

เทศน์เช้า วันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๔๖

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ตามธรรมเนียม ตามสภาวะธรรมเราเข้าใจกันว่า ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว ถ้าใจเป็นนาย กายเป็นบ่าวนี้อาหารของมัน มันก็ต้องมีอาหารของมันเหมือนกัน เรามีทั้งกายแล้วมีทั้งใจเรายังมีโอกาส ค่อย่างคนตายสิ เจ้านายเขาไปแล้ว เจ้านายเขาตายไปแล้วเจ้านายก็ลุกออกไป เจ้านายไปเสวยภพของเขา ตอนนี้เหลือแต่บ่าว แล้วบ่าววันนี้เขาจะเอาบ่าวเข้าไปเผา ร่างกายนี้ต้องเอาไปเผา มันก็ต้องทำลายไปต้องเผาไป เพราะเอาไว้มันก็จะเน่าจะเป็นสิ่งที่รังเกียจ

ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว แต่เราเป็นคนที่ว่าใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว แต่เรายังมีโอกาส เจ้านายของเรายังอยู่ แล้วเราก็เอาใจของเราเอาเจ้านายของเราสร้างบุญสร้างกุศลเพื่อเป็นสิ่งที่ว่ามันจะได้อาศัย ความสุขใจ เวลาเราสุขใจเราพอใจเราสุขใจนั้นคือบุญ เวลาเราทุกข์ใจขึ้นมา สิ่งต่างๆ ที่มันเกิดขึ้นมาเราไม่ต้องการ เราพยายามจะจับใส่ออกไปนี่ อันนั้นเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นทุกข์เป็นอวิชชา เจ้านายก็ต้องเสวย เสวยทั้งทุกข์ เสวยทั้งสุข สิ่งที่ยากเสวยนี้สุข แต่มันไม่สมความปรารถนา เพราะสิ่งที่ได้ทำมาหรือไม่ได้ทำมา สิ่งที่ทำมา ทำไม่บอกถึงว่าทำมาและไม่ได้ทำมา

พาทิยะ เป็นว่าเรือล่ม พอเรือล่มก็แตกเรือมา พอแตกเรือมาทุกอย่างมันโดนน้ำพัดไป เขาเป็นคนซีเปลือยขึ้นมาแล้วพอขึ้นฝั่งมาเวลาเขาพูดธรรมะ คนเขาเชือก้นมาก ศรัทธาก้นมาก แต่เพื่อนของเขา ในเพื่อนของเขาที่เคยทำมาด้วยกัน ในอดีตชาติมาเดือนว่าเขายังไม่ใช่พระอรหันต์ ต้องไปฟังเทศน์พระพุทธเจ้า พอไปฟังเทศน์พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าบิณฑบาตอยู่ พระพุทธเจ้าบอกว่าเวลานี้เป็นเวลาที่ยาพิณบาตอยู่ มันยังไม่ใช่เวลาที่จะฟังธรรม นี่บอก ขอฟังเถิดเพราะว่าคนเราชีวิตไม่แน่นอน พระพุทธเจ้าแสดงธรรมบทเดียวเท่านั้นนะ เป็นพระอรหันต์ขึ้นมาเลยนะ สำเร็จเป็นพระอรหันต์ขึ้นมา

พาทิยะเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาต่างๆ ที่ยังไม่ได้บวชนะ แล้วไปหาบิณฑบาตอยู่ ต้องมีบิณฑบาต ๘ ไปหาสิ่งนั้นไม่ได้ จนควายขวิดตาย สิ่งที่ทำมาแล้วย้อนไปในพระไตรปิฎก ว่า

