

## ยกใจให้สูง

ให้ยกใจของเราให้สูงขึ้น แล้วเราจะเห็นว่า กาม  
เป็นทุกข์ ชาวโลกเขามองไม่เห็นกัน

ถ้าเราหัดยกใจเราให้เหนือธรรมดา ยกใจออกจาก  
กาม ก็จะเห็นชัดว่า กามเป็นของต่ำ เป็นสิ่งที่พาให้ต่ำ  
จะมองเห็นชัด เหมือนมองจากที่สูง

ชาวโลกเขาอยู่ด้วยกัน อยู่ระดับเดียวกัน เขาถึง  
มองไม่เห็น

ให้เราอธิษฐานอีกว่า

เรื่องกามนี้ แม้เพียงจะรู้ จะเห็น จะได้ยินใครมา  
คุยด้วย ก็อย่าให้มีเลย ให้สะอาดบริสุทธิ์จริง ๆ

ยายดูในอดีต ดูหยาบ ดูละเอียด ดูอ่อนหมดว่า  
สะอาดไหม ก็เห็นว่าบอสงไขยชาติมานั้นสะอาดหมด

ดูในปัจจุบันตั้งแต่เด็ก เกิดมาเป็นผู้หญิง ก็ไม่เคย  
มีสิ่งนี้ในใจเลย ไม่เคยคิดรักใครเลย

ยายภูมิใจในเรื่องนี้มาก เคยมีคนมาเกี้ยว ยายก็  
ไม่พูดด้วย ถ้าต้องพูดด้วยก็แบบ “สามวาสองศอก” จนมา  
เข้าวัด

ยายมองเห็นว่า บริสุทธิ์มาก จึงอธิษฐานว่า  
อย่าได้เจออย่างนี้อีก และยายก็เห็นต่อไปว่า จะไม่เจออีกแน่นอน

เราจะต้องอธิษฐานทุกเช้า ทุกวัน จะได้ยกใจสูง  
ขึ้น มีความคิดออกจากสิ่งเหล่านี้

ให้หัดทำไว้ จะได้ สิ่งดี ๆ ติดตัวไป

ส่วนเรื่องอื่น ๆ ก็อธิษฐานติดไปด้วย

ยิ่งจรดใจเข้าไป ก็ยิ่งศักดิ์สิทธิ์

ยิ่งรับรู้เข้าไป

ยิ่งอธิษฐาน บุญก็ยิ่งมากขึ้น

ยิ่งทำให้เป็นตามทีอธิษฐานนั้น ๆ

คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง  
ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย