

เทศน์เช้า วันที่ ๓ สิงหาคม ๒๕๔๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ความพอดีมันหายาก ความพอดีของพวกเรานะความพอดีของใจ ถ้าใจพอดีกันใจ
ลงตัวกันเราจะมีความสุขมาก มีความสุขเพราะมีความสบายใจ แต่ถ้าเราไม่สบายใจ เรา
ขัดข้องใจ ใจมันไม่ปกติ

อันนี้ก็เหมือนกัน เราถือธุดงค์วัตร เพราะว่าหลวงตาบอกเลยว่า “ถ้าเราไม่ทำ
ต่อไปในศาสนาฉันมีแต่ตำรา” แล้วมันไม่มีผู้กระทำ พอทำแล้ว ถ้าเราทำคุณงามความดี
พูดถึงถ้าคุณงามความดี ความดี กลิ่นของศีลมันหอมทวนลม มันหอมไปทวนลม มันไป
ตามลม มันหอมทวนไป สิ่งนี้มันเป็นที่ว่าใครทำคุณงามความดี แต่ตอนทำใหม่ๆ ลำบาก
มาก ตอนทำใหม่ๆ ใครอยู่ในป่า

ดูอย่างวัดถ้ำกลองเพล วัดต่างๆ อยู่ในป่า กว่าจะสร้างขึ้นได้นะ เราอ่านประวัติ
สมัยหลวงปู่ขาวไปอยู่ อยู่ในถ้ำอยู่ในป่าลึก ต้องหามอาหารไปส่งนะ ต้องแบกต้องหา
อาหารไปส่ง เพราะมันบิณฑบาตกับชาวป่าชาวเขามันก็ไม่ได้สมบูรณ์หรอก มันเป็นไป
อย่างนั้นมาตลอด แต่เพราะกลิ่นของศีลกลิ่นของความดีของท่าน มันถึงทำให้เป็นอย่าง
นั้นมา

นี่ก็เหมือนกัน ในเมื่อมันมีความยุ่งยากบ้าง มันมีความลำบากบ้าง มันดูแล้วไม่
สวยงาม สิ่งที่ไม่สวยงามเพราะเราขัดกับความรู้จักของเรา เราต้องการความสะดวก เรา
ต้องการความสบาย เราต้องการทุกสิ่งทุกอย่างให้มันสมบูรณ์แก่เรา มันสมบูรณ์เพราะ
ด้วยความสะดวกสบาย

หลวงปู่ฝั้นบอกเลยว่า “คนมักง่ายมันจะได้ยาก คนมักยากคนพยายามฝืนกับกิเลส
มันจะได้สมความปรารถนา” คนมักง่ายไง อะไรก็ต้องการความสะดวก อะไรก็ต้องการ
ความสบาย ความสะดวกความสบายมันเป็นทางของกิเลสชัดๆ เลย ทางกิเลสมันต้องการ

ความสะดวกสบาย มันสะดวกสบายมันสะดวกสบายไปไหน เพราะอะไร?
เพราะว่าการบังคับของการเกิด

การเกิดมาเป็นชาติ มนุษย์นี้เห็นไหม เราหายใจเข้าและไม่หายใจออกเราต้องตาย
นะ เราหายใจอยู่ตลอดเวลา จะอะไรเคลื่อนไหวไปเราต้องหายใจ ถ้าอากาศไม่ขึ้นไปเลี้ยง
สมองพักเดียวเท่านั้นเนะร่างกายจะผิปกดดิเลย อากาศหายใจตลอดเวลา การดำรงชีวิตอยู่
ของเราด้วยอากาศหายใจดำรงตลอดไป แล้วถ้ามันขาดไป มันสืบต่อตลอดไป สิ่งนี้มัน
บังคับ มันถึงสะดวกสบายไม่ได้ การสะดวกสบายไม่ได้เพราะอะไร? เพราะร่างกายมัน
เกิดขึ้นมาแล้วมันต้องเสื่อมสภาพไปโดยธรรมชาติของมัน

