

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๘ มีนาคม พุทธศักราช ๒๕๕๑

ไปไหนมาไหนสติกับจิตให้ติดกันตลอด

เรานั่งรถไปตามถนนเราเห็นพระกรรมฐานพวกเราเองสะพายบาตร แบกกลด เดินธุดงค์ไปตามถนน เรานั่งรถไปแล้วดูมันมีตามสายทาง พระกรรมฐานท่านไปเที่ยวสะพายบาตรแบกกลดไป ทำให้คิดขึ้นทันที เพราะเจ้าของเคยปฏิบัติมาอย่างนั้น จากบ้านนี้ไปบ้านนั้น จากป่านี้ไปเขาภูกันนั้น ทั้งวันก็ตามเป็นการเดินจงกรมตลอดเวลา เรียกว่าไม่ให้เสียเวลา เป็นการเดินจงกรมในนั้นเสร็จ ไปถึงก็ถึง แต่ความเพียรไม่เคยขาดวรรคขาดตอน

ที่นี้เวลาเห็นพระกรรมฐานท่านเดินธุดงค์ไปตามสายทาง เรานั่งรถไปทำให้เราคิด ท่านมาอย่างนี้ท่านคิดอย่างไรบ้าง หรือว่าถ่อ มีแต่จะไปป่านั้นจะไปเขาภูกันนั้น ลุกนี้ จิตไม่ได้อยู่ปัจจุบัน ความหมายเอาอย่างนั้น จะไปไหนก็เดินจงกรมไปตลอด สติกับจิตไม่ปล่อยกัน นี้เรียกเดินธุดงค์กรรมฐาน ถ้าว่าจะไปนั้นจิตมันไปอยู่นั้น ไม่ได้อยู่ในปัจจุบัน ตั้งแต่ก้าวจากนี้ไปถึงนั้นขาดความเพียรตลอด ไม่ได้ทำความเพียร ถ้าเป็นการเดินธุดงค์กรรมฐานอยู่ที่นี้ก็มีสติ มีความเพียร ก้าวเดินออกไปเป็นเดินจงกรมทั้งนั้น ตลอดเลย

คือที่พูดอย่างนี้มันฆ่ายากนะฆ่ากิเลส แหม ยากจริงๆ เรื่องความเพลินนี้มันจะ มาทันทีๆ ตัดปั๊บๆ สตินี้คอยแต่จะลุ่มอยู่เรื่อยๆ ถ้าสติมีกิเลสไม่เกิด เพลอเมื่อไรเข้า เมื่อนั้น กิเลสเข้าทันทีๆ เพราะฉะนั้นสติจึงเป็นของสำคัญ จะไปไหนมาไหนสติกับจิตให้ติดกันตลอดเลย นี้ได้ก้าวมาตั้งแต่ออกปฏิบัติ เพราะฉะนั้นเห็นเพื่อนฝูงเดินภาวนา เดินธุดงค์สะพายบาตรแบกกลดไป จึงอดคิดไม่ได้ ท่านเดินไปแบบนี้ท่านมีสติหรือไม่ หรือท่านเล็งตั้งแต่เขาภูกันนั้นป่านั้นไปอย่างนั้น หัวใจนี้ท่านไม่ดู ผิด กะปั๊บเราจะไปที่ใด ตั้งปั๊บสติกับจิตติดกันไปเรื่อย เป็นความเพียรตลอดไป จะเป็นเวลานานไม่นานเท่าไร ไกลใกล้ก็ตาม แต่ความเพียรติดกับจิตไปตลอดๆ นั้นผู้ภาวนา ผู้ทำความเพียร

ว่าจะไปป่านั้นจิตไปอยู่นั้นแล้วเดินเป็นขออนชุงไปเลยใช้ไม่ได้ เมื่อไปตามทาง เห็นพระธุดงค์พระลูกพระหลานนั้นแหละเดินสะพายบาตรแบกกลดไปนี้ นี่ท่านเดินไปนี้เป็นท่านเดินจงกรมหรือเดินถ่อ เดินมอง เดินเล็งนั้นเล็งนี้ไม่ได้ดูปัจจุบันหรืออย่างไร นั้นมันอดไม่ได้ เพราะเราได้ทำทุกอย่างเต็มกำลังความสามารถในเรื่องความพากเพียร ไม่อย่างนั้นไม่ได้กิเลสเร็วที่สุด ตั้งแต่กิเลสขาดสะบั้นออกจากใจแล้วไม่ได้ระวังอะไรเลย พูดให้ชัดเจน มีแต่กิเลสเป็นภัยของจิตของธรรม ธรรมอยู่ภายในจิตกิเลสเข้าตีตลอด ด้วยความพลังเพลิน ถ้าไม่เพลินกิเลสตีไม่ได้ สติมีอยู่กิเลสไม่เกิด เพลอแพ้กับกิเลสเกิด

