

## ບົດທີ 1 ບົດນຳ

ຊື່ກົງ ໃນປະເທດເຮົາ (ເມືອງຈີນ) ມີປະວັດສາດອັນຍາວນານ, ມາຕັ້ງແຕ່ສະໄໝ ໂບຮານ, ເພາະສະນັ້ນ ຜູ້ຄົນໃນປະເທດຂອງພວກເຮົາ ບຳເພັນປະຕິບັດຊື່ກົງ ຈຶ່ງໄດ້ປຽບຫຼາຍ. ເວົ້າເຖິງ ການບຳເພັນປະຕິບັດທັມ ທີ່ຊື່ກົງ ຖືກຕ້ອງ ສອງສາຍຂອງຊື່ກົງ, ສາຍພຸດ ແລະ ສາຍ ຕ້າວ, ເວລານີ້ ໄດ້ເລີ່ມເປີດເຜີຍ ວິທີການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳຜ້າຫຼາຍ ທີ່ເຄີຍຝຶກກັນມາ ຢ່າງ ເປັນຄວາມລັບ. ວິທີການບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍຕ້າວມີເອກະລັກຫຼາຍ; ວິທີການ ບຳເພັນ ປະຕິບັດຂອງສາຍພຸດ ກໍ່ມີວິທີການຂອງຕົນເອງ. ຝ້າຫຸນກົງ ກໍ່ຄືວິທີການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳ ຜ້າຂອງສາຍພຸດລະດັບສູງ. ໃນການເຜີຍແຜ່ໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ, ກ່ອນອື່ນ ຂ້າພະເຈົ້າຈະ ປັບປຸງຮ່າງກາຍຂອງທຸກຄົນ ໃຫ້ຢູ່ໃນລັກສະນະທີ່ເໝາະສົມ ເພື່ອຈະບຳເພັນປະຕິບັດສຸລະດັບ ສູງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຂ້າພະເຈົ້າຍັງຈະໃສ່ລະບົບກົນໄກ ແລະ ຝ້າຫຸນ ໃນຮ່າງກາຍໃຫ້ກັບທຸກຄົນ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຈະເຜີຍແຜ່ ວິທີການຝຶກທຳການເຄື່ອນໄຫວ ໃຫ້ກັບທຸກຄົນ. ນອກຈາກນີ້ ຂ້າພະເຈົ້າຍັງມີ ທັມມະກາຍ ຄອຍຄຸ້ມຄອງທ່ານ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ຍັງບໍ່ພຽງພໍ, ບໍ່ສາມາດ ທີ່ຈະບັນລຸເປົ້າໝາຍໃນການເພີ່ມພະລັງກົງ, ທຸກຄົນຍັງຈຳເປັນຕ້ອງເຂົ້າໃຈ ຫຼັກການຂອງ ການບຳເພັນປະຕິບັດລະດັບສູງ. ຫຼັກການເຫຼົ່ານີ້ ມີຢູ່ໃນປື້ມນີ້.

ຂ້າພະເຈົ້າ ບັນລະຍາຍພະລັງກົງ ໃນລະດັບສູງ, ດັ່ງນັ້ນ ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະບໍ່ເວົ້າເຖິງ ການບຳເພັນປະຕິບັດຊີວະຈອນໃດໆ, ຈຸດລົມປານໃດໆ, ເສັ້ນທາງພະລັງງານໃດໆ, ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະເວົ້າເຖິງການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳຜ້າ, ຄືການບຳເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມໃຫຍ່ ທີ່ສາມາດນຳ ທ່ານໄປສູ່ລະດັບສູງຢ່າງແທ້ຈິງ. ເທື່ອທຳອິດໄດ້ຍິນແລ້ວ ອາດຈະຮູ້ສຶກວ່າເຫຼືອເຊື້ອ, ແຕ່ ສຳລັບຜູ້ທີ່ຕັ້ງໃຈທ່ຽງແທ້ ທີ່ຈະບຳເພັນປະຕິບັດ ຊື່ກົງ ຂໍໃຫ້ເອົາໃຈໃສ່ໃນການສຳຫຼວດ ສິ່ງທີ່ ສັມພັດ ແລະ ເຂົ້າໃຈໄດ້ຈາກການຝຶກ, ຄວາມມະຫັດສະຈັນທັງໝົດ ກໍ່ຈະມີຢູ່ໃນນັ້ນ.

## 1. ການເລີ່ມຕົ້ນຂອງຊີວິດ

ພວກເຮົາ ເວົ້າກ່ຽວກັບຊີວິດໃນປັດຈຸບັນ, ຕົວຈິງບໍ່ໄດ້ເອີ້ນວ່າຊີວິດ. ມັນເລີ່ມຕົ້ນ ມາ ຈາກ ປະເທດຈີນສະໄໝໂບຮານ ທີ່ບໍາເລັນປະຕິບັດຜູ້ດຽວ, ຫຼື ມາຈາກການບໍາເລັນປະຕິບັດ ໃນສາສນາ. ຄົນຊອກຫາຈິນໝົດໃນໜັງສືຕາມຈິງ, ຕົວຈິງ, ຊອກຫາໃນໜັງສື ຕົວຈິງ, ກໍ່ ຫາບໍ່ເຫັນຄຳວ່າ « ຊີວິດ ». ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນ ການພັດທະນາຂອງອາຣະຍະທັມ ຂອງ ມະນຸດຂັ້ນຕອນນຶ່ງຂອງພວກເຮົາໃນປັດຈຸບັນນີ້, ໄດ້ຜ່ານໄລຍະເວລາທີ່ສາສນາຢູ່ໃນໄລຍະ ເລີ່ມຕົ້ນ. ກ່ອນທີ່ ສາສນາຈະຕັ້ງຂຶ້ນມາ, ຊີວິດມີຢູ່ແລ້ວ. ຫຼັງຈາກມີສາສນາ, ກໍ່ມີສີສັນ ຂອງ ສາສນາລະດັບນຶ່ງ. ມີຊື່ດັງເດີມ ເອີ້ນວ່າຫຼັກທັມໃຫຍ່ບໍາເລັນປະຕິບັດພຸດ, ຫຼັກທັມໃຫຍ່ ບໍາ ເລັນປະຕິບັດຕ້າວ; ຍັງມີຊື່ອື່ນໆອີກ ເຊັ່ນ ຈິວຈວນຈິນຕານຊູ, ຫຼວຮັນຝາ, ຈິນກັງສານ ເປັນຕົ້ນ. ປັດຈຸບັນພວກເຮົາເອີ້ນວ່າ « ຊີວິດ », ເພື່ອໃຫ້ເໝາະສົມກັບຄວາມຄິດຂອງພວກ ເຮົາໃນປັດຈຸບັນ, ເພື່ອໃຫ້ເຜີຍແຜ່ໃນສັງຄົມໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ. ທີ່ຈິງແລ້ວ ເປັນສິ່ງທີ່ມີຢູ່ໃນປະເທດ ຈີນ ເພື່ອການບໍາເລັນປະຕິບັດ ຮ່າງກາຍມະນຸດຢ່າງແທ້ຈິງ.

ຊີວິດບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ຄິດຄົ້ນຂຶ້ນມາ ໃນອາຣະຍະທັມຍຸກນີ້, ມັນມີປະຫວັດສາດຍາວນານ ຫຼາຍ. ດັ່ງນັ້ນ ຊີວິດເກີດຂຶ້ນເມື່ອເວລາໃດ? ບາງຄົນເວົ້າວ່າ ຊີວິດມີປະຫວັດສາດ 3000 ປີ ມາ ແລ້ວ, ໃນສະໄໝ ຣາຊະວົງຖັງ (618 – 907) ເປັນໄລຍະທີ່ມີຄວາມນິຍົມແລະແຜ່ຫຼາຍ. ບາງ ຄົນເວົ້າວ່າ ມີປະຫວັດສາດປະມານ 5000 ປີ, ກໍ່ຄືຍາວນານເທົ່າກັບ ອາຣະຍະທັມ ຂອງ ຊາດ ຈີນ. ບາງຄົນເວົ້າວ່າ, ເບິ່ງຈາກໂບຮານວັດຖຸ ຊີວິດມີປະຫວັດສາດ 7000 ປີແລ້ວ. ຂ້າພະເຈົ້າ ເຫັນວ່າ ຊີວິດ ບໍ່ແມ່ນຖືກຄິດຄົ້ນໂດຍມະນຸດໃນປັດຈຸບັນ, ຊີວິດ ເປັນວັດທະນະທັມ ກ່ອນ ປະຫວັດສາດ. ຄົນທີ່ມີກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ເບິ່ງເຫັນວ່າ ຈັກກະວານທີ່ພວກເຮົາ ອາໄສຢູ່ນີ້ ຖືກສ້າງຂຶ້ນມາໃໝ່ ຈາກການລະເບີດ 9 ເທື່ອແລ້ວ. ດາວເຄາະ ທີ່ພວກເຮົາອາໄສຢູ່

