

เทศน์เช้า วันที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๔๕

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถ้าความเปลี่ยนแปลง เห็นไหม มันเป็นอนิจจัง มันกินตัวมันเอง แปรสภาพไป โดยธรรมชาติมันเปลี่ยนแปลงมันเปลี่ยนแปลงไปอย่างนั้น เปลี่ยนแปลงหมุนเวียนไปๆ สิ่งที่เกิดใหม่ก็เกิดใหม่ สิ่งที่จะเกิดใหม่หมุนเวียนเกิดใหม่ แต่สิ่งที่เป็นของเก่า มันหมุนเวียนไป มันวนไปๆ ถ้าเป็นคันไถมันก็หมดไป ตายไปเกิดใหม่ ตายไปเกิดใหม่แล้วแต่สืบพันธุ์ของมันไป

จิตเราก็มเหมือนกัน จิตเราเวลามันเปลี่ยนสภาพไปตายไปๆ มันก็เกิดใหม่ๆ เกิดในสภาวะอะไรก็แล้วแต่ แต่นี่มันรู้สภาวะอย่างนี้ มันร่างกายใจ มันเป็นโอกาสเดียว โอกาสที่เราจะแก้ไขของเราได้ ถ้าเห็นอย่างนี้มันก็เริ่มต้นตัวนะ

ดูอย่างพระพุทธรูปอยู่ในป่า เวลาเสื่อมมันกินนะ กัดไปถึงท้ายยังไม่ได้สำเร็จ เห็นไหม ชีวิตแค่เสื่อมก็อดกินอยู่ละ มีโอกาส เขามีเวลาทำได้ พิจารณาจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาได้ เวลาแค่นั้นนะ

นี่ก็เหมือนกัน เวลามันน้อยลงไปเรื่อย ถ้าลองเป็นอย่างนี้แล้วเวลาก็น้อยลง ต้องหันกลับมาละ ถ้ายอมรับสภาวะความเป็นจริงมันก็ทำได้ ทำใจได้ก็อยู่ของเขาได้เป็นปกติ ทนเอา กรรมไครกรรมมัน ถึงเวลามันประสบขึ้นมา ทุกคนต้องประสบ สิ่งที่ทำมากับมือ ของเราทำมากับมือ เราต้องแก้ไขของเราไป ให้อัเห็น-ไม่เห็นมันสอดคล้องเวชใจ

“ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ”

ถ้าร่างกายเราแข็งแรง ตั้งแต่หนุ่มจนแก่หรือว่าเด็กจนแก่ละ ถ้าเราไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ คนนั้นเป็นคนที่ประเสริฐมาก “ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” แต่ถ้ามีโรคขึ้นมาก็ต้องแก้ไข ถ้าโรคมันแรงมันไป ถ้าบอกหมดชีวิต ทำไมหลวงปู่ขาว เห็นไหม หลวงปู่ฝันไปต่อชีวิตให้?

มันต่อชีวิตได้ ถ้าชีวิตนี้มันเป็นของที่ตายตัวโดยธรรมชาติของมันนะ พระพุทธเจ้าจะไม่บอกหรอก

“อานนท์ ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติอิทธิบาท ๔ จะสามารถอยู่อีกกับหนึ่งก็อยู่ได้”

ชีวิตนี้ต่อได้ มันเป็นอนิจจังทั้งหมดเลย สามารถต่อได้ แต่ถ้ามันหมดอายุขัยมันก็หมดได้เหมือนกัน หมดก็ต่อได้ หรือว่าถ้าชีวิตยังสืบต่อไป แต่ด้วยอุบัติเหตุ ด้วยกรรมตัดรอนก็ได้ มันทำมันเป็นไปได้หมดหรอก

ถ้าเรามีอิทธิบาท ๔ เห็นไหม อิทธิบาท ๔ นะ ถ้ามันพิจารณาจิต จิตของตัวเอง ความไม่ประมาทนะ “จิตตะ วิมังสา” ความใคร่ครวญดูความไม่ประมาท ดูสืบต่อไป มันสืบต่อไปก็เหมือนกับการที่หลวงตาว่า

“เวลากวาวไป เวลากลางคืนมันจะตาย นอนไม่ได้ ถ้ามันดับอีกนะ ต้องสืบต่อไป”

