

เทศน์เช้า วันที่ ๕ มกราคม ๒๕๕๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

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

วันนี้วันพระ เห็นไหม วันพระ วันโกน เราจะเตรียมตัวเพื่อทำบุญกุศลกัน ทำบุญกุศลเพื่อรักษาใจเรา สิ่งใดจะประเสริฐขนาดไหน ถ้ายังมีความรู้สึกนึกคิดของเราอยู่ ยังมีชีวิตอยู่ เราจะมีโอกาสแก้ไขในชีวิตของเรา ถ้าเรามีโอกาสแก้ไขในชีวิตของเรา เราเกิดมาเป็นชาวพุทธพบพระพุทธศาสนา พุทธศาสนาสอนถึงต้นเหตุ ต้นเหตุคือใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน

ใจเป็นใหญ่ เห็นไหม เกิดเพราะมีปฏิสนธิจิตถึงเกิดมาเป็นเรา พอเกิดเป็นเรามันมีหน้าที่หน้าที่ของความเป็นมนุษย์ หน้าที่ของความเป็นเทวดา หน้าที่ของการเป็นเทวดา อินทร์ พรหม หน้าที่ของเขา เขาเกิดภพชาติใด เราเกิดเป็นมนุษย์ มนุษย์เป็นสัตว์สังคม เราอยู่ในสังคม สังคมต้องมีการกระทบกระทั่งกันเป็นธรรมดา การกระทบกระทั่งกันเป็นธรรมดาเพราะอะไร เพราะคนเราทุกข์ คนมีความรู้สึกนึกคิด เพราะความรู้สึกนึกคิดของคนมันไม่เหมือนกัน ถ้าความรู้สึกนึกคิดของคนไม่เหมือนกัน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงบัญญัติศีล สมาธิ ปัญญา

ศีล ต้องมีความรู้สึกเป็นปกติของใจ ถ้ามีศีลเราจะไม่ก้าวล่วงขอบรู้ความรู้สึกนึกคิดของเรา ความรู้สึกนึกคิดมันคุมไม่ได้นะ สิ่งทีความรู้สึกนึกคิดมันคุมไม่ได้เพราะอะไร เพราะว่ามันมีกิเลสต้นหาคความทะยานอยากเป็นตัวขับเคลื่อน กิเลสต้นหาคความทะยานอยากเป็นตัวขับเคลื่อน นี่สิ่งนี้เวลามันเกิดผลกระทบแล้วมันจะรุนแรง แต่ถ้าเรามีศีลเป็นความปกติของใจ เราฝึกฝนของเรา สิ่งใดจะเกิดขึ้น สิ่งใดเกิดขึ้นเราก็มีสติปัญญา มีสติปัญญารักษาสิ่งนี้ไว้ เพราะสิ่งนี้ถ้าเกิดขึ้นแล้ว ทำสิ่งใดมีความสะใจไปแล้วมันเกิดบุญกุศล เกิดบาปอกุศล

นี่การทำคุณงามความดี เห็นไหม เราปรารถนาดีสิ่งใด เราทำคุณงามความดีเพื่อเรา แต่ถ้าเรามีความขัดข้องหมองใจสิ่งใด สิ่งนั้นเป็นความไม่พอใจของเรา เราทำสิ่งใดไปสมความปรารถนาของเรา สมความอยากของเรา แต่มันเกิดเวรเกิดกรรม เกิดเวรเกิดกรรมสิ่งนี้น้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเห็นตรงนี้เป็นรากฐาน ถ้าตรงนี้เป็นรากฐาน มันถึงเป็นจริตเป็นนิสัย คนเรา

ถึงมีความรู้สึกนึกคิดไม่เหมือนกัน คนเรามีความรู้สึกนึกคิดไม่เหมือนกันเพราะมันบ่มเพาะมาแตกต่างกัน พอบ่มเพาะมาแตกต่างกัน แต่มันมีความทับซ้อนไปเรื่องของบุญของบาป

