

## เทศน์เช้า วันที่ ๑๘ กรกฎาคม ๒๕๔๘

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

ชีวิตนี้ พวกเราไม่รู้จักชีวิตคืออะไร เกิดมาแล้วก็คือเกิดมา เกิดมาแล้วก็อยากปรารถนา จะมีความสุข แต่ไม่รู้เลยว่าชีวิตนี้มันมีโลกนอกโลกใน โลกในคือความรู้สึกของเรา โลกนอก เห็นใหม่ โลกนอกคือวิญญู เราเกิดเรตายมาขนาดไหน เกิดมาแล้วก็สงสัยนะ เวลาถามว่าตายแล้วไปไหน เกิดแล้วเกิดมาจากไหน ทุกคนจะสงสัยอย่างนี้

แต่เวลาถ้าประพฤติปฏิบัติไปแล้วนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อนที่ตรัสรู้ธรรม บุปเพณิวาสนาสติปัญญา ระลึกอดีตชาติได้ จดอุปปาตญาณ จิตเกิดที่ไหนจะเห็นหมด เห็นใหม่ นี่จิตเกิดที่ไหนก็เห็นหมด แล้วเรื่องอย่างนี้เป็นเรื่องความลึกลับใหม่ ไม่เป็นความลึกลับเลย เพราะอะไร

ภาพเทวโลกนี้ ก่อนที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิดมาเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ตกตลอดมา เห็นใหม่ ภาพเทวโลกอยู่บนพรหมณะ ขนาดไปอยู่บนพรหมณะ เข้าฌานสมาบัติ เป็นได้ อย่างนั้นนะ ระลึกอดีตชาติได้ ๔๐ ชาติ อนาคตได้ ๔๐ ชาติ ระลึกอดีตชาติได้แสดงว่าสิ่งนี้มีอยู่ ในสมัยก่อนพุทธกาลก็มีคนระลึกอดีตชาติได้

การระลึกอดีตชาติ หรือการเห็นว่าจิตนี้มาจากไหน จิตนี้ระลึกอดีตชาติ การไปการมานี้ สิ่งนี้ไม่ได้ชำระกิเลสหรอก สิ่งนี้มันมีอยู่แล้ว คนรู้ได้อยู่แล้ว แต่สิ่งที่มีอยู่แล้วเรายังสงสัยเลย สิ่งที่มีอยู่แล้ว มันเหมือนสิ่งที่มีมันเป็นสารบัญญะ ในสารบัญญมันมีต้นข้าวไซ้ไหม? ในสิ่งต่างๆ มันมีอยู่ การซบซ้อนของข้อมูลมันมีอยู่ไซ้ไหม?

จิตนี้ก็เหมือนกัน มันมีข้อมูลของมันมา เวลามันมาเกิดเป็นเรามันมีข้อมูลมา การเกิดมา สภาวะแบบนี้ มันเกิดมันสุขมันทุกข์นี้ หรือเราเกิดมามั่งมีศรีสุข เกิดมาทุกข์จนเจ็ญใจ มันมีการกระทำมา สารบัญญดี ข้อมูลที่ดี ผลประโยชน์ที่ดี สิ่งนั้นมันก็จะเป็นตัวเลขที่สวยงาม ข้อมูลที่ลบ

เห็นไหม สิ่งที่เป็นที่ลบนะ เกิดมาก็มาทุกซั๊ก สิ่งนี้เป็นผลของวิญญู คนที่ไปรู้อย่างนี้ได้มันก็เป็นเรื่องของโลกๆ เท่านั้นนะ ไม่มีอะไรมหัศจรรย์เลย

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงย้อนกลับมาอาสวัภขญาณไป การชำระกิเลสต่างหาก ลบข้อมูลอยู่ เห็นไหม ลบข้อมูลทั้งหมดเลย แต่ลบข้อมูลอยู่ทางโลก ลบข้อมูลแล้วคือมันไม่มีอะไรไซ้ใหม่? แต่นี่ลบข้อมูลยิ่งมีมากขึ้นไปใหญ่ ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า “ตัดปายังมีต้นไม้อยู่”

คำว่า “ลบข้อมูลหมด” เห็นไหม ลบข้อมูลคือลบกิเลสออก ถ้าวลบข้อมูลออกทั้งหมดแล้วไม่มีสิ่งใดเลย องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าขึ้นมาทำไมคนเขามาถวายทานมหาศาลเลย? ทำไมพระสิวลี เห็นไหม ผู้ที่เป็นหัวหน้าทางบุญกุศลอยู่เวลาท่านเกิดมาแล้วท่านบรรลुरुธรรมขึ้นมา เป็นพระอรหันต์ขึ้นมา ทำไมลาภสักการะมหาศาลเลย?

