

กายหรือใจ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๕๖

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

ถาม : ข้อ ๑๓๒๖. เรื่อง “การพิจารณา”

กราบนมัสการหลวงพ่อกับ ผมขออนุญาตกราบเรียนถามปัญหาธรรมหลังจากที่ไม่ได้สอบถามมานาน เนื่องจากเห็นหลวงพ่อดำเนินการตอบผู้สงสัยมากมาย บางครั้งก็ได้คำตอบมาจากที่หลวงพ่อดำเนินการ แต่ครั้งนี้ผมคิดว่าน่าจะเป็นปัญหาของผมโดยตรง จึงขอกราบเรียนถามดังนี้

ผมปฏิบัตินั่งสมาธิทำจิตให้สงบ แล้วเอาจิตไปจับความเคลื่อนไหวการทำงานของสมองมานานระยะหนึ่งแล้ว สมองมันเริ่มต้นด้วยการตั้งหัวข้อเรื่อง ภาพปรากฏ และนำมาปรุง ตามมาด้วยอารมณ์ความรู้สึก เมื่อพิจารณานานเข้า มันแยกแต่ละส่วนออกจากกันชัดเจน จนรู้ชัดว่าขณะไหนมันกำลังทำงานอะไร วนไปวนมาอยู่แบบนี้ แล้วที่สุดผมได้เข้าไปหาหัวข้อหรือภาพที่มันเริ่มต้นล้วนๆ ยังไม่ให้ปรุงแต่งใดๆ ก่อน มันจะมีแต่ภาพจิ๊ดจ๊าด ไม่กระทบอารมณ์เลย ต่อมาก็ให้มันปรุง ดูการปรุงของมัน แต่พอเรารู้ทันว่ามันปรุง มันก็จิ๊ดจ๊าด ไม่กระทบอารมณ์อีกเช่นเคย

ครั้งต่อมาก็พิจารณาเข้าไปในอารมณ์นั้นๆ มันทุกขมาจากไหน มันก็ได้คำตอบว่ามาจาก การตั้งหัวข้อ ตั้งภาพมาปรุงมาแต่งจนเป็นอารมณ์นั่นเอง ผมพิจารณาแบบนี้ซ้ำๆ บ่อยๆ นานเข้า ต่อมาผมเริ่มรู้สึกตัวเองเปลี่ยนแปลงไปมาก แปลกๆ ไม่ค่อยทุกข์หรือสุขกับอะไรมากนัก อะไรกระทบมักจะแยกแยะได้ว่าจุดสุดท้ายมันก็ไม่มีอะไร มันไม่มีอะไร มันกองของมัน มันแยกของมัน แยกออกมาเป็นส่วนๆ ไม่ค่อยปนกัน มันได้คำตอบเหมือนจิตรู้ว่าไม่มีทุกข์ใดหรือสุขใดจะยั่งยืน ที่มันเกิดขึ้นเพราะเราไปเอามัน

หลวงพ่อกับ ผมขออนุญาตเล่าย้อนไปอีกหน่อยหนึ่งว่า ก่อนหน้านี้ผมเคยทำสมาธิแล้วมาพิจารณากาย กระบวนการการแยกกายกับจิตไล่ไปจนกระทั่งธาตุ ๔ ย่อยสลายเลยครับ ผมเอาสองอย่างนี้มาเปรียบเทียบอารมณ์ความรู้สึกกัน ผมว่ามันใกล้เคียงกัน แต่พิจารณากายมันรู้สึกได้

ชัดเจนกว่า ผมอยากทราบว่าจำเป็นหรือไม่ที่เราต้องทำ ๒ วิธี แล้วผมควรปฏิบัติอย่างไรต่อไปครับ ขอชี้แนะด้วย

ตอบ : คำถามนะ เริ่มต้นว่าพอเวลาเขาพิจารณาของเขาไป พิจารณาของเขาไป ทำจิตสงบแล้ว แล้วพิจารณาจิตตามความเคลื่อนไหว แล้วเห็นการทำงานของสมองเห็นต่างๆ ถ้าอ่านคำถามแล้วมันเกิดความสงสัยว่ามันจะเป็นอย่างนี้ได้จริงหรือ คำว่า “เป็นอย่างนี้จริง” คือว่าเรามีความสามารถอย่างนี้จริงหรือ

แต่พอมาข้อสรุป “ผมขออนุญาตเล่าย้อนไปในอดีต ก่อนหน้านี้ผมเคยทำสมาธิแล้วพิจารณากาย กระบวนการการแยกกายกับจิตไล่ไปจนกระทั่งถึงธาตุ ๔ ย่อยสลายเลยครับ ผมเอาสองอย่างนี้มาเปรียบเทียบกัน”

ถ้ามาเปรียบเทียบกันนะ เพราะว่าถ้าทำให้จิตสงบ ถ้าจิตไม่สงบ เราจะไปพิจารณาจิต พิจารณาสัญญาอารมณ์ พิจารณาธรรมารมณ์ สิ่งนี้มันทำได้ยาก แต่ถ้าเราจิตสงบแล้วนะ ถ้าใครทำ ความสงบของใจ แล้วถ้าจิตมันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นกาย ความรู้สึกเวทนา สิ่งนี้มันจับต้องได้ง่ายกว่า ถ้าจับต้องง่ายกว่า คนที่ภาวนาแล้วมันต้องมีหลัก มีหลักมันถึงจับต้องสิ่งใดได้

เหมือนกับทางการแพทย์ ถ้าเราไม่ใช่หมอ เราวินิจฉัยโรคไม่ได้ เราจะใคร่ครวญสิ่งใดให้มันถูกต้องไม่ได้หรอก เรามีการเรียนหมอมา เรียนทางวิชาการมาแล้ว เวลาจะเป็นหมอ เขาต้องเป็นแพทย์ฝึกหัด แพทย์ฝึกหัดเขาก็ไปฝึกหัดการรักษานี้แหละ ถ้าฝึกหัดการรักษาแล้วเขาจะชำนาญในการรักษา เขาจะวิเคราะห์โรคได้ชัดเจนขึ้น อันนั้นเพราะเขามีประสบการณ์ เขามีทางวิชาการคือการศึกษาทางวิชาการมาก่อน พอศึกษาทางวิชาการมาเสร็จแล้ว เวลาเขาจะเอาจริงขึ้นมา เขาต้องเป็นแพทย์ฝึกหัด เขาต้องมีแพทย์ฝึกหัด เขาต้องออกไปหาประสบการณ์จากชนบท ไร่สวนเสร็จแล้วเขาถึงมาศึกษาเฉพาะทาง เขาทำเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป นี่ทางวิชาการเขาเป็นแบบนี้

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราปฏิบัติๆ พอจิตมันสงบเข้าไปแล้ว จิตสงบไป เคลื่อนไหวไป จิตสงบแล้วไปจับการเคลื่อนไหว เห็นการทำงานของสมอง เห็นการทำงานของสมอง สมองเริ่มต้นอย่างไร เริ่มต้นอย่างไร เห็นการทำงานของสมองหรือ ถ้าเห็นการทำงานของสมองก็เห็นกายไป

ถ้าเห็นสมองก็เห็นกาย ไม่ใช่เห็นจิต เพราะสมอง เนื้อสมอง สมองมันมีร่องสมอง สมองมัน
 ทำงานอย่างไร แต่ถ้าเราเห็นนะ เราเห็นสัญญาอารมณ์ เราเห็นความรู้สึกนะ ความรู้สึกมันเป็น
 นามธรรม ถ้าเป็นนามธรรม มันจะไม่ใช่เห็นสมอง

ปัญญาเกิดจากสมอง ปัญญาเกิดจากจิต ปัญญาเกิดจากสมองมันก็เป็นวิทยาศาสตร์สิ
 ปัญญาเกิดจากสมอง ปัญญาทั้งหมด ความรู้สึกนึกคิดของคน ปฏิภาณของคน เขาบอกคนสมอง
 ใหญ่ โอนส์ไตน์ก่อนสมองใหญ่มาก ไอ้พวกเราสมองเล็กมาก คุณสัตว์เขาจะวัดกันด้วยสมองเล็ก
 สมองใหญ่ ถ้าสมองใหญ่เป็นผู้ที่ฉลาด สมองเล็กเป็นคนที่โง่ แต่ถ้าเป็นทางวิทยาศาสตร์ เป็นทาง
 ธรรมะนะ สมองก็ส่วนสมอง สมองมันควบคุมเส้นประสาท สมองสั่งงานทางร่างกายนี้
 ความรู้สึกนึกคิดต่างๆ สมอง ความจำต่างๆ นี้คำว่า “สมอง”

แต่ถ้าเป็นในภาคปฏิบัติ ชั้น ๕ ธาตุ ๔ และชั้น ๕ ธาตุ ๔ ธาตุก็คือธาตุ เวลาชั้น ๕
 เป็นนามธรรมแล้ว รูปคืออารมณ์ความรู้สึก สัญญา รูป เวทนา รูปคืออารมณ์ความรู้สึกทั้งหมด
 เวทนาคือรู้ว่าสุขรู้ว่าทุกข์ สัญญาคือข้อมูลปฏิภาณไหวพริบของใจที่มันสะสมมา สังขาร ความคิด
 ความปรุง ความแต่ง สังขารของคน คนที่มีปฏิภาณไหวพริบ คนที่คิดได้ลึกซึ้ง คนที่คิดได้ปาน
 กลาง นี่สังขารความคิด ความปรุง ความแต่ง วิญญาณคือรับรู้ ถ้าจับอย่างนั้นมันเป็นนามธรรม ถ้า
 นามธรรมแล้ว ถ้าเห็นสมองนะ เห็นสมองมันจะเห็นกาย ถ้าคำว่า “เห็นกาย” พิจารณากายแล้ว
 เห็นกาย

