

เทศน์เช้า วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๔๘

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

คนเรามันอยู่ที่กรรมนะ กรรมนี้สำคัญมาก แต่เวลาเราพูดทางวิทยาศาสตร์ กรรมจะให้พิสูจน์กัน แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก “กรรมเป็นอินโดย” มันเป็นอินโดยนะ อินโดย ๔ พุทธวิสัย กรรม โลก เรื่องฆาน เรื่องความว่างของสมาธิมันเป็นอินโดยเลย เพราะมันคาดการณ์กันไม่ได้

เพราะอะไร? เพราะว่าแม้แต่ขณิกสมาธิมันก็มีหยาบ มีกลาง มีละเอียด อุปจารสมาธิ อปัณนาสมาธิ มันมีหยาบ มีละเอียด มีความเห็นต่าง ๆ กันมหาศาลเลย มันแตกย่อยออกไปอีก เพราะอะไร? เพราะมันเป็นจรตนิสัย นี่ว่าความว่าง ว่างของใครก็แล้วแต่ ให้เขามีสติสัมปชัญญะนะ พอว่าเรื่องของกรรม มันเหมือนเส้นผมบังภูเขา กรรมนะ เวลาเห็นของเขาไง มันเป็นความเห็นความยึดของจิต มันไม่เข้าใจ แล้วมันจะภาวนาอย่างนั้น

เหมือนเด็ก ๆ เลย เวลาเราคุยกับเด็ก ๆ เด็กมันไม่เข้าใจอะไรนี่ เวลาถ้าอธิบายนะ ต้องใช้กาลเวลา บางคนเด็กจะเข้าใจได้ง่าย บางคนเด็กจะเข้าใจได้ยาก บางคนไม่ยอมรับรู้อะไรเลย แล้วต่อต้านด้วย ถ้าต่อต้าน นี่มันเป็นเรื่องกรรม แค่ว่ายอมรับความจริงเท่านั้นนะ ใอันนี้มันก็จะกระจ่างแจ้ว มันเหมือนเส้นผมบังภูเขา มันเป็นแค่ความเห็นอันนี้ นี่มันก็เป็นกรรม

แล้วอันนี้มันให้ผลมหาศาลเลย ให้ผลกับชีวิตคนนะ คนคนหนึ่งอย่างนี้มันบังอยู่แล้วชีวิตคนนี้จะแปรปรวนไปเลย เด็กหรือว่าทางวิทยาศาสตร์เขาพยายามทำวิจัยกัน เห็นไหม อย่างเด็ก อย่างลูก ลูกคนกลาง ลูกอะไรนี่ พวกนี้จะมีกันแบบมันจะน้อยเนื้อต่ำใจ เพราะอะไร? เพราะว่ามันความเห็นไง มันเปลี่ยนแปลงไป แล้วกรรมเวลาเกิดมา มันเกิดในช่วงไหน? เกิดในสภาวะแบบใด?

ถ้ากรรมเป็นสภาวะแบบนั้น เวลาเราจะภาวนาของเรา เราต้องพยายามตั้งสติของเรา ตั้งสติของเรานะ เราเดินจงกรมด้วยกัน เดินจงกรมเวลาเท่ากัน เดินจงกรมต่าง ๆ กัน แต่ผลก็ต่างกัน ใน

คนคนเดียวเวลาเราเดินจงกรม เรานั่งสมาธิภาวนา บางทีก็ลงง่าย บางทีก็ลงยาก บางทีก็มีความเข้าใจ บางทีภาวนาแล้วดี บางทีภาวนาแล้วรู้สึกขนาดไหนมันก็มีแรงต้าน

