

เทศน์เช้า วันที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๕๗

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

เราทำบุญกุศลนะ นี่อาหารกาย ฟังธรรมะนี่อาหารใจ ใจมันต้องค้ำกินรสของธรรม ถ้าใจมันค้ำกินรสของธรรมนะมันขนพองสยองเกล้า มันสะเทือนใจมาก แต่เวลาอาหารของกาย สิ่งใดที่มันพอประทังชีวิตได้ สิ่งใดกินแล้วมันมีรสชาติเราก็ดูดใจ ดูดใจ เห็นไหม คำว่าดูดใจ ไม่ใช่ดูดปาก ดูดปากปากมันติด อันนี้มันดูดใจ เพราะใจมันมีกิเลสค้นหาความทะยานอยาก

คุณิเรามาประพาศปฏิบัติกัน นี่ก่อนเข้าพรรษาเขาอธิษฐานกันว่า เข้าพรรษานี้เขาจะทำสิ่งใดบ้างเพื่อบำรุงหัวใจของตัวเอง เขาจะรดน้ำพรวนดินเพื่อให้ใจมันมันคงขึ้นมา ถ้ามันคงขึ้นมา คุณิปลูกต้นไม้วเราปลูกแสนยาก รดน้ำพรวนดินจนกว่ามันจะโตขึ้นมา เวลาเขาตัดป่ากัน นี่เลื้อยไฟฟ้านี้ปัดหมดเลย เป็บเดียว

นี่ก็เหมือนกัน เราภาวนากันลุ่มลูกคลุกคลาน กว่ามันจะมีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา เวลามันเลื้อยมันถอยกรูดๆ เลยนะ หลวงตาท่านบอกว่าเหมือนเข็นครกขึ้นภูเขา เวลาครกมันหล่นทับมา มันแบนไปเลยนะ แต่เวลาเข็นขึ้นภูเขามันแสนทุกข์แสนยาก เห็นไหม นี่งานของใจๆ การกระทำของใจเราก็บ่นกันว่าเราทำหน้าที่การงานมันทุกข์มันยาก มันทุกข์มันยาก มันทุกข์มันยากมันก็ทุกข์ยากเป็นเรื่องธรรมดา เพราะการทำงาน คุณิเวลาคนเขาเห็นคุณงามความดี เข้าขึ้นมาเขาออกกำลังกาย เหงื่อไหลไคลย้อยเลย แต่เขาพอใจมาก สุขภาพมันแข็งแรง

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจมันหมักหมมอยู่กับกิเลสค้นหาความทะยานอยากก็ปล่อยไว้อย่างนั้นแหละ นี่เขาว่าทำบุญๆ ทำบุญก็ไปบุญของคนอื่นไง คุณิสมณะๆ เห็นสมณะเป็นมงคลชีวิตๆ เราก้ไปดูครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ท่านทุกข์ท่านยากของท่านมา ถ้าไม่ทุกข์ไม่ยากมามันแก้กิเลสไม่ได้หรอก คุณิผงเข้าตาๆ มันเจ็บไหม? เวลาผงเข้าตาใครเขี่ยออกล่ะ? ผงเข้าตากแล้วมันเจ็บมันไม่ยอมเขี่ยเลย ปล่อยไว้อย่างนั้นแหละมันก็ตาบอดสิ

นี่หัวใจเราเกิดมามันมีวิชา ค้นหาคความทะยานอยากมันครอบงำมา มันครอบงำมัน เป็นเรื่องสัจจะ มันเป็นเรื่องความจริง มันต้องเป็นอย่างนั้น น้ำดื่มมันก็มีเชื้อโรค มันมีจุลินทรีย์ ทั้งนั้นแหละ น้ำกลั่นมันก็สะอาด สะอาดจนไม่มีรสไม่มีชาติ จิตใจของคนมันต้องเวียนว่ายตาย เกิด มันก็ต้องมีวิชามันเป็นเรื่องธรรมดา ถ้าไม่มีวิชา น้ำดื่มมันก็มีจุลินทรีย์เป็นธรรมดา นี่ มันต้องมีของมันอย่างนั้นมันถึงเวียนว่ายตายเกิด มันถึงเป็นไปไง ถ้ามันเป็นไป สิ่งนี้มันทำให้เรา ทุกข์เรายากใช่ไหม นี่ทำบุญกุศลก็เพื่อกำล้างใจ เวลาฟังธรรมนะ เวลาครูบาอาจารย์เทศนาว่าการ อ้าว วันนี้จะเอาให้มันคั่นให้ตาย เอาให้จริงเลย พอไปเดินจงกรม ๒ ที เอาไว้ก่อน เอาไว้ก่อน

