่วคราว อันนี้อยู่ที่ไหน? อยู่ในหัวใจเราหมดเลย พระพุทธเจ้าถึงสอนให้ฟังตนเอง ฟังตนเองด้วยอาศัยเกาะเกี่ยวครูบาอาจารย์ทำอันนั้นขึ้นมา เกาะเกี่ยวไป ฟังตนเอง หมายถึงใจมันจะแก่ของมันขึ้นไป แล้วมันจะสามารถทำได้ อย่างเช่นเป็นช่าง ผู้ที่เป็นช่างอะไรก็ได้แล้วแต่ จะไม่ประมาท จะไม่ประหม่า ไม่สนใจในสิ่งที่ว่าของที่เรากำลังทำอยู่จะเสียหายไปเลย เพราะทำได้

นี่ก็เหมือนกัน เราเป็นช่างซ่อมหัวใจของเรา ถ้าเราทำได้ขึ้นมา เราจะไม่กลัวเลยว่ามันจะไปถึงไหน ปกคลุมมันได้ ทำใจมันได้ นี่พลังงานของธรรมทำได้ขนาดนั้น นี่มันอยู่ที่ไหนล่ะ? มันอยู่ในตัวของเรา อยู่ในความริเริ่มของเรา อยู่ในการที่ว่าเราจะเอาออกมาใช้ เอามาเป็นประโยชน์กับเราเอง ของที่มีอยู่ในหัวใจของเรา เงินทองในบ้านเรา เรายังเห็นมีคุณประโยชน์กับเราได้ เรายังใช้สอยเงินทองนั้นเป็นประโยชน์

แต่กำลังใจหัวใจอยู่ในร่างกาย อยู่ในกลางหัวอกของเรานี้ เราไม่ปลุกปลอบขึ้นมาให้มีกำลังขึ้นมาในหัวใจของเราเพื่อจะชนะความคิดตัวเองบ้างเลยหรือ? สมบัติอยู่ในเราแท้ ๆ พระพุทธเจ้าบอก “เพชรเม็ดหนึ่งอยู่ที่หน้าผาก แต่เรามองไม่เห็น เราหาทั่วไป”

นี่ก็เหมือนกัน หัวใจมีพลังงานอยู่เต็มหัวใจเลย เพียงแต่เราต้องปิดกั้นให้ใจนี้เป็นสมาธิไม่ให้ไหล พลังงานนี้ใช้รั่วไหลออกไปโดยที่ไม่มีประโยชน์ ถึงว่า “พุทโธ ๆ” ไป เพื่อให้พลังงานนี้รวมตัวขึ้นมา พอพลังงานรวมตัวขึ้นมามันก็เป็นประโยชน์กับคนที่มาเป็นเจ้าของพลังงานนั้น หัวใจนั้นได้เสพพลังงานของใจ พลังงานของธรรม เราปิดกั้นขึ้นมาด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ให้พลังงานนี้ขึ้นมา ทรงตัวขึ้นมา ๆ พลังงานขึ้นมาก็เป็นประโยชน์กับเรา

นี่เงินทองเป็นประโยชน์ข้างนอก กำลังใจ หัวใจเป็นประโยชน์กับเราภายในหัวใจ ศาสนาสอนเรื่องของใจ เน้นเรื่องที่ใจ ใจนี้ประเสริฐที่สุด เอวัง