แต่เริ่มจากเด็กขึ้นมาเจริญเป็นผู้ใหญ่ ช่วงนี้จะไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงของความ
ทุกข์ มันจะเห็นเปลี่ยนแปลงของความเจริญรุ่งเรือง เพราะมันกำลังผลิดอกออกไป ต้นไม้
กำลังผลิดอกออกไปนี้เราจะเห็นว่ามันสวยงามมาก ดอกไม้ออกมาใหม่ๆ จะสวยงามมาก
แต่พอมันแก่แล้ว มันเริ่มร่วงโรยไป มันจะเป็นแบบว่าไม่สมความปรารถนาของเราเลย

นี่ก็เหมือนกัน ในเมื่อร่างกายกับจิตใจมันอยู่ด้วยกัน แล้วมันบีบคั้นกันอยู่ที่นี่ ถึงจะ
หาความสะดวกสบายๆ เป็นไปไม่ได้หรอก เพียงแต่เริ่มต้นขึ้นมามันเป็นประสบการณ์
ของชีวิต ผู้ที่ดำรงชีวิตมา เวลาเกิดขึ้นมาแล้วพอโตขึ้นมาต้องมีวิชาการต้องมีวิชาชีพ เด็ก
ถึงต้องศึกษาเล่าเรียน การศึกษาเล่าเรียนการพยายามต่างๆ ของเราขึ้นมา สิ่งนี้มันเป็นการ
ว่าสะสมขึ้นมาให้เป็นวิชาชีพ ให้เป็นผู้ที่ฉลาดทันคน ให้อยู่ในสังคมได้

แต่อยู่สังคมได้สูงสุดขนาดไหนต่ำสุดขนาดไหน มันก็ต้องตายไปทุกคน สิ่งต่างๆ
ต้องตายไป สิ่งที่ยึดบังคับไว้มีอย่างนี้อยู่ เราถึงต้องหาสิ่งหนึ่ง เห็นไหม หาสิ่งหนึ่งสิ่ง
ที่ว่ามันเป็นความสุขเป็นความคงที่ของใจ สิ่งที่จะเป็นความคงที่ของใจ ใจจะมีสิ่งนี้อยู่
ในใจของเรา แต่มันจะมองไม่เห็นสิ่งนี้ คนเราไม่ใช่ดีเพราะความเกิด คนเราเกิดมาชาติ
ตระกูลเป็นความดี สิ่งต่างๆ นี่ไม่ใช่หรอก ชาติตระกูลดีคนนั้นดีๆ ด้วย ชาติตระกูลดีคน
นั้นเกรคนนั้นก็เกร ชาติตระกูลต่ำต้อยขนาดไหนถ้าคนนั้นดีมันก็ดีไปด้วย

วัตรปฏิบัติก็เหมือนกัน การเปลี่ยนแปลงการดำเนินของใจมันมีโอกาส
เปลี่ยนแปลงได้ คุณงามความดีเกิดจากการกระทำ คุณงามความดีเกิดจากการตัดแปลง
ตน การมีวิชาชีพคนเรียนมาจะสูงต่ำขนาดไหน ถ้าเป็นคนดีสิ่งนั้นจะเป็นประโยชน์มาก

คนดีเรียนมามิวิชาชีพอด้วย แล้วคนนั้นเป็นคนดีด้วย จะส่งเสริมจะเป็นที่พึ่งของสังคม สังคมจะพึ่งคนๆ นั้นได้ คนนั้นจะเป็นคน

