

เทศน์อบรมฆราวาส ณ วัดป่าบ้านตาด  
เมื่อวันที่ ๒๕ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๔๙

## ห้ามไม่ให้ภาวนา

ผู้กำกับ ปัญหารรณะจากเว็บไซต์หลวงตา คนที่ ๑

ท่านอาจารย์หลวงตา เป็นอาจารย์คนแรกของผมจริงๆ ผมสนใจการปฏิบัติภวานาก็เพราะได้ฟังอาจารย์เทศน์ เทศน์ของท่านอาจารย์แปลก ไม่เหมือนใครที่ผมเคยฟัง ฟังแล้วเย็นลง สุขมาก เหมือนมีสุขซ้อนสุขขึ้นในใจด้วยซ้ำครับ แปลกมากครับ

ระยะแรกผมภวานาพุทธโธ แต่พอพุทธโธหายไปมันก็หยุด ไปต่อไม่ได้ มีคนแนะนำให้ผมหัดรู้ คือรู้อารมณ์ที่เข้ามากระทบทั้งภายในและภายนอก ปรากฏว่าผมทำไปสักระยะจิตก็สงบลงมาก สงบอย่างเดี๋ยวนะครับ สงบเหมือนกับผมภวานาพุทธโธเลย บางทีก็นิ่ง เหมือนไม่มีอะไร แต่ผู้รู้ยังคงอยู่ แต่ก็รู้แบบชัดบ้าง น้อยบ้าง ตอนนั้นผมก็สงบอย่างเดี๋ยวนะครับ เลยอยากจะเรียนขอคำแนะนำจากอาจารย์หลวงตาว่า ผมควรทำอย่างไรต่อไป หรือให้รู้ หรือให้ดูที่สิ่งใด และให้วางสิ่งใดครับ เพราะมันสงบหรือสุขจนแยกไม่ออกว่าจะไปรู้หรือดูสิ่งใด กราบนับถืออย่างสูงสุด ขอกราบฝากถวายตัวเป็นลูกศิษย์ด้วยครับ (จาก ศิษย์ทางบ้าน)

หลวงตา สติอยู่กับจิตให้เป็นพื้นฐานตลอดไม่มีเสียหาย ถ้าสติเผลอไปไม่ได้ สติสำคัญมากทีเดียว จะได้อะไรไม่ได้อะไรขออย่าให้เผลอสติ จะเป็นพื้นฐานอันดีงามตลอดไป จิตจะผาดโผนโจนทะยานขนาดไหนหนีสติไปไม่พ้น

ผู้กำกับ คนที่ ๒ ครับ

ดิฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการเดินจงกรม ในขณะที่เดินไปเรื่อยๆ โดยไม่ได้นึกถึงคำภวานาพุทธโธ พอเดินไปจะมองเห็นร่างเราที่เดินอยู่เป็นกระดุก แล้วดิฉันก็หยุดเดินและแผ่เมตตา และกราบก่อนออกจากการเดินจงกรม ดิฉันมีคำถามคือ

๑.ดิฉันต้องเดินจงกรมไปเรื่อยๆ จนกว่าจะมองไม่เห็นกระดุกตัวเองใช่ไหมคะ

๒.เวลาที่หยุดเดินแล้วน้อมจิตมองดูแบบอนุโลม-ปฏิโลมจะชัดมาก ดิฉันควรทำอย่างไรคะ

หลวงตามเมตตาตอบคำถามให้หลานด้วยค่ะ กราบเท่าด้วยความเคารพอย่างสูง  
ค่ะ (จาก วรรณภา)

หลวงตา โครงกระดุกหรืออะไรเหล่านี้เป็นธรรม ที่แสดงออกเพื่อพร่ำสอนเจ้าของเอง ภายในเห็นว่าเป็นของหยาบโลน ความติดก็ติดเนื้อหนังตัวของตัวทั้งคนนี้เป็นสิ่งที่หยาบโลนมาก การเห็นสิ่งเหล่านี้ก็เพื่อจะปล่อยวาง การพิจารณาการภวานา มันไม่ได้เหมือนกัน คนหนึ่งเห็นอย่างหนึ่งๆ ไม่เหมือนกัน

ผู้กำกับ คนที่ ๓ ครับ

ผมพิจารณาอารมณ์มาโดยตลอด ที่ผ่านมามีความรู้เกี่ยวกับรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทำให้จิตใจสงบ เมื่อ ๒ อาทิตย์มานี้ผมได้ปฏิบัติใหม่ โดยการดูที่จิต ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นก็ดูที่จิตอย่างเดียว ได้เห็นว่าจิตเป็นผู้รับรู้ ไม่ว่าวิญญาณ กระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จิตก็เป็นผู้รู้ รู้ก็แยกเป็น ๒ ทาง หนึ่งออกไปเป็น โทสะ โลภะ โมหะ อีกทางหนึ่งเมื่อกระทบแล้วไม่เป็นโทสะ โลภะ โมหะ เป็นความรู้เฉยๆ ซึ่งผมยังแยกไม่ออกว่าเป็นอย่างไร ผลที่เกิดขึ้นขณะนี้ จะสงบทั้งกายและใจมากกว่าเดิม ไม่รับประทานอาหารก็ได้ ไม่บีบคั้นกายและใจเหมือนเดิม จิตก็ทรงตัวอยู่ได้ตามปกติ ผมได้สังเกตอย่างหนึ่งว่า เมื่อมีสติเพิ่มขึ้นเท่าใดก็จะรู้สิ่งต่างๆ เปลี่ยนไปจากเดิมเสมอ ขณะนี้ผมพยายามให้มีสติอยู่ทุกขณะจิต ไม่ว่าจะอยู่อริยาบถใด อริยาบถก็เป็นเพียงสิ่งสมมุติอย่างหนึ่ง ในโลกนี้ไม่มีสิ่งใดที่พอจะยึดเหนี่ยว และควรจะได้เดินตามรอยได้เลย นอกจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

ผมกราบเรียนผลการปฏิบัติด้านภาวนาให้หลวงตาทราบ และช่วยชี้แนะคำสั่งสอน แก่ลูกศิษย์ผู้เฒ่า เพื่อเป็นอุบายพิจารณากิเลสเหล่านั้นให้หมดไปจากใจครับ (จาก คนที่ทุกข์)

หลวงตา การภาวนา เรียกว่ามาดูต้นตอรากเหง้าเค้ามูลของความเกิดตาย และกองทุกข์ทั้งหลาย ภาวนาเข้าไปดูจุดนี้เพื่อจะแตกกระจายออกถอนออก การภาวนาจึงสำคัญมากที่สุด ดูเข้ามาจุดนี้ คือจุดนี้เป็นจุดที่พาให้เกิดให้ตายไม่หยุดไม่ถอย กองทุกข์ทั้งหมดอยู่ที่นี้ เมื่อดูเข้ามาที่นี้จะค่อยแตกแขนงออกไปตามแต่จริตนิสัยของใครจะรู้จะเห็นอะไร มันหากเป็นของมันไปเอง เพราะฉะนั้นการอธิบายให้ฟังทุกอย่างนี้จึงลำบาก ให้ฟังทราบตามนิสัยของตัวเอง แต่สติเป็นสำคัญ ถ้าไม่พลอสติ ยับยั้งด้วยสติแล้วจะไม่เสีย ถ้าเพลินไปๆ แล้วพลอสติ มีทางเสียได้

คือจิตใจบางรายผาดโผนมาก อันนี้ก็เป็นที่ไปตามจริตนิสัย ใครไม่ตบแต่งเอาได้ หละมันหากเป็นของมันเอง จริตนิสัยบางรายก็เรียบร้อย ไปไม่ค่อยล่อแหลม แต่บางรายผาดโผน นั่นละจึงต้องอาศัยครูอาจารย์ อย่างที่พ่อแม่ครูอาจารย์มันท่านสั่งแม่ชีแก้ว เวลาท่านจะไปท่านสั่งให้หยุดภาวนาเสีย คือไม่มีใครสอนจะมีทางล่อแหลมต่ออันตราย แต่ท่านก็ทิ้งท้ายเอาไว้ว่า ต่อไปจะมีผู้มาสอนอยู่นั้นแหละ สุดท้ายก็เรานี้ละโล่งภูเขา ก็อย่างนั้นละเห็นไหมละ

เขาว่า ญาท่าน เขาเคารพที่สุดละคำว่าญาท่าน เคารพสูงสุด ห้ามไม่ให้ภาวนา ที่นี้ต่อไปมันอยากภาวนาเป็นกำลัง หนักเข้าๆ คำที่ท่านห้ามนั้นก็เลยมันซักจะแทรกเข้าไปๆ ตกลงก็เลยทำ แต่ระวังเอา ได้สติอันหนึ่งระวังที่ท่านว่าห้ามไม่ให้ภาวนา ต้องมี