นี่เขาบอกว่า “เห็นสมอง การทำงานของสมอง เริ่มต้นจากการทำงานของสมองแล้วตั้ง
 หัวข้อเรื่องขึ้น”

หัวข้อเรื่องขึ้น นี่พิจารณาธรรมารมณ์แล้ว หัวข้อเรื่อง สมองเป็นเรื่องใหม่ สมองคือสมอง
 นักวิทยาศาสตร์เขาพิสูจน์ทางสมอง ตอนนี้เขากำลังวิจัยกันเรื่องสมองมากกว่าสมองมันคิดอย่างไร
 สมองทำงานอย่างไร คนมีความรู้สึกนึกคิดอย่างไร เก็บความรู้สึกนึกคิดไว้ได้อย่างไร นี่เขาทำ
 วิจัยเรื่องสมอง

สมองมันก็เนื้อ สมองมันก็เนื้อ เนื้อมันคิดได้อย่างไร แต่สมองมันให้สารเคมี ให้อารมณ์
 โกรธ ให้อารมณ์ต่างๆ ไอ้ที่ประสาทมันควบคุมเส้นประสาท มันควบคุมร่างกายนี้ นี่พูดถึงว่า
 สมองนะ

ฉะนั้น พอพูดถึงว่าถ้าพิจารณาธรรมารมณฺ์ พิจารณาสติปัญญา ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม ถ้าเห็นว่าการทำงานนี้เริ่มจากสมอง มันไม่เป็นเรื่องนามธรรมทั้งหมด มันเป็นเรื่องรูปธรรมไง ถ้ารูปธรรม อย่างนี้รูปธรรมปั๊บ มันก็เป็นกาย เห็นเส้นขน เห็นผิวหนัง เห็นเนื้อ เห็นกระดูก ใต้นี้มันไปเห็นกาย ถ้าเห็นกาย เราก็พิจารณาเห็นกายไป แต่ทีนี้เพียงแต่ว่าเขาบอกว่าเขาเคยพิจารณากายมาแล้ว ถ้าเคยพิจารณากายมาแล้ว แสดงว่าเราเคยมีพื้นฐานมา คนมีพื้นฐานมามันถึงจะปฏิบัติ มันจะก้าวเดินเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป

คนไม่มีพื้นฐานมา คนไม่มีพื้นฐานมาเลย เวลาปฏิบัติไป ไม่มีพื้นฐานมา ปฏิบัติไปไม่ได้ หรือไม่ได้ อย่างเช่นคำว่า “พื้นฐาน” ของกรรมฐานเราก็ต้องทำความเข้าใจของใจ ถ้าใจสงบแล้ว มีพื้นฐานขึ้นมาแล้ว สมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน งานเกิดขึ้นแล้ว

ถ้าไม่มีฐานที่ตั้งแห่งการงานนะ มันละเมอเพื่อพัก พิจารณานามรูปตามความรู้สึกนึกคิดกันไป มันก็เหมือนจินตนาการกันไป จบแล้วก็คือจบ จบแล้วก็คิดกระบวนการหนึ่ง จบแล้วก็ “เออ! สบายๆ” นั่นกระบวนการของเขา เพราะเขาไม่มีครูบาอาจารย์ ไม่มีผู้รู้จริงคอยชี้แนะไง

แต่ของเรามีครูบาอาจารย์ เราทำความเข้าใจเข้ามา ถ้าใจสงบแล้วมันจะรู้มันจะเห็นอย่างนี้ อย่างที่ว่าเห็นสมอง อย่างนี้เพราะเราเคยพิจารณากายมา เพราะการพิจารณากายมา การเห็นสมอง เราถึงอนุโลมให้ว่าเห็นสมองนี้ใช้ได้ แต่ถ้าเป็นการพิจารณาจิตนะ การเห็นสมอง สมองมันเป็นจิตที่โหน สมองเป็นเนื้อ สมองก็คือสมองใจ

เวลา **ขมฺมสากจฺฉา** **เอตมฺมฺงฺคฺลมฺตฺตมฺ** เวลาคนสนทนาธรรมกัน สนทนาธรรมมันจะไป ในทางเดียวกัน ถ้ามีประเด็นมีต่างๆ ปั๊บ มันขัดแย้งกัน แสดงว่าถ้ามีการโต้เถียงกัน คนคนหนึ่งผิด ต้องผิดคนหนึ่งแน่นอน แต่ถ้าคนหนึ่งถูก มันจะถูกไป

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเห็นสมอง เห็นการทำงานของสมองระยะหนึ่ง สมองเริ่มต้นทำงานเป็นหัวเรื่อง มันปรากฏภาพ ปรากฏภาพ เกิดการปรุง การปรุง เราก็ตามอารมณ์นั้นไป จับความรู้สึกนั้นพิจารณานานเข้าๆ มันแยกออก มันจะแยกออก การแยกออกเป็นส่วนมันชัดเจน รู้ชัดเจนว่ากระบวนการทำงานอย่างไร วนไปวนมาอยู่อย่างนี้

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราจับรูป ที่ว่าเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจิตมันสงบเข้ามาแล้วมันเสวยอารมณ์ เสวยความรู้สึก มันเสวย มันจับตรงนี้ อันนี้ทำงานเกิดจากสมอง กับที่ว่าจิตเห็นอาการ

ของจิต พอจิตมันสงบแล้วมันเห็นอาการของมัน มันเห็นความคิดของมัน ความคิดไม่ใช่จิต อารมณ์ความรู้สึกมันเกิดดับๆ อารมณ์มันก็เป็นอารมณ์ใช้ใหม่ อารมณ์ที่มันเกิดแล้ว อารมณ์คิด มาแล้วมันก็ดับไปแล้ว ดับไปแล้วมันก็ดับไปแล้ว แล้วมันไปไหนล่ะ

แล้วเวลามันดับไปแล้วมันก็เป็นสัญชาตญาณ คือกระบวนการของการเป็นมนุษย์ ชาติ ๔ และชั้น ๕ ธรรมชาติเป็นแบบนี้ ธรรมชาติของคนมีความรู้สึกนึกคิดมีต่างๆ มันก็เป็นธรรมชาติของมัน นี่กระบวนการของมนุษย์ มนุษย์สมบูรณ์อย่างนี้ เว้นไว้แต่คนบ้า คนขาดสติ เวลาเขาคิดเอง เขาก็มีสติควบคุมของเขา เขาคิดอย่างไร เขาควบคุมไม่ได้ เขาควบคุมตัวเองไม่ได้ ต้องส่งโรงพยาบาล เขามีความคิดเหมือนกัน แต่เขาไม่มีสติควบคุมของเขา เรามีสติควบคุมของเรา เราก็ควบคุมของเราโดยความเป็นสามัญสำนึก สามัญสำนึกก็เป็นทั้งนั้นนะ

แต่ถ้าเราใช้ปัญญาอบรมสมาธิเข้ามา คำว่า “จิตต้องสงบก่อน จิตต้องสงบก่อน” พอจิตสงบก่อน จิตมันเสวยอารมณ์ จิตสงบแล้วจิตเห็นอาการของจิต จิตเสวยอารมณ์ จิตเห็นอาการของจิต ทีนี้จิตเห็นอาการของจิต แต่นี่จิตเห็นสมอง จิตเห็นสมอง เขาบอก “สมองเป็นความคิด”

อันนี้เป็นวาสนานะ ถ้าสมองเป็นความคิด เริ่มต้นมันปฏิบัติใหม่ ปฏิบัติใหม่อย่างนี้ถือว่า ความผิดพลาดเล็กน้อย เหมือนกับคนทำงาน เริ่มต้นทำงานมันก็ไม่สะดวก มันก็ไม่เป็นไร นี่ก็ไม่เป็นไร ไม่เป็นไร แต่ถ้าพูดถึงว่าไม่ได้ไปดูว่าเราเคยพิจารณากายมาแล้วจนปล่อยวางกายมาแล้ว อันนี้ต้องเริ่มให้มันชัดเจนขึ้นมา

คำว่า “ชัดเจนขึ้นมา” หมายความว่า เริ่มต้นนะ ถ้าใครทำถูกมันจะถูกไปเรื่อยๆ ถ้าเริ่มต้นมาผิด มันจะผิดไปเรื่อยๆ หลวงปู่มั่นบอก “ต้นคด ปลายตรงไม่มี” เริ่มต้นของกระบวนการทำผิดพลาดมา แล้วบอกว่าข้างหน้าต่อไปมันจะถูกต้อง ไม่มี กระบวนการต้นคด ปลายตรงไม่มี ต้นต้องตรง ต้นตรง ท่ามกลางตรง ที่สุดตรง ตรงสู่สังขารธรรม

