

เทศน์เช้าวันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๗

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

เวลาภิกษุเกิดในป่า ในการประพตปฏิบัติ เกิดในป่า ในที่สงัด เวลาเกิดในป่า เวลาสิ่งใดมันจำเป็นก็ต้องพึ่งพาอาศัย เห็นไหม ปัจจัย ๔ เครื่องอยู่อาศัย เราหาปัจจัย ๔ มาเป็นเครื่องอยู่อาศัย เวลาเราทานอาหารนี้ตักใส่ปาก อาหารนี้ตักใส่ปากเรากินได้หมดเลย เวลาเราฟังธรรม ทำไมเราฟังธรรม เราฟังไม่รู้เรื่องล่ะ เวลาอาหารของใจ อาหารของใจ บางทีใจมันก็ปฏิเสธ ใจมันก็ไม่ยอมรับ ใจ ใจมันไม่ยอมรับอาหารของมัน แต่ใจยอมรับแต่เรื่องของกิเลสใจ เรื่องของกิเลส คือว่าในหัวใจเรานี้มันเป็นที่ว่าเป็นกิเลส

เจ้าชายสิทธัตถะเกิดมาก็กิเลสพาเกิด เราทำคุณงามความดีหรือทำชั่วอกุศลหรือกุศลก็แล้วแต่ มันจะพาเกิดพาตายในวัฏฏะนี้ จิตนี้จะต้องเกิดต้องตายในวัฏฏะนี้ไปตลอด เพราะมันมีอวิชชา มันมีตัวกิเลสอยู่ มันถึงเป็นปากอยู่ในหัวใจใจ กิเลสตัวนี้มันอยู่ในหัวใจ แล้วมันเป็นปาก มันเปิดปาก มันจะกินแต่ความพอใจของมัน มันอ้าปากแล้วมันกิน เห็นไหม กินอารมณ์ กินความพอใจของตัว กินแต่เรื่องของโลก

เวลาเราเกิดเป็นเด็กขึ้นมา เราจะไม่รู้เรื่องของเรา แล้วชีวิตของเรา นี้เกิดเป็นผู้ใหญ่ เกิดเป็นคนแก่ คนเฒ่า เราเห็นลูกหลานของเราขึ้นมา เราก็จะรู้ว่าลูกหลานของเรามันจะประสบชีวิตแบบใด มันต้องประสบชีวิตมาแบบเรานี้ มาแบบเราคือการดำรงชีวิตมันเป็นสภาวะแบบนี้ โลกเป็นแบบนี้ไง มันไม่น่าตื่นเต้นหรรอก เพราะเราเคยเกิดเคยตายมาตลอด เราเคยเกิดเคยตายนะ แล้วเราจะปฏิเสธภพชาตินี้

เจ้าชายสิทธัตถะสร้างบารมี ๑๐ ทศ ตั้งแต่เป็นพระเวสสันดร ย้อนกลับไปนะ สิ่งนี้มันมีอยู่ แล้วก็เราก็ตกตายกันสภาวะแบบนั้น แล้วกิเลสในหัวใจมันต้องกินสภาวะ กินแบบนั้น เห็นไหม

มันกินแต่ความพอใจของมัน แต่มันปฏิเสธเรื่องยา เรื่องสิ่งที่ไปรักษา เห็นใหม่ เรื่องยา เรื่อง
กรรมะ

กรรมะคือความรุ่มเย็นเป็นสุข ความรุ่มเย็นเป็นสุข เรื่องการสละทาน รักษาศีล มันก็ไม่
ยอมทำไง สละทานสิ่งนี้เราหามา ทำไมเราต้องทาน? ถึงต้องทานกับผู้มีศีลใจ ผู้มีศีลผู้มีกรรมใน
หัวใจ เราจะยอมสละสิ่งนั้นให้ คนเหมือนกัน เสมอกัน เราจะให้เขา เราให้ไม่หลงหрок แต่ถ้าผู้ที่ต่ำ
ต้อยกว่าเรา เราให้ขอทานนี้เราให้ได้ แต่ผู้มีศีลไม่เป็นแบบนี้หрок

