

เทศน์เช้า วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๑

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

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

ฟังธรรมนะ ฟังธรรมะ วันนี้วันจะอธิษฐานพรรษา วันเข้าพรรษาๆ เวลาวันเข้าพรรษา พระจะอธิษฐานพรรษา อธิษฐานพรรษา พระชุกงค์ พระชุกงค์อย่างนี้ เวลาพระชุกงค์ อาหารตบาคตร ไม่รับภัตตาหารตามา เวลารับภัตตาหารตามามันเป็นภาระทั้งโยมและทั้งพระ

เวลาทั้งโยม โยมก็ต้องขวนขวาย โยมก็ต้องแสวงหามา แล้วเก็บล้างต่างๆ เวลาพระชุกงค์ๆ อาหารตบาคตร แล้วโยมใส่บาตรแล้วก็แล้วกัน พอใส่บาตรแล้วแล้วก็แล้วกัน เขาอยู่ที่บ้านเขา เขาไม่มาทวงพระ นี่ถ้าพระกรรมฐานเขาคิดอย่างนั้น เขาไม่มาทวงพระ

คำว่า “ทวงพระ” เรามีเรื่องเดือดร้อน เรามีความทุกข์ยากในหัวใจ เราก็อยากจะปรึกษากับพระ แล้วพระ ถ้ามาปรึกษากับเรา แต่เวลาพระท่านก็มีงานของท่าน ถ้าพระมีงานของท่าน พระฉันแล้ว ถ้าเป็นนักภวานานะ พระปฏิบัติเขาแสวงหาเรื่องเวลา เวลาคือตั้งแต่ ๒๔ ชั่วโมง เราจะมีเวลาให้เขาประพฤติปฏิบัติหรือไม่ ถ้าไม่มีเวลาให้ประพฤติปฏิบัติ เวลานั้นสำคัญมาก แต่ถ้าเป็นคนที่ไม่ภวานานะ เวลานี้มันเดินเข้ามาเลย โอ๊ย! เมื่อไหร่มันจะหมดไปเป็นชั่วโมงๆ นี่ไง เวลาคนที่ปฏิบัติเขาดู เขาดูกันตรงนี้ไง ดูตรงที่ว่าคนที่เอาจริงเอาจังหรือไม่ ถ้าเอาจริงเอาจัง

วันนี้วันจะเข้าพรรษา เวลาเข้าพรรษา เวลาอยู่กับหลวงตานะ หลวงตาท่านจะเน้นประจํา นะ ญาติโยม ถ้าเข้าพรรษาแล้วอย่างน้อยก็ให้อธิษฐานว่าให้ได้ใส่บาตรพระวันละ ๑ องค์กรก็พอ วันละ ๑ องค์กร ให้เราทำทั้งพรรษาของเรา มันได้ใกล้ชิดศากยบุตรพุทธชินนรต ได้ใกล้ชิดกับสิ่งที่เป็นธรรมๆ เราจะได้เห็น เราจะเปรียบเทียบหัวใจของเราไง นี่ศาสนาสอนเข้าไปในใจของสัตว์โลก

ถ้าศาสนา ถ้ามันมีคุณธรรมๆ คนที่มีคุณธรรม คนที่หัวใจที่เป็นธรรม คนที่มีแต่ความเมตตา คนที่มีหัวใจที่เป็นสาธารณะ จิตอาสาๆ เวลาจิตอาสาขึ้นมา ที่ไหนเขามีการเดือดร้อน ที่ไหนเขามีอะไร จิตอาสาจะเข้าไปช่วยเหลือทันที จิตอาสาจะเข้าไปช่วยเหลือทันที