ต้นคด ต้นบิด ต้นเบี้ยว แล้วบอกขึ้นไปแล้วมันจะตรง มันจะชัดมันจะเจน มันจะดีขึ้น เห็นใหม่ “ต้นคด ปลายตรงไม่มี” หลวงปู่มั่นพูดไว้ ไปดูมุตโตทัยก็มี “ต้นคด ปลายตรงไม่มี”

ทีนี้เริ่มต้นมันคด มันไม่ชัดมันไม่เจน กระบวนการเราต้องทำตรงนี้ไง ถ้าเราจะเห็นสมอง เราก็พิจารณาของเราไปว่ามันเป็นสมอง หรือถ้าการพิจารณาสมองคือการพิจารณากาย ถ้าการพิจารณากาย การพิจารณากายแบบหลวงปู่ดูลย์ พิจารณากายโดยไม่ต้องเห็นกาย คือใช้ปัญญา

เทียบเคียงเอา ถ้าเทียบเคียงเอา ก็เป็นการพิจารณากาย แต่ถ้าการพิจารณา เพราะหลวงปู่คุณของท่าน กำหนดให้ดูจิตๆ แต่หลวงปู่คุณของท่านสอนให้พุทโธด้วยนะ หลวงปู่คุณ ไปอ่านหนังสือหลวงปู่คุณ ท่านก็บอกพุทโธเหมือนกัน เห็นไหม โดยความชำนาญ โดยจริตของท่าน ท่านชำนาญในการดูจิต แต่เวลาดูจิตๆ ไปแล้ว ท่านก็สอนพุทโธเหมือนกัน

นี่ก็เหมือนกัน เวลาท่านบอกว่าให้ดูจิตๆ จิตเห็นอาการของจิต แต่ท่านก็สอนให้ดูกายเหมือนกัน แต่การดูกายของท่าน เพราะมีคนไปถามท่านว่าดูกายอย่างไร ท่านบอกดูกายโดยที่ไม่ต้องเห็นรูปภาพกาย ไม่ต้องเห็นรูปภาพกายเพราะว่ามันดูกายเป็นนามธรรม ดูกายด้วยปัญญา ดูกายด้วยเปรียบเทียบ

เหมือนกับทางการแพทย์ เขาไม่ต้องเห็นอาจารย์ใหญ่ เวลาเขาศึกษา เขาศึกษาจากอาจารย์ใหญ่ แต่เวลาคนไปปรึกษาในการเจ็บไข้ได้ป่วยบอกว่าความรู้สึกเขาเป็นอย่างไรนั้น หมอเขาวินิจฉัยได้ว่าเป็นโรคอะไร โดยที่ไม่ต้องเห็นกาย เขาก็วินิจฉัยของเขาได้ เพราะว่าสมุฏฐานของโรค คนไข้ไปบอกอาการของเขา เขาเอาอาการนั้นมาเป็นสมุฏฐาน เขาก็วินิจฉัยได้ว่าคนนั้นเป็นโรคอะไร

นี่ก็เหมือนกัน เวลาบอกว่าพิจารณากายโดยที่ไม่ต้องเห็นกาย พิจารณากายโดยไม่เห็นกาย เขาใช้ปัญญาเปรียบเทียบไป เปรียบเทียบว่าร่างกายของคนมันเป็นอย่างไร ร่างกายของคน กระบวนการร่างกายทำอย่างไร ร่างกายนี้มันแปรสภาพไป ร่างกายนี้มันเสื่อมสภาพอย่างไร พิจารณาไปมันก็สลดสังเวชเหมือนกัน มันก็ปล่อยวางของมันได้ มันก็ทิ้งของมันได้ นี่การพิจารณากายโดยที่ไม่ต้องเห็นกาย พิจารณากายโดยปัญญา

แต่ถ้าเป็นเจโตวิมุตติพิจารณากายโดยเห็นกาย ถ้าเห็นภาพสมอง เห็นภาพต่างๆ มันเห็นมันเห็นเป็นภาพนิมิต เห็นเป็นภาพนิมิต เราก็ตั้งขึ้นมา เราก็ใช้กำลังของเราวิภาตะ พอเห็นภาพนิมิตก็เป็นอุคคหนิมิต เห็นนิมิตก็เป็นภาพขึ้นมา เห็นนิมิตเป็นภาพขึ้นมา เราก็ใช้ปัญญาเข้ามา แยกแยะออกไปให้เป็นไตรลักษณ์ ให้เป็นไตรลักษณ์คือการแปรสภาพให้มันขยายแยกส่วนออกไป ถ้าแยกส่วนออกไป ถ้ามันเป็นไตรลักษณ์ต่อหน้า ไตรลักษณ์อย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียดขึ้นมา มันก็เห็นชัดเจนของมัน นี่การพิจารณากายโดยเห็นกาย

การพิจารณาโดยการไม่เห็นกายก็ได้ การพิจารณาโดยเห็นกายก็ได้ มันอยู่ที่ความชำนาญ นี่ใบไม้ในป่า ใบไม้ในกำมือ ใบไม้ในกำมือก็ต้องสติปัญญา ๔ ต้องชัดเจนของสติปัญญา ๔ นั้นไป ใบไม้ในป่า กระบวนการความเป็นจริงของจิตนิสัยของคนมันมีกระบวนการของมัน เยอะแยะไป ถ้าใบไม้ในป่าก็ต้องใบไม้ในป่าในแง่บวก ใบไม้ในป่าในการชำระล้างกิเลส ใบไม้ในป่า เพื่อประโยชน์การถอดการถอน ไม่ใช่ใบไม้ในป่าด้วยการทุจริต

ถ้าใบไม้ในป่าโดยการทุจริต ฉันมีความเห็นอย่างไร ฉันจะแถมอย่างไรก็บอกนี้ใบไม้ในป่า ใบไม้ในป่ามารองรับความเห็นแก่ตัว มารองรับความเห็นผิดของตัวเอง มารองรับความทุจริตของตัวเอง ถ้าใบไม้ในป่าอย่างนี้ ใบไม้แบบนี้ใช้ไม่ได้

ถ้าใบไม้ในป่าคือสังขารม สังขารมความเป็นจริงมันมีของมันอยู่ ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในพระไตรปิฎก ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นนี้ พุทธออกมาเป็นสิ่งที่เพื่อประโยชน์กับสังคม เพื่อประโยชน์กับการวางธรรมและวินัย สิ่งที่ยิ่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่พูดไม่พยากรณ์เยอะแยะไปหมดเลยนั่นคือใบไม้ในป่า นี่ใบไม้ในป่า

ในการปฏิบัติก็เหมือนกัน เห็นกาย เห็นกายอย่างไร ไม่เห็นกาย ไม่เห็นกายอย่างไร เห็นกายโดยไม่เห็นกาย มันมีกระบวนการของมัน แต่สุดท้ายมันก็ลงอริยสังเหมือนกัน อริยสังเหมือนกัน

นี่พูดถึงการเห็นสมองนะ ที่นี้การเห็นสมอง ยกผลประโยชน์ให้กับจำเลย ในเมื่อเราภาวนาแล้วได้ผล ยกผลประโยชน์ให้ แต่ที่นี้เพียงแต่ว่ามันกายหรือใจ พิจารณากายก็พิจารณากายไปเลย ถ้าพิจารณากายก็สิ่งที่ว่า ที่ถามมา ที่สรุปมา เคยพิจารณากายไป จิตสงบแล้วจับกายขึ้นมาพิจารณาธาตุ ๔ ชั้น ๕ จนมันแยกสลายออกไป จนวางได้หมด แล้วอารมณ์มันใกล้เคียงกัน อารมณ์ใกล้เคียงกัน ถ้าผลมันเป็นไปได้ มันเป็นไปได้อย่างไร

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าคำถามนี้มาก่อนว่า ถ้ามันแยกออกมาเป็นกองๆ อารมณ์มันก็เป็นกองของมัน แล้วสุดท้ายพอวางๆ ไปแล้วมันจิตซัด สุขเวทนา ทุกขเวทนา ถ้าสุขเวทนา ปล่อยวางสุขเวทนา ถ้ามันทุกข์ เราพิจารณาแล้วมันก็ปล่อยทุกข์เข้ามา ถ้ามันสุขมันก็ปล่อยสุขเข้ามา ปล่อยไปปล่อยมา แล้วพอเข้าไปแล้วไปถึงเรื่อง เราพูดถึงว่าเราพิจารณาให้มันเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมา เป็น

หัวข้อเรื่องขึ้นมา พอพิจารณาไปแล้ว เพราะเราทำตามความรู้สึกนึกคิดไปแล้ว ภาพเริ่มต้นมันก็ จืดชืด

ถ้าบอกทางโลกเขามีสุข มีทุกข์ มีอุเบกขา มีสุข มีทุกข์ อภัยกฤต ถ้าอภัยกฤตมันจืดชืด ไหม ถ้ามันจืดชืด ทั้งสุขก็ไม่ใช่ ทั้งทุกข์ก็ไม่ใช่ จืดชืดก็ไม่ใช่ ไม่ใช่ทั้งนั้นเลย แล้วไม่ใช่แล้ว อะไรมันคือใช่ล่ะ ใช่มันคืออะไร ฉะนั้น ถ้ามันจืดชืด มันจืดชืด มันจืดชืดเพราะอะไร เพราะว่า สมาธิมันไม่ชัดเจน สิ่งต่างๆ มันไม่ชัดเจน เหมือนกับคำว่า “จืดชืด”

