

เทศน์เช้า วันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๗

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

อ้าว! ตั้งใจฟังธรรมะเนาะ ธรรมะเพื่อหัวใจใจ ธรรมะเพื่อพันธุกรรมของจิต ธรรมะเพื่อเปลี่ยนโปรแกรมของความรู้สึกนึกคิด ถ้าความรู้สึกนึกคิดนะ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะปรินิพพาน “ภิกษุทั้งหลาย เธอจงพิจารณาสังขารด้วยความไม่ประมาทเถิด”

ความประมาทเลินเล่อใจ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสั่งไว้เป็นคำสุดท้ายเลย แต่ในชีวิตขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านะ มีแต่ความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์ เวลาลากสักการะ คนถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามหาศาล แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าดำรงชีวิตด้วยความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์เป็นตัวอย่าง เป็นแบบอย่างไง ถ้าเป็นตัวอย่าง เป็นแบบอย่างนะ นี่ความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์ ถ้าความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์ครูบาอาจารย์ท่านสอนอย่างนั้น ถ้าสอนอย่างนั้น การประหัยคัมมัชฌ์สัถ์เพื่ออะไรละ เพื่อประโยชน์กับเราไง

เพื่อประโยชน์กับเรา เพราะการประหัยคัมมัชฌ์สัถ์มันทำให้เราไม่เห่อเหิม เวลาเล็กน้อย สันโดษ เราสันโดษแล้วยังเล็กน้อยอีก มกน้อยในอะไร? มกน้อยในตัดหาความทะยานอยาก มกน้อยในสิ่งที่กิเลสมันออกหาเหยื่อของมัน แต่เรามีความขยันหมั่นเพียร เราต้องมีความขยันหมั่นเพียร ถ้าไม่มีความขยันหมั่นเพียร เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากว่าจะตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย การสะสมบารมี การกระทำคุณงามความดี พระโพธิสัตว์เสวยสละมาทุกๆ อย่าง พระเวสสันดร เวลาเป็นพระเวสสันดรชาติสุดท้ายเสวยสละหมด มีสิ่งใดในโลกเขาปรารถนา มีแต่การเสวยสละ ใครทำได้อย่างนั้น

ที่ทำไม่ได้ อย่างนั้น เพราะว่าเราไม่มีอำนาจวาสนาบารมีขนาดนั้น เพราะเราพะวักพะวนไปหมดล่ะว่า อนาคตเราจะใช้อย่างไร พรุ่งนี้เราจะอยู่กันอย่างไร นี่เราพยายามจะแสวงหาเพื่อความมั่นคงของชีวิต มันก็ไม่มีสิ่งใดเป็นความมั่นคงของชีวิตเลย

แต่เวลาพระโพธิสัตว์เสียดลละๆ มา เสียดลละมาอย่างนั้น เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมาถึงมีอำนาจวาสนาบารมีไง แต่ขณะมีอำนาจวาสนาบารมี ลากสักการะมหาศาล แต่ท่านก็ยังประหยัคมัธยัสถ์ของท่านเพื่อเป็นแบบอย่าง

อย่างของเรา เราทำของเรา มา เราทำบุญกุศลของเรา เพื่อบุญกุศลของเรา เพื่อบุญกุศลเพื่อโอกาส เพื่อจังหวะและโอกาสของเรา เวลาโอกาสของเรา ทำสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จๆ ทำไมมันขาดตกบกพร่องล่ะ การขาดตกบกพร่องมันต้องมีเหตุ มีที่มาที่ไปทั้งนั้นแหละ เห็นไหม คนเราทำอะไรมา เรามีเวรมีกรรมมาเราถึงได้มาเกิดไง คำว่า “มาเกิดๆ” เพราะมันมีกรรมดีมาเกิดนะ คำว่า “มาเกิด” ทำไมต้องมาเกิดล่ะ

เวลาครูบาอาจารย์ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาประพฤติปฏิบัติขึ้นมากก็เพื่อความไม่เกิด

แล้วทำไมต้องมาเกิดล่ะ? จิตในเมื่อมีวิชามันต้องเกิดของมันโดยธรรมชาติของมัน จะเกิดในสถานะใดก็แล้วแต่ แต่ในขณะที่ในปัจจุบันนี้เราได้มาเกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นมนุษย์มีสติปัญญา แต่ด้วยกิเลสครอบงำ พอโดนกิเลสมันครอบงำ จะเทียมหน้าเทียมตา คำว่า “เทียมหน้าเทียมตาเขา” มันเป็นสิ่งกระตุ้นให้เราขยันหมั่นเพียร

