

มองตัวเอง

พยายามมองตัวเอง มองให้ทะลุ เข้าใจตัวเองอย่าง
ชัดเจน มองตั้งแต่หยาบก่อนว่า เป็นอย่างไร มองให้เข้าใจ
ทีเดียว แล้วมองละเอียดเป็นขั้น ๆ ไป

พอมองตัวเองจนเข้าใจแล้ว ก็เข้าใจสิ่งอื่น คนอื่น
ได้หมดทุกอย่าง

นี่ทางธรรมเป็นอย่างนี้ เป็นเรื่องแปลก แต่เป็น
ความจริงทีเดียว

ขอให้เราเข้าใจตัวเองอย่างแท้จริง ก็เข้าใจสิ่ง
อื่น คนอื่นได้หมดว่าเป็นอย่างไร เพราะโลกคือตัวเรา
มองไปในตัวเราก็จะเห็นทุกสิ่งทุกอย่างชัดเจน

แต่ทางโลกไม่เป็นอย่างนั้น มัวแต่มองคนอื่น ให้
เข้าใจคนอื่น มองแล้วก็ร้อนใจ เห็นแล้วก็ไม่เข้าใจ อยาก
เข้าใจคนอื่นแต่ลืมมองตัวเอง อย่างนี้ทำไปเท่าไรก็ไม่เข้าใจ

สำหรับยาย มองแต่ตัวเองให้เข้าใจก่อน ก็จะ
เข้าใจคนอื่นได้หมด

๕ พฤษภาคม ๒๕๒๓

คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง
ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย