

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๓ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๐

ธรรมะเป็นสิ่งที่ให้คุณเสมอไป

คำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมดรวมลงแล้วท่านเรียกว่าศาสนธรรม คือธรรมเครื่องประกาศสั่งสอน แต่การสอนนั้นพระพุทธเจ้าทรงมีความมุ่งหมายและมีจุดที่รวมลงแห่งคำสอน จุดที่รวมลงแห่งคำสอนก็คือใจ ผู้ประกาศศาสนานับแต่พระพุทธเจ้าลงมาเป็นลำดับลำดับก็มี ความมุ่งหมายลงที่ใจ สอนลงที่นั่น ผู้ฟังก็ฟังเพื่อตนเอง ให้เข้าอกเข้าใจในความผิดถูกดีชั่ว อะไรทั้งหมด ซึ่งล้วนแล้วตั้งแต่ออกจากใจทั้งนั้น ถ้าใจได้รับการอบรมที่ดี การระบายออกจากใจ ไม่ว่าจะมากน้อยหยาบละเอียด เคลื่อนไหวออกมาทางกายวาจาย่อมเป็นผลดีไปตามๆ กัน หากใจไม่ได้รับการอบรมเลย การแสดงออกก็ต้องสื่อถึงความไม่รอบคอบ ความผิดพลาดไปเรื่อย ๆ

ดังนั้นทางโลกก็ดีทางธรรมก็ดี จึงนิยมการศึกษาเล่าเรียนอบรม ตั้งแต่เริ่มเป็นเด็กมา พ่อแม่ต้องให้การอบรมสั่งสอนเป็นลำดับลำดับจนกระทั่งส่งเข้าโรงเรียน เพื่อให้เด็กได้รับความรู้ความฉลาด เพื่อการปฏิบัติต่อตัวเองนี้เป็นอันดับแรก จากนั้นไปก็เพื่อสิ่งเกี่ยวข้องหรือผู้เกี่ยวข้องตลอดถึงส่วนรวม ถ้าต่างคนต่างได้รับการอบรมศึกษามาด้วยดี หน้าที่การงานที่ทำ ด้วยการได้รับอบรมศึกษามาแล้วนั้น ก็ย่อมเป็นประโยชน์ไม่ค่อยจะมีโทษ ถ้าหาไม่แล้ว โดยมากมีแต่ความผิดพลาด ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นไม่ค่อยปรากฏ ท่านจึงนิยมกันให้ได้รับการศึกษาเล่าเรียนทางโลกทางธรรม ให้ดีแท้ก็ให้เป็นไปพร้อมๆ กัน

นักเรียนที่เข้าไปอยู่ในโรงเรียนก็ดี หรืออยู่ในบ้านก็ดี เวลามีโอกาสพ่อแม่ก็ควรอบรมทางด้านศีลธรรมแฝงกันไปด้วย เข้าโรงเรียนก็ควรจะมีหลักสูตรเกี่ยวกับด้านธรรมะแฝงเข้าไปด้วยทุกๆ ชั้นที่เรียน นับแต่ชั้นต่ำจนถึงชั้นสูงของวิชาที่เรียน เด็กจะได้มีความเข้าใจทั้งทางโลกและทางธรรม เพราะการเรียนเรียนหนักไปทางไหนก็ต้องรู้ไปทางนั้น ถ้าหนักไปทางโลกล้วนๆ ธรรมะไม่มีเลยก็แสดงว่าบกพร่องทางธรรมะ หากได้อบรมไปด้วยกัน แฝงกันไปก็ดี นี่ท่านถือกันอย่างไร ผู้ใหญ่ท่านมีความฉลาด ให้เด็กได้รับการอบรมศึกษาเรื่อยไป

พูดถึงผู้ปฏิบัติทางด้านธรรมะก็ยิ่งเป็นของจำเป็นสำหรับธรรมะที่เกี่ยวกับตัว ธรรมะที่พระพุทธเจ้าสั่งสอนไว้ทุกบททุกบาทรวมลงที่ใจ คือให้ใจได้รับความเข้าอกเข้าใจ ให้ได้รับความรู้ความฉลาด วิธีจะปฏิบัติต่อใจของตัวเอง ธรรมะเป็นสิ่งที่ให้คุณเสมอไป ไม่มีโทษเจือปน อบรมได้มากน้อยแค่ไหนก็เป็นประโยชน์แก่ตน วิชารักษาทัวนี้เป็นวิชาสำคัญ จึงต้องอาศัยธรรมะ หลักธรรมะเป็นวิชารักษาทัวโดยตรง รู้เข้าถึงจิตถึงใจมากเท่าไรก็ยิ่งเป็นเหตุให้แน่ใจในตัวเอง