ผู้มีศีล เห็นใหม่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกเลยว่า ถ้าลูกเราไปประจบคฤหัสถ์
นี่ประทุษร้ายสกุล สกุลของเราไง ศากยบุตร บุตรขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บุตรของ
กษัตริย์ สิ่งที่เป็นกษัตริย์ อย่างนี้มันเป็นเรื่องของศีลของกรรม เราประทุษร้ายไม่ได้ แต่เวลาเราทำ
ของเราขึ้นมา ถ้าเรามีอำนาจ เราห่อหุ้ม เห็นใหม่ เราเป็นพระ เราเป็นเณร เราเป็นผู้ประพฤ
ติปฏิบัติ เรามีอำนาจเหนือเขา เราจะมิกิเลสไปครอบงำเขา ไปเบียดเบียนเขา นั่นนะ สิ่งนั้นก็
สมควร ถึงทำให้เหมือนแผ่นดินไง จิตนี้ให้เหมือนกับแผ่นดิน เขาจะอย่างไรไม่สะเทือนไป สิ่ง
ที่ไม่สะเทือนไป มันถึงจะเริ่มประพฤติปฏิบัติ

การประพฤติปฏิบัติขึ้นมา มันต้องอาศัยสิ่งนี้ ถึงต้องอาศัยสมาธิไง อาศัยสมาธิเพื่อให้จิต
เหมือนแผ่นดิน ถ้าจิตเราไม่เป็นสมาธินะ เวลาอะไรกระทบ มันจะไปตามความรู้สึกอันนั้น ถ้าสิ่ง
ใดไม่พอใจกระทบ มันจะมีความขุ่นข้องหมองใจมาก แต่ถ้ามันต้องการ ต้องการสิ่งที่มัน
ปรารถนา ที่ต้องการ ต้องการอย่างนั้นมันก็จะคาดหมายไปตามสภาวะแบบนั้น จะเป็นจริงไม่เป็น
จริง กิเลสมีส่วนเป็นโลกียกรรม โลกียกรรมคือการคิดความหมายของมัน เราถึงต้องทำความสงบ
ของใจ สิ่งที่ทำให้ความสงบของใจ ให้ใจนี้เหมือนแผ่นดิน เราถึงหาสัปปายะไง

การประพฤติปฏิบัติ เห็นใหม่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ในป่าขึ้นมาก่อน
แล้วค่อยออกมาวางกรรมวินัยไว้ให้เราได้ก้าวเดิน สิ่งที่เราก้าวเดิน แล้วเราศึกษากรรมวินัย แล้วเรา
ก็คาดหมายของเรา เดียวนี้โลกเราเจริญ สิ่งที่เราเจริญแล้วเราต้องปฏิบัติตามความโลกเจริญ...อันนี้
เป็นความคิดของโลกทั้งนั้นนะ เพราะอะไร เพราะเรื่องของโลกเจริญหรือโลกไม่เจริญ หัวใจมันมี
ความเกาะเกี่ยวของใจ ใจนี้มันเป็นความทุกข์ร้อนของใจ มันเกาะเกี่ยวกันไป

ถ้าสิ่งที่เกาะเกี่ยว กรรมวินัยถึงบอกว่าไม่ให้ลुकคลีในหมู่คณะไง สิ่งทีลुकคลีในหมู่คณะ
นี้มันจะนอนใจ สิ่งทีนอนใจ เห็นใหม่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกให้ชุดงค์ไปเหมือน

นอแรด คนเราไปเหมือนนอแรด องค์กรเดียวนะ ไปองค์กรเดียว มันต้องมีความกังวลแน่นอน สิ่งที่เป็นป้าในเขา สิ่งนี้มันจะเกิดขึ้น คนเราอยู่คนเดียวให้ระวังความคิดของตัวเอง ความคิดมันจะคิดไปเรื่อยแปด อยู่ในที่มีคนมันจะเห็นว่าเป็นผี เป็นเปรต เป็นสิ่งต่างๆ มันจะมาทำร้ายเรา นี่กังวลไปอย่างนั้น สิ่งนี้เป็นภัยกับใจใหม่

สิ่งที่เป็นภัยกับใจ มันเศร้าหมอง มันอยู่ในป่า มันทุกข์ร้อนไปของมันตลอดไป แต่ถ้ามันกลัวขึ้นมา สิ่งนี้มันพลิกแพลงขึ้นมาให้มันเป็นการควบคุมใจ ถ้าใจโดนสิ่งนี้ควบคุม ความกลัว พอมันกลัวก็ต้องหาที่พึ่ง หาที่พึ่งในอะไร? ในพุทธโธ ในคำบริกรรม ถ้าในคำบริกรรม ครูบาอาจารย์ถึงว่าให้ไปอยู่ในป่าในเขา ให้ไปอยู่ในที่สงัด ไปที่วิเวก ไปสงัดวิเวกเพื่อค้นหาตัวตนของเราไป ค้นหาตัวตนของเรา

