

ใจสะอาด

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๔๔

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เรื่องของกรรมไง เรื่องของกรรมเป็นเรื่องของใจ มันวัดค่ากันไม่ได้หรอก ถ้าหัวใจเราสะอาด ถ้าหัวใจสะอาดเหมือนบ้านที่สะอาด บ้านที่สะอาดอยู่สุขอยู่สบาย ถ้าบ้านที่สกปรกอยู่ไม่สุขสบาย ถ้าบ้านสะอาดกว่าจะสะอาดได้มันก็ต้องบำรุงรักษามา คนเกิดมามันสกปรกด้วยกันมาทั้งหมด แต่มันสะอาดหรือมันสกปรกมากหรือน้อยนั้นมันจริตนิสัย ถ้าบ้านสะอาดเราต้องบำรุงรักษาไป พยายามเก็บกวาด เหมือนอารมณ์ของใจ

อารมณ์ของใจ เห็นไหม คือเป็นอารมณ์ของใจ ถ้าเราคิดตามสิ่งนั้นไปนะ มันจะเกิดย่ำคิดย่ำทำไป มันต้องพลิกกลับเลย เปลี่ยนเลยนะ เปลี่ยนไปคิดเรื่องใหม่เลย อย่าคิดเรื่องเก่า คิดเรื่องเก่าแล้วมันก็ย่ำอยู่อย่างนั้นนะ ถ้าย่ำอยู่อย่างนั้นมันก็ย่ำอยู่อย่างนั้น ทำความสะอาดบ้านไง ทำความสะอาดบ้านมันแสนเหนื่อยนะ แสนเหนื่อย แสนลำบาก แต่ถ้ามันสะอาดแล้วมันอยู่สุขสบาย

ถ้าบ้านสกปรกโสโครก เราอยู่ไม่สะดวกสบายหรอก แล้วอยู่ไปก็เป็นอย่างนั้น แล้วก็ย่ำคิดย่ำทำกับสิ่งนั้นไป สิ่งนั้นย่ำคิดย่ำทำไปมันจะเป็นความผูกพันของใจไป มันเกิดความเล็งเล็งสงสัย มันเกิดการคาดการณ์หมาย การคาดการณ์เดา เห็นไหม นี่มันเป็นการคาดการณ์ทั้งหมดเลย แล้วว่าเป็นความจริง มันไม่เป็นอย่างนั้นจริงเพราะว่ามันคาดหมายแล้วไม่เป็นอย่างนั้นหรอก ก็เล็ดค้นหาความทะยานอยากนี้ทำให้ผิดหวัง

ความสมหวัง เห็นไหม บ้านสะอาด ความสะอาดขึ้นมาเนี่ย เราก็ต้องบำรุงรักษา เราก็ต้องใช้พลังงานเหมือนกัน เราก็ต้องเหนื่อยเหมือนกัน เหนื่อยเหมือนกัน แต่มันสมหวังเพราะอะไร เพราะ

มันเป็นธรรม มันเหนื่อยแล้วมันสมหวัง กับเหนื่อยแล้วไม่สมหวัง เห็นไหม ความเหนื่อยยากออกไป
 ทำแล้วไม่มีความสมหวังเลย ไม่มีสิ่งใดๆ สมหวัง ทำไปเท่านั้นละ เรื่องของโลกวิ่งตามไป ไม่มี
 อะไรสมหวัง ตะครุบเงาๆ แล้วมันก็มี ความทุกข์อยู่ในหัวใจตลอด ความทุกข์มันเผาผลาญอยู่ในหัวใจ
 แล้วเราไม่สามารถปลดปล่อยได้ แต่ความทุกข์เหมือนกัน แต่ความทุกข์ที่ว่าเราพยายามทนเอา
 ต้องฝืนเอา ฝืนกิเลส

ถ้าฝืนกิเลส ฝืนความรู้สึกของเราขึ้นมา มันต้องถึงจุดหมายปลายทางได้สักวันหนึ่ง ถ้าถึง
 จุดหมายปลายทางได้ เห็นไหม บ้านนี้สะอาดขึ้นมา สิ่งที่มาสะอาดขึ้นมาที่อยู่อาศัยเรานั้นก็สุข
 สบายขึ้นมา มันสะอาดขึ้นมาเรื่อยๆ หยากไข่เกาะอยู่ในบ้านนี้ ความลึกลับสงสัย ความคิดความหมาย
 ของเรานั้นมันลึกลับสงสัยไป เห็นไหม ความลึกลับสงสัยมันจะมีตลอดไป แล้วเราต้องลึกลับสงสัย แล้ว
 เราก็คาดหมายไป ความคาดหวังไป เห็นไหม ความคาดหวังแล้วทำให้เราผิดหวังไป นี่
 ความคาดหวังความหมาย