อะไรอยู่ในนั้น เมื่อระวังแล้วสิ่งที่เป็นอันตรายก็จะไม่ค่อยมี แกจึงภาวนา พอเราไปแกก็เล่าให้ฟังว่า หลวงปู่มั่นท่านห้ามไม่ให้ภาวนา เราก้เข้าใจทันทีเลย มันมีอันหนึ่งจนได้นั้นแหละ เวลาไปเจอจริง ๆ จนได้โล่งภูเขา เห็นใหม่ละ เป็นอย่างนั้นละ โล่งภูเขา ร้องไห้ลงไปเลย ร้องไห้ก็เฉย เพราะน้ำตานี้ไม่เกิดประโยชน์ ธรรมต่างหากที่สอน การโล่งไม่ใช่โล่งแบบโล้วโล้วโล้ว แต่โล่งเพื่อเป็นคติอันหนึ่ง ๆ

เมื่อไม่ฟังแล้วก็โล่งให้ไปคิด ได้สัปดาห์กลับมา เราไม่ลืม โล่งร้องไห้ลงภูเขา คือมันติดมากขนาดที่จะไม่ฟังเสียงครูเสียงอาจารย์เลย หักห้ามเข้ามาเท่าไร ๆ ยิ่งบีนไป ๆ สุดท้ายก็โล่ง โล่งภูเขา ร้องไห้ลงไปเลย ไปก็ไปคิดละซี ก็หวังจะฟังครูบาอาจารย์ ผากเป็นผากตายกับอาจารย์องค์นี้ ครั้นมาแล้วก็ถูกท่านโล่งภูเขา ไม่มีที่ยึดที่เกาะแล้วจะทำยังไง เราว่าแห้วมากทีเดียว ก็มาย้อนคิดถึงว่า การที่ท่านโล่งภูเขาเพราะเหตุไร แกก็จับเอาไปคิด ก็คือไม่ฟังคำท่าน เมื่อหนักเข้า ๆ ท่านก็โล่งภูเขา ถ้าฟังท่านท่านก็ไม่ได้โล่ นี้เราไม่ฟัง ท่านว่ายังไงก็เอาคำของท่านมาพิจารณาบ้างซิ นี่ตอนจะรู้สึกตัวนะ ที่นี้ก็เลยปล่อยเรื่องของตัวเอง

ทีแรกมีแต่เรื่องตัวเอง สุดท้ายก็มาสอนเราอีก นั่นช้ตอนที่โล่งภูเขา สุดท้ายแกจะมาสอนเราให้เป็นบ้าไปด้วยอีก ก็เราไม่เป็นี้ แกเอาไปคิด ท่านสอนว่ายังไงถึงไม่ฟังเสียงท่าน ท่านโล่งภูเขา ก็สมควรแล้ว ถ้าพิจารณาตามท่านบ้างจะไม่ดีหรือ ทำไมจึงเอาตั้งแต่ที่ฐิมานะของตัวเองไปรบท่าน ๆ ท่านโล่งภูเขาสมควรแล้ว เอ้า ที่นี้ลองพิจารณาตามท่านดูซินะ จึงได้ปล่อยเรื่องตัวเองมาพิจารณาตามที่เราสอน วันนั้นพอทิ้งเรื่องของตัวเองแล้วเอาคำของเราที่สอนใส่ลงไปมันก็จำเลยที่นี้

พอจิตถอนขึ้นมาเท่านั้นก็หันหน้าไปทางภูเขาที่เราอยู่ กราบไปทางภูเขาเลย เป็นเวลาสัปดาห์ขึ้นไปอีก ถูกขนาบอีก มาอะไรนักปราชญ์ใหญ่ ขึ้นเลย บอกนักปราชญ์ใหญ่ว่าอะไร เดี่ยว ๆ ให้พูดเสียก่อน นั้นเห็นใหม่ละ ควรหนักมันต้องหนักไม่หนักไม่ได้ ถ้าไม่ถึงขนาดนั้นจะไม่ลง ต้องเอาอย่างหนักเทียว แกไปพิจารณาตามเรา มันก็ลงอย่างว่า พอจิตถอนขึ้นมาแล้วก็กราบไปทางภูเขา ตอนบ่ายสามสี่โมงก็ไป ไปก็ถูกขนาบอีก เราอยู่กับเณรหนึ่งบนภูเขา หมู่เพื่อนอยู่ข้างล่าง เวลาประชุมเราก็ลงไปประชุม จำพรรษาบนภูเขา หมู่เพื่อนอยู่ข้างล่าง ที่บ้านห้วยทราย

