

จงจรได้ ใจเป็นตัวของตัวเองอารมณ์ดี

สังเกตดูนะ ที่เราทุกซี้ใจ ใจไม่เป็นตัวของตัวเอง มันไหลตามอารมณ์ อารมณ์ไม่ใช่เราละ "อารมณ์มันเรื่องนอกตัว เรื่องนอกกาย เรื่องนอกใจ เรื่องเหตุผล เรื่องหน้าที่ เรื่องส่วนประกอบ เรื่องวิบาก มันแซกซ้อนมาเป็นช่วง ๆ เท่านั้นเอง" จำไว้นะ รู้จักยกย้ายถ่ายเท พุดเวิร์คหลบฉาก - อารมณ์ซุ่นซ้องหมองใจ อารมณ์ไม่สบายใจ - การประคองใจดี ๆ เต๊ะทำดู

การประคองใจดีต้องสำรวจมกิริยาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย วาจา ใจ ใช้สัมผัสที่ 6 ประสาทสัมผัสที่ 6 สัมผัส นอกอินทรีย์ อย่างนี้เป็นเหตุใหญ่เฉพาะฟัง เอาไปดูก็ไม่รู้ เรื่อง ใหญ่ใครใหญ่มัน ตาเป็นใหญ่เฉพาะดู เอาไปฟังก็ไม่รู้ เรื่อง มันใหญ่ใครใหญ่มัน เรียกอินทรีย์ ที่นี้เราไม่สนใจ เรื่องอินทรีย์ เราสนใจเรื่องสัมผัสนอกอินทรีย์ เหนืออินทรีย์ อีกที่ สัมผัสที่ 6 สัมผัสด้วยใจ นึกรู้ด้วยใจ น้อมนึกรู้ด้วยใจ ภาพในใจมันเกิด มโนภาพมันเกิดเป็นเรื่อง ๆ เรื่อง ประสบการณ์ชีวิตเรา ถ้าเราประคองใจดีต่อเนื่องช่วงยาว ๆ เดี่ยวเห็นลายละเอียดเยอะ ๆ ภาพภายในมันใสกว่าเก่า เรียกว่า สัมผัส 7 ถ้าเราประคองใจดีต่อเนื่องช่วงยาว ๆ ขึ้นไปอีก เดี่ยวสบายใจดีอิสระสดใสขึ้นมา สัมผัสที่ 8 มีแปดอย่างนะ ที่เราสบายใจที่หลับได้ เข้าสู่สัมผัส 8 นี้แหละ แต่ว่าคนเรา สู้อสัมผัส 8 ช่วงมันสั้น ช่วงมันกระท่อนกระแท่น ชาตระบบ กาวนา มันมีความพากเพียรแบบกระท่อนกระแท่น ก็ เลยเจออของจริงแบบกระท่อนกระแท่นเอง

ตุ้เจ้าเลือดดาวมีความพากเพียรต่อเนื่อง 30 ปี เดิม