

เทศน์เช้า วันที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๒

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะนะ ตั้งใจฟังธรรม วันนี้วันสำคัญ วันนี้วันพระ วันพระเรามาทำบุญตักบาตรของเรา เรามาทำบุญตักบาตรของเราเพราะเราเป็นชาวพุทธๆ ไง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แก้วสารพัดนึก แก้วสารพัดนึกนี้เป็นสิ่งจะเป็นความจริง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรม พระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรม เป็นสงฆ์องค์แรกของโลก

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ หมายถึงพระอรหันต์ หมายถึงสิ่งจะความจริงในรัตนตรัยของเรา แต่เรามีศรัทธาความเชื่อในพระพุทธศาสนาเราก็มายวชพระ เวลามายวชพระขึ้นมาเป็นสมมุติสงฆ์ๆ สมมุติสงฆ์มาขัดมาเกลาง

วันนี้วันพระ มาขัดมาเกลามาทำหัวใจของเราให้เป็นสงฆ์ขึ้นมาในหัวใจของเรา ถ้ามันจะเป็นสงฆ์ขึ้นมาในหัวใจของเรา วันพระๆ เวลามันทุกขมันร้อนขึ้นมา พระพุทธศาสนา เวลามนุษย์เกิดมาปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ แล้วความสุขจะหาได้ที่ไหน

เวลาความสุขในพระพุทธศาสนาก็บอกว่าให้ทำความสงบของใจ ถ้าใจสงบระงับแล้วมันไม่มีความเครียด มันไม่มีความวิตกกังวล มันไม่มีสิ่งใดกดถ่วงหัวใจ จะเป็นความสุขๆ นี่ความสุขในพระพุทธศาสนา

แต่เวลาเราเป็นโลก เวลาเป็นโลกเราแข่งขันกันทางโลก การแข่งขันนั้นทำให้โลกเจริญนะ คำว่า “เจริญ” คือแข่งขัน คือการใช้สติปัญญาของเรา เวลาเราทำบุญกุศลขึ้นมาก็มีการแข่งขัน การแข่งขัน แข่งบุญ แข่งอำนาจ แข่งวาสนา ทางโบราณเขาบอกว่าแข่งกันไม่ได้ๆ

เวลาเราแข่งกัน เราแข่งขันกันด้วยสติด้วยปัญญา สติปัญญาขึ้นมาเราก็ฝึกฝนของเราขึ้นมา เราฝึกฝนลับคมของปัญญาให้มันคมกล้าขึ้นมา แต่อำนาจวาสนาของคนไม่เหมือนกัน ถ้าอำนาจวาสนาของคนไม่เหมือนกัน เราจะไปแข่งขันกับเขา เราจะมีอะไรไปแข่งขันกับเขา

แต่ถ้าปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ ถ้าปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์ ในพระพุทธศาสนาสอนให้ทำความสงบใจเข้ามา ถ้าใจสงบเข้ามา เราเกิดเป็นมนุษย์ไฉน มนุษย์เป็นสัตว์สังคม เราอยู่กับสังคม ความดีงามของสังคมๆ เราก็ไม่ไปยุ่งไม่เหยียด ไม่ไปทำให้มันแตกมันแยก ให้สังคมเขาสามัคคีกัน เขารักกัน เขาเป็นความสามัคคีกัน แล้วทำคุณงามความดี ความซื่อสัตย์ก็เป็นนิสัยของคน

ถ้าสังคมที่ไหนเป็นสังคมที่ดีงาม ผู้ที่ยุ่งเหยียดให้มันแตกแยกขึ้นมาเพื่อหวังผลประโยชน์ แต่สังคมใด ชุมชนใดเขาเป็นชุมชนที่สามัคคี เขาเป็นชุมชนที่ดีงาม เขามีการเสียสละกัน เดี่ยวเถอะมันไปยุ่งไปเหยียดนะ ไอ้คนมันอยากดังอยากใหญ่ อยากหน้าใหญ่ มันก็ไปยุ่งไปเหยียดไปทำให้มันแตกแยก แตกแยกไปแล้วนะ พอมันแตกแยกแล้วมันก็เป็นเหยื่อของคนที่ฉลาดที่มายั่วยุเอาประโยชน์ไง นี่ถ้ามันเป็นประโยชน์ๆ ใจ

