

## เทศน์เช้า วันที่ ๘ มีนาคม ๒๕๕๗

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสนฺโต

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

อ้าว! ตั้งใจฟังธรรมนะ เราเป็นชาวพุทธ เรานับถือพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาสอน  
อย่างไร? องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนให้มีการเสียสละทาน ให้มีศีล ให้มีการภาวนา  
เห็นไหม ให้มีการเสียสละทาน ให้มีศีล ศีลคือความปกติของใจ ให้มีการภาวนา นั่นเป็นสัตว์  
ประเสริฐ การเป็นสัตว์ประเสริฐนะ เดี่ยวนี้คนรุ่นใหม่บอกว่าเขาไม่นับถือศาสนาใดๆ เขาคิดว่า  
การนับถือศาสนาเป็นของครี ของล้ำสมัย เขาเป็นคนรุ่นใหม่ เขานับถือวิทยาศาสตร์ ถ้า  
วิทยาศาสตร์ต้องการพิสูจน์ตรวจสอบได้ เขาถึงบอกเขาไม่นับถือศาสนาใด เขานับถือวิทยาศาสตร์  
เพราะวิทยาศาสตร์เป็นสิ่งที่เขาไว้วางใจได้ แต่เขาไม่ไว้วางใจเรื่องของศาสนา

ถ้าเรื่องศาสนา เห็นไหม ศาสนาสอนเรื่องใด เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้  
ธรรมขึ้นมาตรัสรู้ที่ไหน? ตรัสรู้ในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย้อนอดีตชาติไป  
บุพเพนิวาสานุสติญาณ จุตูปปาตญาณ อนาคต อาสวักขยญาณในปัจจุบันนี้ ฉะนั้น ชีวิตนี้มาจาก  
ไหน วิทยาศาสตร์พิสูจน์ได้ ตั้งแต่ทฤษฎีที่เราจะพิสูจน์ของเราได้ทางวิทยาศาสตร์ แต่เรื่อง  
ความรู้สึกนึกคิดของคนมันละเอียดอ่อน จินตแพทย์เขายังค้นคว้าให้ถึงที่สุดแห่งทุกขังไม่ได้  
จิตแพทย์ก็พยายามจะขุดให้จิตของเรากลับมาเป็นปกติ

ถ้าจิตใจของใครขาดตกบกพร่อง เขาพยายามจะให้ยาคุมเพื่อให้กลับมาเป็นปกติ ถ้าปกติ  
แล้วก็แค่นั้น เพราะอะไร เพราะเขาไม่มีศาสดา ไม่มีธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
เขาไม่มีความรู้จริงเรื่องสังขาร เขาไม่รู้เรื่องทางวิทยาศาสตร์ไง วิทยาศาสตร์คือเรื่องปรากฏการณ์  
ของจิต นี่เขาค้นคว้ากันแบบนั้น ถ้าค้นคว้ากันแบบนั้นเขาก็รักษาด้วยจิตแพทย์

แต่เวลาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เห็นไหม มนุษย์ต่างจากสัตว์เพราะมี  
ศีลธรรม คำว่า “ศีลธรรม” มนุษย์เกิด เกิดมาจากไหน เห็นไหม ถ้าคนเกิดมาด้วยบุญกุศล เกิดมา  
คาบซ้อนเงินซ้อนทองมา มีพ่อแม่คอยดูแล คอยเกื้อหนุน คอยจุนเจือ คนเกิดมาเป็นคนชั้นกลาง  
พ่อแม่ที่ฉลาด พ่อแม่ที่มีปัญญา พ่อแม่จะเลี้ยงลูกด้วยศีลธรรมด้วยจริยธรรม ให้เขาเสียสละ ให้

จิตใจเขายอมรับกับสังคมได้ ให้เขาอยู่กับสังคมโดยไม่ให้ความกดดันในใจของเขา ให้มีความอบอุ่น เข้าขึ้นมาได้กอดลูกหรือยัง เข้าขึ้นมาได้ดูแลลูกของตัวเองหรือยัง เห็นไหม สิ่งที่เขาอยากไม่ได้คือความรู้สึกนึกคิดอันนี้ สิ่งที่เขาอยากได้คือเงินทองไม่ได้คือนิสัยใจคอของเขา นี่ถ้าเรารักษาดูแลอย่างนี้

