

เทศน์เช้า วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๔๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เด็กมันไม่เข้าใจเด็กมันถาม มันถามว่าเวลาเราพูดถึงความสงบ เวลาจิตมันเข้าไปสงบแล้วๆ ออกมาทำไม เวลาจิตมันสงบแล้วเราก็ควรอยู่กับความสงบนั้น มันไม่ต้องออกมาก็ได้เพราะมันสงบแล้วมันมีความสุขมาก ความสุขของความสงบของใจ ถ้าใจมันสงบแล้วเราจะออกมาทำไม เราก็บอกว่าเด็กบางคนก็เหมือนกัน เวลาเด็กบางคนเข้าใจว่า ถ้าเราเห็นกายว่าไม่ใช่ของเรากายมันเป็นโทษ แล้วเรากินอาหารอยู่ทำไม ทำไมเราต้องไปกินอาหารอยู่ เรารักษากายกันทำไม

ความเห็นของโลกมันเป็นความเห็นอย่างนี้ ถ้าสิ่งใดไม่ดีเราควรจะละเราควรจะต้องวางได้ แต่มันเป็นไปไม่ได้เพราะอะไร? เพราะความเห็นของจิตได้สำนึกมันเป็นไป ถ้าจิตมันสงบมันมีความสุข แล้วเราจะออกจากความสงบนั้นทำไม เราถึงบอกว่า เวลาเรากินข้าวอิ่มเรามีความอิ่มมาก แต่เดี๋ยวมันก็ต้องหิวอีก

ธรรมชาติของจิตมันเป็นแบบนี้ มันพร่องอยู่เป็นนิจใจ มันอยู่โดยทรงตัวของมันเองไม่ได้ เวลาทำความสงบของใจ เวลาเราทำสมาธิจิตที่ว่ามันจะสงบขึ้นมา แต่เรารักษาสิ่งนั้นไว้ได้ รักษาไว้ยาก เวลามันสงบขึ้นไปเดี๋ยวมันก็เสื่อม แล้วจะดันขึ้นไปอีก มันทำอย่างนั้นทำได้ยากมาก ต้องพยายามชำนาญในวสี ชำนาญในการเข้าออก แล้วรักษาสิ่งนั้นไว้ได้ๆ ทำงานจนมันชำนาญ

ถ้ามันไม่ชำนาญจิตเราไม่ตั้งมั่น ถ้าจิตเราไม่ตั้งมั่นทำงานมันก็ทำเป็นไปไม่ได้ ถึงว่าเวลาเราสอน เราจะสอนบอกว่าเวลาจิตมันสงบให้หัดพิจารณาบ้างก็ได้ เพื่ออะไร? เพื่อให้มันมีการฝึกฝน เวลาจิตมันสงบขึ้นมาเราพิจารณาเลขๆ มันใช้ปัญญา เราใช้ปัญญา มันไม่ถึงกับชำระกิเลสได้หรอก มันก็เพียงแต่ที่เราพิจารณาเพื่อจะฝึกฝนการรักษาคิดให้ตั้งมั่น ถ้าเรามัวแต่กำหนดพุทโธๆ เพื่อให้จิตสงบมันจะสงบไม่ได้ แล้วมันทำแล้วมันทำ

ได้ยาก แต่ถ้าเราพิจารณาบ้าง เรากลับมาทำความเข้าใจมัน ฝึกฝนไปโดยความชำนาญ โดยการฝึกฝนไปเพื่อจะให้จิตมันตั้งมั่น

ถ้าจิตมันตั้งมั่นจิตมันคงที่มันยกขึ้นวิปัสสนา มันจะเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมโดยธรรมชาติ ถ้ามันเห็นโดยธรรมชาติเห็นตามความเป็นจริงขึ้นมา มันจะเป็นวิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาไปนี่มันจะแก้ไขกิเลสไปได้เรื่อยๆ แต่ก่อนที่มันจะทำอย่างนี้มันทำได้ยาก ถึงว่าพิจารณาใช้ปัญญาก็ได้ๆ ใช้ปัญญาเพื่อฝึกฝนไป ฝึกฝนเพื่อการปฏิบัติเพื่อให้มันทรงตัวได้ ถ้ามันทรงตัวได้จิตสงบบ่อยครั้งเข้าๆ มันถึงจะเป็นสัมมาสมาธิ ถ้าเป็นสัมมาสมาธิมันจะยกขึ้นวิปัสสนา

