

เทศน์เช้า วันที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๘

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองขาว อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ตั้งใจฟังธรรมนะ เวลาโยมมาจำกัน สิ่งนี้เป็นวัตถุ ค่าของน้ำใจ สิ่งที่เกี่ยวข้อง เวลาฟังธรรมๆ ให้ธรรมเป็นทานๆ ให้ธรรมเป็นทานคือให้ความปลอดโปร่งของหัวใจใจ หัวใจเวลามันอัดอั้น มันอึดอัด ถ้ามีสังขารเข้าไป เข้าไปหล่อเลี้ยงมัน เข้าไปหล่อเลี้ยงให้หัวใจมันพอผ่อนคลาย สิ่งที่ผ่อนคลายได้

เวลาเราเกิดมา เราเกิดมาในชาตินี้ เกิดมาเป็นเด็กเป็นเล็ก คุณสิ พ่อแม่ถนอมรักษา รักษาขึ้นมา เราเติบโตขึ้นมา ถ้าเราประสบความสำเร็จในชีวิต พ่อแม่จะมีความสุขใจ มีความสุข ลูกเราประสบความสำเร็จในชีวิต แต่ถ้าลูกของเรา ขอให้เป็นคนดี จะมีหน้าที่การงานอย่างใดขอให้เป็นคนดี แล้วขอให้มีความสุข ถ้ามีความสุข ความสุขอันนี้มันเกิด สังขารๆ ความสุขในชีวิตนี้

แต่การแสวงหาของกิเลสค้นหาความทะยานอยาก คำว่า “ค้นหาความทะยานอยาก” คือมันพยายามอยากได้สิ่งที่ไม่ได้ แต่ถ้าเราอยากได้ในสิ่งที่เรามีความสามารถที่จะทำได้ มันไม่ใช่กิเลสหรอก มันเป็นหน้าที่การงานของเรา เวลาเป็นกิเลสๆ พระเราบวชมาอยากจะสิ้นกิเลส เติบงาม นุ่งสมาธิภาวนา อดอาหาร อดนอนผ่อนอาหาร อันนี้ก็เป็นกิเลสนะสิ เพราะนี่เป็นการมุ่งมัน ความเพียรชอบ เราอดอาหาร ผ่อนอาหาร เราพยายามต่อสู้กับกิเลสของเราแล้ว ถ้ามันไม่ชอบธรรม มันมีสมุทัย มันมีความเห็นแก่ตัว มันมีความคาดหวังของเราเข้ามา อย่างนี้มันยังไม่สะอาดบริสุทธิ์ มันยังทำแล้วไม่ได้ผลเลย

คำว่า “ไม่ได้ผล” เวลาไม่ได้ผล เราบอกมันเป็นกิเลสๆ ถ้ามีความอยาก มีค้นหาความทะยานอยาก มันจะปฏิบัติไม่ได้ แต่ถ้าปฏิบัติไม่ได้เลย ทำอย่างไรละ ก็นอนจมอยู่อย่างนั้นใช่ไหม นอนจมอยู่อย่างนั้น รอให้สิ่งนั้นมันมาใช่ไหม

เขาถึงบอก เวลาขอพร ขอพร เราทำดีดีกว่าขอพร เราก็ทำคุณงามความดีของเรา เราขยันหมั่นเพียรของเรา เรามีการกระทำของเรา การกระทำอันนี้มันเกิดมาจากไหน เกิดมาจากการฝึกฝน เกิดมาจากพ่อแม่วางรากฐานไว้ให้

นี่ก็เหมือนกัน สัจธรรมๆ เกิดมามีสิ่งที่มีชีวิตแล้ว สิ่งที่มีชีวิตมันต้องแสวงหา มันต้องมีอาหารของมัน ต้องมีปัจจัยเครื่องอาศัย สิ่งใดเป็นเครื่องอาศัย ถ้าเราแสวงหาสิ่งนี้ สิ่งนี้เป็นหน้าที่คำว่า “หน้าที่ๆ” เลี้ยงชีพไว้ไง เลี้ยงชีพไว้ทำคุณงามความดีไง ถ้าเลี้ยงชีพไว้ทำคุณงามความดี ถ้าเราประสบความสำเร็จทางโลก มันเป็นวัตถุ มันเป็นปัจจัยเครื่องอาศัย เป็นเครื่องอาศัย ทุกคนก็อยากได้ ทุกคนก็อยากมีความสุข เราปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ ความสุขที่เราสัมผัส มีผัสฐานของเรา แต่มีสมบัติผัสฐานของเรา คุณสิ คนชอบบ้าน คนชอบรถ คนชอบสมบัติต่างๆ ถ้ามันได้ความชอบธรรมมาแล้วมันก็มีความสุข ถ้าได้มาแล้วมันไม่ชอบ ไม่ชอบมันก็ยังว่า มันจนอยู่อย่างนั้นนะ มันยังทุกข์ยังยากอยู่อย่างนั้นนะ

แต่ถ้าเป็นเรื่องของหัวใจละ เรื่องของหัวใจนะ ถ้าหัวใจ ถ้ามันมีสติมีปัญหา รู้จักประหยัคมัธยัสถ์ คำว่า “ประหยัคมัธยัสถ์” มันไม่ต้องมีมากมายขนาดนั้น สิ่งที่มีมันจะมีมากมายขนาดนั้นมีมากมายเพราะเราหามาด้วยอำนาจวาสนาของเรา แต่จิตเราใช้สอยในตัวของเรากับความประหยัคมัธยัสถ์ คุณสิ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอน สอนอย่างนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสียสละทั้งนั้น เสียสละ จะรื้อสั้วชนสั้วๆ ครูบาอาจารย์ของเราที่เป็นธรรมๆ นะ ท่านปรารถนาสิ่งใดก็ได้ แต่ท่านก็ประหยัคมัธยัสถ์ของท่าน คำว่า “ประหยัคมัธยัสถ์” มันเป็นเรื่องหมายของคนดีใจ กตัญญูกตเวที ประหยัคมัธยัสถ์ของเรา คำว่า “ประหยัด” ประหยัดเพราะมันมีสติปัญญาไง

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะปรินิพพาน “เธอจงพิจารณาสังขารด้วยความไม่ประมาทเถิด” ความพิจารณาสังขารด้วยความไม่ประมาท สังขารร่างกาย สังขารที่เราดูแลรักษา มัน สังขารที่เป็นความคิด ความปรุง ความแต่ง ถ้ามีสติปัญญา เรา รู้จักควบคุมดูแล การควบคุมดูแลมันรู้จักเหตุรู้จักผล ถ้าไม่รู้จักเหตุรู้จักผลก็ไม่รู้จักประหยัคมัธยัสถ์ใช้ไหม ประหยัคมัธยัสถ์ ร่างกายสุขภาพก็ดี สุขภาพจิตก็ดี สุขภาพดีไปหมดเลย ด้วยความประหยัคมัธยัสถ์

มันไม่ใช่ที่เราจะแสวงหามหาศาลแล้วจะเป็นของเราๆ มันเป็นเรื่องจริงๆ เป็นของเราในชาตินี้ ถ้าเป็นของเราในชาตินี้แล้วมีสติปัญญา เราเสียสละสิ่งนั้นๆ เสียสละเพื่อบริหารจิตใจใจ เพื่อพัฒนาใจของเรา ถ้าใจมันมีแล้วมันรู้จักเสียสละ มันพัฒนานะ แล้วคนอย่างนี้มันมีอำนาจวาสนามีบารมี