เรื่องของบุญของบาป เห็นไหม ใครทำบุญกุศลเป็นครั้งเป็นคราวขึ้นมา เขาจะเกิดในสถานะที่มีอำนาจวาสนา แต่ในเมื่อจิตใจของเขาฝึกมาอย่างนั้น คนที่มีอำนาจวาสนา เกิดมามีศรีสุข แต่ความรู้สึกนึกคิดของเขา คนที่เกิดมามีศรีสุข แต่มีบุญกุศลแล้วทำคุณงามความดีของเขา มันจะเป็นประโยชน์กับเขาด้วย เป็นประโยชน์กับโลกด้วย คนเราจะจิตใจที่ได้บ่มเพาะมาในทางที่บาปอกุศล เกิดมามีสถานะเพราะเขาเคยทำบุญของเขาเหมือนกัน เขาเกิดสถานะที่มีอำนาจวาสนาของเขา เขาได้ทำลายใจ ทำลายคน ทำลายทุกๆ อย่าง ทำลายสังคม

นี่มันทับซ้อนมา ทับซ้อนมาจากความรู้สึกนึกคิดของเขาอันหนึ่ง แล้วอำนาจวาสนาของเขาที่เขาสร้างมานี้ อีกอันหนึ่ง แล้วเราเกิดมาแล้ว คนก็ปรารถนาคุณงามความดี ปรารถนาคุณงามความดีเพื่อความสงบระงับในใจของเรา เรามองไปในสังคม สังคมทับซ้อนกัน สังคมทับซ้อนกับชีวิตของเรา สังคมเกิดจากมนุษย์นี้แหละ มนุษย์มีจำนวนมากขึ้น มันก็มีเป็นสังคม เป็นกระแสสังคมขึ้นมา ถ้าสังคมขึ้นมา นี่ความเชื่อถือสิ่งต่างๆ ก็คล้อยตามกันไป แต่ถ้าเรามีสติปัญญาของเรา เรามีสติปัญญาของเรา เราก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคมนั้นแหละ

ในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าอยู่ในโลกโดยไม่ติดโลก อยู่ในโลกเห็นไหม เราอยู่ในโลกนี้แหละ แต่เราไม่ทุกข์ยากไปกับเขา นี่เราเห็นนะ ถ้าคนมีสติปัญญาเห็นแล้วมันสังเวชนะ นี่ธรรมสังเวช คำว่า “ธรรมสังเวช” เห็นแล้วมันสะท้อนใจใจ เห็นสิ่งใดที่เกิดขึ้น เราแก้ไขสิ่งนั้นไม่ได้ เราแก้ไขสิ่งนั้นไม่ได้เพราะมันอยู่นอกอำนาจการควบคุมของเรา มันอยู่นอกอำนาจการควบคุมของเรานะ ถ้าอยู่นอกอำนาจการควบคุมของเรา จิตใจเราจะฟู จิตใจเราจะแฟบไหม จิตใจเราจะมีอาการกระทบกระเทือนไหม? มี จิตใจเรามีอยู่แล้ว แต่เราแก้ไขสิ่งนั้นไม่ได้ แก้ไขสิ่งนั้นไม่ได้

โลกนี้เป็นอนิจจัง อนิจจังมันแปรสภาพของมันไปตลอดเวลา เราเห็นสภาพของสังคมนี้นะ แก้ไขสิ่งนั้นไม่ได้ แต่เราแก้ไขใจเราได้ไง ถ้าเราแก้ไขใจเราได้ คนที่เห็นสภาพสังคมเหมือนกัน คนหนึ่งแบกรับสังคมทุกข์ยากไปกับเขา มีความสะท้อนใจ มีความเศร้าสร้อยหงอยเหงาไปกับเขา คนหนึ่งนะมันก็มีความสะท้อนใจเหมือนกัน แต่มันธรรมสังเวชไง มันสังเวช สังเวชว่านี่มันเป็นเวรเป็นกรรมของสัตว์ สัตว์โลกมันสร้างมาแบบนั้น มันเป็นเวรเป็นกรรม เราก็เป็นสัตว์ตัวหนึ่ง