แต่สิ่งต่างๆ สัพเพ ธัมมา อนัตตา สภาวะธรรมชาติทุกอย่างมันแปรปรวนทั้งหมด มันไม่คงที่ มันแปรปรวน แต่สิ่งที่แปรปรวนในเรื่องของโลก เราก็คืออย่างที่เราเติมน้ำมันมา น้ำมันในรถของเราๆ เติมมาเต็มถังเลย แล้วเราใช้ไปนี่มันจะพร่องไปไหม? มันต้องพร่องไปธรรมชาติของมันเพราะมันใช้ แล้วเราต้องเติมน้ำมันบ่อยครั้งๆ เราถึงใช้รถของเราได้ ถ้าน้ำมันเราหมดเราจะใช้รถเราไม่ได้ เพราะรถเราก็มีอยู่แต่น้ำมันเราไม่มี

จิตเราก็มีอยู่ แต่ความสงบของใจเรานั้นไม่มี พอความสงบของใจเราไม่มีมันก็ใช้แต่ว่าเป็นเรื่องของโลกไป เป็นเรื่องของความธรรมชาติ ธรรมชาติความเห็นของโลกมันเป็นไปอย่างนั้น มันไม่เป็นธรรม ถ้ามันเป็นธรรม รถน้ำมันเต็มถัง พอน้ำมันเต็มถังขึ้นมา มันจับเคลื่อนไปได้ไกล

นี่ก็เหมือนกัน จิตของเรานั้นมีความสงบมันตั้งมั่นขึ้นมา พอมันตั้งมั่นขึ้นมาถ้ามันยกขึ้นวิปัสสนามันถึงจะเป็นไป ถ้ามันเป็นไปมันจะเห็นกาย เห็นกายไม่ใช่เรา เราไม่ใช่กาย เห็นตามความเป็นจริง นี่มีฉณิมาปฏิปทา กายไม่ใช่เรา เราไม่ใช่กาย แต่เห็นด้วยอุปาทาน พอเห็นด้วยอุปาทานว่าไม่ใช่ของเรา แต่มันก็รักษาเรานะ ยิ่งต้องรักษา

ครูบาอาจารย์ไปอยู่ในป่า เวลามันรู้ที่อยู่ว่าใจเรานี้ติด ใจเรานี้ยังไปไม่ได้ยังติดขัดอยู่ แต่เวลามันเจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมา มันยังอาลัยอาวรณ์นะ ไม่อยากตาย เพราะอะไร? เพราะเรายังต้องไปเกิดอีก ใจเรายังต้องไปอีก อยากจะใช้ปัญญา อยากจะใช้สมาธิ อยากจะภาวนา เพื่อจะให้มันหมดไป ให้ใจมันสะอาดให้มันบริสุทธิ์ไป ถ้าใจมันจะหมดมันสะอาดไปมันต้องอาศัยร่างกาย เพราะอะไร? เพราะร่างกายการดำรงชีวิตอยู่กลมหายใจเข้า

และลมหายใจออกมันยังมีเข้าอยู่มันยังมีโอกาส ถ้าลมหายใจขาดปั๊บมันปิดสถานะ มันไปเกิดภพชาติใหม่ ถ้าไปเกิดภพชาติใหม่มันก็เป็นสถานะใหม่ มันจะเป็นความคิดอย่างนี้ มันก็เป็นสถานะใหม่ มันเป็นไป มันไม่พบพุทธศาสนา ไม่พบครูบาอาจารย์

