

# ไม่อยากเกิด

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มาบ่นอย่างนี้แหละ บ่นว่าทุกข์มากๆ อยากจะพ้นทุกข์ในชาตินี้ พยายามจะหัดภาวนา หัดภาวนามาหลายปี เริ่มต้นใหม่ๆ อยู่อย่างนั้นนะ หัดภาวนามาหลายปี แล้วว่าทำอะไรที่ว่าจะไปได้?

เราก็บอกเขาว่า ตรรกะ... ตรรกะหรือว่าปัญญาอบรมสมาธิ ตรรกะนี้เราปฏิเสชตรรกะก่อนเลย ตรรกะเราปฏิเสชเพราะว่าตรรกะนี้มันไม่ได้ผล แต่เวลาสอนเขาอีกที เราก็สอนตรรกะเขาอีกแหละ ตรรกะปฏิเสชที่แรกหมายถึงว่า เขาพิจารณาไปเลยใจ การพิจารณาไปเลย พิจารณาหายไปเลย พิจารณาไปเลย มันเป็นตรรกะเข้ามา

เราบอก อันนี้มันเป็นตรรกะ ทางจิตวิทยาเขาก็สอนกันอยู่ แล้วถ้าอันนี้เป็นผล มันก็เหมือนกับทางโลกเขา

แต่ถ้าเอาอะไรเรียบง่าย เขาไปหาหลวงปู่ดูเลยมา ถ้าทำตามหลวงปู่ดูเลยมันง่าย เพราะพิจารณาเข้าไปเลย พิจารณาเข้าไปเลยนะ พิจารณาจิต เราบอก “หลวงปู่ดูเลยบอกว่า จิตส่งออกไป คิดออกไปเป็นสมุทัย ต้องหยุดคิด แต่จะหยุดคิดก็ต้องใช้ความคิด”

เราจะใช้ตรรกะใช้ตรรกะทำนองนี้ไง ทำนองว่าตรรกะนี้เป็นตรรกะเข้าไปเพื่อหาเครื่องมือ เป็นปัญญาอบรมสมาธิเข้ามาก่อน แล้วพอจิตมันสงบแล้วเราถึงมีเครื่องมือ เครื่องมือนี้เราถึงเข้าไปค้นคว้าหาใจของเราขึ้นมาให้ได้

เขาบอกว่า เขาอยากจะพ้นทุกข์ชาตินี้ ทุกคนก็ว่าอยากจะพ้นทุกข์ชาตินี้ การว่าอยากจะพ้นทุกข์ชาตินี้ เวลาเราเกิดมานี่ยุ่งมากเลย ทุกข์ใหม่? ความเป็นอยู่ของโลกเราทุกข์มาก มันต้องกระทบกระทั่งเอนกัน ไปหมดเลย นี่ความทุกข์ ทุกคนก็อยากสละออก

เราบอก ทุกข์อันนี้ทุกข์จรมา แต่ในหลักการแล้วทุกข์นั้นะ ในหลักของอริยสัจ ทุกข์คือการเกิดใจ มีสภาวะขึ้นมารับรู้สิ่งต่างๆ ถ้าไม่มีเรา โลกก็หมุนเวียนอยู่อย่างนี้ เขาเป็นทุกข์ร้อนกันไป แต่เพราะไม่มีเราเข้าไปรับรู้ เพราะเราไม่มี เพราะเราไม่ได้เกิดมา แต่เราเกิดมาแล้วสภาวะต่างๆ เราต้องรับรู้เขาไปด้วย เราเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

นี่ที่ว่าถ้าจะไม่เกิด เห็นไหม จะไม่ทุกข์ มันต้องว่าชาติปี ทุกๆ การเกิดเป็นชาตินี้ต้องทำลายภพชาติตรงนั้น ถึงต้องหันกลับมาเรื่องภพภาวนาใจ การเกิดมีใจเกิดก่อน แม้แต่ความคิดใจมันก็เสวยอารมณ์มาเป็นความคิดขึ้นมา เกิดๆ ดับๆ ในใจเรามันเกิดเป็นอารมณ์ เกิดเป็นความผูกมัด เกิดเป็นความสัญญามั่นหมาย มันก็เกิดๆ ดับๆ