เราก็ออยู่ในสังคมนี้อยู่แหละ นี่เราก็อย้อนกลับมา เห็นแล้วมันจะย้อนกลับไปทีละกรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เราก็อทำคุณงามความดีของเราเหมือนกัน เราถึงเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือนกัน แต่ทำไมเรามาอยู่ในสังคมแบบนี้ละ

สังคมแบบนี้มันสภาพกรรม กรรมที่เกิดสภาวะแบบนี้เราก็อมีคุณงามความดีของเรา มีสติปัญญาของเรา ถ้าเรามีสติปัญญาของเรา มันสะท้อนใจ สะท้อนใจทั้งนั้นแหละ ในเมื่อมันมีความกระทบกระทั่งกันมันถึงได้มีความรู้สึก แต่ความรู้สึกอันหนึ่ง ความรู้สึกเป็นความสะใจ ความรู้สึกเป็นความน้อยเนื้อต่ำใจ ความรู้สึกเป็นความทุกข์ อย่างของเรามีความรู้สึกอันหนึ่งมันสะท้อนใจเหมือนกัน สะท้อนใจให้เรามีสติปัญญา มันสะท้อนใจให้หัวใจนี้สั่นไหวใจ ถ้าหัวใจสั่นไหวเราจะหาทางออกอย่างไร เราจะหาทางออกอย่างไร

ชีวิตนี้มีการพลัดพรากเป็นที่สุด คนที่สะท้อนใจในความทุกข์ยากก็ต้องตายไปเหมือนกัน คนที่สะท้อนใจแล้วมันเป็นกรรมสังเวชมันก็ต้องตายไปเหมือนกัน ทุกคนต้องตายไปเหมือนกัน แต่ตายไปจะมีสิ่งใดตกผลึกในหัวใจไปละ ถ้ามีสิ่งใดตกผลึกไปในหัวใจ คุณงามความดีมันตกผลึกในหัวใจไป

ใจดวงนั้น ถึงเราจะต้องเดินทาง นี่เราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาเป็นคน จิตนี้ไม่เคยตาย เวียนตายเวียนเกิดทุกคนต้องเดินทางเหมือนกัน จิตนี้ต้องเดินทางเหมือนกัน จิตนี้เป็นนักท่องเที่ยวท่องเที่ยวในวัฏฏะ มันต้องเวียนตายเวียนเกิดไปเหมือนกัน แต่ไปเหมือนกันโดยที่คนที่พร้อมไปที่จะเดินทาง คนที่มีความสะใจ คนที่ช่วยตัวเองไม่ได้มันก็เวียนไป เหมือนกับฝุ่น เห็นไหม ดุสิตม พัดไปมันไปตามกระแสของลม แต่สิ่งใดถ้าเราเป็นฝุ่นเหมือนกัน เราก็อเป็นฝุ่นเหมือนกัน แต่เรามีพื้นที่เกาะ เรามีพื้นที่หลบหลบหลบต่างๆ เราอยู่กับที่ของเรา

นี่มันต้องเดินทางเหมือนกัน จิตนี้ต้องเดินทางเหมือนกัน แต่เดินทางด้วยกรรมสังเวชเดินทางด้วยบุญกุศล เดินทางด้วยกรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันสะท้อนใจมันจะย้อนกลับมาที่นี้ไง มันย้อนกลับมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ นี้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เกิดเป็นมนุษย์เหมือนกัน ก็ทุกข์ยากมาเหมือนกัน

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นเจ้าชายสิทธัตถะออกบวช เห็นไหม นี่ในเมื่อราชกุมารเกิดแล้วละล้าละลัง คนเป็นพ่อ คนเป็นพ่อมันก็มีความผูกพันเป็นธรรมดา ถ้าคนเป็นพ่อมีความผูกพันเป็นธรรมดา คนต้องพลัดพรากไปโดยที่ยังไม่เห็นหน้าลูกเลย ต้องไปๆ ไปเพราะ

อะไร เพราะเข้าไปไม่ได้ เข้าไปแล้วมันจะไม่มีโอกาสไป มันจะยึดมั่นถือมั่นในสังคมนั้นๆ ต้องเสียดสละไป ความเสียดสละไปนี่ละล้าละลังไหม

คนเราไปข้างหน้ายังไม่รู้จะไปเจอสิ่งใดเลย เพราะจะไปแสวงหาโมกขธรรม แล้วนี่ไปแสวงหาอยู่ ๖ ปี ความผูกพันของใจมันต้องสลัดให้ได้หมด เพราะใจมันต้องทำใจเข้ามาให้เป็นสัมมาสมาธิ ทำใจให้ตั้งมั่นโดยไม่เกาะเกี่ยวกับสิ่งใด แล้วค้นคว้าในใจของตัวเอง เห็นไหม

แม้แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เกิดเป็นมนุษย์เหมือนกัน ก็ได้รับผลกระทบมาเหมือนกัน แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพยายามแสวงหาทางออก เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างสมบุญญานุการมา สร้างสมบุญญานุการมาเป็นพระโพธิสัตว์ เวลาบุญเพนิวาสนาสติญาณย้อนอดีตชาติไป ตั้งแต่พระเวสสันดรไปได้สร้างอะไรมาบ้าง นี่ทำคุณงามความดีมาไง แล้วเรานี้เราว่าเราได้ทำคุณงามความดีมาไหม เราก็ต้องได้ทำคุณงามความดีของเรา มา ถ้าไม่ได้ทำคุณงามความดีของเรา เราไม่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์หรอก

เพราะจิตมันเกิดตลอดเวลา จิตเป็นนักท่องเที่ยว มันเวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏะ มันเกิดของมันตามแต่อำนาจวาสนาของเขา ในเมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์เหมือนกัน ยังมีอำนาจวาสนา ยังมีความรู้สึกนึกคิดไม่เท่ากัน มันทุกข์นี้มันทุกข์ตรงนี้ สังคมมันวุ่นวายวุ่นวายตรงนี้ ความวุ่นวายเพราะความรู้สึกนึกคิดคนไม่เหมือนกัน ความรู้สึกคนไม่เหมือนกันมันก็แล้วแต่ ถ้าคนมีทิฐิมานะมากเขาก็มีเล่ห์กลของเขา

คำว่าเล่ห์กลของเขา มันเกิดมาจากเขาทำสิ่งใดมา เขาก็สร้างเวรสร้างกรรมของเขาต่อไป แต่เราทำหน้าที่การงานเหมือนกัน คนเราเวลาปัจจัย ๔ เครื่องอาศัยก็ใช้เหมือนกันนี่แหละ แต่คนใช้ด้วยความประหยัคมัธยัสถ์ ใช้ด้วยมีสติปัญญา กับคนใช้ด้วยความสะเพร่า คนใช้ด้วยความฟุ่มเฟือย นี่เราหาเงินมาด้วยกัน คนทำงานมาด้วยกัน เงินเดือนออกเท่ากัน บางคนพอใช้ ทำไมบางคนไม่พอใช้ ไม่พอใช้เพราะเหตุใดละ เพราะเขาใช้ฟุ่มเฟือยของเขา เขาใช้โดยไม่มีสติปัญญาของเขา บางคนมันใช้สอยแล้วยังมีเหลือออกมาของเขาอีก เพราะอะไร เพราะเขารู้จักประหยัคมัธยัสถ์ของเขา

แล้วเขาบอก “คนประหยัคมัธยัสถ์ คนนั้นเขาไม่ได้ใช้ชีวิตแบบเรา เขาไม่มีความสุขเหมือนเรา” มีความสุขเหมือนเรา แล้วในหัวใจมันวิตกกังวลขนาดไหนละ คนที่เขารู้จักประหยัค

มรรยัสถ์ของเขา เขามีเหลืออมของเขา จิตใจของเขาสุขสบายของเขา นี่ความสบายของคนสบายตรงไหนละ มันความสบายตรงไหน

นี่ถ้าเรามีสติปัญญา เห็นไหม นี่วันพระ ถ้าวันพระขึ้นมา ถ้าเรามองสังคมแล้วมันสะท้อนเข้ามาใจเรา ถ้าสะท้อนเข้ามาใจเรา มันจะย้อนกลับไปถึงธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่เราเกิดมาเป็นชาวพุทธ บริษัท ๔ ภิกขุ ภิกขุณี อุบาสก อุบาสิกา เราเป็นอุบาสก อุบาสิกาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝากศาสนาไว้ เราก็คือเราเป็นชาวพุทธๆ...ชาวพุทธทะเลียนบ้านชาวพุทธที่มีสิทธิ แต่ถ้าเราสะท้อนของเรา เราจะศึกษาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าเราระลึกผู้มีสติขึ้นมา ทุกอย่างมันก็สงบระงับหมด ถ้าเราฝึกฝนของเรา รักษาใจเรา

ที่ว่าสิ่งที่เป็นทิพย์ๆ เป็นทิพย์คือสติปัญญามันเกิดขึ้นมาในใจเรา มันยับยั้งใจเราได้ละ ถ้ายับยั้งใจเราได้ อะไรจะมีคุณค่ากับสิ่งนี้ละ นี่ทางโลกที่เขาพัฒนากันเพื่ออะไรละ มีศีลธรรม จริยธรรม ประเพณีวัฒนธรรมต่างๆ เขาพัฒนาเพื่อให้คนมีศีลธรรม เพื่อให้คนมีความรู้สึนึกคิดให้คนมีสำนึกที่ดี สังคมจะได้มีความร่มเย็นเป็นสุข นี่เขาลงทุนลงกันขนาดนั้น แล้วเรานี้เราทำของเราแล้ว เราทำตามเนื้อหาสาระของเราเลย เราไม่ต้องให้ใครมาชักนำให้เราไปทำอย่างนั้น ทำอย่างนั้นมันทำเป็นประเพณี ทำเป็นประเพณีๆ คือทำเป็นพิธีให้มันเป็นเหมือนพวงมาลัยที่ร้อยไว้อยู่ในพวงมาลัยนั้นให้มันสวยงามเท่านั้นเอง

นี่สังคมให้ดูแต่รูปแบบ รูปลักษณ์ภายนอกกว่ามีความสงบระงับ แต่ในใจมันเป็นจริงหรือเปล่าละ ในใจมันมีความสงบระงับไหม นั่งอยู่เฉยๆ ใจมันเต้นโครมครามในหัวใจ แต่เราทำของเราเลย เราตั้งสติของเราเลย เรามีสติปัญญาของเรา ถ้าเราหันตัวเราเอง เราก็คือไม่ให้จิตใจเราอ่อนเกินไปนัก เราเห็นคุณค่าของมันแล้ว แล้วถ้าเรากำหนดลมหายใจเข้านี้ทุกพทุ ลมหายใจออกนี้ก็โธ เราดูแลรักษาใจของเรา

ถ้าใจเรามันเป็นจริงขึ้นมา เห็นไหม นี่ที่ว่าเวลาเราสะท้อนใจ เราย้อนกลับมา ย้อนกลับมาสิ่งที่ทำความเป็นจริงของเรา สิ่งนี้มันเป็นตัวอย่างว่าเราเกิดมาเป็นเหยื่อของโลก เราต้องใช้ชีวิตหมดไป เราจะแสวงหาเหยื่อด้วย เพราะเราต้องทำคุณงามความดีของเรา ตัวเราเป็นเหยื่อด้วย แต่นี้เราจะเอาเป็นความจริง เราไม่เป็นเหยื่อ เราจะเอาความจริง เราก็คือตั้งสติของเรา เราภาวนาของเรา