อดีตชาติเขาเคยเป็นนักบวช ๖ องค์หรือ ๕ องค์นี้พากันขึ้นบนเขา เขายอดตัด แล้วเวลาขึ้นไปแล้วนี้ทำบันไดขึ้นไปเสร็จขึ้นไปแล้วทำลายบันไดออก ตั้งกติกากันว่าถ้าใครขึ้นไปภูพานานี้ถ้าสำเร็จออกมาให้เหาะลงมา มีเหาะลงมาสำเร็จแล้วเหาะลงมา ๒ องค์ แต่อีก ๓ คนตายไป ตายไปเพราะว่าความประพฤติปฏิบัติ เพราะความงอแงของเขา ตั้งแต่ชาตินั้น เวลาเขาตายไปเขาทำไม่ถึงที่สุด สร้างสมบุญกุศลมา เขาได้สร้างของเขามา เวลาเกิดเป็นพาทิยะขึ้นมา สิ่งนี้เป็นพื้นฐานของใจ พื้นฐานของใจฟังเทศน์องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทีเดียวยังเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาเลย นี่ปฏิบัติอย่างไร

เวลาเราปฏิบัติ เวลาสุขเวลาทุกข์ในหัวใจเราต้องเสวยทั้งหมด แต่เราจะเอาสิ่งใดเราต้องการสิ่งใด เราต้องการความปรารถนาสิ่งใดมันก็ไม่สมความปรารถนาๆ เพราะสิ่งนั้นมันเกิดจากตัณหาความทะยานอยาก เกิดจากสิ่งที่ว่ามันปรุงแต่งของมันขึ้นมาตามความต้องการของมันขึ้นมา แต่สิ่งนั้นมันไม่เป็นประโยชน์กับมันเลย เพราะความคิดอันนั้นไม่เป็นประโยชน์ เราต้องสยบความคิดอันนี้ให้ได้ก่อน สยบความคิดอันนี้ ความคิดเวลาเป็นความคิด มันเป็นความเดือดร้อน

แต่เวลาหน้าที่การงานที่เราคิดออกไปเป็นการงานนั้นเป็นส่วนหนึ่ง เวลาทำงานเป็นการทำงานส่วนหนึ่ง บอกว่าเวลาไม่คิดเลยกิเลสมันจะแย้งไง แย้งว่าถ้าไม่คิดเลยเราจะประกอบอาชีพอย่างไร เราจะทำงานของเราได้อย่างไร หน้าที่การงานเป็นหน้าที่การงาน แต่ความคิดของเราเวลาทำงานมันคิดเฉพาะหน้าที่การงานใหม่ มันมีความโต้แย้งมีความปรารถนาของมัน อันนั้นคือตัณหาความทะยานอยาก สิ่งนี้คือตัณหาความทะยานอยากเกิดขึ้นจากใจ

เจ้านายอันนี้มันเสวยทั้งสุขเสวยทั้งทุกข์ บ่าวันนี้มันอาศัยแค่ปัจจัย ๔ แต่เวลาเราเห็นขึ้นมาเราอยู่กับเราของเราขึ้นมา เราเห็นกายกับใจ เรามองเห็นสภาวะเราส่งออกไปทั้งหมดเลย มองไปแต่ข้างนอกนะ สิ่งข้างนอกนี่สิ่งนั้นเป็นที่พึ่งอาศัย สิ่งต่างๆ เป็นที่พึ่งอาศัย แต่ไม่คิดถึงเลยว่ ลมหายใจเข้าและลมหายใจออกถ้ามันขาดตอนขึ้นมา มันต้องไปเสวยภพของมันตามสภาวะของมัน แล้วร่างกายนี้ก็จะต้องทิ้งไป ทิ้งไปโดยที่ไม่มีโอกาสนะ สิ่งที่ไม่มีโอกาสเลย แล้วต้องไปเผด็จไปฝังเพื่อทำลายสิ่งนี้ออกไป

เวลาอยู่กับเรานั้นจะเป็นประโยชน์ได้ถ้าเราใช้ประโยชน์ แต่ถ้าเราพลัดพรากจากกันไปแล้วมันจะไม่เป็นประโยชน์เลยถึงนั้น เวลาธาตุไฟออกจากร่างก่อน จิตวิญญาณนี้ ออกไปก่อน ธาตุลมหยุดนิ่งอยู่ มีน้ำกับดินอยู่ในนี้มันต้องแปรสภาพออกไป อันนี้เราเข้ามา มรณานุสติ เราคิดถึงสิ่งนี้ขึ้นมาความคิดมันจะไม่ออกไปข้างนอกตามอำนาจของมัน มรณานุสติคิดถึงความตายอยู่เพื่อจะให้มันสลัดให้มันสังเวชเข้ามา สิ่งที่สลัดสังเวชเข้ามา