มันมีที่มาที่ไป ถ้ามันเห็นจิตนะ มันเสวยอารมณ์นะ ถ้าพิจารณาจิต พิจารณาจิต จิตมัน เสวยอารมณ์ จิตเห็นอาการของจิต มันพิจารณาของมัน มันปล่อยเข้ามา มันปล่อยเข้ามามันมี ความสุข มันไม่จืดชืด

ถ้าคำว่า “จืดชืด” เวลาคนภาวนา พิจารณากายก็ได้ พิจารณาจิตก็ได้ เวลามันปล่อยไปแล้ว มันปล่อยแล้วมันปล่อยอย่างไร ปล่อยแล้ว ปล่อยถึงงๆ มันปล่อยแต่มันไม่ชัดเจน เห็นไหม

ถ้ามันปล่อยแล้วเราต้องกลับมาทำความเข้าใจให้มากขึ้น มันปล่อยแล้ว ปล่อยก็คือ ปล่อย เราทำงานของเราเหมือนกัน พอทำงานแล้วผลงานนั้นมันไม่ประสบผลสำเร็จ ผลงานนั้น มันไม่เข้าเป้า ไม่เข้าเป้า เราก็มาฝึกใหม่ ทำกระบวนการอันเก่า แต่ทำให้มันชัดเจนว่ามันขาดตก บกพร่องสิ่งใดไป ถ้ามันขาดตกบกพร่องสิ่งใดไป เราก็พยายามทำสิ่งนั้น อย่างเช่นทำอาหาร ทำอาหารออกมา เขาไปทานอาหารที่ร้านอาหาร ทำไม แหม! รสชาติมันสุดยอดเลย มาทำที่บ้าน มันจืดชืดเลย เอ๊ะ! เราขาดอะไร

นี่ก็เหมือนกัน พอภาวนาไปแล้วมันปล่อย ปล่อยแล้วมันเป็นอย่างไร ปล่อยแล้วจืดชืด มัน จืดชืด ปล่อยแล้ว กระบวนการ เขาถามว่าถ้ามันเข้าไปแล้วมันจืดชืด ก็เลยให้มันปรุงแต่ง ปรุง ข้นมาก็มีรสมีชาติ มีรสมีชาติ ถ้ามันมีสติ มันมีรสมีชาติทุกอย่าง รสจืดก็มีรสของมัน จืดชืดก็มีรส จืดชืด อารมณ์มันก็มีอารมณ์ของมันทั้งนั้นแหละ เราก็พิจารณาของเราเข้าไป ถ้ามันปล่อยนะ พอมันปล่อยแล้วเราก็อยู่กับความสงบอันนั้น แล้วถ้ามันจับได้ เราก็พิจารณาแยกแยะของมันไป ต่อเนื่อง ทำบ่อยครั้งเข้าๆ นี่คือการพิจารณาจิต

การพิจารณากายก็เหมือนกัน ถ้าพิจารณากาย เขาบอกเขาเคยทำได้แล้ว เขาเคยทำมาแล้ว ทำมาแล้ว ทำมาแล้ว แล้วมาเทียบเคียง มันเหมือนกัน ถ้าผลมันเหมือนกัน อริยสัจ ทุกข์ สมุทัย

นิโรธ มรรค กาย เวทนา จิต ธรรม พิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม พอผลแล้วอริยสังฆมันอันเดียวกัน ถ้าอันเดียวกัน แต่อันเดียวกัน ถ้าคนภาวนาเป็นแล้วเหมือนกัน เหมือนกันเลย แต่ถ้าคนไม่เป็น หรือคนถนัดทางใดทางหนึ่ง แล้วที่ว่าทางของตัวถูกต้อง

คนอยู่ทางภาคอีสานเข้ากรุงเทพฯ มา เขาก็ต้องเข้ามิตรภาพทั้งนั้นแหละ เราเป็นคนภาคใต้ เราจะเข้ากรุงเทพฯ มันก็ต้องเพชรเกษมทั้งนั้นแหละ แล้วเพชรเกษมกับพหลโยธิน อันไหนมันถูกว่า เลี่ยงกัน อะไรมันถูก นี่ก็เหมือนกัน เวลาเข้าไปถึงกรุงเทพฯ มันก็ต้องอันเดียวกัน แต่อันเดียวกันอย่างไร ถ้าคนภาคใต้มันก็ว่าต้องเพชรเกษมอันเดียว

นี่พูดถึงจริตนิสัยของครูบาอาจารย์นะ ถ้าครูบาอาจารย์ บางคนก็ขึ้นกระด่าขานเดี่ยวว่าทางของฉันถูก ทางของคนอื่นผิด แต่ถ้าครูบาอาจารย์ท่านมีวาสนานะ เพชรเกษมท่านก็เคยเข้า ท่านเคยผ่านกรุงเทพฯ ไป ท่านก็ออกไปภาคอีสาน ท่านกลับมาเข้าพหลโยธิน ท่านก็เข้ามาได้ ถ้าไปทางภาคตะวันออก สุขุมวิทก็เข้ามาได้ เข้ามาได้ทั้งนั้นแหละ สติปัญญา ๔ ไร่ เข้าได้รอบกรุงเทพฯ กรุงเทพฯ เข้าอย่างไรก็เข้าได้ถ้าเข้าสู่อริยสังฆ แล้วบอกกรุงเทพฯ อยู่ไหน พูดเหมือนกัน กรุงเทพฯ ก็อยู่ศาลาว่าการกรุงเทพฯ ไร่ ศาลาว่าการกรุงเทพฯ ก็คือกรุงเทพฯ ไร่ เข้าไปเจอกันที่ศาลาว่าการไร่ ไปลานคนเมือง ไปเจอกันที่นั่น รถจอดที่เดียวกันเลย นี่ก็เหมือนกัน ถ้าทำเหมือนกันมันก็คือเหมือนกัน ที่นี้เหมือนกัน มันก็ต้องมีผู้ที่ชำนาญนะ

นี่เขาถามว่า เขาพิจารณาอย่างนี้ พิจารณามา ตอนนี้เป็นปัญหาของตนเองแล้วละ ปัญหาที่พิจารณาไปแล้วมันก็มีสุขเหมือนกัน ถ้าพิจารณาไปแล้วมันปล่อยต่อเนืองๆ จนมันแปลกๆ เขาวว่ามันแปลกๆ นะ เดียวนี้ไม่ค่อยสุขไม่ค่อยทุกข์

ไม่ค่อยสุขไม่ค่อยทุกข์นี่มันละเอียดขึ้น แต่ก่อนถ้าเราขาดสติ เราก็คงจะไปสุขไปทุกข์กับโลกมากนัก แต่พอเราพิจารณาไปแล้วเราก็คงจะวางโลกเรื่อยๆ แต่วางโลกขนาดไหนก็แล้วแต่ มันยังมีสมุทัย ยังมีที่ปักเสียบอยู่ในใจ เราพิจารณาซ้ำๆ ของเราบ่อยครั้งเข้าๆ เราต้องพิจารณาเราบ่อยครั้ง ซ้ำอยู่อย่างนั้นแหละ ซ้ำแล้วบอกว่าถ้ามันไม่มีสติมันจะเป็นอย่างนั้นแหละ เวลามันหลอกนะ มันบอกว่าจิตซัด คำว่า “จิตซัด” จิตซัดถ้ามันปล่อยแล้วแสดงว่ามันปล่อยไม่ชัดไม่เจนเหมือนเรา คนเรานะ มีเงินอยู่ในมือ เราสงวนไหม เงินของเรานะ บางคนเผอเรอไร กำเงินอยู่ในมือ ลืมตัวทิ้งไปไง บางคนกำเงินอยู่ในมือ กำๆ คุ้ยเพลिनๆ โยนทิ้งเลยนะ พอนึกได้ อ้าว! สตางค์ไปไหนละ โยนทิ้งตรงไหนก็ไม่รู้

นี่ก็เหมือนกัน พิจารณาอย่างนี้มันพิจารณาแบบนี้หรือ พิจารณาโดยที่ว่ามันจืดชืด มันไม่มี ผลลัพธ์หรือ เหมือนเรามีเงินนะ เรากำเงินอยู่ แล้วลืมตัวทิ้งไป แล้วพอทิ้งไป พอรู้ว่านี่เงินนะ พยายามจะหาแบงก์อยู่ไหน แบงก์อยู่ไหน หาไม่เจอ พอจืดชืดแล้วเริ่มต้นอย่างไร เราก็พยายามทำของเรา การพิจารณาจิตพิจารณาอย่างนี้ ที่ว่าถูกต้องไหม นี่ปัญหาของตัวนะ มันวนไปเวียนมา มันพิจารณาของมันอย่างนั้น แล้วพอมันปรุงมันแต่งเข้าไป มันปรุงแต่งมันก็มีอารมณ์กระทบอีก ครั้งต่อมาพิจารณาซ้ำๆ ความสุขความทุกข์มันปล่อยวางได้ มันปล่อยวางจนความสุขความทุกข์ มันไม่เข้ามาสะเทือนหัวใจ ถ้าไม่สะเทือนหัวใจนะ