แต่เกิดๆ ดับๆ ต่อเมื่อเราเป็นมนุษย์แล้ว มันหมุนเวียนไปธรรมชาติของใจ ใจธรรมชาติเป็นแบบนั้น ใจธรรมชาติ เห็นไหม การศึกษาเล่าเรียนนี้หาวิชาชีพ วิชาชีพวิชาทำงานของเราเพื่อการดำรงชีวิต แต่มันไม่ใช่วิชาชำระกิเลส การศึกษาเล่าเรียนถึงว่าต้องมีศีลธรรมจริยธรรมด้วย

ฉลาด... ถ้าเป็นฉลาดแล้วเห็นแก่ตัว เห็นไหม ความฉลาดนั้นทำลายคนอื่นหมดเลย ความฉลาดต้องเป็นฉลาดแล้วต้องมีคุณงามความดีในความฉลาดนั้น ความฉลาดนั้นถึงเป็นประโยชน์กับโลกเขา โลกมีความฉลาดต้องมีศีลธรรมบังคับไปด้วย ถ้าไม่มีศีลธรรมนะ ความฉลาดนั้นมันก็กว้านมาเพื่อตัวมันเองคนเดียว

นี่ถึงว่าการศึกษามา ศึกษาอย่างนี้ศึกษาเพื่อดำรงชีวิต เพื่อให้ชีวิตนี้ดำรงไปโดยที่ทำไมทุกข์ยากมากนัก นี่ถึงว่าบุญพาเกิด เกิดมาแล้วยังมีบุญพาเกิด บุญพาเกิดนะ แล้วบาปอกุศลพาเกิด เกิดมาเหมือนกัน เพราะภพนี้เป็นภพกลาง เกิดมาจากข้างบนก็ได้ จากข้างบนลงมาคือว่าหมดอายุขัยของเทวดา หมดอายุขัยของการเกิดบนสวรรค์ก็มาเกิดเป็นมนุษย์ หมดอายุขัยนะ หมดอายุขัยจากข้างล่างขึ้นมาเกิดเป็นมนุษย์ มนุษย์นี้เป็นภพกลางเพื่อ! เพื่อจะสะสมคุณงามความดีต่อไป

เขาบอกว่า “มนุษย์นี้เป็นสัมภเวสี”

ไม่ใช่! มนุษย์นี้ไม่ใช่สัมภเวสี มนุษย์นี้เป็นมนุษย์ มนุษย์สมบัติเป็นอริยทรัพย์ เพราะเกิดเป็นมนุษย์แล้วเราสร้างคุณงามความดีก็ได้ เราจะทำความพอใจของเราหรือว่าไปเบียดเบียนคนอื่นก็ได้

นี่ถึงเป็นภพกลางที่ว่าเป็นอิสระ อิสระหมายถึงว่า ถ้าเกิดเป็นเทวดามันก็มีความสุข ความสุขนั้นพลัดพลินไปในความสุขนั้น เกิดในนรกนั้นก็โดนภพของนรกนี้บังคับไว้ ทุกข์แสน ทุกข์ก็อยู่อย่างนั้น เหมือนกับอยู่ในคุก เห็นไหม กฎของคุกก็บังคับอยู่ นี่กฎของสวรรค์ กฎของ นรกบังคับอยู่เป็นอย่างนั้นไป

แต่มนุษย์นี้ให้อิสระเสรีภาพ เราจะแสวงหาความดีหรือความชั่วล่ะ?