นี่วันพระๆ เราไปกราบพระ พระในบ้าน พระนอกบ้าน พระในบ้านคือพ่อแม่ของเรา แล้วพระนอกบ้าน พระนอกบ้านก็พระอยู่ที่วัด แล้วพระในใจของเราละ แล้วพระในใจของเรา เห็น

โหม พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานเราก็เป็นพระได้ เวลาปฏิบัติขึ้นมา คุณนางวิสาขาเป็นพระโสดาบันๆ นี่ไม่ได้บวชด้วย เป็นพระโสดาบัน พระโสดาบันมันเป็นอริยสงฆ์ในหัวใจใจ ถ้าเรา รักษาที่นี้ เราทำของเราที่นี้ มันจะเป็นประโยชน์กับเราที่นี้ ถ้าเป็นประโยชน์กับเราที่นี้ มันเป็นประโยชน์กับเรา นี่มันเป็นผลประโยชน์กับเราเองนะ เราทำบุญกุศลมันก็เป็นผลประโยชน์กับเรา “ผลประโยชน์ตรงไหน มีแต่เสียสละไปๆ”

เสียสละไปนี่มันเป็นวัตถุ แต่ค่าของน้ำใจ น้ำใจมันได้กระทำของมัน

ของที่มันหมักหมม คุณน้ำเสียเขาต้องรีไซเคิลมัน เพื่อทำให้น้ำสะอาด จิตใจของเรามันสะอาดไหม จิตเดิมแท้นี้ผ่องใส จิตเดิมแท้นี้หมองไปด้วยอุปกิเลส จิตเดิมแท้นี้ผ่องใส แต่มันโดนปกคลุมไปด้วยกิเลสค้นหาความทะยานอยาก แล้วกิเลสค้นหาความทะยานอยากคืออะไร? ก็ความรู้สึกนึกคิดเรานั้นแหละ คือความอุปาทานของเรานั้นแหละ ความหลงในตัวเรานั้นแหละ แล้วรีไซเคิล เราจะทำความสะอาดของมัน

เราเสียสละของเราเพื่อให้มีโอกาส มีโอกาสนะ จิตใจ เห็นไหม น้ำถ้ามันโดนจอกแหนปิดไว้เราจะไม่เห็นน้ำเลย นี่ก็เหมือนกัน จิตใจเราอยู่กับเรา เราไม่ได้ทำอะไร ให้มันแสดงตัวออกมาเลย แต่เราเสียสละขึ้นมา เสียสละ นี่ความรู้สึกมันคัดค้าน มันคัดค้าน มันโต้แย้ง นี่เราจะทำของเรา นี่มันจะเปิดจอกแหนอีกแล้ว แล้วถ้าเปิดจอกแหน เราจะเห็นน้ำของเรา

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจของเราที่มันรู้สึกนึก สิ่งที่เป็นวัตถุๆ เราเสียสละไป แล้วเราได้อะไรขึ้นมาล่ะ? ก็ได้ความโต้แย้งที่มันจะแหวกจอกแหน แหวกความรู้สึกนึกคิดเข้าไปไปสู่น้ำใจของเรา ใจ ถ้าน้ำใจของเรา น้ำอมตะธรรม ถ้าเราเห็นของเรา เห็นน้ำของเราแล้วมันโต้แย้งกันมันมีโอกาส ใจ แต่คนที่เขาไม่สนใจอะไรเลย เขาไม่เห็นน้ำของเขา เขาไม่เห็นความรู้สึกนึกคิดของเขา เขาเห็นแต่ค้นหาความทะยานอยาก ใจ มีแต่ความคิดต่างๆ ที่มันสะสมมา เพราะว่ามันได้ผลประโยชน์ๆ นั้นนะ