เวลาเกิดมาทุกข์ๆ ยากๆ เกิดมาด้วยความขาดแคลน ถ้าเด็กเขาเกิด เห็นไหม คนเราไม่ใช่ดี เพราะการเกิด คนเราดีเพราะการกระทำ การเกิดนะ เกิดด้วยเวรด้วยกรรม คนที่เกิดมามีบุญกุศลพาเกิดขึ้นมา นี่เกิดขึ้นมามีบุญกุศล คำว่า “บุญกุศล” เพราะเขาทำคุณงามความดีของเขา บุญกุศลของเขา เกิดมาก็มีคนดูแลจนเงื่อของเขา คนเราเกิดมาเป็นคนชั้นกลาง เกิดมาก็ปากกัดตีนถีบ พอประมาณ ก็มีพ่อแม่ดูแลรักษาไป

เวลาคนเกิดมาทุกข์ๆ ยากๆ แต่เขาเป็นรัฐบุรุษก็มี เห็นไหม ทาส สปาร์ตาคุสเป็นทาสนะ มันสามารถเป็นกษัตริย์ได้ เห็นไหม เกิดมาจากการเป็นทาส ความเป็นทาส ทาสสมัยโบราณเกิดเป็นทาสก็สัตว์ตัวหนึ่งเท่านั้นแหละ แล้วแต่นายทาสมันจะข่มขู่ข่มเหงอย่างไรก็แล้วแต่ แต่เขาก็มีสติปัญญาของเขา นี่คือการกระทำของเขา สติปัญญาของเขา ถ้าเขาทำให้เขามีสติปัญญาของเขา เขาทำได้ของเขา นี่สิ่งที่ทำแบบนี้ คนเราไม่ได้ดีเพราะการเกิด แต่ดีที่การกระทำ แล้วทำอย่างไรละ

ทำทางโลก เราเกิดมาเราก็มีอาชีพ เราเกิดมาคนต้องมีหน้าที่การงาน เขาว่าใครประสบความสำเร็จทางโลก หน้าที่การงาน นี่บุญกุศล มีงานทำเพื่อแสดงว่าเป็นคนรับผิดชอบมากน้อยแค่ไหน นี่งานของโลกนี้ งานของโลกก็งานอาบเหงื่อต่างน้ำ งานคือหามา สิ่งนี้หามาเพื่อความมั่นคงของชีวิต แต่มั่นคงในชีวิตแล้วจิตใจก็ยังว่าเหวี่ยง

“โลกนี้เราร้อนนั้ก โลกนี้เราร้อนนั้ก” เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเผยแผ่ธรรม พระอรหันต์ ๖๑ องค์ “เธออย่าไปชื้อนทางกัน โลกนี้เราร้อนนั้ก” เพราะว่าสังขธรรมๆ โลกนี้ต้องแสวงหา การแสวงหาของเขา เขาแสวงหาอย่างไร ถ้าเราแสวงหาทางโลก หน้าที่การงานของเราก็เป็นเรื่องของโลกใช้ไหม ถ้าเรื่องของธรรมละ

ถ้าจิตใจเป็นธรรม เราเลี้ยงลูกของเราขึ้นมา อย่าให้ลูกเขาเปรียบเพื่อน ให้ลูกอยู่กับเพื่อน อยู่ด้วยความรักกัน ให้มีสติปัญญา อย่าไปรังแกเขา แต่ถ้าเขาจะเอาเปรียบเรา เราก็ต้องมีสติปัญญาหาทางหลบหลีกของเรา เห็นไหม เราสอนลูกมาตั้งแต่เด็กๆ ให้จิตใจเขาเป็นสาธารณะขึ้นมา แล้ว

ถ้าเราอยู่กับสังคมโลก เราก็มีความรุ่มเย็นเป็นสุขของเรา รุ่มเย็นเป็นสุขเพราะว่ามันไม่เร่าร้อนใจ คือจิตใจมันไม่บีบคั้นตัวเองนัก

จิตใจถ้ามีปมด้อย เรามีแต่ความเสียเปรียบเขา เรามีแต่ความทุกข์ยากของเรา มันกดดันตัวเอง เห็นไหม ถ้าจิตใจไม่กดดันตัวเองมันจะคิดสิ่งใด มีปัญหาสิ่งใดมันก็เข้าใจปัญหาทางโลกได้ นี่มันก็เรื่องโลกใจ ถ้าเราหาประสบความสำเร็จในชีวิต เงินทองก็กองไว้นั้น แล้วเราไปนั่งอยู่บนกองเงินกองทอง เราก็ไปทุกซอกอยู่บนนั้นนะ หัวใจนั่งอยู่บนกองทองเลย เงินทองล้นฟ้าเลย มันนั่งอยู่บนนั้นมันก็มีความทุกข์ของมัน เห็นไหม ความทุกข์มันเกิดที่ใจ ความทุกข์มันไม่ได้เกิดที่ข้าวของเงินทองนั้น

แต่ถ้าคนมีสติปัญญา เราทำของเรา เราเกิดมาด้วยบุญกุศลพาเกิด เกิดมาคาบซ้อนเงินซ้อนทองมา เกิดมาสติปัญญาของเรา เกิดมาเราทำหน้าที่การงานประสบความสำเร็จของเขา ทำสำเร็จแล้วเราจะเจือจางกับโลกทางไหน เห็นไหม ทรัพย์สมบัติที่หามา ถ้าเราเสียสละไป เขาบอกว่าคนเราเกิดมาได้บ้านได้เรือนมาหนึ่งหลัง เวลาบ้านเรือนไฟไหม้ ไฟมันไหม้บ้านเรือนหมดเลย นี่ก็เหมือนกัน เราได้ร่างกายมาหลังหนึ่งก็คือบ้านหลังหนึ่ง จิตใจก็อาศัยอยู่ในบ้านหลังนี้ เราก็หาใช้หาสอยในชีวิตของเรา ถ้าเราเสียสละออกไป เหมือนกับเราเอาทรัพย์สมบัติของบ้านเราออกไปไว้ข้างนอก พอเวลาไฟมันจะเผาบ้านมันก็เผาบ้านเราไป ทรัพย์สมบัติเรายังมีอยู่ แต่ถ้าเราเก็บไว้ เวลาไฟมันเผา มันเผาไปหมดเลย

สิ่งที่เราเสียสละไป ทรัพย์สมบัติของเราเสียสละไป ของเราดีๆ เราเสียสละได้อย่างไร ของเราหามาด้วยน้ำพักน้ำแรงทั้งนั้น เราจะเสียสละได้อย่างไร เพราะเราเห็นคุณประโยชน์ใจ เพราะจิตใจเราเป็นสาธารณะใจ ให้เสียสละสิ่งนี้ไป เสียสละไปเพื่ออะไร? เพื่อฝึกฝนหัวใจของเราใจ

จิตใจมันจะกว้านเอาสมบัติของโลกนี้เป็นของเราคนเดียว แล้วเราเห็นประโยชน์ของการเสียสละทาน ทาน ศีล ภาวนา เห็นไหม ถ้าเรามีการเสียสละทานของเราเพื่อฝึกหัดหัวใจของเรา ถ้าหัวใจเรามันฝึกหัดได้แล้ว เวลาเราจะให้อภัยทาน เราบอก “ต้องเสียสละ ต้องมีข้าวของเงินทองใช้ไหม เราถึงทำบุญกุศลได้”

นี่เราฝึกหัดๆ จนจิตใจเราเป็นธรรมขึ้นมา มันรู้ รู้ว่าอารมณ์ความรู้สึกอันนี้ถ้ามันเสียสละแล้วมันจะมีความสุขของมัน ถ้าจิตใจมันมีความบกพร่อง มีความเครียดในหัวใจของเรา เราก็เสียสละด้วยอภัยทาน ถ้าเราไม่ฝึกหัดการเสียสละทานขึ้นมา เวลามันกดดันหัวใจ เราจะเอาความ

กอดันนี้ออกไปได้อย่างไร แต่ถ้าเราฝึกหัดมา ความกอดันอันนี้ เห็นใหม่ ความกอดันมันก็เป็น  
ธรรมดา มันเป็นอาการ มันเป็นนามธรรม เราไปกว้านมันมา เวลามันมีความบกพร่องในหัวใจ มัน  
มีความกอดันในหัวใจ มันอะไรล่ะ? มันก็เป็นความคิดเราทั้งนั้นแหละ มันเป็นความคิด มันเป็น  
ความตระหนี่ มันเป็นคนไปกว้านมาเอง เห็นใหม่ ถ้าเราไม่เคยฝึกหัดเสียสละทานมา วัตถุยัง  
เสียสละไม่เป็น ยังจับต้องได้ ยังสละออกไปไม่ได้ แล้วสิ่งที่เป็นามธรรมในหัวใจมันจะเสียสละ  
อย่างไร

เวลาเราทำบุญกุศล มันบุญกุศลเพื่อบุญกุศล บุญกุศลมันเป็นผลของวิญญูะ มันทำให้มีบารมี  
ธรรม แล้วฝึกหัดในปัจจุบันนี้ไง มนุษย์ปัจจุบันนี้เรื่องทางโลกเราแอบเห็งือต่างน้ำเพื่อความมั่นคง  
ของชีวิต แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราฝึกฝนของเรา ถ้ามันมีความรู้สึกรู้สึกนึกคิดกอดันในหัวใจ เรา  
พยายามจะเสียสละให้อภัยทาน ให้อภัย ให้อภัยไป พอให้อภัย จิตใจมันก็ปลอดโปร่ง มันก็โล่ง

เวลาของที่เป็นสารพินยเอาเข้ามาแล้วมันเป็นการกอดันตัวเองเสียหายไปหมด แต่เวลากิเลส  
มันกอดันหัวใจ เราแยกแยะไม่ได้ เราทำไม่ได้ เพราะอะไร เพราะเราไม่ได้ศึกษา เพราะว่าเราจะเป็น  
คนรุ่นใหม่ไง “เราไม่ได้นับถือศาสนาใดๆ ทั้งสิ้น เราไม่มีศาสนา เราถือวิทยาศาสตร์ เราถือทฤษฎี  
ความเป็นจริงอันนั้น”

แต่สิ่งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวียนว่ายตายเกิดในวิญญูะ สร้างคุณงามความดีใน  
หัวใจ มีบารมีธรรม มันถึงเห็นคุณงามความดีในหัวใจ มันถึงเห็นภาวนามยปัญญา ภาวนามย  
ปัญญา ปัญญาที่ไม่มีใครรู้ใครเห็นกับเรานะ ภาวนามยปัญญา เกิดทางอันเอก มัคโค ทางอันเอกที่  
จิตใจนี้มันจะก้าวเดินไป นี่จิตใจเราจะก้าวเดินไป

จิตใจของเรามันไม่มีทางออก มันไม่มีทางก้าวเดินไป มันก็กอดันตัวเองกันอยู่อย่างนี้ แล้ว  
ก็บอกว่า “ไม่นับถือศาสนาใดๆ เรานับถือวิทยาศาสตร์ เรานับถือสิ่งที่พิสูจน์ได้ ศาสนาพิสูจน์  
ไม่ได้”...ก็เอ็งไม่มีจิตใจที่ประเสริฐ เอ็งไม่ได้มีการเสียสละ เอ็งไม่มีจิตใจที่เป็นสาธารณะ เอ็งทำ  
หัวใจของเอ็งเป็นสัมมาสมาธิ จิตใจที่มันคงขึ้นมาไม่ได้ ถ้าจิตใจมันคงขึ้นมาไม่ได้ มันไม่รู้อะไร  
เป็นเราไง “ทรัพย์สมบัติเป็นเรา สรรพสิ่งเป็นเรา”...เราก็อ้างอิงในทะเบียนบ้านไป

ถ้าเรามีสติมีปัญญา เรากำหนดพุทโธของเรา มีคำบริกรรมแล้ว สิ่งทรัพย์สมบัติก็หามา  
พอแรงแล้ว สิ่งนี้จะหาทรัพย์สมบัติของใจ เพราะใจนี้เวียนว่ายตายเกิด เกิดนี้มาจากไหน

บุพเพนิวาสานุสติญาณ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเห็นว่าจิตนี้มันเวียนว่ายตายเกิดมาอย่างใด แล้วถ้าไม่มีที่สิ้นสุดมันจะไปข้างหน้า

สิ่งที่เป็นสมบัติที่เวลาเกิดมาคาบซ้อนเงินซ้อนทอง เกิดมาเป็นชนชั้นกลาง เกิดมาทุกข์จนเจ็ญใจ นี่บุญพาเกิด ถ้าบุญพาเกิดนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าย้อนอดีตชาติไปเห็นสิ่งนั้นขึ้นมา เราทำบุญกุศลกันที่นี้

“ชีวิตนี้มาจากไหน ชีวิตนี้มาจากไหน” เราไม่รู้ของเราไม่ได้ แล้วสิ่งใดเรารู้ไม่ได้ หน้าที่การงานก็ทำแล้ว ทุกอย่างก็ทำแล้ว แต่ถ้าเราเห็นคุณค่าของหัวใจของเรา เห็นคุณค่าสิ่งที่เป็นอริยทรัพย์ คำว่า “เป็นอริยทรัพย์” ทรัพย์สมบัติที่ว่า เห็นไหม ทรัพย์สมบัติ ทองก็ตั้นๆ เขาต้องมีตู้เซฟเก็บ ดูอย่างคลังหลวงเขาต้องมีที่เก็บ มีห้องใต้ดินนะ แล้วบุญกุศล ความดี ปัญญา มันเก็บที่ไหน แล้วมันอยู่ที่ไหน ก็ไปรื้อค้นในพระไตรปิฎก นั่นก็ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ไปจำเขา

ในธนาคารชาติมีเงินอยู่ที่แสนล้านๆ เรารู้ได้ เราเป็นคนไทย เราก็มีสติธิในเงินทองนั้น แต่เป็นของเราหรือเปล่า เราใช้ได้หรือเปล่า? เราก้ใช้ไม่ได้ ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราศึกษามานั่นธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าจิตใจมันหยาบมันก็เห็นแต่เรื่องวัตถุ นี่วัตถุมันยังเสียสละไม่ได้

สิ่งที่เป็นนามธรรมๆ แล้วมีคำบริกรรมของเราไป พุทโธๆ พุทธานุสติ เวลามันละเอียดเข้ามาๆ มหัศจรรย์ ทุกคนถ้าจิตสงบนะ ถ้าใครไม่เคยภาวนา “มันทำไมมหัศจรรย์ขนาดนั้น มันทำไมมหัศจรรย์ขนาดนั้น” ไปหาทั่วโลก ๓ โลกธาตุ ไปหาซื้อ หากคนที่หามาได้ หาให้คนที่มึปัญญา มากมายมหาศาล พยายามจะบอกให้เราๆ เรารู้ เรารู้ไม่ได้ แต่เวลาเราพุทโธๆ จิตสงบเข้ามามันเป็นสัมมาสมาธิ มันสงบอย่างนี้ เห็นไหม

สิ่งที่เป็นอริยทรัพย์ สิ่งที่เป็นคุณงามความดีอันละเอียด มันต้องมีวิฤทธิภาวะ จิตใจต้องมีอำนาจวาสนาบารมี มันถึงจะแสวงหา มันถึงจะค้นคว้า ถ้าค้นคว้าขึ้นมา จิตมันสงบเข้ามาได้ “สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี” แล้วมันพึงใจมาก พึงใจมาก

อาบเหงื่อต่างน้ำทุกข์ยากมาขนาดไหน ทำงานเสร็จแล้วได้พักผ่อนมันก็สบาย จิตใจมันหาบริการความรับรู้ในใจ มันรับรู้ มันถึงเจริญ มันขาดตกบกพร่อง มันขาดๆ เกินๆ ในใจมา

ตลอด มันไม่พอดีสักที เคี้ยวก็ขาด เคี้ยวก็เกิน เวลาเกินมา แหม! เกินมากก็เก็บที่ไหนไม่ได้ เวลาขาด ไปนี่เราร้อนนั้ก เวลาเราพุทโธๆ จนมันอึดเต็มในตัวมัน มันไม่ขาด มันไม่เกิน แล้วมันมีสติปัญญา มีสติ ถ้ามีสติขึ้นมามันจะรู้ บริหารจัดการความสงบอันนี้ได้ มันมหัศจรรย์แล้วก็อยากได้ๆ อยากได้เพราะมันหาซื้อไม่ได้ ทุกข์จนเจ็บใจ เศรษฐีกุมภพินขนาดไหน หาซื้อไม่ได้ มันต้องทำขึ้นมาจาก หัวใจของเรา แล้วหัวใจที่ทำอย่างนี้ได้มันต้องมีจิตใจที่เป็นสาธารณะ เห็นคุณงามความดีอัน ละเอียด

คูลี เขาอาบเหงื่อต่างน้ำมา เขาได้ทรัพย์เงินทองมาก็เป็นสมบัติของเขา เวลาเราภาวนา กัน ถ้าเรามีสติ เราบริกรรมพุทโธของเรา ถ้าจิตมันสงบ มันเป็นสมบัติของเรา แล้วใครวัดค่าล่ะ ค่า นี้จะไปเทียบเคียงกับใครล่ะ สมบัติเงินทองเขาวัดค่ากันได้ ความสงบระงับในใจใครวัดค่าได้ แต่ องค์กรสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวัดค่า เวลาขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อปัปนาสมาธิ พอเป็นสมาธิ สมาธิแก่ก็เลสไม่ได้ แต่ไม่มีสมาธิขึ้นมา มรรค ๘ ก็เกิดไม่ได้ มรรคจะเกิดขึ้นมาด้วยสัมมาสมาธิ มันจะมีคำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ความระลึกชอบ องค์กรสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้เอง โดยชอบ

ลัทธิศาสนาอื่นเขาบอกว่าเป็นศาสดาๆ เขาตรัสรู้เองโดยไม่ชอบ เพราะเขาเข้าข้างตัวเอง เขาโน้มเอียงไปทางความเห็นของเขา มันไม่เป็น มันขาดมันเกินของมัน มันก็ว่าพอดีของมัน เขา ว่าของเขาไปอย่างนั้น นั่นคือความไม่ชอบธรรม

ถ้าเราชอบธรรมของเรา ถ้าจิตมันสงบแล้ว ฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้ามันออกฝึกหัดใช้ปัญญา มัน เกิดภาวนามยปัญญา นี้อริยทรัพย์อย่างนี้

ปัญญาๆ ที่เขาศึกษา เขาไปตีวงกันนะ เวล่านักเรียนเขาไปตีวงกัน เขาจะเรียนพิเศษ เขาจะให้ มีปัญญามากๆ ขึ้นมา...ปัญญาก็แค่ไปสอบ แคร์ู้ข้อสอบ แค่สอบได้ แต่ไอ้เนี่ยมันเป็นความวิตกกังวล ในใจ มันเป็นเรื่องที่เป็นทุกข์ในใจ ถ้ามีปัญญาขึ้นมา มันแยกแยะของมัน มันไปรู้ไปเห็นของมัน

กิเลสเป็นนามธรรม มันอาศัยกาย อาศัยเวทนา อาศัยจิต เวทนาสุขกับทุกข์มันอาศัยสิ่งนี้ หลอกเรา แล้วมันก็อาศัยสิ่งนี้ให้เราวิ่งตามมันไป ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราจับมันได้ เราพิจารณาได้ “เออ! กูไม่ตามเอ็งไปแล้วละ” ไม่ตามไปแล้วกูจะทำลายเอ็งด้วย กูจะทำลายเอ็ง กูจะตำรอกายเอ็ง ออกเลย กูจะเป็นอิสระ จะไม่ให้เอ็งมาครอบงำกูได้อีกเลย” มันทำของมันได้ นี้อริยทรัพย์ ทรัพย์

สิ่งนี้จะทำได้ต่อเมื่อเรามีความพอใจ เรามีความพอใจเราถึงกระทำ ต้องมีศรัทธาความเชื่อเราถึงแสวงหา ถึงมีการกระทำ

ถ้าเราทำสักแต่ว่า เห็นเขาทำกัน เสรสองบาตรไป เห็นเขาสองก็ส่งไปด้วย เห็นเขานั่งก็นั่งไปกับเขา เห็นเขาภาวนาเป็นกระแสรสขมเราก็ทำไปกับเขา แล้วก็เอามาไม้กันปากเปียกปากแฉะแล้วมันเป็นจริงไหมล่ะ

ถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา ปัจฉัตตัง สันตัญญูโก เราจะรู้ในหัวใจของเรา เราจะเข้าใจในหัวใจของเรา เราจะมีที่พึ่งของเรา

ถ้าเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เราเกิดมาเป็นมนุษย์มีอริยทรัพย์ เราเกิดมาพบพระพุทธศาสนา หน้าที่การงานเราทำของเรา อาบเหงื่อต่างน้ำเพื่อมีปัจจัยเครื่องอาศัย แล้วชีวิตนี้ลมหายใจเข้าให้นึกพุท ลมหายใจออกให้นึกโธ ถ้ามีเวลาว่าง เราไม่หายใจทิ้งเปล่าๆ ทั้งๆ ที่หายใจเพื่อดำรงชีวิต แต่ถ้าหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มีอานาปานสติ

เรามีสติ เรามีพุทธานุสติ เรามีสติอยู่กับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรามีสติอยู่กับอากาศ อานาปานสติ นี้อยู่เป็นสติปัญญา เราสร้างขึ้นมา เพราะหน้าที่การงานเราแสวงหามาเพื่อปัจจัยเครื่องอาศัย ถ้าเรามีอานาปานสติ เรามีพุทธานุสติ จิตใจเรามันจะมีทรัพย์ของมัน จิตใจมันจะมีบุญกุศล

บุญพาเกิด บาปพาเกิด สิ่งที่มีบุญกุศลมันจะพาจิตนี้ให้เกิดในที่ดีๆ สุขโต จิตร่มเย็นเป็นสุข แล้วมันจะมีความร่มเย็นเป็นสุขไปข้างหน้า เห็นไหม เวลาจิตนี้ออกจากร่างไป มันเคลื่อนไปมันเอาของมันไป มันมีทรัพย์สมบัติติดตัวมันไป นี่เราทำเพื่อเหตุนี้ ทำบุญกุศลเพื่อหัวใจของเรา ถ้าเรามีสติมีปัญญา เราจะเลือกเอาระหว่างโลกกับธรรม

ทั้งๆ ที่เรายู่กับโลก เราทำหน้าที่การงานทางโลก เราก็ต้องแสวงหาสิ่งที่หัวใจของเรามันมีทรัพย์ของมัน หัวใจของเรามันได้จับของมัน นี้วิญญาณาหาร จิตใจนี้ได้ทำแล้ว จิตใจมีที่พึ่งของมันแล้ว ถ้ามันมีความอึดอัดขัดข้อง ทำแล้วไม่พอใจหัวใจของเรา เห็นไหม ถ้าเรามีปัญญา อภัย เราพยายามเอามันออก ถ้าเราเอาออกได้มันจะปลอดโปร่งทั้งข้างนอก ทั้งข้างใน เราจะมีสติมีปัญญาเพื่อชีวิตของเรา ดำรงชีวิตนี้ไว้ให้เป็นสมบัติของเราเอง เอวัง