ทางโลกยังมีที่แฉ่งที่ลับอยู่บ้าง สำหรับทางธรรมะนี้ถ้าได้เข้าถึงใจแล้วจะไม่มีที่แฉ่งที่ลับ ความผิดถูกทราบอยู่กับตัวเอง หิริโอตตปปะ ความสะดุ้งกลัวต่อความผิดพลาดทั้งหลายมีอยู่กับตัว ให้เลือกเฟ้นทำเอาในสิ่งที่เป็นประโยชน์ สลัดปัดทิ้งในสิ่งที่เห็นว่าเป็นความผิด ไม่ว่าจะที่แฉ่งที่ลับ เพราะมุ่งผลที่ถูกต้องเป็นสิ่งสำคัญ การจะเรียนให้ถึงธรรมะหรือให้ธรรมะเข้าถึงใจจริงๆ ปฏิบัติให้ถึงใจได้รับผลจริงๆ เท่าที่ปรากฏมาโดยมากก็คือการอบรมภาวนา เพราะการภาวนาเป็นการดูใจของตัวเอง ซึ่งมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ไม่ว่าจะอิริยาบถใดใจจะอยู่เฉยๆ ไม่ได้ มีการเคลื่อนไหวคิดปรุงแต่งยุงนั้นยุงนี้ ถ้าไม่ไ้ระมัดระวัง ใจก็สั่งสมยาพิษไว้สำหรับตัวเอง

เพราะความอยากคิดอยากปรุงนั้นไม่ได้นิยมว่าดีหรือชั่ว จิตชอบทั้งนั้น ปรุงทางดีก็ชอบ ปรุงทางชั่วก็ชอบ ปรุงความเศร้าโศกเสียใจก็ชอบ ปรุงทางรื่นเริงบันเทิงก็ชอบ มันชอบไปหมด ถ้าไม่มีธรรมะเข้าไปทดสอบเลือกเฟ้นแล้ว จิตจะไม่มีทางเลือกความคิดทั้งหลาย แต่จะคิดไปเรื่อย ๆ ถึงแม้จะเกิดขึ้นเป็นความเดือดร้อนแก่ตนก็ทราบว่าเป็นเดือดร้อน แต่ไม่สามารถจะทราบ และสามารถจะแก้ไขตนได้ด้วยวิธีใด คนเราเกิดมาในโลก ไม่มีใครจะต้องการความทุกข์ความลำบาก แต่เพราะเหตุใดถึงต้องเจอ ก็เพราะเหตุที่ว่านี่ละเป็นส่วนมาก คือเจอภายในใจ เพราะความคิดภายในใจนี้ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความโง่ความฉลาด ความมีความจน แต่ขึ้นอยู่กับความคิดของตนเป็นสำคัญ ความคิดเป็นต้นเหตุก่อเรื่องขึ้นมา ถ้ามีธรรมะก็มีทางจะแยกแยะกัน ทดสอบกันในความคิดความปรุงของเรา แล้วหาทางแก้ไขกันได้ เฉพาะอย่างยิ่งการภาวนา มีทางที่จะทราบเรื่องใจของตนได้ดี เพราะเรานั่งสังเกตเรื่องของเรา คิดดีชั่วขึ้นมาอย่างไรก็ทราบ

การภาวนาท่านสอนให้มีธรรมบทใดบทหนึ่งเป็นเครื่องยึดในชั้นเริ่มแรก ซึ่งยังไม่สามารถจะทรงตัวได้ด้วยใจโดยเฉพา ก็ต้องอาศัยบทธรรม เช่นกรรมฐาน ๔๐ ล้วนแล้วตั้งแต่ธรรมเครื่องอาศัยในเบื้องต้น เช่นพุทโธ เรานึกพุทโธ ๆ อยู่ที่ใจ ให้มีความสืบต่อโดยความรู้ คำว่าพุทโธกับใจให้กลมกลืนกันไปตามระยะที่ปริกรรม หรือตามเวลาที่เรากำลังเพียรอยู่แล้ว คือใจทำหน้าที่อันเดียว เมื่อได้ทำความรับรู้อยู่กับสิ่งใดก็ยอมอยู่กับสิ่งนั้น และพยายามทำความเข้าใจกับงานที่ตนกำลังทำนั้นให้สืบต่อกันไป จากนั้นก็ปรากฏเป็นความสงบขึ้นไป

