

เทศน์เช้า วันที่ ๑๖ เมษายน ๒๕๖๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

ตั้งใจฟังธรรมนะ ธรรมะมันเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป มันซับซ้อน มันซับซ้อนมาตั้งแต่เริ่มต้น เริ่มต้นคนเรามันไขว่คว้าว่าจับต้องสิ่งใดไม่ได้เลย ธรรมะคืออะไร บุญคืออะไร บาปบุญคุณโทษเป็นอย่างไร ไม่มี มือใครยาวสาวได้สาวเอา ใครสาวได้มากน้อยแค่ไหนเป็นของของเรา นั่นไง นั่นเรื่องโลกๆ ไง เพราะคนเราเกิดมามีกายกับใจๆ ไซ้ไหม เรามีร่างกาย โดยธรรมชาติเวลาพระบวชมาแล้วนะ ถ้าใครเร่งความเพียร อดนอนผ่อนอาหาร พระที่เขาไม่เห็นด้วยเขาบอกเลยเฮ้ย! ไอ้พวกนี้มันเห็นผิดธรรมชาติ ธรรมชาติของมนุษย์มันต้องกินอาหารทั้งนั้นนะ ธรรมชาติของมนุษย์ขาดอาหารได้อย่างไร ถ้าขาดอาหารแสดงว่าไอ้ความเห็นผิดๆ ไง

เวลาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่ได้ตรัสรู้ธรรม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็คิดว่าพยายามจะตรัสรู้ให้ได้ๆ อดอาหาร ๔๕ วัน ขนนี้เน่าหมดเลยนะ รุขุมขนมันเน่า ขนมันหลุดหมดเลย เพราะอะไรล่ะ เพราะอดอาหารเฉยๆ ไง

การอดอาหารเฉยๆ คุณติ ไอ้คนทุกซ์คนจน เด็กขาดสารอาหาร เศรษฐีใจบุญของเขา เขาตั้งมูลนิธิของเขา เขาหาเงินหาทองเพื่อไปบำรุงรักษาไอ้พวกเด็กขาดสารอาหาร หาวัคซีนไปฉีดพวกที่ประเทศด้อยพัฒนาที่เขาไม่มีเงินสามารถซื้อได้ เห็นไหม เขาป้องกันให้ประชากรของเขาให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เศรษฐีใจบุญเขาพยายามแสวงหาช่วยเหลือ อันนั้นมันคืออะไร มันช่วยเหลือร่างกาย ใจ มันช่วยเหลือเรื่องทางโลกๆ ไง

นี่ไง ถ้ามันอดนอนผ่อนอาหาร แล้วอดอาหารแบบเด็กขาดสารอาหาร อดอาหารแบบคนไม่มีจะกิน คนทุกซ์คนยาก ถ้าอดอาหารอย่างนั้นเป็นบุญกุศล พระอรหันต์เต็มเลยนะนั่น พระอรหันต์ก่อนโลก มันไม่ใช่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาอดอาหาร ท่านอดอาหารก็เพราะยังไม่ได้ตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยังไม่มีสติปัญญารอบคอบพอ ท่านถึงได้เตือนไว้ว่าห้ามอดอาหารๆ

คำว่า “อดอาหาร” คนเรานะ ถ้าอดอาหารโดยที่ภูมิมานะ ด้วยความเห็นผิดใช้ใหม่ เราก็อยากจะเป็นพระอรหันต์ ภาวนาก็ไม่เป็น อดอาหาร อดอาหารให้เป็นพระอรหันต์เลย...อดตาย อดตายแบบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยังไม่ได้ตรัสรู้ธรรมไป อดอาหารจนขนเน่า เวลา กลืนลมหายใจนะ เพราะคิดว่าเราเป็นคนดีใช้ใหม่ ถ้าเราจะพ้นจากกิเลสก็ต้องเป็นเราใช้ใหม่ ก็ว่าเราๆ นี่ไง ก็เอาที่กายกับใจๆ กายมันก็เกี่ยวเนื่องกับใจ ถ้าไม่มีหัวใจ ร่างกายนี้ขยับไม่ได้ กายนี้มันเกี่ยวเนื่องกับใจ แต่เราไปมองภาพที่มันจับต้องได้ที่ร่างกายนี้ไง ก็เลยอดอาหารไป กลืนลมหายใจไป สุดท้ายแล้วมันไม่ใช่ทางๆ

แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็สอนไว้ละ ห้ามๆๆ ห้ามคนที่วุฒิกวาระต่ำ ห้ามคนที่คิดไม่เป็น แต่เวลาในบัญญัติที่ต่อมามีบาลีไป ถ้าใครอดอาหารเพื่อเป็นอาวุช เพื่อเป็นอาวุช เพื่อเป็นวิธีการต่อสู้กับกิเลส เรานุญต แต่ถ้าใครอดอาหารแล้วไปเที่ยวโม้वादเขา “คูสิ ฉันทเป็นพระกรรมฐาน อดอาหารมา ๕ วันแล้วนะ โอ๊ย! ฉันทเป็นคนเก่ง” ปรับอบัติทุกกฎ ทุกๆ กิริยาเคลื่อนไหว เพราะवाद ไม่ให้อวดใจ อวดอุตริมนุสสรธรรม ขาดจากความเป็นพระ อวดความเพียร อวดความดี อวดความเก่ง ปรับอบัติหมด

นี่ไง ฉันทนั้น เวลาที่ว่าเขาคอนนอนผ่อนอาหารเพราะอะไร เพราะว่าพระเร่งความเพียรแล้ว เวลาโยมมาปฏิบัติ บ้านแตกสาแหรกขาดมาวัดเพื่อจะมาบำรุงหัวใจของตน แล้วเวลาบำรุงหัวใจของตน ที่เรามาวัดกันก็มาเพื่อค้นคว้าหาหัวใจของตน เวลาค้นคว้าหาหัวใจของตน วิธีการค้นคว้าก็เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา

เวลานั่งสมาธิภาวนาเป็นอย่างไร นั่งสัปหงกนั่นนะ เดินจงกรมก็ตกทางจงกรมนั่นนะ เดินไปก็ตกไปทางนั่นที่ เดินไปก็ตกไปทางนี่ที่ เดินไปก็ลำบากลำบาก นั่งสมาธิมันก็ โอ้โฮ! เมื่อไหร่มันจะได้สักทีๆ นี่ไง เพราะกว่าเราจะเข้าไปขวนขวายหามันได้ใช้ใหม่

แต่เวลาครูบาอาจารย์ท่านบอกเลย ชาติขันธ์ทับจิต ชาติขันธ์ ชาติ ชาติคือความกินคืออยู่ดี การกินคืออยู่ดี พลังงานมันเหลือใช้ใช้ใหม่ พลังงานมันเหลือมาก มันเป็นหน้าที่ของหัวใจที่จะต้องมาผ่อนคลายใช้ใหม่ เวลามันผ่อนคลาย ผ่อนคลายพลังงานนี้ให้จิตเป็นอิสระขึ้นมา มันแสนลำบากไป นี่ไง ชาติขันธ์ ชาติขันธ์ทับจิต ขันธ์คือความคิดใจ ขันธ์ ๕ คือสังขารขันธ์ ความคิด ความปรุง ความแต่งมันก็กดทับจิตไป ชาติขันธ์ทับจิตไป

เวลาครูบาอาจารย์ของเราท่านมีสติปัญญา ท่านหาวิธีการผ่อนคลายมันใจ ของที่มันหนัก ของที่เราแบกไว้หนัก ให้มันเบาลง เพื่อจะให้วางลงได้ ของอะไรที่มันกดทับๆ ชาติขั้นที่ทับจิตใจ เวลาเขาคอนนอนผ่อนอาหาร เขาคอนนอนผ่อนอาหารเพื่อประโยชน์ตรงนี้ ประโยชน์ที่ว่าไม่ให้ชาติขั้นนั้นะ เวลาอดอาหารไปๆ ถ้าคนอดอาหารไปหลายๆ วัน โดยธรรมชาติของร่างกายมันจะดึงพลังงานที่เหลือใช้ ไอ้คนที่ลงพุงเยอะๆ อดอาหารไปเดียวพุงหายหมด พลังงานที่มันดึงออกมาใช้ เหมือนอูฐ อูฐที่มันไม่กินน้ำได้ทั้งวัน พลังงานนอกของมัน มันดึงออกมาใช้ไง

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราอดอาหารบ่อยๆ เข้า มันจะดึงพลังงานในตัวเราออกมาใช้ ถ้าออกมาใช้ๆ ดึงจนหมด พอดึงจนหมด มันเบาไหม ชาติขั้นที่ทับจิตใจๆ พอเวลามันเบาลงๆ พอไปนั่งสมาธิ นะ โธ่! ไอ้ที่ว่าว่างนอนๆ หลวงพ่อ นั่งหลับทุกทีๆ