ถ้าเป็นประโยชน์ขึ้นมา ความเป็นประโยชน์ คุณสี นักเรียนตั้งแต่อนุบาล ตั้งแต่ประถมขึ้นมา เขาก็ฝึกเขาก็หัดใจ ให้มันรู้จักโลกใจ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเป็นสังคม สังคมที่ดีงามๆ โลกนี้ สิ่งในโลกนี้เป็นอนิจจังทั้งสิ้น ประวัติศาสตร์สิ่งที่ดีงามมา สภาวะแวดล้อมที่ดีงามขึ้นมา ในปัจจุบันนี้ก็เพราะมนุษย์มาใช้มา สอย มนุษย์ใช้เป็นการธุรกิจ ธุรกิจอาหาร ๓๐ เปอร์เซ็นต์ของอาหารในห้างนั่นะทั้ง หมาดอายุ ทั้ง ๓๐ เปอร์เซ็นต์ของอาหารนะ อาหารที่ดีๆ ในห้างนั่นนะ พอหมาดอายุ ทั้งๆ ๓๐ เปอร์เซ็นต์ของผลิตภัณฑ์ของโลก ธุรกิจ

แต่ถ้ามันเป็นนะ เดี่ยวนี้เขาคิดได้ เขาพยายามจะตั้งสมาคมต่างๆ ขึ้นมา ออกกฎหมายมาว่าห้ามทิ้งๆ ให้เสียสละให้กับเทศบาล ให้เสียสละกับชุมชนใด ชุมชนใดเขามีคนทุกข์คนจนคนขาดแคลน เขาจะไปเจอจนพวกนั้น นี่เวลาเขาคิด กฎหมายมันมาทีหลังใจ มันมาทีหลังต่อเมื่อเราคิดได้ เราเห็นได้ว่ามันออกกฎหมายมาๆ

นี่ก็เหมือนกัน ธรรมวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ใจ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๖๑ องค์ รวมทั้งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เธอกับเราพ้นจากบ่วงที่เป็นโลกและเป็นทิพย์ เธออย่าไปซ้อนทางกัน โลกนี้เขาเร้าร่อนนัก โลกนี้เขาเร้าร่อนนัก

เวลาเมื่อพระมาบวชมาเรียนขึ้นมาเพราะเห็นความสุข ความสงบ ความระงับในความเป็นจริง แล้วพระที่บวชมา บวชมาเพื่อสังคมโลก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็บัญญัติกฎหมาย

วินัยๆ มันเกิดมา เกิดมาจากพระมีมากขึ้น แล้วพระมีทำความผิดมากขึ้น มาซึ่งดีซึ่งชั่วกัน ใจ ซึ่งดีซึ่งชั่วขึ้นมาก็บัญญัติกฎหมายๆ วินัยๆ ใจ แล้วอนุบัญญัติ บัญญัติแล้วก็ยังแถม แถมก็บัญญัติซ้ำ บัญญัติซ้ำ บัญญัติซ้ำใจ บัญญัติซ้ำขึ้นมา นี่ธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เรามาทำคุณงามความดีกันนะ เราทำคุณงามความดี ทำคุณงามความดีเพื่อเรา

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมนะ สังคมเขาดีงามอย่างไรเราก็เห็นด้วย เราเห็นด้วยกับความดีงานนั้น สังคมเขาจะเป๋ไปมันเรื่องของสังคม เรื่องของชุมชน ถ้าเรามีสติปัญญา คำนวณไว้ในหัวใจ คำนวณไว้ในหัวใจ เราไม่ยุ่งกับเขา เราจะทำคุณงามความดีของเราๆ