เราเกิดมามีโอกาส ถ้าเราใช้โอกาสของเรา เจ้านายก็อยู่ที่นี่ บ่าวก็อยู่ที่นี่ พากันทำบุญกุศล พากันประพฤติปฏิบัติ ถ้าประพฤติปฏิบัติ ทาน ศีล ภาวนา การสละทาน การให้ทานเป็นประโยชน์ทั้งหมด สิ่งนี้เป็นประโยชน์ออกไปเพราะสิ่งนี้มันเป็นกำลังงานของเรา เราแสวงหามันเป็นงานของเรา แล้วเราสละสิ่งนี้ออกไปเพื่อประโยชน์กับสัตว์โลก แล้วถ้าเรามีปัญญาขึ้นมาเราเลือกเนื่อนานุญเรา ถ้าเลือกเนื่อนานุญของเรา เราหว่านพืชไปหวังผลของเรา หว่านลงไปขนาดไหน ผลจะเกิดขนาดไหน มันเป็นที่ความปรารถนาความตั้งใจของเรา แล้วมันก็ต้องประสบอันนั้นด้วย

คนเราปรารถนานะ มีมากเลยเวลาคนเราชาวพุทธเราเวลาไปอยู่ต่างประเทศจะคิดถึงเลยว่าเราไม่มีโอกาสเจอพระ เวลาเราว่าแห้วขึ้นมาจะไม่มีที่พึ่ง เวลาอยู่ใกล้พระขึ้นมา พระจะรู้เรื่องของเจ้านาย เจ้านายเวลามันต้องการๆ สิ่งที่ว่าประโยชน์ไหม ถ้าเป็นประโยชน์เราต้องเหยียบคันเร่งขึ้นไป เป็นประโยชน์คือทำบุญกุศลทำคุณงามความดีของเรา สิ่งที่เป็นคุณงามความดีของเรานั้นจะเป็นประโยชน์กับเรา

แต่คุณงามความดี เวลาสวดมนต์สิ่งที่ดีกว่านี้ยังมีอยู่ เราต้องพัฒนาใจของเราสิ่งที่ดีกว่านี้ขึ้นไปเรื่อยๆ คนเราเวลาทุกข์ยากขึ้นมาอาหารอะไรๆ เราก็หาได้เพื่อจะลองท้องไปก่อน แต่พอเรามีความเลือกได้เราจะเลือกว่าสิ่งนั้นสมควรหรือไม่สมควร สมควรเราถึงจะกิน ถ้าไม่สมควรเราก็จะปฏิเสธออกไปเพราะเราเลือกได้ แล้วถ้าเราเจริญขึ้นไปอาหารเราจะประณีตขึ้นไปเรื่อยๆ

ใจก็เหมือนกัน เราปรารถนาเรื่องทาน เราทำทานขึ้นมาเราก็มีความสุข เราเห็นความสุข ความสุขเราขึ้นไปเราให้เด็กๆ ก็พอใจ ให้ใครๆ ก็พอใจทั้งนั้น สิ่งที่เราให้ไปเรามีความสุขใจใหม่ โอกาสของเราเป็นผู้ให้ ถ้าเราทุกข์ยากขึ้นมาโอกาสของเราเป็นผู้รับละ

สิ่งที่เราเป็นผู้รับ เราเป็นคนทุกข์คนยากเราต้องรอความเจือจางจากคนอื่น นั่นนะเป็นกรรมไง กรรมแต่ละคนไม่เหมือนกัน อันนั้นทุกคนสามารถที่จะทำได้

แต่เวลาย้อนกลับเข้ามา ทาน ศีล พอมีศีลความปกติของใจเริ่มบังคับตนเอง จะบังคับตนเองเราจะดีได้ต้องด้วยการบังคับต้องการฝึกฝน สัตว์ สัตว์ป่า เป็นสัตว์ป่า คนเอามาฝึกฝนมันยังใช้งานได้ หัวใจของเราถ้ามันปล่อยไปมันเหมือนสัตว์ป่านะ มันคิดไปตามอำนาจของมัน เรามีศีลขึ้นมาเพื่อจะครอบงำมัน เพื่อพยายามทำให้มันอยู่ในธรรมวินัย