มีแรงต้าน แรงต้านมาจากไหน? แรงต้านมาจากกิเลส มาจากค้นหาความทะยานอยาก ค้นหาในหัวใจของเราเนี่ยมันต้านออกมา แต่เราจะไปข่มเขาโคกหินหญ้าไม่ได้ เราต้องมีอุบายวิธีการไง ถ้าข่มเขาโคกหินหญ้า ฟังหลวงตาพูด “ขึ้นไปบนภูเขา ร้องให้มา ไปนั่งร้องไห้อยู่กลางภูเขา” ทั้ง ๆ ที่มีความเข้มแข็งขนาดนั้นนะ ทั้ง ๆ ที่ใจสร้างบุญญานิยามขนาดนั้น ทั้ง ๆ ที่มีหลวงปู่มันเป็นผู้ที่เปี่ยมเบ็ญขนาดนั้นนะ ยังไปร้องไห้กลางภูเขา เพราะอะไร? เพราะข่มเขาโคกหินหญ้าไป

เริ่มต้นการภาวนาเนี่ยมันข่มเขาโคกหินหญ้า เพราะอะไร? เพราะมันเป็นไม้คิบบ ๗ ความเห็นของเราไม้คิบบ ๗ มันต่อต้านทั้งนั้นนะ เราถึงว่าเราต่อต้านเข้าไป เราก็ไม่มีกำลังพอ เราถึงต้องใช้อุบายไง เราเดินจงกรมขนาดไหน ปล่อยไป เหมือนน้ำป่า เวลามันซัดมา เราปล่อยให้น้ำมันผ่านไป เราอย่าไปยืนขวางมัน เราปล่อยให้มันผ่านไป แล้วเรากอยเก็บใจ มีเศษไม้ มีเศษวัสดุที่มาจากน้ำนั้น น้ำป่าที่พัดมา มันเป็นอย่างนี้เป็นประโยชน์ไหม

ถ้าเป็นประโยชน์ สิ่งนั้นจะเป็นประโยชน์กับเรา แล้วดูความเสียหาย ความเสียหายที่น้ำมันพัดไปมันเสียหายขนาดไหน คุณอารมณ์เราสิ อารมณ์เราที่มันพัดกระหน่ำมาในหัวใจของเรา ล้มลุกคลุกคลาน มันมีความเสียหายอย่างไร? แล้วเก็บความประโยชน์ของมันคืออะไร? ก็นี่ไง เห็นโทษของมันไหม? เห็นโทษของกิเลสไหม? เห็นโทษของความคิดของตัวเองไหม?

เพราะความคิดของตัวเองนี่แหละทำให้เราเป็นคนทุกข์ เพราะความคิดของตัวเองนี่แหละทำให้เราเกิดเราตาย เพราะความคิดของตัวเองนี่แหละทำให้เราไปตามมัน เพราะเมื่อก่อนเราไม่มีสติ เราไม่มีความเข้าใจ บัดนี้เรามีสติสัมปชัญญะของเราละ เราก็ไม่น้อยเนื้อต่ำใจไป แม้แต่น้ำป่ามันไหลมา มันพัดพรวดไป ความเสียหายมหาศาลเลย

นี่การภาวนาของเราที่เหมือนกัน ถ้ามันไม่ได้ผล มันทนความคิดของเราไม่ได้ ความคิดของเรารุนแรง มันต่อต้านการกระทำของเราก็ไม่เป็นไร ก็ไม่เป็นไรนะ เห็นใจ เห็นโทษของมัน จับความคิดของเรา จับโทษของเรามาให้เป็นประโยชน์กับเรา อะไรก็แล้วแต่ ถ้าเรามีปัญญาขึ้นมา มันจะเป็นประโยชน์กับเราหมดเลย ประโยชน์กับอะไร ให้เห็นโทษของมันไป คนไม่เห็นโทษจะทำคุณงามความดีทำไม คนไม่เห็นว่าคุณผิด ใครจะทำความถูกต้อง มันจะมีเป็นสภาวะแบบนั้น