ถ้าความขยันหมั่นเพียร เราอาบน้ำห้องต่างน้ำ เราทำหน้าที่การงานของเราด้วยความสามารถของเราทั้งนั้นแหละ แต่ถ้ามันถึงที่สุดแล้ว เวิร์กรรมมันมีอย่างนี้ เราทำบุญกุศลมาขนาดนี้ เราได้ทำของเราแล้ว เราชวนขยายแล้ว อันนี้ก็สร้างสมบุญญาธิการแบบพระโพธิสัตว์ในเวลาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย การสร้างมาๆ ก็สร้างมาอย่างนี้

ทำคุณงามความดี ความดีเป็นความดีของเรา ไม่ใช่ความดีเพื่อจัดฉาก ความดีเพื่อให้คนเขายอมรับ ความดีอย่างนั้นทำแล้วยังมีความทุกข์ เพราะทำแล้วไม่สมความปรารถนา แต่ความดีของเรา เรามีความพอใจ ทิ้งเหวๆ ทิ้งเหวคือทำแล้วก็จบ แล้วจบแล้วได้อะไรขึ้นมาล่ะ? ก็ได้

สร้างสมบุญญานิติการ ได้สร้างสมบารมีใจ ได้สร้างสมบารมี มันเบากาย เบาใจ มันเบาไปหมด ไม่มีสิ่งใดเป็นภาระรุงรัง ไม่มีสิ่งใดเป็นภาระรุงรัง เราก็ทำหน้าที่การงานของเราไปไง ดำรงชีวิตของเราไปไง

สิ่งที่ประพาศปฏิบัติ เวลานี้สำคัญมาก เวลา เห็นไหม เรานั่งปฏิบัติกัน จุฑรูปไว้ดอกหนึ่ง เวลานั่งสมาธิ ทำไมรูปมันช้าจัง นี่เวลา เวลาเรานั่งขึ้นมาเราก็ต้องการให้มันเร็วๆ ให้มันเป็นไป ให้จิตเราเป็นไป

แต่เวลาเราทำหน้าที่การงาน เวลา เวลามันพิสูจน์กัน คนเรา จังหวะและโอกาส เวลานี้สำคัญมาก ถ้าเวลาสำคัญมากนะ เวลามันเปลี่ยนแปลงไป คำว่า ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย มันอยู่ที่ไหนละ ในปัจจุบันนี้ทำไมองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าย้อนอดีตชาติไปไม่มีที่สิ้นสุด ไม่มีต้นไม่มีปลายละ เห็นไหม สิ่งที่ได้มาๆ ท่านได้ของท่านมาอย่างนั้นท่านยังประหยัดมรรษัต์ใจ

แต่ของเรา เราปากกัดตีนถีบเพื่อความมั่นคงของชีวิตของเรา เพื่อความมั่นคงของชีวิตนะ เสียสละๆ เสียสละเพื่ออะไร วัตถุมันช่วยเหลือเจือจานกันได้ใช่ไหม แต่เวลาจิตใจ เวลากิเลส ตัณหาความทะยานอยากมันบีบคั้น ความทุกข์ในใจ เราจะเสียสละอย่างไร การเสียสละ ถ้าเราไม่มีทาน ไม่มีศีล ไม่มีสมาธิ ไม่มีปัญญา เราจะปฏิบัติกันอย่างไร เรามีกำลังใจได้อย่างไร

สิ่งที่เรามีศีลของเรา ความปกติของใจ แล้วเรานั่งสมาธิของเราเพื่อความสงบระงับของเรา สงบระงับเพราะเหตุใด เพราะมันวาง มันสลัดทิ้ง มันสลัดทิ้งสิ่งที่มันเกาะเกี่ยวหัวใจ ถ้ามันสลัดทิ้งของมันได้มันเป็นเอกเทศ เป็นเอกเทศมันก็มีความสุขของมันใจ มันปล่อยวางสิ่งต่างๆ ทั้งหมด ถ้าจิตมันสงบมันปล่อยวางต่างๆ