ถ้าอยู่ในธรรมวินัย เราเดินตามธรรมวินัยไปเราจะถึงที่สุด อาหารอันประณีตมันถึงที่สุดแล้วนี่ประณีตจน เห็นไหม รถของเราเราต้องเติมน้ำมันตลอดไป เราต้องพยายามทำงานตลอดไป บุญกุศลเราสร้างสมตลอดไปมันจะเวียนตายเวียนเกิดไปในวัฏฏะถึงที่สุด แต่เวลาไปถึงที่สุดแล้วน้ำมันไม่ต้องเติม น้ำมันเต็มอยู่ตลอดเวลาเนะ น้ำมันนี้มันเป็นทิพย์ มันไม่เคยบกพร่องกับใจดวงนั้นเลย สิ่งที่ใจดวงนั้นเต็มอ้อมแล้วจะไม่มีความบกพร่อง อาหารที่ว่ามันถึงที่สุด

เราเกิดในวัฏฏะ มันมีอาหาร ๔ กวฬิงการาหาร อาหารเป็นคำข้าว สัตว์โลกต้องอาศัยคำข้าวนี้เป็นอาหารเพื่อความเป็นอยู่ วิญญาณาหาร เทวดาเขาใช้วิญญาณคือความคิดใจ ความคิดความนึก นึกขึ้นมาเนะ ถ้าเราไม่สร้างบุญกุศลขึ้นมาเนะไม่ได้หรือเวลาเราคิดว่าถ้าเป็นนึกเอาเป็นความโกหกเพราะเรานึกได้ เรานึกได้เพราะเรามีกายกับใจเรามีภาพสิ่งต่างๆ ที่เราเห็นได้ เรานึกได้ เราจินตนาการได้ เราคิดได้ แต่เวลาเราไปเราไม่ได้ทำอะไรไว้ ให้เรานึกถึงนิพพานสิ เราเข้าใจไหม ทุกคนจะงงหมดเลย เพราะอะไร เพราะถ้าคนเข้าถึงนิพพานแล้วจะไม่กลับมาเกิดอีก สิ่งนั้นใจถึงไม่เคยเห็นสภาวะสิ่งนี้จะไม่เคยเห็นสภาวะสิ่งนี้

แต่ถ้าเรานึกสิ่งต่างๆ นึกเรื่องวัฏฏะวนเราจะนึกได้เพราะอะไร เพราะใจมันเคยสัมผัสอยู่ แล้วเราเคยอ่านตำรับตำราเนะมันนึกได้ สิ่งนั้นนึกได้ เรานึกสิ่งที่ว่ามันเป็นภาพความคิด มันเป็นสัญญา แต่เวลาเราเป็นทิพย์ขึ้นมาเนะอาหารเราคิดถึงมันก็อ้อมขึ้นมา เราไม่ได้นึกภาพอย่างนั้น เรานึกอาหารของเรา แต่ถ้ามันไม่มี นึกจนตายมันก็ไม่มี เพราะเราสร้างไม่ได้ อย่างนั้น เราไม่ได้สร้างขึ้นมา มันถึงต่างกัน ในเทวดาสมบัติของเขา คือแสง

สว่าง คือสิ่งที่เป็นทิพย์ในร่างกายของเขา มันจะมีมากมีน้อยแล้วแต่เขา เขาจะมีความสุขของเขา นั่นวิญญูณาหาร

ผัสสาหารเห็นไหม พรหม พรหมผัสสาหาร ผัสสะต่างๆ ผัสสะความกระทบของใจ นี่มันจะมีความอิมของมัน อาหารนี้ ใจมันพัฒนาขึ้นไปสูงขึ้นไปจากการวิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาจะเห็นสิ่งนี้ สิ่งที่ว่าในภพใดในวาระที่เราไปเสวยตรงไหน มันจะต้องใช้อาหารของมันอย่างไร