ເຄີຍຖືກທຳລາຍ ຫຼາຍເທື່ອແລ້ວ. ຫຼັງຈາກດາວເຄາະ ຖືກສ້າງຂຶ້ນມາໃໝ່ແຕ່ລະເທື່ອ, ມະນຸດ ກໍ່ເລີ່ມວິວັດທະນາການໃໝ່. ໃນປັດຈຸບັນ, ເຮົາຄົ້ນພົບແລ້ວວ່າມີຫຼາຍສິ່ງໃນໂລກນີ້ ທີ່ໄປໄກ ກວ່າ ອາຣະຍະທັມ ຂອງເຮົາໃນສະໄໝນີ້. ອີງຕາມ ທິດສະດີ ວິວັດທະນາການຂອງດາວິນ, ມະນຸດ ມີວິວັດທະນາການມາຈາກລົງ, ອາຣະຍະທັມ ກໍ່ບໍ່ເກີນກວ່າ ໜຶ່ນປີ. ແຕ່ຈາກໂບຮານ ວັດຖຸ ທີ່ຄົ້ນພົບຢູ່ໃນຖ້ຳທີ່ພູອານປິນໃນຍຸໂຣບ ມີຮູບແຕ້ມຢູ່ເທິງຜາຫີນ ທີ່ມີອາຍຸ 250.000 ປີກ່ອນ, ແລະ ມີຄຸນຄ່າ ທາງສິລະປະສູງຫຼາຍ, ຄົນໃນຍຸກປັດຈຸບັນ ບໍ່ມີຄວາມສາມາດເຮັດໄດ້. ໃນ ພິພິດທະພັນ ຂອງ ມະຫາວິທະຍາລັຍ ແຫ່ງຊາດ ຂອງ ເປຣູ, ມີກ້ອນຫີນຂະໜາດໃຫຍ່ ກ້ອນນຶ່ງ, ດ້ານເທິງມີຮູບແກະສະຫຼັກຂອງຄົນ ຄົນນຶ່ງ ຖືກ້ອງສ່ອງທາງໄກ ກຳລັງສຳຫຼວດ ທ້ອງຟ້າ. ຮູບຄົນຮູບນີ້ ມີປະຫວັດ ຫຼາຍກວ່າສາມໜຶ່ນປີ. ດັ່ງທີ່ພວກເຮົາທຸກຄົນຮູ້, ກາລິເລ ປະດິດກ້ອງສ່ອງທາງໄກ ສຳລັບດາຣາສາດ ທີ່ມີ ກຳລັງຂະຫຍາຍ 30 ເທົ່າໃນປີ 1609, ເຖິງ ປັດຈຸບັນ ກໍ່ມີປະວັດສາດ ບໍ່ເກີນ 300 ກວ່າປີ, ແຕ່ສາມໜຶ່ນປີກ່ອນ ມີກ້ອງສ່ອງທາງໄກໄດ້ ຢ່າງໃດ? ອິນເດັຽ ມີທ່ອນເຫຼັກອັນນຶ່ງ, ທີ່ມີຄວາມບໍ່ຮີສຸດຂອງທາດເຫຼັກ 99,9 ເປີເຊັນ. ແມ່ນແຕ່ເຕັກໂນໂລຊີ ທີ່ໃຊ້ໃນການຫຼອມເຫຼັກ ໃນປັດຈຸບັນ ກໍ່ບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ ເຫຼັກບໍ່ຮີສຸດ ສູງໄດ້ຊຳນີ້, ມັນເກີນກວ່າມາດຕະຖານ ຂອງ ເຕັກໂນໂລຊີ ທັນສະໄໝໃນປັດຈຸບັນ. ໃຜເປັນ ຜູ້ສ້າງ ອາຣະຍະທັມເຫຼົ່ານີ້? ມະນຸດໃນສະໄໝນັ້ນ ອາດເປັນພຽງແຕ່ຈຸລິນຊີ, ຈະສ້າງສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ໄດ້ຢ່າງໃດ? ການຄົ້ນພົບສິ່ງເຫຼົ່ານີ້, ມັນໄດ້ດຶງດູດ ຄວາມສົນໃຈຂອງນັກວິທະຍາສາດຈາກ ທົ່ວໂລກ. ເນື່ອງຈາກວ່າ ມັນບໍ່ສາມາດອະທິບາຍໄດ້ ຈຶ່ງເອີ້ນວ່າ « ອາຣະຍະທັມ ກ່ອນປະວັດ ສາດ ».

ລະດັບຂອງວິທະຍາສາດ ແຕ່ລະຍຸກແຕກຕ່າງກັນ, ມີບາງຍຸກ ກໍ່ສູງຫຼາຍ, ເກີນກວ່າ ລະດັບຂອງມະນຸດເຮົາໃນປັດຈຸບັນ. ແຕ່ວ່າ ອາຣະຍະທັມເຫຼົ່ານັ້ນ ຖືກທຳລາຍໄປແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ຂ້າພະເຈົ້າຈຶ່ງເວົ້າວ່າ, ຊື່ກົງ ບໍ່ແມ່ນ ສິ່ງທີ່ພວກເຮົາໃນປັດຈຸບັນຄິດຄົ້ນຂຶ້ນ, ບໍ່ແມ່ນຄົນໃນ

ປັດຈຸບັນສ້າງຂຶ້ນ, ແຕ່ຖືກຄົ້ນພົບ ແລະ ເຮັດໃຫ້ສົມບູນໂດຍຄົນໃນປັດຈຸບັນ, ມັນຄື ອາຣະຍະ ທັມ ກ່ອນປະວັດສາດ.

ຊື່ກົງ ບໍ່ແມ່ນມີແຕ່ໃນປະເທດຈີນຂອງພວກເຮົາເທົ່ານັ້ນ ຢູ່ຕ່າງປະເທດກໍ່ມີ. ແຕ່ ພວກເຝິ້ນບໍ່ໄດ້ເອີ້ນວ່າ ຊື່ກົງ, ປະເທດຕາວັນຕິກເອີ້ນວ່າ ມາຍາກົນ, ສະຫະຣັຖອາເມຣິກາ, ອັງກິດ ແລະ ປະເທດຕ່າງໆກໍ່ເອີ້ນແບບນີ້. ຢູ່ ສະຫະຣັຖອາເມຣິກາ ມີ ນັກມາຍາກົນ ຜູ້ນຶ່ງ (ດາ ວິດ), ທີ່ຈິງແລ້ວ ລາວເປັນຜູ້ຊ່ຽວຊານທາງຄວາມສາມາດພິເສດ, ສາມາດສະແດງ ການຜ່ານ ກຳແພງເມືອງຈີນໄດ້. ກ່ອນທີ່ລາວຈະຜ່ານກຳແພງ ລາວໃຊ້ຜ້າສີຂາວ ປົກຫຸ້ມຮ່າງກາຍຂອງ ລາວໄວ້, ມີຜ້າຂ້າງນຶ່ງຫ້ອຍຕິດກັບຝາ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ລາວໄດ້ຜ່ານກຳແພງໄປ. ເປັນຫຍັງ ລາວ ຈຶ່ງເຮັດແບບນີ້? ການເຮັດແບບນີ້ ເຮັດໃຫ້ຄົນທັງຫຼາຍ ເຊື່ອວ່າມັນແມ່ນມາຍາກົນ. ເພາະວ່າ ລາວບໍ່ເຮັດແບບນີ້ບໍ່ໄດ້. ລາວຮູ້ວ່າພວກເຮົາໃນປະເທດຈີນ ມີຄົນທີ່ມີຄວາມສາມາດເກີນທຳ ມະຊາດຈຳນວນຫຼາຍ, ລາວຢ້ານວ່າ ຈະຖືກລົບກວນ, ດັ່ງນັ້ນ ລາວຈຶ່ງບັງຕົວເອງກ່ອນເຂົ້າໄປ. ເວລາອອກມາ, ລາວຍື່ນມືຂ້າງນຶ່ງອອກມາ ດຶງຜ້າຂຶ້ນ, ແລ້ວຢ່າງອອກມາ. « ຜູ້ຊ່ຽວຊານເບິ່ງ ເຄັດລັບ, ຜູ້ທີ່ບໍ່ຊ່ຽວຊານ ເບິ່ງເພື່ອຄວາມສະໜຸກສະໜານ », ແບບນີ້ ຜູ້ເບິ່ງກໍ່ຄິດວ່າເປັນ ມາຍາກົນ. ດັ່ງນັ້ນ ພວກເຝິ້ນເອີ້ນຄວາມສາມາດພິເສດວ່າມາຍາກົນ, ເພາະພວກເຝິ້ນ ບໍ່ໃຊ້ສິ່ງ ເຫຼົ່ານີ້ມາບຳເພັນປະຕິບັດຮ່າງກາຍ, ແຕ່ເອົາມາໃຊ້ເທິງເວທີ ເພື່ອສະແດງຄວາມມະຫັດສະຈັນ ແລະ ເພື່ອຄວາມມ່ວນຊື່ນ. ດັ່ງນັ້ນ, ເວົ້າໃນທາງຂອງລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ, ຊື່ກົງ ສາມາດປ່ຽນແປງ ສະພາບຮ່າງກາຍຂອງມະນຸດ, ໃຫ້ບັນລຸເປົ້າໝາຍຂອງການກຳຈັດໂລກພັຍໄຂ້ເຈັບ ແລະ ເສີມ ສ້າງສຸຂະພາບ; ເວົ້າໃນທາງລະດັບຊັ້ນສູງ, ຊື່ກົງຄືການບຳເພັນປະຕິບັດ ເປັນຖີ້ (ຮ່າງກາຍແທ້).

## 2. ຊື່ (ລົມປານ) ແລະ ພະລັງກົງ

ສິ່ງທີ່ ພວກເຮົາເວົ້າກັນ ໃນປັດຈຸບັນແມ່ນ « ຳ ຊື່ » (ລົມປານ), ຄົນໃນສະໄໝ ໂບຮານ ກໍ່ເອີ້ນວ່າ « ຳ ຊື່ » (ລົມປານ), ຄວາມຈິງແລ້ວກໍ່ຄືກັນ, ທັງໝົດໝາຍເຖິງ « ຊື່ » (ລົມປານ) ຂອງຈັກກະວານ, ນັ້ນໝາຍເຖິງ ສະສານທີ່ບໍ່ມີຮູບຮ່າງເບິ່ງບໍ່ເຫັນຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ມີຢູ່ ທົ່ວໄປໃນຈັກກະວານ. ມັນບໍ່ໄດ້ໝາຍເຖິງອາກາດ. ຮ່າງກາຍມະນຸດ ຜ່ານການບຳເພັນ ປະຕິບັດ, ພະລັງງານຂອງສະສານຊະນິດນີ້ ຈະຖືກກະຕຸ້ນຂຶ້ນມາ, ສາມາດປ່ຽນແປງສະພາບ ຮ່າງກາຍຂອງຄົນ, ເກີດຜົນໃນການກຳຈັດໂລກພັຍໄຂ້ເຈັບ ແລະ ເສີມສ້າງສຸຂະພາບ. ຢ່າງໃດ ກໍ່ຕາມ, ລົມປານກໍ່ຄືລົມປານ, ທ່ານກໍ່ມີລົມປານ, ລາວກໍ່ມີລົມປານ, ລະຫວ່າງລົມປານກັບ ລົມປານ ບໍ່ມີຜົນສະທ້ອນໃນການຄວບຄຸມຊຶ່ງກັນແລະກັນ. ບາງຄົນເວົ້າວ່າ, ລົມປານ ສາມາດ ປິ່ນປົວພະຍາດໄດ້; ຫຼື ເວົ້າວ່າທ່ານສິ່ງລົມປານໄປໃຫ້ຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງ ເພື່ອປິ່ນປົວພະຍາດ. ການເວົ້າ ແບບນີ້ມັນບໍ່ຢັ້ງຢືນທາງວິທະຍາສາດ, ເພາະວ່າ ລົມປານບໍ່ສາມາດຮັກສາພະຍາດໄດ້. ຕາບໃດ ຮ່າງກາຍຂອງຄົນທີ່ຝຶກພະລັງກົງ ຍັງມີລົມປານຢູ່, ກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າ ຮ່າງກາຍຂອງລາວ ຍັງບໍ່ ແມ່ນຮ່າງກາຍຂາວນ້ຳນົມ, ກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າ ລາວຍັງຈະມີພະຍາດຢູ່.