นี่มันไม่จริง ถ้ามันทำจริง มันทำจริงมันจริงที่ไหนล่ะ? มันทำจริงมันก็ต้องสร้างกำลังใจ เห็นไหม ครูบาอาจารย์เป็นผู้ให้กำลังใจนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้ชี้ทาง ถ้าองค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชี้ทาง ถ้าชี้ทาง เห็นไหม เราจะปลุกปลอบหัวใจของเราจะ การ ปฏิบัติมา เรื่องใครไม่ท้อเลยมันไม่มีหรอก ไอ้ท้อมันไม่ท้อธรรมดานะ เวลามันเสือกคลานไป ไอ้ย มันทุกข์มันยากไป เราจะทำอย่างไร เราจะทำอย่างไร? เราเสือกคลานอย่างไรมันก็เป็น อารมณ์ความรู้สึก มันจะเสือกคลานอย่างไรมันก็ไม่เห็นทุกข์เห็นยากตรงไหนเลย

อ้าว ก็ไม่เคยภาวนามันไม่รู้หรือ คุณศิกนภาวนา นี่หาครูหาอาจารย์เขาหาครูบาอาจารย์ที่ ท่านมีประสบการณ์มา ท่านจะคอยบอกคอยชี้เลยว่าพัฒนาการของมันเป็นอย่างไรรู้ กว่าจะเอาใจ ของตัวเองสงบนะ แล้วคนไม่เคยเจอ สามสี่ถูกห่วย พอจิตสงบขึ้นมา นิพพานๆ ตื่นเต้นตกใจ ไปหมดเลย แต่ครูบาอาจารย์ท่านก็เป็นอย่างเรานี้แหละ ท่านก็เคยตื่นเต้นมา พอตื่นเต้นมามันก็ เสื่อมหมด แล้วเราจะฟื้นฟูมาแสนทุกข์แสนยาก พอแสนทุกข์แสนยาก พอมันได้มาคราวนี้เรา วางแล้วนะ ไอ้โฮ คราวที่แล้วมันเสื่อมเพราะอะไร? คราวนี้ล่ะ? เสื่อมอีก ไม่ระวังก็เสื่อม ระวังก็ เสื่อม

"ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ"

มันอยู่ที่สติปัญญา นี่ถ้ามีสติปัญญาเราจะรักษาอย่างไร ถ้ารักษาอย่างไร ทีนี้ครูบาอาจารย์ ท่านถึงบอกใจ นี่หลวงปู่มั่นท่านพูดเอง เวลาเดินไปเดินมาโดยขาดสติ ซากศพเดินได้ คนทั้งคน ท่านบอกซากศพเดินได้ ซากศพมันไม่มีจิตวิญญาณ เห็นไหม ไอ้เราก็เหมือนกัน เวลาเราเดินไป เดินมามันก็เหมือนกับคนไม่มีวิญญาณ เหมือนคนตาย ซากศพเดินได้ ซากศพเดินได้เพราะ อะไร? เพราะขาดสติ เพราะไม่มีกิริยาของการบำรุงรักษาใจ การบำรุงรักษาใจ การเดินไปเรามี

สตินะ เขาไม่เหยียบย่ำทำอะไรไป นี่เขามีสติมีปัญญารักษาตรงนั้น ครูบาอาจารย์ท่านเห็นความทุกข์ความยาก

เวลาเราปลุกต้นไม้ กวามันจะเติบโตขึ้นมามันก็แสนทุกข์แสนยาก แล้วมันยังมีโรคภัยไข้เจ็บของมัน มันยังมีสิ่งต่างๆ เข้ามาให้มันตาย ภัยแล้ง ภัยต่างๆ มันก็ตาย น้ำท่วมมามันถอนรากถอนโคนเลย น้ำหลากมา แล้วใจของเราไปกระทบ นี่น้ำท่วม สิ่งใดถ้ามันท่วมใจๆ มันก็ไม่ไหว ถ้ามันแห้งแล้งขึ้นไป มันไม่มีอาหารมันก็ทนไม่ได้ มันก็ต้องตายเหมือนกัน แล้วมันจะมาปฏิบัติ ความสมดุลของมันนี่สมดุลอย่างไร ถ้าสมดุลเราปฏิบัติเราปฏิบัติที่นี้ นี่เราทำเราทำที่นี้ละ บุญกุศลเราก็สร้าง เราสร้างขึ้นมาเพื่ออะไร? เพื่อเปิดทางให้จิตใจเป็นสาธารณะนะ

จิตใจถ้ามันพึ่งเหตุพึ่งผลมันทำได้ ถ้าจิตใจไม่พึ่งเหตุพึ่งผลแล้วมันคิดของมันเอง มันดอกย้ายของมันนะ นั่นก็ของเรา นี่ก็ของเรา เราก็เป็นคนดี เราทั้งนั้นแหละ แล้วมันก็ยึดมันถือมัน เราทั้งนั้นแหละมันยึดของมันหมดแหละ ถ้ามันเสียสละ เห็นไหม คำว่าเสียสละ วัตถุข้าวของนี่ของเล็กน้อยมากเลย น้ำใจสำคัญมาก เวลามันบีบคั้นหัวใจมันทุกข์ยากขนาดไหน คนมันมีศรีสุขนะ คนเศรษฐีมหาศาลเขามีความสุขไหมล่ะ? นี่มันบีบคั้นหัวใจ แล้วเวลาเสียสละออกไป สิ่งที่มีมันได้มา ได้มาด้วยความเบาในหัวใจ แล้วของเสียสละ

ถ้ามันเสียสละ คนเขาเป็นเขาเสียสละด้วยเจตนาของเขา อนุโมทนาทานไปกับเขา เวลาเห็นสิ่งใดที่เป็นคุณงามความดีเราสรรๆ ที่มันไม่เป็นแบบนี้ เราอยากดี แต่เราไม่ยอมให้คนอื่นทำความดี เราจะอยากดีของเราคนเดียว เราอยากดีคนเดียวมันตระหนี่ เห็นไหม ถ้าตระหนี่อย่างนั้นแล้วมันจะทำสมาธิได้อย่างไร? จิตใจมันเป็นสาธารณะไหมล่ะ? ถ้าจิตมันไม่เป็นสาธารณะ นี่สิ่งที่เป็นวัตถุของเล็กน้อยมาก เล็กน้อยเพราะอะไร? เพราะถ้าหัวใจที่มันใหญ่โตนะ หัวใจที่มันยิ่งใหญ่ นะ โอ้โฮ มันให้ได้หมดเลย

เราเดินกันมา เดินสวนทางกัน เราหลบให้เขา เห็นไหม หัวใจเรายังใหญ่ แต่ไอ้คนที่มันเดินมานี้หัวใจมันคับแคบนะ แต่มันเป็นอิ่งอ่าง โอ้ย มันเดินสวนเข้าไป โอ้ย มันใหญ่มากเลย มันบอกมันใหญ่ ทุกคนต้องหลบให้มันนะ อิ่งอ่าง เดี่ยวมันจะไปล้มเอาข้างหน้า ไอ้เรานี้จะจิตใจเรายังใหญ่ เราให้เขา เราเปิดทางให้เขา แล้วจิตใจของเรา เรารักษาใจของเรา ไม่ใช่ซุกศพเดินได้ อิ่งอ่างมันเดินมามันเหมือนกับซากศพเลย มันกางมาเต็มที่แล้ว นั่นคือความอหังการของใจ

ถ้าใจของเราเรามีสติปัญญา รักษา แล้วเวลาจะภาวนาเก็บหอมรอมริบ พุทโธ มีสติพร้อม อย่างก้าวไป หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ ถ้าเราพุทโธของเราก็ได้ ถ้าพอปัญญามันหมุนแล้วใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าพุทโธมันไม่อยู่ใช้ปัญญาไปเลย นี่ปัญญาตรีกในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ชีวิตนี้มันมาอย่างไร เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านยังมีศรีสุขมาขนาดไหนท่านยังละทิ้งของท่านมาได้ ละทิ้งมาแล้วท่านไปทนทุกข์ ๖ ปี ไปศึกษากับเจ้าลัทธิต่างๆ ทิ้งทุกๆ อย่างมาแล้วไปทนทุกข์ทรมาน