คนดีในประวัติศาสตร์ก็มีเป็นหลายๆ ไป แต่ศิษยานุศิษย์ไหนมันก็เป็นว่าถึงที่สุดก็ต้องตายไป สิ่งที่ตายไปของภพชาติ วาระของภพชาติมันต้องตายไป แต่ตัวจิตตัวนี้ไม่เคยตายไป ตัวจิตตัวนี้จะมีอยู่โดยธรรมชาติของมัน มันเป็นความประหลาดมหัศจรรย์ สิ่งที่มีมหัศจรรย์สิ่งนี้มันอยู่กับตัวเรา แต่มันมีวาระๆ ปกปิดไว้ การที่วาระปกปิดไว้คือภพชาติ มันปกปิดไว้ เราถึงไม่เข้าใจสิ่งนี้ แล้วเราก็พยายามแสวงหาเข้าไป แสวงหาด้วยความคิดของเรา แสวงหาด้วยวิชาการของเรา วิชาการของเราคิดอย่างนั้น สิ่งที่เราพิสูจน์ได้ เราเป็นนักวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์ต้องพิสูจน์สิ่งใดๆ ได้ ถ้าพิสูจน์อะไรได้ทางจิตก็ต้องพิสูจน์ได้ ถ้าพิสูจน์ได้ ถึงว่าถ้าพิสูจน์มันพิสูจน์ไม่ได้ถึงไม่มีใจ พิสูจน์แล้วไม่ได้ถึงไม่มี

ในสมัยพุทธกาลนะ กษัตริย์ไม่เชื่อเรื่องศาสนา เขาเป็นกษัตริย์เขาสามารถพิสูจน์ได้ เขาเอานักโทษก่อนตายเอามาใส่โลงแก้วไว้ แล้วยาไว้ดูว่าจิตมันตายมันจะไปไหน เวลาที่คนตายวิญญาณออกไปไหน ว่ามีใจๆ ใจอยู่ไหนหาไม่เจอ สิ่งนี้ในสมัยพุทธกาล สมัยพระพุทธเจ้าอยู่คนไม่เชื่อก็มี แล้วมีความสามารถด้วยนะ พยายามทดลอง พยายามพิสูจน์ต่างๆ พิสูจน์ขนาดไหนก็ไม่มีสามารถได้

สุดท้ายมาเจอพระอรหันต์ ถามว่า เวลาที่กษัตริย์เวลานอนเวลาฝันเห็นว่ามันออกไปไหม? เวลาจิตมันฝันเห็นตัวเองออกไปไหม? มันไม่เห็นตัวเองออกไป จะพิสูจน์ว่าตัวใจมันมีอยู่ สุดท้ายแล้วเขาพลิกแพลงนะ เขามีความเห็น พอเริ่มเขามีความเห็น เห็นว่าพระอรหันต์พูดๆ ให้เขาเข้าใจได้ เขาบอกว่าเขาเข้าใจแล้วละ แต่เขาก็จะถือทิฐิความเห็นของเดิมของเขาตลอดไป เพราะอะไร? เพราะเขาเป็นกษัตริย์ เขาไม่สามารถจะยอมรับความที่ว่าเขาเห็นผิดมาได้

พระอรหันต์ถึงบอกว่า มันก็เปรียบเหมือนเราแบกอุจจาระมา แล้วโดนน้ำไหล น้ำมันรดตัวเราๆ จะสะอาดทั้งไหม เราไปเจอเหล็ก ไปเจอทองคำ ไปเจอสิ่งต่างๆ ดีขึ้น เราจะละความเห็นของเราไหม พุทธเจ้าละความเห็นได้นะ สิ่งที่จะความเห็นได้ ถ้าละความเห็นผิด ทิฐิเห็นใหม่ มิฉนาทิฐิ สัมมาทิฐิ ถ้าเรามีทิฐิความเห็นถูกต้องจิตนี้

ก้าวเดินไปได้ ถ้าเรามีมิจฉาทิฐิความเห็นของเราไม่ถูกต้อง มันปิด ใจนี้มันโดนความคิดเราปิดไว้อีกทีหนึ่ง

ความคิดมันเป็นสิ่งที่จรมมา สิ่งที่จรมมาเวลาเรากิดขึ้นมา มันคิดขึ้นมาโดยพลังงานของใจ พลังงานคือ ตัวธาตุรู้เป็นพลังงานเฉยๆ แต่ตัวคิดเป็นตัวขั้น สิ่งที่เป็นตัวขั้นมันมีความคิดมันคิดออกไป แล้วมิจฉาทิฐิคือความเห็นผิด ความคิดผิดมันปกคลุมสิ่งนี้ได้ สิ่งปกคลุมพลังงานอยู่ พลังงานตัวนั้นถึงแสดงตัวเองไม่ได้เลย