ຄົນທີ່ຝຶກ ຈົນໄດ້ຄວາມສາມາດລະດັບສູງແລ້ວ, ສິ່ງທີ່ລາວສິ່ງອອກມາ ບໍ່ແມ່ນລົມ ປານ, ແຕ່ເປັນກຸ່ມສະສານພະລັງງານສູງ, ຄືກັນກັບສະສານພະລັງງານສູງທີ່ປາກົດອອກ ມາໃນ ຮູບແບບຂອງແສງອະນຸພາກລະອຽດ, ມີຄວາມແໜ້ນໜາຫຼາຍ, ນີ້ຄືພະລັງກົງ, ເວລານີ້ ຈິ່ງ ສາມາດມີຜົນໃນການຄວບຄຸມຄົນທັມມະດາສາມັນ, ແລະ ສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນ. ມີ ຄຳເວົ້າຄຳນຶ່ງ ວ່າ: ແສງພຣະພຸດ ສອງສະຫວ່າງໄປທົ່ວ, ຄຸນນະທັມ ສົມບູນແຈ່ມແຈ້ງ. ຄວາມ ໝາຍກໍ່ຄື ເຖິງວ່າຜູ້ທີ່ບຳເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມຖືກຕ້ອງ, ຮ່າງກາຍຂອງລາວຈະມີພະລັງງານ ໃຫຍ່ຫຼາຍ, ສະຖານທີ່ ທີ່ລາວຜ່ານໄປ, ສະຖານະການທີ່ຜິດປົກກະຕິ ພາຍໃນພື້ນທີ່ ທີ່

ຜະລັງງານ ຂອງ ລາວຄວບຄຸມ, ມັນເປັນໄປໄດ້ ທີ່ຈະແກ້ທຸກເງື່ອນໄຂ ທີ່ຜິດປົກກະຕິ, ແລະ ເຮັດໃຫ້ພວກມັນ ເຂົ້າໄປໃນສະພາບປົກກະຕິ. ຕົວຢ່າງ ຮ່າງກາຍຂອງຄົນທີ່ມີພະຍາດ, ນີ້ກໍ່ຄື ສະພາບຮ່າງກາຍທີ່ບໍ່ປົກກະຕິ, ປັບປຸງສະພາບ ທີ່ບໍ່ປົກກະຕິນີ້ ພະຍາດກໍ່ຈະຫາຍໄປ. ເວົ້າແບບ ງ່າຍໆ, ຜະລັງກົງກໍ່ຄືຜະລັງງານ. ຜະລັງກົງມີຄຸນສົມບັດເປັນສະສານ, ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ທີ່ຜ່ານ ການບຳເພັນປະຕິບັດ, ສາມາດທີ່ຈະຮູ້ສຶກເຖິງ ການຢູ່ຢ່າງເປັນຮູບປະທັມ.

### **3. ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ແລະ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ)**

#### **(1) ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ໄດ້ຈາກການບຳເພັນປະຕິບັດຊື່ນຊື່ງ**

ຄວາມຈິງແລ້ວ ຜະລັງກົງທີ່ກຳນົດລະດັບຂຶ້ນຂອງກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂອງຄົນ ບໍ່ ແມ່ນມາຈາກການຝຶກ, ມັນອາໄສ « ເຕີ » ກຸສິນສະສານຊະນິດນີ້ ເພື່ອປ່ຽນສະພາບ, ໂດຍ ອາໄສການບຳເພັນປະຕິບັດຊື່ນຊື່ງ. ໃນຂັ້ນຕອນຂອງການປ່ຽນສະພາບ, ບໍ່ຄືກັນກັບ ທີ່ຄົນ ທັມມະດາສາມັນຄົດ ຕັ້ງໝໍ້ກະທະ ແລະ ກໍ່ເຕົາໄຟ ເກັບຢາສະໝຸນໄພມາຕົ້ມເປັນຢາ ອາຍຸວັດທະນະ (ຕານ) ອອກມາ. ຜະລັງກົງທີ່ພວກເຮົາເວົ້າເຖິງ ເກີດຂຶ້ນພາຍນອກຮ່າງກາຍ, ເລີ່ມຈາກສ່ວນລຸ່ມຂອງຮ່າງກາຍ, ມີລັກສະນະປິ່ນເປັນກຽວສູງຂຶ້ນ ໄປຕາມການຍົກລະດັບ ຂອງຊື່ນຊື່ງ, ທັງໝົດກໍ່ປາກົດຂຶ້ນພາຍນອກຮ່າງກາຍ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຈະປາກົດເປັນ ກົງຈຸ້ (ເສົາ ຫຼັກພະລັງກົງ) ຢູ່ເທິງຫົວ. ກົງຈຸ້ (ເສົາຫຼັກພະລັງກົງ) ສູງພຽງໃດ, ມັນກໍ່ກຳນົດ ຜະລັງກົງ ຂອງ ຄົນຄົນນີ້ ສູງພຽງນັ້ນ. ກົງຈຸ້ (ເສົາຫຼັກພະລັງກົງ) ເຊື່ອງໄວ້ ຢູ່ໃນມິຕິ ທີ່ເລິກຫຼາຍ, ຄົນທົ່ວໄປ ບໍ່ເຫັນໄດ້ງ່າຍໆ.

ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອາໄສກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ໃນການເພີ່ມ ຄວາມແຂງ  
ແກ່ນ, ຄົນທີ່ມີກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ໃຫຍ່ ລະດັບຊັ້ນສູງ, ແລະ ຄົນນັ້ນກໍ່ມີ ກົງເໜີງ (ຄວາມ  
ສາມາດພິເສດ) ໃຫຍ່, ກໍ່ຈະໃຊ້ໄດ້ດັ່ງໃຈ; ຄົນທີ່ ກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ຕ່ຳ ກົງເໜີງ (ຄວາມ  
ສາມາດພິເສດ) ກໍ່ຈະນ້ອຍ, ໃຊ້ກໍ່ບໍ່ໄດ້ດັ່ງໃຈ, ເຖິງຂັ້ນໃຊ້ບໍ່ໄດ້. ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ບໍ່ໄດ້ບົ່ງບອກວ່າ ຄົນຄົນນັ້ນຈະມີກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ໃຫຍ່ຫຼືນ້ອຍ, ລະດັບຊັ້ນສູງ ຫຼື  
ຕ່ຳ. ຄົນຄົນນຶ່ງຖືກກຳນົດໂດຍ ກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ບໍ່ແມ່ນຈາກກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ). ມີບາງຄົນ ຝຶກໂດຍຖືກປົດໄວ້, ກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂອງລາວສູງ, ແຕ່ບໍ່ແນ່ວ່າ ຈະມີ  
ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຫຼາຍປານໃດ. ກົງຫຼີ້ (ແຮງພະລັງ) ຄື ປັດໄຈທີ່ກຳນົດ, ໂດຍ  
ອາໄສ ບຳເພັນ ຊັ້ນຊຶ້ງ ນີ້ເປັນສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ.

## (2) ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ຜູ້ຝຶກສະແຫວງຫາ

ຜູ້ຝຶກທຸກຄົນ ສົນໃຈ ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ເສີນທົງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ມີແຮງດຶງດູດໃຈ ຄົນໃນສັງຄົມຫຼາຍ, ຫຼາຍຄົນຕ່າງກໍ່ຕ້ອງການ ມີ ກົງເໜີງ (ຄວາມ  
ສາມາດພິເສດ). ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ຖ້າ ຊັ້ນຊຶ້ງ ບໍ່ດີ, ຈະບໍ່ມີ ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ).