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเตือนไว้เนะ ตั้งแต่วันปริณิพพานนะ “ภิกษุทั้งหลาย เธอจงอยู่ด้วยความไม่ประมาทเถิด” พิจารณาสังขารอยู่ด้วยความไม่ประมาท จะเป็นเครื่องอยู่ของเรา เป็นโอวาทครั้งสุดท้ายขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ห่วงพวกเรามาก ห่วงว่าให้รักษาชีวิตไว้ ให้รักษาไว้ไม่ประมาทในสังขารทั้งสอง สังขารหนึ่งคือสังขารของร่างกาย สังขารความคิดความปรุงความแต่งนี้เป็นของใจใจใหม่ ความคิดนี้ สังขารร่างกายนี้ก็รักษาไว้ ความคิดในหัวใจก็ควบคุมไว้ ควบคุมไว้ด้วยความไม่ประมาท ด้วยความวิปัสสนาไป เราจะมีโอกาสไง

แล้วถ้าเราเห็นโทษว่ากายไม่ใช่เรา แล้วทำไมเราถึงต้องไปรักษามัน เราถึงต้องไปบำรุงบำเรอมัน อันนี้ความเห็นของกิเลสมันเป็นแบบนั้น ถึงมันไม่มีขณิมาปฏิปทา มันไม่เห็นตามความเป็นจริง ถ้าเห็นตามความเป็นจริงมันจะปล่อยวางสิ่งนี้ไว้ตามความเป็นจริง แล้วจิตมันจะเป็นอิสระเข้ามา มันจะปล่อยวางนะ จิตเป็นอิสระเข้ามาไม่เกี่ยวกัน เพราะสังโยชน์มันขาดไป

สักกายทิฏฐิความเห็นผิดในเรื่องของร่างกาย ความเห็นผิดในเรื่องของร่างกายว่า ความเห็นว่าร่างกายนี้เป็นเรา เราเป็นกาย สรรพสิ่งนี้เป็นเรา แล้วความยึดมั่นอันนี้มันจะยึดมั่นไป ความยึดมั่นเป็นอุปาทาน สิ่งที่เป็นอุปาทานวิปัสสนาไป มันฝึกฝนใจไป ปัญญามันใคร่ครวญไปๆ จนกว่าความเห็นอันนั้นมันเห็นถูกใจ ความเห็นถูก ด้วยอำนาจของสัมปยุต ด้วยอำนาจของมรรค มรรคจะรวมตัวสมุจเฉทปหาน มันจะสมุจเฉทปหาน ให้กายนี้แยกออกไป กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ จะแยกออกจากกัน มันจะแยกโดยธรรมชาติของมัน

ถ้าไม่มีตรองนี้มันยังเป็นว่าสิ่งนี้เป็นเจริญแล้วเสื่อมอยู่ มันไม่ถึงที่สุดของมัน ถ้าไม่ถึงที่สุดของมันเดี๋ยวมันก็รวมตัวกันอีก ถ้ารวมตัวกันอีกเราก็ต้องใช้ปัญญาแยกไปอีกๆ แยกจนกว่ามันจะเห็นตามความจริง พอเห็นตามความเป็นจริง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะกายนอก กายใน กายในกาย จนละจิตละทิ้งหมดเลย ถึงเวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ยัง

หาหมอชีวค ยังรักษากายไว้เพื่ออะไร? เพื่อจะเอาร่างกายนี้เอาจิตใจนี้จะส่งสอนโลก เป็นประโยชน์กับโลก ถ้าเป็นประโยชน์กับโลกจะใช้เรื่องร่างกายนี้เป็นประโยชน์กับโลก สิ่งนี้เป็นเครื่องมือ

เวลาความคิด เราคิดอยู่ในความคิดของเรา เราคิดเฉยๆ มันเป็นความคิดของเรา เราจะสื่อให้ใครรู้ได้ไหม? เราสื่อให้ใครรู้ไม่ได้หรอก เราต้องใช้คำพูดออกมา เราต้องใช้ภาษาของเรามา เราใช้กิริยาต่างๆ สื่อให้ข้างนอกเขาเข้าใจว่าเราต้องการอะไร เราจะสื่อความหมายอะไร นี่เครื่องมือ สังขารความคิดความปรุงความแต่ง ชั้น ๕ นี่เป็นเครื่องมือของใจ ใจจะใช้อันนี้เป็นเครื่องมือ