เราเป็นมนุษย์มันต้องพึ่งพาอาศัยกัน มันจะอยู่ด้วยตัวคนเดียวไม่ได้ ถ้าอยู่ด้วยตัวคนเดียว เศรษฐกิจพอเพียงๆ เขาพยายามทำให้ตัวเองอยู่ได้ ถ้าตัวเองอยู่ได้ สร้างของเขาขึ้นมา เศรษฐกิจพอเพียงมันต้องพอเพียงจากหัวใจมาก่อน ถ้าหัวใจของคนที่แข็งแรง หัวใจของคนที่ดีงามมันรู้จักประหยักรู้จักมัธยัสถ์ มันไม่วิตกกังวลในเรื่องปัจจัย ๔

เศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียงคือว่าปัจจัย ๔ มันพร้อม แต่เศรษฐกิจมันจะพอเพียงได้มันต้องแผ่นดินธรรมๆ แผ่นดินธรรมคือหัวใจที่เป็นธรรม เราสัจจริง เรามีความเห็นที่ดีงาม

คนเรามันจะดีได้ มันดีได้ทัศนคติก่อน ถ้าทัศนคติก่อน มันทำขึ้นมา มันอดมันทนขึ้นมา มันรู้จักประหยักรู้จักมัธยัสถ์ขึ้นมา นั่นเศรษฐกิจพอเพียง ถ้าเราอยู่ของเราได้ แต่เราอยู่ของเราได้

อย่างไรมันก็เป็นสังคม สังคมที่เขาทุกข์เขายาก คนที่ยืนได้เขาจะมาพึ่งพาอาศัย เวลาพึ่งพาอาศัยเขาช่วยเหลือเจือจานกันไง นี่การช่วยเหลือเจือจานของสังคมไง

แต่เวลาจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มันเป็นปัจเจก ตั้ง เป็นสันติภูมิ โกงนะ สุขความทุกข์ มันของเรานะ

สังคมจะดีงามขนาดไหน สังคมเขาดีงาม เขามีความสุขนะ ในบ้านเรามีแต่ความเดือดร้อน ในบ้านเรานะ มีการไถ่ถามใจกันไม่ได้ คนใกล้ชิดคนใกล้ตัวเราพูดกันไม่รู้เรื่อง แล้วเวลาเรานอนไม่ต้องการคนใกล้ชิดเราเลย หัวใจเราเองเลยมันร้อนมันรน

นี่ไง เวลาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไง สอนสมาธิธรรม ก่อนนอนให้สวดมนต์ทำวัตรเสียก่อน สวดมนต์เสียหน่อยหนึ่ง แล้วก็ถ้ามีเวลาก็นั่งหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ เพราะอะไร เพราะมันจะทบทวนว่าวันนี้ได้ทำอะไรมาบ้าง วันนี้ได้ไปเบียดเบียนใครบ้าง วันนี้ได้ทำความดีไว้ที่ไหนบ้าง วันนี้ เพราะอะไร

พอมันนั่งหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ มันหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ แต่ปาก แต่ความคิดมันคิดไปหมดนะ มันคิดไปเรื่อยแปด ถ้ามีเวลาก็นั่งสมาธิเสียหน่อยหนึ่ง นั่งสมาธิเสียหน่อยหนึ่งเพราะพุทธะไง

วันนี้วันพระๆ เวลาเรากราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เวลาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เวลาหลวงตาท่านบรรลุมรรค ท่านบอกเลย พุทธ ธรรม สงฆ์รวมเป็นหนึ่งเดียวในหัวใจของตน หัวใจเราเป็นทั้งพุทธะ เป็นทั้งสังฆะ เป็นทั้งสังฆะ เป็นอริยทรัพย์ เป็นจากปัจจัยภายใน

เวลาเราสวดมนต์ของเราขึ้นมา เราก็หายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ หายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ มันอยู่ไกลมาก มันอยู่ตั้ง ๒,๐๐๐ กว่าปีตั้งแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นะ พุทธวิสัย ๒,๐๐๐ กว่าปีมาแล้ว

แต่ตอนนี้ ๒๕๖๒ หายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ มันคิดแต่เรื่องไอที เรื่องคอมพิวเตอร์ เดียวนี้มันเจริญ เวลามันคิด