เราไม่ได้ว่าชั่ว เราว่าเป็นความพอใจ เราพอใจเรา มันก็เบียดเบียนคนอื่นไป แต่ถ้าเราจะ แสวงหาความที่ไม่เบียดเบียนตน เพราะคิดไม่เอาเปรียบคนอื่น ไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียน ผู้อื่น

นี่ศาสนาเริ่มสอนเข้ามาตรงนี้แล้ว ไม่เบียดเบียนตนก่อน ตนไม่เบียดเบียนเรา ก็คือว่า ความคิดขึ้นมามันมีอาการร้อน มีอาการวูบวาบในหัวใจ มันคิดเบียดเบียนเขา มันละอายแก่ใจ คน ยังมีศีลธรรมอยู่ คิดมากๆ บ่อยๆ เข้าใจมันดำ คิดอย่างไรมันก็คิดออกไปโดยที่ไม่มีความละอาย เลย ทำอะไรก็ได้ นั่นนะศีลธรรมเข้ามาเริ่มต้นตั้งแต่ตรงนี้

ศีลธรรมเริ่มต้นตั้งแต่ตรงนี้เพราะอะไร? เพราะใจเริ่มคิดมันก็เหมือนเกิดเหมือนกัน เกิด เห็นไหม สวรรค์ในอก นรกในใจ สวรรค์ในอกนี่ ความคิดดี-คิดไม่ดีนี่สวรรค์ในอก แล้วถ้ามัน นรกในใจนะ นรก... ถ้ามันคิดดีมันก็มีความสุขไป นรกในหัวใจ มันเป็นขนาดเกิดๆ ดับๆ มันถึง แก่กันได้ที่ปัจจุบันธรรมอันนี้

ถึงว่าการไม่เกิด อยากจะพ้นทุกข์ชาตินี้ เกิดมาถูกต้องแล้ว เพราะพบพระพุทธศาสนา พุทธ ศาสนาหรือศาสนาต่างๆ ลัทธิศาสนาต่างๆ สอนเรื่องมีนรกสวรรค์เหมือนกัน แต่ศาสนาพุทธเรา สอนถึงนิพพานไง สอนถึงว่าสิ่งที่มันเกิดๆ ดับๆ นี่ มันมีทางที่จะไม่เกิดได้ มันมีทางสิ้นสุดได้ มัน สิ้นสุดได้ตรงที่ว่ามันไม่เสวยอารมณ์อีก

เพราะการเสวยอารมณ์นั้นมันไม่รู้สึกตัวมัน ธรรมชาติของใจเสวยอารมณ์ คือว่าขั้นนี้ เวลาเราไม่คิด ไม่มีความคิด เวลาเราคิดขึ้นมาความคิดมาจากไหน? นี่ธรรมชาติของมันเสวย อารมณ์ ศาสนานี้พระพุทธเจ้าเห็นตรงนี้ไง เห็นว่าจิตเสวยขั้น... ขั้น ๕ สัญญา ความคิด ความ ปรุง ความแต่ง เห็นไหม เข้าไปแยกจิตกับขั้น ๕ ออกจากกันเป็นสมาธิธรรม จิตไม่เสวยอารมณ์ จิตนี้ก็เป็นศักยภาพของตัวเอง เป็นสัมมาสมาธิ

สัมมาสมาธินี้ถึงมีเครื่องมือใจ มีสัมมาสมาธิเป็นมัคคอรียสัจจัง สัมมาสมาธิหนึ่งในมรรค ๘ นี้มีสัมมาสมาธิ ต้องมีส่วนประกอบของมรรคขึ้นมา ถึงการงานชอบ จิตเป็นสมาธิแล้วจิตถึงทำงานภายในได้ ถ้าจิตไม่เป็นสมาธิมันไม่หลุดออกไปจากขั้น ๕ มันเสวยขั้นออกมา มันคิดขนาดไหนมันเป็นตรรกะ เป็นวิชาการ เป็นเทคโนโลยีออกมา มันไปข้างนอก