แต่ถ้ามีความทิฐิ มีความเห็นถูกต้อง พลังงานตัวนั้นจะเปิด ถ้าพลังงานตัวนั้นจะเปิด เพราะความเห็นความที่ปิดบังไว้ ความปิดบังมันเป็นสัมมาทิฐิ สิ่งที่เป็นสัมมาทิฐิ มันจะเปิดให้เข้าไปเห็นพลังงานตัวนั้น ถ้ามันความฟุ้งซ่านความคิดที่ผิด มันเป็นขั้น มันเป็นสิ่งที่ปกปิดอยู่ มันปกปิดใจ เราถึงพิสูจน์ไม่ได้ใจ

ทางวิทยาศาสตร์พิสูจน์ไม่ได้ พิสูจน์เรื่องของหัวใจไม่ได้ เพราะหัวใจเป็นนามธรรม จะพิสูจน์เรื่องของหัวใจได้ต้องหลับตา มันพิสูจน์ได้โดยพุทธศาสตร์ ปรัชญาในโลก ในพุทธศาสนาสิ่งนี้มันจะพิสูจน์ได้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็พิสูจน์ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปอยู่กับอาฬารดาบส เวลาจิตสงบบอกว่ามีความสามารถ อยู่สอนได้ อยู่สอนลูกศิษย์ลูกหาได้ ท่านยังไม่ยอมรับ เพราะอะไร? เพราะมันมีความละเอียดมันมีความทุกข์ความสุขความเศร้าหมองในหัวใจ สิ่งเศร้าหมองในหัวใจนี่คือเป็นความทุกข์ สิ่งนี้เป็นสิ่งที่จับต้องได้ สิ่งจับต้องได้มันจะเป็นความจริงไปได้อย่างไร

การพิสูจน์ใจ มันพิสูจน์จนพยายามใช้ความคิดให้มันสงบตัวลง ให้มันเกิดพลังงานตัวนั้น ตัวนั้นคือสัมมาทิฐิ เอกัคคตารมณ์ เป็นสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิเป็นเอกัคคตารมณ์ เป็นจิต เป็นพลังงานตัวหนึ่ง ถ้าใครประพฤติปฏิบัติพอจิตมันสงบเข้าไป มันจะไปเห็นพลังงานตัวนี้ไป เห็นพลังงานตัวนี้มันก็เสื่อมสภาพ มันแปรสภาพไป เพราะสรรพสิ่งนี้แปรสภาพตลอด สิ่งทีเื่องของโลกเป็นอนิจจังตลอดเลย

แต่เรื่องของใจเป็นนามธรรมมันเป็นอนิจจังในตัวมันเองอยู่แล้ว แล้วมันเร็วมาก แต่เพราะมันไม่เคยมีสัมมาสมาธิ ไม่เคยมีสติ ไม่เคยมีความสงบเข้าไปเห็นใจ มันจะไม่เห็นใจ ไม่เห็นตัวพลังงานตัวนี้ พอไม่เห็นพลังงานตัวนี้มันก็ใช้ความคิดออกไป มันเป็น

อนุโลมไป สิ่งที่เป็นอนุโลมไปมันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิถ้าเป็นสัมมาทิฐิ ถ้าเป็นมิจฉาทิฐิมันไม่เป็นปัญญาอบรมสมาธิหรอก มันเป็นกิเลสใส่ไฟให้หัวใจเราร้อนไป กิเลสมันจะใส่เข้าไปในหัวใจความคิดความเห็นนั้นจะใส่เข้าไปในหัวใจ แล้วมันจะเราร้อนมาก ร้อนไปตามประสาทของมันเพราะมันเป็นกิเลส มันเป็นมิจฉาทิฐิความเห็นผิด สิ่งที่เห็นผิดความผิดพลาด

