

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด  
เมื่อวันที่ ๒ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๑

## เครื่องระงับจิต

ก่อนจ้งหัน

ให้พรก็ไม่มีเสียงทุกวันนี้ เสียงออกหูหมด ให้พรเสียงดั่งลั่นอยู่นี้ มันไม่ได้ออก  
นี่นะ บางทีช่วยกันทั้งสองหูด้วย บางทีมันออกหูเดียว บางทีฟาดช่วยกันทั้งสองหู ปาก  
ไม่มีเสียงเลย เป็นแล้วเดี๋ยวนี้ หูอื้อ ลมออกหู เวลามันชำระอะไรก็ชำระๆ ไปหมด  
ชำระไปทุกแง่ทุกอาการ เวลามันชำระเราถึงจะรู้ว่าอวัยวะนี้มันมีหลายชั้นหลายอัน  
อันหนึ่งแสดงทางนี้ อันนั้นแสดงทางนี้ อันหนึ่งแสดงทางนั้น คืออะไรบกพร่องตรงไหน  
มันก็แสดงให้รู้ๆ ให้พร

หลังจ้งหัน

มันเป็นอย่างไรกฎีก่าทำป็นนี้แต่เสียงดั่งลั่นทั่วประเทศไทยมันพิลึก กฎีกหลังนี้  
๒๕๐๔ ถมดิน ๒๕๐๕ เริ่มสร้าง เสร็จ ๒๕๐๖ ขึ้นกฎีกหลังนี้ นี่ขึ้นไม่ได้แล้ว มันก็ปี  
ตั้งแต่ ๒๕๐๖ ขึ้น ๔๕ ปี นี่ละกฎีกหลังนี้ ที่ขึ้นลำบากแล้ว เหนื่อย แต่ก่อนไม่เคยเป็น  
อารมณ์กับเรื่องการขึ้นการลง มาปีนี้เป็นแล้ว ขึ้นลงมันรู้สึกเหน็ดเหนื่อยๆ เข้าไปเป็น  
ลำดับ

ที่เราอยู่เวลานี้ซึ่งเป็นวัดอยู่ขณะนี้ๆ แต่ก่อนเป็นดง เขาทำอะไรทำสวนเต็ม ต้นไม้  
เหล่านี้หมด ไม่มี ถูกเขาถากเขาถาง เผาแล้วทำเป็นไร่เป็นสวน นี่หมด บริเวณสร้างวัด  
นี้ เพราะคนทั้งบ้านใครก็มีไร่มีสวนอยู่แถวนี้ ที่นี้เลยกลายเป็นไร่เป็นสวนไปหมด เรา  
มาพักอยู่ทางตะวันออกบ้าน ดูว่ามาจากทางสกลนครหรือมาจากทางจันทน์น้ำ ลืม ผู้เฒ่า  
ที่เป็นเจ้าของนาเจ้าของที่นี้ละออกไปนิมนต์เรามาอยู่ที่นี่ว่าสะดวกดี ที่นี้เราก็เคยอยู่แล้ว  
เพราะเป็นบ้านของเรา อันนี้ไม่ดีแก่กว่าสู่ทางนู้นไม่ได้ คือทางนั้นดีกว่า นิมนต์ไปดู แกกั  
พาเรามาดู ดีกว่านี้ ว่าอย่างนั้น เราดูแล้วแกกันิมนต์ให้อยู่ที่นั่นประจำเลยจนกระทั่ง  
ปานนี้แหละ