ใจถ้าสงบแล้วเย็น ความเย็นกับความสบายรู้สึกจะเป็นอันเดียวกัน ขณะใดที่ใจสงบ ขณะนั้นเป็นความสบาย ปล่อยวางความกังวลอะไรทั้งหมด เหลือแต่ความรู้ เย็นอยู่อย่างนั้น คำว่าความสงบนี้ก็มีหลายชั้นเหมือนกัน ความสงบได้ปรากฏเป็นความสบายเท่านั้นเราก็พอจะเห็นผลแห่งการกระทำของเราแล้ว ยิ่งมีความสงบเข้าไปมากเท่าไร ยิ่งจะเห็นความแปลกประหลาดอัศจรรย์ขึ้นกับใจดวงสงบนั้นมากเท่านั้น ขณะนั้นเป็นขณะที่ใจไม่ทำงาน ความคิดความปรุงทั้งหมดซึ่งเป็นงานของจิต เป็นความรู้ล้วน ๆ นั้นละเป็นตัวของตัวเองขึ้นมาแล้วในชั้นหนึ่ง เย็นเข้ามา จิตใจรู้สึกยิ้มแย้มแจ่มใสเบิกบาน พอปรากฏความสุขขึ้นมาจากความสงบ

แต่การกำหนดภาวนาด้วยบทธรมนั้นจริตนิสัยไม่เหมือนกัน โปรตได้เทียบเคียงหรือ พินิจพิจารณา กำหนดพุทโธ ธัมโมหรือสังโฆ หรืออานาปานสติ หรือจะตามด้วยพุทโธเวลา หายใจเข้าออก ก็ให้ทำความรู้เกี่ยวกับสิ่งที่ตนทำนั้น ผลก็คือความสงบเย็นใจอันเดียวกัน จิตนี้ เป็นสิ่งที่ละเอียดมาก ยากที่จะกำหนดรู้ได้ว่าอะไรคือจิต ถ้าจิตไม่สงบลงเสียก่อน จะไม่ทราบว่า จิตคืออะไร นี่เป็นสิ่งที่ยาก แม้ผู้ได้ตั้งใจปฏิบัติในหน้าที่อันเดียวคือพยายามจะให้อุจเฉทจิตของตน อยู่ด้วยการภาวนาก็ตาม แต่ถ้าจิตยังไม่สงบลงเมื่อไรก็ยังไม่รู้ว่าตัวจิตแท้คืออะไร

จิตนั้นอยู่ในกายของเราเองแต่จับไม่ได้ ละเอียดขนาดนั้น มันชานออกไปทั่วสรรพางค์ ร่างกาย ไม่ทราบว่าจุดไหนเป็นจุดของจิตที่แท้จริง เป็นของละเอียดขนาดนั้น มีวิชาคือธรรมะที่จะสามารถจับจิตให้รู้ว่าเป็นจิตเป็นสิ่งต่างๆ ในส่วนร่างกายได้ และแยกกันได้จริงๆ แยกกันชั่วขณะก็มี แยกกันได้ตลอดเวลาที่มี แยกกันได้ชั่วกาลชั่วขณะก็คือจิตที่เป็นสมาธิ จิตเป็นจิต กายเป็นกาย นี่เป็นขั้นหนึ่ง ขั้นที่สองจิตแยกจากกายได้ แต่เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ยังแยกไม่ออก นี่เป็นขั้นที่สอง คือเกิดขึ้นจากการภาวนาทั้งนั้น เมื่อจิตเข้าถึงขั้นแยกกายได้ ขาดจากกาย ในความยึดถืออกายว่าเป็นตน เห็นประจักษ์ชัดเจนภายในใจ แต่เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งมีอยู่ภายในใจ ยังแยกไม่ออก ก็ต้องพิจารณาอีก ต่อไปก็แยกได้