เวลาครูบาอาจารย์ท่านพูด เวลาภาวนาขึ้นไป เวลาปัญญามันเกิดปัญญามันจุดติดจนนอนไม่ได้ ปัญญามันหมุนตลอดเวลา เวลาปัญญามันหมุนตลอดเวลา มันก็เหมือนน้ำป่า น้ำป่าที่มันพุ่งมาด้วยกิเลสตัดหาความทะยานอยากที่เราไม่มีกำลังควบคุมมันได้เลย มันจะทำความเสียหายให้เรามาหาศาลเลย เราก็เก็บหอมรอมริบขึ้นมาจนกว่าเราจะเห็นโทษของมัน เห็นอะไรเป็นประโยชน์ของมัน เห็นอะไรเป็นประสพการณ์ของมัน ของมันนะ ของมันคือของการกระทำของมัน

แต่ใจเราก็กักผลประโยชน์ของเรา แล้วเรากาวนาของเราขึ้นไป จนถึงจุดหนึ่ง พอไฟมันจุดติด ปัญญามันจุดติด นอนไม่ได้นะ เหมือนกับไฟไหม้เรือน แล้วเราต้องขนของออกจากเรือน ไฟไหม้บ้านนี้เราแบกของ ไฟไหม้บ้านนี้เวลาของหนักขนาดไหน คนแบกได้นะ เพราะพลังงานมันเกิด เกิดจากไม่มีตัวตน พลังงานธรรมชาติ มันแบกได้ มันเป็นไปไม่ได้ เวลาเอากลับ เอากลับไม่ไหว หลอก แบก ๔ คน ๕ คน ยังแบกไม่ได้เลย แต่มันแบกไปคนเดียวได้

นี่ก็เหมือนกัน เวลาปัญญามันเกิดมันเป็นอย่างนั้น ปัญญามันเกิดเหมือนกับที่น้ำป่า ขณะที่ เป็นน้ำป่า ขึ้นอนาคามีนี้มันจะหมุนมากแรงมาก กระทบรุนแรงในหัวใจมาก อันนั้นเป็นแง่บวกนะ เพราะอะไร? เพราะนี่เป็นปัญญา เป็นปัญญาที่มันเกิดขึ้นจากแรงการประพฤติปฏิบัติของเรา เป็นคุณประโยชน์ของเรา เหมือนเราจะเก็บก้อนเขื่อนไว้ เขื่อนเรากั้นไว้ ปริมาณน้ำในเขื่อนมันมากมายขนาดไหน เวลาเราเปิดมานะ เขื่อนนี้ น้ำประโยชน์นั้นเราใช้ประโยชน์ได้มหาศาลเลย

นี่ปัญญาก็เหมือนกัน เวลามันมหาศาล แรงขับเคลื่อนของมันมหาศาลเลย แต่เราใช้ยังไม่ถูกต้อง มันมรรคไม่สามัคคีใจ มรรคสามัคคีมันสมดุล ปัญญาชอบ งานชอบ เพียรชอบ มันต้องความสมดุลของมัน น้ำป่าอย่างนั้น ปัญญามันรุนแรงขนาดนั้น มันก็ทำให้มันไม่สมดุล เพราะอะไร? เพราะปัญญาออกนำ ปัญญามีน้ำหนักมากกว่า สติ สมาธิ ความเป็นเห็นต่าง ๆ มันไม่สมดุลกัน

ไม่สมดุลคือมรรคสามัคคีไม่ได้ เวลามันพิจารณาไป มันปล่อยางก็เป็นตักทศปหาน คือปล่อยางชั่วคราว เพราะมันไม่สมดุล มันไม่สมมุขเจตปหาน นี่ฝึกฝนบ่อยครั้งเข้า ฝึกฝนบ่อยครั้งเข้า แม้แต่มีปัญญามหาศาลยังต้องการฝึกมีการฝน เหมือนสอยเข็มเลย สอยเข็ม ถ้าเราสอยเข็มด้วยเราสอยเข็ม เข็มรูเล็กรูใหญ่ ด้ายเล็กด้ายใหญ่ เห็นไหม ด้ายใหญ่เท่าซุง เข็มรูนิดเดียว แล้วพยายามจะสอยเข้าไป มันเป็นไปได้อย่างไร?