แต่ถ้ามันขาดตรงนี้ สัมมาสมาธิ สมาธิขาดออก มันไม่เสวยขั้น ไม่เสวยอารมณ์ มันก็เป็นสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธิแล้วถึงย้อนกลับเข้าไปพิจารณากายหรือพิจารณาจิตในสติปัญญา ๔ เพราะตัวนี้ตัวเชื่อมใจ มันเน้นลงตรงนี้ๆ ตรงนี้เป็นตัวงาน งานที่ไม่เกิดภพไม่เกิดชาติต่อไป เราว่างานนี้อยู่ที่ไหน? เราทำงานกัน เราพยายามใช้ความคิดใช้จินตนาการเพื่อทำความสงบเข้ามา แล้วที่ว่างานอยู่ที่ไหน?

งานมันก็อยู่ที่ว่าการรื้อภพหรือชาติ เพราะมันคิดที่กายนี้ มันก็จะมาเกิดซ้ำๆ ที่กายนี้ มันคิดที่อารมณ์อันไหนมันก็คิดซ้ำๆ อารมณ์นั้น มันพอใจจะคิดมันก็คิดซ้ำๆ ซากๆ เห็นไหม มันคิดซ้ำๆ ซากๆ เพราะมันไม่รู้สีกตัวมันเอง มันคิดโดยธรรมชาติของมัน มันออกมา

ถึงเป็นสัมมาสมาธิแล้วเรากดเข้าไป เราใช้คำบริกรรม เห็นไหม พุทโธ พุทโธ หรือว่าใช้ตรรกะพิจารณาเห็นความเป็นโทษของมัน ถ้าเราคิดให้มันเป็นความทุกข์ มันก็เป็นความทุกข์ คิดเป็นคิดมันก็คิด ความคิดนี้เป็นความฟุ้งซ่านเป็นสัมมาสมาธิ ตรรกะอันนี้มันจะไล่เข้าไปๆ ไล่เข้าไปจนมันปล่อย

มันปล่อยนี้เป็นหินทับหญ้าไว้ มันปล่อย ปล่อยเพราะมันจนตรอกจนมุม มันไม่ใช่ปล่อยเพราะเห็นโทษ การปล่อยเพราะเห็นโทษต้องวิปัสสนาเข้าไปซ้ำ พอนี้มันปล่อยเข้ามา มันปล่อยเพราะว่ามันจนตรอกจนมุม มันปล่อยเพราะว่ามันเป็นคำบริกรรมหรือว่าสัมมาสมาธินี้ไล่เข้ามา แต่มันต้องวิปัสสนา ยกขึ้นวิปัสสนา นี้มันถึงว่าไม่เกิดไม่ตาย

เขาบอกว่า “เขาอยากจะพ้นทุกข์ชาตินี้ ไม่อยากที่จะเกิดซ้ำเกิดซาก เกิดมาแล้วก็ยังทุกข์อยู่ แต่ทำไปแล้วก็หมุนเวียนไป”

ถึงบอกว่า ใจสิ่งที่ทำอยู่นั้นถูกต้อง เพราะว่ามันเป็นการเริ่มหาค่อน เราจะมีอาหารอะไรขึ้นมา เราต้องหาเครื่องประกอบมาเป็นอาหารใช้ไหม? หากุ้ง หอย ปู ปลา เพื่อจะเอามาประกอบเป็นอาหาร เราไม่มีอะไรเลย เราจะไม่เกิดไม่ตาย เราทำอะไรไม่เกิดไม่ตาย?