สถานะของกษัตริย์ การอยู่การกินมันก็ต้องประณีตอยู่แล้ว แล้วไปเป็นวนิพก เพราะตอนนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่ตรัสรู้ธรรมขึ้นมา ยังไม่มีธรรมวินัย ยังไม่มีใครรู้ว่าควรทำบุญอย่างไร นี่ไปเป็นวนิพก ไปดำรงชีพด้วยคนอื่น มันจะมีความสุขมาจากไหนล่ะ? คุณใช้เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่มันเป็นสิทธิ์นะ เป็นสิทธิ์ที่ท่านจะเป็นกษัตริย์อยู่แล้ว คำว่ากษัตริย์มีอำนาจ แล้วทำไมสละล่ะ? ทำไมสิ่งที่อำนาจจะเป็นของเรา เราวางซะ แล้วเราไปทนทุกข์ทรมาน ทนทุกข์ทรมานทำไม เราก็มองพวกถือศีลพวกแห้งแล้งๆ มันจะแห้งแล้งที่ไหน พรหมจรรย์

มันไม่ใช่ขี้ขวดขี้ฉาบ นี่ไฟฟ้ามันสปาร์คกันมันให้แต่ความทุกข์ความยาก นี่มันพรหมจรรย์หนึ่งเดียว มันจะไปแห้งแล้งที่ไหน? มันไม่มีแห้งแล้ง นี่ถ้าเวลาจิตสงบเข้ามา มันสว่างโพล่งขึ้นมาในหัวใจ จิตเดิมแท้นี้ส่องไสมันครอบสามโลกธาตุ มันจะแห้งแล้งที่ไหน เทวดา อินทร์ พรหมยังสาธุเลย สาธุหัวใจของคนที่มีมันสงบระงับ ถ้าหัวใจสงบระงับ นี่เราทำตรงนี้เรามีสติปัญญา รักษา

นี่ครูบาอาจารย์ คุณคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง แล้วท่านทำของท่านมาอย่างนั้น เวลาจิตใจของเราถ้ามันพุทโธเอาไว้ไม่ได้ เวลาเราจะปลุกหน่อของพุทโธขึ้นมาในใจ มันแสนทุกข์แสนยาก นี่ระลึกถึงท่าน ระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านมีอำนาจ ท่านถืออำนาจอยู่แล้วท่านวาง แล้วท่านมาดำรงชีวิตแบบนี้ ดำรงชีวิตแบบนี้มันก็เป็นเรื่องโลกๆ แต่จิตใจมันยังไม่เป็นธรรม พอจิตใจจะเป็นธรรมนี้วางหมดเลย ไปศึกษากับเขามาแล้วเขาพาแต่ลงเหวลงห้วยไปตลอดเลย ไม่มีใครพาขึ้นฝั่งเลย แล้วทำอย่างไรล่ะ?

ระลึกถึงตัวเอง เราจะขึ้นฝั่ง เราจะขึ้นฝั่งด้วยใจของเราละ ตั้งแต่เป็นราชกุมาร เห็นไหม นี้อยู่โคนต้นหว้า จิตมันสงบสงบมาอย่างไร? ถ้าจิตมันสงบ นี่โคนาฝูงๆ หัวใจมันจะชักนำ หัวใจ

มันจะซ้ำแรก นี่เป็นไก่ตัวแรกที่เจาะฟองอวิชชาออกมา ไก่ตัวนั้นมันมีวุฒิภาวะขึ้นมาแล้ว มันคิดถึงอานาปานสติของมัน ไก่ตัวนั้นมันแข็งแรงขึ้นมา มันมีกำลังขึ้นมา บุพเพนิวาสานุสติญาณ จุตูปปาตญาณ อาสวัภขญาณ ไก่ตัวนั้นมันซ้ำแรก กะเทาะเปลือกอวิชชาออกมา