แต่ก่อนไม่มีต้นไม้ คือมันเป็นสวนไปหมด ถูกถากถูกถางต้นไม้ขึ้นไม่ได้ ถูกเผา  
แล้วปลูกสิ่งต่างๆ ภายในสวนในไร่นั้นละ พอเรามายูที่นี้ต้นไม้มันก็ขึ้น ๒๕๔๘ มาอยู่  
ที่นี้จนกระทั่งปานนี้ ดูต้นไม้มันใหญ่ขนาดนี้แหละ ๕๓ ปี ต้นไม้ใหญ่ขนาดนี้ สร้างวัดนี้  
๕๓ ปี ก็เลยเป็นวัดแน่นหนามั่นคง สะดวกสบาย ทำเลข้างในมีแต่ที่ภาวนาของพระ เรา  
จึงไม่ให้เข้าไป ใครมาๆ ก็ให้อยู่บริเวณศาลา บริเวณที่โล่งนี้เท่านั้น นอกนั้นเป็นบริเวณ  
ภาวนาของพระ เต็มไปหมด ไม่ให้ใครเข้าไป

หากมีความจำเป็นสมควรที่จะให้เข้าไปก็มีพระนำหน้าไปเลย ไปเที่ยวดูทุกซอกทุกมุมเลย ถ้าธรรมดาไม่ให้ไป เป็นทำเลที่ภาวนาของพระ พระวัดนี้เป็นพระภาวนา ล้วนๆ งานข้างนอกอะไรไม่ให้มายุ่ง คนก็ไม่ให้ไปยุ่งพระท่าน มากี่อยู่แค่บริเวณ ให้ ออกๆ หน้าศาลาที่รับแขกอยู่ตรงนั้น ใครมาก็ยั่วเย้าๆ ไปตรงนั้นแล้วออกๆ ทางนี้ก็มี พระคอยดูแล พระเวร ดูจะเป็นอาทิตย์ละสององค์ๆ ในบริเวณรับผิดชอบ ในบริเวณ ศาลา-ครัวเหล่านี้จะเป็นหน้าที่ของพระสององค์ๆ ที่จัดไว้เป็นวาระละอาทิตย์หนึ่งเป็นผู้รักษา ใครมาจะต้องติดต่อกับพระ

ให้มาเท่านั้นพระท่านก็ภาวนาสะดวกสบาย ไม่ให้ยุ่งเหยิงวุ่นวายกับงานการใด ๆ วัดเรานี้ชื่อว่าพระมาก ๆ แล้วจะไปวุ่นวายในภาระงานภายนอกเหมือนโลกทั่วๆ ไปนี้ไม่วัดนี้สงบตลอด เราชักษาระดับแห่งการอยู่บำเพ็ญของพระไว้อย่างถูกต้อง ตามแนวทางที่ศาสดาสอนไว้ พระท่านจึงอยู่ข้างในเต็มไปหมด ไม่ให้ใครเข้าไป ให้มาถึงแค่นี้ๆ แล้ว ออกๆ ท่านภาวนา

จิตใจมันติดมันตันไม่มีอะไรเกินใจ จิตใจที่มีแต่กิเลสหุ้มห่ออยู่ภายในมันจะพาดิตพาดิน พาคิดพารุง ยุ่งเหยิงวุ่นวายตลอดเวลาตั้งแต่ตื่นนอน ดิตเครื่อง พอดีนอน เรียกว่าดิตเครื่อง เครื่องยนต์ของกิเลส พาดเสียจนหลับนั้นแหละเรียกว่าดับเครื่อง ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งหลับนอนกลางคืนเรียกว่าดับเครื่อง ถ้าไม่มีนอนหลับตายเลย มนุษย์ มันไม่มีที่ระงับ

ที่นี้ท่านภาวนาระงับจิตดวงมันติดมันตัน ไม่มีอะไรจะระงับจิตดวงคึกคะนองนี้ ได้ยิ่งกว่าธรรม ธรรมจึงเป็นอันดับหนึ่งปราบกิเลสตัวมันพาคึกพาคะนอง ไม่มีวันเป็นวันตาย กิเลสภายในใจจะระงับมันได้ด้วยการอบรมจิตใจภาวนา ฝึก เอาจนกระทั่งมันอยู่มันสงบ เมื่อเวลามันสงบมาก ๆ แล้วนั้นกายนี้เหมือนหัวตอ จิตจะไม่ติดไม่ตัน แน่วนั้นเรียกว่าจิตเป็นสมาธิ นั่งอยู่ที่ไหนเหมือนหัวตอ ไม่อยากคิดอยากปรุง ความคิด ความปรุงเป็นการรบกวนจิตที่มีความสงบร่มเย็นเป็นสมาธิ ถ้าไม่มีสมาธิไม่ได้คิดไม่ได้ ดิตดินตลอด สมาธิธรรมเป็นเครื่องระงับจิตให้อยู่สบาย ๆ

