

เทศน์เช้า วันที่ ๑๒ สิงหาคม ๒๕๖๙

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

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

ตั้งใจฟังธรรมะ วันนี้วันสำคัญนะ วันสำคัญของชาติด้วย วันแม่แห่งชาติ ฟังธรรมๆ ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันเป็นธรรมไง สิ่งที่เป็นธรรมมันเป็นธรรมมาแล้ว ๒,๐๐๐ กว่าปีไง ตั้งแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรม บุญเพ็นิวาสานุสติญาณ อดีตชาติสร้างมาอย่างไร ในปัจจุบันเกิดอย่างไร แล้วถ้าไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์ มันจะเกิดต่อไปอย่างไร

นี่ไง วิชา ๓ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสั่งสอนวิภูฏะ ภูฏะของการเวียนว่ายตายเกิดในวิภูฏะ ลัทธิศาสนาอื่นเขาก็สอนให้เป็นคนดีเหมือนกัน แต่มันไม่ครบวงจรไง ถ้ามันครบวงจรมันถึงตัดช่วงกัน แต่พระพุทธศาสนาตั้งแต่เกิดปัจจุบัน จนถึงเวลาพ่อแม่แก่เฒ่า เป็นครอบครัวใหญ่ๆ ครอบครัวใหญ่ เวลาเสียชีวิตไป ยังทำบุญกุศลอุทิศให้ต่อเนื่องกันไป

คำว่า “ต่อเนื่องกันไป” ผลของวิภูฏะมันครบวงจรของมัน มันเวียนว่ายตายเกิดในวิภูฏะ ทำดีทำชั่วไง ถ้าทำดีทำชั่วขึ้นมา ทุกคนมีความสำนึกทั้งนั้นนะ พ่อแม่มีบุญคุณกับเราทั้งนั้นนะ แต่พ่อแม่มีบุญคุณกับเรา เวลาที่กิเลสมันรุ่มเร้าขึ้นมา เวลาในครอบครัวน้อยเนื้อต่ำใจ พ่อแม่ไม่รักๆ

พ่อแม่รักทุกคน แต่ทุกคนนี้มือไม่เท่ากัน พอนิ้วมือไม่เท่ากัน แต่ละบุคคลความสามารถเขาแตกต่างกัน ความสามารถเขาแตกต่างกัน พ่อแม่เขาดูแลมาตั้งแต่ตอนนั้น เขารู้ว่าคนไหนควรจะประคบประหงม คนไหนจะทำให้เขาแข็งแรง ให้เขาเย็นอยู่ได้ ให้อาหารเขา เลี้ยงแหละ ไม่เสมอภาค

ความไม่เสมอภาคเป็นมุมมองของเด็กใจ วงเวียนนี้ วงล้อ กงกรรมกงเกวียนนี้ หลายๆ คนเลย บอกเลยนะ ตอนที่ติดกับพ่อกับแม่ นู่นก็จะเอา นี่ก็จะเอานะ จะไปนะ จะไป

เวลาเขามาเล่าให้เราฟัง เวลาเขามีครอบครัว เขามีลูกของเขา แล้วเวลาลูกของเขาจะไป
แว้น เขาบอกอย่าไปนะ

ก็จะไปนะ

เขาบอกว่าเหมือนกับตอนที่เขาพูดกับแม่เขาเลย เหมือนกัน

กกรรมกงเกวียน ทำอย่างไรได้อย่างนั้น แต่ถ้าเราอบรมบ่มเพาะของเราให้ดีขึ้น
ลูกจะมีสัมมาคารวะ จะทำอะไรก็เกรงอกเกรงใจ มันไม่ถึงขนาดนั้น นี่พูดถึงว่าความรู้สึกของคน

แต่ถ้าเป็นกรรมๆ นะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า ที่เรานั่งกันอยู่นี้ ที่
มองเห็นหน้ากัน ไม่เคยเกิดเป็นญาติ เป็นพี่เป็นน้องกันมาไม่มี เพราะผลการเวียนว่ายตายเกิด
ในวัฏฏะมันยาวไกลนัก แล้วมันยาวไกล มันสร้างสมของมันมา

ฉะนั้น สิ่งที่มีมันเป็นเวรเป็นกรรมกันมา เวลามันให้ผลไง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ
เจ้าสอนถึงอริยสัจ “ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์”

เวลามันทุกข์ ทุกข์เกิดขึ้น ทุกข์ตั้งอยู่ ทุกข์ดับไป มันไม่มีสิ่งใดตอบสนองตามความพอใจ
ของเราทั้งหมด ถ้ามันตามความพอใจของเราทั้งหมด เห็นไหม ทุกคนอยากจะครองโลก มันจะ
มีโลกก็ไปให้มนุษย์ครองละ มันเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ พอเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่ความรู้สึกนึก
คิดของคนมันเป็นอย่างนั้นไง