นี่ก็เหมือนกัน ปัญญาที่มันจะฆ่ากิเลสโดยตัดหาความทะยานอยาก มันคิดว่าเป็นคุณธรรม นี่เป็นคุณธรรม.. มันเหมือนกับด้ายเส้นเท่าซุง แล้วมันก็จะไปสอยเข้ารูเข็ม เราก็ต้องพยายามปั่นด้าย พยายามทำให้มันสมควรกับเข็มนั้น ให้มันเป็นไป นี่มันก็มีมรรคสามัคคี ความสมดุลของมัน ความสมดุลของใจที่มันปฏิบัติขึ้นมา

นี่ตั้งแต่กรรมนะ กรรมคือการเกิด กรรมคือความเป็นไป กรรมคือจรดนิสัย กรรมคือโอกาสใช้ใหม่ คราวนี้ภาวนาพุทโธดี คราวหน้าใช้ปัญญาดีอะไรนี่ นี่กรรมคือการกระทำแต่หน่นั้นนะ กรรมในปัจจุบันนะ นี่กรรมฐาน ฐานะที่ตั้งของใจ กรรมมันจะมาเหนือฟ้า กรรมมันจะสูงส่ง เกือบในโกดัง ๑๐ โกดังไม่หมดก็แล้วแต่ เวลามันแสดงตัวออกมา มันแสดงตัวที่ใจ ใจของเรา นี่มันรับภาระ แล้วมันรับภาระเป็นหนเป็นครั้งเป็นคราว เห็นไหม

ถ้ามันทับซ้อน บุญเพนิวาसानุสติญาณ จิตเกิดตาย ๆ ไม่มีต้น ไม่มีปลาย กรรมนี้มันซับซ้อนมหาศาล ถ้าเก็บไว้เป็นวัตถุ โกดังสิบ ๆ โกดังก็เก็บไม่หมด แต่มันเป็นนามธรรม มันเก็บอยู่ในใจ เวลามันแสดงมันแสดงนิดเดียว แสดงเป็นอารมณ์ความรู้สึกหน่อยเดียว แสดงเป็นความเห็นที่เห็น ผิดเห็นถูกหน่อยเดียว ถ้าความเห็นถูกเห็นผิดอันนี้ ถ้าเราควบคุมกรรมอันนี้ เราวิปัสสนาของเรา เราใช้ปัญญาของเราใคร่ครวญไป เราเลาะของเราไป ขณะที่เลาะไป กรรมอันนี้มันสมดุลเป็นสัมมาสมาธิ มันเป็นการกระทำกรรมฐานขึ้นมา มันก็เกิดฐานที่ตั้งให้เกิดปัญญา

ในที่มืด ถ้าเราเปิดไฟจะสว่างขึ้นมา ในหัวใจที่มีดบอด ถ้ามีปัญญาขึ้นมาเป็นครั้งเป็นคราวขึ้นมา ใจนี้มันจะเริ่มมีฐานของมันขึ้นมา แล้วมันจะเป็นปัญญาของเราขึ้นไป กรรมจะมากมายขนาดไหน เวลาพระโมคคัลลานะสำเร็จเป็นอัครสาวกเบื้องซ้าย เป็นพระอรหันต์ขึ้นมาแล้ว แต่กรรมเก่า เห็นไหม ให้โจรมาทาบแต่ร่างกายนั้น ทาบแต่ร่างกายนั้นนะ เพราะหัวใจมันเหนือกว่า