แต่เวลาเราเป็นทุกข์อยู่ เราประพฤติปฏิบัติเราไม่เห็นสภาวะแบบนั้น มันไม่ใช่เครื่องมือ มันเป็นเรื่องที่ร้อยรัดใจ มันเป็นขันธมาร มันมีมารร้อยรัดสิ่งนั้นอยู่ มันบีบคั้นอยู่ มารมันบีบคั้นหัวใจ บีบคั้นทั้งจิตใจ บีบคั้นทั้งร่างกาย ร่างกายก็บีบคั้นไป เพราะถ้าเราวิตกกังวลร่างกายนี้จะแปรสภาพจะป่วยไข้ เราวิตกกังวลมันจะมีความทุกข์ มันจะมีความวิตกกังวลมีภาระแบกหาม แต่ถ้าใจเราเข้าใจตามความเป็นจริง ร่างกายมันก็แปรสภาพไป แต่เห็นแล้วไม่ไปวิตกกังวลกับมัน มันก็จะหายไป มันหายไปด้วยธรรมโอสธด้วย เห็นไหม

เวลาวิปัสสนาอยู่ในป่า เจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมาไม่มียาหรอก ไม่มียา ไม่มีหมอ เราต้องใช้ปัญญาของเรา ใช้ธรรมโอสธรักษา มันรักษาได้ ผู้ที่เข้าไปผจญกับเหตุการณ์จำเป็นเฉพาะหน้ามันต้องหาทางออกของมัน มันทำได้ เวลาชีวิตจะสิ้นสุดขึ้นมามันกำหนดใจขึ้นมา มันเข้ามาข้างใน มันปล่อยวางทั้งหมดนะ โรคภัยไข้เจ็บนี้หาย แต่ต้องเป็นคนที่มีกำลังใจ ต้องเป็นคนที่มีหัวใจที่พัฒนาแล้ว แต่ถ้าเราเป็นที่ว่าเรายังเป็นความกังวล เรายังเป็นอุปาทานอยู่นี่ มันทำไม่ได้หรอก ยิ่งทำยิ่งทุกข์ยิ่งมาก

เราพยายามประพฤติปฏิบัติ ที่เราทำไม่ได้กันอยู่ทุกวันนี้ เราปฏิบัติ เรานั่งสมาธิ เราภาวนา แล้วทำไมเราไม่เห็นผลๆ จิตใต้สำนึกมันต้องการ สิ่งที่จิตใต้สำนึกมันต้องการนี้ค้นหาซ่อนค้นหา หน้าที่ของเราคือประพฤติปฏิบัติไป มันต้องเป็นไปตามธรรมชาติของมัน มันเป็นไปเอง สิ่งที่เป็นไปเองมันก็ไม่ใช่ว่าเป็นไปเองโดยลอยๆ มา สิ่งที่เป็นไปเองหมายถึงว่า เรานั่งสมาธิ เราวิปัสสนา สิ่งที่เราั่งสมาธิเราวิปัสสนานี้มันเป็นเหตุ มัน

จะต้องมาจากเหตุ มันไม่มีสิ่งใดลอยมาหรือ มันต้องมาจากเหตุ แต่เราสร้างเหตุให้มันเป็นไปเอง แล้วมันเป็นไปเองโดยที่ว่ามันไม่มีต้นหาคความทะยานอยากไปควบคุม

แต่ในเมื่อจิตได้สำนึกมีต้นหาคความทะยานอยาก มีความต้องการอยู่ อันนี้เป็นต้นหาคซ่อนต้นหาค เป็นสมุทัย สมุทัยเป็นความขับเคลื่อนให้มันไม่เป็นปัจจุบัน ให้เป็นอดีตอนาคตเป็นการใคร่ครวญเป็นการเหนียวรั้ง สิ่งทีเหนียวรั้งไม่เป็นปัจจุบันธรรม ถึงหน้าทีของเราสร้างแต่เหตุ เห็นไหม วิปัสสนา พิจารณากาย พิจารณาจิต พิจารณาไป มีปัญญาพิจารณาไป ใช้สมาธิใคร่ครวญไป พิจารณาไป แยกออกไป ให้มันปล่อยวางๆ เข้ามา หน้าทีของเราทำอย่างนั้น แล้วมันเป็นไปเองหมายถึงว่า มันสัมปยุตกันไปในะ จิตนี้ถึงไม่มีตัวตน ไม่มีเรา

ถ้ามีเราเข้าไปอย่างนี้มันไม่มรรคสามัคคี มรรคมันไม่รวมตัว มันสัมปยุตไม่ได้ รวมตัวเข้าไปแล้วมันไม่วิปยุตคายตัวออกมา มันไม่ชำระสมุจเฉตปหาน มันไม่ขาด เพราะต้นหาคความทะยานอยากเข้าไปเกี่ยวข้องกับมัน แต่ในเมื่อเราสร้างเหตุขึ้นไปมันเป็นมรรค สิ่งที่เป็นมรรคแล้วแต่มันจะเป็นไป แล้วแต่ว่ามันจะเป็นธรรมชาติของมัน มันเกิดขึ้นธรรมชาติของมัน มันถึงเป็นธรรม ธรรมเพราะไม่มีตัวตน ไม่มีใครไปคาดไปหมาย ไม่มีใครไปขีดขอบเขตไว้ให้มันเป็นไป

แต่เพราะจิตได้สำนึกเป็นอย่างนั้น เราถึงต้องกลับมาทำความสงบของใจๆ ให้สิ่งนี้สงบตัวลงๆ สงบตัวลงเพื่อที่จะให้ตัวตนของเรามันจางลงๆ พอเราสงบตัว สักแต่ารู้มันไม่ใช่เรา สักแต่ารู้สงบมากแล้วออกมายกขึ้นวิปัสสนาเข้าไปๆ มันจะมีความสุขขนาดไหน ความสงบของใจมันก็เป็นความสงบชั่วคราว เวลามันเสื่อมทุกคนจะรู้ ถ้าคนเราจิตสงบเข้าไปมันจะรู้สงบเข้ามาเลย แล้วรักษาไว้ๆ พอมันเสื่อม

มีคนพูดมากกว่าแต่ก่อนเคยทำได้ จิตนี้สงบได้ เดียวนี้ทำไม่ได้เพราะมันเสื่อมไปหมดแล้วๆ มันเป็นธรรมชาติของมันอย่างนั้น ถึงว่าเวลาเข้าไปสงบทำไม่ได้อยู่อย่างนั้น ทุกคนอยากอยู่ ทุกคนอยากอยู่กับความสงบ ทุกคนอยากมีสติมีปัญญา ทุกคนอยากใคร่ครวญชำระกิเลสออกไป แต่กิเลสในหัวใจมันต่อต้าน มันสร้างความเหมือน สิ่งนั้นเหมือนกับความเป็นจริง ยิ่งเราศึกษามากเราใคร่ครวญมากมันมีความเหมือนมาก เราสร้างความเหมือนมาก นี่กิเลสมันหลอก ลวงมันออกไป

แต่เวลาวิปัสสนาไปปัญญาใคร่ครวญไปเราจะรู้ รู้เพราะอะไร? เพราะมันไม่ถึงที่สุด แล้วมันจะคืน มันจะจับต้องสิ่งใดได้มันมีสิ่งนั้นอยู่ มันมีสิ่งที่วางเราอยู่ มันมีขยะมีสิ่งที่สกปรกอยู่ เราต้องชำระล้างตลอดไป ในเมื่อเราจับต้องสิ่งใดได้ เราเห็นสิ่งใดได้ เราจะต้องทำความสะอาดสิ่งนั้นตลอดไป ทำความสะอาดไปจนกว่าไม่มีสิ่งใดทำ มันสะอาดหมดไปในหัวใจ สิ่งนั้นไม่มีเลย