นี่ก็เหมือนกัน เวลามาวัดมาว้าขึ้นมา เราเป็นธรรม เป็นธรรม เราต้องให้อภัย พวกที่เขา ขวนขวาย ที่เขาแก่งแย่งกัน นั่นแสดงว่าศรัทธาใหม่ เขาไม่เคยทำเหมือนเรา เขาเพิ่งมา เขาไม่รู้ หรือว่าการให้โอกาสของคนมันจะมีคุณธรรมมากน้อยแค่ไหน นี่เวลาเขาทำของเขา แล้วทุกคน ยืนดูหมด มีเขาแย่งชิงอยู่คนเดียวนะ เดี่ยวเขาอายุไปเองแหละ เวลาเขาอายุไปเอง เออ! เรานี่สะเท ล้อ เขาไม่เห็นแย่งชิงเหมือนเราเลย

นี่เวลาพูดถึงความเป็นธรรมๆ นะ แต่มันต้องใช้กาลเวลาไง แล้วใช้กาลเวลา พวกเราปาก กัดตื้นตื้นนะ ทุกคนมันก็มีความทุกข์อยู่ในหัวใจทั้งนั้นนะ ทุกคนก็อยากแสดงออก ทุกคนอยาก แสดงออกนะ นี่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง เวลาเข้าพรรษาๆ เวลาพระ อธิษฐานพรรษา เวลารัฐบาลเขาพยายามรณรงค์ให้เลิกเหล้า งดบุหรี่ ให้เลิกการพนัน ให้เลิก ต่างๆ สิ่งนี้มันเป็นอบายมุข อบายมุขทำให้ตกสู่อบายภูมิ

เวลาใครทำบุญๆ ขึ้นมาอยากจะพ้นจากอบายภูมิๆ แล้วนี่อบายภูมิชัดๆ ไปหามันทำไม ไปยุ่งกับมันทำไม แต่ถ้าเราไม่ยุ่ง เวลาผู้ชายไม่กินเหล้าคบไม่ได้ ไม่ใช่ลูกผู้ชาย

เวลาเขาพูดกันนะ เขาบอกว่าคุณคนญี่ปุ่นดี คนญี่ปุ่นเขาโศกค้ำบแล้วโศกค้ำบอีก แต่ เวลาสงครามโลก คนที่ฆ่าคน คนที่จิตใจโหดเหี้ยม จิตใจที่เข้มแข็ง นักรบชามูไรทั้งนั้นนะ แต่ โดยปกตินะ เขาโศกค้ำบแล้วโศกค้ำบอีก

เราจะบอกว่า สุภาพบุรุษมันก็เป็นคนดีได้ สุภาพบุรุษมันก็เป็นคนจริงได้ คนไม่ต้องเมา หย่าเปอย่างนั้นแล้วถือว่าเป็นคนจริง ถ้าไม่กินเหล้า ไม่เล่นการพนันคบไม่ได้ ไม่ใช่ลูกผู้ชาย ลูกผู้ชายเป็นอย่างนั้นหรือ ลูกผู้ชาย คุณนักรบชามูไรเขาโศกค้ำบแล้ว เขาโศกค้ำบอีก ทำไม จิตใจเขาเข้มแข็งได้ นี่ก็เหมือนกัน ถ้าใครบอกว่าคบไม่ได้ คบไม่ได้ เอ็งก็ไปคบพวกเอ็งสิ

อเสวนา จ พาลานั ปลูกจิตตานุจ เสวนา เราไม่คบคนพาลๆ คนพาลข้างนอกนะ คนพาล ข้างนอก เวลาจะดูนิสัยเขาก็ดูเขาคบเพื่อนเขานั้นแหละ ถ้าเพื่อนเขาเป็นอย่างไร เขาก็นิสัยอย่าง นั้นนะ นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราเป็นบัณฑิตๆ เราไม่คบเขา

นี่พูดถึงว่า ถ้าศาสนา มันจะเจริญ เจริญอย่างนี้ไง เรามาวัดมาว้าขึ้นมา เรามาทำบุญกุศล ของเราๆ การเสียสละนั้นให้เข้าไปใกล้ชิดกับศาสนา ใกล้ชิดศาสนาแล้วให้สังเกตดูแลของเรา ถ้า จิตใจมันดีขึ้นมา จิตใจดีขึ้นมา เราทำเพื่อหัวใจของเรา