ฉะนั้น เวลามันแยกแล้ว สุดท้ายมันไม่มีอะไร มันก็แยกเป็นกอง ถ้าแยกเป็นกอง กองรูป กองเวทนา กองสัญญา กองสังขาร กองวิญญาณ ถ้ามันแยกเป็นกอง พิจารณาจิตมันเป็นแบบนี้ ถ้าแยกเป็นกองแล้ว เดี่ยวกองนั้นมันก็จะรวมกันอีก ในเมื่อมันยังมีบ่วง ยังมีสมุทัยที่มันร้อยรัดกัน อยู่ มันก็จะเข้ามาเป็นอารมณ์อีก แล้วถ้ากำลังไม่พอ เราก็พิจารณาอะไรไม่ได้ เราก็กลับมาทำ ความสงบของใจ ปัญญาอบรมสมาธิหรือพุทธโฆเข้ามา แล้วพอจิตมันสงบแล้วก็จับมัน จับสิ่งที่เป็นกองๆ จับความสุขความทุกข์พิจารณาซ้ำๆ เข้าไป

คนถ้าภาวนาเป็นนะ มันจับต้องได้ มันพิจารณาได้ ถ้าคนภาวนาไม่เป็นนะ “หลงพ้อพูด อะไรนะ จับสุข จับทุกข์ จับอารมณ์ จับอะไร บ้าหรือเปล่า คนพูดอย่างนี้อยู่ที่ศรีธัญญาเยอะเลย เศษ ศรีธัญญามันขึ้นหน้ากัน มีงบบ้าๆ พูดอย่างหลงพ้อนี่เลย” นี่ถ้าคนภาวนาไม่เป็นมันก็คิดอย่าง นั้นนะ มันคิดไม่รู้ไม่เห็นไปด้วย แล้วมันจับต้องสิ่งใดไม่ได้

แต่ถ้าคนรู้คนเห็นนะ เวลาโรงพยาบาลศรีธัญญามันก็มีผู้อำนวยการ โรงพยาบาลศรีธัญญา มันก็มีจิตแพทย์ในโรงพยาบาลศรีธัญญา พวกจิตแพทย์เขาก็ต้องดูแลไอ้คนไข้ในโรงพยาบาลศรี ธัญญา จิตแพทย์กับพวกผู้อำนวยการ อย่างนั้นเขาไม่ใช่คนบ้า เขารู้ว่าอาการบ้านั้นเป็นอย่างไร

แต่ถ้าเราไม่ใช่จิตแพทย์ เราไม่ใช่อย่างไรเลย เอ๊ะ! นี่พูดเรื่องอะไรกัน พูดอะไรกัน พูดอะไรกัน แสดงว่าพื้นฐานเราไม่มี เราปฏิบัติของเราไม่มีพื้นฐาน เราไม่มีพื้นฐานสิ่งใดเลย เราจะ เข้าใจธรรมะ เราก็เข้าใจธรรมะด้วยวิทยาศาสตร์ เข้าใจธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ เจ้า แต่กิเลสเต็มหัวใจ ความมงงๆ ในหัวใจเต็มไปหมดเลย แต่เราภาวนาไป ไอ้ความมงงๆ มันโดนตี แผลออกไป มันโดนตีออกไปด้วยปัญญา มันโดนตีออกไปด้วยศีล สมาธิ ปัญญาของเรา ไอ้ดีความ

งๆ "ไอ้ความงๆ "ไอ้ความไม่เข้าใจ "ไอ้ความไม่รู้จักอารมณ์เป็นอย่างไร "ไอ้ที่ว่าความสุขความทุกข์ พอมันดีเผื่อออกไป มันปล่อยๆๆ มันปล่อยมันก็เหลือนะ

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ภาธา หเว **ปญจกฺขนฺธา** ความรู้สึกนึกคิด ชั้น ๕ ภาธา หเว ชั้น ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นภาวะ แต่พวกเราชั้นมาร ๓ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นมาร มารมันครอบงำเรา มันเลยต่างกันไง ต่างกันระหว่างพระอรหันต์ ภาธา หเว **ปญจกฺขนฺธา** ความรู้สึกนึกคิดมันมี แต่ไม่มีกิเลส แต่ของเรา ความรู้สึกนึกคิด กิเลส ทั้งนั้นเลย เพราะมันมีมาร มารเป็นคนใช้ความรู้สึกนึกคิดออกมาหมดเลย ถ้าเราพิจารณาไป มันก็จะไปรู้เห็นอย่างนั้น มันก็ไม่ใช่ว่า เออ! พุคอย่างนี้เหมือนคนบ้าเลย แต่ถ้าคนมันเป็น พุคอย่างนี้ เขาหาฟังอยู่ เขาหาคนรู้จริง หากคนภาวนาได้จริง แล้วสอนเรา

ฉะนั้น เขาถามว่า “ผมอยากทราบว่าจำเป็นหรือไม่ที่เราต้องทำ ๒ วิธี หรือควรปฏิบัติอย่างไรต่อไปครับ”

ถ้าเราเคยพิจารณากายไปแล้ว ถ้ามันย่อยสลายเป็นธาตุเลยนะ ถ้าจิตสงบแล้วเราก็จับกาย ขึ้นมาพิจารณาซ้ำ มันย่อยสลายไปแล้วมันก็ยังจับต้องได้เพราะมันยังมีสังโยชน์อยู่ พิจารณากายก็ได้ พิจารณาใจก็ได้ พิจารณาใจนะ กายกับใจ นี้กายกับใจ

ถ้าพิจารณาใจ ใจคืออะไร ใจคือนามธรรม ถ้าพิจารณาใจ ใจเป็นนามธรรมเพราะจิตมันสงบขึ้นมา จิตมันมีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา มันถึงสามารถจับนามธรรมได้ จิตสงบ จิตนี้เป็นสิ่ง

ความรู้สึกนึกคิดคนเร็วมาก ความคิดคนเร็วกว่าแสง คิดถึงดาวอังคาร ดาวอังคารมันไปกลับมาแล้ว นั่งอยู่นึกคิดได้ตลบเลย ความคิดของคนเร็วยิ่งกว่าแสง แต่สติปัญญาสามารถยับยั้งความคิดที่เร็วกว่าแสงให้มันหยุดนิ่งได้ ความหยุดนิ่งได้ เกิดปัญญาขึ้นมา สิ่งที่เร็วกว่าแสงแล้วพิจารณาต่อไป ที่เป็นนามธรรมมันพิจารณาแยกแยะของมัน การพิจารณานามธรรมมันมีสติปัญญามหาศาลขนาดนั้น มันเท่าทันหมด แล้วเท่าทันมันจับสิ่งใดได้ จับจิตเห็นอาการของจิต เห็นสิ่งที่เคลื่อนที่ สิ่งที่เคลื่อนที่ออกไปรับรู้ สิ่งที่เคลื่อนที่พิจารณาแล้วมันปล่อยๆ มันพิจารณากาย มันเหมือนกัน มันเหมือนกัน วิธีการภาวนาสติปัฏฐาน ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม

ถ้ามันพิจารณากายนะ เราก็จับพิจารณากายเข้าไป ถ้าพิจารณากาย หมายความว่า ถ้ามันจับต้องได้ มันชัดเจนได้ เราก็จับพิจารณากาย แต่ถ้าเวลาเราจิตสงบแล้ว ถ้าเราจับความรู้สึกนึกคิด จับ

นามธรรมได้ เราก็พิจารณานามธรรมแยกแยะมัน แยกแยะมัน ถ้าแยกแยะแล้วจะฝากการบ้านไว้ ใ้ที่ว่ามันเป็นสมองๆ ลองพิจารณาซ้าอยู่ เห็นเป็นก้อนสมอง มันจะเป็นอย่างนั้นจริงหรือเปล่า จิตเห็นอาการของจิต อาการมันหรือตัวนามธรรมมันเป็นวัตถุหรือ

แต่เวลาธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า “อารมณ์ความรู้สึกของเธอก็เป็นวัตถุ อันหนึ่ง” อารมณ์ความรู้สึกก็เป็นวัตถุอันหนึ่ง มันก็เป็นอารมณ์ มันไม่ใช่เป็นสมอง นี่สมองเรา อ้างอิงได้ เปรียบเทียบได้ว่าสิ่งนี้เหมือนมาจากสมอง แต่ถ้าเราพิจารณาของเราได้มันจะเป็นความจริงนะ นี่การพิจารณาภายในกับพิจารณาใจ

พิจารณาภายในก็เป็นเรื่องของกาย กายนอก กายใน กายในกาย พิจารณาจิตก็ขั้น ๕ ขั้น อย่างหยาบ ขั้นอย่างกลาง ขั้นอย่างละเอียด ขั้นอย่างละเอียดสุด ถ้าพิจารณาภายนอก กายใน กายในกาย มันพิจารณาของมันไป พิจารณาเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ ถ้าพิจารณาได้จริงนะ

ฉะนั้น ถามว่า “ควรทำอย่างไรต่อไป”

ควรทำที่เป็นปัจจุบัน สิ่งใดเกิดขึ้นแล้วพิจารณาสิ่งนั้น มันจะเป็นประโยชน์กับผู้ ที่พิจารณานั้น