ครูบาอาจารย์ถึงบอก เราต้องพยายามจับผิดตัวเราเอง เรานั่งสมาธิภาวนาจับผิดตัวเราเอง ถ้าเรายังจับผิดเราได้ นั่นนะกิเลสอยู่ตรงนั้นนะ ถ้าเรายังจับผิดเราได้ ทำไมคนอื่นเขาจะไม่เห็นความผิดของเรา ถ้าเราจับความผิดของเราได้ เรารื้อค้นจนความผิดไม่มี เรารักษาเราดูแลขนาดไหนมันก็ไม่มี ถ้าความผิดของเราไม่มี เราดูแล เรารักษา เราพยายามค้นคว้า มันไม่มีแล้ว แล้วใครเขาจะคิดละ ใครเขาจะชี้ความผิดของเรา ในเมื่อเราก็อยังค้นคว้า เราพยายามหาความผิดของเราไม่ได้ ถ้าเราหาความผิดของเราไม่เจอ นั่นนะถึงว่าการปฏิบัติเราจะสมบูรณ์

ถ้าเรายังค้นคว้ายังเห็นความประมาทของเราได้ ยังเห็นความผิดพลาดของเราได้ เรายังเห็นความผิดพลาดของเรา คนอื่นเห็นความผิดพลาดของเราตลอดไป ทุกคนจะเห็นอย่างนั้น โลกธรรม ๘ นินทาสรรเสริญเป็นเรื่องของโลกเขา แต่เรื่องการชำระกิเลสมันเรื่องใจของเรา ถ้าเราชำระกิเลสของเรา เราพยายามค้นคว้าของเราเข้ามา มันจะเป็นประโยชน์กับเรา

แล้วเราชำระสิ่งนี้ได้ มันจะรู้เข้าใจว่าถ้าเข้าไปถึงความสุขแล้วเราจะไม่ออกจากความสุขได้ไหม? เราตอบเป็นสองประเด็น ประเด็นหนึ่ง คือในสัมมาสมาธิเข้าถึงความสุขแล้วเดี๋ยวมันก็คายออก แต่อีกประเด็นหนึ่งชำระกิเลสขาดออกไปจากใจ อันนี้เป็นอกุศลธรรมจะไม่มีวันเสื่อมเลย ถ้าเข้าถึงความสุขอันนี้ได้จะไม่เสื่อมจากอันนี้ได้เด็ดขาด

แต่จะไม่เสื่อมอันนี้ได้เด็ดขาดจะต้องพยายามทำวิปัสสนาให้ได้ ให้มันถึงสัมปยุตเข้าไป มรรคสามัคคีสัมปยุตเข้าไปแล้วชำระกิเลสขาด จะไม่มีวันเสื่อมเลย มันจะไม่เสื่อมก็มี แต่มีโดยที่เราวิปัสสนาเข้าไปถึงจุดนั้นแล้วมันจะไม่เสื่อมอีกเลย แต่ถ้าเราไม่

เข้าถึงจุดนั้นมันจะเจริญแล้วเต็มๆ อย่างนี้โดยธรรมชาติของมัน ธรรมชาติของกิเลสก็
เป็นแบบนี้

ธรรมชาติของธรรม คำว่าธรรมชาติของธรรมคือธรรมที่เราวิปัสสนา เราสร้าง
ขึ้นมา สัมมาสมาธิ ปัญญาที่ธรรมชาติของธรรม เป็นธรรมชาติอันหนึ่งที่เราสร้างขึ้นมา
ได้จนเป็นอกุปธรรม นี่เหนือธรรมชาติ ฟันออกไปจากกฎธรรมชาติทุกอย่าง เหนือ
ธรรม เหนือวินัย เหนือธรรม เหนือทุกๆ อย่าง จนถึงว่าถึงที่สุดแล้วเป็นวิมุตติ เหนือจาก
วิภูฏะ ฟันออกไปจากวิภูฏะ เหนือธรรมชาติทั้งหมด

ธรรมชาติสภาพธรรมเป็นธรรมชาติ ธรรมในเหตุเป็นธรรมชาติ แต่ธรรมในผล
มันไม่เป็นธรรมชาติเพราะมันสิ้นความรู้สึกทั้งหมด สิ้นกระแสโลก มันเป็นของมันโดย
ธรรมชาติของมัน อันนั้นสำคัญมาก โดยจิตนี้เป็นไปไง จิตนี้เป็นไปแล้วจะเข้าใจว่า
ความสุขอันสมบูรณ์จะอยู่ในหัวใจนั้น เอวัง