แล้วเวลาคนปรารถนาความสุข เกิดความสุขทุกขันธ์แล้วความสุข ความสุขมาจากไหน ของจะมากน้อยขนาดไหนก็แล้วแต่ มันกองอยู่นั่นนะ สุขทุกข์อยู่ที่ใจเรานะ เรานอนอยู่ท่ามกลาง กองเงินกองทอง แล้วก็บ่นว่าทุกข์ๆ ทั้งนั้นนะ

คุณสิ เวลาคนที่เขามีคุณธรรมในหัวใจ มันจะมีมากมีน้อยมันก็เท่านี้แหละ เพราะว่าคนเราก็ มีปากมีท้องเหมือนกัน มันก็กินอิมเดียวเหมือนกัน แต่เวลาทางโลก ความมันคงของชีวิตๆ ถ้า ความมันคงของชีวิต จิตใจที่มันมันคง หมูป่าติดถ้า ๕ วัน ๑๐ วันไม่ได้กินอะไรเลย ทำไมมันอยู่ ได้ แล้วเตี้ยๆ ด้วย ไม่ใช่ผู้ใหญ่วัยนี้มันอยู่ได้เพราะหัวใจนะ

เขากล่าวว่าเอ็งหิวข้าวไหม

หิวๆ หิวนำดูเลย

แล้วทำอย่างไรล่ะ

พยายามไม่คิดถึงมัน เห็นไหม ถ้าพยายามไม่คิดถึงมันคือหัวใจไม่ไปจดจ่อกับมัน ไม่ไป จดจ่อกับอาหารนั้น นี่มันด้วยความจำเป็นที่เราไม่มีจะกิน เพราะมันติดถ้า มันไม่มีอาหารให้กิน มันก็ต้องทน กินแต่น้ำๆ ไป แล้วก็พยายามไม่ไปคิดถึงมัน นี่เด็กมันยังคิดเป็น เด็กมันยังคิดได้เลย ถ้าเราไปคิดถึงอาหาร คิดถึงแต่ว่า โอ้โฮ! หมูสตั๊วะๆ นะ โอ๊ย! ท้องมันจะร้องจ๊อกๆ อยู่อย่าง นั้นนะ หมูสตั๊วะก็ไม่มี อะไรก็ไม่มีทั้งนั้นนะ

แต่เรารักษาชีวิตของเราไว้เพื่ออะไร เพื่อให้คนมาช่วยเหลือ เพราะอะไร เพราะตั้งแต่เขา เข้าไปเขาทำเครื่องหมายไว้หมด ทั้งร่องเท้าไว้ให้เห็นว่าเรามาทางนี้ๆ เขามีความหวังว่าจะรอด ชีวิต

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เป็นความสุขๆ ของเรา สุขเพื่อความสุขของชีวิต ความมันคง ของชีวิต แต่หัวใจมันโลเล หัวใจมันไม่มันคงขึ้นมามันก็มีความสุขทั้งนั้นนะ คนจะมีมากมีน้อย ก็แล้วแต่ แต่หัวใจมันมันคง พระพุทธศาสนาสอนอย่างนี้ เวลาธรรมะขององค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาทำนรือสัตว์ขันธ์สัตว์ เวลาผู้ที่มีอำนาจวาสนา อนุบุพพิกา ให้เขาทำทาน ของเขาก่อน พอทำทานของเขาก่อน คนที่ทำทาน คนที่ทำคุณงามความดี ผลที่ให้มีมันตอบเป็นคุณ งามความดีใจ มันได้ไปสวรรค์