เหมือนกับพระสารีบุตรพูดเลย “ชีวิตนี้อยู่บนไอนุ่น ไอนุ่นตั้งอยู่บนอายุ” ไอนุ่น เห็นไหม พิจารณาจิตอยู่ พิจารณาให้มันสืบต่อ ชีวิตนี้ให้มันสืบต่อไป ให้อยู่ในกาลเวลา ไอนุ่นนี้อยู่ในกาลเวลาแล้วสืบต่อชีวิตนี้ไป วนไปมันก็สืบต่อไป สืบต่อยาวออกไป พอมันผ่านจากวิกฤติอันนั้นไปมันก็ผ่านไปได้อีก นี่ชีวิตนี้สืบต่อได้

อันนี้มันถึงว่ามันไม่แน่นอน สิ่งทุกอย่าง เวลาทุกอย่างไม่แน่นอนเลย มันเป็นไปได้มันก็หายได้ ถ้ามันเป็นไป ถ้าเราอ่อนแอเราก็เสร็จมัน ถ้าเราไม่อ่อนแอ เราสามารถดำรงชีวิตของเราต่อไป เพื่ออะไร? เพื่อเราเอง เพื่อความเป็นอยู่ของเรา ถ้ามันถึงที่สุดแล้วมันก็ปล่อยได้ ถึงที่สุดแล้วมันจะปล่อยเมื่อไหร่ก็ปล่อยได้ ถ้าไม่ถึงที่สุด เราไม่ถึงที่สุด เรามีโอกาสเราควรทำ บารมีธรรมควรสะสมเป็นอย่างยิ่ง สะสมมันในใจของเรา ตัวอย่างที่เราฟังเทศน์ของอาจารย์มหาบัว ท่านเล่าให้ฟังว่า

“หลวงปู่มั่นเวลาจะเทศน์ขึ้นมา หลวงปู่ฝันมาถึงมากراب มากرابแล้วก็ยิ้มๆ ยิ้มเพราะเหตุไร?”

พอหลวงปู่ตื่นกลับไปแล้ว หลวงปู่มันบอกว่า “อัมมสิ เพราะเทวดามาฟังเทศน์เต็มไปหมดเลย” เห็นไหม เทวดามาฟังเทศน์มาฟังธรรม ฟังเทศน์ของหลวงปู่มันไง มาฟังเทศน์ มาเพื่อความกระจำแจ้งของใจ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรามาฟังเทศน์ฟังธรรมขึ้นมาเพื่ออะไร เพื่อเป็นปกติ เพื่อใจ เพื่อความสว่างในหัวใจ มันเปิดใจขึ้นมาได้มันก็เป็นทำใจของเราได้ ถ้าเรามันเปิดใจของเราไม่ได้ มันก็มีคบบอด ถ้าเรามีคบบอด คนอื่นก็มีคบบอด ถ้าเราสว่างขึ้นมาแล้ว เทวดา อินทร์ พรหม ยังต้องมาฟังเทศน์ เพราะเทวดา อินทร์ พรหม ก็ไม่เข้าใจเรื่องอริยสัจ

อริยสัจ เห็นไหม ความทุกข์ ทุกข์ควรกำหนด สมุทัยควรละ แต่เวลาเพเลิดเพลินไป มันทุกข์อยู่ตรงไหน มันจับทุกข์ไม่ได้ จับอาการของใจไม่ได้ นี่เวลาใจมันกระเพื่อม มันทุกข์-ไม่ทุกข์ แต่กระเพื่อมนี้มันจะหวั่นไหว-ไม่หวั่นไหว ถ้ามันหวั่นไหวแล้วเราใคร่ครวญมันไป ถ้ามันไม่หวั่นไหว มันยังอยู่ในปกติ เราก็ออยู่ในความปกติของมัน แล้วจิตของเราไป พิจารณาจิตของเราไป

ถ้าจิตมันสงบตัวลงมา เรื่องของร่างกาย เรื่องโรคภัยไข้เจ็บมันจะอยู่ของมันประสาของมัน มันจะหายเองโดยธรรมชาติของมันก็ได้ ธรรมโอสธไปรักษาก็หายได้ ถ้ารักษาใจ อิทธิบาท ๔ จุใจของเราเข้าไปปกติไป ใจสำคัญที่สุด ถ้าใจไม่ไปให้ค่า ไม่ไปเราร้อนมัน เห็นไหม ไปเร่งเร้า ใจนี้ไปเร่งเร้าสิ่งต่างๆ ให้มันเป็นไปตามที่ความต้องการของเรา