ຄົນທັມມະດາສາມັນ ອາດຈະມີກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສ່ວນນຶ່ງໄດ້ ເຊັ່ນ  
ຕາທິບເປີດ, ຫຸທິບ, ໂທຣະຈິດ, ມີກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຮູ້ລ່ວງໜ້າເປັນຕົ້ນ. ແຕ່  
ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ເຫຼົ່ານີ້ ຂອງ ແຕ່ລະຄົນບໍ່ຄືກັນ, ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ຈະບໍ່ມີຄົບທັງໝົດ ລະຫວ່າງສະພາບ ຈ້ຽນອູ້ (ການຮູ້ແຈ້ງ) ຕາມຂັ້ນຕອນ. ກົງເໜີງ  
(ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສ່ວນນຶ່ງຄືຄົນທັມມະດາສາມັນບໍ່ສາມາດມີໄດ້, ຕົວຢ່າງການແປງ  
ສະພາບສິ່ງຂອງໃນມິຕິ ທີ່ເປັນຮູບປະທັມນີ້ ໃຫ້ເປັນສິ່ງຂອງອົກຊະນິດນຶ່ງ, ນີ້ກໍ່ຄື ສິ່ງທີ່ ຄົນ  
ທັມມະດາສາມັນບໍ່ສາມາດມີໄດ້. ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃຫຍ່ ຕ້ອງອາໄສ ການຝຶກ

ໄລຍະເວລານຶ່ງ ຈຶ່ງຈະມີຂຶ້ນມາໄດ້. ຝ້າໝູນກົງ ວິວັດທະນາ ຕາມຫຼັກການຂອງຈັກກະວານ, ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທີ່ມີຢູ່ໃນຈັກກະວານ ກໍ່ມີຢູ່ໃນຝ້າໝູນກົງດ້ວຍ, ມີແຕ່ເບິ່ງວ່າ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງບໍາເພັນປະຕິບັດ ໄດ້ຊໍ້າໃດແລ້ວ. ຄວາມຄິດຕ້ອງການ ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສ່ວນນຶ່ງກໍ່ບັນຍາຍໃຈ, ແຕ່ວ່າ ຖ້າສະແຫວງຫາ ຢ່າງ ຮຸນແຮງເກີນໄປ, ກໍ່ບໍ່ແມ່ນ ຄວາມຄິດ ທີ່ປົກກະຕິ, ກໍ່ຈະເກີດຜົນລົບທີ່ບໍ່ດີ. ຢູ່ໃນລະດັບ ຂຶ້ນຕໍ່ໄດ້ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ເລັກໜ້ອຍ ກໍ່ບໍ່ມີປະໂຫຼດຫຍັງຫຼາຍ, ນອກຈາກ ຄິດວ່າຈະລອງໃຊ້, ເພື່ອໂອ້ອວດກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຕໍ່ໜ້າຄົນທັມມະດາສາມັນ. ຖ້າເປັນດັ່ງນີ້, ກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າ ຊົນຊັ້ນບໍ່ສູງ, ຖືກຕ້ອງແລ້ວ ທີ່ບໍ່ໃຫ້ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ມີກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສ່ວນນຶ່ງ, ຖ້າໃຫ້ກັບຄົນ ທີ່ມີ ຊົນຊັ້ນ ບໍ່ດີ ກໍ່ອາດຈະ ເອົາໄປເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ຊົນຊັ້ນບໍ່ໜັ້ນຄົງ ບໍ່ສາມາດຮັບຮອງໄດ້ວ່າ ລາວ ຈະບໍ່ເຮັດສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ.

ອີກດ້ານນຶ່ງ, ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃດໆທີ່ເອົາອອກມາສະແດງໄດ້, ບໍ່ສາມາດທີ່ຈະໃຊ້ປ່ຽນແປງສັງຄົມໄດ້, ບໍ່ສາມາດປ່ຽນແປງການດຳລົງຊີວິດຕາມປົກກະຕິ ໃນສັງຄົມ. ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ລະດັບສູງຢ່າງແທ້ຈິງ ຈະບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ເອົາອອກມາສະແດງ, ເພາະວ່າມັນມີຜົນສະທ້ອນແລະອັນຕະລາຍຫຼາຍເກີນໄປ. ຕົວຢ່າງ ບໍ່ສາມາດສະແດງການຖະຫຼົ່ມຕົກໃຫຍ່ໆ. ເວົ້າສຳລັບ ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທີ່ໃຫຍ່ເປັນພິເສດ, ສະເພາະຜູ້ທີ່ມີພາລະກິດພິເສດຫຼາຍຈຶ່ງຈະໄດ້ຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ໃຊ້, ເພາະສະນັ້ນ ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ໃຊ້, ກໍ່ບໍ່ສາມາດເອົາອອກມາໄດ້, ເພາະວ່າອາຈານ ທີ່ຢູ່ເບື້ອງເທິງບັງຄັບຢູ່.

ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ກໍ່ຍັງມີ ຄົນທັມມະດາສາມັນສ່ວນນຶ່ງ ຢາກໃຫ້ ອາຈານ ຊື່ກົງສະແດງໃຫ້ໄດ້, ບັງຄັບໃຫ້ລາວເອົາອອກມາສະແດງໃຫ້ເບິ່ງ. ຄົນທີ່ມີກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທຸກຄົນບໍ່ຍິນຍອມທີ່ຈະເອົາ ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາສະແດງ, ເພາະ



ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ເອົາອອກມາ, ຖ້າເອົາອອກມາ ກໍ່ຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນ ຕໍ່ສະພາບສັງຄົມທັງໝົດ. ຄົນທີ່ມີບຸນກຸສົນສູງຢ່າງແທ້ຈິງ, ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດ ໃຫ້ສະແດງກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ). ມີອາຈານຊື່ກົງບາງຄົນ ຮູ້ສຶກເສັຍໃຈຫຼາຍໃນເວລາສະແດງ, ຫຼັງຈາກທີ່ ລາວ ກັບໄປ ກໍ່ຄຽດຊັງໂຕເອງຈົນຮ້ອງໄຫ້ຢ່າງໜັກ. ຢ່າໄປບັງຄັບໃຫ້ລາວສະແດງ! ລາວເອົາສິ່ງນັ້ນອອກມາ ເຮັດໃຫ້ລາວທໍລະມານຫຼາຍ. ມີລູກສິດຄົນນຶ່ງ ໄດ້ເອົານິຕະຍະສານຫົວນຶ່ງໃຫ້ເບິ່ງ, ຂ້າພະເຈົ້າເບິ່ງສິ່ງນັ້ນແລ້ວ ຮູ້ສຶກບໍ່ດີຫຼາຍ. ຄວາມໝາຍຄື: ຈະມີການເປີດປະຊຸມ ຊື່ກົງສາກົນ, ໃຜທີ່ມີກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສາມາດທີ່ຈະ ເຂົ້າຮ່ວມແຂ່ງຂັນ, ໃຜທີ່ມີ ກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ແຂ່ງແກ່ນກໍ່ໄປ. ຫຼັງຈາກ ຂ້າພະເຈົ້າເບິ່ງຈົບ, ຈິດໃຈ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ໝູດໝັດໄປຫຼາຍມື້. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ກໍ່ບໍ່ສາມາດຈະເອົາອອກມາແຂ່ງຂັນ, ເອົາອອກມາ ກໍ່ຈະເສັຍໃຈໃນພາຍຫຼັງ. ຄົນທັມມະດາສາມັນ ເພິ່ນກໍ່ໃຫ້ຄວາມສໍາຄັນ ກັບສິ່ງທີ່ໃຊ້ໄດ້ແທ້ຈິງ ໃນໂລກມະນຸດ, ແຕ່ອາຈານຊື່ກົງ ກໍ່ຕ້ອງມີກຽດ.

ຈຸດປະສົງທີ່ຕ້ອງການກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຄືເພື່ອຫຍັງ? ມັນສະທ້ອນເຖິງລະດັບຊັ້ນຂອງຄວາມຄິດ ແລະ ການສະແຫວງຫາ ຂອງຜູ້ ຝຶກພະລັງກົງ, ຄວາມຄິດ ແລະ ການສະແຫວງຫາ ທີ່ບໍ່ບໍຣິສຸດ ແລະ ບໍ່ຊື່ຕົງ ບໍ່ໝັ້ນຄົງ, ບໍ່ສາມາດ ທີ່ຈະໄດ້ກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ລະດັບສູງ. ສິ່ງນີ້ ບົ່ງບອກໃຫ້ເຫັນອີກເຫດຜົນນຶ່ງ, ກໍ່ຄືກ່ອນທີ່ ທ່ານຍັງບໍ່ຂ່າຍອູ້ (ເປີດຄວາມເຂົ້າໃຈ), ເລື່ອງ ຫຼື ສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນວ່າ ດີ ຫຼື ບໍ່ດີ, ກໍ່ພຽງແຕ່ ເຮັດຕາມມາດຕະຖານ ຂອງ ຊື່ຈຽນຝ້າ (ທັມຂອງໂລກມະນຸດ), ທ່ານເບິ່ງບໍ່ເຫັນຄວາມຈິງ ຂອງ ເລື່ອງທີ່ແທ້ຈິງ, ເບິ່ງບໍ່ເຫັນເຫດຜົນ ຂອງ ຄວາມສັມພັນນີ້. ລະຫວ່າງຄົນທີ່ຕົກັນ, ດ່າກັນ ຫຼື ຂົ່ມເຫັງກັນ ຕ້ອງມີເຫດແລະຜົນຢູ່ໃນນັ້ນ, ທ່ານເບິ່ງບໍ່ທະລຸບຸໂປງ ມີແຕ່ຈະໄດ້ ຜົນກົງກັນຂ້າມ. ລະຫວ່າງບຸນຄຸນ ໜີ້ແຄ້ນ ຂອງ ຄົນທັມມະດາສາມັນ ກໍ່ມີ ຊື່ຈຽນຝ້າ (ທັມຂອງໂລກມະນຸດ) ເບິ່ງແຍງຈັດການຢູ່, ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ບໍ່ຕ້ອງໄປກ່ຽວຂ້ອງ. ເພາະຕອນທີ່ທ່ານຍັງບໍ່ຂ່າຍອູ້ (ຮູ້

ແຈ້ງ), ສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນ ຕໍ່ໜ້າເລື່ອງທີ່ແທ້ຈິງ ບໍ່ແນ່ວ່າຈະຄືສິ່ງ ທີ່ທ່ານເຫັນ. ໃຜຊັດໃຜນຶ່ງບາດ ດີໃຈ, ພວກລາວອາດຈະສະສາງ « ກັມ » ລະຫວ່າງກັນແລະກັນ, ທ່ານໄປແຊກແຊງ ອາດຈະ ຂັດຂວາງ ການສະສາງ « ກັມ » ຂອງ ພວກເຂົາ. « ກັມ » ກໍ່ຄື ສະສານສີດຳ ຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ຢູ່ ອ້ອມຮ່າງກາຍຄົນ, ມັນເປັນສິ່ງທີ່ຢູ່ໃນອີກມິຕິນຶ່ງ, ສິ່ງນີ້ ສາມາດປ່ຽນເປັນພະຍາດ ແລະ ຄວາມລຳບາກ.