ทันที สร้างทางกิเลสเดินทางของกิเลสตลอดสายเลยด้วยความพลั้งเผลอ ถ้าไม่เผลอ กิเลสไม่เกิด

โธ่ ฆ่ากิเลสมันของง่ายเมื่อไร จนกระทั่งเข้าถึงขั้นสติปัญญาอัตโนมัติ และก้าวเข้าสู่มหาสติมหาปัญญา อันนี้ยอมรับว่าไม่เผลอ อยู่อิริยาบถไหนไม่เผลอ ในระยะที่ตั้งตัวเพื่อเป็นหลักเป็นเกณฑ์นี้ยากมาก คอยแต่จะเผลอ ๆ ความเพียรขาดตลอด ๆ ถ้าสติมีไม่ขาด เวลาสติกับปัญญาเป็นอันเดียวกันไปแล้วที่นี้ก็มีความเพียรไปตลอด แก้กิเลสไปตลอด จึงได้พูดเต็มปากในชาตินี้ชาติเป็นพระ เป็นชาติที่การงานทุกอย่างละเอียดลออมากที่สุด คือภาคออกปฏิบัติกรรมฐานภาวนาฆ่ากิเลส งานนี้เป็นงานละเอียดมากทีเดียว งานเหล่านั้นไม่ละเอียดนะ งานที่จะฆ่ากิเลส นี่เป็นงานที่ละเอียดละเอียดเป็นลำดับลำดับ

ถึงขนาดนั้นกิเลสมันจึงขาดลงไปได้ วันกิเลสขาดเราก็ได้พูดเต็มปาก เพราะเราทำอย่างเต็มใจของเรา เวลามันขาดนี้ก็เหมือนฟ้าดินถล่ม กิเลสกับจิตขาดจากกัน จากนั้นมาไม่มีอะไรเป็นภัย มีกิเลส ชี้นิ้วได้เลยว่ามีกิเลสเท่านั้น จะหยาบละเอียดขนาดไหนเป็นภัยของจิตตลอด พอขาดสะบั้นลงไปแล้วไม่มีภัย เราได้ทำเต็มเม็ดเต็มหน่วยทุกอย่างในชาติของพระนี่ เฉพาะอย่างยิ่งออกกรรมฐาน เวลาเรียนก็เป็นอีกอย่างหนึ่ง แต่เวลาออกกรรมฐานแล้วที่นี้เรียกว่าขึ้นเวที เผลอไม่ได้ ถ้าลงขึ้นเวทีเหมือนนักมวยต่อกรกันบนเวที เผลอไม่ได้ เผลอเป็นถูกน็อกเลย สติปัญญากับกิเลสพัดกันก็ต้องแบบเดียวกัน เผลอไม่ได้ ๆ เลย เอาจนกระทั่งกิเลสพัง

ที่พูดนี้ได้ทำมาหมดแล้ว ไม่สงสัยในความเพียรของตัวเอง ได้ทำมาหมดแล้ว เพราะฉะนั้นเวลาออกกรรมฐานพ่อแม่ครูจารย์ก็เสริมด้วยนะ ถ้าธรรมดาท่านไม่เสริมที่มาลาไปเที่ยวถึงสององค์บ้างสามองค์บ้าง เหนื่อยขึ้นเลย มันจะไปตกนรกหลุมไหนอีกล่ะ ตั้งแต่อยู่ในวัดนี้ก็ตกนรกให้เห็นอยู่ต่อหน้าต่อตา แล้วออกจากนี้มันจะไปตกหลุมไหนอีกล่ะ แสดงว่าไม่เห็นด้วย ความสามารถที่จะรักษาตัวยังไม่มี เพราะฉะนั้นท่านจึงว่าอย่างนั้นก็แสดงว่ายังไม่ให้ไป