อดอาหารต่อเนื่องสิ มันหลับไม่ลงหรอก ท้องมันร้องจ๊อกๆ มันจะไปหลับตรงไหน มึงไม่จริงนะสิ มึงลองจริงสิ นี่ไง เวลาคนภาวนา เวลาหลวงตาท่านพูด เวลาท่านเร่งความเพียร เร่งความเพียรของท่านนะ อดนอนผ่อนอาหาร พออดนอนผ่อนอาหาร ภาวนานี้สุดขอดเลย โอ้โฮ! ภาวนานี้จิตมันเบามาก มันก้าวเดินไป

เพราะเรามีเป้าหมายใช่ไหม เราหวังมรรคผลนิพพาน เราหวังพ้นจากทุกข์นะ เราไม่หวังความกินดีอยู่ดี เป็นเศรษฐีให้ใครมานับหน้าถือตา ไม่ใช่ เราต้องการพ้นจากทุกข์ พ้นจากทุกข์ เวลามันภาวนาไปแล้ว การจะพ้นจากทุกข์มันก็ต้องหัวใจเป็นผู้พ้น ที่นี้พอหัวใจเป็นผู้พ้น เวลาเร่งความเพียรไปๆ โอ้โฮ! ภาวนานี้สุดขอดเลย แต่ถ้ามันอดอาหารไปเรื่อยๆ มันตายได้ ถ้าตายได้แล้ว ถ้ายังไม่สิ้นกิเลส ตายไปก็ต้องไปเกิดภพชาติใหม่ มันก็เสียเวลาอีกภพชาติหนึ่งใช่ไหม ฉะนั้น เราต้องใช้ปัญญานะ

อดอาหารมันก็อดอาหารมาเต็มที่แล้ว ภาวนาก็สุดขอดเลย แต่ถ้าเราอดไป ถ้ามันซ็อก มันวูบไปนี่จบเลยนะ ฉะนั้น จะต้องแบ่งเวลาไปบิณฑบาตมาจันบ้าง เพื่อทรงธาตุทรงขั้นนี้ไว้แล้ว เวลาจะไปนะ พรุ่งนี้เช้า คนภาวนาจะรู้ วันนี้อดอาหารมาก็ ๒๔ ชั่วโมง ๒๔ ชั่วโมง ทางของสมณะที่กว้างขวางๆ ใจ แต่คิดว่าร่างกายมันก็ไม่ไหวแล้ว มันเดินจงกรม มันเพื่อยเต็มที่แล้ว ถ้ามันปล่อยไปมันจะหนักหน่วงไปกว่านี้ไง พรุ่งนี้เช้าขึ้นมา เราก็เตรียมบาตรจะไปบิณฑบาตเนาะ นี่ขณะคิดอย่างนี้เนะ นี่ไง ชาติขั้นที่ทับจิตใจๆ ความคิดมันเกิดใจ

พอความคิดมันเกิดขึ้นมา มันต้องให้ปัญญาไต่กันแล้ว จะไปหรือไม่ไป จะไม่ไปหรือจะไป ปัญญามันใคร่ครวญ เพราะมันเสียดาย มันเสียดาย คุณิ นักกีฬาแข่งขัน กีฬาของเราเขาอยู่มหาศาลเลย แต่เราจะมาพักยก อ้อหืม! อ้อหืม! พะวงหน้าพะวงหลัง แต่สุดท้ายก็ไปบิณฑบาต บิณฑบาตมาฉัน พอฉันขึ้นมาแล้วท่านบอกเลยนะ พอกลับมาจะเดินจงกรมให้มันเป็นเหมือนเดิม คือให้จิตใจมันผ่อนคลาย ให้ปัญญามันแกลัวกล้า ให้มันเป็นไป ไม่ไปแล้ว อืม อืมหน้าสำราญ มีความสุข เป็นเรือเกลือ ท่านบอกเป็นเรือเกลือ เห็นไหม นี่ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติมันมีคุณสมบัติแบบนี้

แต่ที่เราทำกันๆ เราทำกันไม่ได้ ถ้าทำกันไม่ได้ พอทำกันไม่ได้ มนุษย์เกิดมามีกายกับใจๆ ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีโลกกับธรรมๆ ใอันนี้มันเป็นเรื่องโลกๆ ทั้งนั้นนะ ความที่เป็นอยู่เป็นเรื่องของโลก เรื่องของความเป็นจริง เรื่องของวิทยาศาสตร์นี้เป็นโลก