ທຸກຄົນ ທີ່ມີ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ບັນຫາຄື ຕ້ອງຜ່ານການບຳເພັນ ປະຕິບັດ ພັດທະນາໃຫ້ກ້າວໜ້າ ແລະ ເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງ ຢ່າງບໍ່ຢຸດຢ້ອນ. ເວົ້າສຳລັບ ຜູ້ ຝຶກພະລັງກົງ ຖ້າມີແຕ່ສະແຫວງຫາທີ່ຈະໄດ້ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ກໍ່ຄືເບິ່ງຕົ້ນ ໂພດໄປ, ຄວາມນຶກຄິດກໍ່ບໍ່ບໍຣິສຸດ, ບໍ່ວ່າລາວຈະເອົາ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄປ ເຮັດຫຍັງ ແມ່ນມີຈິດໃຈ ທີ່ເຫັນແກ່ຕົວຮວມຢູ່ໃນນັ້ນນຳ, ແນ່ນອນ ນັ້ນເປັນການຂັດຂວາງ ການຝຶກພະລັງກົງ, ຜົນຮັບກໍ່ຄືຈະບໍ່ໄດ້ຮັບ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ).

### **(3) ການຄວບຄຸມກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ)**

ມີຜູ້ຝຶກພະລັງກົງສ່ວນນຶ່ງ ທີ່ຝຶກມາ ຍັງບໍ່ເປັນເວລາດົນນານ, ກໍ່ຄຶດຈະປິ່ນປົວ ພະຍາດໃຫ້ຄົນ, ຈະລອງເບິ່ງວ່າຈະໃຊ້ໄດ້ບໍ່. ເວົ້າສຳລັບຄົນທີ່ມີກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຍັງບໍ່ສູງ, ພຽງແຕ່ທ່ານຍິ່ນມີເຂົ້າໄປລອງເບິ່ງ, ກໍ່ຈະດູດເອົາລົມປານສີດຳ, ລົມປານທີ່ເຕັມໄປດ້ວຍ ພະຍາດ, ແລະ ລົມປານທີ່ສຶກກະປົກຂອງຜູ້ປ່ວຍ ເຂົ້າມາໃນຮ່າງກາຍຂອງຕົນເອງ. ເພາະວ່າ ທ່ານຍັງບໍ່ມີ ຄວາມສາມາດໃນການປ້ອງກັນ ລົມປານທີ່ເຕັມໄປດ້ວຍພະຍາດ, ຮ່າງກາຍ ຍັງບໍ່ ມີສິ່ງກວບປົກຄຸມປ້ອງກັນ ແລະ ເກີດເປັນສະໜາມດຽວກັນກັບຄົນປ່ວຍ, ຖ້າວ່າກົງລີ້ (ແຮງ

ຜະລັງ) ບໍ່ສູງກໍ່ຍັງປ້ອງກັນຕົວເອງບໍ່ໄດ້, ຕົວເອງ ກໍ່ຈະມີຄວາມຮູ້ສຶກວ່າ ທໍລະມານຫຼາຍ. ຖ້າບໍ່ມີໃຜມາເບິ່ງແຍງທ່ານ ເປັນເວລາຍາວນານເກີນໄປ ກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍ ເຕັມໄປດ້ວຍຜະຍາດ. ເພາະສະນັ້ນ ຄົນທີ່ມີກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ບໍ່ສູງ ບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວຜະຍາດໃຫ້ຜູ້ອື່ນໄດ້, ນອກຈາກວ່າ ທ່ານມີ ກົງເໜຶງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ແລ້ວ ແລະ ພຽບພ້ອມດ້ວຍ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ລະດັບນຶ່ງ ຈຶ່ງຈະໃຊ້ ຊີ້ກົງ ປິ່ນປົວຜະຍາດໄດ້. ມີບາງຄົນ ເຖິງຈະມີ ກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ແລ້ວ ສາມາດ ປິ່ນປົວຜະຍາດໄດ້, ແຕ່ຍັງຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນຕໍ່າຫຼາຍ, ທີ່ຈຶງແລ້ວ ກໍ່ຄືໃຊ້ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ທີ່ ສະສົມໄວ້ມາປິ່ນປົວຜະຍາດ, ໃຊ້ຜະລັງງານຂອງຕົວເອງອອກມາປິ່ນປົວ, ເພາະວ່າຜະລັງກົງ ກໍ່ຄື ຜະລັງງານ, ເປັນຮ່າງກາຍໃນອີກມິຕິນຶ່ງ ທີ່ພຽບພ້ອມດ້ວຍຄວາມສາມາດຕ່າງໆ (ຫຼີງຖີ້), ສະສົມໄດ້ບໍ່ງ່າຍ, ເອົາຜະລັງກົງນີ້ ປ່ອຍອອກໄປ ກໍ່ເຮັດໃຫ້ຕົວເອງ ສູນເສັຍຜະລັງງານ. ໃນ ເວລາທີ່ ທ່ານປ່ອຍຜະລັງກົງອອກໄປ ຄວາມສູງຂອງ ກົງຈຸ້ (ຫຼັກຜະລັງກົງ) ເທິງຫົວ ກໍ່ຈະຫຼຸດລົງ ແລະ ສູນເສັຍໄປນ່າ, ອັນນີ້ບໍ່ກຸ້ມຄຳ. ເພາະສະນັ້ນ, ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ສະໜັບສະໜູນ ໃຫ້ຜູ້ທີ່ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ຍັງບໍ່ສູງ ໄປປິ່ນປົວຜະຍາດ ໃຫ້ຄົນອື່ນ. ບໍ່ວ່າ ສິມິທ່ານ ຈະສູງເທົ່າໃດກໍ່ຕາມ ທ່ານກໍ່ລ້ຽງສູນເສັຍຜະລັງງານຂອງທ່ານເອງ.

ກົງຫຼີ້ (ແຮງຜະລັງ) ເຖິງລະດັບນຶ່ງ, ກໍ່ຈະປາກົດກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຕ່າງໆອອກມາ, ຈະໃຊ້ ກົງເໜຶງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ເຫຼົ່ານີ້ຢ່າງໃດ, ກໍ່ຕ້ອງໃຊ້ ດ້ວຍຄວາມລະມັດລະວັງໃຫ້ຫຼາຍ. ຕົວຢ່າງ ຕາທິບເປີດແລ້ວ ບໍ່ເບິ່ງກໍ່ບໍ່ໄດ້, ຖ້າບໍ່ໄດ້ໃຊ້ເລື້ອຍ ກໍ່ຈະປິດລົງໄດ້ງ່າຍໆ. ແຕ່ເບິ່ງເລື້ອຍກໍ່ບໍ່ໄດ້, ເບິ່ງຫຼາຍ ຜະລັງງານກໍ່ຈະຮົ່ວໄຫຼອອກໄປຫຼາຍ. ດັ່ງນັ້ນ, ແມ່ນບໍ່ວ່າ ຈະບໍ່ໃຫ້ທຸກຄົນໃຊ້ຕະຫຼອດໄປ? ແນ່ນອນບໍ່ແມ່ນ. ຖ້າບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຕະຫຼອດໄປ ແລ້ວຈະບໍາເພັນປະຕິບັດໄປເຮັດຫຍັງ? ບັນຫາຄືຈະໃຊ້ໃນເວລາໃດ. ມີແຕ່ບໍາເພັນປະຕິບັດເຖິງລະດັບນຶ່ງ ພ້ອມທີ່ຈະທົດແທນແຮງຜະລັງຄວາມສາມາດທີ່ສູນເສັຍໄປໃຫ້ກັບຕົວເອງແລ້ວຈຶ່ງຈະໃຊ້ໄດ້. ບໍາເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງເຖິງລະດັບນຶ່ງ, ເມື່ອປ່ອຍຜະລັງກົງ ອອກໄປຫຼາຍເທົ່າໃດ, ຝ້າຫຼຸນສາມາດທີ່ຈະປ່ຽນແປງ ແລະ ຊົດເຊີຍກັບມາໂດຍອັດຕະໂນມັດ; ຮັກສາ

ລະດັບ ຂອງ ກົງຫຼີ້ (ແຮງຜະລັງ) ຂອງ ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຢ່າງອັດຕະໂນມັດ ຈະບໍ່ຫຼຸດໜ້ອຍລົງ ຕະຫຼອດເວລາ, ນີ້ຄື ເອກະລັກ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນກົງ. ມີແຕ່ເຖິງຈຸດນີ້ ຈຶ່ງຈະໃຊ້ກົງເໜື່ອງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ໄດ້.

**4. ທ່ຽນມຸ້ (ຕາທິບ)**

**(1) ຂ່າຍທ່ຽນມຸ້ (ເປີດຕາທິບ)**

ຊ່ອງທາງຫຼັກຂອງຕາທິບ ຢູ່ລະຫວ່າງກາງໜ້າຜາກ ແລະ ຈຸດຊານເກີນ (ລະຫວ່າງ ຄໍ້ວ ແຕ່ຕໍ່າລົງມາເລັກໜ້ອຍ). ຄົນທັມມະດາສາມັນ ໃຊ້ດວງຕາ ເບິ່ງສິ່ງຂອງ ກໍ່ມີ ຫຼັກການ ຄື ກັບ ກ້ອງຖ່າຍຮູບ, ອົງຕາມໄລຍະຫ່າງຂອງສິ່ງຂອງ ແລະ ຄວາມເຂັ້ມຂອງແສງ ຊຶ່ງມັນຈະ ເຮັດໄດ້ໂດຍການປັບເລນ ຫຼື ແກ້ວຕາ ເຮັດໃຫ້ ຮູບປາກົດ ທີ່ຕ່ອມໄຟເນັ້ງ ທີ່ ບໍ່ຮູ້ເວນ ສ່ວນ ຫຼັງ ຂອງ ສະໝອງ ໂດຍຜ່ານທາງເສັ້ນປາສາດ. ເທີອີ້ກົງເໜື່ອງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ວິທີເບິ່ງ ຜ່ານ ຄືການໃຊ້ຕ່ອມໄຟເນັ້ງ ໃນການເບິ່ງອອກໄປຂ້າງນອກ ຜ່ານຕາທິບໂດຍກົງ. ຕາທິບ ຂອງຄົນທົ່ວໄປຖືກຂວາງກັນໄວ້, ເພາະຊ່ອງທາງຫຼັກຂອງມັນ ແຄບຫຼາຍ ແລະ ມືດຫຼາຍ, ບໍ່ມີ ສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊີ້ (ລົມປານ) ທາງໃນ, ບໍ່ສົ່ງແສງອອກມາ. ມີບາງຄົນ ຖືກອັດຕັນ ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງເບິ່ງບໍ່ເຫັນ.