แต่คนของเราถ้ามั่นตระหนี่ถี่เหนียวมันคับแคบของมัน มันไม่มีอำนาจวาสนาบารมี
หรอก แล้วมีสมบัติก็มีไว้อย่างนั้นนะ มีสมบัติคือมีโอกาส มีโอกาสได้ทำคุณงามความดีของเรา
ทั้งนั้นนะ ถ้ามั่นไม่ทำ ถ้ามั่นทำของมันก็ได้ประโยชน์ ประโยชน์ที่ไหน? ประโยชน์ที่ใจ

ถ้าใจ คูลี เวลาความสุขความทุกข์มันบีบคั้น มันทุกข์ยากมาก เวลามันปลอดโปร่ง มันมี
ความสุขมาก แล้วถ้าใครฝึกหัดประพฤติกุศลปฏิบัตินะ ถ้าจิตมันสงบเข้ามา ถ้าจิตสงบเข้ามา มันมี
ความสุข ความสุขนี้ซื้อไม่ได้ คูลี คนที่เป็นเศรษฐีมหาเศรษฐีนะ ถ้าเขาอยากได้มรรคได้ผลนะ
ถ้ามั่นซื้อได้นะ เขากว่านซื้อหมคนะ เขาซื้อสติ ซื้อสมาธิ ซื้อปัญญา เขาซื้อมาหมคนะ ซื้อมรรค
ซื้อผลเขาก็ซื้อของเขามา แต่มั่นซื้อไม่ได้ ใครอยากได้ต้องประพฤติปฏิบัติเอา ใครอยากได้ต้อง
ทำของเราขึ้นมาเอง ฉะนั้น เวลาอยากได้มันไม่สำคัญ สำคัญที่ว่าเราแบ่งเวลาของเราเอง เราแบ่ง
เวลาของเราเอง เราดูแลรักษาหัวใจของเรา ถ้าดูแลรักษาหัวใจของเรา พัฒนาขึ้นมา

เวลาพระบวชใหม่ๆ พระบวชใหม่ สิ่งทีท่นได้ยากคือท่นคำสอน คำสอน นุ่นก็ไม่ได้ นี่ก็
ไม่ได้ ไม่ได้ไปทั้งนั้นนะ พระบวชใหม่บวชมาแล้วยังต้องฝึกหัดต้องขณิสัย ถ้าได้ขณิสัยขึ้น
มาแล้ว ๕ พรรษาเป็นผู้ฉลาด พ้นนิสัย

ไอนี้ก็เหมือนกัน เราปฏิบัติใหม่ คนที่ปฏิบัติใหม่นะ มันจะไปจับอย่างไรล่ะ จิตมันเป็น
อย่างไรล่ะ ความรู้สึกมันก็ความรู้สึกเราอยู่ นี่มันจะจับอย่างไรล่ะ มันจับต้นชนปลายไม่ถูก
ฉะนั้น เขาถึงให้หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ให้เป็นรูปธรรมขึ้นมา ถ้าเป็นรูปธรรม
หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ หายใจแล้วมันก็ตะครุบเงา เดี่ยวตะครุบก็หายไปแล้ว ตะครุบ
อยู่อย่างนั้นนะ แต่ถ้าฝึกหัด เราฝึกหัดของเรา มันเป็นนามธรรม จิตของเราแท้ๆ ให้มันปรากฏ
ขึ้นมา

ในแก้วน้ำ มันมีน้ำอยู่เต็มแก้วเลย เราไม่รู้ไม่ได้ว่ามันมีน้ำหรือไม่มีน้ำไง แต่ถ้าในน้ำนั้นมัน
มีสีมีมันขึ้นมา โอ้! เห็นเลย นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เป็นนามธรรมให้มันระลึกพุทโธ มันก็ระลึก
ขึ้นมา แล้วพุทโธๆ ถ้าเราระลึกขึ้นมา พุทธานุสติ เพราะจิตมันทำ จิตมันระลึกมันถึงเป็นพุทธานุ
สติ แต่ถ้ามันเป็นพิธีกรรม พุทโธก็แยกไว้ส่วนหนึ่งเป็นคำพูด ลมหายใจ ความรู้สึกก็แยกไว้ส่วน
หนึ่ง มันไม่เป็นประโยชน์กับใคร สิ่งที่ทำๆ ก็เป็นประโยชน์กับความรู้สึกเรา เป็นประโยชน์กับ
หัวใจเรา