แต่เดชะนะสำหรับเราท่านคงเห็นความตั้งใจ เพราะเรามันจริงจังทุกอย่าง อยู่ในวงหมู่เพื่อนี่เหมือนกัน พระเณร ก็เรานั้นแหละได้ควบคุมพระเณร อยู่หนองผืออยู่ที่ไหนกับพ่อแม่ครูจารย์มัน ไม่พันที่เราจะได้ควบคุมดูแลหมู่เพื่อนตลอด ท่านก็เบาใจ เราจะเห็นได้เวลาเราจะลาท่านออกไปเที่ยวนี้ ดูอาการท่านไม่อยากจะให้ไป แต่ท่านเห็นประโยชน์ส่วนใหญ่ของเรา ที่ไม่อยากจะให้ไปก็เกี่ยวกับหมู่เพื่อน เราอยู่ที่นั่นเราไม่ได้ดูแลแต่ตัวของเรา ยังดูหมู่ดูเพื่อนอีก ท่านจะเห็นได้เวลาเราออกไปพระเณรอาจจะ

ระกะระกะให้ชวางหูชวางตาท่าน เวลาเราอยู่เป็นอย่างหนึ่ง ท่านคงจะคิดละ เพราะ เวลาเราอยู่เราเข้มงวดกวดขันทั้งตัวเองทั้งหมู่เพื่อน เข้มงวดกวดขันตลอดเวลา

เวลาจะลาไปเที่ยวดูอาการของท่านไม่ยากให้ไป แต่ท่านเห็นประโยชน์ส่วนใหญ่ของเรา ท่านจำยอมให้ไป เป็นอย่างนั้นละ ถ้าไปกลับมาแล้วมีแต่หนังห่อกระดูก ท่านก็ดู เอาจริงเอาจัง ความหมายก็ว่าอย่างนั้น มานี้มีแต่หนังห่อกระดูกบางที่ท่านร้อง โก๊กเลย เราไม่ลืม เรามานั่งกราบปีนี้ เฮ้ย ทำไมเป็นอย่างนั้นละ คือมันเหลือหมดทั้งตัว มันอาจจะดีชานก็ได้ใช่ไหม คนที่ตัวเหลือเหมือนทาชมันน่าจะเป็นดีชาน นั้นละมันทรมาณกัน พอลงมาท่านร้องโก๊กเลย แต่ท่านก็พลิกทันที ท่านกลัวเราจะอ่อนเปียก สักเดียว อย่างนี้ละมันจึงเรียกว่านักรบ ท่านไปอย่างนั้นเสีย ท่านพลิกปั๊บเลย คือตัวเหลือมาเลย นี่ลงมาจากภูเขาเรายังไม่ลืม ที่เวลาตัวเหลือมี ธรรมดาก็มี ผอมแห้งลงมา นี่เป็นประจำ แต่ตัวเหลือนี้ไม่ค่อยมี เวลาที่มีมันก็ให้เห็นชัด ๆ ละ

นี่ละเรื่องประกอบความพากความเพียร คือนิสัยนี้มันจริงทุกอย่าง ถ้าว่าอะไร แล้วจริงทุกอย่าง ไม่มีคำว่าเหลวไหล ถ้าลงเด็ดเด็ดขาดสะบั้นไปเลยเที่ยว เวลาอ่อนก็อ่อน เวลาเด็ดก็เด็ด ถึงขั้นเด็ดนี้ขาดเหมือนว่าภูเขาทั้งลูกนี้ขาดไปเลย จิตเวลามันเด็ด นี่ละเด็ดฆ่ากิเลสก็ต้องเป็นอย่างนั้น ความเพียรออกจากพรรษา ๗ ถึงพรรษา ๑๖ เก้าปี นี่เรียกว่าตกนรกทั้งเป็น ๙ ปี ไม่มีเวลาผาสุกเย็นใจได้เลย พัดกับกิเลสเวลา ๙ ปี เหมือนตกนรกทั้งเป็น ไปองค์เดียวด้วย

ส่วนมากมักจะอดข้าวนะ คืออดข้าวนี้มันช่วยได้ดี พอหยุดจ้งหันสติจะดีขึ้นทันที อดมากเท่าไรสติยิ่งติดแน่นกันไป ทีนี้เมื่อผลดีเห็นอยู่รู้้อยู่เราก็จะไปเห็นอะไรแก่ปาก แก่ท้องละ ก็เรามาหาธรรมก็ต้องเห็นแก่ธรรมชี่ เมื่อเห็นแก่ธรรมมันก็อดเรื่อย เป็น อย่างนั้นละ จนกระทั่งท้องเสียเรา คือมันเป็นนิสัยไม่ค่อยฉัน ถ้าฉันลงไปเหมือนกับว่า รลบรรทุกของหนักจะลักษณะอืดอาด พอหยุดฉันมันจะคล่องตัว ๆ ไปเรื่อย ๆ ละ

พรรษา ๑๖ หยุด คือไม่อดอาหารอีกแล้ว ตั้งแต่พรรษา ๗ ออกปฏิบัติถึง พรรษา ๑๖ การอดอาหารนี้เป็นพื้นเลยเฮีย เพราะภาวนาดี พอพรรษา ๑๖ ไปแล้วก็หยุด ฉันธรรมดา แต่ที่นี้ท้องเวลามันได้เสียเสียไปเรื่อยนะ เสียไปเรื่อย ๆ เลย คือเวลาทำมันไม่ได้สนใจกับเรื่องธาตุเรื่องขันธยิ่งกว่าธรรม มันมุ่งต่อธรรม อดจะเป็นจะตาย มันก็ไม่ค่อยสนใจ กำลังวังชานี้ฉันเมื่อไรมันมีขึ้นมาทันที เช่นเราเดินมาจากภูเขาจะลงไปบิณฑบาตยังไม่ถึงหมู่บ้านเขา ไปไม่ถึง ต้องพักนั่งอยู่กลางทางก่อนแล้วค่อยไป

ทีนี้พอออกมาฉัน การฉันนี้เราเตรียมอะไรไว้แล้ว พวกธมกรก กรองนั่งกรองน้ำ อะไรไปไว้ที่เราจะลงมาจากในบ้านแล้วก็มาฉันที่นั่น ล้างบาตรเช็ดบาตรอะไรเรียบร้อย ตากผ้าอาบน้ำที่เช็ดบาตรแห้งแล้วขึ้นเขาเลย เวลาฉันเสร็จแล้วไปนี่เหมือนม้าแข่งกำลัง

มาทันที แต่กำลังของใจมันไปยากดีตายาก จึงต้องได้หน้ทางกำลังของใจด้วยการอดอาหารบ่อย ๆ ทำอะไรมันเป็นอย่างนั้นแหละ นิสัยอันนี้จริงจังมาก ไม่ได้เหลวไหล

เพราะฉะนั้นพระเณรในวัดนี้มาให้มองเห็นแก้ง ๆ ก้าง ๆ ไม่ได้นะ ถึงร่างกายจะอ่อนแอท้อแท้ทุกวันจิตมันไม่ได้ท้อ มองพบสัมผัสอะไรสติปัญญาจะไปพร้อม ๆ เป็นหลักธรรมชาติ ร่างกายเดินสะเปะสะปะ ๆ ตามกำลังของคนแก่ก็ตาม แต่สติปัญญามันไม่ได้เป็น มันไม่มีวัย มันดีดของมันอยู่ตลอด มองเห็นอะไรเห็นแท้เห็นจริงด้วยสติปัญญาไปพร้อมกัน ๆ ไม่ได้ถ่อ ๆ มอง ๆ ไป สติปัญญาจะไปพร้อมกัน เช่นอย่างมองนั้นมองนี้สติปัญญาไปพร้อมกัน

อันนี้ก็ ๙ ปี ตกนรกทั้งเป็น ตั้งแต่พรรษา ๗ ถึงพรรษา ๑๖ พัดกับกิเลสเรียกว่าตกนรกทั้งเป็น หนักมาก แต่มันไม่เคยสนใจกับเรื่องความหนักความเบาของการประกอบความพากเพียร มันมุ่งต่อมรรคผลนิพพานเป็นหลักใหญ่ จะเป็นอะไรก็ตามมุ่งต่อมรรคผลนิพพาน แล้วจิตใจมุ่งอย่างเต็มที่ด้วยว่า อยากรู้ในชาตินี้เมื่อได้เชื่ออรรถเชื่อบุญเชื่อมรรคผลนิพพาน จากครูบาอาจารย์ที่ท่านเทศนาว่าการให้ฟังอย่างแนใจแล้วนั้น มันทุ่มเลยละที่นี้ ก็พ่อแม่ครูจารย์มันนี่ละให้ความมั่นใจทุกอย่าง เรื่องมรรคผลนิพพานเหมือนว่านี่น่า ๆ อยู่อย่างนั้น

ที่นี้พอฟังแล้วมันก็เอาจริงเอาจัง มันถึงหนักมาก แต่ก็สมใจ สมเหตุสมผล เวลาเหตุทำหนัก ๆ ผลได้มาเป็นทีพอใจ ๆ จึงว่าเกิดมาชาตินี้สมมักสมหมายทุกอย่าง ไม่ปรากฏอะไรที่ยังบกพร่องในหัวใจเรา เราไม่มี พุดให้ชัดเจนให้บรรดาพี่น้องลูกหลานทั้งหลายฟัง ด้วยอำนาจแห่งความพากเพียรเป็นจริงเป็นจังได้ผลประจักษ์ใจอย่างนี้แหละ ทำอะไรก็อดอดเนือยนาโย้อ ๆ เอ้อ ๆ ไม่ได้เรื่องนะ ฟาดอะไรลงไปให้มันขาดสะบั้น ๆ ฟาดกิเลสก็ให้ขาดสะบั้นลงไปเลย ที่นี้มันก็ภูมิใจ เรียกว่าในชาตินี้ภูมิใจได้ออกมาปฏิบัติทางอรรถทางธรรมเต็มหัวใจ จนกระทั่งหายสงสัยในเรื่องจิตใจกับกิเลส ไม่มีอะไรเข้ามา มีแต่ความบริสุทธิ์สุดส่วนเต็มหัวใจ อยู่ด้วยความพอแล้วด้วยความอัศจรรย์ ไม่ใช่พอธรรมดา พอแบบอัศจรรย์อยู่ภายในใจ

เพราะฉะนั้นใครจะมาตีมาชมแบบไหน ๆ ในโลกธาตุหรือว่าในธาตุในชั้นซึ่งเป็นที่อยู่ของโลกธรรมนี้ไม่สนใจ มันผ่านข้ามไปหมด จิตอันนั้นข้ามสมมุติแล้วก็ข้ามโลกธรรมไป ถ้าจิตยังอยู่ในสมมุติก็ต้องยอมรับโลกธรรมตีชั่ว สุขทุกข์ สรรเสริญนินทา ต้องยอมรับ แต่เมื่อจิตได้ผ่านไปแล้วไม่มีอะไรรับกัน เพราะอันนี้เป็นสมมุติ อันนั้นเป็นวิมุติ นั้นเอาให้มันขนาดนั้นซิ นี่เราก็บอกชัด ๆ การประกอบความพียรสมมักสมหมายสมใจทุกอย่าง บอกว่าตายแล้วนี่จะไม่กลับมาเกิดอีก ชัดขนาดนั้นนะ

สนธิสัญญา รัฐบาลของนครรัฐสุดท้ายว่าสิ้นสุดแล้ว วุสิต พุทธมจรรย์ กตกรณีย์ พุทธมจรรย์ได้อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำก็คือการชำระกิเลสได้ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว งานอื่นใดที่จะยิ่งกว่านี้ไม่มี มันก็อยู่ด้วยความพอ พออันนี้เป็นพออัศจรรย์อยู่อย่างนั้นละ อย่างอยู่กับหมู่กับเพื่อนนี้ก็อยู่ไป แต่มันไม่มีอะไรกับโลกอันนี้ มันหมดกิริยาอาการอะไรมันก็อยู่ในสนามโลกธรรม ต้องถูกตำหนิตชมได้เป็นธรรมดา แต่ธรรมชาตินั้นผ่านหมดๆ แล้ว โลกธรรมซึ่งเป็นสมมุติมันเอี่ยมไม่ถึง จิตที่เป็นวิมุตติแล้วไม่เกี่ยวกับอะไรในสามแดนโลกธาตุที่จะเข้าถึงไม่มี