ພວກເຮົາເປີດຕາທິບ, ໂດຍຂໍ້ນຶ່ງ ໃຊ້ແຮງຜະລັງຈາກພາຍນອກ ຫຼື ບຳເພັນປະຕິບັດ ດ້ວຍຕົວເອງ ຈົນຊ່ອງທາງເປີດ. ຮູບຮ່າງ ຂອງ ຊ່ອງທາງ ຂອງ ແຕ່ລະຄົນບໍ່ຄືກັນ, ມີຮູບໄຂ່, ຮູບວົງກົມ, ຮູບເຂົ້າຫຼາມຕັດ, ຮູບສາມຫຼ່ຽມ, ຖ້າຝຶກໄດ້ດີຂຶ້ນ ຊ່ອງທາງກໍ່ຈະເປັນວົງມົນ ຫຼາຍ ຂຶ້ນ. ຂໍ້ສອງ ອາຈານ ໃຫ້ດວງຕາແກ່ທ່ານນຶ່ງດວງ, ຖ້າບຳເພັນປະຕິບັດ ດ້ວຍຕົວເອງ ກໍ່ ຕ້ອງບຳເພັນປະຕິບັດດວງຕານີ້ດ້ວຍຕົວເອງ. ຂໍ້ສາມ ບໍ່ຮູ້ເວນຕາທິບຕ້ອງມີສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊີ້ (ລົມປານ).

ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ ພວກເຮົາເບິ່ງສິ່ງ ຂອງ ຜ່ານດວງຕາທັງສອງ, ມັນແນ່ນອນວ່າ ດວງຕາທັງສອງນີ້ ຂວາງກັນຊ່ອງທາງ ຂອງ ພວກເຮົາໄປສູ່ມິຕິອື່ນ, ມັນເຮັດໜ້າທີ່ໃນການ ກົດກັນ, ພວກເຮົາພຽງແຕ່ ເຫັນວັດຖຸໃນໂລກ ຂອງ ມິຕິ ຂອງ ພວກເຮົາເທົ່ານັ້ນ. ເປີດຕາທົບ ກໍ່ຄື ຫຼີກລ້ຽງການເບິ່ງດ້ວຍຕາທັງສອງ, ຫຼັງຈາກເຖິງລະດັບຊັ້ນສູງຫຼາຍຂຶ້ນທ່ານກໍ່ສາມາດ ທີ່ ຈະບໍາເພັນປະຕິບັດໄດ້ ດວງຕາແທ້ອອກມາ, ກໍ່ສາມາດໃຊ້ດວງຕາແທ້ ຂອງ ຕາທົບເບິ່ງ ຫຼື ໃຊ້ ດວງຕາແທ້ທີ່ຈຸດຊານເກີນເບິ່ງ. ອີງຕາມທີ່ສາຍພຸດເວົ້າໄວ້: ແຕ່ລະຮູບຊົມທັງໝົດແມ່ນຕາ, ຮ່າງກາຍທັງໝົດແມ່ນຕາ. ຕາມທີ່ສາຍຕ້າວເວົ້າໄວ້: ແຕ່ລະຈຸດລົມປານທັງໝົດຄືຕາ ແຕ່ຊ່ອງ ທາງຫຼັກຢູ່ທີ່ຕາທົບ, ມັນຕ້ອງເປີດກ່ອນ. ໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ຂ້າພະເຈົ້າໃສ່ສິ່ງຂອງທີ່ໃຊ້ ເປີດຕາທົບໃຫ້ໝົດທຸກຄົນ, ເນື່ອງຈາກ ສະພາບຮ່າງກາຍຂອງແຕ່ລະຄົນແຕກຕ່າງກັນ, ຜົນ ຮັບ ທີ່ປາກົດອອກມາກໍ່ບໍ່ຄືກັນ. ມີບາງຄົນ ເບິ່ງເຫັນສີດຳຄືນ້ຳສ້າງເລິກ, ນີ້ຄື ຊ່ອງທາງຕາທົບ ທີ່ມີດ. ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນຊ່ອງທາງສີຂາວ, ຖ້າສາມາດ ເບິ່ງເຫັນສິ່ງຂອງທາງໜ້ານັ້ນ ກໍ່ຄືໃກ້ຈະ ເປີດແລ້ວ. ມີບາງຄົນ ເຫັນສິ່ງຂອງໝຸນຢູ່, ນີ້ກໍ່ຄື ສິ່ງທີ່ອາຈານໃສ່ໄວ້ໃຫ້ ເພື່ອເປີດຕາທົບ, ຫຼັງ ຈາກ ເຈາະທະລຸ ຕາທົບແລ້ວ ກໍ່ຈະສາມາດເບິ່ງເຫັນໄດ້. ມີບາງຄົນຕາທົບ ສາມາດເບິ່ງເຫັນຕາ ໃຫຍ່ດວງນຶ່ງ, ເຂົ້າໃຈວ່າ ເປັນດວງຕາຂອງພຣະພຸດທະເຈົ້າ, ທີ່ຈິງແລ້ວຄືຕາຂອງຕົນເອງ, ສ່ວນໃຫຍ່ຄືຄົນ ທີ່ເກີດມາພ້ອມ ເກີນຈີ່ (ຮາກຖານ) ທີ່ດີຫຼາຍ.

ອີງຕາມສະຖິຕິຂອງພວກເຮົາ, ໃນການສອນໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ແຕ່ລະເທື່ອ ຈະເປີດຕາທົບໃຫ້ກັບຄືນຈຳນວນຫຼາຍກວ່າເຄິ່ງ. ເນື່ອງຈາກວ່າ ຕາທົບເປີດແລ້ວ ຈະກ່ຽວໂຍງ ກັບບັນຫານຶ່ງຄື: ຄົນທີ່ ຊິ້ນຊຶ້ງ ບໍ່ສູງ ມັນງ່າຍທີ່ລາວຈະໃຊ້ມັນໄປເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ. ເພື່ອບ້ອງກັນ ບັນຫານີ້, ຂ້າພະເຈົ້າຈະເປີດຕາທົບໃຫ້ທ່ານ ເຖິງລະດັບຊັ້ນຂອງປັນຍາຈັກສຸ (ຮຸ່ຍອ້ຽນທົງ) ຂຶ້ນໄປ, ເວົ້າຄືເປີດໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງຫຼາຍ, ໃຫ້ທ່ານເບິ່ງເຫັນ ທັດສະນີຍະພາບຂອງມິຕິອື່ນ ໄດ້, ໃຫ້ທ່ານເບິ່ງເຫັນ ສິ່ງທີ່ປາກົດອອກມາ ໃນລະຫວ່າງການຝຶກພະລັງກົງ, ເຮັດໃຫ້ ທ່ານ

ເຊື່ອໃນສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນ, ຊຶ່ງຈະ ເສີມຂະຫຍາຍຄວາມເຊື່ອໝັ້ນ ໃນການຝຶກພະລັງກົງຂອງທ່ານ. ຄົນທີ່ເລີ່ມຝຶກພະລັງກົງ, ຊຶ່ງຊຶ້ງຍັງບໍ່ສາມາດບັນລຸເຖິງລະດັບ ເກີນກວ່າຄົນທັມມະດາສາມັນ, ເມື່ອທ່ານມີບາງສິ່ງບາງຢ່າງເກີນກວ່າ ຄົນທັມມະດາສາມັນ, ມັນງ່າຍທີ່ຈະໄປເຮັດສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ. ຍົກຕົວຢ່າງຈະເລົ່າເລື່ອງຫຼິ້ນໆ, ຫາກທ່ານຢ່າງໄປຕາມຖຸນິນຫົນທາງ ໄດ້ພົບກັບຄົນຂາຍລົດ ເຕືອ້, ທ່ານອາດຈະຈັບເອົາລາງວັນທີ່ນຶ່ງ, ພຽງແຕ່ເວົ້າໃນຄວາມໝາຍນີ້ ກໍບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ ເປັນເຊັ່ນນີ້ໄດ້. ອີກເຫດຜົນນຶ່ງຄື, ພວກເຮົາຢູ່ທີ່ນີ້ມີສ່ວນໃຫຍ່ນຶ່ງທີ່ໄດ້ເປີດຕາທົບ, ຫາກເປີດ ໃຫ້ຢູ່ລະດັບຕ່ຳ, ທຸກທ່ານລອງຄິດເບິ່ງດູ ຖ້າທຸກຄົນມີຄວາມສາມາດ ເບິ່ງຜ່ານຮ່າງກາຍຄົນ, ມີຄວາມສາມາດ ເບິ່ງຜ່ານກຳແພງເຫັນສິ່ງຂອງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າວ່ານັ້ນ ມັນຍັງຈະເປັນສັງຄົມ ມະນຸດອີກຢູ່ບໍ່? ມັນຈະລົບກວນສັງຄົມມະນຸດຢ່າງຮຸນແຮງ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງບໍ່ອະນຸຍາດແລະບໍ່ອາດ ຈະເຮັດແບບນີ້ໄດ້; ນອກຈາກນີ້ ຈະບໍ່ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ຈະສົ່ງເສີມໃຫ້ຜູ້ຝຶກ ພະລັງກົງ ເກີດຈິດຍຶດຕິດໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ ຈະບໍ່ເປີດໃຫ້ທ່ານໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ, ແຕ່ຈະເປີດລະດັບ ຊັ້ນທີ່ສູງຂຶ້ນໄປ ໃຫ້ທ່ານໂດຍກົງ.