เราเกิดเราตายนะ คนทำบุญมหาศาลเกิดเป็นจักรพรรดิ ถึงได้เกิดเป็นจักรพรรดิ มีนางแก้ว มีขุนคลังแก้ว ทุกอย่างเป็นแก้วหมด เวลาจักรมันเคลื่อนไป จักรพรรดินี้ต้องออกบวช ออกบวชเพื่อให้สมบัติจักรพรรดินี้มันอยู่ต่อไป ผู้ที่จะมาดำรงต่อไปให้เป็นอย่างนั้น แต่ถ้าเป็นกิเลสแล้วมันไม่ยอมไปไง มันคิดในสิ่งนั้น ถ้ามันคิดในสิ่งนั้น จักรนั้นจะไม่เคลื่อนไป สมบัตินั้นจะหยุดช่วงขณะนั้น สิ่งนี้มันเป็นกรรมของมันอยู่ตลอดมา โลกนี้เป็นอย่างนี้ วัฏฏะเป็นอย่างนี้ เราก็ก่เกิดในสภาวะแบบนี้ เราถึงทำของเรา จะเป็นจักรพรรดิไม่เป็นจักรพรรดิ ไม่สำคัญ จะทำบุญกุศลขนาดไหนก็แล้วแต่ มันต้องถึงที่สุด มันต้องการประพฤติปฏิบัติเพื่อให้ใจนี้หลุดพ้น ถ้าใจของเราหลุดพ้นนะ ชีวิตนี้คืออะไร มันจะเข้าใจหมดนะ มันสลัดสังเวช เหมือนกับผู้ใหญ่ดูเด็ก ผู้ใหญ่ผ่านชีวิตมาแล้วดูเด็ก เด็กมันต้องเดินตามเรามาตลอด

นี่ก็เหมือนกัน ครูบาอาจารย์ผู้ที่ปฏิบัติถึงที่สุดแล้ว เห็นไหม ใจดวงนั้นจะเป็นกรรมทั้งหมด แล้วความลำบากในการต่อสู้กับกิเลสมา มันต่อสู้มาขนาดไหน มันก็จะสงวนรักษาสิ่งนี้ไว้ให้สำหรับเราก้าวเดินไป

พระกัศสปะเป็นพระอรหันต์ แต่ก็ยังถือธุดงค์วัตรจนถึงวันตาย จนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “กัศสปะ เธอก็อายุปานเรา กิเลสเธอก็ไม่มีในหัวใจ ทำไมไม่ต้องถือธุดงค์วัตรตลอดมาล่ะ”

พระกัศสปะบอกว่า “ทำไว้ให้อนุชนรุ่นหลัง”

นี่สงวนรักษาไว้ให้พวกเราก้าวเดิน ถ้าเราก้าวเดิน ชรรมะเกิดในที่สังัด ชรรมะเกิดใน
สภาวะแบบนั้น แล้วชรรมะก็เกิดท่ามกลางหัวใจ สิ่งที่อยู่ท่ามกลางหัวใจนะ โลก ในสโมสรต้นนิบาต
ไหนก็แล้วแต่ ทุกดวงใจว่าแห้ว ทุกดวงใจที่เกิดขึ้นมานี้ว่าแห้ว เสร้าหมอง แล้วมันต้องหาที่พึ่งหาที่
อาศัย แล้วก็อาศัยแบบโลกเขาอาศัยกัน พ่อแม่พี่น้องต่างๆ ต้องพยายามจะรักษากัน จะอาศัยกัน
มันอาศัยด้วยอำนาจของกรรม

เราเกิดมานะ เราเกิดมาด้วยกระแสของกรรม เราเป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นพี่ เป็นน้องกัน เป็น
หมู่คณะกัน ต้องมีกรรมแน่นอน เราต้องทำกรรมมาร่วมกัน ถ้าเราไม่ทำกรรมร่วมกัน ทำไมเรา
ต้องมาประสบพบเห็นกัน คนเราเกิดในโลก เกิดในแอฟริกาก็ได้ เกิดในยุโรปก็ได้ เขาไม่เจอเรา
หรือก เขาเกิดมาชีวิตของใคร อยู่ในประเทศไหน เขาก็ใช้ชีวิตของเขาไปสภาวะแบบนั้น ทำไมเรา
เกิดในประเทศอันสมควร เกิดในประเทศที่มีพระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองล่ะ