ความสงบนั้นเป็นคุณสมบัติของจิต แต่ความสุขที่จะได้มาจากความสงบอันนั้นมันเป็นความมหัศจรรย์ แล้วสิ่งนี้มันไม่มีอยู่ในโลก มันไม่มีอยู่ในการแสวงหาจากที่ไหน มันจะมีอยู่ได้ต่อเมื่อพุทธานุสติ หรือปัญญาอบรมสมาธิ มันมีอยู่ได้ด้วยการกระทำของเรา สิ่งทีกระทำแบบนี้ ถ้ามันทำขึ้นมาเป็นความจริงของเรา ที่ว่าประหยัดมรรษัต์ เขาประหยัดมรรษัต์เพราะเขาหวังสิ่งนี้

ใจ

ถ้าเราฟุ้งเพื่อย เราฟุ้งเพื่อห่อเหิม คุณิ เราจะวางความคิด เราจะวางความคิด เราจะวางความคิด บีบคั้นในหัวใจของเรา ถ้ามันห่อเหิม มันไปไหนล่ะ? มันก็ไปตามอาการนั้นไง ไปตาม ตัณหาความทะยานอยากที่มันครอบงำ ที่มันชักนำมันไปไง ถ้าเราประหยัดมัชฌิมาตัณหาที่ประหยัด มัชฌิมาตัณหาที่นี้

เวลาพระเรามีข้อวัตรปฏิบัติก็ปฏิบัติเพื่อเหตุนี้ ปฏิบัติเพื่อรักษาใจเราไว้ เวลาที่นั่งสมาธิ ภาวนามันจะได้ภาวนาได้ง่ายขึ้น นี่ก็เหมือนกัน คุณิ ทางโลกเราต้องมีปัญญาเพื่อคิดค้น โครงการของเรา ทำสิ่งใดต้องประสบความสำเร็จของเรา อันนั้นเป็นหน้าที่การงาน มันไม่เสียหาย แต่ถ้า มันทำแล้วประสบความสำเร็จมันก็ประสบความสำเร็จ ถ้ามันทำแล้วมันยังขาดตกบกพร่องจะทำ ต่อไป เดียวเราทำของเราใหม่ ถ้าทำแล้วมันผิดพลาดขึ้นไป เราก็ใช้สติปัญญาแก้ไข สติปัญญา มีการกระทำใหม่ มันก็คิดของมันไป คิดของมันไป เพราะคนเราชีวิตมันมีลุ่มๆ ดอนๆ ทั้งนั้นแหละ นี่คำว่า “ลุ่มๆ ดอนๆ”

คนที่สร้างอำนาจวาสนาบารมีมานะ ทำสิ่งใดทำไมเขาประสบความสำเร็จ แล้วประสบความสำเร็จในปัจจุบันนี้ต้องดูให้คึณะ ประสบความสำเร็จด้วยการจัดฉาก ประสบความสำเร็จ ด้วยการประชาสัมพันธ์ กับประสบความสำเร็จจริง ประสบความสำเร็จจริงเขาเก็บไว้ เขาไม่บอกใคร คุณิ เวลาทรัพย์สมบัติของเรา แก้วแหวนเงินทองเราเก็บไว้ในเซฟ เราไม่เอาไปโชว์ใคร พอไปโชว์ใครนี่มันอันตราย เห็นไหม

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเขาประสบความสำเร็จจริง เขาเงียบ ยิ่งเป็นครูบาอาจารย์ของเรานะ เวลาถามเรื่องนิพพาน ลูกขึ้น เม้มปาก แล้วนั่งลง เพราะพูดออกไปมันมีแต่ตีความ พูดไปเขาไม่รู้ เขาไม่รู้อะไรกับเรา เขาจะรู้ได้อย่างไรล่ะ แต่เรารู้ในใจเราใช่ไหม

เวลามันดีดึ้น เวลามันทุกข์มันยาก ใครเป็นคนรู้ เวลามันวาง ใครเป็นคนรู้ ถ้ามันวาง ขึ้นมา คนที่ไม่เคยประสบ วางแล้วมันก็ไม่เข้าใจ เห็นไหม เขาต้องฝึกฝนพยายามปฏิบัติซ้ำแล้ว ซ้ำเล่าเพื่อชำนาญในวสี ชำนาญในวสีคือชำนาญในการเข้าและการออก

เขาบอกว่า “สมาธิต้องมีการเข้า การออกด้วยหรือ สมาธิมันอยู่กับเราไม่ใช่หรือ”

สมาธิมันอยู่กับเราก็หิบบันมาสิ ก็จับต้องมันมาสิว่าให้อยู่กับเรา เพราะสมาธิ สุขอื่นใด เท่ากับจิตสงบไม่มี ความสุข ความสงบ ความสุขใครไม่ต้องการ ใครก็ต้องการทั้งนั้นแหละ