(ลูกมาจากโคราช) โคราชนี่หลวงตาบ๊วยอยู่ตั้ง ๕ ปีรู้ไหม พระโคราชรู้ไหม (ลูกไปที่วัดเขาใหญ่ญาณสัมปันโน ที่ตำบลโป่งตาลอง ลูกตามท่านไป ไปดูท่านไปชมบารมีท่านค่ะ) นี่ก็บารมีของเรา ให้ชมบารมีของเรา เข้าใจไหมละ ที่เราสร้างนี้เป็นบารมีของเรา (หลวงตาเจ้าชลูกอยากกราบเรียนว่า ลูกตั้งใจนั่งสมาธิอย่างที่หลวงตาบอก นั่งไปๆ มือลูกก็หายไป พอวันหลังมามีมือหายไปแล้วตัวก็หายไป เหลือแต่รูจมูกสองรู ลูกก็ดีใจ ที่นี้ลูกก็ตั้งอยู่ในความประมาทว่า เอ๊ะ ต่อไปมันคงจะหายไป แล้วคงจะเหลือแต่รูจมูก แล้วก็ไม่มีอะไรเลย เสร็จแล้วก็ยังหารูจมูกสองรูของลูกต่อไปไม่เจอเลยละ แถมยังหลับในแล้วหัวไปฟาดโต๊ะอีกจนหัวแตก ลูกไม่อยากเป็นปทปรมะค่ะ)

(เขาอยากจะเป็นแบบเก่าที่ภาวนาเห็นเพียงรูจมูกสองรูแล้วกายหายไป) อย่าไปคิด มันจะเป็นแบบไหนก็ตาม อันนี้เป็นอุปสรรคเครื่องกีดขวางการภาวนาของเรา ที่มันเป็นอะไรๆ แล้ววันหลังไปเอามาเป็นอารมณ์ไม่ได้นะ เข้าใจไหม ให้ปล่อยๆ ให้เป็นปัจจุบันตลอด มันจะเป็นอะไรก็ตามเวลาเราภาวนานั้นยอมรับกันว่าเป็นในขณะนั้น พอปล่อยมันแล้วอย่าไปเป็นอารมณ์ ตั้งใหม่ขึ้นใหม่ ความตั้งเป็นปัจจุบัน เช่นพุทโธหรือธรรมบทใดก็ตามเป็นปัจจุบัน ไม่ต้องไปคิดอารมณ์ที่เป็นมาแล้วผ่านไป แล้วมันจะเป็นของมันอีก เป็นอย่างนั้น เป็นแปลกกว่านั้น ทุกอย่างมันจะเป็นขึ้นในปัจจุบัน ไม่ได้เป็นขึ้นด้วยการคาดการณ์สิ่งที่ผ่านไปแล้วนะ ให้จำให้ดี (ลูกจะพยายามค่ะ)

พอพูดอย่างนี้เราก็ระลึกได้ที่พ่อแม่ครูจารย์ชานบ ท่านพูดถึงเรื่องเขาใหญ่ที่ท่านภาวนาไป ฝึมนับแบกกระบองเหล็กมาจะมาฆ่าท่าน จิตของท่านสว่างจ้าครอบหมดแล้วมีผีใหญ่มา เราก็ฟังไปอย่างนั้นละ บทเวลามันมาเป็นเป็น เป็นแต่เพียงไม่เห็นผีใหญ่ เวลามันเป็นจ้าครอบไปหมดเลย ก็มาเล่าให้ท่านฟัง ท่านฟังท่านก็อนุโมทนาสาธุการด้วยความพอใจ ส่วนผีใหญ่ไม่พบก็บอกไม่พบ แล้วที่หลังจะให้มันเป็นอย่างนั้นอีก ขึ้นไปเล่าถวายท่านว่ามันไม่เป็นอีก ท่านชานบเอาเสียมันเป็นบ้าเหอ มันเป็นมันก็เป็นไปแล้ว ไปยุ่งอะไร ท่านดูเราไม่ลืมนะ

คือเวลานั้นลงมันลงอย่างนั้นจิต จิตครอบไปหมดเลย แต่ไม่มีผีใหญ่เหมือนพ่อ
แม่ครูจารย์ มันเป็นแล้วให้ผ่าน อย่าไปเอามาเป็นอารมณ์ ผิด มันจะเป็นอย่างไรก็ตาม
ให้เป็นปัจจุบันๆ พอผ่านแล้วแล้วไป แล้วปัจจุบันตั้งขึ้นมามันจะรู้จะเห็นแปลกๆ
ต่างๆ ไปเรื่อยๆ เอาสิ่งที่ผ่านมาแล้วมาเป็นอารมณ์ ให้เป็นประโยชน์ไม่เป็น

รับชมและรับฟังพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

www.luangta.com หรือ www.luangta.or.th

และสถานีวิทยุเสียงธรรมเพื่อประชาชน *FM 103.25 MHz*

จากเครือข่ายทั่วประเทศ