คำว่า “ได้ไปสวรรค์” ความดี สิ่งที่เขาจะลอยขึ้นสู่ที่สูง ของหนักมันจะกดลงต่ำ จิตใจ มีแต่ความโกรธ ความอาฆาตมาดร้าย เวลาตายไปแล้วตกต่ำทั้งนั้นนะ จิตใจที่เป็นธรรมๆ เสียสละ คุณจิตเป็นอาสา เวลาตายไป จิตใจมันจะบางเบา มันจะลอยขึ้นไป ถ้าลอยขึ้นไป มันจะไป สวรรค์ เห็นไหม ให้เขาถือเนกขัมมะของเขา จิตใจเขาควรแก่การทำงาน ถือเนกขัมมะ ถือ พรหมจรรย์ พรหมจรรย์แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงแสดงอริยสัจ จิตใจของคนมัน พร้อมแล้ว เวลามันเป็นไปได้แล้วท่านถึงแสดงอริยสัจ

เวลาแสดงอริยสัจขึ้นมา อริยสัจ สัจจะความจริง ชีวิตนี้เป็นสมมุติ ชีวิตนี้เกิดขึ้นมาด้วย บุญกุศล บุญกุศลขึ้นมา เกิดมาในปัจจุบันนี้มีสติปัญญามากหรือไม่ สิ่งที่เราแสวงหาเนี่ยมันเป็น สมบัติสาธารณะ สมบัติทางโลก สมบัตินี้โลกธรรม ๘ มีลาภเสื่อมลาภ มียศเสื่อมยศ มันเป็นของ ประจำโลก ของประจำโลกเพื่อดำรงชีพ คนเกิดมา ชีวิตต้องอาศัยปัจจัย ๔ ปัจจัยเครื่องอาศัย ชีวิต มันต้องอาศัยปัจจัย ๔

เวลาเป็นวิทยาศาสตร์ คนเกิดมาต้องมีอาหาร ไม่มีอาหารจะมีคนได้อย่างไร แต่มีอาหาร แล้ว ในสมัยปัจจุบันนี้ฟัดเนสเยอะเยอะไปหมดเลย ริดไขมันๆ อาหารกินเข้าไปแล้วก็ไปเหนื่อย พยายามไปริดไขมันมันออก เนี่ยมันเรื่องวิทยาศาสตร์ๆ

แต่ถ้าใจเป็นธรรมนะ ใจเป็นธรรมๆ เราใช้สอย ใช้สอย ๑ สุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพ กายของเราแข็งแรง สุขภาพกายแข็งแรงเพราะหัวใจเราเข้มแข็ง สุขภาพกายของคนที่ไม่แข็งแรง เพราะจิตใจอ่อนแอ ไม่กล้าฝืนกับความรู้สึกลึกซึ้งนึกคิดความเป็นจริงในใจของตนเลย สิ่งที่ยัง เกิดขึ้นๆ มันจะเกิดอย่างไรขึ้นมา เรามีสติปัญญาขยับขยับมัน แล้วเราหาแต่สิ่งที่ดีๆ ขึ้นมาให้กับชีวิต ของเราๆ เนี่ยสุขภาพกายมันดีขึ้น สุขภาพกายดีขึ้นจะทำอะไรก็ได้ จะคิดโครงการอะไรก็ได้ ทำงานอะไรก็ได้ ไม่นอนคิดเตียง ถ้านอนคิดเตียงขึ้นมา โอ้โฮ! นั่งกิน นอนกิน ไม่มีใครอยากได้ นั่งกิน นอนกิน

สุขภาพกายขึ้นมา สุขภาพกายที่ดีต้องมีสุขภาพจิต สุขภาพจิตที่ดีขึ้นมาต้องมีคุณธรรม ธรรมโอสธเข้าไปคุ้มครองดูแล คำว่า “คุ้มครอง” ผู้ใดปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม คำว่า “สมควรแก่ธรรม” ศีล ๕ เรายักษ์ของเรา ศีล ๕ มันมีประโยชน์อะไร คนไม่ถือศีลเขาร่ำรวย มหาศาล

ไอ้ไม่เคยถือศีลของเขามันเป็นสังฆะ คนมีสังฆะเขามีคนเชื่อ ถ้าคนโหด คนที่ไม่มีเครติด พุดสิ่งใดก็ไม่มีใครเชื่อ สิ่งที่เราศีลมีธรรมของเรา คุณธรรมอันนี้ ถ้าคุณธรรมมันทำให้สังฆะ รวมเย็นเป็นสุข สังฆะเจริญรุ่งเรือง