ขั้นที่ ๕ ทราบว่าเป็นขั้นที่ ๕ ชัดเจนภายในใจ ตามที่ท่านสอนไว้ว่าสันทิฏฐิโกคือเห็นเอง แม้พระพุทธรูปเจ้าประทับอยู่ต่อหน้าเราก็ไม่ถาม เพราะเป็นธรรมชาติเหมือนกัน เช่นเดียวกับต่างคนต่างรับประทาน เมื่อต่างคนต่างอิมไม่จำเป็นต้องถามกัน เพราะความอิมทราบได้ด้วยกันทุกคน ธรรมะก็เป็นเช่นเดียวกัน ขั้นที่สองแยกขั้นได้ ขั้นที่สามเชื่อเดิมที่ฝังในจิตอย่างละเอียดมาก ท่านว่าความหลงตัวก็หมายถึงอวิชชาท่านก็สอนไว้ แต่อวิชชาในแบบนั้นท่านดึงไปจากจิตไปวางเป็นแบบแผนตำรับตำรา ส่วนอวิชชาจริงๆ เราไม่รู้ อยู่ในจิตนี้เอง แทรกอยู่ในจิต เหมือนกับยาพิษที่สิ่งอยู่ในด้านวัตถุ มองไม่เห็นตัว แต่มันมีอยู่ในนั้น

นี่ก็ต้องอาศัยความเพียร สติปัญญาซึ่งมีกำลังควรจะถอดถอนหรือแก้ไขกันออกได้ เมื่อสติปัญญาคล้าจึงแยกกันจนได้ สิ่งที่ซึมซาบอยู่ในจิตออกไปหมด ไม่มีอะไรเหลือ นี่เป็นขั้นที่สาม ขั้นนี้เป็นขั้นตลอดเวลา เราจะตั้งใจแยกไม่ตั้งใจแยกไม่ปัญหา เพราะแยกกันโดยเด็ดขาดแล้ว นั่นเป็นอิสระแท้ ใจอิสระ ถึงธาตุขั้นนี้จะมีการเจ็บไข้ได้ป่วยตรงไหนก็ตาม ก็ทราบชัดๆ ว่านี่เป็นเรื่องของธาตุ ใจไม่มาเกี่ยวข้องกังวลให้เกิดความเดือดร้อนภายในตัวเองขึ้นอีกทีหนึ่ง

คือตามธรรมดาทุกๆ ไป กายได้รับความลำบากใจต้องลำบากไปตามกัน กายเป็นทุกข์ ใจก็เป็นทุกข์ แต่นี้กลับกัน กายเป็นสุขกายเป็นทุกข์ ใจไม่ได้รับเสวยด้วย กายก็ทราบว่ากาย เวทนาคือความสุข ทุกข์ เฉยๆ ที่แฝงอยู่กับกายก็ทราบว่าเวทนา ไม่คละเคล้ากัน ท่านเรียกว่าชำระได้โดยเด็ดขาด เป็นจิตที่มีอิสระเสรีเต็มที่ ไม่มีการระวังกลัวอะไรจะมาแทรกซึมจิต

ดวงนั้น เห็นก็เห็นไปธรรมดา ได้ยินธรรมดา เพราะหมดเชื้อที่จะสืบทอดกันแล้ว เชื้อภายในไม่มี ลิงภายนอกก็ไม่เป็นภัย เหมือนกันกับเตาไฟที่ไม่มีไฟอยู่ข้างใน ไล่ฟืนเข้าไปเท่าไรก็เป็นกอง ฟืนอยู่เท่านั้น ไม่ปรากฏเป็นไฟขึ้นมา แต่ถ้ามีเชื้อไฟอยู่ที่นั่นไม่ได้ ต้องแสดงเปลวขึ้นมาทันที เชื้อของจิตก็เป็นอย่างนั้นเหมือนกัน พบทางรูปทางเสียงทางกลิ่นทางรสต้องแสดงความกำริบออกมาในทางดีใจเสียใจปิดไม่อยู่ แต่ถ้าเชื้อภายในนั้นหมดจริงๆ แล้ว รูปก็แล้ว เสียงก็แล้ว กลิ่นก็แล้ว ไม่มีสิ่งใดไปเป็นภัยต่อใจดวงที่เป็นอิสระและไม่ซบเซากับสิ่งใดนั้นอีกต่อไป

