

เทศน์เช้า วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตสนฺโต

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

มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ เขวากันอย่างนั้นไง มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐนะ สิ่งก่อสร้างใดๆ ในโลกนี้ มนุษย์เป็นผู้ทำขึ้นมา ถ้ามนุษย์สร้างบ้านสร้างเรือนขึ้นมา แล้วมนุษย์มีความร่มเย็นเป็นสุขในบ้านเรือนนั้น บ้านเรือนนั้นจะมีความสุข มนุษย์สร้างบ้านเรือนขึ้นมา แล้วบ้านเรือนนั้นมีแต่ความขัดแย้ง มีแต่ความเศร้าหมอง มีแต่ความกระทบกระเทือน มนุษย์นั้นไม่มีความสุขเลย

มนุษย์มีความสุขเพราะอะไร? มนุษย์มีความสุขเพราะมีศีลธรรม เห็นไหม มนุษย์ต่างจากสัตว์ เพราะสัตว์มันไม่มีศีลของมัน มนุษย์มีศีลมีธรรม มนุษย์ถึงต่างจากสัตว์ ถ้าต่างจากสัตว์ เห็นไหม ความต่างจากสัตว์เพราะมนุษย์มีศีลธรรม

ศีลธรรมของมนุษย์แล้วแต่ลัทธิความเชื่อ ถ้าลัทธิความเชื่อของเขา เขาก็มีความเชื่อของเขาแบบนั้น แต่ถ้าเป็นความเชื่อในพระพุทธศาสนาละ ความเชื่อในพระพุทธศาสนา เห็นไหม มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ มันประเสริฐที่ไหนล่ะ ถ้ามันประเสริฐ มันต้องประเสริฐที่หัวใจ แล้วหัวใจมันจะประเสริฐได้อย่างไร

เวลาหัวใจ มันปล่อยไหลไปตามความพอใจของมัน มันก็ไหลไปตามโลกนั่นแหละ ถ้ามันไหลไปตามโลก เห็นไหม มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ ใครประสบความสำเร็จในชีวิต ใครมีความสุข ความปรารถนา เขวากันเป็นบุญกุศลของเขา อันนั้นเป็นอำนาจวาสนาบารมีนะ เพราะการเกิดเป็นมนุษย์ต้องมีอำนาจวาสนาบารมี เราถึงมาเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าเราไม่มีอำนาจวาสนาบารมี มันเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ

การเวียนว่ายตายเกิด ว่ากรรมเป็นธรรมชาติ มันเป็นธรรมชาติของมันอย่างนั้นแหละ ธรรมชาติของธาตุรู้ สันตติ ธาตุที่มีชีวิต ธาตุที่มันแปรปรวนไปตลอดเวลา ด้วยอำนาจของตัณหา ความทะยานอยาก ด้วยอำนาจของกรรม กรรมมันขับไล่สิ่งนั้นไป แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนาดี อำนาจวาสนาบารมีดี ถึงได้ปรารถนาเป็นพระโพธิสัตว์

คำว่า “พระโพธิสัตว์” คือการเสียสละไง พระโพธิสัตว์คือหัวหน้า คือการเผยแผ่ คือความ
ร่วมเย็นเป็นสุขของหมู่คณะ เสียสละมาตลอดไง ความเสียสละอย่างนั้น พุดถึงถ้าเรามองทาง
วิทยาศาสตร์ การเสียสละเป็นความทุกข์ใหม่ มันเป็นความทุกข์อันหนึ่งนะ เราเสียสละเพื่อเขาๆ
แล้วเสียสละไป คุณพ่อแม่สิ พ่อแม่คุณเลวๆขึ้นมา ลูกมันต่อต้านทั้งนั้นแหละ ลูกบอกพ่อแม่ไม่รัก
พ่อแม่ไม่รัก เราเสียสละ แต่แม่แต่ลูกของเรามันยังบอกว่าพ่อแม่ลำเอียงเลย แล้วคิดดูสิ คนเสียสละ
มา ทุกคนก็ต้องแสวงหา ทุกคนก็ต้องปรารถนา

ดูสิ ตอนนี่คนทำบุญนะ คนทำบุญเขาไม่กล้าเปิดเผยตัวเขา เพราะเหตุใด เพราะถ้าเขา
เปิดเผยตัวเขาเนะ ทุกคนจะไปรุมล้อมเขาเลย คนทำบุญ ถ้าคนที่ฉลาดเขาแอบทำ ทำได้ดิน ทำ
ไม่ทำให้ใครรู้ เห็นไหม เพราะอะไรละ นี่ไง สิ่งที่เราปรารถนาดีๆ เขาจะมีความเห็นดีกับเราไป
ไหม? เขาไม่มีความเห็นดีไปกับเรา

ถ้ามนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ สัตว์ประเสริฐมันแยกแยะของมัน อะไรดีอะไรชั่ว ถ้าอะไรดี
อะไรชั่วนะ ทำคุณงามความดีของเรา

อำนาจวาสนาบารมีขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างคุณงามความดีมาขนาดนั้น
แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบารมีเต็มนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ
พระองค์ ถึงชาติสุดท้ายต้องเสียสละลูกเสียสละเมีย เสียสละหมด พระโพธิญาณจะเกิดที่นั่น

ถ้าโพธิญาณนะ เวลามันเสียสละ ดูสิ ถิ่นหา ซาติ เวลาเสียสละไป ความเสียสละไป คนเรา
นะ เวลาบอกว่าทำอย่างนั้นเป็นการเห็นแก่ตัว ความเห็นแก่ตัวไง เพราะความเห็นแก่ตัว...ใช่
มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่เห็นแก่ตัว ที่แก่งแย่ง ที่ขัดแย้งกัน นี่เป็นมนุษย์ที่เห็นแก่ตัว

แต่มนุษย์ที่มีศีลมีธรรมในหัวใจ จิตใจเขาเป็นสาธารณะ จิตใจเขาโอบอ้อมอารี เขา
ปรารถนาดีกับคนอื่น แล้วยิ่งเกิดเป็นพ่อเป็นแม่ เป็นสุภาพบุรุษ แล้วเขามาเอาลูกไปต่อหน้า มัน
เจ็บช้ำน้ำใจขนาดไหน

คนเรานะ ถ้ามันขัดแย้งกัน มันผลักไสกันเพื่อไม่ต้องการให้พบหน้ากัน แต่คนเราที่มัน
ผูกพันกัน แล้วเขามากระชากหัวใจไป มันเจ็บปวดแค่ไหน แต่คนไม่มองตรงนั้นไง คนไปมองว่า
เขาไม่ใช่ตัวเรา เป็นลูก เป็นภรรยาไง เสียสละไปมันไม่เจ็บช้ำน้ำใจหรือ

มันไม่เจ็บช้ำน้ำใจต่อเมื่อเราเองยังไม่มี ความผูกพันมากขนาดนั้น แต่คนที่มีความผูกพันมากขนาดนั้น แล้วมากระซอกหัวใจออกไป มันกระเทือนมาก แต่ถ้าเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่ไง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงมีอำนาจวาสนา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อนาคตังสญาณ พุทธวิสัย

อจินไตย ๔ มีพุทธวิสัย มีเรื่องปัญญาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีใครคาดหมายได้ สาวก สาวกะ แม้แต่อักรสาวกเบื้องซ้ายและเบื้องขวา พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะยังมีปัญญาไม่ได้ขนาดนั้นเลย

การช่วยเหลือเจือจานกันขนาดนั้น เป็นครูสอนตั้งแต่พรหมลงมา ฐัมมค ฐัมโลกนอก โลกใน ของเราไม่ต้องเอาขนาดนั้นหรอก เอาแค่โลกในเรานี้ โลกในที่เป็นสัตว์ประเสริฐ หัวใจเรานี้ เราแก้ไขหัวใจเรา เอาหัวใจเราไว้ในอำนาจของเรา แก้ไขตรงนี้ เอาโลกในเราให้จบ ถ้าโลกในจบแล้วนะ เราชนะ เราชนะหัวใจของเรา เราชนะตัวของเราเองแล้ว เราชนะทั่วโลกเลย ใครจะคิดจินนิทา ใครจะทำร้าย ใครจะกระทบกระเทือนขนาดไหน

เห็นไหม คุณิ ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เสียสละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ เสียสละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต เสียสละชีวิตเพื่อรักษาธรรม

แล้วคำว่า “รักษาธรรมๆ” สัจธรรมอันนั้น เห็นไหม มันไม่สะเทือน มันไม่หวั่นไหวไป มันเหนือโลกไปหมดเลย ฉะนั้น สิ่งที่เป็นสัจธรรมอันนั้นมันเหนือโลกขึ้นไป ถ้ามันทำสัจธรรมความจริงอันนั้นได้ เห็นไหม การทำสัจธรรมความจริงอันนั้น เราถึงได้ย้อนกลับมาหาตัวเราไป

เวลาเวียนว่ายตายเกิดนะ ผลของวิภวัญญะ เรามีเวรมีกรรมต่อกัน เรามาเกิดเป็นพ่อเป็นแม่กัน เราเป็นลูกกัน เราเป็นญาติพี่น้องกัน เราเกิดในชาติตระกูลเดียวกัน เห็นไหม มันมีสายบุญสายกรรม ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าคุณุญญ์เวียนว่ายตายเกิดมาไม่มีภพชาติใดที่ไม่เคยเป็นญาติ เป็นพี่เป็นน้องกัน ไม่มี

เราเสมอกันโดยธรรม เสมอกันโดยธรรมคือเสมอกันโดยการเกิดและการตาย เสมอกันด้วยความหิวความกระหาย มีความทุกข์ความยาก เราเสมอกันตรงนี้ เราเสมอกันที่นี้ เราเป็นญาติกันโดยธรรมที่นี้ ถ้าเราเป็นญาติกันโดยธรรม เราจะเมตตาต่อกัน ใครจะกระทบกระเทือนกับเรา ใครทำให้เรามีความกระเทือน เราให้อภัยเขา เราเป็นญาติ เป็นพี่เป็นน้องกัน เราเป็นญาติกันโดย

ธรรม แต่อำนาจวาสนาบารมีของใจลี อำนาจวาสนาบารมีของใจ เห็นใหม่ ผลของวิญญูะ การเวียน
ว่ายตายเกิดเรามีอำนาจวาสนาเสมอกัน แต่บารมีๆ จิตใจของคนสูงคนต่ำ เห็นใหม่

ในชาติในตระกูลใด ถ้าเป็นธรรม พุคกันรู้เรื่อง พุคกัน เข้าใจกัน มีความอบอุ่น นี้มี
ความสุขมากเลย มีความสุขมากเลย เห็นใหม่ สิ่งที่เป็นความสุขๆ เราปรารถนาที่นี้ แล้วความสุข
มันอยู่กับเราใหม่ละ

สุขเกิดขึ้น สุขตั้งอยู่ แล้วสุขดับไป มันเป็นขั้น ๕ สุขกับทุกข์ แล้ววิมุตติละ วิมุตติสุขมัน
เป็นอย่างไร ถ้าเราปรารถนาที่นั่น เห็นใหม่ มันจะย้อนกลับมาแล้ว ย้อนกลับมาที่ใจของเรา ถ้า
ย้อนกลับมาที่ใจของเรา ถ้าเราเชื่อในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รัตนตรัย พระ
พุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นแก้วสารพัดนึก

พุทธะ พุทธานุสติ ระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พุทโธฯฯ ถ้ามันสงบเข้ามา
สงบเข้ามา ถ้าจิตมันสงบเข้ามาได้นะ มันจะเห็นความมหัศจรรย์ของเรา

สิ่งที่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากำหนดอานาปานสติ เห็นใหม่ ไปศึกษาค้นคว้า
มากับเจ้าลัทธิต่างๆ เป็นวิชาการทั้งหมด เจ้าลัทธิต่างๆ ที่ปัญญาชนว่าเป็นศาสดา เป็นพระ
อรหันต์ทั้งหมด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปศึกษามาหมดแล้วมันไปไม่ได้ ศึกษาโดย
ความเป็นสุภาพบุรุษ ศึกษาจบวิชาการของเขาหมดแล้ว แล้วจิตใจเรายังสงสัยอยู่ จิตใจยังมีสิ่ง
ใดคาอยู่ในใจ มันไม่จบๆ

จนละทิ้งมาๆ จนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาระลึกถึงตอนที่เป็นราชกุมาร พระเจ้า
สุทโธทนะพาไปแรกนาขวัญ นั่งอยู่โคนต้นหว่านนั้น กำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก มัน
สงบระงับ มันระลึกถึงความสุขอันนั้นใจ

เราเคยทำมา แต่สุดท้ายแล้วผลของวิญญูะๆ คือโลกเขาเชื่อกันอย่างนั้น เราเกิดมาอยู่กับโลก
เขา เราก็แสวงหาไปกับเขา พอแสวงหาไปแล้ว ถึงที่สุดแล้วแสวงหา ศึกษาจนจบสิ้นแล้วมันก็ไป
ไม่ได้ มันไปไม่ได้เพราะอะไร เพราะความเป็นจริงในใจ เพราะอำนาจวาสนาบารมีอันนี้ใจ ถ้าไม่
มีอำนาจวาสนาบารมีอันนี้ละ พอไปเจอกับใคร ไปอยู่สังคมใด สังคมเขายินยอมป้อนนะ ไปหมด
เลย

แต่เนื้เอาหลักใจ เอาความจริง เอาความจริง มันไม่ใช่ ทิ้งมาหมดเลย พอมากำหนด มาระลึก ถึงตอนเป็นราชกุมาร แล้วมากำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก อานาปานสติ นั่งอยู่โคนต้นไม้โพธิ์นั้น จิตสงบเข้ามา จิตสงบเข้ามา พอจิตสงบเข้ามา เห็นใหม่ เพราะไม่มีปัญญา จิตสงบเข้ามา เหมือนกำปั้นทุบดิน จิตสงบเข้ามา เราเก็บของเข้าที่ จิตสงบเข้ามา แต่มันไม่มีปัญญาไง

เราเก็บของเข้าที่ แต่เราทำสิ่งของนั้นไม่เป็น เราแค่เก็บเข้าที่ จิตพอมันสงบเข้ามา เห็นใหม่ เข้าที่ของใจ พอเข้าที่ของใจ ข้อมูลที่มันได้สร้างบุญกุศลมา ได้ทำต่างๆ มา บุญเพนิวาसानุสติญาณ มันระลึกได้ มันไปเปิดข้อมูลของมันออกมา มันไปเปิดหัวใจออกมา นี่ระลึกชาติได้ ตั้งแต่พระเวสสันดรไป เราเคยเป็นมาๆ เราเคยเป็นอย่างนี้มา แต่มันก็แก้ไม่ได้ ดิ่งกลับมา พอถึงกลับมา จิตสงบ ระลึกเข้าไป จุติปปาทญาณ ถ้าจิตนี้ไม่มีการแก้ไขมันต้องเกิดต่อไปข้างหน้า

ที่มีดบอบๆ กันอยู่นี้ ผลของวิญญูะที่เวียนว่ายเวียนเกิด ที่เกิดมาเป็นญาติกันโดยธรรม เกิดมาในภพในชาติ เกิดมาในวิญญูะ การเกิดตามกระแสบุญกระแสกรรม เห็นใหม่ จุติปปาทญาณ ญาณที่มันรู้ นี้ข้อมูลของมัน

แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงกลับมา ดิ่งกลับมาแล้วใช้ปัญญา ใช้ปัญญาที่ได้สร้างสมบุญญาธิการมา ความปรารถนาเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นพระโพธิสัตว์ ได้เสียสละมามหาศาล เสียสละชีวิต ตอนเป็นกระต่าย เป็นหัวหน้าฝูงสัตว์ เสียสละชีวิต เสียทุกอย่าง อย่างมา เสียสละมาเพื่อความสุขของสังคม เสียสละมาเพื่อความสุขของหมู่สัตว์ เสียสละความสุขมาเพื่อเป็นจักรพรรดิ เสียสละความสุขมา นี้วาสนาบารมีเต็มมาอย่างนี้

พอเต็ม สิ่งที่มีอำนาจวาสนาบารมี อาสวัภยญาณ เข้ามาด้วยปัญญาญาณ มันมีปัญญา คำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ระลึกชอบ ด้วยสังขธรรมอันนี้ ย้อนกลับมา อาสวัภยญาณ มาชำระล้าง ถอดถอนอวิชชาความไม่รู้ ความที่มันไม่รู้ในใจนี้มันถอดถอนของมันออก มันตำรอกมันคายออก มันคายออก นี่ไง มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ

“ในบรรดาสัตว์สองเท้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด”

“ในบรรดาสองเท้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด” ประเสริฐตรงนี้ ประเสริฐในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ ประเสริฐที่คุณธรรมอันนี้ ประเสริฐที่ความสามารถอันนี้ เห็นใหม่ ในเมื่อมนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ ประเสริฐที่นี้ไง

แต่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ เราว่าเราประเสริฐ ประเสริฐแล้วเราก็มมาใช้ชีวิตกันอย่างนี้
มันประเสริฐ

ประเสริฐนี้เป็นโอกาส การเกิดเป็นมนุษย์นี้แสนยาก แล้วเราเกิดมาประเสริฐแล้ว
ประเสริฐแล้วนะ เราว่าเรามีหน้าที่การงานใช้ใหม่ เกิดมามีพ่อแม่ นี่พระอรหันต์ของคุณ เป็นพระ
อรหันต์ของเรา เพราะเราได้ชีวิตนี้มาจากพ่อแม่ เราก็ต้องดูแลพ่อแม่ของเรา เราก็ต้องมีความ
กตัญญูกตเวทีกับพ่อแม่ของเรา พ่อแม่อยากได้อะไร อยากได้น้ำได้ทำ เราก็หยิบให้ อยากได้สิ่งใด
เราก็ทำ นี่ไง สัตว์ประเสริฐ สิ่งที่เราประเสริฐ ประเสริฐเพราะสิ่งนี้

เราทำหน้าที่การงานของเรา เรามีอาชีพสิ่งใดเราก็ทำอาชีพของเราโดยสุจริต คำว่า “โดย
สุจริต” โดยสุจริตของเรา โลกมันเป็นอย่างนั้นแหละ โลกมันพร่องอยู่เป็นนิจ มันไม่มีอะไร
สมบูรณ์หรอก แต่เราสมบูรณ์ในหัวใจของเรา ด้วยความสุจริตของเรา แล้วเรามีหน้าที่การงานของ
เรา

จิตใจของเรา เห็นไหม สัตว์ประเสริฐ มันมีศีลมีธรรมของมัน แล้วเราก็มำกำหนดพุทโธ
ลมหายใจเข้าออก ลมหายใจเข้าและลมหายใจออกนี่เป็นการดำรงชีวิต ธาตุไฟ ดำรงชีวิตนี้ ฟอก
อากาศออกซิเจนในร่างกายนี้ มันเป็นสิ่งที่มีอยู่ แล้วถ้ามีจิต ความรู้สึก ลมหายใจก็ลมหายใจไป
ปกติ เขาก็ทำหน้าที่การงานอันนั้นสำคัญว่า ทุกอย่างสำคัญไปหมดเลย แต่พอจิตเรามันกำหนด
ลมหายใจเข้านี้พุท ลมหายใจนี้โธ จิตนี้มันได้เกาะลมหายใจนี้ ลมหายใจนี้เป็นอานาปานสติ ลม
หายใจนี้จะมีคุณค่าขึ้นมากับร่างกายของเรา ลมหายใจนี้จะมีคุณค่ากับจิตของเรา

ทั้งๆ ที่เราก็อายุอยู่ที่นี่ แต่ถ้าจิตมันไม่ระลึกรู้ มันไม่มาเกาะ มันเสียความดึงามของจิตไป
มหาศาลเลย แต่ถ้าเราเอาจิตมาเกาะไว้กับลมหายใจเข้าและลมหายใจออก แล้วมันสะสมตัวของ
มัน “นาโน” ความละเอียดลึกซึ้งของมัน มันสะสมตัวของมันขึ้นมา พอมันเป็นตัวของมัน มันเป็น
อิสรภาพของมัน เราจะทิ้งมากเลย เราจะเห็นคุณค่าเลย

สิ่งที่มีค่าที่สุดคือหัวใจของมนุษย์ สิ่งที่มีคุณค่าที่สุดคือปฏิสันธิจิต จิตอันนี้มันมีคุณค่า
เพราะจิตอันนี้มันเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ จิตอันนี้เรามีสติมีปัญญา เรามาใคร่ครวญของเราจน
มันสงบเข้ามา เราเห็นจิตของเรา เรามหัศจรรย์

ของอยู่กับเรา แต่เราไม่เห็น เราไปตะครุบเงา ไปตะครุบเอาสมบัติภายนอก ของของเราอยู่
กลางหัวอกของเรา มันพาเราเวียนว่ายตายเกิดอยู่นี้ มันพาเราเวียนว่ายตายเกิดมา ของของเราแท้ๆ
แต่เราหามันไม่เจอ ของเราแท้ๆ เราไม่เคยดูแลรักษามัน ของของเราแท้ๆ เราเหยียบย่ำทำลายมัน
อยู่นี้

ถ้ามีสติมีปัญหาย้อนกลับมาที่นี้ สัตว์ประเสริฐเขาประเสริฐกันอย่างไร เขาประเสริฐที่หัวใจ
ของเขา เขาไม่ได้ประเสริฐตรงที่ไปแย่งชิงสมบัติจากภายนอก สิ่งนั้นเป็นการสร้างประโยชน์ ถ้า
ใครมีสติปัญญา สิ่งนั้นจะสร้างประโยชน์ ใครไม่มีสติปัญญา สิ่งที่ยแย่งชิงนั้นทำลายหัวใจของ
ตัวเอง ทำลายความเป็นไปของตัวเอง เพราะด้วยบาป ด้วยอกุศล มันไม่ประเสริฐเพราะตรงนั้นไง

ถ้ามันประเสริฐ ประเสริฐแล้วเป็นประโยชน์กับเราสิ ถ้าหัวใจมันประเสริฐขึ้นมา มัน
พัฒนาขึ้นมา จิตใจมันมีคุณธรรมขึ้นมา มันปรารถนา มันอยากทำ คนเรา เห็นใหม่ คุณดี เด็ก ถ้าจับ
ให้มันนั่งนิ่งๆ มันคืนรินเต็มทีเลย

นี่ถ้าใจไม่ปรารถนาจะนั่งสมาธิได้ไหม ใจไม่ปรารถนา เราจะมาทำคุณงามความดีของเรา
ใหม่ เพราะมันไม่ปรารถนา ถ้ามันปรารถนามาสร้างคุณงามความดีของมัน เพื่อประโยชน์กับมัน
มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ ให้ประเสริฐตรงนี้ไง

อย่าไปแข่งขันกันภายนอก เราแข่งขันกับใครไม่ได้หรอก อำนาจวาสนาของคนมันไม่
เท่ากัน อำนาจวาสนาของจิตก็ไม่เท่ากัน แล้วความประเสริฐในใจก็ไม่เท่ากัน เราเอาความ
ประเสริฐที่นี้ให้เป็นความจริงของเรา ฟังธรรมๆ เพื่อเหตุนี้ เอวัง