สังฆะ ประเทศที่เจริญแล้วๆ สิ่งที่เขาแข่งขันกัน เขาแข่งขันกันด้วยทรัพยากรมนุษย์ ทรัพยากรมนุษย์มีสติปัญญา ทรัพยากรมนุษย์ไม่กระต่ายตื่นตูม กระต่ายตื่นตูม เห็นไหม แก๊ง คอลเซ็นเตอร์มันบอกเลย เอาบัญชีมาตรวจ ให้มันตรวจหมดเลย ให้มันตรวจได้อย่างไร มันมี สิทธิอะไรมาตรวจล่ะ นี่ไง คุณภาพของทรัพยากรมนุษย์ ถ้ามันมีสติปัญญาขึ้นมา เขาแข่งขันที่ นั้น

ชาติจะเจริญ เจริญด้วยการศึกษา การศึกษานี้ศึกษาเป็นวิชาชีพไป แต่เวลาธรรมะขององค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้ศึกษา ศึกษาชีวิตเราไป ศึกษาชีวิต นี่ไง เวลาพ่อแม่ให้ชีวิตนี้มา พ่อแม่ให้การศึกษา พ่อแม่เลี้ยงดูอุ้มชูมา เวลาอุ้มชูมา พ่อแม่เลี้ยงดูมาให้ขึ้นฝั่ง ส่งขึ้นฝั่ง ครูเรือจ้างส่งลูกศิษย์ขึ้นฝั่ง พ่อแม่ก็เลี้ยงมา เวลาโตขึ้นมาก็ให้บวชให้เรียน ให้บวชเรียน ให้มีคุณธรรม ในหัวใจ จะได้สั่งสอน จะได้รู้จักกตัญญูกตเวที รู้จักคุณงามความดี เวลามันแต่งการแต่งงานไป โอ้! เป็นฝั่งเป็นฝา เออ! ซอบใจ เป็นฝั่งเป็นฝา...ทุกข์ทั้งนั้น

แต่ถ้าเป็นจริงๆ ขึ้นมา พ่อแม่ที่ดี ทำให้เป็นคนดี คนดีๆ นี่แหละตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้ คนดีตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้ แต่จิตใจที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ ทุกดวงจิตที่เวียน วายตายเกิดในวัฏฏะมันมีเวรมีกรรมนะ คำว่า “มีเวรมีกรรม” เวลากรรมมันให้ผลนะ คนนี้ดีแสน ดีเลย ทำไมโดนเขารังแกขนาดนั้น ถ้ารังแกขนาดนั้น เราก็ต้องรักษาสิทธิ์ในตามกฎหมายทั้งนั้นแหละ

แต่เวลากรรมมันให้ผลๆ นะ ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันมีอดีต มีปัจจุบัน มีอนาคต คนคนหนึ่งมันต้องมีอดีตมา มันต้องมีที่ไปที่ไป ต้นทุนๆ เวลาเราพูดถึงนักปฏิบัติ ต้นทุนของเขาไม่เท่ากัน เวลาต้นทุนของเขาไม่เท่ากัน เวลามาแล้วประชาธิปไตยๆ

๑ สิทธิ ๑ เสี่ยงจริงหรือ ลองหัวหน้าซุ่มมันไม่ให้ยกมือ มันยกไหม แล้วกำปั้นเท่ากัน ไม่มีกำปั้นเล็ก กำปั้นใหญ่ จริงหรือเปล่า ความเป็นจริงของสังฆะ ความเป็นจริงของโลกนั้นเรื่องหนึ่งนะ แต่ความเป็นจริงของธรรมๆ เวลาครูบาอาจารย์นะ หลวงตาท่านสอนประจำ เวลาใครจะชั่วร้ายอย่างไรมันเรื่องของเขาวะ เรื่องของเขาวะ เราจะทำคุณงามความดี เพราะในปัจจุบันนี้เรามี