แต่ถ้าเราไม่คาดหวัง เราฝืนเดี๋ยวนี้เลย ฝืนความรู้สึกของเรา ฝืนกิเลสของเราขึ้นไป มันจะ
 ทำให้เราสมหวัง ถ้าเราสมหวังขึ้นมา เห็นไหม สมหวังมันก็ต้องเหนื่อยยากเหมือนกัน ความเหนื่อย
 ยากนี้เรื่องของใจ แต่เรื่องของใจเวลาทำขึ้นมามันก็ต้องใช้ร่างกาย ใช้ความวิริยะอุตสาหะของเรา
 ทั้งหมดทำลงไป ความวิริยะความอุตสาหะขึ้นมา เวลาเราหาอยู่หากินหาเพื่อมัน หาเพื่อร่างกายนี้ หา
 เพื่อความพอใจ ความพอใจของกิเลส ไม่ใช่พอใจของธรรม ความพอใจของกิเลส ให้กิเลสมันพอใจ
 มันพอใจอย่างนั้นแล้วมันก็มีความสุขของมัน ชั่วคราวๆ เห็นไหม นี่หาแล้วมันไม่สมหวัง มันไม่
 สมหวังอย่างนี้ เพราะมันใช้หมดไปแล้วมันก็ต้องหาใหม่ แต่ถ้ามันเป็นธรรมนี้มันสมหวังเพราะ
 อะไร เพราะมันอยู่มันอึดมันเต็ม

ความอึดเต็มของใจ ถ้าเราพอใจที่ไหน เราก็ทำของเราที่นั่น ถ้าเราพอใจของเรา เห็นไหม ถ้า
 เราไม่พอใจของเรา นั่นนะกิเลสมันขัดใจแล้ว มันเหยียบย่ำตัวเอง มันไม่เห็นตัวเอง มันเหยียบย่ำ
 ตัวเองหมายถึงว่า ความคิดอันนั้นมันเป็นความคิดของเรา แต่คิดแล้วมันคิดออกไปจากไหน ออกไป
 จากเรา มันต้องเหยียบเราก่อนเห็นไหม มันเหยียบเราก่อนแล้วก็ความคิดนี้เกิดขึ้นมา นี่หมุนออกไป

อย่างนั้น ความที่หมุนออกไปอย่างนั้นมันเป็นความที่ไม่สมหวัง แล้วเราจะตามทำไม ตามไม่ได้ ถึงว่าเราต้องคิดเรื่องใหม่ เราต้องพยายามทิ้งเรื่องเก่าเลย อย่าไปคิดว่าหาเหตุกับมัน ถ้าหาเหตุผลกับเรื่องเก่า มันจะหาเหตุผลได้อย่างไร

กิเลสไม่มีเหตุผล แต่เหตุผลหลอกเรามี แต่ตัวมันเองไม่มีเหตุผล ความพอใจ ความไม่พอใจ เห็นไหม ความคิดครั้งแรกขึ้นมา เราคิดความผิดพลาดขึ้นไป แล้วเราแก้ไขของเราขึ้นไป เราเห็นความผิดพลาดขึ้นมา เมื่อก่อนทำไมเราคิดได้อย่างนี้ ถ้าเราผ่านอันนี้ขึ้นไปแล้วเราจะเห็นความผิดพลาดของเรา ถ้าเราไม่ผ่านความเห็นของเรา มันจะอยู่แต่ตรงนั้น อยู่ตรงนั้นแล้วมันก็สร้างเหตุผลขึ้นมา

เหตุผลของกิเลสที่มันจะหลอกเรา มันมีคุณค่ามากนะ มันจะหลอกเราได้เต็มที่เลย ทำอย่างนั้นจะได้ประโยชน์อย่างนั้น ทำอย่างนั้นจะได้ประโยชน์อย่างนั้น แล้วก็หวังไป ฟุ้งกันไป แล้วมันไม่สมหวังหรอก แต่ถ้าเวลามันผ่านไปแล้วนี้ คิดอย่างนี้คิดได้อย่างไร เห็นไหม มันต้องผ่านไปแล้วถึงว่าไม่ต้องคิด เรื่องกิเลสแล้วไม่ต้องคิด พิจารณาแล้วพยายามกดมันไว้เลย แล้วทำความสงบของใจ ถ้าเราไม่มีเหตุผลพอนะ เราไม่มีกำลังพอ เราต้องทำความสงบของใจ สิ่งนี้ไม่สนใจ ไม่สนใจเลย อดอาหารก็อดอาหาร อดข้าวต้องอดข้าว เพื่อจะเอามันให้อยู่ในอำนาจของเรา เอามันอยู่ในความเห็นของเราเลย ถ้าเอามันอยู่ในความเห็นของเราได้นี้ มันจะเริ่มอ่อนตัวลง ความอ่อนตัวลงของมัน เห็นไหม ของมัน มันอยู่ในหัวใจของเรา มันเกิดดับใจหัวใจของเรา นี่เรื่องของธรรม