พอเร่งเร้าขึ้นไป มันก็ไปเร่งเร้าสิ่งที่ยมันเกิดเป็นโทษขึ้นมาในหัวใจ เกิดเป็นโทษขึ้นมาเชื้อไข่มันก็เร่งเร้าเข้าไปด้วย ถ้าเราไม่เร่งเร้าขึ้นไป มันหมดอาหารกิน มันไม่มีอาหาร มันก็ต้องเบียดตัวลงๆ สิ่งที่ยเบียดตัวลงไป จนกว่าจะหายได้ สิ่งที่ยหายได้ หายไปในจากไข นั่นนะธรรมโอสธ

ใจมันพิเศษ พิเศษที่ตรงหัวใจ ใจมันเป็นไปได้หมดนะ แม้แต่การเพ่งรักษาโรค เห็นไหม อาศัยพลังงานของใจเพ่งรักษาๆ เขาทำของเขาได้ เราก็อทำของเราได้ถ้าเราพูดถึงเราปฏิบัติของเราเอง เพ่งของเราเอง

หลวงปู่ตื่นนี้ หมออายุเป็นคนบอกใจ บอกว่าให้กำหนดลมเพ่งที่ท้องนะที่กระบังลมนะ แล้วเพ่งเข้าไป พอเพ่งเข้าไปนะ มันลมระบายออกๆ หมออายุรู้เรื่องสรีระ เรื่องโรคภัยไข้เจ็บ แต่ไม่มีพลังงานของใจ แต่หลวงปู่ตื่นมีพลังงานของใจแต่ไม่เข้าใจเรื่องของหมอเขา

นั่นนะว่าทำงานร่วมกัน มันเป็นไปได้ มันเพ่งปั๊บ มันจะผ่อนคลาญๆ ผ่อนคลาญเหมือนมันจะคลาญตัวมันเองในธรรมชาติของมัน มันเป็นไปได้ตามประสาที่ว่าเราทำใจของเราได้ วุฒิภาวะของใจเราสูงส่งขึ้นมาได้ขนาดไหน ถ้าได้ขนาดนั้นมันก็ไม่ตื่นเต็นไปกับเขา

มันตื่นเต็นไปกับใคร ตื่นเต็นไปกับโรคภัยไข้เจ็บของเราเองนะ ไม่ตื่นเต็นไปกับคนอื่นนะ คนอื่นเรื่องของคนอื่นเป็นเรื่องสิ่งที่ว่ามันไปเทียบเคียงเข้ามาเป็นบุคลาธิษฐาน ให้เราสลดสังเวชขึ้นมา

“แม้แต่พระพุทธเจ้าก็ต้องปรินิพพานไป”

แม้แต่พระพุทธเจ้า เห็นไหม พระพุทธเจ้าสร้างบุญบารมีมาขนาดไหนก็ต้องปรินิพพานไป มันไม่มีอะไรที่จะทรงตัวได้ตลอดไป เพียงแต่ว่ามีโอกาสจะทำคุณงามความดีตรงนี้ เราจะได้ขนาดไหน

เราจะเร่งสร้างคุณงามความดีกันมาเพื่อประโยชน์ของเรา ใครทำมากได้มาก ใครทำน้อยได้น้อย ใครไม่ทำเลยคนนั้นก็ไม่ได้เลย ใครพยายามขวนขวายขนาดไหน คนนั้นก็เป็นอย่างคนนั้นขึ้นมา เห็นไหม แล้วเราพอทำใจขึ้นมา มันเรื่องของบุญกุศล เรื่องของอามิสกันมาก่อน เป็นอามิสขึ้นมาก่อนแล้วก็เริ่มจากมาว่าไม่เจือด้วยอามิส เห็นไหม ไม่เจือด้วยอามิสด้วยความสบายใจ ด้วยความปลอดโปร่งใจ

ใจปลอดโปร่ง ใจทำอะไรมันถึงจะปลอดโปร่งใจ? มันปลอดโปร่งชั่วคราวขึ้นมา

แต่ถ้าเราควบคุมใจของเราได้ เราควบคุมความปลอดโปร่งใจอันนั้นได้ เห็นไหม เราควบคุมการปล่อยวางของใจได้ เราควบคุมได้หมด เราสั่งการได้หมด ถ้ามันกระดิกขึ้นไป มันรู้พร้อม สติมันจะรู้ทัน ปล่อยอันนั้นๆ ถ้ามันไม่ปล่อย มันปล่อยไม่ได้เพราะว่ามันเป็นภาระรับผิดชอบนั้นอีกเรื่องหนึ่ง