เจริญรุ่งเรืองมากนะ เพราะศาสนานี้เหมือนทองคำ ทองคำนี้ไม่กลัวไฟนะ ไฟเผาขนาด
ไหน ทองคำนั้นมันยิ่งสุกปลั่งของมันตลอดไป นี่ก็เหมือนกัน ในการพิสูจน์ใจ ในการพิสูจน์ธรรม
วินัย วิทยาศาสตร์เจริญขนาดไหน ทางยุโรปนี้วิทยาศาสตร์ของเขาเจริญ ถ้าเขามาพิสูจน์ทาง
ศาสนา เขาจะทิ้งสิ่งนี้มาก เพียงแต่ว่าเขายังไม่มีโอกาสได้พิสูจน์ เพราะอะไร เพราะว่าความเชื่อใจ
กิเลสมันปิดบังใจ ปิดบังว่าเรานี้เป็นประเทศที่เจริญแล้ว ไอ้พวกนั้นมันพวกด้อยพัฒนา ถ้าด้อย
พัฒนา ทำไมต้องไปศึกษาเขา แต่ถ้าเขามีความทุกข์ขึ้นมา จะด้อยพัฒนามันก็ทุกข์ จะเจริญขนาด
ไหนมันก็ทุกข์

ถ้าคิดว่าย้อนกลับมาเรื่องของความทุกข์ จับเรื่องหัวใจได้ แล้วจับเรื่องของธรรมวินัยให้ได้
ถ้าจับเรื่องของธรรมวินัยให้ได้ มันเริ่มมีขอบเขตใจ เริ่มมีขอบเขตว่า สิ่งที่อยู่อาศัย สิ่งที่อยู่เจริญหรือ
ว่าด้อยพัฒนานั้น สิ่งนั้นไม่เป็นความจริง สิ่งนั้นไม่เป็นความจริงเพราะอะไร เพราะสิ่งนั้นเป็น
อนิจจัง เห็นไหม จะเจริญขนาดไหน มันอยู่ในกฎของอนิจจังทั้งหมด มันต้องเสื่อมสภาพไป
ทั้งหมด ยิ่งเจริญขนาดไหน ยิ่งต้องบำรุงรักษามากกว่าที่ที่เขาอยู่ในธรรมชาติ สิ่งที่อยู่ในธรรมชาติ
ไม่ต้อง บำรุงรักษามาก ถ้าไม่ต้องบำรุงรักษามาก เราก็ไม่ต้องแสวงหามาก เราก็ไม่ต้องเดือดร้อน
มาก เราก็ไม่ต้องดิ้นรนมาก หัวใจมันก็มีเวลา

เวลาเราประพฤติปฏิบัติ เวลาเราเกิดมา คนแก่ต้องเข้าวัดเข้าวาเพื่ออะไร? เพื่อหาตรงนี้ไง
เกิดมานี้เรามีกรรม เรามีปากมีท้อง เราก็ต้องมีหน้าที่การงาน หน้าที่การงานทางโลกเราก็ต้อง

แสวงหาทางโลก แล้วเรามีครอบครัวของเรา ในเมื่อค้นหาความทะยานอยากนี้มันตัดไม่ขาด ก็ให้มีศีล ๕ ใจ ในคฤหัสถ์ธรรม ธรรมของคฤหัสถ์ก็ต้องมีครอบครัว มีความเป็นอยู่ เห็นไหม ไฟในเตา สิ่งที่เป็นไฟในเตา เรายังรักษาไฟในเตา ครอบครัวนั้นก็มีความสุข ถ้าไฟในเตายังมีอยู่ อาหารการกินก็มีอยู่ ชีวิตนี้ก็ดำรงอยู่ จิตก็เหมือนกัน ในเมื่อมันแสวงหา มันจะขาดใจ มันจะตายไป เพราะมันต้องการแสวงหาสิ่งนั้น ในคฤหัสถ์ธรรมก็มีศีล ๕ มีครอบครัวได้ มีคู่ครองได้ ก็อยู่ในศีลในสัตย์ของเรา เราก็รักษาอย่างนั้นตลอดไป ถ้าถึงที่สุด มันมีความศรัทธามีความเชื่อ ชีวิตนี้ก็มีเท่านั้น