ถ้าวลบข้อมูลโดยที่ไม่มีอะไรเลย บุญอันนั้นก็ต้องไม่มีสิ พระอรหันต์ต้องเสมอกันไซ้ใหม่ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต้องไม่มีสิ่งใดที่เป็นข้อมูลที่จะไปจำแนกราคาได้ จะไปจำพระเจ้าสุทโธทนะได้ว่าเป็นพ่อ เห็นไหม ชั้นนี้ไง สัญญาคือความจำได้หมายรู้ สิ่งที่จำได้ ข้อมูลมันมีอยู่ แต่ข้อมูลที่สะอาดใจ ข้อมูลที่ไม่ให้ความเจ็บปวดแสบร้อนกับหัวใจนี้

ข้อมูลที่สะอาดคือข้อมูลที่ไม่มีกิเลสต้นหาคความทะยานอยากเข้าไปกระตุ้นมัน สิ่งที่เป็นข้อมูลบริสุทธิ์ แต่ของเรา ข้อมูลของเรา เรามีข้อมูลอยู่ขนาดนี้ เราก็ต้องการให้มันเพิ่มขึ้นมากขึ้น ข้อมูลอย่างนี้ทำให้เราเจ็บปวด ข้อมูลอย่างนี้ทำให้เราทุกซั๊ก เพราะอะไร เพราะมันมีกิเลส กิเลสมันบิดเบือนข้อมูลนั้นไม่ให้เป็นตามความเป็นจริงใจ ข้อมูลนั้นโดยการที่เราต้องการมันมากขึ้น ต้องการมันน้อยลง ข้อมูลอย่างนี้มันเป็นอันตราย

อันตราย สัญญาเป็นมารใจ สัญญาของเรานี้เป็นมาร สัญญา ความจำ เห็นไหม คุณิ เรามาจากไหน ออกจากนี้แล้วกลับบ้าน ในบ้านเราทำอะไรไว้ ข้อมูลอย่างนี้ข้อมูลมารมันพาไซ้ เป็นอันตราย แต่ข้อมูลของผู้ที่อาสวัภขญาณชำระกิเลสแล้ว ข้อมูลนี้สะอาดใจ มันก็เป็นข้อมูลอย่างนี้

ต้นไม้อันเกิดมามันดำรงชีวิตของมันอยู่ ถึงที่สุดแล้วมันก็ตายไป ต้องตายไปนะ มันมีอายุขัยของมันทั้งนั้นละ สิ่งต่างๆ มีอายุขัยของมัน ทุกอย่างโลกนี้เป็นอนิจจัง เราก็เกิดมาในสถานะอย่าง

นี่ แต่เกิดมาโดยบุญกุศลไง เกิดมา เห็นใหม่ การเกิดของเรา เกิดมาเพื่อโอกาสในการทำคุณงามความดี การเกิดของเราเกิดมาเพื่อประสบ เห็นใหม่ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา

ศาสนาคืออะไร ศาสนาคือวัดวาอาราม ศาสนาคือโบสถ์วิหาร..

ไม่ใช่! นั่นเป็นศาสนวัตถุ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิดอยู่โคนต้นโพธิ์ ศาสนาอยู่ที่หัวใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือความรู้สึกอันนั้น ศาสนาคือหัวใจ หัวใจที่รู้ศาสนานี้มาแล้ว มันรู้สึกซึ้งทุกซึ้งขึ้นมา เห็นใหม่ ศาสนาคือนามธรรม ศาสนาคือศาสนธรรมคำสั่งสอน เป็นทฤษฎี

ทฤษฎีอันนี้ เห็นใหม่ เราศึกษาทฤษฎีกันเป็นสุดขั้วปัญญา เราศึกษากัน ศึกษาแล้วก็มีความรู้กันๆ ความรู้ที่ข้อมูลที่เป็นไปด้วยกิเลสใจ ข้อมูลอย่างนี้เหมือนข้อมูลที่ขันธ์มารวมใจ ศึกษาแล้วก็สงสัย ศึกษาแล้วเป็นไปไม่ได้หรือ นรกสวรรค์มีจริงหรือเปล่าเนาะ ชีวิตนี้มาอย่างไรเนาะ ทำไมมันทุกข์ยากขนาดนี้ ทำบุญขนาดนี้ไม่เห็น ได้บุญสักทีหนึ่ง คนอื่นเขาไม่ได้ทำบุญเลย ทำไมเขาได้มันมีศรีสุข