นี่ไง เวลาเราทุกข์เรายาก เราต้องการคนช่วยเหลือ ต้องการคนคุ้มครองดูแล แต่หัวใจของเรา แล้วมันอยู่ไหน ใครจะคุ้มครองมัน แล้วคุ้มครองอย่างไรละ แต่ถ้าเราระลึกพุทโธขึ้นมา มันปรากฏตัวขึ้นมา มันปรากฏตัวขึ้นมา ใครระลึกพุทโธ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันเหมือนน้ำ น้ำในแก้วน้ำนั้น เราเห็นว่าน้ำหรือไม่มีน้ำไม่รู้ ถ้ามีสีสันทันขึ้นมา เราจะรู้ได้ว่า เออ! ในน้ำมันมีน้ำ ในแก้วมันมีน้ำ เพราะมันมีสีมีสันทันที่เราเห็นได้

พุทโธๆ เราก็ท่องกันปากเปียกปากแฉะก็ว่ากันไป แต่ถ้ามันมีสติระลึกได้ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ถ้ามันทำไม่ได้ คนมันทำไม่ได้เขาเรียกสัทธาจริต สัทธาจริตคือความมั่นคง ใครมีความมั่นคงทำสิ่งนี้ได้ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ แต่ถ้ามันเป็นพุททจริต มันคนที่มีปัญญานะ ของมันเหมือนไม่มีค่า ของมันแบบว่า “ใครพุทโธ พุทโธมันจะเป็นอะไร มันก็แค่ค้ำบ่น บ่นทุกข์ๆ มันก็บ่นกันอยู่แล้ว แล้วเราต้องมาบ่นพุทโธอีก”

ไอบ่นมันส่วนบ่นสิ ไอบ่นเพราะมันทุกข์แล้วมันถึงไอบ่น ไอบ่นเพราะกิเลสมันบีบคั้นหัวใจแล้วถึงไอบ่น อันนี้เราตั้งใจ เราระลึก ระลึก วิตก วิจาร เราระลึกขึ้น วิตกคือยกจิตเราขึ้น ยกจิตเราขึ้น ระลึกถึงพุทโธ ยกจิตเราขึ้น ถ้ายกขึ้น ถ้าเราไม่ยกจิต เราไม่ระลึก พุทโธมันมาจากไหน ละ วิจาร พุทกับโธ พุทกับโธ เรายกขึ้นมาแล้วเราก็วิตก วิจาร พุทโธๆ เพราะมันบรกรรมให้มันมีการกระทำ

กิจจญาณ คือจิตมันมีการกระทำ จิตมันได้ฝึกฝนตัวมันเอง จิตมันรักษาตัวมันเอง จิตมันก็เด่นขึ้นมา แต่มันไม่เห็น กิเลส อารมณ์ความรู้สึกมันครอบงำมันอยู่ มันบีบมันคั้น มันลากไปเลย มันก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ ทำก็ไม่ได้ ไม่มีดีสักอย่าง แต่เราระลึกพุทโธของเรา เพราะพุทโธเป็นพุทธานุสติ มันไม่มีใครให้ค่า กิเลสก็เข้ามายุ่งไม่ได้ เราเองก็จะปรารถนาให้เป็นดังใจเราก็ไม่ได้ ระลึกพุทโธ ๒ ที่จะให้เป็นสมาธินะ ระลึกพุทโธแล้วมันต้องเป็นคนดีนะ ระลึกพุทโธแล้วมันจะเป็นพระอรหันต์นะ...ก็ไม่ได้ กิเลสมันก็มาแทรกไม่ได้ ใครทำไม่ได้ ถ้าเราระลึก เห็นไหม มันเป็นกิจจญาณ มันเป็นการกระทำไง