เวลาประพฤติปฏิบัติไปนะ วิปัสสนาไปเห็นกาย เห็นสภาวะของกาย มันจะสลดสังเวชมากกว่าชีวิตมีเท่านี้หรือ ชีวิตมีเท่านี้หรือ เราก็ไม่เข้าใจ ชีวิตมันมีเท่านี้ เพราะเรามีชีวิตของเรา เราก็แสวงหาของเรา ต้องแสวงหาความต้องการของเรา แต่เราแสวงหาด้วยโลกียธรรม สิ่งในโลกียธรรมก็ทำไปตามกระแสโลก โลกเป็นสภาวะแบบนั้น แต่ถ้าโลกุตตรธรรมละ โลกุตตรธรรมมันต้องแสวงหาภายในใจ

เราเข้าใจว่าต้องแสวงหาตลาด แสวงหาสิ่งที่มีผลประโยชน์ เราก็ต้องแสวงหาออกไปทางโลกตลอดไป ต้องอาศัยคนอื่น เราจะทำอะไรก็แล้วแต่ ถ้ามีตลาด มีผู้ตอบสนอง มันจะสมความปรารถนา แต่ในการประพฤติปฏิบัติของเรานี้คนเราคนเดียว คนคนนั้นต้องเอาชนะใจดวงนั้นให้ได้ อริยทรัพย์ ทรัพย์ภายใน อริยชนจะเกิดขึ้นมาจากท่ามกลางหัวใจดวงนั้น หัวใจดวงนั้นสงัดอยู่กลางหัวใจดวงนั้น

แต่เราหาของเราไม่เจอ เราทำของเราไม่ได้ ถ้าเราทำของเราไม่ได้ เราก็แสวงหา เราค้นคว้าขนาดไหน ส่งออกไปทางไหน วิ่งไปตามความนึกคิดนะ จะเข้าไปสภาวะแบบนั้น คาคไป หมายไปตามสภาวะแบบนั้นทั้งหมดเลย แต่ต้องกดมัน ให้มันอึดเต็มของมัน ด้วยความอึดเต็มของมัน ด้วยการไม่คาคหมาย ด้วยคำบริกรรมของเรา อย่างนี้ให้อาหารของใจ

ถ้าใจพึงธรรม ถ้ามันสะคุดใจ เวลาครูบาอาจารย์เทศน์นะ เอาคำเดียว ถ้ามันสะคุดใจ แล้วไปตั้งปัญหาถามตัวเอง พอตั้งปัญหาถามตัวเอง นี่ปัญญาของเราจะเกิด ทำไมมันเป็นอย่างนั้น สภาวะแบบนี้มันเกิดขึ้นมาได้อย่างไร สภาวะแบบนี้ทำไมท่านพูดอย่างนั้น ทำไมความเป็นไปของเราเป็นอย่างนี้ ทำไมมันไม่เหมือนกัน

มันไม่เหมือนกัน ต้องมีการขัดกัน มีการไม่ไปทางเดียวกัน แต่ถ้ามันถึงที่สุดแล้วมันต้องเป็นอันเดียวกัน ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระอรหันต์ในสมัยพุทธกาลนั้น

สะอาดบริสุทธิ์เหมือนกันทั้งหมดเลย แต่อ่านาจนวสาบารมีต่างกัน ต่างกันเพราะอะไร เพราะการกระทำมา เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างมามาก ต้องค้นคว้าหาสิ่งนี้ขึ้นมาเอง แล้วมันเป็นความคิด ความคาด ความหมาย สิ่งที่เป็นนามธรรม สิ่งที่เป็นความคิด ความคาดหมาย สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่เกาะเกี่ยว เราก็ยังไม่เห็นเลย แล้วเวลามันทำความสงบของใจ มันต้องสละสิ่งนั้นออกไปก่อน แล้วมันเข้าไปพิจารณาของมันในวิปัสสนา

วิปัสสนา มันก็วิปัสสนาในกาย แต่กายที่เห็นจากหัวใจ ไม่ใช่กายแบบที่เราเห็นจากภายนอก กายที่เห็นจากภายนอก หมอเขารักษาร่างกายคน เขาผ่าร่างกายสัตว์ เขาเห็นกายมาตลอด สิ่งนี้เป็นวิชาชีพ สิ่งนี้เป็นโลก แต่ตาของใจเขามองไม่เห็น เพราะเขาใช้ตาเนื้อ เขาใช้ความเห็นของเขาออกมาข้างนอก