นี่กรรมเก่ากรรมใหม่ กรรมเก่าคือการสะสมมาจากอดีต กรรมเก่าคือเกิดมาสะสมมา เกิดมาที่ดี เกิดมาที่มีโอกาส นั่นคือกรรมเก่า กรรมปัจจุบันนี้คือกรรมใหม่ กรรมใหม่ที่เรารสร้างขึ้นมาแล้วเราบอกเราทำบุญกุศลอยู่ เราทำกรรมอย่างนี้ เราทำดีตลอดเลย ทำไมเราทุกข์เรายากล่ะ ทำบุญต้องได้บุญ เห็นใหม่ คุณสิ เราหุงข้าว ถ้าเรารักษาไฟของเรา ข้าวต้องสุก หน้าที่ของเราคือรักษาไฟไว้ ข้าวมันต้องสุกไปธรรมชาติของมัน อันนี้เอาหม้อข้าวขึ้นไปตั้งบนเตาแล้วไม่จุดไฟนะ ข้าวสุกสักที ข้าวสุกสักที เห็นใหม่ ข้าวไม่สุกหรือ! เพราะอะไร เพราะมันไม่ได้ติดไฟ

นี่ก็เหมือนกัน การทำบุญนี้มันก็เป็นปัจจุบันนี้ ปัจจุบันนะ ไฟ เห็นใหม่ ไฟคือตัวใจ ตัวใจคือตัวที่มันซบซ้อนมา ตัวใจคือตัวที่มันเกิดตายเกิดตายอดีตกาลมา มันยาวไกลขนาดไหน ในบุพเพนิวาสานุสติญาณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “อดีตชาตินี้สาวไปไม่มีที่สิ้นสุด” เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างบุญกุศลมา ๔ อสงไขย แสนมหากัป นับไม่ได้ถึง ๔ หนแล้วยังอีกแสนมหากัปอีก เห็นใหม่ นี่ยาวไกลขนาดไหน แล้วไฟอันนี้มันเผามันเผาเผาไหม้มาตลอด แล้วบอกชีวิตนี้เกิดมาก็เกิดมา ตายแล้วก็สูญกันนะ

สูญๆ ที่ปากไป ปากมันว่าสูญ ถ้าคำว่า “สูญ” นะ เราต้องลบความทุกข์เดี๋ยวนี้ ความทุกข์ ความรู้สึกลบเดี๋ยวนี้ ลบมันได้ไหม ความรู้สึกเดี๋ยวนี้ลบไม่ได้หรอก เพราะอะไร เพราะมันมีอยู่กับเรา แล้วความรู้สึก ตัวธาตุรู้นี้ มันเกิดมันตาย มันเป็นไป ตัวนี้ลบมันได้ไหม?

สิ่งที่ลบไม่ได้ ทำบุญปัจจุบันนี้เพราะอะไร เพราะเราเกิดมามีโอกาสแก้ไข เราเกิดมาพบพระพุทธศาสนา ศาสนาสอนให้สละทาน สละทานไปเพื่ออะไร เราสละทานขึ้นมาเพื่ออะไร เพื่อสังกรรมเย็นเป็นสุขไป

ดูในบ้านเราสิ พ่อแม่ที่ดี เห็นไหม ดูลูกที่ดี ครอบครัวที่มีความสามัคคี เห็นไหม ครอบครัวมีความสุข นี่ไง สละทานนะ พ่อแม่ป้อนลูก สละทานไหม? ถ้าเราไม่ให้มันกินได้ไหม? เราไม่ให้กินก็ได้ แต่เพราะเรารักมัน เราให้มันกิน เห็นไหม เราดูแลรักษามัน นี่ก็ทาน

นี่การสละทานคือในครอบครัวเย็นเป็นสุข ไม่มีการบาดหมางกันในครอบครัวนั้น การสละทานเพื่อความสุขของเรา เพื่อสังกรรมเย็นเป็นสุข ถ้าสังกรรมเย็นเป็นสุขจะทำอะไรมันก็มีโอกาส ถ้าสังคมเดือดร้อน คุณิโลกนี้มีสงครามอยู่ มีแต่ความเดือดร้อน ใครจะนั่งภาวนาได้ละ ใครมานั่งทำคุณงามความดี เห็นไหม ทุกคนต้องการสันติ ต้องการความสงบร่มเย็น