ถาม : ข้อ ๑๓๒๘. เรื่อง “กลุ่มใจเรื่องลูกค่ะ”

ลูกสาวของดิฉันอายุ ๔ ขวบ แต่ใครๆ ก็ชื่นชมว่าเป็นเด็กสวย น่ารักจริงๆ และลูกสาวของ ดิฉันก็มีจิตที่เป็นเหมือนเด็กทั่วไปคือมีทั้งความคิดดีและร้าย ดิฉันไม่ยอมให้ลูกโตเป็นเด็กที่ นิสัยเสีย ถ้ามีเวลาว่างก็จะพยายามพามาวัดตลอด พอมาอยู่วัด โยมส่วนใหญ่ก็มักจะชื่นชมลูกของ ดิฉัน บางคนก็ขอถ่ายรูป บางคนก็ชอบมากจึงตั้งจิตว่าเมื่อตายแล้วจะมาขอเป็นน้องของลูกดิฉัน ทำให้ดิฉันไม่สนใจ ทำเป็นไม่ได้ยินคำพูดเหล่านั้น แต่เนื่องจากลูกสาวดิฉันเป็นคนช่างจดจำ ช่าง สังเกตเกินเด็กทั่วไป จึงรับรู้ว่าทุกคนชอบคนสวย ทุกวันนี้ลูกสาวดิฉันสนใจแต่เรื่องราวเรื่อง ความสวยความงามเป็นอย่างมากเกินกว่าเด็กในวัยเดียวกัน

คำถามคือดิฉันอยากให้ลูกดิฉันมีจิตใจที่ตั้งงามและมีสุขภาพแข็งแรง ไม่อยากให้อสนใจ เรื่องสวยงาม มีคนเคยบอกว่าถ้าดิฉันสวดมนต์นั่งสมาธิให้มาก และให้ถือศีล ๘ พร้อมกับ

รับประทานมังสวิรัตินั้นพระ จะสามารถส่งบุญให้คุณได้จริงหรือไม่ ถ้าว่าสวดมนต์นั่งสมาธิให้มากนี้ จะมากแค่ไหนถึงเรียกว่าจะส่งบุญให้แก่ลูก ทำไม่ต้องถือศีล ๘ ด้วยคะ

ตอบ : ถือศีล ๘ เราถือศีล ๘ คำว่า “ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗” อย่างนี้เราพูดถึงเรื่องศีลแล้วทำไมมันมากคะ ศีล ๘ ห้ามนอนในที่สูง ห้ามนอนในที่หนุนด้วยฟูก ห้ามคุณละครฟ้อนรำ เราก็ออ! เบื่อ ไม่อยากถือศีล ๘

ถ้าเราถือใจของเราดวงเดียวจบหมดเลย ถือใจดวงเดียวมันก็จบใช่ไหม

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเขาบอกว่า ถ้าอยากให้คุณมีสุขภาพแข็งแรง มีจิตใจที่ดีงาม

เราจะบอกว่า เด็กก็คือเด็ก เด็กอายุ ๔ ขวบ เขาว่าลูกดิฉันอายุ ๔ ขวบ ถ้า ๔ ขวบมันก็คือเด็กนะ ถ้าคือเด็กนะ เด็กก็คือภาษาเด็ก เด็ก มันก็อยู่ที่อำนาจวาสนาของเด็ก เด็กอภิชาติบุตร เด็กที่ดีมันก็ทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตของเขา ถ้าเด็กมีอำนาจวาสนาของเขาปานกลาง เขาได้ประสบความสำเร็จปานกลาง ถ้าเด็กขนาดไหน นี่อำนาจวาสนาอันหนึ่ง แต่เราเป็นพ่อแม่ของคนใช่ไหม เราก็อพยายามจะส่งเสริมให้คุณเราให้มีความสามารถสูงสุด ถ้ามีความสามารถสูงสุด สภาวะแวดล้อมของคุณเรา เราก็อทำสภาวะแวดล้อมของคุณให้ดี ถ้าทำสภาวะแวดล้อมของคุณให้ดี เราฝึกฝน คนที่เขาว่าเขารวย เขาจะส่งลูกเขาไปเรียนเมืองนอก เขาไม่ให้สแตงค์เลยละ เขาให้เด็กออกไปเมืองนอกปั๊บ เขาก็ต้องไปหาเลี้ยงงาน หาเงินหาทองของเขาเพื่อจะให้เด็กคนนั้นจะได้แข็งแรงขึ้นมา

เขาบอกสังคมไทยทำให้เด็กเสีย ทำให้เด็กเสียเพราะ โอนะ คุณแลกกันตั้งแต่เด็กจนโต โตแล้วพอโตขึ้นมาเด็กไทยก็ยังไม่ไปโรงเรียนไม่เป็น ต้องไปส่งไปเสียกัน ฝรั่งเศสไม่ไปส่งไปเสีย เขาปล่อยของเขา

เราจะบอกว่าแม่ทำให้ลูกเสีย ไม่ใช่ลูกทำให้แม่เสีย แม่ต่างหากจะทำให้ลูกเสีย ลูกก็คือลูก เด็กก็คือเด็ก เด็กอายุ ๔ ขวบก็อายุ ๔ ขวบ ทำไมเราไปวิตกวิจารณ์กับเด็กอายุ ๔ ขวบจนปานนั้น เด็กก็คือเด็ก พ่อแม่ก็คือพ่อแม่

พ่อแม่ทุกคนที่ไม่รักลูกเป็นไปไม่ได้ มันไม่มี ไม่มีหรอก แต่พ่อแม่คนไหนรักลูกแล้วเราก็อดูแลลูกของเราในสถานภาพที่เราดูแลที่ดีที่สุด ให้ความอบอุ่นให้ต่างๆ สิ่งนี้สำคัญที่สุด สำคัญ

ที่สุด ให้ความอบอุ่น ให้เป็นที่ปรึกษา ให้อยู่กับลูก แล้วเด็กมันจะรักสวयरักงาม เด็กที่เขามีความคิดที่แบบว่ามันเข้มแข็ง มันก็เป็นนิสัยของเด็ก เดี่ยวมันเป็นไปตามวัย ให้ไปตามนักจิตวิทยา สอนเด็กเลยนะ เขาจะบอกเลยนะ มันเป็นไปตามวัย วัยแบบนี้มันก็มีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ พอเป็นวัยรุ่นนะ เดี่ยวมันก็คิดไปอีกอย่างหนึ่ง นั่นมันเป็นไปตามวัย ทางจิตวิทยาเขายังมีเลย แล้วเราจะมาทุกขั้วร้อน โอ้โฮ! กลายเป็นเด็กไปด้วยนะ กลายเป็นอายุ ๓ ขวบ ลูกสาวอายุ ๔ ขวบ แม่มันอายุ ๓ ขวบ พ่อแม่มันอายุ ๓ ขวบ มันก็เลยไปแบกรับอารมณ์ ๔ ขวบอันนั้นเลย

แต่ถ้าเราเป็นพ่อแม่ที่ดี เราก็ดูแลสถานะที่ดี เราก็รักษาลูกเราให้ลูกเราเป็นคนดี ถ้าลูกเราเป็นคนดี พ่อแม่ทุกคนหวังปรารถนาให้ลูกเป็นคนดีนะ ถ้าลูกเราเป็นคนดี คนดีคืออะไรละ เราก็ทำตัวอย่างที่ดี พ่อแม่เป็นตัวอย่างที่ดีที่สุด พ่อแม่เป็นครูเอกของโลก ลูกเห็นจากพ่อแม่มาก่อน แล้วพอไปโรงเรียนก็ไปจับจากครูบาอาจารย์มา แล้วกลับมาที่บ้าน ระหว่างครูกับพ่อแม่จะต้องประสานงานกัน จะต้องรับส่งกันเพื่อให้ลูกเราเป็นคนดี ถ้าลูกเป็นคนดี มันอยู่ที่นี้ไง

ฉะนั้น สิ่งที่รักสวयरักงามเป็นเรื่องธรรมดา มันอยู่ที่ว่าพ่อแม่มีความสามารถจะให้ลูกได้มากน้อยแค่ไหน ถ้าพ่อแม่อดคัดค้าน เขาทำให้ลูกของเขาได้ตามกำลังของเขา ถ้ากำลังของเรามี เราก็ทำของเรา แต่เราก็ไม่ทำให้จนเด็กมันคิดไป

คนที่เขามีสตางค์นะ เขาบอกว่าเขาไม่ทำร้ายลูกเขา เขาทำร้ายลูกเขาด้วยเงินทองของเขา ถ้าเขาทำร้ายลูกเขา เพราะลูกเขา เขาไม่รู้หรือว่าเงินทองหามาได้ยังไง แต่เราปรนเปรอจนเขาเคยชิน เราทำร้ายลูกของเราโดยที่เราไม่รู้ตัวเลย เราต้องให้ลูกเราพอสมควร