เรื่องของธรรมเป็นเรื่องของใจ เรื่องของใจเป็นเรื่องของการที่เราไม่เคยเห็นสิ่งนั้น เราไม่เคยพบสิ่งนั้น เราไม่เคยเห็นสิ่งนั้นเลย สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่สุคติ สุตคติของโลก แต่ไม่สุคติของผู้ที่ปฏิบัติธรรม ผู้ที่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ต้องได้พบสิ่งนั้น ถ้าพบสิ่งนั้น สิ่งนั้นจะเป็นประโยชน์กับเรา ประโยชน์กับใจดวงนั้น ถึงว่าเป็นธรรมใด ธรรมเหนือโลก มันเหนือโลก เหนือทุกอย่าง เพราะมันเหนือทุกอย่างมันถึงต้องเป็นไป มันจะเป็นไปเพราะว่าเราทำด้วยความที่ว่า เราไม่เข้าใจเราก็ต้องฝึกทำ ถ้ามันจะเป็นที่ที่เราพอใจ เรารู้เห็นไปนี้ มันเป็นเรื่องของโลกทั้งหมดเลย

เรื่องของโลกเป็นเรื่องของจินตนาการ เรื่องของการคาดหมาย เรื่องของการคาดหมายมันก็ต้องหมุนกลับมาทำลายตัวเองไง ทำลายตัวเองตลอดๆ เพราะอะไร เพราะมันเป็นเรื่องของกิเลส ถ้าเรื่องของธรรมไม่เป็นอย่างนั้น เรื่องของธรรมจะสร้างสมตัวเองให้สูงขึ้นไป ความสูงขึ้นของใจ เห็นไหม เรื่องของใจมันถึงว่าเรื่องของธรรม เรื่องของใจมันต้องการธรรมมาเป็นที่อยู่อาศัย

เรื่องของโลกเป็นเรื่องของโลก เทียบเคียงเรื่องของโลกแล้วเราก็ต้องจินตนาการไปกับโลกเขา แล้วจะเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนั้นไปนะ วางไว้ หน้าที่ของโลกเป็นหน้าที่ของโลก หน้าที่ของเราเป็นหน้าที่ของเรา หน้าที่ของเราเป็นหน้าที่เอาตัวรอดของเราคนเดียว ถ้าเป็นหน้าที่ของโลกมันจินตนาการกันไป แล้วมันผลัดไต่กันไป มันอยู่อย่างนั้น ถ้าหน้าที่ของเรา เราเอาเราพ้นได้ หน้าที่ของใจ ใจนี้ปลดปล่อยของใจ เป็นหน้าที่ของใจอย่างเดียว ใจจะปลดปล่อยออก ปลดปล่อยความเห็นผิดใจ

ความเห็นผิดของหัวใจ ทำให้เราต้องหมุนเวียนไปตามมัน ความเห็นผิด เห็นไหม แล้วแก้ไข ความเห็นผิดให้เป็นความเห็นที่ถูกต้อง ความเห็นผิด เห็นไหม แล้วกิเลสมันอยู่ในความเห็นผิดนั้น มันมีเหตุผลให้ความเห็นผิดนั้นมันลึกลงเข้าไป ให้มีเหตุผลให้เราล้มลุกคลุกคลานใจ ให้เรามีอิสระให้เราอยู่ได้อำนาจของมัน ให้อยู่ในได้อำนาจของมัน แล้วก็อยู่ในความทุกข์ด้วย อยู่ในอำนาจของมันด้วย แล้วก็เวียนไปๆ อยู่อย่างนั้น มันไม่มีที่สิ้นสุด

สิ่งที่จะสิ้นสุด สิ่งที่จะเป็นประโยชน์กับเรา เห็นไหม สิ่งที่จะหยุดนิ่ง ความหยุดนิ่งแล้วจะเห็นทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าไม่หยุดนิ่งแล้วเราวิ่งอยู่ เราพยายามเคลื่อนไหวอยู่ เราจะไม่เห็นสิ่งนั้นสมความปรารถนา ถ้าเรานิ่งอยู่ของเราขึ้นมาแล้วมันจะเห็นว่าสมความปรารถนาของเรา แล้วมันจะทำสิ่งนั้นได้ ความเป็นไปเป็นประโยชน์กับเรา เราเห็นสิ่งนั้น แล้วเราค่อยพิจารณาเป็นเปลาะเป็นชั้นของเราเข้าไป ความเป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป พยายามให้มันสิ้นสุดเป็นกระบวนการของมัน เห็นไหม เละออกเป็นเปลาะ เป็นชั้นเป็นตอนเข้าไป มันจะเห็นถึงว่าเป็นสิ่งที่ว่าเป็นความผ่องแผ้วของใจ ถึงว่าวิฤภาวะของใจมันเป็นแบบนี้