## (2) ລະດັບຊັ້ນຂອງຕາທົບ

ຕາທົບມີຫຼາຍລະດັບຊັ້ນ. ລະດັບຊັ້ນທີ່ຕ່າງກັນ, ມີຕິທີ່ເບິ່ງເຫັນກໍຕ່າງກັນ. ພຸດທະ ສາສນາ ແບ່ງອອກເປັນຫ້າລະດັບ ເອີ້ນວ່າ « ອຸ້ທົງ »: ຄື ໂຢວອຣຸນທົງ (ມັງສະຈັກສຸ), ທຣຸນອຣຸນທົງ (ທົບພະຍະຈັກສຸ), ຮຸຍອຣຸນທົງ (ປັນຍາຈັກສຸ), ຝາອຣຸນທົງ (ທັມມະຈັກສຸ) ແລະ ຝໍອຣຸນທົງ (ພຸດທະຈັກສຸ). ແຕ່ລະລະດັບຊັ້ນ ຍັງແບ່ງອອກເປັນສູງ, ກາງ ແລະ ຕ່ຳ. ຄົນ ທີ່ຕາທົບເປີດໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ຕ່ຳກວ່າ ທຣຸນອຣຸນທົງ (ທົບພະຍະຈັກສຸ) ລົງມາ ສາມາດ ເບິ່ງ ເຫັນແຕ່ໂລກວັດຖຸ ຂອງ ພວກເຮົາ. ຫາກເປີດໃນລະດັບຊັ້ນ ຮຸຍອຣຸນທົງ (ປັນຍາຈັກສຸ) ຂຶ້ນ ໄປ ຈຶ່ງຈະເບິ່ງເຫັນມີຕີອື່ນໄດ້. ບາງຄົນມີຄວາມສາມາດຝືເສດ ເບິ່ງທະລຸ ແລະ ເບິ່ງເຫັນໄດ້ ຖືກຕ້ອງແມ່ນຢ່າຫຼາຍ, ເບິ່ງເຫັນໄດ້ຊັດເຈນກວ່າ « ຊິທິ » ສະແກນອີກ. ແຕ່ສິ່ງທີ່ລາວເບິ່ງ

ເຫັນ ຍັງແມ່ນເປັນໂລກວັດຖຸຂອງພວກເຮົາ, ຍັງບໍ່ກາຍ ມີຕິທີ່ເຮົາຢູ່, ຍັງບໍ່ນັບວ່າບັນລຸຕາທິບ ລະດັບຊັ້ນສູງ.

ຄົນຜູ້ນຶ່ງ ລະດັບຊັ້ນ ຂອງ ຕາທິບ ສູງພຽງໃດນັ້ນ ກຳນົດໂດຍ ສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ຂອງ ຄົນໆນີ້ວ່າ ມີຫຼາຍ ຫຼື ໜ້ອຍ, ລະດັບຄວາມກວ້າງ ແລະ ແຄບ ຂອງຊ່ອງທາງ ຫຼັກ, ລະດັບຄວາມສະຫວ່າງຂອງຊ່ອງທາງຫຼັກ, ຕະຫຼອດຮອດ ລະດັບຂອງການອັດຕັນ ຂອງ ຊ່ອງທາງ. ຕາທິບຈະເປີດໄດ້ ເປີດທະລວງ ຫຼື ບໍ່ນັ້ນ, ສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ທີ່ຢູ່ຂ້າງ ໃນ ຄືຕົວກຳນົດທີ່ສຳຄັນ. ສຳລັບເດັກນ້ອຍ ທີ່ມີອາຍຸຕ່ຳກວ່າ ຫົກປີ ລົງມາ ເປີດຕາທິບໄດ້ງ່າຍ ຫຼາຍ; ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ມີເລີຍ, ພຽງແຕ່ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າ ລາວກໍ່ເປີດແລ້ວ, ເພາະວ່າເດັກນ້ອຍ ນັ້ນ ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນທີ່ບໍ່ດີ ຂອງໂລກວັດຖຸນີ້ ໜ້ອຍຫຼາຍ, ຕົວເອງ ກໍ່ບໍ່ໄດ້ເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ, ຈຶ່ງຮັກສາສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ກ່ອນກຳນົດ ຊະນິດນັ້ນໄດ້ດີຫຼາຍ. ເດັກນ້ອຍ ທີ່ ມີອາຍຸເກີນ ຫົກປີ ຂຶ້ນໄປ ຕາທິບ ຈະຄ່ອຍໆເປີດຍາກຂຶ້ນ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ເມື່ອອາຍຸເພີ່ມຂຶ້ນ ຈະໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກພາຍນອກເພີ່ມຂຶ້ນ. ໂດຍສະເພາະ ການສຶກສາທີ່ບໍ່ດີ ຖືກ ປ່ອຍປະລະເລີຍ ຈົນກາຍເປັນບໍ່ດີ, ທັງໝົດນີ້ ສາມາດເຮັດໃຫ້ ສິ່ງສຸດຍອດຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ຂອງລາວ ກະຈາຍຫາຍໄປ, ເຖິງລະດັບນຶ່ງ ກໍ່ອາດຈະ ກະຈາຍຫາຍໄປຈົນໝົດ. ສຳລັບຄົນ ທີ່ ສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ກະຈາຍຫາຍໄປໝົດນັ້ນ ສາມາດຈະຊິດເຊີຍກັບມາ ໂດຍ ຜ່ານການຄ່ອຍໆຝຶກພະລັງກົງຫຼັກກຳນົດ, ແຕ່ຕ້ອງໃຊ້ເວລາຫຼາຍ, ຕ້ອງພະຍາຍາມຢ່າງສຸ່ຊິນ, ດັ່ງນັ້ນ ສິ່ງສຸດຍອດ ຂອງ ຊື່ (ລົມປານ) ນັ້ນຈຶ່ງມີຄຸນຄ່າຫຼາຍ.

ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ແນະນຳໃຫ້ເປີດຕາທິບ ຂອງ ຄົນໃນລະດັບຊັ້ນ ທຽນອ້ຽນທົງ (ທິບພະ ຍະຈັກສຸ), ເພາະວ່າ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ມີ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ບໍ່ສູງນັ້ນ ພະລັງງານທີ່ສະສົມຈາກ ການຝຶກພະລັງກົງ ຍັງບໍ່ຊຳທີ່ສູນເສັຍຈາກການໃຊ້ຕາທິບ ເບິ່ງທະລຸເປີດລ່ວງ. ຫາກສູນເສັຍ ຫຼັງຊື່ (ພະລັງເກີນກວ່າທັມມະຊາດ) ໄປຫຼາຍ ຕາທິບສາມາດຈະປິດໄດ້ອີກ; ຖ້າຖືກປິດລົງ

ແລ້ວ ການຈະເປີດອີກເທື່ອນຶ່ງ ກໍບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍ. ເພາະສະນັ້ນ, ໂດຍທົ່ວໄປ ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະເປີດຕາທິບໃຫ້ຜູ້ໃດ ກໍຈະເປີດໃນຊັ້ນ ຮູບອ້ຽນທົງ (ປັນຍາຈັກສຸ). ບໍ່ວ່າຈະ ເບິ່ງເຫັນໄດ້ແຈ້ງຫຼື ບໍ່ ກໍຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດ ສາມາດເບິ່ງເຫັນສິ່ງຂອງໃນມິຕິອື່ນໄດ້. ຈາກຜົນສະທ້ອນ ຂອງ ເງື່ອນໄຂກ່ອນກຳເນີດ, ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນໄດ້ຊັດເຈນຫຼາຍ, ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນແນ່ ບໍ່ເຫັນແນ່, ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນບໍ່ແຈ້ງແຈ້ງ, ແຕ່ຢ່າງໜ້ອຍທີ່ສຸດ ກໍສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານເບິ່ງເຫັນແສງໄດ້. ວິທີນີ້ ຈະເປັນປະໂຫຍດໃຫ້ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ໃນການພັດທະນາ ສຸລະດັບຊັ້ນສູງ, ຄົນທີ່ເບິ່ງເຫັນບໍ່ແຈ້ງ ສາມາດຈະຊົດເຊີຍ ຫຼັງກຳເນີດໄດ້ ໂດຍຈາກການຝຶກຜະລັງກົງ.

ຄົນທີ່ມີສິ່ງສຸດຍອດຂອງຊີ້ (ລົມປານ) ບໍ່ພໍ ທັດສະນີຍະພາບທີ່ຕາທິບ ເບິ່ງເຫັນ ເປັນຂາວດຳ; ຄົນທີ່ມີ ສິ່ງສຸດຍອດຂອງຊີ້ (ລົມປານ) ຫຼາຍ ທັດສະນີຍະພາບ ທີ່ຕາທິບ ເບິ່ງເຫັນ ເປັນສີ, ທັດສະນີຍະພາບ ທີ່ເບິ່ງເຫັນກໍ່ແຈ້ງຫຼາຍ. ສິ່ງສຸດຍອດຂອງ ຊີ້ (ລົມປານ) ມີຫຼາຍຄວາມຈະແຈ້ງກໍ່ຈະດີກວ່າ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ແຕ່ລະຄົນແຕກຕ່າງກັນ, ບາງຄົນເມື່ອເກີດມາຕາທິບກໍ່ເປີດແລ້ວ, ບາງຄົນອັດຕັນແໜ້ນໜາຫຼາຍ. ເມື່ອຕາທິບເປີດ, ທັດສະນີຍະພາບ ຄືກັບດອກໄມ້ກຳລັງບານ, ບານອອກເທື່ອລະຊັ້ນເທື່ອລະຊັ້ນ. ເວລານັ້ງສະມາທິ ກໍເລີ່ມພົບວ່າມີກຸ່ມແສງສະຫວ່າງໃນບໍຣິເວນຕາທິບ, ແສງສະຫວ່າງຕອນເລີ່ມຕົ້ນ ຈະບໍ່ແຈ້ງປານໃດ, ຫຼັງຈາກນັ້ນມັນຈະປ່ຽນເປັນສີແດງ. ບາງຄົນຕາທິບຖືກປິດແໜ້ນ, ເວລາເປີດ ອາດຈະມີປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງຮຸນແຮງຫຼາຍ, ຈະຮູ້ສຶກວ່າກ້າມຊີ້ນບໍຣິເວນຊ່ອງທາງຫຼັກ ແລະ ຈຸດຊານເກີນ ແໜ້ນ ຄືກັບຊີ້ນປ່ອນນັ້ນ ຫຍັບເຂົ້າຫາກັນ ແລະ ເຈາະເຂົ້າໄປໃນຈຸດທ້າຍຢ່າງ (ຂະໜົບ) ແລະ ໜ້າຜາກໃຄ່, ເຈັບປວດ, ທັງໝົດນີ້ ແມ່ນປະຕິກິລິຍາຕອບສະໜອງຂອງການເປີດຕາທິບ. ຄົນຕາທິບເປີດງ່າຍ, ບາງຄັ້ງບາງຄາວ ອາດຈະເບິ່ງເຫັນບາງສິ່ງບາງຢ່າງໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ. ໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ, ຄັນເມື່ອລາວຕັ້ງໃຈເບິ່ງກໍ່ບໍ່ເຫັນແລ້ວ, ເພາະວ່າໃນເວລານັ້ນລາວໃຊ້ດວງຕາໄປເບິ່ງ; ເມື່ອທ່ານເຫັນ