เวลากะเทาะเปลือกอวิชชาออกมาแล้ว เห็นไหม วิมุตติสุขนี้สาธุ เวลาเทศน์ซั่มมจักฯ ขึ้นไปทเวดาส่งข่าวเป็นชั้นๆ ขึ้นไป ธรรมได้เคลื่อนแล้ว จักรได้เคลื่อนแล้ว เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่ตรัสรู้ธรรม มันก็ยังไม่มีสังฆธรรมความเป็นจริงในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าล้มลุกคลุกคลานอยู่ ๖ ปี เวลาท่านตรัสรู้ธรรมขึ้นมา สิ่งนี้ท่านปรารถนามารือสัตว์บนสัตว์ รือสัตว์บนสัตว์ เห็นไหม ท่านฝากศาสนาไว้กับบริษัท ๔ เราเป็นอุบาสก อุบาสิกา เราเป็นเจ้าของ เวลาเรามีมรดกได้พินัยกรรมนะ โอ้อโฮอยากเปิดเลยนะ เราจะได้อะไรบ้างนะ พ่อแม่ให้พินัยกรรมไว้เปิดๆ ได้ที่ได้ทางคนละเท่าไร

ไอนี้ก็เหมือนกัน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝากไว้ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ฝากศาสนาไว้ เราเป็นเจ้าของศาสนา ในพระไตรปิฎกพินัยกรรม แล้วทรัพย์สมบัติล่ะ? ท่านถึงบอกวิมุตติสุขมันอยู่ที่ไหนล่ะ? อยู่ที่ไหน เราฝึกฝน เราทำขึ้นมา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทำหรือคั่นเองนะ เราทำของเรา เรามีธรรมและวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรามีพินัยกรรมแล้วเปิดมา เปิดมาแล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าให้ทำศีล สมาธิ ปัญญา ศีล สมาธิ ปัญญา มันจะเกิดขึ้นมา เดี่ยวเราจะเกิดอริยทรัพย์ เราจะเกิดทรัพย์สมบัติของเรา

อึดตัดตตสมบัติ สมบัติส่วนตน สมบัติในใจของเรา เราสร้างขึ้นมา พอสร้างขึ้นมามันเป็นจริงขึ้นมา โอ้อโฮ มนุษย์นี้ทำไมมีคุณค่าขนาดนี้ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในบรรดาสัตว์ ๒ เท้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด เราเกิดเป็นมนุษย์ มนุษย์เวลาทเวดา อินทร์ พรหมเขาไม่อยากจะเข้าใกล้มนุษย์ เพราะมนุษย์มันกลิ่นคาวมาก แต่พอเวลาจิตใจมันสะอาดบริสุทธิ์ขึ้นมา เวลาความสะอาดของใจขึ้นมา มนุษย์มหัศจรรย์ เรามหัศจรรย์ใจเราเอง เรามหัศจรรย์ใจเราเองเลยละ ถ้าไม่รู้ ไม่รู้มันสงสัยไปหมด ตายแล้วไปไหน ไปอย่างไร แต่ถ้ามันรู้ขึ้นมามันจะไปไหนล่ะ? มันจะไปไหน?

นี่วิชามันชำระล้าง มันสำรอกมันคายออกไป แล้วพอใจมันสำรอกมันคายแล้วมันมหัศจรรย์ มหัศจรรย์มหาศาล เพราะถ้าคนไม่รู้มันเวียนว่ายตายเกิด นี่มันขับเคลื่อนไป พลังงานมัน

ต้องไป แล้วนี่เราควบคุมได้หมด เห็นไหม หลวงตาท่านบอกว่า เวลาชำระล้างกิเลสไปแล้ว จิตใจนี้มันครอบงำสามโลกธาตุ เหมือนพญามังกรมันไปได้ในอากาศ ไปได้ทั่วเลย มันรู้แจ้งไปหมดเลย แต่เวลาถ้ามันยังไม่รู้แจ้ง เวลาเราประมาทเดินเลื้อ หลวงปู่มันบอกซกศพเดินได้ จากซกศพเดินได้ ซกศพคือมันไม่มีจิตไม่มีวิญญูณ เราพยายามฝึกฝนทำขึ้นมาๆ