เราต้องมีสัมมาสมาธิ เห็นใหม่ งานความเพียรชอบ ชอบในอะไร? ในร่างกายที่มันเกิดๆ ดับๆ กับซ้าอยู่ที่กายนี้ไง เกิดๆ ดับๆ ซ้าอยู่ที่ขั้น ๕ นี้ ขั้น ๕ เป็นความคิด ความปรุง ความแต่ง มันเกิดๆ ดับๆ พร้อมกับตรงนี้ด้วยความไม่รู้

ด้วยความไม่รู้เพราะเป็นความเคยชินหนึ่ง สอง...เป็นเพราะว่าได้เกิดเป็นมนุษย์มีขั้น ๕ หนึ่ง ธาตุ ๔ ขั้น ๕ ในมนุษย์ จิตใจมันได้สภาวะของภพนี้ มันก็ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของมัน เพราะกรรมพาเกิดมา แล้วว่าเป็นของของมัน ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเรา

พอเป็นเรา ใครมาทำอะไรกระทบกระทั่งเรา เราก็ไม่พอใจ คำว่า “เป็นเรา” มันยึดทั้งหมดเลย พอยึดทั้งหมด ยิ่งยึดมั่นก็จะเกิดซ้าเกิดซาก เกิดซ้าเกิดซากเพราะความยึดมั่น จิตมันมีที่อยู่อาศัย ใจ ภูเขาของจิต จิตมีที่อาศัย ต้องระเบิดทำลายภูเขาตัวนี้ ใจ ให้จิตเป็นอิสระตั้งแต่ปัจจุบันนี้

ถ้าจิตเป็นอิสระตั้งแต่ปัจจุบันนี้ การเกิดการตายไม่ต้องพูดถึงเพราะว่ามันเห็นโทษแล้วมันปล่อยวาง การปล่อยวางของใจที่เห็นโทษกับการปล่อยวางของการจนตรอกจนมุม จนตรอกจนมุม เพราะมันไม่มีอำนาจสู้กับธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ว่าคำบริกรรมใด ธรรมฐาน ๔๐ ห้องที่เราบริกรรมเข้าไป มันแพ้ธรรมะมันถึงลดยไปเฉยๆ

แต่วิปัสสนานะ วิปัสสนาในกาย มันแปรสภาพโดยธรรมชาติของมัน ขั้น ๕ ที่เราสวैया อารมณ์อยู่ สวैयाเข้าไปในอารมณ์เรา มันก็แปรสภาพไปธรรมชาติของมัน

## ๑. แปรสภาพ

### ๒. ต้องหาเพิ่มเติมเข้าไปตลอดเวลา ให้ใจมันได้สวैयाอารมณ์มากขึ้นๆ

พอสวैयाมากขึ้น มันก็ทำมากขึ้น มันก็ต้องเหนื่อยมากขึ้น มันแสวงหามากขึ้น การแสวงหา นั้นเป็นทุกข์ การใช้ชีวิตการดำรงด้วยปัจจัย ๔ นั้นเป็นธรรม แต่การแสวงหาจนกองไว้จนท่วม ภูเขา อันนั้นเป็นต้นหาความทะยานอยาก เป็นทุกข์ เห็นใหม่ ความเป็นทุกข์นั้นเพราะความไม่เคย พอเราไม่รู้จักเมืองพอเราถึงแสวงหามาก ความไม่เคยพออันนั้นถึงว่าเป็นทุกข์

นี่ทุกข์เกิดขึ้นจากตรงนั้นจริงๆ แล้วการดำรงชีวิตมันก็แค่อึดเดียวมือเดียว เห็นใหม่ แล้วอย่างเรา ๓ มือเราก็แค่วิวิตของเรา ถ้าเราแค่วิวิต เราอยู่รอดได้ แต่เราก็สะสม การสะสม เห็นใหม่ ถ้าเป็นการเป็นงานเราทำมาแล้วมันมีขึ้นมาโดยธรรมชาติของมัน อันนั้นบุญกุศลนะ

ถึงบอกว่าบุญกุศลพาเกิด คนมีบุญทำอะไรมันก็เจริญรุ่งเรือง คนมีบุญนะ บุญส่งเสริมขึ้น คนมีบาป เห็นไหม ทำอยู่ก็ดูๆ ใดๆ ไปพอดำรงชีวิตได้ แถมยังมีความตกทุกข์ได้ยากไป อันนั้นก็ถึงเวลามันเสวยบาป