สติปัญญา ความดี ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว คำว่า “ทำดีได้ดี” ทำดีต้องได้ดีแน่นอน แต่ทำดีกับใคร เวลาทำดีขึ้นมา โคนเสียดสี โคนกระทำ โคนต่างๆ

ดูพระปฏิบัติ ถ้าพระปฏิบัติๆ นะ ไม่มีใครเหลียวมามองหรอก ไอ้พระสอพลอ อู๋! คนชอบๆ นั้นมันเรื่องของโลก เพราะอะไร เพราะวุฒิภาวะเรต่ำต้อย ปัญญาเรต่ำ เรามีสายตามองได้ อย่างไรก็ตามว่าใครดีใครชั่ว เรามีความรู้ขนาดไหน เราจะดูแล้วเราจะทะเลาะเลยว่ามันจะดีจริง

ฉะนั้น ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กาลามสูตร ไม่ให้เชื่อ ไม่ให้เชื่อ แม้แต่อาจารย์ของตัวเองสั่งสอน ฟังแล้ว ฟังเป็นแนวทางแล้วประพฤติปฏิบัติให้มันเป็นจริงขึ้นมา เวลาปฏิบัติเป็นจริง นี่ไง สันทิฏฐิโก รู้จริงความจริง เวลามันทุกข์ขึ้นมาในหัวใจ เวลาทุกข์มันขาดไป นี่มันเห็นชัดๆ

เวลานี้ไง ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชัดเจนนะ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทุกข์ควรกำหนด สมุทัยควรละ แต่ความทุกข์ ความทุกข์ในอริยสัจ ความทุกข์ในความจริง มันเป็นความทุกข์ที่ต้นเหตุ

ไอ้ของเรานี้ความทุกข์ที่ปลายเหตุ ปลายเหตุเพราะอะไร เพราะว่าไม่ได้ตั้งใจแล้วทุกข์ปรารถนาสิ่งใดไม่สมความปรารถนาเป็นทุกข์ สิ่งใดเบียดเบียนแล้วเป็นทุกข์ เป็นทุกข์นี้เป็นอาการ เป็นผลประจำโลกใจ

เวลาเราคูคนอื่น โอ้โฮ! น่าจะมีความสุขมาก เวลามองคนอื่นนะ คนนั้นก็น่าจะมีมีความสุข คนนี้ก็น่าจะมีมีความสุข ไอ้คนเจ้าของบอกกูทุกข์เกือบตาย กูไม่มีความสุขเลย กูทุกข์เกือบตาย... เราไปคาดหมายเห็นไหม นี่ไง ไอ้นั้นมีความสุข ไอ้นี้จะเป็นความสุข

แต่เห็นความสงบนิ่งอยู่ของสมณะ ไม่รู้นั่นเป็นความสุข แต่ความสุขอย่างนี้จะเกิดขึ้นมาได้ด้วยการกระทำ ความเพียรชอบ ความเพียร ความวิริยะ ความอดุสาหะนะ ความเพียรเพียรอะไร เพียรรักษาใจของตน มันต้องมีเหตุมีผลของมัน เวลาความคิดที่มันฟุ้งซ่าน ความคิดที่มันรุนแรงมันมาจากไหน แล้วมีอะไรจะคุ้มครองดูแลมันได้ คุณติ เรามีแต่ปลอบกันแต่ภายนอก แต่ถ้าเป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านมีสติ

หลวงตาท่านพูดนี้แจ่มชัดมาก แล้วคนทำได้แล้วมันพูดด้วยความอหังการนะว่าฝ่ามือสามารถกันมรสุมได้ สติสามารถยับยั้งอารมณ์โลก โกรธหลงได้ สตินั่นนะ