พอไปวันหลังก็เอาละที่นี้ เราปิดกวาดบ้ายสี่โมง กำลังปิดกวาดอยู่ เลยทิ้งไม้กวาดที่นั่น เณรก็ทิ้งไม้กวาดมานั่งด้วยกัน พวกนี้ก็รุมขึ้นมา ก็เลยพูดกันกับลานหินนั้นเลย ทีแรกก็ว่า มาอะไรนี้ นักปราชญ์ใหญ่ เราบอคนักปราชญ์ใหญ่ว่าอะไร เดี่ยว ๆ ให้พูดเสียก่อน ๆ พูดอะไร นี่แกยอม อย่างนั้นนะ จิตนี้เวลามันติดติดจริงๆ ถ้าไม่มีผู้เหนือกว่าแกไม่ตก ดีไม่ดีสอนครูบาอาจารย์อีก จะไปตำหนิก็ไม่ได้นะมันติดของมันเอง

พอถูกไล่ลงภูเขาก็เอาไปพิจารณาแล้วจิตมันก็ลง ลงแล้วก็ยอมรับ ก็สอนต่อไปอีก จากนั้นแกก็ทั้งหมดเรื่องของแก เรื่องทุกอย่างทั้งหมดเลย ยึดเอาเรื่องของเราตลอด มันก็หมุนตัวเลยละที่นี้ นั่นเป็นอย่างนั้นนะ

จิตตภาวนาเป็นเรื่องสำคัญมาก ไปสอนสุมสี่สุมห้าไม่ได้ สอนด้วยความถูกต้อง แม่นยำแน่ใจของผู้เป็นผู้สอน ผู้เป็นครูเป็นอาจารย์ผู้น้อยยึดได้ ถ้าสอนสุมสี่สุมห้าไม่ได้ อะไรจะพิสดารยิ่งกว่าใจ ใจนี้พิสดารมากที่สุดทีเดียว สำหรับใจของเราเองมันมีได้หลายอย่าง ผาดโผนก็ผาดโผน ไปเรียบๆ ก็มี บางทีก็ผาดโผนโจนทะยานมาก บางทีก็ไปเรียบๆ แต่สำคัญที่สติ สติติดแนบ หนีสติไปไม่ได้ ปัญญาต้องขึ้นอยู่กับสติเป็นหลักใหญ่ ถ้าสติเอนเอียงแล้วไปเลย ถ้าสติตั้งมั่นไม่ไหวไปแล้วแล้วก็เข้ามา

บรรดานักภาวนาที่เป็นลูกศิษย์ลูกหามาที่ผาดโผนมากก็คือแม่ชีแก้ว นี้ผาดโผนมากจริง ๆ ถึงขนาดที่พ่อแม่ครูจารย์ห้าไม่ให้ภาวนา เราไปนี้ห้าไม่ให้ภาวนา ให้หยุด ท่านบอก เพราะท่านรู้แล้วว่าทางล่อแหลมมีมากต่อมาก แต่ท่านก็ทิ้งท้ายไว้ ต่อไปจะมีผู้มาสอนอยู่นั้นแหละท่านว่า มันก็มาโดนเอาอย่างที่ว่า ไหลลงภูเขา สอนหรือไม่สอน นั่นละมาลงกันจุดนั้นนะ ตอนไล่ลงจากภูเขา ไม่มีที่ยึดที่เกาะเสียใจ จิตใจจ้าเหว เราหวังจะฟังครูอาจารย์นี้ก็ถูกท่านไล่ลงภูเขา แล้วจะไปยึดไปเกาะที่ไหน