แต่เวลาทำสงบของใจเข้าไป มันจะสงบเข้ามาภายใน มันถึงจะมีตาของใจไป เพราะกิเลสอยู่ที่ใจ ตาของใจพิจารณาภายใน เพราะจิตนี้มันอยู่ในภายใน มันเกาะเกี่ยวกับสิ่งนี้ ตัวจิตมันก็ยึดมั่นตัวของมันเองอยู่แล้ว แล้วมันก็เกาะเกี่ยวกับสิ่งนี้ มันถึงเป็นตัวตนของมันขึ้นมา วิปัสสนาส่งนี้เข้ามาให้มันปล่อยสภาวะแบบนี้ ปล่อยสภาวะแบบนี้ มันจะมหัศจรรย์มาก มหัศจรรย์ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันจะลึกกลับมาก แม้แต่ขั้นเริ่มต้นนะ แล้วมันจะปล่อยวาง ปล่อยวางจนขาดออกไปเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป ไต่เข้าไปเป็นขั้นเป็นตอน เห็นไหม จากขั้นธ้อย่างหยาบ ขั้นธ้อย่างกลาง ขั้นธ้อย่างละเอียดจากภายในเข้ามา แล้วไปถึงตัวของมันเอง ปล่อยวางสิ่งต่างๆ เข้ามาทั้งหมด แล้วก็ต้องมาหลงตัวเอง ทำลายตัวเองอันนี้ถึงที่สุดออกไป นี่เลี้ยงชีวิตชอบใจ

ถึงว่าเวลาฟังธรรม เราหาอาหารเอาใส่ปาก ร่างกายนี้มันก็ได้กินอาหาร อาหารของใจจะฟังธรรมครูบาอาจารย์แล้วมันสะกิดใจ นี่เราก็ได้ประโยชน์แล้ว แล้วเราพยายามแสวงหาของเราขึ้นมา มันมีอาหารของมันขึ้นมา อาหารของมันนี่เราสร้างสมขึ้นมา มีอาหารกินขึ้นมา อาหารนั้นเกิดดับทั้งหมด สิ่งใดๆ ก็แล้วแต่มันจะเกิดดับ มันจะมีสภาวะแบบนี้

ถึงที่สุดแล้วเป็นธรรม เอโก ธัมโม ธรรมอันเอกนี้อ้อมเต็มตลอดไป อันนี้จะอ้อมเต็ม อาหารของใจหาได้ยากมาก เราถึงต้องทำบุญกุศลไป สิ่งที่เป็นอามิส เพราะว่าสิ่งนี้เราไม่เห็น เราถึงเอาอามิสให้ใจนี้เคลื่อนไปก่อน เหมือนกับกระแสไฟฟ้า ถ้าไม่มีสายไฟฟ้า ไฟฟ้านี้มันจะไปตามสายได้อย่างไร

นี่ก็เหมือนกัน อามิสนี้ให้ใจนี้มันแสดงตัวออกมา เราสละทานออกไป สละทานออกไป สิ่งนี้เป็นบุญกุศลขึ้นมา คนที่ด่าต้อยนี้สละทานไปก่อน สละทานไปก่อน ถึงว่าทานเกิดความผูกโกรธ อภัยทาน ทานจากเรื่องของใจ เรื่องนามธรรม นี้อภัยให้ได้ ถ้าอภัยสิ่งนั้นขึ้นมา ใจมันสงบร่มเย็น เข้ามา อาหารจะเกิดขึ้นมาจากหยาบๆ แล้วมันจะละเอียดเข้าไป ลึกกลับมาก แล้วเรื่องของกิเลสนี้ ลึกกลับมาก แล้วมีอำนาจเหนือใจดวงนี้ ช่มชี่ใจดวงนี้ตลอดไป เราถึงอาศัยทาน อาศัยศีล อาศัยภาวนาของเราเข้าไปชำระสิ่งนี้ แล้วในใจของเรามันจะมีอาหารของมันก่อน จนถึงที่สุดมันมรรคสามัคคี มันทำลายตัวมันเองทั้งหมด สัมปยุตเข้าไป วิปยุตคายออกมา อาหารนั้นก็ทิ้งทำลาย

สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา สภาวธรรมนี้เป็นอนัตตาทั้งหมด...ถูกต้อง สภาวธรรมเป็นอนัตตาทั้งหมด แต่ผลที่เกิดจากอนัตตานี้มันถึงว่าเป็นการคงที่อยู่ในหัวใจดวงนั้นใจ นี้คืออาหารของใจ ถึงที่สุดแล้วเลี้ยงใจชอบ เอวัง