แต่สติของเรามันป้าๆ เป้อๆ เคี้ยวมาเคี้ยวไป มันไม่ได้เรื่องได้ราวไง เวลาพายุมานี้ลัมไปเลย ถ้าเวลาค่กลืนลมไม่มีนะ โอ้โฮ! ฉันทติติ สติยอด เวลาที่มันจำเป็นจะต้องใช้ เวลาจำเป็นที่จะใช้ มันไม่มี เวลาไม่ต้องการใช้ เสนอหน้า อวดดี นี่ไง เวลามันจำเป็นจะต้องใช้

ถ้าคนทำจริง สติ ถ้าสติดีๆ คุณได้หมด สติดี หายใจเข้านิกพุท หายใจออกนิกโร สิ่งที่มีมันแผดเผาหัวใจ นี่ไง ฝ่ามือสามารถกั้นมรสุมได้ ฝ่ามือนี้คือสติ ถ้ามีสติขึ้นมาแล้ว เริ่มต้นจากสติแล้วมีการกระทำขึ้นมาให้มันตั้งงามขึ้นมาเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป ถ้าเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี

สิ่งที่มีค่าที่สุดคือชีวิตของโยมนะ ชีวิตของพวกเรามีค่าที่สุดนะ ชีวิตของเราเนี่ย เพราะชีวิตนี้ จิตเดิมแท้นี้ผ่องใส จิตเดิมแท้เป็นผู้ข้ามพ้นกิเลส ชีวิตของเรามีค่าที่สุดนะ แก้วแหวนเงินทองมันมาที่หลังนะ โลกนี้มีเพราะมีเรา เพราะมีเรา เราถึงหาทรัพย์สมบัติ แล้วถ้ามีเรา เราถึงทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจสงบได้ ใจสงบได้ยกขึ้นสู่วิปัสสนา วิปัสสนาพระพุทธานุสาสนาสอนที่นี้ไง สอนถึงภาวนามยปัญญา ปัญญาที่ศึกษาชีวิตของตนไง

โลกเขาให้ศึกษาทางวิชาการ ศึกษาเพื่อเป็นอาชีพ แต่ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้ศึกษาชีวิตของตน ศึกษาที่มาของตน เกิดมาจากไหน ก็เกิดมาจากพ่อจากแม่ไง แล้วพ่อแม่ที่เป็นหมันไม่เห็นมีลูกไง ไอ้คนรวยไม่ค่อยมีลูกไง คนจนๆ เราไปแจกของกะเหรียงประจำ แม่เปิด พ่อแม่เปิดเดิน ลูกเปิดเป็นแถวเลย แถวชายแดน ไปคูสิ พ่อแม่เดินนะ ลูกจะเดินเป็นแถวเลย แม่เปิดพ่อเปิดเลย

นี่ไง ชีวิตนี้มาจากไหน นี่ไง เราค้นคว้ากับชีวิตของเราไง พระพุทธานุสาสนาสอนที่นี้ ปัจจัยตั้ง สันติภูมิจิโก รู้จำเพาะตนในใจของตน ดวงใจดวงใดมีมรรค ดวงใจดวงนั้นค้นเข้าไปในใจของตน แล้วมันชำระล้างกิเลสในใจของตน มันสำรอกกิเลสในใจของตน

เวลาในบรรดาสัตว์สองเท้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนเทวดา อินทร์ พรหม พรหมยังไม่รู้ เทวดายังไม่รู้จักชีวิตของตนเลย รู้แต่ว่าเป็นเทวดา รู้แต่ว่าเป็นพรหม แต่ไม่รู้ว่ามันมาอย่างไรเลย เทวดา อินทร์ พรหมยังต้องมาพึ่งเทศน์องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