บาปบุญนี้เป็นอนิจจัง สิ่งที่เป็นอนิจจังคือว่าเป็นกรรม กรรมนี้แก้ไขได้ เราไม่ใช่ว่าเวลาเราตกทุกข์ได้ยากแล้วเราจะเสวยอย่างนี้ตลอดไป มันถึงคราวที่ถึงตรงนี้มันต้องถึง เช่น ดวงอาทิตย์ขึ้น เห็นไหม ช่วงเช้านี้เป็นช่วงที่ร้อนเย็นมาก กลางวันนี้แดดร้อนมากเลย เราอยู่ช่วงไหน? ตกเย็นขึ้นมาอากาศเริ่ม... เพราะแดดเผาซักร้อนไป ความแดดเผา แดดมันเริ่มจางลง ชีวิตเราก็ช่วงไหนที่มันตรงกับความสุขหรือตรงกับความที่ว่าเราตกทุกข์ได้ยาก

อันนี้ถ้าเรายืนอยู่ในหลักของศาสนา มันยืนอยู่ได้โดยที่หัวใจไม่ไหวไปตามนั้นหนึ่ง สอง... มันทำให้เราไม่คิดให้มีความทุกข์ซ้ำเข้าไปไง คนที่ตกทุกข์ได้ยากต้องอย่าคิดอย่าทำว่าตัวเองทำไมเป็นอย่างนี้? ทำไมเป็นอย่างนี้? ไอ้ตกทุกข์ได้ยากนี้มันก็เป็นถึงตกทุกข์ได้ยาก ทำไมองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นถึงกษัตริย์ ทำไมยอมสละออกมาเพื่อผจญกับทุกข์อยู่ถึง ๖ ปี เพื่ออะไร?

นี่เหตุการณ์ เหตุมันต้องมีเหตุ ถ้าสร้างเหตุขึ้นมาอยู่ในการงาน อยู่ในเหตุของความทุกข์ ความเพียรสร้างสมขึ้นมา มันจะผ่านไปได้อย่างไร “ทุกข์ล่วงพ้นด้วยความเพียร” ด้วยความเพียรจะออกไปจากทุกข์อันนี้ไง ทุกข์นี้เป็นอริยสัจ ทุกข์นี้เป็นความจริงอยู่ แต่ทุกข์นี้มันอยู่ที่เรายึดว่าเราเป็นทุกข์ เรายึดมันถึมันว่าทำไมคนอื่นไม่เป็นเหมือนเรา ทำไมเราเป็น

ความยึดมันถึมันอันนี้เพราะเราไม่เข้าใจ เราศึกษาธรรมมาก็ศึกษามา จะพ้นทุกข์ได้ จะพ้นทุกข์ได้...

ในศาสนาเรานี้ที่ว่าเกิดมาพบพระพุทธศาสนา แล้วโอกาสทองมากนะ โอกาสทองหมายถึงว่า เราศรัทธา เราเชื่อ เราเชื่อแล้วมีการทำไป ถ้ามีเหตุมันถึงจะมีผล นั่งอยู่เฉยๆ มีแต่เรียกร้องหา... เป็นไปไม่ได้

ศาสนาพุทธเราถึงว่า ต้องมีการกระทำไง เห็นไหม จิตแก้จิต ประสบการณ์ตรงแก้ความเห็นของตัว มันถึงว่าใจเห็นอันนั้นบ๊บบันก็ซึ่งใจไปเรื่อยๆ มันก็จะปล่อยวางไปเรื่อย ปล่อยวางไปเรื่อย... ปล่อยวางจนใจนี้ตั้งมันอยู่ในตัวมันเอง แล้วยังวิเคราะห์วิจัยเห็นโทษ ต้องเห็นโทษ