นั่นละท่านฝึกใจของท่าน ฝึกให้มันค่อยสงบลงก่อน คือมันวุ่นวาย ความวุ่นวาย ถ้าเป็นน้ำก็ขุ่นเป็นต้มเป็นโคลนไปหมด จิตวุ่นวายก็เหมือนกับน้ำที่ถูกกวนตลอดเวลา หาความสงบเย็นไม่ได้ น้ำก็ไม่ใส ที่นี้พอระงับไม่ให้มีการยุ่งกวนแล้วน้ำก็สงบ นี้ไม่ให้อารมณ์กวนใจใจก็สงบ พอใจสงบแล้วใจก็เย็น ๆ พอใจสงบเท่านั้นทุกอย่างสงบไปหมด โลกธาตุ ใจตัวเดียวนี้เป็นตัวสำคัญก่อเรื่องทั่วแดนโลกธาตุ ใจเขาใจเรา มีแต่ใจก่อกวนตัวเองให้เดือดร้อนวุ่นวาย โลกมีมากขนาดไหนหาความสงบไม่ได้ ถ้าไม่มีธรรมเป็น

เครื่องระงับดับจิตตัวสร้างเหตุการณ์ต่างๆ อยู่ไม่หยุดไม่ถอยนี้ ต้องเป็นธรรมเท่านั้น  
ระงับ พอระงับลงไปแล้วจิตก็สงบ สงบแล้วเย็น

พอสงบแล้วเย็นควรแก่การพิจารณาทางด้านปัญญา ที่นี้ก็ออกคิดทางด้าน  
ปัญญา กฎ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั่วแดนโลกธาตุ จิตจะวิ่งตามนี้ เพราะจิตไปติดไป  
เกาะสิ่งเหล่านั้น พอพิจารณาอันนั้นจิตก็ค่อยปล่อยเข้ามาๆ สงบร่มเย็นเรื่อยๆ จากนั้น  
ก็พิจารณาทางด้านปัญญาแยกออกหมด แล้วปล่อยวางเรื่อยๆ ปล่อยวางสิ่งภายนอก  
หยาบๆ แล้วก็มาปล่อยวางความคิดปรุงของตัวเอง จนกระทั่งปล่อยวางหมดภายใน  
จิตใจหมดโดยสิ้นเชิงไม่มีอะไรเหลือ

เช่นพระอรหันต์ท่านบรรลุธรรม คือดับกิเลสตัวคึกคะนองภายในใจไม่มีวันสงบ  
ให้สงบหรือตายลงไปเลย มุดมอดลงไปหมด จิตของท่านก็เป็นจิตธรรมชาติหรือเป็นจิต  
ธรรมชาติ จิตของพระอรหันต์นี้เป็นจิตธรรมชาติ ถ้ามีชีวิตครองชั้นธออยู่ก็เรียกว่าเป็น  
พระอรหันต์บ้าง ผู้บริสุทธิ์บ้าง ถ้าเรียกตามหลักธรรมชาติกลางๆ ไม่มีร่างกายเข้าไป  
เกี่ยวข้องแล้วก็เรียกว่าจิตนี้เป็นธรรมชาติ จำอยู่ตลอดเวลา นั้นละนิพพานเที่ยงอยู่ตรง  
จิตเข้าถึงธรรมชาติ เมื่อถึงธรรมชาติแล้วนิพพานไม่ต้องถาม เที่ยงหรือไม่เที่ยง ธรรม  
ธาตุนี้แลคือนิพพาน ที่ว่านิพพานเที่ยงก็คือธรรมชาติ