แต่ก็ดีขึ้นหนึ่งแก้ว ที่ท่านไล่ลงภูเขาเพราะเหตุไร ก็เพราะไม่ฟังคำท่าน แล้วฟังคำท่านเป็นยังไง เอาพิจารณาดูซินะ เราเอาแต่เรื่องของเราไปอวดท่าน ท่านไล่ลงภูเขานี้สมควรแล้ว เอ้า พิจารณาตามท่านซิ พิจารณาตามนี้มันก็ลงฝั่งละซิทนี่ นั่นละที่ว่าพอออกจากที่ภาวนาแล้วหันหน้าเข้าไปภูเขากราบเลย ยอม เป็นอย่างนั้น ตั้งแต่นั้นเกาะติดเลย ทั้งความรู้ของแกที่ผาดโผนโจนทะยานทุกแบบทุกฉบับทั้งหมดเลย เอาอันนี้เป็นหลัก ๆ คือหลักแกกิลเลส อันนั้นไม่ใช่แกกิลเลส มันจะผาดโผนโจนทะยานไปไหนถ้าไม่ใช่เป็นเรื่องกิลเลส เป็นไปตามนิสัย ถ้าสติไม่ดีเพลินไปหลง

ทางที่สอนนี้สอนเพื่อแกกิลเลสโดยตรง แกยอมรับ พอยอมรับก็ปล่อยเลย ทีนี้ก็พุ่งๆ เร็วอยู่นะแกเร็วอยู่ พอลงเท่านั้นละเร็วอยู่ เป็นพินเป็นไฟ คิดดูซิว่าแกหมุนจะเป็นจะตายอยู่ห่วยทราย เราก็เที่ยวทางอำเภอเขาวง เราหนีไปแล้วหนีจากนั้นไปเที่ยวไปทางอำเภอเขาวง ก็มีแม่ชีคนหนึ่งอยู่สำนัก แกอยู่นั้นละ แกสั่งแกเสียกำซับก้าซาเอาอย่างหนักทีเดียว ไปนี้ถ้าพบอาจารย์มหาบัวที่ไหน ขอนิมนต์ท่านมาให้ได้เลย เวลานี้กำลังจะตาย บอกว่ากำลังจะตาย เราก็ยังไม่ว่าอะไร แกบอกว่ากำลังจะตายเวลานี้ แกว่านั่น เอาท่านมาให้ได้

ก็บันดลบันดาลนะ มาพิจารณาดูพระที่ติดตามเรากี่หลายองค์ ไปที่ไหนก็ลำบาก การสร้างที่อยู่กุฏิ กระจต้อบลำบาก ที่ห่วยทรายดี แน่ะ เลยกลับมาที่นั่น นั่นละจึงได้เป็น

จังหวะที่ดี พอมานั้นก็เอากันใหญ่เลย แยกผ่านฝั่งได้เลย แยกผาดโผนมากนะ ที่พ่อแม่  
 ครูจารย์ท่านห้ามไม่ให้ภาวนา เราสะดุดก็กัณฑ์เลย มันต้องมีแรงใดแห่งหนึ่งแน่นอนที่  
 ท่านห้ามไม่ให้ภาวนา พอแก่เล่าขึ้นมา อ้อ ใช่แล้ว เป็นอย่างนั้นละ ถ้าไม่เหนือกว่ามัน  
 มันไม่ยอมละนะความเป็นของตัวเอง ต้องให้เหนือกว่า เหนือหรือไม่เหนือก็ตามเถอะ  
 ขนาดโล่งภูเขาแล้วก็เหนือละใช่ไหม โล่งภูเขาเลยร้องให้ลงภูเขา

คือว่าอะไรก็ไม่ยอมฟังเรา มันติดความรู้ของตัวเอง แต่ความรู้อันนี้เป็นความรู้ที่  
 เพลินไม่ใช่ความรู้แกกิลเลส เอาความรู้แกกิลเลสสอนนี้ไม่ยอมฟัง เอาแต่ความรู้ตัวเอง  
 นั้นละตอนที่โล่งภูเขา จึงไปเห็นโทษตัวเองกลับพิจารณาตามที่เราว่า นี่เป็นความรู้แก  
 กิลเลสละซิ พอจิตลงวางเท่านั้นละ ลูกขึ้นมาก็กราบ ตอนบ่ายก็ไปเลย ก็อย่างนั้นละ ต้อง  
 เอาอย่างหนักไม่หนักไม่ได้ สำหรับเราเองเรียบๆ ก็มี ผาดโผนมากก็มีไม่ใช่ธรรมดา ที่  
 นี้เวลาแก่เล่าไปเหล่านั้นมันเข้ากันได้หมดแล้วกับที่เราผ่าน เอาสิ่งที่ผ่านมาแล้วสอน  
 ผ่านไปหมดแล้ว