คนที่เขาเป็นผู้ใหญ่ นะ เวลาเขามีสถานะมาก เราจำชื่อเขาไม่ได้ เขาเคยเล่าให้ฟังบอกว่าเขามีฐานะมาก เวลาเขาไปรับลูกเขาที่โรงเรียน เขาไม่เอารถเก๋งไปรับลูก เขาเอารถปิกอัพไปรับ เพราะเขาไม่ต้องการให้ลูกเขาเห็นสภาพรถของแม่กับรถของคนอื่นแตกต่างกัน เขาพูดอย่างนี้นะ บอกว่าเวลาเขาไปรับลูก เขาไม่เอารถเก๋งของเขาไปรับ เขาเอารถปิกอัพไปรับ ไม่อยากให้ลูกมันคิดว่าพ่อแม่ของเรามีสถานะมาก นี่ฝึกเด็กๆ เพราะเขารักลูกของเขา แล้วเขาคำนวณของเขาได้ว่า ถ้าทำอย่างใดกับลูกเขา ลูกเขาจะมีสถานะเหนือเพื่อนเหนือคนอื่น แต่ถ้าเราทำให้ลูกเขามีสถานะเท่าเพื่อนเขา พ่อแม่เขาคิดขนาดนั้นนะ เขาไม่ให้สถานะทางบ้านของเขาไปทำร้ายลูกเขา เขาบอกไม่ให้โรครวยทำร้ายลูกเขา โรครวย โรคมีสตางค์นี้โรคทุกข์ แล้วไปทำร้ายลูกเรา คนที่เขามีเขาคิดอย่างนั้น

แต่คนทุกซัคนจนนะ เขาก็อยากให้ลูกเขาเทียมตาคนอื่น คนทุกซัคนจนเขาก็อยากให้ลูกเขาเสมอคนอื่น เขาก็ปากกัดตีนถีบมาเพื่อลูกของเขา เห็นไหม

ถ้าพ่อแม่ไม่ทำร้ายลูก ถ้าพ่อแม่รักลูกก็พ่อแม่รักลูกอยู่ แต่พ่อแม่รักลูกด้วยความไม่ถูกต้อง พ่อแม่ก็ทำร้ายลูก ถ้าทำร้ายลูก ทำร้ายลูกด้วยความรัก ทำร้ายลูกด้วยความไม่รู้ตัวเลยว่าเราทำร้ายลูก

เขาบอกว่า “ลูกคิดฉันเป็นอย่างนั้น”

เทศน์กัณฑ์นี้จะเทศน์ว่าแม่ ไม่ใช่เทศน์ว่าลูก (หัวเราะ) เพราะลูกไม่ได้เขียนมาถาม แม่เขียนมาถาม ลูก ๔ ขวบเขียนมาถามไม่ได้ แต่นี่แม่มันเขียนมาถาม

ก็ ๔ ขวบ เด็กก็คือเด็ก เด็กนะ บางคนเก๋มาก บางคนดื้อมาก ดื้อมากขนาดไหนพ่อแม่ก็รู้ บางคนเห็นอยู่ มาไม่ยอมเอ๋ย อู้ฮู! ไม่ได้เลย เก่ เก่สุดๆ เลย ไอ้เก๋ก็เก๋จนเหลือขอ ไอ้คนที่ดีก็แหม! “หลงพ่อๆ” เราไม่มีลูกสักคนเลย แต่ลูกเยอะเต็มศาลาเลย แล้วก็เห็นมาเยอะ

จะนั้น เด็กมันก็คือเด็กนะ คำว่า “เด็กก็คือเด็ก” หมายความว่า ปฏิสนธิจิตเกิดในไข่ เกิดในน้ำคร่ำ เกิดในโอปปาติกะ ในเมื่อกำเนิดเป็นลูกเราแล้ว ลูกของเราเกิดเป็นลูกเราแล้ว ขณะที่ปฏิสนธิในครรภ์เป็นลูกของเราแล้ว ถ้าลูกของเรา เขาก็มีอำนาจสนามมากน้อยของเรา สายสัมพันธ์เกิดแล้ว ความผูกพันระหว่างแม่กับลูกเกิดแล้ว ความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูกเกิดแล้ว จะดีจะชั่วก็ลูกของเราละ เราจะไม่รังเกียจว่าลูกของเราเป็นอย่างนี้ เราจะไม่หลงใหลว่าลูกของเราเป็นอย่างนี้ เพราะมันคือลูกของเรา

เวรกรรมพาเกิด ผลของวิภวัญ ในเมื่อปฏิสนธิเกิดลูกของเราแล้ว แล้วลูกเราจะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่ เราก็ต้องดูแลลูกของเราแล้วแหละ คุณติ ลูกของบางคนเป็นเด็กพิเศษ เขาทุ่มเทกับลูกของเขา น่าเห็นใจมาก บางคนลาออกจากงานเลยเพื่อมาปล้ำกับลูก เพราะลูกเป็นเด็กพิเศษ ต้องมาปล้ำอยู่กับลูกจนลูกกลับมาเป็นปกติ เขาทุ่มเทกันขนาดนั้น คนอย่างนั้นเรานับถือน้ำใจเขาเลย เขาทุ่มเทให้กับลูกของเขา จากเด็กพิเศษจนมาเป็นเด็กปกติได้ จากเด็กพิเศษมันช่วยเหลือตัวมันเองได้ นั่นแหละน้ำใจของพ่อแม่

นี่ก็เหมือนกัน น้ำใจของพ่อแม่เรา ลูกเป็นอย่างนี้มันอยู่ที่น้ำใจของพ่อแม่ นี่เหลือ ๓ ขวบ เหลือ ๓ ขวบ มันไปแบกหาม ไปวิตกกังวลจนเกินไป ลูกของเราก็คือลูกเรา เราทำดีที่สุด ปัจจุบัน

ธรรมดา ปัจจุบัน ถ้าปัจจุบันวันนี้ดี พรุ่งนี้ก็ต้องดี ถ้าปัจจุบัน เราอย่าไปตื่นตกใจกับอดีตอนาคต
จนเกินไป เราอยู่กับปัจจุบัน ถ้าปัจจุบันนี้ดี ปัจจุบันนี้ถูกต้อง เราทำตรงนี้ให้ดีที่สุด แล้วพ้น
จากนั้นไปมันก็อำนาจวาสนาของคนแล้วละ อำนาจวาสนาของเรา เราทำดีที่สุดของเราแล้ว ถ้าลูก
เราเป็นอภิชาตบุตร เขาจะดีกว่าที่เราจินตนาการไว้เยอะแยะเลย ถ้าลูกเราดีนะ เขาจะดีในตัวของเขา
เราทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด อย่าไปแบกโลก อย่าไปเหลือ ๓ ขวบ เป็นแม่คนอายุ ๔๐-๕๐
แล้ว ลดความรู้สึก ลดวุฒิภาวะเหลือ ๓ ขวบ ไปอายุน้อยกว่าลูกตัวเอง แล้วก็ไปแบกรับตรงนั้น
เราอายุมากกว่าขนาดนี้ เราก็ดูแลได้ เราก็อำนาจได้

ฉะนั้น เขาบอกว่าต้องให้ไปถือศีล ๘ แล้วสวดมนต์เพื่อให้ลูก เพื่ออะไร เราก็ดูแลนะ สวด
มนต์กับให้ความอบอุ่นนะ สวดมนต์มันเป็นบุญกุศล แต่ความอบอุ่น ความอบอุ่นจากเรา ถ้าความ
อบอุ่นจากเรานะ ต่อไปมีสิ่งใดเขามาปรึกษาพ่อแม่ นี่ยังหอรอก เดี่ยวเป็นวัยรุ่นขึ้นมาจะยุ่งกว่านี้อีก
เดี๋ยวคอยคุ้มกันพาเพื่อนมาหาแม่นะ เตรียมที่นอนไว้ให้มันพาเพื่อนมาปาร์ตี้ในบ้าน ไม่ต้องห่วง
เดี๋ยวมันจะพาเพื่อนมา ยังอีกน่า ยังไปอีกไกล ถ้ามันไปอย่างนั้น

เราเป็นผู้ใหญ่พอ เราเป็นผู้ใหญ่พอ เราจะพูดกับเขาด้วยเหตุด้วยผล อะไรสมควร อะไรไม่
สมควร อย่างนี้นะ ถูกต้อง อย่างนี้นะ ไม่ถูกต้อง เห็นไหม สังคมเขาไม่ทำกัน สังคมเขาทำอย่างนี้
นะ สังคมเขาเมตตากันนะ สังคมเขาให้ที่ยืนกันนะ สังคมเขาเป็นแบบนี้ ถ้าแบบนี้สังคมเขาว่าเป็น
คนดี ถ้าเราเห็นแก่ตัวนะ เราทำอย่างนี้นะ สังคมเขาไม่ชอบนะ เพราะเราเอาเปรียบเขา

เราคุยกับเขา เราให้เหตุผลเขา เราฝึกเขาตั้งแต่ตอนนี้ เขามีเหตุมีผล เขาจะไม่ให้คนอื่น
หลอกลวงเขา แล้วเราเอง เราเองก็ปกครองดูแลได้ง่าย ถ้าเราดูแลปกครองง่าย นี่ลูกของเรา