เพราะนั่นมัน ๒,๐๐๐ กว่าปี มันห่างมา ๒,๐๐๐ กว่าปี มันไม่เป็นปัจจุบันเลย เราก็พยายามของเราไป พยายามของเรา หายใจเข้านี้ก็พุท หายใจออกนี้ก็โธ พยายามทำของเราได้มากได้น้อยแค่ไหน แต่ทำแล้วมันได้ยาก ทำได้ยากจริงๆ ทำได้ยากเพราะพระพุทธศาสนาสอนให้เอาชนะตนเอง สอนให้เอาชนะใจของตน

ใครจะสอน ใครจะบังคับขนาดไหน นั่นเพราะเราเข้าสังคมแล้วสังคมนั้นบีบคั้น สังคมมีกติกากฎ เราต้องอยู่ตามนั้น แต่เวลาจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เรายอมรับแล้ว รับศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ เวลาเราจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ศีล สมาธิ ปัญญา

ศีลรับมาแล้วก็เป็นศีล แล้วเวลาปฏิบัติแล้วเป็นศุข เป็นศุขเพราะมันง มันเข้าอะไรไม่ได้เลย เพราะอะไร เพราะรับต่อหน้ามันเป็นกิริยา มันเป็นภายนอก มันเป็นที่เกาะ เพราะเป็นความรู้สึกนึกคิด เวลาจะเอาความจริงขึ้นมา ความรู้สึกของเรามันจะไปเกาะที่ไหน เวลาจะไปเกาะที่ไหนมันก็เกาะที่ความคิดนั้นแหละ ความคิดมันร่อยแปดไป เวลาจะทำให้มันได้มันก็ต้องฝึกหัดๆ มา มันอยู่ที่อำนาจวาสนาของคนด้วย ถ้าอำนาจวาสนาของคนเขาทำได้ง่าย บัว ๔ เหล่า

บัว ๔ เหล่า ถ้าบัว ๔ เหล่า บัวที่ไม่มีอำนาจวาสนามันก็เป็นเหยื่อของเต่า เหยื่อของเต่าก็เหยื่อของธาตุอารมณ์ใจ เหยื่อของความโลภ ความโกรธ ความหลง เวลาความโลภ ความโกรธ ความหลงของเขา เขามีวาสนาของเขา ทำบุญของเขา มา ใ้คนที่ขี้ทุกข์ขี้ยากทำไมมันรำมันรวย ใ้เราเป็นคนดีดี ถือพรหมจรรย์ ขัดสนเชียวใจ

นั่นมันก็เรื่องภายนอก มันเรื่องที่หัวใจดีงาม เวลาคุณไม่ให้ดูที่เปลือกนอก ให้ดูที่ในหัวใจของคน หัวใจของคนที่ดีงาม ความคิดดีงามขึ้นมา ดูสิ คนที่ไม่มีความเครียด คนที่หัวใจปลอดโปร่ง เขาแจ่มใส หน้าตาเขาดีงาม มันเป็นประโยชน์ในหัวใจของเขาไป

จิตที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไม่มีต้นไม่มีปลาย เราเวียนเกิดเวียนตายกันมาร้อยแปดพันเก้า

วิทยาศาสตร์พยายามศึกษาเลย มนุษย์มาจากไหน มนุษย์เกิดมาอย่างไร

แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ เป็นองค์ที่ ๔ พระศรีอริยเมตไตรยมาตรัสรู้
องค์ที่ ๕ สัมพุทธะ พระพุทธเจ้าตั้งแต่บัดนั้นบัดทราย แต่ละภพแต่ละชาติไป

แต่วิทยาศาสตร์พยายามสืบค้น สืบค้นกันเต็มที่แล้ว เพราะวิทยาศาสตร์มันเป็นทฤษฎี เป็นวัตถุที่จะต้องวิจัย ต้องมีเหตุมีผล

แต่เวลาประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาทุกข์มันเหตุผลแท้ๆ เลยนะ เวลากิเลสมันบีบหัวใจนี้
เหตุผลแท้ๆ เลย แล้วหน้าขึ้นอกตรม หน้าขึ้นบาน แต่หัวใจมันอกตรม นี่ไง เหตุผลแท้ๆ เลยนะ
ปัจจัยตัดัง สันทิฏฐิโก เวลาทุกข์นั้นทุกข์ชัดๆ เลย แต่หน้าขึ้นอกตรมไง ทางเปลือกนอก โอ้ย! มี
ความสุขๆ เพราะมันเสียหน้าไม่ได้ไง