ถ้ามีการกระทำขึ้นมาะ พอมันบริหารจัดการอย่างนี้แล้วจิตมันถึงแสดงตัวขึ้นมา ถ้าพุทโธๆ พุทโธจนถ้ามันพุทโธไม่ได้ละ พุทโธๆ มันจะมีอาการของมัน มันจะเงี้ยวเงี้ยว มันจะมีอาการ มันจะตกที่สูงที่ต่ำ มันจะเป็นของมัน นี่ไง เหมือนกับเราคนสิ่งที่มีวัดอยู่ มันมีปฏิริยาของมันไง สิ่งที่เกิดขึ้นที่มันมีพลังงาน

จิตก็เหมือนกัน ที่มันกำหนดพุทโธ มันรู้สึกตัวมัน มันมีคุณสมบัติ มันเป็นของดี พุทธานุสติ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง ไอ้พุทธรจิตบอก “เออ! พุทโธๆ พุทโธอะไรกัน อะไรพุทโธ ทำไมต้องพุทโธ” มันเห็นเป็นของไร้ค่า ของไร้ค่ารู้จักเก็บรู้จักถนอมรักษา มันจะมีค่า ที่นี้คนถ้าเป็นพุทธรจิต พุทธะ มันเป็นผู้มีปัญหา ทำไม่ได้ มันไม่มันคงพอ สรรพชาไม่มันคงพอ ไม่มีความมันคงพอ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ พอมันคิดขึ้นมา มีสติทันความคิดไป คิดทำไม คิดแล้วคิดอีก คิดทำไม คิดมาให้ทุกข์นี่คิดทำไม ถ้าคิดทำไมมันก็หยุด เดี่ยวก็คิดต่อ ธรรมชาติของจิตเป็นแบบนี้

ฟังธรรมๆ เพื่อรักษาจิตดวงนี้ไว้ แล้วจิตดวงนี้ถ้ามันมีค่า เราอาบน้ำเหงื่อต่างน้ำทำหน้าที่ การงานกันมาแสนทุกข์แสนยาก แล้วความสุขหาที่ไหน ความสุขหามาเพื่อเราทำงานประสบ ความสำเร็จแล้วถึงเป็นความสุขของเรา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าความสุขแล้ว สุขนี้จะเป็นสมมุติ เป็นสุขชั่วคราว ก็ต้องแสวงหา ให้มากขึ้นเพื่อให้มันพอใจ ถ้ามีความสุขพอใจ มันสนองค้นหาแล้วมันก็มีความสุขของมัน มันต้องเป็นอมิส ต้องได้เสพสิ่งที่พอใจมันถึงมีความสุขใจ นี่สุขทางโลก

แต่ถ้าเป็นสุขทางธรรมๆ นะ เสียสละ สมบัติเรากว้างไว้นั้น ของเราจริงๆ นี่แหละ เงินใน บัญชีไม่หายไปไหนหรอก มันอยู่ในบัญชีนั่นแหละ วางไว้ อย่าไปคิดถึงมัน มาพุทโธดีกว่า มา พุทโธดีกว่า มาพุทโธ มาใช้ปัญญาอบรมสมาธิของเราดีกว่า สมบัติก็เป็นสมบัติอยู่อย่างนั้นแหละ ถ้าสมบัติของเรา เราไปคิดถึงมันก็ไปผูกพันอยู่กับมันนั่นนะ สมบัติของเรา เราวางไว้แล้วเราพุท โธของเราให้จิตเป็นอิสระ ให้จิตเป็นตัวของมันเอง ถ้าเป็นตัวของมันเอง เราทำแบบนี้