ถ้าเรื่องของธรรม เรื่องของธรรมมันเรื่องของภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการภาวนา คุณิ เวลามรรค ๘ มรรค ๘ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาพระสารีบุตรบรรลุนิพพาน ตรัสรู้ธรรมขึ้นมา ยังไม่เชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย เพราะอะไร เพราะมันเป็นสัจจะ เป็นความจริงในใจของพระสารีบุตรไง

นี่ก็เหมือนกัน หัวใจของเรามันทุกข์มันยาก เวลาถ้ามันเป็นจริงขึ้นมาเนะ มันมีภาวนามยปัญญาที่มันเกิดขึ้น มันจะทั้งหมดเลย

เวลาพิจารณาไปๆ เวลาคนพิจารณากาย สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส เวลาพิจารณากายไป เวลาอยู่กับจิตมันแยกออกจากกัน โลกนี้ราบหมด ความราบหมด มันทั้งหมดเลยนะ มันทั้งเลย อปปนาสมาธิ เวลาจิตมันสงบแล้วสักแต่ว่า จิตที่อยู่ในร่างกายนี้มันไม่รับรู้ร่างกายนี้เนะ จิตที่มันอยู่กับร่างกาย

คุณิ คนเราเกิดมา จิตนี้เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ ไปเสวยภพเป็นเทวดา เป็นอินทร์ เป็นพรหม เสวยภพเป็นมนุษย์ไซ้ใหม่ เสวยภพเป็นนรกอเวจี แล้วเวลาเสวยภพเป็นมนุษย์ เวลาหายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โธ เวลาละเอียดเข้าไปๆ จนมันวางหมด จิตใจแท้ๆ อยู่ในร่างกายนี้ มันเป็นอิสระไง มันขาดจากอายตนะ

อายตนะคือตา หู จมูก ลิ้น กาย มีใจเป็นผู้สืบทอด ผู้รับรู้ ความรู้สึกของมนุษย์เป็นอย่างนี้ เวลามันทั้งหมด ตา หู จมูก ลิ้น กาย เพราะอะไร เพราะเวลาอัปนาสมาธินะ เสียงจะดับหมด ทุกอย่างดับหมด

มันมีพระปัจเจกพุทธเจ้าในสมัยพุทธกาลท่านไปเข้าฌานสมาบัติอยู่ในกองฟาง นางสาวมาวดีที่ลงไปเล่นน้ำ เล่นน้ำขึ้นมาแล้วมันหนาว พอหนาวขึ้นมาก็จุดไฟเพื่อจะผิงใจ จุดกองไฟนั้น กองฟางนั้นไปเผาพระปัจเจกพุทธเจ้า เผาไปแล้วนะ นั่งเฉย นี่เวลาเข้าสมาบัติใจ จิตไม่รับรู้ เฉย ทีนี้พอเฉยขึ้นมา อันนั้นมันเป็นความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ แต่พอไปเห็นเข้า โอ้โฮ! เรามาเผาฟางไปถึงพระปัจเจกพุทธเจ้า ถ้าพระปัจเจกพุทธเจ้าตายไป เพราะเป็นอาจารย์ของกษัตริย์ ก้าวโทษกลัวภัย ก็ไปหาพินนะ เอามาทับถมจะเผา จะเผาทำลายหลักฐานไป เผาเท่าไรก็ไม่สะเทือนเลย

นี่ไง เวลาสักแต่ว่า อัปนาสมาธิ เข้าฌานสมาบัติ มันเป็นแบบนั้น ถ้ามันเป็นแบบนั้น คนภาวนาเป็นมันจะรู้ขั้นตอนของมัน รู้ถึงอารมณ์ของมัน รู้ถึงความเป็นไปของจิต ความเป็นไปของจิตอย่างนี้ไง นี่การกระทำ การกระทำของเราเพื่อเหตุนี้

เวลาก่อนวันสงกรานต์ บ้านแตกสาแหรกขาด อยู่บ้านทุกข์นำคุณเลย ไปวัดดีกว่า เออ! ไปวัดเพื่อจะหาความจริงๆ มาถึงวัดแล้ว โอ้โฮ! ถ้ารู้รู้อย่างนี้คุณไม่มาหรอก ทำอะไรไม่ได้เลย