ใจกับพลังงานอยู่ด้วยกัน ถ้ามันเห็นถูกมันจะมีความสมดุล มีความพอใจ มันจะมีความสุขของมัน สิ่งนี้มันเกิดได้ มันมีอยู่ในใจของเราแล้ว แต่เราไม่สามารถ เราไม่เคยค้นคว้ามันเอง แต่ถ้าเราค้นคว้าถ้ามันสมดุลกันไปมันก็พอใจ ความพอใจมันก็ปล่อยวางๆ ธรรมชาติของมัน แต่ไม่เป็นสัมมาสมาธิอะไร เพราะมันไม่ลึกเข้าไป ไม่มีสติประคองเข้าไป

แต่ถ้ามันเป็นสัมมาทิฐิความเห็นถูกต้อง พลังงานที่สมดุลแล้ว เรากำหนดพุทโธๆ ให้มันลึกเข้าไป มันเป็นเอกัคคตารมณ์ มันจะตั้งมันขึ้นมา สิ่งที่ยึดมั่นแปรสภาพๆ ตลอดไป แต่เรามีสติเราประคองไว้ เราพยายามส่งเสริมมัน สิ่งที่เราส่งเสริมมันจะยืนตัวได้ ยืนตัวได้บ่อยครั้งเข้าบ่อยครั้ง จิตสงบบ่อยๆ มันถึงเป็นสัมมาสมาธิ ถ้าเป็นสัมมาสมาธิเป็นมรรคองค์หนึ่งในมรรค ๘ บุคคล ๘ จำพวก โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล ความคิดของเราเนี่ย เราเป็นปุถุชนมันจะเดินโศดาปัตติมรรคไม่ได้ มันเป็นความเห็นของเรา ความเห็นเป็นปัญญาอบรมสมาธิถ้ามันความถูกต้อง ถ้าเป็นความผิดพลาดมันก็เป็นกิเลสไป

สิ่งนี้มันคิดอยู่ตลอดไป แล้วถ้ามันหมุนเข้ามา มันความถูกต้องเข้ามา มันทรงตัวขึ้นมาได้มันก็เริ่มเป็นกัลยาณปุถุชน สิ่งที่เป็นกัลยาณปุถุชน ปุถุชนคนหนาไปด้วยกิเลสประคองตัวเองไม่ได้ กัลยาณปุถุชนคือทำจิตสงบขึ้นมา พอจิตมันสงบขึ้นมาเราเลือกแยกแยะความคิดได้แล้ว ความคิดเราไม่มีอำนาจเหนือเราหรอก เราพอแยกแยะได้ สิ่งที่เราแยกแยะได้เราจะคิดแต่สิ่งที่เป็นคุณงามความดี

สิ่งที่เป็นคุณงามความดีแล้วมันย้อนกลับเข้ามาเพราะมีหลักของศาสนา มีศาสนธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่แล้ว เราย้อนสิ่งนี้กลับมา มันเป็นสัมมาสมาธิ มันเป็นมรรค เป็นหนึ่งในมรรค ๘ การงานชอบ ความเพียรชอบ มันจะ

เริ่มต้นขึ้นตรงนี้ ถ้าเริ่มต้นขึ้นตรงนี้นั้นจะวนกลับเข้าไป ความสมมูลต่างๆ มันจะเห็นนะ ความสมมูลคือมรรคสามัคคี ความสมมูลคือมัชฌิมาปฏิปทา มัชฌิมาปฏิปทาในการดำเนินของใจ ถ้าใจเป็นมัชฌิมาปฏิปทาเข้ามามันจะชำระกิเลส วนชำระกิเลส นี่จะเห็นสภาพของใจ

วิทยาศาสตร์พิสูจน์ได้ไม่ได้ ผู้ที่ปฏิบัติจะพิสูจน์อันนี้ หลับตาแล้วใช้พลังงานตัวมันเองเข้าไปทำลายตัวมันเองจะเห็นหลักการของพุทธศาสตร์ เห็นหลักการของวิทยาศาสตร์ สิ่งที่เป็นวิทยาศาสตร์วิทยาศาสตร์ทางจิตนะ วิทยาศาสตร์ของโลกเขาทดลองไปแล้วเขียนเป็นตำราวางไว้