ธรรม เห็นไหม เวลากรรมเกิดขึ้นก็เป็นความเห็น เป็นมุมมอง เป็นความคิด เวลาสิ่งที่เราแก้ไขสิ่งนี้ พอหัวใจนี้พ้นออกไปเป็นวิมุตติสุขไปแล้ว แต่เรายังมีร่างกาย สอุปาทิเสสนิพพาน โทษนะ...เหมือนกับเราจับถ่ายเลย เวลาเราจับถ่ายทิ้งไป ของเสียออกจากร่างกายนี้เราจับถ่ายไป เวลาความทุกข์กับการจับถ่าย เราต้องวิ่งไปหาที่จับถ่ายเลย

นี่ก็เหมือนกัน จิตมันอาศัยอยู่ในร่างกายนี้ ธาตุ ๔ และขันธ ๕ นี่มันเป็นธาตุ มันเป็นของสกปรก แต่หัวใจมันอยู่กับร่างกายนี้ หัวใจที่เป็นวิมุตติสุขอยู่ร่างกายนี้ แล้วเวลาถึงที่สุดแล้ว เห็น

ใหม่ อนุภาทิสถนิพพาน คือเวลาตายไป เวลาตายบีบจิตมันจับถ้าย สิ่งนี้มันเป็นภาวะ พระโมคคัลลานะโดนทูปตรงนี้ไง โดนทูปเฉพาะร่างกายนี้ แต่หัวใจนั้นเข้าไปไม่ถึงหรือ

เวลาที่เราใช้กรรมมันอยู่ในหัวใจของเรา แล้วเราใคร่กรรมด้วยสติปัญญาของเรา มุมมองมันจะดีขึ้นไปเรื่อย ๆ มันสว่างขึ้นไปเรื่อย ๆ ถึงที่สุดแล้วกรรมนั้นพ่นออกไป เราทำลายกรรมในหัวใจทั้งหมดเลย แต่ถ้ายังมีชีวิตอยู่ ยังมีร่างกายนี้อยู่ เพราะร่างกายนี้เกิดจากกรรมเหมือนกัน เราเกิดจากพ่อจากแม่ เราเกิดมาเรามีร่างกายนี้ มีหัวใจ เพราะหัวใจปฏิสนธิก่อน ร่างกายนี้มันเป็นส่วนประกอบ เป็นที่อาศัย เป็นคูหาของใจ

แล้วเวลากรรมที่มันยังมีอยู่ในโลกนี้ เป็นอจินไตยมันตอบสนองได้ ตอบสนองได้นะ คุณิเวลากรบาอาจารย์เราเจ็บไข้ได้ป่วย มันตอบสนองได้ เวลารักษาได้ อิทธิบาท ๔ ผู้ใดมีอิทธิบาท ๔ จะอยู่อีกกัปหนึ่งก็อยู่ได้ ต่อชีวิตได้นะ ต่อชีวิตได้เพราะอะไร? เพราะจิตตะ วิมังสา อิทธิบาท ๔ นี้แต่จิตตะ วิมังสาของพวกเรานั้นทำไม่ได้ เพราะอะไร? เพราะกิเลสของเรานั้นทำให้ไม่สะอาดใจ

แต่เวลาผู้ที่หัวใจมีความบริสุทธิ์ จิตตะ วิมังสา คุณิจิต จิตตัวนี้มันจะไปไหน มันจะตายก็ไอ้ตัวนี้ตัวขับเคลื่อน ตัวเกิดตัวตายเห็นหมด ถ้าเราไม่เห็นหมดเป็นพระอรหันต์ไม่ได้ ถ้าไม่เห็นหมดไม่เข้าใจหมดคนนะ เพราะมีความลังเลสงสัย เกิดจากไหน? ตายจากไหน? จิตนี้ไปไหน? จะเข้าใจดวงนี้หมดเลยเพราะอะไร? เพราะจิตตัวนี้มันตัวเป็นทั้งหมดเลย

แล้วมันเข้าใจตัวนี้หมด มันจะไปตื่นตื่นอะไรกับการเกิดและการตาย เพียงแต่ว่าเป็นประโยชน์ จะอยู่อีกกัปหนึ่งก็รักษาจิตดวงนี้ไว้ไม่ให้มันออกจากร่าง มันก็ไม่ตาย ถ้าออกจากร่างไป มันก็จบกันไง สักกายทิฏฐิ ความเห็นว่ากายไม่ใช่เรา กามราคะ กามนี้เป็นกาม จิตนี้เป็นจิต แยกออกจากกัน แล้วจิตนี้มันจิตเดิมแท้ที่ส่องใส แล้วจิตนี้ทำความส่องใสจนสะอาดทั้งหมด จิตดวงนี้มันพ้นจากการยึดติดแล้วตั้งแต่บัดนั้น นี้การเกิดและการตาย การเคลื่อนไป

สิ่งนี้มันไม่มีความหมายสิ่งใด ๆ เลย ไม่มีความหมายเลยเพราะจิตมันเข้าใจแล้ว พร้อมทั้งจะสละ พร้อมทั้งจะเป็นไป แต่! แต่เวลาบอกทำไมถ้าอย่างนั้นจะไม่รีบตายไปให้พ้น ๆ ไปล่ะ? ถ้ารีบตายไป มันเหมือนกับไม่เป็นสัจจะความจริงใจ เหมือนกับพระอาทิตย์ยังไม่ขึ้น เราก็เรียกร้องเอาแสงสว่าง มันเป็นไปได้ไหม? พระอาทิตย์ขึ้น เราก็เรียกร้องเอาความมืด เป็นไปได้ไหม?

นี่ก็เหมือนกัน มันไม่ถึง ขณะที่มันจะถึงวาระของจิตที่มันต้องออกจากร่าง แล้วเราไปเรียกร้องเอา มันเป็นไปไม่ได้ไหม? คือมันไม่เป็นธรรมดา มันไม่เป็นสัจจะความจริงใจ แล้วจะไปเรียกร้องอย่างนั้นไม่ได้ มันเป็นไปตามความเป็นจริงของเขา นี่อริยสัจ สัจจะความจริงของใจ จิตมันรู้สภาวะแบบนั้น มันก็ต้องไม่เรียกร้องแสงสว่างจากความมืด ไม่เรียกร้องความมืดจากในแสงสว่างนั้น

สิ่งใดเป็นอย่างสภาวะแบบใด ต้องเป็นสภาวะแบบนั้น ถึงคราวของเขา ถึงที่สุดแล้วก็ต้องพรากจากไป ช้าหรือเร็วเท่านั้น เพียงแต่ถ้าเป็นประโยชน์ใด เป็นประโยชน์ ถ้ามันไม่มีแสงสว่างเราก็จุดไฟได้ ถ้ามันต้องการความมืด เราเอาอะไรปิด มันก็บังได้ เห็นไหม อิททิบาท ๔ ถึงว่าชีวิตนี้มันยังเป็นไปได้ เพื่อประโยชน์ของโลก เป็นไปได้ทั้งนั้นละ เพื่อประโยชน์ถ้าจะทำ

แต่ถ้าเป็นกิเลสในหัวใจทำอะไรไม่ได้เลย เพราะไม่เข้าใจ เห็นไหม กรรมบังตา ถ้ากรรมบังตาเราก็จะทุกข์อย่างนี้ สิ่งนี้เก็บไว้ในใจ เพราะอะไร? เพราะสถานะมันเป็นสภาวะแบบนี้ ปัจจุบันธรรมคือปัจจุบันนี้ ถ้าปัจจุบันนี้ทำสภาวะแบบนี้ เราชำระล้างกันตรงนี้ อดีตอนาคต สิ่งที่เกี่ยวข้องกับถมใจมา มันก็แสดงตัวเอาขณะที่เราจะเข้าทางจงกรม

แต่ถ้าสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์มา เวลาเข้าทางจงกรม เวลาเราไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ เวลาอ่านหนังสือธรรมะ เราก็อยากจะประพฤติปฏิบัติ แล้วเวลาประพฤติปฏิบัติ มันก็ไปคิดถึงอดีตอนาคต ทำไมไม่อยู่กับปัจจุบันละ ปัจจุบันอันนี้อยู่ในทางจงกรม อยู่ในทางนั่งสมาธิภาวนา รักษาใจของเรา นี่ปัจจุบันกรรม ถ้ากรรมฐาน ฐานที่ตั้ง เห็นไหม เอกัคคตารมณ์ จิตตั้งมั่น จิตมีฐาน จิตมีปัญญา จิตนี้จะช่วยเหลือตัวเองได้

อดีตอนาคตเป็นเรื่องของโลก...ส่งออก โลกียปัญญา ต้องคิดโครงการ ทำโครงการเพื่อเป็นธุรกิจต่าง ๆ นี่มันเป้าหมาย อนาคตทั้งนั้นเลย มันเป็นอดีตอนาคต เรื่องของโลก ๆ เขา ถ้าเป็นธรรมต้องเป็นปัจจุบัน ในปัจจุบันของเรา ถ้าปัจจุบันนี้มันแก้ไขได้ จิตนี้พ้นจากกิเลสแล้วจิตนี้เป็นปัจจุบันตลอด จิตนี้ไม่เคลื่อนไปตามโลก กรรมจะตามอย่างนี้ได้อย่างไร กรรมเพราะมันอดีตอนาคต มันถึงความเศร้าหมอง ไม่มีอดีตอนาคตใจมันจะเศร้าหมองได้อย่างไร ใจมันเป็นใจอยู่ดวงนั้นโดยความพอใจ นี้อยู่ที่การประพฤติปฏิบัติของเรา อยู่ที่การกระทำของเรา

คูสิ เราจะคิดมากขนาดไหน เราจะทุกข์มากขนาดไหน เราไปไม่ได้ไหม? เราก็ต้องอยู่ตรงนี้ จิตก็อยู่กับร่างกายนี้ แต่มันคิดไปทั่วโลกสงสารเลย แต่ถ้าเราตั้งของเราได้ เราทำของเราได้ เห็น

โทษเห็นคุณของมัน น้ำป่าไหลมาขนาดไหนเก็บประโยชน์จากมัน ประสบการณ์ชีวิตที่มัน
กระทบกระเทือนหัวใจเรา กระทบกระเทือนร่างกายเราเป็นชีวิตนี้ แล้วก็ของมัน แล้วเราก็ย้อนกลับ
มา นี่กรรมมันแปลกมาก

เวลาผู้ใหญ่เข้าใจชีวิตนี้ สงสารเด็กมาก เด็กมันจะเล่นของมันตามประสามัน แล้วพอมันโต
ขึ้นมา ประสบการณ์ชีวิตมันก็เหมือนเรา พอแก่เฒ่าขึ้นมาที่จะสั่งสอนเขา แล้วก็ตายไป แล้วก็เกิด
ใหม่เป็นเด็กอีก เป็นผู้ใหญ่อีกอยู่อย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด มันถึงบังตาอย่างนี้ไง มันบังตาให้เราเกิดตาย
ๆ ตลอดไป

ถ้าเราเข้าใจของเรา เราทำของเราแล้วเป็นประโยชน์กับเรา ถึงตั้งสติไว้ ไม่ไปดีใจเสียใจกับ
อดีตอนาคต ให้เป็นปัจจุบันเรา กรรมอดีตช่วงหัวมัน กรรมอนาคตเพราะปัจจุบันนี้สร้างไป อยู่กับ
ปัจจุบันนี้ แก่ปัจจุบันนี้แล้ว ปฏิบัติอยู่ปัจจุบันนี้ ให้ได้ปัจจุบันนี้ ให้ได้โอกาสตอนนี้ เอวัง