สิ่งที่มาๆ มันสะสมนะ อานาจวาสนาบารมีของคนมันเกิดจากการกระทำนะ เราเสียสละทาน เราให้ทานเพื่ออะไร เพื่อประโยชน์กับสังคม เพื่อประโยชน์กับคนอื่นนะ เกิดจากอะไร เกิดจากน้ำพักน้ำแรงของเรา นี่บารมี นี่พูดถึงบารมี ทำบ่อยครั้ง ทำมากเข้าจนจิตมันเป็นสาธารณะ คำว่า “จิตเป็นสาธารณะ” จิตของเราไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ทำร้ายใคร เราจะทำเพื่อประโยชน์ไง

การภาวนาก็เหมือนกัน การภาวนา ฝึกหัดของเราให้จิตเป็นอิสระให้ได้ อิสระจากอะไร อิสระจากความได้การศึกษา อิสระจากการได้ยินได้ฟังจากครูบาอาจารย์มานั้นนะ ถ้ามันไม่เป็นอิสระ สิ่งทีเวลามันภาวนามันเบื่อมันหน่าย มันไม่ทำ ก็เอาสิ่งนั้นเป็นคติดธรรมมาปลุกเร้าหัวใจของตน เอาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง

แต่เวลาภาวนาไปๆ มันจะสร้างภาพ มันจะอุปาทาน เราต้องวางสิ่งนั้น ต้องให้มันเป็นความจริงของเรา ถ้าเป็นความจริงของเรา มันเส้นผมบังภูเขา ถ้าจิตมันเป็น เอ๊ะ! เอ๊ะ! เอ๊ะ! มัน

คิดไม่ถึงไง แต่เวลาทำมันไม่ใช่คิดไม่ถึง มันสร้างภาพ “มันจะเป็นอย่างนั้น ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัณาสมาธิ มันจะเป็นมรรคเป็นผล” มันรู้หมดแหละ มันสร้างภาพหมดเลย นี่ไง มันเลยไม่ใช่เส้นผมบังภูเขาไง มันเป็นภูเขาทับหัวใจไง มันเลยกลายเป็นภูเขา ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทับหัวใจหมดเลย ทั้งๆ ที่ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะมารื้อสัตว์ขนสัตว์นะ ไอ้นี้จะเอามาทับหัวใจเลย “มันจะเป็นอย่างนั้นๆ” มันก็เป็นจินตมยปัญญา จินตนาการไปทั่ว สติมันไม่สมบูรณ์ มันไม่เป็นความจริงขึ้นมา

ถ้าเราทำความจริงๆ ขึ้นมา เราหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ ให้มันไปตามข้อเท็จจริง จิตดวงหนึ่งบางคราวพิจารณาแล้ว ภาวนาแล้ว ภาวนาได้ง่าย ๕ นาที ๑๐ นาทีสงบก็ได้ บางคราวเป็นชั่วโมงสองชั่วโมงสงบก็ได้ บางคราวไม่สงบเลยก็ได้ จิตดวงหนึ่งมันยังเป็นได้หลากหลายขนาดนี้ แล้วเราปุ่กชนหลากหลายอย่างนี้ จะให้มันเหมือนกัน จะให้มันเป็นอันเดียวกัน ไม่มี ไม่มีหรือ

แต่ถึงมันจะไม่มีก็เป็นเรื่องของคนอื่นใช่ไหม มันเรื่องของสัตว์โลกใช่ไหม เราก็เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะเหมือนกัน เราก็เป็นสัตว์โลกเหมือนกัน ถ้าเป็นสัตว์โลกเหมือนกัน อุตตา หิ อุตตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน เราจะเอาหัวใจของเรา เราจะเอาความจริงของเรา ถ้ามันเป็นความจริงของเราแล้ว ร่มโพธิ์ร่มไทร องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้พระองค์เดียว เทศน์สอน ๓ โลกธาตุ หลวงปู่มั่นท่านบรรลุมรรคองค์เดียว ตรัสรู้ธรรมองค์เดียว เป็นอาจารย์ใหญ่ สังคมไทย สังคมของชาวพุทธ สังคมของกรรมฐานถึงยอมรับนับถือ ยอมรับความเป็นจริงอันนั้น

แต่ถ้าเป็นความจอมปลอม วันนี้กูโกหกอย่างนี้ พรุ่งนี้กูโกหกอย่างอื่น มะรีนต่อไปกูโกหกอีกแล้ว แล้วเอาความโกหกๆ มาเทียบกัน โอ๊ย! นี่มันกะล่อน ใครจะเชื่อ