สิ่งที่เป็นภาระรับผิดชอบ เห็นไหม ภาระเป็นภาระ ความทุกข์กังวลเป็นความทุกข์กังวล สิ่งที่เป็นภาระก็ต้องปล่อยวางมันไป ปล่อยวางมันไป ปล่อยวางคืออะไร ควบคุมมันได้หมด มันถึงจะควบคุมใจได้เต็มที่กับมัน มันถึงจะเป็นอิสระเสรีของมันโดยธรรมชาติของมัน

ถ้ามันเป็นอิสระเสรีของมันโดยธรรมชาติของมัน ความทุกข์ก็เป็นความทุกข์นะ เวลาความทุกข์ขนาดไหนมันก็เป็นความทุกข์ เวลาโรคภัยไข้เจ็บเกิดขึ้นมา เห็นไหม มะเร็งจะเกิดขึ้นมาขนาดไหนมันก็แล้วแต่ ได้แต่มองมันเฉยๆ มันไม่สามารถจะทำให้ใจได้ แต่มันความทุกข์ของใจเหมือนกัน

ถ้าเป็นความทุกข์ของใจ ใจมันเกาะเกี่ยวอยู่อย่างนั้น มันแสดงออกถ้าเราไม่เข้าใจ ถ้าเราเข้าใจแล้วมันไม่มีการแสดงออก ถ้าเราเข้าใจนะ มันแสดงออกนี่เป็นกริยาต้องรับผิดชอบเฉยๆ แต่ตัวหัวใจนั้นมันไม่รับผิดชอบ มันรอเวลาจะไป แต่เวลายังไม่ไปกรรมยังไม่หมดใจ กรรมยังไม่หมดมันก็ต้องรับผิดชอบกันไปอย่างนี้ ตามวาระมันที่มันต้องรับผิดชอบกันไป

ถึงว่าถ้าสิ้นสุดแล้ว มันเข้าใจมันก็ปล่อยวางได้ มันไม่เข้าใจ ถ้าไม่เข้าใจก็ทุกข์ไป ทุกข์นะ ความทุกข์ต้องแบกภาระอันนี้ไป ทุกข์ควรกำหนด สมุทัยควรละ ค้นหาความทะยานอยากละหมด มันเกิดนิโรธถ้ามันเป็นความว่าง ความว่างของใจตรงนั้นส่วนหนึ่ง แล้วออกมารับรู้รับภาระรับผิดชอบ นั่นเป็นอีกส่วนหนึ่ง ส่วนที่ต้องรับภาระรับผิดชอบออกไป มันเป็นธรรมชาติของมัน

แต่ถ้าเราไม่ได้ปฏิบัติ ไม่เป็นอย่างนี้เด็ดขาด มันไม่ได้ปฏิบัติ มันจะกระเพื่อม มันจะฟูของมันไป มันเสียใจ ใจนี้ห่อเหี่ยวไปกับมันนะ แล้วจะคิดแก้ตัวอย่างไรเวลาใจมันห่อเหี่ยว?

ถ้าใจห่อเหี่ยว โรคภัยนี้มันยิ่งฟุ้งซ่าน มันยิ่งแบบว่าทำให้กระพือให้มันรวดเร็วขึ้นไปอีก มันต้องทำความสงบ ถึงว่าเวลาที่ว่าเขาสอนกัน เห็นไหม เวลาถ้ามันไปรักษาโรคมะเร็ง ทำความสงบ ทำชีวิตด้วย ทำกำลังใจของใจขึ้นมาด้วย ถ้าใจของเราขึ้นมา อันนั้นเป็นกำลังใจของเราขึ้นมา เป็นธรรมชาติของมันนะ ธรรมชาติของมันที่เป็นกำลังใจขึ้นมา

แต่ถ้าเราสะสมของเราเอง เราเข้าใจเราเอง มีธรรมะอีกอย่างหนึ่ง ธรรมโอสถ ธรรมรักษา โรคภัยไข้เจ็บได้ รักษาโรคภัยไข้เจ็บได้ถ้าใจดวงนั้นสามารถ ถ้าใจดวงนั้นไม่สามารถ มันก็รับรู้กันเฉยๆ เพียงแต่เป็นกดไว้ไว้ รับภาระแบกไว้กดไว้ กดให้มันพอใจ ให้เรารักษาใจของเราได้ ถ้าเรารักษาใจของเราได้ เราจะเป็นไป ถ้าใจรักษาไม่ได้ มันก็จะเป็นความทุกข์ไป เอวัง