ฉะนั้น เวลาเรามีอำนาจวาสนา เราต้องมีศีลมีธรรม มีศีลมีธรรมเพื่อหัวใจดวงนี้

เวลาว่ามีศีลมีธรรมขึ้นมา เขามองแต่โลกนี้ มองแต่ภายนอกไป ว่าคนถือศีลๆ เป็นคน
สิ้นไร้ไม้ตอก ไร้คนที่มีมือใครยาว สาวได้สาวเอา คนนั้นเขาได้ผลประโยชน์

ไฉนเวลานั้นเขาคิดของเขาอย่างนั้นไง แต่สุดท้ายแล้วมันก็กกรรมกงเกวียน เวลากรรม
มันให้ผลนะ เขาทำอะไรมา สิ่งนั้นตอบสนองเขาแน่นอน ช้าหรือเร็วเท่านั้น

เรามีศีลมีธรรมของเรา มีศีลมีธรรมของเราเพื่อหัวใจดวงนี้ไง มันมีรั้วรอบขอบชิดของมัน
ไง ทำแต่สิ่งที่ดีงามไป สิ่งที่ดีงามเราจะทำของเรา ใครจะว่าเฮอะ ว่าโง่ ว่าเขลา นั่นมันเรื่องของ
เขา แต่เราฉลาด

คำว่า “แพ้เป็นพระ” เพราะมันเข้าใจถึงกิเลส แพ้เป็นพระ มันพยายามเท่าทันอารมณ์ความรู้สึกอันนั้น คนที่ควบคุมความคิดของตัวเองได้ คนนั้นจะมีความปกติสุข เรามีศีลมีธรรมของเรา ในหัวใจของตนมีรั้วรอบขอบชิดขึ้นมา ถ้าเคยคิดอย่างนี้มันผิด มันไม่ดีงาม เราก็งดเว้นมันซะ งดเว้นๆ งดเว้นมันก็ความคิดจะน้อยลง

ไอ้คนที่เวลามันคิดแล้ว เธอย้ำคิดย้ำทำจะเป็นจิตเป็นนิสัยของเธอ ย้ำคิดย้ำทำ ทำสิ่งใดแล้วมันย้ำคิดย้ำทำ ว่าตัวเองฉลาด ตัวเองปราดเปรื่อง

ถ้าฉลาดปราดเปรื่อง มันต้องฉลาดในศีลในธรรม

โลกนี้พ่องอยู่เป็นนิจ โลกนี้ให้มันเต็มเต็มเสมอกัน เป็นไปได้ยาก ถ้าเป็นไปได้ยาก ถ้าเรามีสติมีปัญญาของเรา เราจะคำจุน เราจะปกครอง เราจะคุ้มครอง เราจะดูแลผู้ที่อ่อนแอกว่า ผู้ที่เข้มแข็งกว่า ให้เขาดำรงชีวิตของเขาตลอดไป ถ้ามันมีศีลมีธรรม เห็นไหม

นี่เหมือนกัน ถ้าความรู้สึกนึกคิดมันเท่าทันของมัน สิ่งที่ดีไม่ดีมันพยายามงดเว้นๆ ใจงดเว้นขึ้นมาจนเป็นจิตเป็นนิสัยไป แล้วผลที่เกิดขึ้นมาคืออะไร

ปกติสุข มันมีความสุข กิเลสมันไม่เผา มันไม่เผาให้มันเร่าร้อน แต่ว่าฉลาดปราดเปรื่องมันเผาลนๆ นั้นนะ ใครมีความสุข

นี่ไง ถึงบอกว่าทำดีๆ ไม่ใช่ให้คนอื่นหรอก เพื่อใจตัวเองทั้งนั้นนะ อบรมบ่มเพาะใจของตัวเองให้มันดีงาม

เราอยู่ในสังคมสิ่งใดก็แล้วแต่ เราหลบหลีกของเราเอง สิ่งใดที่ไม่ถูกต้องชอบธรรม เราพยายามหลบหลีกของเราละ เราอย่าให้เป็นสภาคกรรม กรรมร่วมกับใครก็แล้วแต่ แต่ถ้าเป็นคุณงามความดี เราเหยียบคันเร่ง เหยียบของเราให้มันดีงามขึ้นมา