โทษนี่คือวิบัติสณา เกิดวิบัติสณาญาณ เกิดปัญญาญาณ ปัญญาที่ชำระกิเลส คือ สมาธิ ปัญญาถึงมีพร้อมอยู่ แต่มีอยู่ในผู้พระไตรปิฎก เราสร้างขึ้นมาในหัวใจเรา มันจะเกิดขึ้นมาในหัวใจเรานะ

เราเกิดมาถึงว่าบุญกุศลเป็นบุญกุศล นรกสวรรค์เป็นนรกสวรรค์ ตายเกิดตายเกิดมา เราตายเราเกิดมา ทุกดวงใจไม่เคยเกิดชาตินี้ชาติเดียว เคยเกิดในสวรรค์เคยเกิดมา เคยเกิดในนรกเคยเกิดมา แต่จำไม่ได้

แต่มาภาวนาเข้าไปนะ บุญเพนิวาसानุสติญาณ จิตมันจะย้อนกลับไปดูข้อมูลเดิมในก้นบึ้งของหัวใจ ในอวิชชาปจฺจยา สงฺขารา สงฺขารปจฺจยา วิญฺญาณํ เห็นใหม่ ในปฏิจฺจสมุพฺบาทนฺนํ ก้นบึ้งของใจ ในสติญาณความจำเปลือกๆ นี่เป็นภพของมนุษย์ ถ้ามันผ่านทะลุเข้าไป มันจะเห็นตรงนั้น ความเห็นตรงนั้นถึงจะยอมรับกันว่าจิตนี้เกิดตายเกิดตายมา

ในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าไว้ละ เรานั่งอยู่บนกองกระดูก การเกิดการตาย สะสมอยู่ เห็นใหม่ ดินจากกระดูกเรา ดินจากเนื้อหนังเรา มันย่อยสลายลงไปเป็นดิน เราก็นั่งทับอยู่บนเนื้อ บนเอ็น บนกระดูกอันเก่าของเรา แต่เราว่าเป็นของใหม่ตลอด เราไม่รู้สึกตัวเลย ย้อนกลับเข้าไปตรงนั้นมันจะเห็นตรงนี้

ถึงว่าจิตนี้เกิดๆ ตายๆ มาตลอด แล้วเราถึงต้องทำบุญกุศลเพื่อให้จิตดวงนี้เกิดดีขึ้นมาบ้าง เกิดดีขึ้นมา บุญกุศลสร้างสมตรงนี้ สละออกมาจากใจ บุญกุศลต้องเกิดจากใจก่อน ใจนี้คิดสละมันถึงสละได้ พอสละออกมา สิ่งที่เป็นวัตถุนั้นเราสละออกไป ใจที่สละออกไปนั้นใจนั้นได้สะสมลงที่ใจเหมือนกัน

บุญกุศล-บาปอกุศลลงที่ใจหมด กุศล-อกุศลเกิดที่ใจแล้วก็ดับที่ใจ ถึงเวลาภาวนาแล้วข้ามทั้งบุญและบาป บุญนี้เป็นเครื่องดำเนินไป บาปทุกคนอยากปฏิเสธ แต่ทุกคนเคยทำ เคยทำถึงเสวยไป แล้วจะข้ามพ้นไปได้ด้วยความเพียรของเราเอง ความเพียรของผู้ที่พ้นออกไปจากการจงใจ ตั้งใจ

ความจงใจตั้งใจอันนั้น นี่เจตนาสำคัญที่สุด จงใจตั้งใจมันก็ได้ผลมาก สักแต่ว่ามันก็ได้ผลน้อย เห็นใหม่ ใจเปิดกว้างเท่าไรจะได้มากขนาดนั้น ถ้าใจสักแต่ว่าทำไปๆ มันก็ได้สักแต่ว่าทำไปๆ ได้เหมือนกันได้มากได้น้อย แต่เวลาบุญเราอยากได้มากๆ นี่ต้องตั้งใจให้ดีนะ มา... เอวัง