ความสงบจากภายนอก สงบสังัดจากภายนอกก็สังัดจากภายใน สังัดจากภายในนี้หัวใจมันฟุ้งซ่าน สงัดนะ ความเงียบสงบ เงียบมากเลย แต่ความคิดในหัวใจเด่นโครมครามในหัวใจเลย ทำไมสงบไม่ได้ละ? ก็กำหนดพุทโธกับให้มีคำบริกรรมขึ้นมา ให้จิตสงบเข้ามา เห็นไหม ความสงบ จิตที่มีความสุขมีความสงบอย่างนี้ ถ้าข้างนอกมันสงบ ข้างในมันก็มีโอกาสได้ทำของเรา

นี่บุญกุศลเป็นอย่างนี้ สละทานเป็นเรื่องอามิสไป เราสละของเราไป เราทำเพื่อสังคม ทำเพื่อสังคมเราเป็นผู้ได้ เราเป็นคนดี เห็นไหม กลิ่นของศีลหอมทวนลม เขาจะขจรขยายไปเลย กลิ่นของศีลจะเป็นสภาวะแบบนั้น คนนั้นคืออย่างนี้ คนนั้นทำลายคนอื่นอย่างนั้น เห็นไหม นี่กลิ่นของศีล

ถ้ากลิ่นของศีลหอมทวนลม เราทำคุณงามความดี กลิ่นของศีล กลิ่นของธรรม มันจะเกิดมาจากเรา แล้วทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบเข้ามา เห็นไหม ความสงบของสุขอย่างนี้ แล้วเกิดย้อนกลับมานะ นี่ศาสนธรรมเกิดอย่างนี้ไง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ว่าตรัสรู้ธรรมตรัสรู้ตรงนี้ไง อาสวัภยญาณ เห็นไหม คืออะไร?

คืออริยสัจ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทุกข์ๆ อยู่นี้ คำว่าทุกข์ๆ นี้ การปฏิบัติทุกข์ใหม่?

การที่เขาอยู่กันรุ่มเย็นเป็นสุขในสังคมเขามีความสุขของเขา นี้เราไปอยู่ตามธรรมชาติใจ นี้ต้องออกป่า ญาติอาหารก็แล้วแต่จะได้ แล้วแต่จะความเป็นไป เลี้ยงชีวิตด้วยปลีแข้ง แล้วแต่ความเป็นที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวางธรรมและวินัยไว้ ได้สิ่งนี้มานี้เป็นทุกข์ใหม่ ถ้ามั่นเป็นทุกข์ ใจมั่น ฟุ้งซ่านใหม่ ใจมั่น คั่นรนใหม่ ถ้ามั่น คั่นรน ย้อนกลับมา เห็นใหม่ ย้อนกลับมา

ทุกข์ ทุกข์ควรกำหนด กำหนดมัน คุมมัน ชีวิตนี้เป็นอย่างไร โลกเขามั่งมีศรีสุข โลกเขา แสวงหาขนาดไหน เขามีความสุขเหมือนเราไหม? เขามีความวิตกกังวลกับเราไหม? ถ้าเขามีความวิตกกังวลของเขา เขามีความทุกข์ของเขา เขามาแล้วเขาก็มีเจ็บไปด้วยยาพิษ

อาหารของเรา เราหามาด้วยปลีแข้ง มันเป็นความสะอาดบริสุทธิ์ เพราะว่าเขาสละทานของเขา เขาทำบุญกุศลของเขา เราบิณฑบาตด้วยปลีแข้ง เขาก็ได้โอกาสของเขาในการทำบุญ ของเราก็ได้โอกาสดำรงชีวิต ดำรงชีวิตเพื่ออะไร เพื่อจะประพฤติกปฏิบัติ เห็นใหม่ ให้หัวใจเรามีความสงบรุ่มเย็นเข้ามา เพราะเราหามาด้วยความบริสุทธิ์ เราไม่ต้องคิดสืบต่อไปให้มันเป็นความวิตกกังวล เห็นใหม่ รับดำรงชีวิตแล้วก็ทำความสงบของใจเข้ามา