ฉะนั้น เวลาเราปลุกหน่อของพุทธรูปมันแสนยาก แต่การรักษาไว้ รักษาไว้เพื่อพัฒนาการของมัน ปุถุชน กัลยาณปุถุชน โสคาปัตติมรรค โสคาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ นี้ระยะทางที่เราจะต้องก้าวเดินไป ระยะทางของวิญญูณ ในพระไตรปิฎกบอกว่า ระยะทางของวิญญูณเหมือนคนเดินอยู่กลางทะเลทรายแล้วล้มลง แล้วมันยังมองไปข้างหน้า ยังจะต้องเดินหน้าต่อไป นั่นละผลของวิญญูณ เห็นไหม ระยะทางของวิญญูณมันเวียนว่ายตายเกิดไม่มีวันจบวันสิ้น แต่เวลาอริยมรรค อริยผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ แล้วมันมาจากไหนล่ะ? มาจากพินัยกรรม

พินัยกรรมคือพระไตรปิฎก เราเปิดพินัยกรรมแล้วเราก็ต้องทำขึ้นมา พินัยกรรมบอกว่านี้ทองไหนฝังอยู่ที่นั่น เพชรนิลจินดาโองนี้ฝังที่นั่น มันฝังอยู่ นี่ทาน ศีล ภาวนา ศีล สมาธิ ปัญญา เราพยายามจะหาโองทอง หาโองเพชร หาโองทรัพย์สินเงินทอง แล้วเราพยายามกระทำขึ้นมา นี้เวลาพินัยกรรมเปิดขึ้นมาแล้วบอกไว้เลย ทาน ศีล ภาวนา เราพยายามทำของเรา ทำของเราให้มันเป็นขึ้นมา ให้มันเป็นจริงขึ้นมา เราทำขึ้นมา เรามีศรัทธา อย่าท้อแท้ ถ้าปฏิบัติแล้วมันได้มรรค ได้ผล ได้ผลมาเพื่อความชุ่มชื่นหัวใจเราก็ปลื้มใจ ถ้ามันปฏิบัติแล้วมันล้มลุกคลุกคลาน อ้าว จะเอาใหม่ จะเอาอีก จะเอาใหม่ จะเอาอีก เพราะกรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ

เราจะสร้างเหตุแต่สิ่งที่ดีๆ หน้าที่การงานเราก็ทำของเรา แต่เหตุที่ดีๆ อาหาร เราต้องการอาหารที่ไม่เป็นพิษเราถึงอยากทานอาหารนั้นเพื่อสุขภาพแข็งแรง จิตใจ จิตใจถ้ามีคุณธรรม ถ้ามีทาน มีศีล มีภาวนาขึ้นมา มันได้ธรรมโอสธ มันก็แข็งแรงขึ้นมา มันมีประโยชน์กับเราขึ้นมา เราจะทำอะไร? ถ้ามันล้มลุกคลุกคลานเรายังเปิดขวดไม่ได้ เรายังไม่ได้ธรรมโอสธ ยังไม่ได้กินยา อันนั้น เราก็พยายามของเรา เปิดไม่ได้ก็ นี่เราเปิดไม่ได้ก็คนอื่นเปิดให้ แต่นี่เป็นหัวใจมันคนอื่นเปิดให้ไม่ได้ เราต้องเปิดของเราเอง เราต้องมานะของเราเอง เราต้องมีความบากบั่นของเราเอง เราพยายามของเรา

ชีวิตมีเท่านี้ เวียนว่ายตายเกิดใครก็เห็น ความเป็นอยู่เราก็รู้ เทียบรอบโลกเขาก็ไปกันมาหมดแล้ว แต่หัวใจตัวเองไม่เคยเห็น แล้วเราจะเอาที่ไหนล่ะ? มนุษย์เป็นแบบนี้ เขากำลังไปเที่ยวอวกาศกัน เดี่ยวขอตัวไปหนึ่งขอไปด้วย นี่เราทำของเรา เห็นไหม ชีวิตมีเท่านี้ ไม่ต้องไปตื่นตื่นกับมันเรื่องโลกๆ เอาความจริงของเรา เอาหัวใจของเรา เราทำของเราเพื่อประโยชน์กับเรา เอาที่นี้ เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพุทธศาสนา พุทธศาสนาฝากไว้กับเรา เราไม่ใช่กบเฝ้ากอบัว เราจะเป็นมนุษย์ จะเอาบัวมาบูชาพระ เราจะเอาบัวมาบูชาหัวใจของเรา เราจะบูชาพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในหัวใจของเรา เราจะรู้ก้อน เราจะหาให้ได้ เราจะทำได้ เราก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง เราต้องทำของเราเพื่อประโยชน์กับเรา เอวัง