วันนี้ก็อย่าให้พูดอะไรมากนักเถอะนะเหนื่อยแล้ว วันไหนพูดทุกวันๆ เหนื่อย  
 วันนี้ก็พูดเรื่องภาวนาเล็กน้อย เอ้า ก็พิจารณาไปตามนั้นซิ สติปัญญาอยู่กับตัว กิลเลสก็  
 อยู่กับตัว แก่กันอยู่ภายในนั้น อย่าให้พูดมากไปเถอะ (ขออนุญาตครับผม มีคนร่วม  
 ทำบุญกุศลสังเคราะห์โลก จากนครปฐม จำนวน ๔,๐๐๐ บาท จะให้แยกหรือจะรวม)  
 รวมไว้นี้แหละ เพราะอะไรมาก็เพื่อโลกทั้งนั้น ไม่ได้เพื่อเรา จะให้แยกด้วยนี้เราตายละ  
 รวมลงจุดใหญ่ก็สังเคราะห์โลกแบบเดียวกันหมดนั้นละ เงินวัดนี้เป็นเงินเพื่อโลกยัง  
 บอกแล้วไม่ไปไหน ออกเพื่อโลกทั้งนั้นๆ

(ถวายซื้อเครื่องมือตาเจ้าคะ) กำลังหมุนเข้ามารอบด้านนะตา แพงด้วย แต่ละ  
 รายๆ เข้ามานี้เป็นล้านๆ เครื่องมือตา รอบด้านเวลานี้ เราก็เห็นจุดสำคัญคือตา ตา  
 เป็นสำคัญ แข็งขาอวัยวะง่อยเปลี้ยเดินไปมาอะไรๆ ไม่สะดวกๆ แต่ตายังดีใช้ได้ ตื่น  
 ขึ้นมาให้มันเห็นเสียก่อน ร่างกายไปไม่ได้ตาเห็นยังดี ถ้าตาบอดเสียอย่างเดียวขึ้นไปนั่ง  
 อยู่บนกองเงินกองทองไม่มีความหมาย เราก็เห็นจุดนี้เพราะฉะนั้นจึงได้ช่วยทางตา  
 เวลานี้ทางตามาก รอบด้านเลย มาแต่ละแห่งๆ นี้เป็นล้านๆ นะเครื่องมือตา ๒ ล้าน ๓  
 ล้าน มีแต่เครื่องมือดีๆ ถ้าเลอะๆ เทอะๆ หรือชู้ๆ ไม่เอา สุดท้ายก็ต้องได้สั่งเมือง  
 นอก ให้เขาสั่งมาเลย

คนมีค่ายิ่งกว่าเครื่องมือที่ว่าราคาแพงๆ คนมีค่ามากกว่านั้น เอ้า เอามาเพื่อคน  
 ตกลงก็เลยได้สั่งเมืองนอกมันจึงแพง แพงมากนะ หมุนรอบด้านเดี๋ยวนี้ละ เราก็จะได้  
 เงินมาจากไหนพิจารณาซิพี่น้องทั้งหลาย เงินเหล่านี้ออกเพื่อโลกทั้งนั้น ไม่ได้เพื่อเรา  
 เลย เราไม่มีคำว่ากำ เปิดตลอด เปิดออกเพื่อโลกเพื่อสงสาร เราเกิดมาในชาตินี้ให้ได้

ทำเต็มหัวใจ เพราะคำว่าหัวใจนี้มันเต็มไปด้วยเมตตาครอบโลกธาตุ จึงไม่มีอะไรจะติดมือ เปิดออกหมด ปิดออกๆ ด้วยอำนาจความเมตตากวาดออกๆ หมดเลย เวลานี้ตาหนักมากกว่าเพื่อน เอ้า หนักก็หนัก อย่างอื่นก็จำเป็น แต่ว่าตานี้สำคัญมาก เราเอาตาเสียก่อน เท่านั้นละ ไม่มีอะไร

รับฟังรับชมพระธรรมเทศนาของหลวงตา ได้ที่

[www.Luangta.com](http://www.Luangta.com) หรือ [www.Luangta.or.th](http://www.Luangta.or.th)

และรับฟังจากสถานีวิทยุสวนแสงธรรม กรุงเทพฯ และสถานีวิทยุอุดร

*FM 103.25 MHz*