ถ้าดูภาวะของใจมันโดนปกคลุมไปด้วยความเห็นผิด ด้วยความมืด ความเห็นผิดของเราเนี่ย มันจะพลาดใจ มันพลาดใจอยู่อย่างนั้น มันไม่เป็นประโยชน์กับใจดวงนั้น มันจะมีแต่ความเร่าร้อน มีแต่ความทุกข์ให้ใจดวงนั้น แล้วใจดวงนั้นเป็นใจของเราซะด้วย ใจดวงนั้นอยู่ในหัวของเรา แล้วมันเป็นอย่างไรละ มันพลาดอยู่อย่างนั้น มันไม่สามารถปลดเปลื้องออกไปได้ เห็นไหม แล้วไม่มีใครแก้ไขให้ใครได้เลย นอกจากศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมะอันนี้มันถึงเป็นน้ำอมฤตที่สามารถเข้าไปชำระล้างในหัวใจได้ แต่มันเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก

สิ่งที่ทำได้ยากเพราะอะไร เพราะว่ามันเป็นสิ่งที่เราไม่เคยพบไม่เคยเห็น สิ่งว่ามันสุดความสามารถของสัตว์โลก เหมือนกับสิ่งที่ว่าเราจะขึ้นไปไม่ได้เลย แล้วกิเลสมันก็ผลักดัน เห็นไหม หมดกาลหมดสมัย มรรคผลไม่มี เราทำเมื่อไหร่ก็ทำได้ จินตนาการไป นี่เราขึ้นมาในที่สูงแล้วเราลงไปทำไม เราจะขึ้นไปที่สูงเห็นไหม หนีจากน้ำ พ้นจากน้ำขึ้นมา เราจะลงไปคลุกอีกทำไม

สิ่งนั้นก็ทำได้ สิ่งนั้นก็ทำได้เนี่ย มันจะถอยหลังลงไป ถอยหลังเข้าคลอง ถอยหลังลงคลองไป มันจะถอยเข้าไปหากิเลส มันไม่เจริญขึ้นมาเนี่ย ถ้าเจริญขึ้นมาเนี่ยเราต้องขึ้นที่สูงๆ ขึ้นที่สูงชัยภูมิที่เหนือกว่า สิ่งที่น่ากว่ามันจะเป็นประโยชน์กับเรา เห็นไหม ถ้ามีข้าศึกสงครามเข้ามา เราจะเห็นสิ่งนั้น เราจะแก้ไขตรงนั้นได้

ความลึกลับสงสัย มันสงสัยตั้งแต่ฟังธรรม สงสัยตั้งแต่การประพฤติปฏิบัติของเรา เราสงสัยไปหมด เพราะว่าเราไม่เคย สิ่งที่เราไม่เคยเนี่ย เราสงสัยแล้วมันก็ต้องทำให้เราล้มลุกคลุกคลาน ความล้มลุกคลุกคลานของเรา อย่างหยาบเร้าอยู่กับที่ อย่างถ้ามันมีคุณค่าขึ้นมามันก็ทำให้เราที่ถอย ความถอยถอยของเรา ความไม่สู้ของเรา เห็นไหม ใจเท่านั้นเป็นเรื่องชำระเรื่องของใจ ใจเท่านั้นให้กำลังใจของเราขึ้นมา แล้วความสุขนั้นก็มีความสุขของเรา ความทุกข์ก็เป็นความทุกข์ของเรา สิ่งต่างๆ นี่เป็นเรื่องของเราทั้งหมด เราจะไปปลดเปลื้องเรื่องของเรา

ถ้าเราปลดเปลื้องเรื่องของเราได้ มันก็จบสิ้นที่เรานี้ ถ้าเราปลดเปลื้องของเราไม่ได้ มันไม่มีหรอก ไม่มีวันที่ว่าจะสิ้นสุด มันต้องหมุนไปเวียนไปอย่างนี้ แต่เราเป็นของใหม่ตลอดๆ มันน่าสลดสังเวชตรงที่ว่าเป็นของดั้งเดิม เป็นของเก่าแก่ ของที่มีอยู่แล้วโดยธรรมชาติของมัน แต่เวลาเราเข้าไป

ประสบนี้เป็นของใหม่ เป็นของใหม่ ความคิดนี้เป็นของใหม่ตลอด เป็นของใหม่แล้วทำให้เราติดพัน
เราติดพันอยู่กับความคิดของเรา เราติดพันกัน...(เทปสิ้นสุดเพียงเท่านี้)