แต่เวลาพระเรามักน้อยสันโดษ ใครได้มามากน้อยแค่ไหนจะมักน้อยสันโดษ เพราะอะไร เพราะต้องการรักษาหัวใจของตน หัวใจของตนมันรักษายาก รักษายาก แม้แต่ความรู้สึกนึกคิด มันก็เต็มที่อยู่แล้ว แล้วอะไรมากระทบหูกกระทบตาขึ้นมา แล้วเวลามันคิดไง

เวลาเราอยู่บ้านตาด หลวงตาท่านไม่รับกิจนิมนต์ ท่านไม่ให้มีกิจนิมนต์นะ ถ้ามีกิจนิมนต์ไหนท่านเสียสละไปองค์เดียว ถ้ามันจำเป็นนะ ใครมีบุญคุณต่อท่าน ใครมีบุญคุณต่อวัด ท่านไปองค์เดียว ท่านบอกว่ารักษาพระไว้ เวลาออกไปแล้วมันไปเห็นสีเขียวนๆ แดงๆ ขึ้นมา แล้วเดี๋ยวมันกลับมาดั่งบาตรเสร็จ มันจะเดินจงกรมขึ้นมา ไม่คิดเป็นไปไม่ได้หรอก เวลามันกระทบ

นี่เวลาครูบาอาจารย์ผู้ใหญ่ที่เป็นพระ ท่านสงวน ท่านรักษา สงวนรักษาเพราะอะไร ท่านเห็นโทษของกิเลสในใจของสัตว์โลก ไม่มีใครอาจหาญเข้าไปเผชิญหรอก อู้อู้อู! ลืมตาถ่อ แล้วเข้าไปเผชิญกับโลก แล้วบอกว่าปฏิบัติดี แม้จริงปฏิบัติที่นี่ ไ้อัพวกซี้ตลาด หลบๆ ซ่อนๆ

เขาลาด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้อยู่โคนต้นโพธิ์นะ ใต้ที่ตาเถออยู่กับ
สังคมโลกนั้นนะ นั่นมันเป็นปัญหาสังคม สังคมทุกสังคมมีทั้งดีและเลว สังคมในประวัติศาสตร์
ประวัติศาสตร์ห้าหกพันปีนะ คนที่เป็นคุณงามความดี คนที่สร้างคุณงามความดีไว้ เขาก็มี
ชื่อเสียงของเขา ใต้คนที่ทำชั่วๆ มันก็ชั่วแล้วชั่วเล่า ชั่วอยู่ในหัวใจอันนั้น มันเป็นสัจจะเป็นความ
จริงอยู่ในหัวใจอันนั้น แต่หลบแต่ซ่อนแต่ปิดไว้ เพราะความชั่วเอามาโชว์กันไม่ได้ เอาแต่เปลือก
นอกมาโชว์กัน มันก็ความชั่วในหัวใจทั้งนั้นนะ แล้วเถอ เถอ จะอวดโลก

เป็นไปไม่ได้หรอก ไม่มีใครเห็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กรรณฐาน ๔๐ ห้อง ทำความสงบ ๔๐ วิธีการ เพราะสัตว์โลกเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ มันได้สร้างเวรสร้างกรรมมา แตกต่างกันไป แต่ละคนได้สร้างเวรสร้างกรรมมาไม่เหมือนกัน แล้วเราไม่ต้องไปน้อยเนื้อต่ำใจ ไปตีโพยตีพายกับอะไรทั้งสิ้น ที่เป็นเราๆ อยู่ทุกวันนี้ ทำมาเองทั้งนั้น พอทำมาเองทั้งนั้น เวลามันทุกข์มันยากก็สาธุ ย้อนกลับมาที่ต้นเหตุ ย้อนกลับมาที่ในหัวใจของตน