แล้วถึงที่สุดแล้วไง ความดีงามที่สูงสุด องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่งอยู่โคนต้นโพธิ์พระองค์เดียว เวลาตรัสรู้ธรรมขึ้นมา สอนสามโลกธาตุ ขึ้นไปโปรดแม่ เวลาไปโปรดพระเจ้าสุทโธทนะเป็นพระอรหันต์หมดเลย

สิ่งที่สูงสุดไง คือทำความสงบของใจ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ในหัวใจของคนที่มันเมา มันเหมามันหงอย มันทุกข์มันยากอยู่เนี่ย ถ้าใครมีอำนาจวาสนา นะ พยายามกำหนดอานาปานสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ความดีที่สูงที่สุด นี่ไง กำหนดอานาปานสติ ปฐมยามใน บุปผะนิวาสนุสติญาณ ตั้งแต่พระเวสสันดรไป เวลาถึงกลับมาๆ เพราะนี่มันไม่ใช่ นี่มันเป็น เรื่องของวิญญูะ มันเป็นเรื่องของโลก เวลากำหนดถึงมัชฌิมยาม ไปเลย อนาคตถ้าไม่สิ้นกิเลสจะ ไปเกิดอย่างนั้นๆ สัตว์โลกจะเป็นอย่างนั้นๆ ใจ กลับมาอาสวัชฌญาณ ทำลายอวิชชาในหัวใจ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าใจ นี่ไง พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานในหัวใจ สิ่งที่ยิ่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรารถนาหรือสัตว์ชนสัตว์ หรือหัวใจของสัตว์โลก สิ่งนี้สูงสุด

วันนี้เป็นวันแม่แห่งชาติ เราทำบุญกุศล มันเป็นผลของโลกใจ ผลของสิ่งที่เวียนว่ายตาย เกิดในวิญญูะ แล้วสลับเปลี่ยนกัน ชาตินี้เราเป็นแม่ ชาตินี้หน้าเราเป็นลูก หมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่ ไม่จบไม่สิ้น

แต่ถ้าสูงสุด อาสวัชฌญาณ ทำลายอวิชชาในหัวใจของตน สิ่งที่เราเคารพบูชา เรา เคารพ เรารู้จักบุญจักคุณแน่นอน พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก ให้ชีวิตนี้มา ให้ชีวิตนี้มานะ แล้วชีวิตของเราทำอะไร

เธอย้ำคิดย้ำทำจะเป็นจริตเป็นนิสัยของเธอ แต่ละภพแต่ละชาติเป็นพันธกรรมของจิต จิตที่มันได้ส่งเสริมขึ้นมา พระโพธิสัตว์ ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย องค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้าเทศน์ว่าการไว้ในอภิธรรมใจ พระอรหันต์แสนกบอย่างต่ำ ถ้ามันแสนกบ อย่างต่ำเพราะอะไร จิตใจเขามีสัตย์ มีสัจจะ

เราศึกษาประวัติครูบาอาจารย์มามาก ประวัติหลวงปู่มั่น ประวัติหลวงตาพระมหาบัว พูดคำไหนคำนั้น หลวงปู่มั่นพูดที่เล่นที่จริง เราไม่เคยเล่น เราจริงตลอด

หลวงปู่มั่นสอนอย่างไรๆ ใจ เขามีสัจจะ แล้วสัจจะอันนั้นจะถ้าได้ซึมซับแล้วนะ ปล่อย วางไม่ได้ ต้องถึงที่สุดแห่งทุกข์ นี่ถ้ามีวาสนา

โอ้เราถ้าอย่างนี้ทุกข์ตายเลย ไม่เอา จะเอาแบบว่านอนเปลญวนให้เขากล่อม คนนี้ กล่อม ภาวนาง่ายๆ ทำง่ายๆ เกิดเป็นมนุษย์

มันเป็นได้อย่างไร มันเป็นไปได้

ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ มีเหตุมีผลที่ดังามถูกต้องชอบธรรม

วันนี้วันสำคัญในชาติไทย เพราะอะไร เพราะการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะมันมีอยู่ทั่วโลก แต่พระพุทธศาสนาไง อบรมบ่มเพาะขึ้นมาไง อบรมบ่มเพาะ บุคคลคนหนึ่งสร้างคุณงามความดีจนทุกคนเห็นดังามกันไปด้วยไง

ล้างเท้าให้แม่ ล้างไปก็ร้องไห้ไป ไม่เคยทำ แต่ความจริงมันอยู่ในใจ ใครบ้างไม่รักพ่อรักแม่ รักพ่อรักแม่ทุกคนนะ พ่อแม่จะเขียนตืออย่างไรก็รักพ่อรักแม่ แต่รักพ่อรักแม่ขึ้นมาเพราะอะไร อยู่ในครรภ์ ๙ เดือน เกิดมากินเลือดในอก เลือดพ่อเลือดแม่ทั้งนั้นนะ เลือดเนื้อเชื้อไข

