



## ๓๐

### มองตัวเอง

ยายมองตัวเอง มองให้ทะลุ เข้าใจตัวเองอย่างชัดเจน มองตั้งแต่หยาบก่อนว่าเป็นอย่างไร มองให้เข้าใจทีเดียว แล้วมองละเอียดเป็นขั้นๆ ไป

พอมองตัวเองจนเข้าใจแล้ว ก็เข้าใจสิ่งอื่น คนอื่นได้หมดทุกอย่าง

นี่ทางธรรมเป็นอย่างนี้ เป็นเรื่องแปลก แต่เป็นความจริงทีเดียว

ขอให้เราเข้าใจตัวเองอย่างแท้จริง ก็เข้าใจสิ่งอื่น คนอื่นได้หมดว่าเป็นอย่างไร เพราะโลกคือ ตัวเรา

มองไปในตัวเราก็จะเห็นทุกสิ่งทุกอย่างชัดเจน แต่ทางโลกไม่เป็นอย่างนั้น มัวแต่มอง

## คำสอนของยาย ๒



คนอื่น ให้เข้าใจคนอื่น มองแล้วก็ร้อนใจ เห็น  
แล้วก็ไม่เข้าใจ อยากเข้าใจคนอื่น แต่ลืม  
มองตัวเอง

อย่างนี้ทำไปเท่าไร ก็ไม่เข้าใจ สำหรับ  
ยาย มองแต่ตัวเองให้เข้าใจก่อน ก็จะเข้าใจ  
คนอื่นได้หมด

๕ พฤษภาคม ๒๕๖๓