แล้วมโนสัญเจตนาหาร ถ้าปริยัติเขาตีกันเขาตีกันเรื่องธรรมดาเรานี้ เรื่องใจ มโนคือใจ มโนสัญเจตนาหารคือความเจตนาของใจ ใจทำคุณงามความดี แต่มโน เห็นไหม มโนมีงปี นิพพินทะติ มโนสมุสเสปี นิพพินทะติ ใจของเราเราก็เบื่อหน่าย เพราะมันมีใจของเรา เราถึงต้องมีความกระทบกระทั่งต่างๆ เราต้องคิด เป็นนามธรรมเกิดดับในหัวใจ สิ่งต่างๆ เรายับยั้งได้เลย เพียงแต่ยับยั้งใจของเราไม่ได้ นี่มันก็น่าเบื่อหน่าย เวลามันสัมผัสกันมันคิดกระทบกับสิ่งใด ความสัมผัสเกิดขึ้นก็น่าเบื่อหน่าย สิ่งที่เกิดขึ้นมาจากการสัมผัสนั้นเป็นความทุกข์มันก็น่าเบื่อหน่าย สิ่งนี้เบื่อหน่ายทั้งหมด

พอเบื่อหน่ายทั้งหมด มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น วิปัสสนาญาณเข้าไปจับสิ่งนี้ พิจารณาส่งนี้แล้วทำลายสิ่งนี้ออกไป มโนสัญเจตนาหาร คือว่ามันพ้นออกไปจากตรงนั้น แล้วมันย้อนกลับเข้ามาได้ ที่ว่าพระอรหันต์มาในสมมุติมาตรนี้ไง ไม่มีภพไม่มีต่างๆ ในหัวใจ แต่เป็นทางผ่าน มโนคือตัวสมมุติ มโนแล้วเจตนา จะสื่อถึงใครจะเข้าถึงใคร แต่จะสื่อถึงใครจะเข้าถึงใครต้องใจของเขา ไม่ใช่สื่ออย่างเรา อย่างเรานี้เราเป็นวิญญูณ วิญญูณความรู้ในอายตนะ นี้วิญญูณ ในตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กระทบจากใจ ใจกระทบขึ้นมา

แต่เวลาเขาสื่อขึ้นมาเขาเอาวิญญูณอันละเอียดต่างหาก วิญญูณละเอียดคือว่า อวิชชา ปัจจยา สงฺขารา สงฺขารา ปัจจยา วิญญูณ จิตที่สงบคือว่ามันปล่อยวางอารมณ์ที่หยาบๆ เข้ามา มันจะเข้าไปขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ เวลาเข้าสมาธิ นี้บุญกุศลใครสร้างสมมานี้ครูบาอาจารย์จะมากล่าวธรรม จะมาสื่อกัน เวลาครูบาอาจารย์มาสอนกันนะ เวลาเราประพฤติปฏิบัติเข้าไป มันติดขัดตรงนั้นนะ นี่สิ่งนี้ผิดพลาด สิ่งนี้ควรทำ สภาวะแบบนี้เป็นไปได้ อันนี้เป็นอรรถกถิมถานุโยค อันนี้เป็นกามสุขาติกานุโยค

มันจะพลาดไป ครูบาอาจารย์จะมาสอน มโนสัญญาเจตนาอาหารมันยังติดกันในวัฏฏะได้ สิ่งที
พ้นออกไปสุขอันนั้นก็ยังติดกันได้ ติดกลับมาสิ่งนี้ อาหารที่ว่ามันสัมผัสกันใจ แล้วเรา
ทำของเราขึ้นมา เจ้านายยังอยู่กับเรานะ

คูลี คนเขาตายไปแล้ว เจ้านายเขาหลุดออกไปจากใจ พ้นออกไปจากร่างกายแล้ว
เขาก็ต้องจุดตามแต่ภพแต่กรรมของเขา ร่างกายเขาก็ต้องเอาไปทิ้งเอาไปเผา ตาม
ธรรมชาติของเขา แล้วเรายังมี เจ้านายก็ยังมีอยู่ แล้วเจ้านายก็ต้องคิดให้เป็นด้วย ถ้าเจ้านาย
คิดเป็นมันจะเริ่มแสวงหาสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์กับมัน เรื่องของโลกเราต้องมีที่อยู่
แน่นอน คนเรานะถ้ามีบุญกุศลมีความคิดดีนะ หน้าที่การงานก็ดี คนดีนิสัยดีทำดีจะเป็น
ความดีตลอดไป