ฉะนั้น บอกต้องสวดมนต์ ต้องมังสวิรัต

อันนี้จะอ่อนวอนขอแล้วแหละ จะอ่อนวอนขอให้ลูกเป็นคนดี ขอให้ลูกเป็นคนดี แล้วเรา
ก็เอาใจลูกจนเสียเลย แล้วก็บอกขอให้ลูกเป็นคนดี จะอ่อนวอนให้ทุกอย่างเป็นคนดี...ไม่ใช่ เรา
ต้องเป็นคนดีก่อน เราต้องเป็นคนดีก่อน แล้วเราก็ทำให้เขาเห็นว่าความดีเขาทำกันอย่างไร ลูกเขา
ทำกันอย่างไร แม่กับลูกเป็นเพื่อนกัน เป็นที่ไว้วางใจกัน มีเรื่องสิ่งใดก็คุยกันได้ ถึงที่สุดแล้วถ้ามัน
มีเวรมีกรรมมันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง

ถ้าอย่างนี้แล้วก็เหมือนกับบอชาติศัตรุ พระเจ้าพิมพิสาร เวลาถูกกิดมานะ อาวุธในท้องพระ
โรมันแสงขึ้นหมดเลย พวกที่เป็นอำมาตย์ก็เรียกพราหมณ์มาพยากรณ์ไง บอกนี่มันจะฆ่าพ่อ มัน
จะแย่งชิงราชบัลลังก์

ด้วยความผูกพันของพระเจ้าพิมพิสาร เขาบอกให้ฆ่าทิ้ง เด็กคนนี่ให้ฆ่าทิ้ง พราหมณ์
พยากรณ์อย่างนั้นเลย พระเจ้าพิมพิสารทำไม่ได้ บอกว่าลูกของเรา เรารัก เรารัก เราก็พยายามจะ
แก้ไขของเรา ตั้งชื่อให้ว่า “อชาติศัตรุ” ไม่เป็นศัตรุกับใครทั้งสิ้น เป็นคนดีสุดๆ เลี้ยงดูมา ดูแลมา
อย่างดีเลย

ถึงที่สุดแล้วด้วยเวรกรรม เทวทัตเสื่อมลาภ ไม่มีใครไปศรัทธา คิดว่าจะทำอย่างไรให้คน
ศรัทธา นี่เป็นราชกุมาร เป็นราชกุมารนะ จะขึ้นครองราชย์ต่อจากพระเจ้าพิมพิสาร จะหลอกใคร
ดี จะหลอกให้ใครมาเป็นพื้นฐานให้ดี ก็เอาราชกุมาร เพราะเขารองจากกษัตริย์ ก็แปลงฤทธิ์ไป
หลอกอชาติศัตรุให้กลัว เป็นงูไปพันหัว อชาติศัตรุกลัวจนตัวสั่นเลย

“มหาบพิธไม่ต้องกลัว นี่เทวทัต นี่เทวทัต” แล้วก็แปลงกายกลับมาเป็นพระเทวทัต

อชาติศัตรุทิ้งมาก ทิ้งมากเลย เพราะเป็นวัยรุ่นน อู้ฮู! สูดขอดๆ แล้วทีนี้ก็เริ่มกล่อมแล้ว
กล่อมนะ “จะเป็นกษัตริย์นะ ต้องให้เป็นตอนนี่เลย”

เลี้ยงมาดี พ่อแม่เลี้ยงมาดีมาก “พ่อรักษานานี่พ่อก็ต้องให้ เดี่ยวพ่อก็ให้สมบัติเอง”

“แล้วถ้าเกิดถ้าเอ็งตายก่อนพ่อเอ็งล่ะ”

นี่ยูแล้วนะ ยูแห่แล้ว “แล้วถ้าเอ็งตายก่อนพ่อเอ็งล่ะ”

“เออ! น่าจะจริง ทำอย่างไรดีล่ะ”

ยูแห่ๆ ยูแห่ให้ฆ่าพ่อนะ ให้ฆ่าพ่อ ทำไม่ลง เพราะด้วยการเลี้ยงดูมาดี กล่อมมาดี ทั้งๆ
ที่มีเวรมิถมนนะ ฉะนั้น ให้เอาพ่อไปขังไว้ เขาให้ปฏิบัติเลย ให้ฆ่าเลย ฆ่าไม่ลงไง เอาพ่อไปขัง
ไว้ พ่อเอาพ่อไปขังไว้แน่ แล้วก็ไม่ให้กินข้าว จะให้ตายไปเองไง ก็จะทำเอาสมบัติ

เมียพระเจ้าพิมพิสารไปเยี่ยม ทีแรกเอาข้าวไปให้ ก็กินไว้ไม่ให้ เอาไปขังไว้ก็ว่าจะตายไง
พระเจ้าพิมพิสารเป็นพระโศดาบัน พ่อเป็นพระโศดาบัน เดินจงกรม ไม่ตายเสียที เดินจงกรมนะ

ถึงคอาหาร งดทุกอย่าง จะไม่ให้เอาไปให้ เมียพระเจ้าพิมพิสารเอาสารอาหารต้ม แล้วเอาผ้าชุบ ชุบแล้วเข้าไปเยี่ยม แล้วให้ลูกเอา พอไปเห็นเงินจกรมอยู่ ตั้งให้อำมาตย์เอาמידไปกรีดผ้าเท้าไม่ให้เงินจกรม กรีดผ้าเท้าเลย ก็อยากได้ จิตใจอำมหิตแล้ว ด้วยความโลภ ด้วยความอยากได้ ด้วยการยุแหยงตะแคงรัว เสียหายไปหมดเลย

สุดท้ายแล้วเพราะท่านก็มีมเหสีเหมือนกัน พอสุดท้ายเขาจะมาส่งข่าว อำมาตย์ฝ่ายหนึ่งที่คุมพระเจ้าพิมพิสารอยู่จะมาส่งข่าวว่าพระเจ้าพิมพิสารตายแล้ว อำมาตย์อีกฝ่ายหนึ่งจะมาส่งข่าวว่าภรรยาคลอดแล้ว ได้ลูกชาย แล้วไปถึงไปชนกันที่ประตูว่าจะไปรายงานสิ่งใดก่อน ก็ตกลงว่าให้รายงานว่าได้ลูกชายก่อน ก็มารายงานอชาตศัตรูว่าบัดนี้ลูกชายเกิดแล้ว

พอบอกว่าลูกชายเกิด ความผูกพัน โอโฮ! มันสะเทือนใจ อู๊ย! ลูก ลูกคนแรกมันห่อ อู๊ย! ลูกเกิด รักลูกมากเลย พ่อเราก็ต้องรักเราแบบนี้ พ่อเราก็ต้องรักเราแบบนี้เหมือนกัน บอกอำมาตย์เลย บอกให้ปล่อยพ่อ ปล่อยพ่อเลยนะ ได้คิดแล้ว ให้ปล่อยพ่อออกมา อำมาตย์เข้ามารายงานว่าพ่อตายแล้ว พ่อตายแล้ว เสียใจมาก นี่เวลากรรมมันให้ผลนะ

จะนั้น เราเป็นพ่อเป็นแม่ที่ดี เราสอนกันเรื่องที่ดีๆ นี่ขนาดว่าสิ่งที่พราหมณ์พยากรณ์แล้วว่าต้องฆ่าพ่อ แล้วเขาให้ฆ่าทิ้งเลย แต่ด้วยความผูกพันของพ่อ ฆ่าไม่ได้ เลี้ยงไว้ แล้วตั้งชื่อทำให้ดีว่า “อชาตศัตรู” ไม่เป็นศัตรูกับใคร เป็นเด็กที่ดี เกลี่ยกล่อมมาอย่างดีทั้งหมดเลย แต่เพราะเวรกรรมอันนั้น เทวทัตมาหลอกลวงเอาไปจนได้ นี่คบเพื่อน คบเพื่อนที่ดี อย่าคบเพื่อนอย่างนั้น ต้องมีสติมีปัญหา เราฝึกฝนกันอย่างนี้

นี่พูดถึงว่า แม่ถามมาเรื่องลูกนะ เรื่องลูก เรื่องแม่ พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก แต่ด้วยเวรด้วยกรรม การเวียนตายเวียนเกิดมันมีเวรมีกรรมต่อกันมา นี่ก็เหมือนกัน ในเมื่อลูกของเรา เราก็รักลูกของเรา แต่เราเป็นคน เราบริหารการด้วย เขาบริหารการด้วย แล้วทำไมลูกขนาด ๔ ขวบ เอ็งเอาลูก ๔ ขวบไม่อยู่ ต้องเอาอยู่สิ เป็นแม่เขาด้วย เลี้ยงเขาด้วย อบรมเขาด้วย เราอบรมเอง เราดูแลเอง เรารักษาเอง สมบัติของเรา เราต้องรักษาได้ เราต้องดูแลได้ อย่าให้เป็น ๓ ขวบ ๓ ขวบนี้วิตกกังวลไปหมดเลย

ให้เราเป็นสมสทานะ เราเป็นแม่คน เราเป็นแม่คน แล้วเราได้คลอดลูกออกมา ๑ คน แล้วเราจะเลี้ยงลูกของเราให้ลูกเราเป็นคนดี ตั้งใจไว้ให้จิตใจเข้มแข็ง จิตใจมั่นคง

จิตใจอ่อนแอเกินไป จิตใจอ่อนแอวิตกกังวลเกินไป มันก็เป็นโทษอย่างนี้ ให้จิตใจมั่นคง
แล้วเราดูแลของเราตามแต่อำนาจวาสนา ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ทำดีคือดี ทำดีต้องเป็นดี เอวัง