นี่ไง แล้วเราเป็นมนุษย์ เราคิดว่าเทวดาเพราะเรามีร่างกาย ร่างกายมันบีบคั้น หัวประจำโรคหัวเป็นโรคประจำตัว โรคหัว โรคกระหาย โรคหากิน แล้วพอหากิน กิเลสมันก็ยุแห่ เอาเยอะๆ เพื่อความมั่นคงของชีวิต แล้วก็ได้กินแค่นี้ เก็บไว้ให้มันเสีย ขยะอาหารไง อาหารที่เป็นขยะ อาหารที่ขายไม่หมดมีปัญหา มาก แล้วสร้างสภาวะแวดล้อมกับโลก เพราะมันเป็นเรื่องราวธุรกิจไง ถ้าจิตอาสาแจกหมดเลย แจกทั้งนั้น ใครก็ได้ คนจน คนรวย คนรวยก็หัว เวลาคนรวยมันหาซื้อไม่ได้มันก็หัว แจกๆ คนจนก็แจก ถ้าแจกได้ นั่นนะจิตใจ

พระพุทธศาสนาสอนถึงเรื่องการเสียสละ การเสียสละเพื่อความสุขของคนอื่น แล้วมันจะเป็นความสุขของเรา ถ้าคนรอบข้างเรามีความสุขทั้งหมด เราอยู่ที่ไหนเราก็มีความสุขนะ ถ้าเรามีความสุขอยู่คนเดียว คนรอบข้างมีแต่ความทุกข์นะ ชีวิตเราก็จะรักษาไว้ไม่ได้ ถ้าเรามีความสุขอยู่คนเดียว คนรอบข้างมีแต่ความทุกข์นะ ชีวิตตัวเองจะรักษาไว้ไม่ได้เลย เขาต้องทำร้ายเราเพื่อแย่งชิงเอาผลประโยชน์เพื่อดำรงชีพของเขา แต่ถ้าเราเสียสละ คนรอบข้างมีความสุขหมดเลย เราเนี่ย ไม่มีจะกินก็มีความสุขนะ นี่การเสียสละไง นี่พูดถึงการเสียสละนะ

แล้วการเสียสละแล้วมันถึงจะมีจิตใจสาธารณะ จะเข้ามาหาใจของตน ถ้าจิตใจมันไม่สูงส่งมันหาใจของตนไม่เจอหรอก อะไรภายนอกภายใน อะไรปัญญาๆ โอ๊ย! กูอยาก กูจะหาตั้งอย่างเดียวแหละ ภายนอกภายในอะไรไม่รู้จัก ชีวิตหรือ ชีวิตก็หาตั้งก็ไ้ ชีวิตก็โด่งดังนี่ไง นั่นจิตใจที่ต่ำต้อย

จิตใจที่สูงส่ง เห็นไหม ชาติที่เจริญแล้วเขาไม่มีอะไรที่ดีไปกว่าเราหรอก เขามีแต่คุณภาพของทรัพยากรมนุษย์เขา เขามีการศึกษา เขารู้เท่าถึงสังคม แล้วใครเอารัดเอาเปรียบไม่ได้เพราะรู้เท่าทันกัน แล้วอยู่กันด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ไม่ใช่คนมั่งมีศรีสุขกดขี่ข่มเหง คนทุกข์คนจนจะต้องคอยเป็นเบี้ยล่าง นี่ไง สังคมถ้ามันเจริญแล้วมันเสมอภาคกัน นี่พูดถึงสังคมนะ

แล้วหัวใจของเราก็เหมือนกัน เวลากิเลสมันข่มมันขี่ เราว่าดีไปหมดแหละ เพราะเราพอใจ เวลาจะปฏิบัติธรรม เวลาจะไปวัด อู้อู! เป็นเคียดเป็นร้อนนะ ทำอะไรไม่ได้เลย วันนี้จะเข้าพรรษา ตกเย็นวันนี้พระจะอธิษฐานพรรษา

โยม โยมจะตั้งกติกากับเราซื้อเดียวก็พอ ไม่ต้องมากหรอก อะไรที่มันเป็นความไม่ดีของเราจะไม่ทำๆ อันเดียวพอ แล้วทำไปเรื่อยๆ พัฒนาเราไปเรื่อยๆ มันจะเป็นคุณสมบัติของเรา นี่ไง

ศาสนาสอน สอนลงที่นี้ สอนลงที่มีสามัญสำนึก มีความพอใจ อยากจะทำด้วยปัญญาของเราเอง
เอวัง