อันนี้ก็เหมือนกัน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดาเป็นผู้ค้นพบก่อนแล้ววางธรรมไว้ มันก็เป็นทางวิทยาศาสตร์เป็นเรื่องของมรรค มันทางจิต มันเป็นวิทยาศาสตร์เลย ถ้าเราทดลองแล้วเราพิสูจน์เข้ามานี้มันจะเห็นจากใจ เห็นจากใจ ใครทำขึ้นมาแล้วมันเป็นสิ่งที่เป็นอกุปปะ ถ้ามันทำลายใจของตัวเองมันจะพ้นจากกิเลสๆ ไปเป็นขั้นเป็นตอนไป บุคคล ๘ จำพวกใจมันเจริญขึ้นไป โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล

วิทยาศาสตร์พิสูจน์ได้เป็นขั้นตอนแล้วสื่อได้ เพราะครูบาอาจารย์สมัยอยู่ในป่าคุยกัน เวลาสื่อธรรมกันนะ ถ้าใครพูดถูกเหมือนกันหมดมันจะถูกต้อง นั่นถูกต้อง นี่ทำมาถูกต้อง ถ้าผู้ที่ต่ำกว่าพูดแล้วมันวิทยาศาสตร์มันได้สองสามขั้นตอน แล้วคิดว่ามันเป็นถึงที่สุดแล้ว มันยังมีขั้นตอนต่อไปเพราะเราไม่เคยเห็น เราไม่เคยทดลอง เราจะไม่เห็นอย่างนั้น ผู้ที่เห็นผู้ที่ทดลองพยายามส่งเสริมขึ้นไป ส่งเสริมขึ้นไปจนถึงที่สุดนะ ๘ จำพวก บุคคล ๘ จำพวก นิพพาน ๑ มรรค ๘ นิพพาน ๑ หนึ่งอันนั้นพ้นออกไป ใจนี้ประเสริฐขึ้นมา

การเกิดและการตาย เกิดเป็นมนุษย์มีอำนาจวาสนามาก แต่เกิดมาแล้วจะความจริงมันก็เป็นอริยสัจ มันเป็นความทุกข์อันหนึ่ง เกิดมาด้วยเราจะมาเปลี่ยนแปลงหัวใจของเรา ถ้าเราประพฤติปฏิบัติเราจะเปลี่ยนแปลงหัวใจ สรรพสิ่งนี้เปลี่ยนแปลงได้ ความดีความชั่วไม่ได้เกิดจากชาติ ไม่ใช่เกิดจากตระกูล ไม่ได้เกิดจากความใครจะคาดหมายได้ เกิดจากเราสร้างสมทั้งนั้น

เกิดเป็นมนุษย์นี้ก็กรรมดีสร้างมาเราถึงได้เกิดเป็นมนุษย์ แล้วถ้าเกิดเราพ้น
ออกไปจากการเกิดการตายนี้ มันก็เกิดจากการสร้างสมของเรา เกิดจากหัวใจที่มันหมุน
กลับมาวิปัสสนา แล้วมันจะปล่อยวางเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไปจนถึงที่สุดได้ พ้นออกไป
จากกิเลสได้โดยความเป็นจริง

พิสูจน์ได้จากใจเรา ถ้าใจเราทุกข์ ทุกข์นี้แก้ไขได้ ทุกข์นี้ดับได้ ถ้าความทุกข์มัน
กังวลในใจของเรา ศาสนาลบล้างสิ่งนี้ ศาสนาทำลายสิ่งนี้ ถ้าศาสนาทำลายความกังวล
ความอาลัยอาวรณ์ สิ่งที่อาลัยอาวรณ์กังวลติดข้องในใจ นี่กิเลสทั้งนั้นเลย แล้วสิ่งนี้ดับได้
ด้วยมรรคอริยสัจจ์ เอวัง