ปรารถนาทั้งนั้นแหละ แล้วทำไมเอามาไว้ในใจเราไม่ได้ละ แล้วเวลามันเกิดขึ้นมามันเกิดที่ไหน? มันก็เกิดที่ใจอยู่นั้นแหละ เวลาจะแสวงหามัน เวลาต้องการมัน มันวิ่งหนี มันไม่ให้เราสัมผัสหรือ

แต่เวลาเราพุทโธๆ ของเราไป เราไม่ต้องไปสนใจเขาเลย เราสนใจแต่เหตุ เราสนใจแต่การกระทำของเรา เรามีสติปัญญา พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน มันอยู่กับเรานี้แหละ แต่มันโคจรอบงำไปโดยเมฆหมอก ถ้าเมฆหมอกมันครอบงำ มันปิดกั้น แสงอาทิตย์ แสงจันทร์มันไม่ถึงเรา ทั้งๆ ที่มันก็อยู่กับเรา เพราะเราปฏิบัติแล้วเราไม่มีสติปัญญาพอ เราไม่แยกแยะได้พอ ถ้าแยกแยะได้พอแล้ว แล้วเข้าใจแล้วนะ คนที่ทำความชำนาญ เวลาทำสมาธิ เวลาทำความสงบของใจ ถ้ามันไม่สงบ ไม่สงบเพราะอะไร เพราะเราเคยทำได้ ของมันอยู่กับเรา มันไม่สงบเพราะอะไร

มันสงบไม่ได้ เขาก็ต้องหาเหตุแล้ว เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะอะไร เราก็คงมีสติปัญญามากขึ้น มีสติปัญญามากขึ้น มีความละเอียดรอบคอบมากขึ้น เพราะมันเป็นไปได้และเป็นไปได้อย่างจริง แต่ที่มันเป็นไปไม่ได้เพราะว่าตัดหาความทะยานอยาก สมุทัย ความผิดพลาด ความพลั้งเผลอ ความไม่รอบคอบของเรา ความผิดพลาด ความพลั้งเผลอ ความไม่รอบคอบ แล้วความรอบคอบอย่างไร

คูลี เวลาประหยัดมัธยัสถ์ ประหยัดมัธยัสถ์ก็เพื่อความดำรงชีวิต เพื่อความมั่นคง แต่เวลาเรารักษาจิตของเรา มีสติปัญญาขนาดไหน ถ้ามีสติปัญญาขนาดไหน ถ้าพุทโธซัดๆ เข้าไป มันต้องเข้าไปสู่ใจ ถ้าเข้าไปสู่ใจมันก็วางของมันได้ พอมันวางได้มันก็เข้าถึงฉนิทสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิเป็นความจริง ได้พักผ่อน พอพักออกมาแล้ว ถ้าคนมีครูบาอาจารย์ ท่านให้ฝึกหัดใช้ปัญญา นี่จิตสงบแล้วมันมีพลังของจิต มันมีกำลังแล้ว เราทำอะไรก็ได้

นี่ก็เหมือนกัน ทั้งๆ ที่อยู่กับเรา จิตอยู่กับเรา แต่เราบริหารมันไม่เป็น เวลาเราจะบริหาร เขาก็บริหารความคิด เขาบอกว่าจัดระบบความคิดให้ดี นี่จัดระบบความคิด จัดระบบของมัน เราจะเป็นเปิดลิ้นชักไหนออกมาใช้ก็ได้ ความคิดนะ คิดเรื่องงาน คิดเรื่องครอบครัว คิดเรื่องบ้าน คิดเรื่องต่างๆ แล้วแต่เปิดลิ้นชักออกมา เขาว่าเราบริหารความคิดของเรา

ความคิดก็คือความคิด แต่ถ้าเราพุทโธๆ ก็เป็นความคิดเหมือนกัน แต่ความคิดเพื่อชำระล้าง ความคิดเพื่อล้าง นี่หนามยอกเอาหนามบ่ง เอาความคิดเข้าไป พิจารณาเข้าไป แยกแยะเข้าไป

ว่า เพราะความคิดมันถึงแบกหาม เพราะความคิดถึงทำให้ละล้าละลัง สติปัญญาที่ความคิด นี่ ปัญญาแก้ปัญญา เวลาปัญญามันเข้าใจแล้วมันก็ปล่อย พอมันปล่อยขึ้นมา เพราะปล่อยแล้วมัน ต้องเหลือ เพราะความคิดเกิดจากจิต เพราะจิตมันไปเสวยมันถึงมีความคิด เวลามันปล่อย ปล่อย สัตถุญาอารมณ์ ปล่อยอารมณ์ความรู้สึก แล้วมันเหลืออะไรละ