นั้นละจิต เมื่อสลัดสมมุติหมดความรับผิดชอบโดยสิ้นเชิงแล้วจิตก็เป็นธรรม  
ธาตุล้วนๆ พอปล่อยธาตุชั้นธอซึ่งเป็นสมมุติแล้วจิตก็เป็นวิมุตติล้วนๆ ไม่มีอะไรเข้าไป  
เกี่ยวข้องให้รับผิดชอบก็เป็นธรรมชาติไปเลย จิตของท่านผู้รู้เป็นจิตธรรมชาติ ปล่อย  
สังขารร่างกายจากความรับผิดชอบแล้วก็ไปเป็นจิตธรรมชาติ ธรรมธาตุนี้อย่างไร  
นั้นละท่านว่านิพพานเที่ยงตลอดเลย ไม่มีกฎอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เข้าไปเกี่ยวข้องเลย  
คือจิตนี้เป็นธรรมชาติล้วนๆ แล้ว นั้นละท่านว่านิพพานเที่ยงตรงนั่นเอง

พิจารณาให้มันถึงนั้นแล้วกราบพระพุทธเจ้าสนิทหัวใจเลย ในโลกนี้ไม่มีใครที่จะ  
สอนให้ถึงธรรมธาตุนั้นได้้นอกจากพระพุทธเจ้าเท่านั้น นั้น ยอมรับหมด พระพุทธเจ้า  
มีก็พระองค์กราบราบเลย มันลงขนาดนั้น ลงที่ใจดวงนี้ ใจดวงนี้กับพระพุทธเจ้า  
ทั้งหลายคืออันเดียวกัน เมื่อจับนี้บีบมันกระเทือนถึงกันหมด ไม่ต้องถามหา  
พระพุทธเจ้าองค์ไหนต่อองค์ไหน รูปลักษณะสัณฐานอะไรกิริยาอาการไม่มี มีแต่ความ  
บริสุทธิ์ บริสุทธิ์วิมุตติหลุดพ้นจากสมมุติทั้งปวงแล้วก็ไปเป็นจิตธรรมชาติ นั้นละ  
พระพุทธเจ้า-สาวกทั้งหลายเป็นจิตธรรมชาติอย่างนั้น ท่านละชั้นธอที่เป็นสมมุติไปแล้ว  
ก็เป็นธรรมชาติไปเลย

นี่ละการฝึกฝนอบรมจิตใจเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยนะการฝึกใจ เลว  
ที่สุดก็ไม่มีอะไรเกินใจ เลิศที่สุดก็ไม่มีอะไรเกินใจ เกี่ยวกับการบำรุงรักษาหรือทำลาย

ตัวเอง ใครทำลายตัวเองอยู่ในตัวก็เลวลงๆ ใครมีการบำรุงรักษาจิตใจให้ดีก็เรียกว่า เสริมจิตใจให้ดีขึ้นๆ จนก้าวเข้าถึงธรรมธาตุ พระพุทธเจ้า-พระอรหันต์ท่านเป็นธรรม ธาตุเหมือนกันหมด

ธรรมเหล่านี้ไม่ใช่สวัสดิของมนุษย์เรา ที่จะปฏิบัติให้รู้ตามเห็นตามจนถึง ธรรมชาตินี้ อยู่ในวิสัยของผู้บำเพ็ญได้มากน้อย แล้วธรรมนี้จะเข้าเกี่ยวข้องไปเรื่อยๆ เมื่อบำรุงรักษาให้เต็มที่แล้ว จิตนี้ก็เลยกลายเป็นธรรมธาตุอยู่ในท่ามกลางแห่งธาตุชั้นธ ฐธาตุชั้นธเป็นธาตุชั้นธ จิตที่บริสุทธิ์แล้วรับผิดชอบเรื่องธาตุเรื่องชั้นธเพียงเท่านั้น พอ ธาตุชั้นธหมดสภาพพังลง อันนี้ก็ติดผิงออกเป็นธรรมธาตุไปเลย