ถ้าพูดถึงเรื่องความสุขก็เป็นสุข ไม่ต้องการจะเอาอะไรมาเพิ่มเติมส่งเสริมอีกแล้ว นี่ละ วิชาธรรมะของพระพุทธเจ้าเป็นวิชาที่วิเศษ สามารถค้นพบในหลักความจริงที่มีอยู่ในตัว ฝ่าย ธาตุชั้นก็ทราบชัดว่าเป็นธาตุชั้น ธาตุจิตก็ทราบชัดว่าเป็นจิต ส่วนไหนเป็นกิเลสต้นหาอาสวะ ซึ่งเป็นเครื่องผูกมัดตรึงจิตใจของตน กตถ่างจิตใจให้ได้รับความทุกข์ความทรมานมาน้อย มานานแสนนาน ก็ทราบชัดและถอดถอนกันได้ด้วยวิชาธรรมะนี้ ฉะนั้นธรรมะจึงเป็นของเยี่ยม ยอด ไม่มีการจะลดหย่อนผ่อนผลลงไป มีคุณสมบัติอย่างเต็มเปี่ยมอยู่เช่นนั้นตลอดไป และไม่ เป็นภัยต่อผู้ใดเลย นับแต่เด็กที่รู้เพียงสภาวะนำธรรมะไปปฏิบัติก็ได้ผลตามขั้นภูมิของตน เป็นฆราวาสก็นำไปปฏิบัติได้ตามเพศของตัว วัยของตัว ถ้าเป็นพระก็รู้แล้วว่าหน้าที่ปฏิบัติ ธรรมะโดยตรง

นี่ความสุขถ้าได้เจออันนั้นแล้วก็ไม่ทราบจะไปหาที่ไหนอีก คาดว่าที่นั่นน่าสบาย ที่นั่นน่า สบาย เรื่องความคาดหวังก็คือความต้องการ สิ่งที่มีอยู่ในตัวนั้นไม่พอกับความต้องการ คิดว่าทางนี้ จะมีเพิ่มบ้าง ทางนั้นจะมีเพิ่มบ้าง หรือภายในตัวไม่มี เข้าใจว่าทางโน้นจะมีความสุข ทางนี้จะมี ความสุข จึงทำให้ใจของเราแสอยู่ตลอดเวลา แส่สายหาเรื่องราว แทนที่จะเป็นสุขกลับเป็น ทุกข์ไปแล้ว แทนที่จะเป็นตั้งใจคาดหมายไว้ กลับเป็นอย่างอื่น ทุกข์เดือดร้อน ใจตัวโกหกนี้มัน สำคัญ หลอกหลวงอยู่เรื่อย

การปฏิบัติภาวนาจึงเป็นวิชาหรือวิธีที่จะรู้เรื่องความโกหกของตนได้ดี อุบายต่างๆ ที่ ท่านสอนไว้นั้น เป็นอุบายวิธีที่จะเข้าถึงความจริงคือจิตแท้ทั้งนั้น ใจสบายอยู่ที่ไหนก็สบายหมด จะร้อนจะหนาว จะอดจะอึด บกพร่องสมบูรณ์ มันเป็นเรื่องของแต่ละอย่างๆ ที่จำต้องสัมผัส กัน ต้องรับรู้ เพราะโลกอันนี้เต็มไปด้วยสิ่งเหล่านั้น จะไม่ให้มีเหล่านี้ได้ยังไง ท่านจึงเรียกว่า โลกอนิจจัง เราเรียนธรรมะเพื่อให้รู้ความจริงของหลักทั้งสามประการนี้แล้วก็สบาย

อนิจจังข้างนอกก็มีข้างในก็มี ทัวทั้งโลกธาตุนับแต่ตัวของเราก็คงไป มันเหมือนกันหมด ทุกข์ อนัตตา มีสภาพอันเดียวกัน เรียนให้รู้เห็นตามหลักความจริงแล้ว มันก็หมดความ ตื่นเต้น สบาย จิตนี้เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงความรู้สึกของตนได้ด้วยการตัดแปลง กระทั่ง เปลี่ยนไปเรื่อยๆ เมื่อไม่ลดละการตัดแปลง เปลี่ยนขึ้นสู่ความสูงเสมอไป วันนีเห็นเทศน์เพียงเท่านี้ ก็เห็นว่าพอสมควร ก็เห็นอกเห็นใจท่านผู้มา รู้สึกเหนื่อยแ่แล้ววันนี้ ขอยุติเพียงเท่านี้

รับชมรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และทางสถานีวิทยุเสียงธรรม *Fm103.25Mhz* พร้อมเครือข่ายทั่วประเทศ