นั่นเป็นเรื่องโลกๆ นะ นี่ถ้าทำของเราได้ แล้วถ้าพูดถึงเราจะภavanaของเรา บำเพ็ญตบะธรรม เราไม่ต้องเสียสิ่งใดเลย เวลาเอาจริงเอาจังขึ้นมาแล้วไม่ต้องเสียสละอะไรเลย เสียสละความ สะดวกสบายของเรานิดหน่อยเท่านั้นแหละ คุณนั่งสมาธิ ภavana นี่เจริญกรรม เท่าก้าวไปก้าวมา มีสตินะ มีสติแล้วกำหนดความรู้สึกนะ เพราะเราเดินเอาความรู้สึก เอาความรู้สึกนึกคิดไว้ในอำนาจของเรา เอาจิตของเราไว้ในอำนาจของเรา

นั่งสมาธิเราก็นั่งของเราเนี่ยแหละ กำหนดลมหายใจเข้านี้ก็พุท ลมหายใจออกนี้ก็โธ แล้วใช้ปัญญาอบรมสมาธิ มันมีวัตถุสิ่งใดต้องเสียสละล่ะ? ไม่ต้องเลย แต่กิริยาของเรา เสียสละกิริยา บุญ กิริยาวัตถุ เราอยู่โดยความสะดวกสบายต่างๆ เราเสียสละ เรมานั่งสมาธิ เรามาเดินจงกรม เราไม่ใช่ไปนอนเล่น เราจะไปเดินเพลิดเพลินอะไร เรามาเดินเอาสติควบคุมจิต เอาสติควบคุมจิตเพื่อแสวงหาของเราไง แสวงหาจิตของเราเพื่อประโยชน์กับเราไง

ถ้าประโยชน์กับเราที่นี้ เห็นไหม นี่เวลาเอาจริงเอาจริงขึ้นมามันไม่ต้องมีวัตถุสิ่งใดมาเสียสละเลย เสียสละกิเลส เสียสละความทุกข์ สิ่งมันเป็นความทุกข์ในหัวใจ นี่ขับเคลื่อนมันออกไป ถ้ามันจะขับเคลื่อนออกไปมันต้องมีอริยมรรค มรรคความเป็นจริงของเราขึ้นมา นี่ถ้าเวลามันสลดสังเวชจากความรู้สึกนึกคิด จากความเห็นนะ มันสะท้อนใจ ถ้าสะท้อนใจ ถ้าแสวงหาเข้ามา เข้ามาสู่ธรรมๆ นี่เข้ามาสู่ข้อเท็จจริง แต่ที่เราทำเป็นประเพณีวัฒนธรรมนั้นเขาทำไว้เป็นรูปแบบ

เวลาภาวนากันก็ภาวนาเป็นรูปแบบ แต่ว่าเป็นชาวพุทธเท่านั้นแหละ แต่ถ้าเอาจริงเอาจริงมันเป็นกิริยาของใจ ใจต้องเป็นไป ใจต้องมีความรู้สึกนึกคิด ใจต้องมีสติปัญญา แล้วแก้ไขใจตัวนั้นไง แล้วมันเป็นขึ้นมา เห็นไหม นี่มรรคญาณๆ ญาณหยั่งรู้ ญาณในใจของเรามันเกิดขึ้นมา เกิดขึ้นมาได้อย่างไร อันนี้เป็นประโยชน์กับเรานะ เราแก้ไขกันที่นี้ ทำที่นี้ เราถึงจะเป็นชาวพุทธ ใจ ชาวพุทธโดยข้อเท็จจริง ไม่ใช่ชาวพุทธที่พรา่เพ้อกันไปนั่น ถ้าชาวพุทธตามข้อเท็จจริงมันจะเป็นประโยชน์กับเรา

เกิดมาชาตินี้พบพุทธศาสนา แล้วเราจะได้ เห็นไหม ทำบุญกุศลก็ได้เป็นสมบัติของเราไป ใครมีสติปัญญาก็ได้สติปัญญานั้นไป ใครมีสมาธิก็ได้สมาธินั้นไป แล้วถ้าใครมีปัญญาภาวนามยปัญญาเกิดขึ้น เขาก็มีคุณธรรมในหัวใจของเขานะ เป็นอกุศลธรรม ธรรมแท้ๆ ที่ไปกับใจนี้ เอวัง