นี่มันมหัศจรรย์ตรงนี้ เห็นไหม สัม-เปลือกส้ม เวลามันปอกเปลือกส้มขึ้นมาแล้ว เนื้อส้ม มันหวาน เปลือกส้มมันขม เวลาเราจะกิน เราก็กินเปลือกส้มเลย กัดทั้งเปลือกส้มเลย เปลือกส้ม มันก็ขม ความรู้สึกนึกคิดมันก็ให้โทษกับเราอยู่อย่างนี้ แล้วเราปอกเปลือกส้มออก เนื้อส้มมัน หวาน เนื้อส้มมันหวานนะ ถ้าปอกเปลือกส้มก็ความคิดนี้ ความคิดที่เป็นสมุทัยมันเจอไปด้วย สมุทัย มันเจอไปด้วยค้นหาความทะยานอยาก เวลามันใช้ความคิดของมัน มันแยกแยะของมัน มันปล่อย มันปล่อยขึ้นมา

เพราะความประหัยคัมภีร์สถ์ มันจะมีสติ มันมีการบริหารจัดการ เพราะการบริหาร จัดการนั้นมันเป็นการฝึกหัดสติ ฝึกหัดปัญญาของเราโดยปัญญาโลกๆ นี่แหละ แต่เวลามันเข้าไป ถึงจิตมันสงบแล้ว เวลาใช้ปัญญาแล้ว ตอนนี้นั้นจะใช้ง่าย คือปัญญามันจะกว้างขวาง มันจะรู้ อื่นนะ คุณิ ความคิดเรา จิตได้สำนึกของเรามันพยายามจะหลบจะซ่อน สิ่งใดที่มันเป็นความไม่ดี ของเรามันจะอยู่ได้พรม มันจะปิดกั้น มันจะไม่ให้มรรคเข้าไปทำลาย เวลาปัญญามันเกิดขึ้น มัน แยกมันแยะ มันค้นมันคว้า มันไปทะลุปรุโปร่ง มันไปได้หมด คราวนี้จะรู้เลยว่ามันไปได้ กว้างไกลแค่ไหน

เวลาปัญญามันเกิดนะ ปัญญามันเกิด เกิดเพราะอะไรละ เกิดเพราะสติ เกิดเพราะสมาธิ เกิดเพราะมีการกระทำกับไม่มีการฝึกหัด ถ้าบอกว่าปัญญามันจะเกิด เวลามันเกิด เราก็รอให้ ปัญญามันมา เราทำสมาธิแล้วปัญญามันจะเกิดเองๆ เมื่อไหร่มันจะเกิดละ...มันเกิดไม่ได้ ถ้ามัน เกิดมันก็เป็นโลกียะ ถ้ามันเกิด มันเกิดจากภพ มันเกิดจากสถานที เพราะมันมีเหตุของมัน คือมัน มีภวาสวะ มันมีภพ มันมีสมุทัย มันมีอวิชชา มันถึงได้เกิด พอเกิดอย่างนั้นเกิดแบบอวิชชา แต่ถ้า เรามีสติปัญญามันจะเกิดเป็นวิชชา ถ้าเกิดวิชชา วิชชาธรรมใจ ถ้าวิชชาธรรมขึ้นมา เห็นไหม

เพราะเราเป็นชาวพุทธนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดาของเรา เป็น ตัวอย่างของเรา เพราะมีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือก่อนขึ้นมาถึงมีสังฆกรรม พอมีสังฆกรรม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงสังฆกรรม ถึงมีพระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรม

เราเป็นชาวพุทธ ชาวพุทธเรามีรัตนตรัย มีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง ถ้ามีพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง เรามีศาสนา มีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นศาสดาเอกของโลก แล้วเวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมา สังฆธรรมๆ สังฆธรรมให้มันเป็นความจริง เวลาครูบาอาจารย์พระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรม เป็นสงฆ์องค์แรกของโลก องค์แรกของโลกทำอย่างไร ไค องค์แรกก็มีดวงตาเห็นธรรมไป