วันพระๆ พุทธะ ธาตุรู้คือหัวใจของเรา มันจะมีสิ่งใดเกิดขึ้น มีสติปัญญาวางให้ได้ มีสติปัญญาให้อยู่กับปัจจุบันนี้ อะไรที่มันเกิดขึ้นมาแล้ว เราแก้ไขของเรา เราพยายามแก้ไขของเรา ถ้าหัวใจมันยอมรับ แล้วหัวใจมันเห็นความดี มันแก้ไขได้

หัวใจไม่ยอมรับมันตีโพยตีพาย ทุกข์นะ น้ำขุ่นๆ เวลาเดินลงไปใต้น้ำ น้ำมันขุ่นหมดนะ เราไม่เห็นอะไรหรอก ถ้าน้ำมันใส่นะ เราจะรู้เลยว่าข้างตัวเรามันมีสัตว์ร้ายอะไรเข้ามาหรือไม่

นี่ก็เหมือนกัน หัวใจเราถ้ามันปล่อยวาง ถ้ามันยอมรับได้ มันพิจารณาได้ว่าอะไรดี อะไรควร อะไรไม่ควร แล้วจะทำสิ่งใดไม่ทำสิ่งใด มันมีสติปัญญารักษาหัวใจของตน แล้วหัวใจนี้มันก็ไม่ทุกข์ไม่ยากจนเกินไป

แต่ถ้าน้ำมันขุ่นเลย น้ำมันขุ่นนะ เราทำอะไรไม่ได้เพราะน้ำมันขุ่นไง นี่ก็เหมือนกัน อารมณ์มันขุ่นมัวใจ อารมณ์มันมีแต่กดทับหัวใจใจ มันมีแต่ความทุกข์ความยากใจ แล้วก็ตีโพยตีพายเท่าไรน้ำมันก็ยิ่งขุ่นมัวมากขึ้น ขุ่นมัวมากขึ้น เราก็ไม่รู้ไม่เห็นอะไรเลย แล้วเราก็ตีโพยตีพาย ทำดีไม่ได้ดี ทำบุญไม่ได้บุญ

บุญมันลอยมาถึงหน้า บุญนะมันลอยมาอยู่ตักหน้าเราเลย แต่เราไม่รู้จักหยิบใช้ เราไม่รู้จักมันไ้

นี่ไง ไปวัดไปวา วัดวาเขาสอนอะไร สอนตั้งสติใช่ไหม หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโอใช่ไหม นั่นละพยายามทำน้ำที่มันขุ่นมัวให้มันใส ให้มันใส มันเห็นเหตุเห็นผล แล้วมันก็ยอมรับความจริงอันนั้น แล้วมันแก้ไขสิ่งนี้ได้ไง แล้วแก้ไขสิ่งนี้ต้องไปพึ่งใคร เราเป็นหมอดัวเราเอง เราเป็นหมอรักษาหัวใจเราเอง

เราไม่ต้องไปหาหมอ “หมอหายไหม หมอรักษาได้ไหม” หมอยุ่ที่นั่นนะ แต่เราตั้งสติไว้
ธรรมโอสธ เราจะรักษาหัวใจของเรา เราจะดูแลหัวใจของเรา แล้วทำหัวใจของเราให้

ถ้าโดยธรรมชาติโดยปุณฺณทวํไปก็คาคการณํทั้งสิ้น คาคการณํไปหมดเลย จะเป็นอย่าง
นั้นๆ เราก็เป็นมาทั้งสิ้น แล้วเมื่อก่อนบวชใหม่ๆ โอ้โฮ! รุนแรงนะ เอาเต็มที่เลยนะ แต่ไม่ได้อะไร
รุนแรงเป็นพลังงานไปเฉยๆ

แต่พอมันนานเข้าๆ ได้เห็นความผิด ได้เห็นความรุนแรงแต่มันขาดปัญญา ความเข้มข้น
แต่ไม่มีสิ่งใด มันก็ได้ดีอยู่พักหนึ่งแล้วก็เสื่อม เราก็ทำมา เพราะคำว่า “เราทำมา” เราถึงสงสาร
คนที่ฝึกหัด เพราะมันเป็นโลกกับธรรม