ถ้าคนเรานะไม่มีบุญกุศลเวลาพลัดพราก เวลามันโดนทุกข์ยาก มันก็ทุกข์ยากมา
แต่ข้างนอก แต่ทุกข์ยากหรือไม่ทุกข์ยากมันเป็นเปลือก สิ่งที่เป็นเปลือกเพราะว่ามันเป็น
จริต มันเป็นนิสัย เป็นอำนาจวาสนา แต่ตัวจริงๆ คือตัวใจ คือตัวเจ้านายนั่นนะ ถ้าเจ้านาย
นั่นนะมันพลิกพัฒนาเข้าไปมันจะไปถึงมัน มันจะไปเห็นตัวของมัน

แล้วมันจะทำลายสิ่งต่างๆ แล้วมันจะปล่อยวางเป็นชั้นเป็นตอนเข้ามา ปล่อยวาง
จากภายนอก ชั้นข้างนอกปล่อยวางเข้ามา แล้วก็ปล่อยกายนอกภายในก็ปล่อยเข้ามา
ภายในภายในก็ปล่อยเข้ามา ถึงตัวจิตล้วนๆ กายของจิตเห็นใหม่ กายของจิตนะ จิตนี้มัน
ขึ้นมาให้เห็นเป็นสภาวะของรูปร่างของมันก็ได้ เป็นกายอันละเอียดอยู่ในหัวใจ ทั้ง
สภาวะต่างๆ เข้ามา พัฒนาเข้ามา เจ้านายถึงสุดท้ายแล้ว เจ้านายมันก็ต้องวิปัสสนาญาณ
ของมัน สัพเพ ธัมมา อนัตตา สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นมามันจะพัฒนาขึ้นมา ทำได้ เราเกิดขึ้น
มาแล้วทำได้ อาหารของใจ ใจนี้พ้นจากทุกข์ได้หมดเลย

ถ้าอาหารของใจที่เรากินอยู่เหมือนเติมน้ำมันอยู่นี้ มันก็เป็นส่วนหนึ่ง แต่ถึงที่สุด
แล้วอาหารนั้นไม่จำเป็น อาหารนั้นเป็นเรื่องของวัฏฏะ ความอึดของใจพ้นออกไปจาก
กิเลส เจ้านายถึงควรจะทำอย่างนั้นได้ มีศาสนา มีคำสั่งสอนคือมีเครื่องดำเนิน ถ้าเรามี
คำสั่งสอนมีครูบาอาจารย์สอนเราไปได้ ถ้าไม่มีนะเราต้องค้นคว้าเองนะ

หลวงปู่มั่นไม่มีใครสอนค้นคว้าของท่านเอง แต่ท่านมีบารมีของท่านมาก ท่านถึง
ทำของท่านได้ อย่างพวกเรานี้มียิ่งทำยิ่งงงๆ งงมาก เพราะความเห็นภายในมันมหัศจรรย์

มันเข้าไปร้อยแปด สิ่งที่ร้อยแปดนะถ้าไม่มีครูบาอาจารย์ชี้แนะเราจะมีโอกาสน้อยมาก เพราะบารมีเราน้อย เราสร้างมาน้อย การทำลายก็น้อย เราถึงต้องพยายามสร้างสมขึ้นมา เพื่อให้เป็นบารมีของเราในหัวใจของเรา ให้มันสมความปรารถนา

เจ้านายก็มีความสุข ร่างกายก็อาศัยกันไปชั่วคราว จะมีความสุขคือว่ามันมีความสุขสบาย เย็น ร้อน อ่อน แข็ง มันพอใจมันๆ ก็มีความสุขด้วยประสาบ่าว บ่าวนี้ถ้ามันมีอบอุ่น เวลาหนาวก็อบอุ่น เวลาร้อนมันก็เย็นของมันพอ มันต้องการแค่นั้นแหละ แต่ความสุขของใจมันต้องการมากกว่านั้น ต้องการสิ่งที่มันอึดเต็มในหัวใจ แล้วมันจะพ้นไปจากกิเลส เอวัง