“อาหารกาย อาหารใจ” อาหารใจมั่น ฟุ้งซ่านนัก มันวิตกกังวลอย่างไรก็กำหนดมัน วิตกกังวลเพื่ออะไร ปัจจุบันนี้มีอะไร ถ้าเราตายในปัจจุบันนี้ โลกก็มีอยู่อย่างนี้ เห็นใหม่ เพราะมีเรา โลกก็มี แล้วโลกก็เป็นสภาวะแบบนั้น แล้วก็ไปเดือดร้อนกับโลก

ดูฟังข่าวสิ! สงครามโลกเกิดที่นั่น สงครามเกิดที่นี่ แล้วก็ไปวิตกกังวลกับเขา เขายังกันอยู่ คนละทวีป เราไปเดือดร้อนอะไรกับเขา แต่มันเป็นไป เห็นใหม่ พอมันเกี่ยวเนื่องกัน เพราะอะไร เดียวนี้กระแสน้ำมันแคบ โลกมันแคบ มันก็มีไปสภาวะแบบนั้น นี่เรื่องของโลกใจ สิ่งที่เราสู้ขึ้นมา มันสะท้อนหัวใจของเราให้หัวใจเราหวั่นไหว ให้เรารู้สึกไปกับเขา แยกกับโลกไปกับเขา แต่ถ้าเราปล่อยวางได้ เห็นใหม่ โลกมันเป็นอย่างนี้ ถ้าคนเลวปกครองมันก็จะเป็นอย่างนี้ ถ้าคนดีปกครองขึ้นมา โลกก็จะรุ่มเย็นเป็นสุข

แล้วถ้าหัวใจเราละ ถ้าสติสัมปชัญญะมันปกครองขึ้นมา มันก็สงบร่มเย็นเข้ามา ถ้ามีสตินะ ถ้ามีสติ เรากำหนดพุทโธ พุทโธเข้ามา จิตก็สงบเข้ามา ถ้ามันไม่มีสติขึ้นมา มันก็คิดประสามัน เพราะเราขาดสติ เห็นไหม ใครปกครองละ ว่าสติเรา สติปัญญาของเราปกครองใจของเรา

ถ้าผู้ปกครองที่ดี สติก็สงบเข้ามา เห็นไหม มันมีความสงบของใจ ใจสงบนี้อาหารของใจ อาหารของกายนะ ใครๆ เขาช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้ แต่อาหารของใจ เห็นไหม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ชี้ทาง เราต้องตั้งสติของเรา สติไม่มีซื้อขายในห้างสรรพสินค้านะ เข้าไปในห้างซื้อสติ ไม่มีขายหรอก ซื้อปัญญาก็ไม่มีขาย มีแต่หนังสือ

เขาว่าหนังสือฝึกปัญญา ฝึกปัญญา ...ฝึกสมองไม่ได้ฝึกปัญญาหรอก ปัญญาอย่างนั้นเกิดไม่ได้ ปัญญาจะเกิดขึ้นมาปัญญาเกิดจากเรา เพราะกิเลสเกิดจากเรา ความทุกข์เกิดจากเรา เห็นไหม เราหิวน้ำมาก แล้วเราไปซื้อเครื่องกรองน้ำมา เราจะกรองน้ำกินไม่ได้หรอก เราหิวน้ำมาก ถ้าน้ำเข้าถึงคอเรา หายคอแห้ง เห็นไหม นี่ก็เหมือนกัน จิตมันสงบ จิตมันทุกข์ยากอย่างนี้ มันอยู่ที่ว่าเราหมั่นฝึกฝนขึ้นมา

ถึงว่าสติไม่มีขาย ปัญญาไม่มีขาย ปัญญาอย่างนี้ไม่มีขาย ปัญญาต้องเกิดจากเราฝึกฝนขึ้นมา ถ้าปัญญามีขาย ปัญญาเป็นไปไม่ได้ มรรคนี้อาศัยอยู่แล้ว ทุกคนอยากจะหวังหลุดพ้นทั้งนั้นนะ เอาเงินไปซื้อได้หมดเลย ซื้อไม่ได้! เงินซื้อสิ่งของได้ เงินซื้อแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นปัจจัยเครื่องอาศัยของตัวเองได้ แล้วเงินสามารถทำประโยชน์ได้ถ้าจิตนี้ดี จิตนี้ดีทำให้เงินนี้เป็นประโยชน์ขึ้นมา ถ้าจิตนี้เลว เห็นไหม เงินก็จ้างฆ่าคนได้ เงินก็จ้างทำลายใครได้ เงินนี้ทำลายสร้างความเสียหายได้ เงินมันเป็นสิ่งที่วัตถุที่เขาเอาขึ้นมาเพื่อการสะดวกในการแลกเปลี่ยน แต่หัวใจของคนนะ ถ้ามันประเสริฐขึ้นมา สิ่งนั้นจะเป็นประโยชน์กับหัวใจดวงนั้น เห็นไหม นี่สิ่งที่เป็นเรื่องของปัจจัยเครื่องอาศัย