พระพุทธศาสนาไง เวลาลูกบวช บวชในพระพุทธศาสนาเพื่อพ่อแม่ได้จับชายจีวร ลูกบวชคนหนึ่ง พ่อแม่ได้บุญ ๑๖ กัป ๑๖ กัปเพราะอะไร เพราะการคำจุนพระพุทธศาสนา ตั้งแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานมา ไม่เคยขาดจากสงฆ์เลย

คูสิ สมัยอาณานิคม ลังกาไม่มีพระก็มาขอจากประเทศไทย ประเทศไทยเริ่มต้นตั้งแต่สุโขทัย ก็ไปเอามาจากนครศรีธรรมราช ก็มาจากลังกา สิ่งที่ไม่เคยขาดพระเลย แล้วลูกเราคนหนึ่งไปคำโพธิ์ คำพระพุทธศาสนา จะ ๓ เดือน ๖ เดือนก็แล้วแต่ ผู้ที่มีอำนาจวาสนา

แล้วคนดิบๆ พระพุทธศาสนา ประเพณีของชาวพุทธไง ลูกชายไม่ได้บวช ไม่ให้ลูกสาวคนดิบจะพาลูกสาวเราไปทนทุกข์ทรมาน ถ้าบวชแล้วเป็นบัณฑิต เพราะได้ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว บัณฑิตๆ บริหารทิศจากครูบาอาจารย์ จากพ่อจากแม่ จากพวกหมู่คณะบริหารทิศ เป็นบัณฑิต เป็นผู้ฉลาด

นี่ฆราวาสนะ แล้วถ้าบวชเป็นพระละ

ถ้ามาบวชเป็นพระมีอำนาจวาสนาขึ้นมา เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ เห็นมันเป็นทุกข์ เป็นยากขึ้นมาก็บวชพระ บวชพระ อุปัชฌาย์ให้เลยนะ เกสา โลมา นขา ทันตา ตใจ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ให้อยู่รุกขมูล

พระป่าๆ พระปฏิบัติใจ บวชมาแล้วก็มาศึกษาเป็นภาคปริยัติ เป็นธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตามโบสถ์วิหารเขียนไว้เลย พระภิกษุไปพิจารณาอสุภะๆ นะ

อสุภะนั้นเป็นข้อเท็จจริงในพระพุทธศาสนา แต่เราไปพิจารณาอสุภะๆ อสุภะที่ตามพอใจของเราใจ แต่ถ้าเป็นข้อเท็จจริง หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติของท่านขึ้นมา ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ใจสงบแล้ว ความคิดเร็วกว่าแสง

ถ้าความคิดนั้นมันสงบ มันมีพลังงานของมัน เวลาความคิดที่มันเร็วกว่าแสง ธรรมจักรในภาวณามยปัญญา ปัญญาที่เกิดขึ้น จักรมันหมุนตัวๆ ปัญญาที่เร็วกว่าแสง แล้วปัญญาที่มันคิดไปโดยกระบวนการของมรรค มันจะมหัศจรรย์ขนาดไหน นั่นนะพิจารณาอสุภะ

เราพิจารณาอสุภะโดยทัศนคติของเราใจ เรามีการศึกษา เราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ทำไมเราจะไม่เข้าใจ เราจะไม่รู้ พิจารณาอสุภะก็เพ่งอสุภะใจ สัปหระอเขาเผาศพทุกวันเลย เขาก็ไม่เคยเห็นกาย สัปหระอเขาเผาศพทุกวันเลย แต่ไม่เคยเห็นกาย เขาเห็นแต่ซากศพ

แต่เวลาผู้ที่มีอำนาจวาสนามาบวชเป็นพระไป อุปัชฌาย์ให้แล้ว เกสา โลมา นขา ทันทา ตโจ ให้อยู่รกขมูล ให้อยู่ในป่าในเขา ในที่สงบสงัด เพื่อให้จิตใจมันสงบระงับไป ใ้ผู้ที่เข้าป่าเข้าเขาไม่ได้เพราะมันกลัวทุกขัง มันจะอยู่ในวัดบ้านให้เขาเชิดชูบูชา แบบว่าให้อยู่คลุกคลีดีมีงอยู่ อย่างนั้นนะ มันจะเห็นแต่ผิวหนังใจ เห็นผิวหนังฝังตรงข้าม มันไม่เห็นอสุภะหรอก

เห็นอสุภะนะ ทำความสงบของใจเข้ามา เห็นพระใหม่ พระปฏิบัติๆ พิจารณาอสุภะๆ นะ แล้วพฤติกรรมเป็นอย่างไร