แต่ความจริงเป็นความจริงวันยังค่ำ จะพูดที่ไหนก็เป็นความจริงไง ความจริงจะพูดในที่ลับที่แจ้ง จะพูดอย่างไรเป็นความจริงตลอด ถ้าความจริงเป็นความจริง แล้วความจริงนี้เป็นสิ่งที่ไม่ตาย ความจริงนี้เป็นอริยสัจ ความจริงนี้เป็นสัจจะไง แล้วเราเองเราก็อยากค้นหาความจริงไง ถ้าค้นหาความจริง เราก็ทำความจริงขึ้นมาให้เป็นความจริงของเราให้ได้

ถ้าเป็นความจริงของเราให้ได้ มันก็ไม่บ้านแตกสาแหรกขาด แล้วก็ไม่มีวัดแตกสาแหรกขาด มันเป็นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์รวมเป็นหนึ่งเดียวในหัวใจนั้น พุทธะ ความรู้สัจของ

เรานี่ ไอ้ที่มันทุกข์มันยากอยู่นี้ ไอ้พุทธะนี่ แล้วเวลามันผ่อนคลาย มันยกขึ้นวิปัสสนา มันเป็นเรื่องนะ เราจะเดินไปไหนก็แล้วแต่ ความรู้สึกอยู่กับเรา เราตายไปไหนก็แล้วแต่ ความรู้สึกนี้มันก็เป็นไป ความรู้สึกนี้มันเป็นเรา บังคับตั้ง สันติภูริโก มันอยู่กับเรา มันเป็นเรื่องจริงตลอดไป ถ้ามันเป็นความจริงอย่างนี้ เราแสวงหาความจริงอย่างนี้ เราถึงต้องฝืนทนไง

ฉะนั้น เวลาเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา มันจะทุกข์มันจะยาก สาธุ มันเป็นเรื่องอำนาจสมาธิของเรา มันเป็นเรื่องเพราะกรรมกรรมของเรา เพียงแต่ว่าเรามีสติปัญญาหรือไม่ ถ้ามีสติปัญญานะ มันจะรักษาสิ่งนี้ไว้ได้ ถ้าไม่มีสติปัญญา “เลิกเถอะ มรรคผลไม่มีแล้ว”

ถ้าทุกข์ยังมีอยู่ ความรู้สึกยังมีอยู่ มีทั้งนั้นนะ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนที่นี้ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ ถ้าที่ไหนยังมีความทุกข์ ถ้าที่ไหนยังมีความรู้สึก ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นประโยชน์ทั้งนั้น เป็นประโยชน์กับผู้รู้ นั่น ไม่ใช่ผู้หลับไหล ผู้หลับไหล ผู้สลบไม่ได้สติอย่างนั้น ธรรมะเข้าไม่ได้หรอก

แต่ผู้ที่จะเข้าถึงธรรมะได้ต้องมีสติสัมปชัญญะ เป็นผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ผู้ที่จะค้นคว้า ผู้ที่จะแสวงหา เราถึงต้องปลุกปลอบหัวใจเราขึ้นมาให้มีสติจะมีความจริงขึ้นมาเพื่อหัวใจของเราเอง ไม่ต้องเชื่อใคร ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กาลามสูตร ไม่ให้เชื่อใครทั้งสิ้น ไม่ให้เชื่อใคร ให้กลับไปทำ ให้กลับไปค้นคว้า นี่ศาสนาพุทธมันยอดเยี่ยมอย่างนี้

ศาสนาอื่นไม่เชื่อ เขามีเจ้าหน้าที่ตำรวจจับนะ ตำรวจศาสนา ดิดคุนนะ ยังมีปัญหาเลย แต่พระพุทธศาสนาไม่มี ไม่มีแล้วยังบอกไม่ให้เชื่ออีกต่างหากด้วย พระพุทธเจ้าสอนไว้เอง กาลามสูตร อย่าให้เชื่อ อย่าเชื่อแม้แต่อาจารย์ของตน ถ้าใครเชื่ออาจารย์ของตน เดียวจะไปหลอกที่บ้าน เอาตั้งค์ อย่าเชื่อ เวลามายบ้าน ไล่มันออกไปเลย พระต้องอยู่วัด ย่อมายบ้าน ถ้าพระไปหาที่บ้าน ไล่เลย ฉะนั้น เราถึงอย่าเชื่อใครทั้งสิ้น ให้เชื่อสติจะ ให้เชื่อความจริงในใจของเรา เอวัง