นี่ก็เหมือนกัน เราอยากหาความสุข สิ่งที่เราแสวงหากันนี่มันเป็นอามิส มันมีความสุข ความสุขต่อเมื่อมันสมความปรารถนา คนเราทำอะไรก็ตามความปรารถนาก็มีความสุข ความสุขอย่างนี้ความสุขจากโลกไป แต่ความสุขจากหัวใจของเรา ความสุขจากหัวใจเราคือการปล่อยวาง การเสียสละเป็นความสุข การทำหน้าที่การงานเราต้องได้ผลตอบแทนใช่ไหม เราทำงานเสร็จแล้วถึงมีผลตอบแทน งานถึงจะจบใช่ไหม เพราะเราทำหน้าที่การงาน ผลตอบแทนมันจบแล้วมันถึงเป็นความสุขของเรา เพราะเราทำงานจบแล้วด้วย เราได้ผลตอบแทนนั้นด้วย แต่เวลาเรามาประพฤติปฏิบัติ เราสละ สละความขัดข้องหมองใจ สละสิ่งที่ยึดมันถือมัน

ยิ่งสละเท่าไรยิ่งได้ผลมา ได้ผลมาเพราะมันโล่งโล่ง มันโล่งโล่ง มันปลอดโปร่ง แล้วปลอดโปร่งไม่ใช่คนทุกข์คนยากนะ มันปลอดโปร่งมันยิ่งร่ำรวย ร่ำรวยอะไร ร่ำรวยนะ ร่ำรวย ความว่าง ความเว้งว่าง เรามีความสุข ความสุขเกิดจากอะไร ความสุข เวลาเราทำอะไรประสบความสำเร็จ ได้ผลตอบแทนแล้วมีความสุขใช่ไหม ความสุขนั้นเราก็ต้องรักษาใช่ไหม ความสุขซ้ำของเงินทองต้องรักษา กลัวมันจะสูญหายไป

แต่เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ความสุขโดยธรรม เห็นไหม หน้าที่การงานก็ทำ เพราะเราเกิดมาอยู่กับโลก โลกมีปากมีท้อง มีปัจจัยเครื่องอาศัย คนเราเกิดมาต้องมีปัจจัยเครื่องอาศัย แต่เวลาจริงๆ แล้ว จิตจริงๆ แล้วมันต้องการธรรมะ

ธรรมะคือสุจริตธรรม สังฆธรรม สุจริตใจ ไม่ใช่ทุจริตธรรม ถ้าทุจริตมันก็คคก็โกง โกงใคร? โกงตัวเองไป เวลานั้นก็ไปหาใจสองทีบอกว่ “โห้ย! ล้นว่าง” นั่งเข้าไป ใช้ความตริคขึ้นมาหน่อยเดียวบอกว่ “โห้ย! ปัญญาฉันไปแล้ว” เพราะอะไร เพราะจะอ้างอิงไป เรียกร้องเอาธรรมบิบบังคับเอาธรรมจากพระไตรปิฎก บิบบังคับเอาธรรม

“ก็คิด ก็คิดแล้ว พุทโธก็พุทโธแล้ว ปัญญาที่ใช้แล้ว” ทำสองทีแล้วมันก็จะไปบีบบังคับเอาธรรมะมา ทุจริตธรรมเพราะมันไม่เป็นความจริง เห็นใหม่ สุจริตธรรม สุจริตด้วยเหตุด้วยผลเราทำของเราด้วยความสุจริต ความสุจริต ความจริงของเรา พอทำเข้าไปถึงที่สุด มันประกาศขึ้นมาในหัวใจของเรา เกิดจากความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์ คำว่า “ประหัยคัมมัชฌ์สัถ์” คือฝึกหัดสติ ความประหัยคัมมัชฌ์สัถ์คือการรักษาหัวใจ

สุภาพกาย-สุภาพใจ สุภาพกาย สุภาพร่างกายเกิดขึ้นมาเพราะเราออกกำลังกาย สุภาพจิต สุภาพจิตเราประหัยคัมมัชฌ์สัถ์รักษาใจไว้ไม่ให้มันฟุ้งซ่าน รักษาใจไว้ไม่ให้มันเห่อเหิม นี่สุภาพจิต เวลาภาวนาก็ภาวนาได้ง่าย เวลาทำขึ้นมาที่ประสบความสำเร็จของเรา

ประหัยคัมมัชฌ์สัถ์จากข้างนอกคือมันฝึกหัดหัวใจ ฝึกหัดความคิด ฝึกหัดจนเป็นจริตเป็นนิสัย ดูแลหัวใจของตัวเอง เวลาจะมาประพฤติปฏิบัติมันก็รักษาง่าย ดูแลง่าย นี่คือผลในการปฏิบัติของเราเอวัง