แต่ถ้าเป็นกรรมละ ถ้าเป็นกรรมนะ เราฝึก เราตั้งสติขึ้นมา เห็นไหม ตั้งสติ สติเกิดจากไหน สติไม่ได้เกิดจากจิต เดี่ยวเราก็เหม่อลอย เดี่ยวเราก็มีสติ สติเกิดจากเรา เกิดจากหัวใจเรา ต้องตั้งสติขึ้นมา ตั้งสติคือพุทโธก็ชัดเจน พอพุทโธไปสติมันก็อ่อนลง พุทโธก็หายไป ฝึกอย่างนี้ๆ ยากกว่าเด็กเดินอีก เด็กเวลามันจะหัดเดิน เห็นไหม ล้มลุกคลุกคลานกว่ามันจะเดินได้

หัวใจเราเริ่มต้นตั้งแต่จะประพฤติปฏิบัติได้ มันลืบลูกคลุกคลานไปอย่างนี้ หัวใจว่ามันจะ ยืนขึ้นมาได้นะ มันหนักกว่า หนักกว่าเพราะอะไร เพราะเด็กมันเดินนะ โดยธรรมชาติของเขา โดย ธรรมชาติของมนุษย์นี้มันจะเดินได้ แต่เพราะมันฝึกเดินนะ เพราะมีร่างกาย มันมีเครื่องอาศัยไป

แต่หัวใจนี้มันเป็นนามธรรม มันเป็นสิ่งที่เหยียบย่ำหัวใจเราเอง ฟังสิ! อารมณ์เหยียบย่ำ หัวใจ เวลามันทุกข์นะ เวลามันทุกข์มันมีความเดือดร้อนใจ มันเหยียบย่ำแล้วจะทำอย่างไร เหมือน ไฟที่มันเผาอรุนแรงมาก จะดับมันอย่างไร

นี่ไง ผลของท่านมันมีประโยชน์ตรงนี้ไง ผลการเสียดสละ เห็นไหม แม้แต่เราเคยเสียดสละ เราเคยฝึกฝนมัน ฝึกฝนๆ ใจ ใจฝึกฝนด้วยอะไร ฝึกฝนด้วยการสละจากภายนอก แล้วการสละจาก ภายใน เพราะอารมณ์นี้มันก็เกิดดับเกิดดับ ถ้าเราสละมันได้ มีสติยับยั้งมันได้ มันก็จะเบาตัวลง มัน เกิดจากทาน ศีล ภวานานะ

เราเห็นว่าทาน เราทำบุญกุศลไปเพื่อบุญกุศล เพื่อบุญกุศลก็เพื่ออย่างนี้ เพื่อฝึกฝนใจด้วย เพื่อให้ใจมันอ่อน ใ้ให้มันควรแก่การงาน คือให้มันอ่อน ไม่ให้มันแข็งกระด้าง ไม่ให้มันคิดคั่นใน หัวใจของเรา เห็นไหม ฝึกอย่างนี้แล้วมันจะดีขึ้นมา ดีขึ้นมาเป็นประโยชน์กับเราขึ้นมา พอ ประโยชน์กับเราขึ้นมามันก็เป็นประโยชน์ของเราขึ้นมาจากภายใน แล้วมันจะเกิดปัญญา

ปัญญาเกิดอย่างไร ปัญญาเกิดจากการฝึกฝน ถ้ามันฝึกฝนปัญญาก็จะเกิดดีขึ้นมา ถ้าปัญญา เกิดดีขึ้นมาจะเป็นประโยชน์กับเรา ประโยชน์กับเรานะ นี่ทาน ศีล ภวานาใจ ปัญญาเกิดอย่างนี้ ความสุขเกิดอย่างนี้ นี่คือผลของเรา เอวัง