เวลาเรามาวัดมาวา เรามีวัตถุมหาเสียสละ นี่เป็นการเสียสละ นี่มันเป็นเจตนา เพื่อเป็นบุญ กุศลนี้เป็นอมิส เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา วิธีการมันก็เป็นวิธีการ ก็เหมือนอมิส แต่เวลา เป็นจริงขึ้นมามันเป็นหัวใจ ถ้าเป็นหัวใจ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้ใดเห็นตถาคต เราเห็นสัจจะความจริง เห็นในหัวใจของเรา เราทำเพื่อเหตุนี้ไง ถ้าเราทำเพื่อเหตุนี้ มันเป็นการปฏิบัติบูชา

การปฏิบัติ เราชวนขวยมานี้ก็เป็นการปฏิบัติ เราชวนขวยมาไม่ใช่เป็นการปฏิบัติ แต่มัน ปฏิบัติโดยอมิส เป็นวัตถุที่เราจำเป็นต้องได้ มันถึงพอใจ แต่เวลาเราทำของเราเอง มันเป็น นามธรรม เราทำของเราขึ้นมา เวลาทำขึ้นมา จิตสงบแล้ว สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี จิต สงบระงับนี้มีความสุขมาก ถ้าไม่มีความสุขมาก พระไม่คิดว่าเป็นนิพพาน เวลาไปติดสมาธิ ติด

สมาธิก็คิดว่ามันเป็นนิพพานนี่ไง ถ้าเป็นนิพพาน เวลามันคลายตัวออกมา เพราะนิพพานมันคงที่ของมัน แต่สมาธิมันเจริญแล้วเสื่อม

ถ้าเป็นนิพพานมันเสื่อมไม่ได้ อรูปธรรมไม่มีวันเสื่อม ไม่มีวันแปรสภาพ อรูปธรรมเหนือโลก เหนือสังสาร เป็นอีกอันหนึ่งที่แน่นอนคงที่ของมัน แต่คงที่แบบไม่มี คงที่แบบมารหาไม่เจอ คงที่แบบจับต้องไม่ได้ แต่คงที่

แต่สมาธิมันขึ้นไป “ว่างๆ ว่างๆ” เดี่ยวก็เรียบร้อย แต่ถ้าเราฝึกหัดของเรา คุณเลขของเรา พัฒนาขึ้น สติ สมาธิ ปัญญา ปัญญาที่เกิดขึ้นจากสัมมาสมาธิถึงเป็นภาวนามยปัญญา ปัญญาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารภนา ปัญญาของพุทธศาสนา ปัญญาของพุทธะ ไม่ใช่ปัญญาอย่างที่เรากำลังอยู่นี้หรอก ปัญญาอย่างนี้เขาเรียกว่าวิชาชีพ มันเป็นสัญญา มันเป็นทางโลก มันเป็นประโยชน์ไหม? เป็น ถ้าไม่มีปัญญาอย่างนี้ ไม่มีการค้นคว้าอย่างนี้ เราจะไม่มาวัดมาวากัน เราจะไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่าศาสนาจริงหรือไม่จริง เราไม่สามารถพิสูจน์ได้ เราสามารถพิสูจน์กันนี้ เราก้พิสูจน์ด้วยปัญญาของเราไง ปัญญาอย่างนี้ปัญญาทางโลก ปัญญาทางวิทยาศาสตร์ของเรา พิสูจน์ของเรา

อย่าเพิ่งเชื่อ กาลามสูตร ไม่ให้เชื่อสิ่งใดทั้งสิ้น ให้พิจารณามากขึ้น ปฏิบัติมากขึ้น ให้เป็นความจริงขึ้นมาในใจ ถ้าใจมันเป็นความจริงขึ้นมา นี่จะเป็นประโยชน์กับใจดวงนี้

ฟังธรรมๆ เพื่อเหตุนี้ไง เรามีสติปัญญา เราก้เลือกได้ แยกแยะได้ทางโลก แต่ถ้าเป็นการประพฤติปฏิบัติ เราต้องมีครูบาอาจารย์คอยแยกแยะผิดถูกกับเรา เพื่อหัวใจดวงนี้ เอวัง