นั่นละธรรมพระพุทธเจ้าสอนจิตให้เลิศเลอขนาดนั้น ลงจิตถึงชั้นธรรมธาตุแล้ว หมดปัญหาโดยประการทั้งปวง ในโลกธาตุที่เป็นแดนสมมุติไม่มีสมมุติใดเข้าไป เกี่ยวข้องได้เลย นั่นท่านเรียกว่าวิมุตติ จิตของท่านผู้สิ้นสุดจากเรื่องเหล่านี้แล้วก็ เป็นจิต วิมุตติ บริสุทธิ์เต็มสัดเต็มส่วน นิพพานเที่ยงก็คือจิตดวงนั้น ถ้าไม่ฝึกมันก็ไม่ได้อะไร ได้ รว ต้องฝึก ทุกอย่างต้องฝึก ตั้งแต่ล้มลุกคลุกคลานไป นานต่อนานไปมันก็ค่อยดีขึ้นๆ ก็กลายเป็นจิตที่บริสุทธิ์ได้

เมื่อจิตบริสุทธิ์หมดสิ่งก่อกวนทั้งหลายแล้ว นิพพาน ปรหม์ สุข ก็อยู่ในนั้น นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง เป็นสุขเหนือสมมุติทั้งปวงก็คือจิตที่ฝึกฝนอบรมจนถึงชั้น บริสุทธิ์เต็มตัวแล้วก็ เป็นนิพพานเที่ยงขึ้นมาที่ใจ ใจนั้นละคือนิพพาน นิพพานทั้งเป็น คือท่านผู้บริสุทธิ์ พวกปฏิบัติเอาบ้างซิ ไม่ปฏิบัติมันไม่เห็นนะ สิ่งเหล่านี้ไม่เห็นวิสัย ของมนุษย์ไปได้ อยู่ในวิสัยของผู้รักใคร่ใกล้ชิดกับธรรมจะได้นำมาเป็นขวัญตาขวัญใจ อยู่เป็นสุข

ถ้าไม่มีธรรมแล้วใครจะว่าใครมั่งใครมี มีความสุขความเจริญมากน้อยมันมี ตั้งแต่ลมปาก ไม่ได้มีความจริง เพราะฉะนั้นคนมั่งคนมีกับคนทุกข์คนจนความทุกข์จึง เป็นเหมือนกันหมด ไม่มีใครยิ่งหย่อนกว่ากัน โลกมันหากมองข้ามไปว่าใครมั่งมีศรีสุข มีเงินมีทองข้าวของ มีบริษัทบริวารอะไรมาก ว่าผู้นั้นจะมีความสุขมาก ความจริงแล้ว เหมือนกัน ตาสีตาสาอยู่ตามท้องนาเขาไม่ได้ทุกข์มากนักนะ เพราะความรับผิดชอบ-ความ ทะเยอทะยานเขาไม่ได้มาก ความรับผิดชอบ-ความทะเยอทะยานเป็นสิ่งที่ก่อกวน ส่งเสริมให้มีความสุขมากโดยลำดับเขาไม่มี พวกตาสีตาสาไม่มีนะ แต่พวกเศรษฐีมหา เศรษฐีมีด้วยกันทั้งนั้น กองทุกข์มากอยู่นั้น

ทีนี้เวลาอะไรมีก็ตามจิตเปิดออกหมดไม่เอา ตั้งพระยสกุลบุตรจะออกไปบวช พ่อแม่เอาทองเงินทองมาตั้งไว้จนท่วมหัว เงินทองข้าวของ จะไปอะไรเราก็สมบูรณ์ พูนผลทุกอย่างแล้ว ไปหาความสุขที่ไหนอีก นี่ไม่ใช่ความสุข นั่น มันอยู่ในกฎ อนิจจัง