แต่ถ้าเป็นหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านพิจารณาอสุภะของท่าน ท่านมีความปกติสุขในหัวใจของท่าน วิมุตติสุขๆ สุขที่ไม่เจือปนด้วยอะไรเลย

ไ้เราพิจารณาอสุภะๆ ถ้าญาติโยมไม่มา ไ้โฮ! เดือดร้อนไปหมดนะ ถ้าญาติโยมรุ่มล้อมขึ้นมา ไ้โฮ! มีศักยภาพ มันกำลังจะตาย

แต่เวลาครูบาอาจารย์เรา มันเป็นสิทธิเสรีภาพในบริษัท ๔ เราเกิดเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เป็นอุบาสก อุบาสิกา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าฝากศาสนาไว้กับ

บริษัท ๔ พันยกรรมเรามีสิทธิเสรีภาพทั้งสิ้น แต่สิทธิของเขา เขาก็เป็นอุบาสก อุบาสิกานักบวชๆ ไม่ได้ไปรบกับญาติโยม ไม่ได้ไปรบกับลามกสักการะ ไม่ได้ไปรบกับโลกหรือ รบกับกิเลสในใจนั้นนะ

แล้วถ้ากิเลสในใจ จะรู้จะเห็นมันได้อย่างไร จะเข้าใจมันได้อย่างไร กิเลสมันตัวเป็นอย่างไร ไม่เคยรู้จักกิเลส ไม่เคยเห็นกิเลส

ตอนนั้นะ บัตรทอง คนไข้ไปนะ วินิจฉัยผิด เขาฟ้อง วินิจฉัยโรคของพ่อแม่ผิด ปล่อยให้พ่อแม่เสียชีวิต

เอ็งไม่เคยเห็นกิเลสเลย เอ็งไม่รู้จักรโรคภัยไข้เจ็บอะไรเลย เอ็งจะวินิจฉัยโรคได้อย่างไร เอ็งจะรู้จักกิเลสได้อย่างไร

แพทย์เขาวินิจฉัยโรค วินิจฉัยผิด เดียวถอนใบอนุญาตเป็นแพทย์เลย

นี่เหมือนกัน เวลาพระปฏิบัติๆ ไม่มีคนล้อมหน้าล้อมหลังจะเป็นจะตายเชียว

หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นไม่มีอย่างนั้นนะ อยู่ในป่าในเขา วิมุตติสุข สุขที่แท้จริง ธรรมเหนือโลก เหนือให้โลกเขาเห็น เห็นว่าความจริงมันเป็นอย่างไร

ไฉนดีแต่ปาก ดีแต่พฤติกรรม

วันแม่แห่งชาตินะ ทุกคนมีบุญมีกุศล ฟังเทศน์ๆ ก็เทศน์เพื่อตีหัวกิเลสในใจของตัว กิเลสในใจ ถ้ามีรั้วรอบขอบชิด มีศีลมีธรรม มันก็ปกติสุข หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ถ้ามันสงบสุขเข้ามา มันจะเป็นพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ผู้รู้นี้ใครจะหลอกไม่ได้ แต่ผู้รู้นี้ไม่ยกขึ้นสู่วิปัสสนา ผู้รู้นี้ก็เสื่อมสภาพไป ให้กลับไปเป็นคนโง่เขลาเต่าตุน

ที่ไหนมีศรัทธา ที่นั่นมีเหยื่อ

ที่ไหนมีเหยื่อ ที่นั่นมีนักล่า

นักล่ามันล่าแต่โลกธรรม ๘

ครูบาอาจารย์ของเราะ วิมุตติสุข พิจารณาอสุภะต่อเมื่อจิตสงบเป็นสัมมาสมาธิ ยกขึ้น
สู่วิปัสสนาเห็นกาย นุ่มนะเห็นกาย สัปหรือทำซากศพไม่เคยเห็นกาย ทางการแพทย์เขาทำนั่น
เป็นวิชาซีพีเขา นี่โลกียปัญญา

ถ้าเราทำความสงบของใจของเราได้ เรามีอำนาจวาสนา นุ่มไปเห็นกาย จะเห็นกิเลส
จะเข้าใจถึงว่าโรคภัยไข้เจ็บมันเกิดจากตรงนี้

ชาวพุทธไปบวช อุปัชฌาย์ให้เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ กรรมฐาน & ผู้มีอำนาจ
วาสนาพิจารณาทะเลกรรมฐาน & เข้าไปสู่วิมุตติสุข วิมุตติสุขในหัวใจของตน เอวัง