โลกคือความรู้สึกนึกคิด วิทยาศาสตร์พูดได้ทุกคนนะ อินเทอร์เน็ต ทฤษฎีอะไรก็พูดได้
ทั้งนั้นนะ แต่หัวใจมันไม่รู้จัก สมาธิเป็นอย่างไรก็ไม่รู้ ความสงบเป็นอย่างไรก็ไม่รู้ ว่างๆ ว่างๆ
ว่างๆ มึงก็อ้างเอาทั้งนั้นนะ มึงสันนิษฐาน เดา มึงสันนิษฐานทั้งนั้นนะ แล้วสันนิษฐานแล้วไม่
เป็นความจริง

ถ้าเป็นความจริง อึป! ไม่พูดเลย จะพูดอย่างไรวะ จะพูดอย่างไร

ไอ้ที่พูดๆ อ้างปากโฆษณาอยู่นั่นนะ สันนิษฐานทั้งนั้นนะ มันมีแต่ชื่อ ไม่มีความจริงหรอก

ถ้าเป็นความจริงๆ เราทำของเรา ถ้าผู้ที่ประพฤติปฏิบัติแล้ว เห็นใจมากนะ เอาชนะหัวใจ
แสนยาก แต่ถ้าเอาชนะได้ โอ้โฮ! โอ้โฮ! เลยนะ นี่ไง พุทฺธะ หัวใจที่มีคุณค่า

หัวใจนี้มีคุณค่ามาก แต่เพราะอวิชชาคือความไม่รู้จักตัวเอง ไม่รู้จักอารมณ์ตัวเอง ไม่
รู้จักน้ำขุ่น น้ำใส แล้วเวลาคิดก็ๆ ทั้งนั้นนะ ถ้าคิดนะถูกหมด ไม่รู้ว่าน้ำขุ่น น้ำเสีย หรือน้ำดี
ถ้าน้ำดี คิดดีไฉ่ คิดแล้วสุขสงบร่มเย็น น้ำเสียคิด คิดแล้วทุกข์แล้วยาก น้ำขุ่น น้ำขุ่น คิดแล้วมัว
เมา มัวเมาทั้งสิ้น

ชีวิตนี้มีการพลัดพรากเป็นที่สุด คนที่เกิดมาแล้วต้องสิ้นชีวิตไปทุกๆ คน เราจะอยู่คำฟ้า
ไซ้ไหม เราไม่รู้จักอะไรเลยหรือ สัจธรรมสอนอย่างนี้ สอนหัวใจของเรา เกิดมาแล้วทำคุณงาม
ความดีของเรา ทำคุณงามความดีของเราเพื่อหัวใจของเรา

ใครจะดีใครจะฉิน หลวงตาท่านพูดประจำ ทำความดีมีแต่คนถากมีแต่คนถาง มีแต่คนยุคนแห่ย์ ถ้าไปชั่วแบบมัน ชั่วไม่ได้เท่ามัน มันชอบ

แล้วเราทำความดีของเราๆ เพราะเราเป็นชาวพุทธ เราเชื่อในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเชื่อคุณธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราพยายามจะประพฤติปฏิบัติ เราพยายามจะควบคุมใจของเราด้วยสติด้วยปัญญาของเรา ให้หัวใจเราทำคุณงามความดีกับเราๆ ชาคินนี้ก็พยายามทำของเรา เพราะชีวิตนี้มีการพลัดพรากเป็นที่สุด มันไม่มีสิ่งใดดีกว่าหัวใจของเรา

เพราะเราเกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอนถึงพุทธะในหัวใจของเรา สมบัติของเรา อัดตะของเรา เวลามันเกิด เวลาตายอยู่กับเรา เราตายเอง เราเกิดเอง เราเอาไปเอง ไม่ต้องให้ใครมาเคาะโลง ไม่ต้องให้ใครมาสั่งมาสอน ไม่ต้องให้ใครมาควบคุมเราจะทำของเรา ทำของเราด้วยหัวใจของเรา ให้เป็นชาวพุทธโดยการกระทำของเรา เป็นลูกศิษย์พระกรรมฐาน เอวัง