เหยียบย่ำทำลายให้เกิดความทุกข์อยู่ทั่วหน้ากัน ความสุขแท้ไม่ใช่นี้นะ ท่านก็ออกเลย อันนี้วุ่นวาย ที่นี้วุ่นวาย อะไรวุ่นวาย พอไปถึงพระพุทธเจ้า ท่านกำลังเสด็จจงดกรมอยู่ พระยสกุบุตรเข้าไป มาๆ ที่นี้ยส ที่นี้ไม่ยุ่งเหยิงวุ่นวาย ที่นี้เป็นสุขๆ สอนธรรมบรรลุลุธรรมปึง ได้สำเร็จอรหันต์ หมดความวุ่นวาย

ตั้งแต่นั้นมาพระยสกุบุตรไม่เคยบ่นเป็นความยุ่งเหยิงวุ่นวายเหมือนแต่ก่อน ที่กอดกอดสมบัติอยู่เลย เวลากอดกอดสมบัติก็ว่าเป็นกองแห่งความสุข เป็นกองแห่งทุกข์ทั้งหมด เวลาเปิดเผยปล่อยอันนี้ออกหมดแล้วเป็นธรรมสมบัติ เป็นสมบัติของตัวเองล้วนๆ แล้วนั้นไม่มีความทุกข์ สบาย อย่างพระมหากัปปินท่านออกอุทาน ท่านเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ตรวจไพร่ฟ้าประชาชนทั่วแผ่นดินหาความสุขไม่ได้ กลางคืนไปแบบหนึ่ง กลางวันไปแบบหนึ่ง ต้องใช้กิริยาปกครองบ้านเมืองรอบคอบขอขบชิตต่อเขตแดน รับผิดชอบของตน ไม่ได้หลับได้นอน

ที่นี้พอออกไปบวชสละละวางหมดสิ่งเหล่านี้ไม่มีอะไรเหลือแล้ว อยู่ที่ไหนก็ว่างเปล่าๆ ไม่มีอะไรเข้ามายุ่งกวน ท่านก็ออกอุทานว่า สุขั วต สุขั วต สุขหนอๆ สุขั วต สุขั วต สุขหนอๆ คือไม่ยุ่งกับอะไรเลย จิตปล่อยวางโดยสิ้นเชิงก็เป็นความสุข สุขหนอๆ ไปที่ไหนพระมหากัปปินท่านมักจะอุทานอย่างนี้เสมอ พวกเราไปที่ไหนมีแต่ทุกข์หนอๆ ไปที่ไหนทุกข์หนอๆ ไปเล่นกับหมาก็ไปสร้างกองทุกข์ให้หมา ทุกข์หนอๆ เข้าไปในบ้านก็ไปสร้างกองทุกข์ให้พ่อบ้าน พ่อบ้านสร้างกองทุกข์ให้แม่บ้าน พ่อแม่กับลูกสร้างกองทุกข์ให้กัน มีตั้งแต่ทุกข์หนอๆ เต็มบ้านเต็มเมือง พวกนี้พวกสร้างกองทุกข์ ไปที่ไหนมีแต่ทุกข์หนอๆ หาความสุขไม่มี เป็นอย่างไรพวกเรามันเก่งไปทางอย่างนั้น สร้างกองทุกข์เก่งมาก สุขหนอๆ อย่างพระมหากัปปินไม่มีใครสร้างง่ายๆ แหละเอาละพอ

รับชมและรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่  
[www.luangta.com](http://www.luangta.com) หรือ [www.luangta.or.th](http://www.luangta.or.th)  
 สถานีวิทยุเสียงธรรมเพื่อประชาชน FM 103.25 MHz  
 และเครือข่ายทั่วประเทศ