ຫຍັງໃນເວລາຫຼັບຕາ ກໍ່ໃຫ້ຢູ່ໃນສະພາບນັ້ນຕະຫຼອດ, ກໍ່ຈະຄ່ອຍໆເບິ່ງເຫັນໄດ້ແຈ່ມແຈ້ງຂຶ້ນ. ຫາກຄິດຈະເບິ່ງໃຫ້ລະອຽດ ອັນທີ່ຈິງກໍ່ຄືຍ້າຍໄປໃຊ້ດວງຕາ ແລະ ໃຊ້ປະສາດຕາແລ້ວ ຈຶ່ງເບິ່ງ ບໍ່ເຫັນ.

ລະດັບຊັ້ນຕາທົບທີ່ຕ່າງກັນ ມີຕິທີ່ເບິ່ງເຫັນ ກໍ່ຈະຕ່າງກັນ, ບາງໜ່ວຍງານວິໄຈ ທາງ ວິທະຍາສາດ ບໍ່ເຂົ້າໃຈຫຼັກການຂໍ້ນີ້, ເຮັດໃຫ້ການທົດລອງຊີ້ກົງບາງລາຍການບໍ່ອາດຈະບັນລຸ ຜົນຕາມທີ່ຄາດໝາຍ, ຢັ່ງໄປກວ່ານັ້ນ ຜົນອາດຈະປາກົດອອກມາ ໃນທາງກົງກັນຂ້າມໄດ້. ຕົວຢ່າງ, ມີໜ່ວຍງານນຶ່ງ ອອກແບບວິທີນຶ່ງ ເພື່ອທົດສອບ ຄວາມສາມາດພິເສດ ໂດຍໃຫ້ ອາຈານ ຊີ້ກົງ ເບິ່ງສິ່ງທີ່ ຢູ່ໃນກັບທີ່ປິດໄວ້ ຢ່າງແໜ້ນໜາ; ເນື່ອງຈາກ ລະດັບຊັ້ນຕາທົບ ຂອງ ອາຈານຊີ້ກົງ ນັ້ນຕ່າງກັນ, ຄຳຕອບຂອງແຕ່ລະຄົນຈຶ່ງຕ່າງກັນ; ດ້ວຍເຫດນີ້, ເຈົ້າໜ້າທີ່ຜູ້ເຮັດ ການທົດລອງ ຈຶ່ງເຫັນວ່າຕາທົບເປັນຂອງບໍ່ຈິງ, ເປັນສິ່ງທີ່ຫຼອກລວງຄົນ. ການທົດລອງແບບ ນີ້ ຄົນທີ່ມີຕາທົບລະດັບຕ່ຳ ມັກຈະເບິ່ງທະລຸ ເປີດລ່ວງໄດ້ຜົນທີ່ດີກວ່າ, ເພາະຕາທົບຂອງລາວ ເປີດພຽງແຕ່ຢູ່ໃນລະດັບ ທ່ຽນອ້ຽນທົງ (ທົບພະຍະ ຈັກສຸ) ຊຶ່ງເໝາະສົມ ທີ່ຈະສັງເກດເຫັນສິ່ງ ຂອງໃນມິຕິວັດຖຸ, ດັ່ງນັ້ນ ຄົນທີ່ບໍ່ເຂົ້າໃຈຕາທົບ ຈະຄິດວ່າພວກລາວມີກົງເໝີງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ທີ່ສູງສຸດ. ວັດຖຸໃດກໍ່ຕາມ ບໍ່ວ່າມັນຈະເປັນ ອິນຊີວັດຖຸ ຫຼື ອະອິນຊີວັດຖຸ, ໃນ ມິຕິທີ່ຕ່າງກັນ ຈະສະແດງອອກມາໃນລັກສະນະທີ່ຕ່າງກັນ. ຕົວຢ່າງ ຈອກນ້ຳອັນນຶ່ງ ເມື່ອຕອນທີ່ ເຮັດມັນອອກມາ ໃນເວລາດຽວກັນກໍ່ຈະມີການຢູ່ຂອງຮ່າງກາຍໃນອີກມິຕິນຶ່ງ ທີ່ພຽບພ້ອມ ດ້ວຍຫຼັງຖີ່ (ຄວາມສາມາດຕ່າງໆ) ໃນອີກມິຕິນຶ່ງແລ້ວ, ແລະ ກ່ອນທີ່ຈະມີຢູ່ໃນອີກມິຕິນຶ່ງ ພຽບພ້ອມດ້ວຍ ຫຼັງຖີ່ (ຄວາມ ສາມາດຕ່າງໆ) ມັນກໍ່ອາດຈະເປັນສິ່ງອື່ນ. ຕາທົບໃນລະດັບ ຊັ້ນຕ່ຳສຸດ ຈະເບິ່ງເຫັນເປັນຈອກນ້ຳ; ສູງຂຶ້ນໄປອີກນຶ່ງຊັ້ນ ທີ່ເບິ່ງເຫັນຈະເປັນຮ່າງກາຍໃນອີກ ມິຕິນຶ່ງ ທີ່ພຽບພ້ອມດ້ວຍ ຫຼັງຖີ່ (ຄວາມສາມາດຕ່າງໆ) ນັ້ນໃນມິຕິອື່ນ; ສູງຂຶ້ນໄປອີກນ້ອຍ ນຶ່ງ ທີ່ເບິ່ງເຫັນຈະເປັນ ຮູບແບບຂອງສະສານ ກ່ອນທີ່ຈະເປັນຮ່າງກາຍໃນອີກມິຕິນຶ່ງ ທີ່ພຽບ ພ້ອມດ້ວຍ ຫຼັງຖີ່ (ຄວາມສາມາດຕ່າງໆ) ນັ້ນ.

### (3) ການເບິ່ງໄລຍະໄກ

ຫຼັງຈາກຕາທິບເປີດແລ້ວ, ບາງຄົນຈະປາກົດຄວາມສາມາດເບິ່ງໄລຍະໄກ, ສາມາດເບິ່ງເຫັນສິ່ງທີ່ຢູ່ຫ່າງໄກນັບ ພັນຫລັ (1 ຫຼັ = 500 ແມັດ), ແຕ່ລະຄົນຄອບຄອງມິຕິຂອງຕົນເອງ, ໃນມິຕິນີ້ໃຫຍ່ນ້ອຍ ລາວຄືຈັກກະວານນຶ່ງ, ໃນມິຕິທີ່ກຳນົດຂອງລາວ, ຢູ່ໜ້າຜາກລາວມີແວນອັນນຶ່ງ ຊຶ່ງເບິ່ງບໍ່ເຫັນໃນມິຕິນີ້ຂອງເຮົາ. ແວນອັນນີ້ມີໝົດທຸກຄົນ ພຽງແຕ່ວ່າ ຄົນທີ່ບໍ່ໄດ້ຝຶກຜະລັງກົງ ແວນອັນນີ້ປົ່ນເຂົ້າທາງໃນ, ສ່ວນຄົນທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ແວນອັນນີ້ຄ່ອຍໆປົ່ນກັບຂ້າມມາ. ເມື່ອປົ່ນກັບຂ້າມມາແລ້ວ ກໍ່ສາມາດສອງເຫັນສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງການເບິ່ງ. ໃນມິຕິທີ່ກຳນົດຂອງລາວ, ລາວໃຫຍ່ຫຼາຍ, ຮ່າງກາຍຂອງລາວໃຫຍ່ຫຼາຍ, ແວນນີ້ກໍ່ໃຫຍ່ຫຼາຍ, ຢາກເບິ່ງຫຍັງແວນກໍ່ສາມາດສອງເຖິງໄດ້, ແຕ່ເມື່ອສອງເຖິງແລ້ວ ລາວຈະຍັງເບິ່ງບໍ່ເຫັນ, ເພາະຮູບພາບ ຍັງຕ້ອງຢຸດຢູ່ເທິງໜ້າແວນຊົ່ວຄາວ. ແວນ ກໍ່ຈະປົ່ນກັບມາ ໃຫ້ທ່ານເບິ່ງເຫັນວັດຖຸທີ່ສອງເຖິງແລ້ວປົ່ນກັບໄປ, ປົ່ນກັບໄປຢ່າງໄວ, ປົ່ນກັບໄປກັບມາບໍ່ຢຸດ. ພົມຮູບເງົາຕ້ອງແລ່ນ 24 ຮູບຕໍ່ວິນາທີ ຈຶ່ງຈະສາມາດເຫັນເປັນພາບເຄື່ອນໄຫວຕໍ່ເນື່ອງກັນ. ຄວາມໄວທີ່ແວນປົ່ນກັບໄປກັບມາ ຍັງຈະໄວກວ່ານັ້ນອີກ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງເຫັນເປັນພາບຕໍ່ເນື່ອງ ແລະ ເບິ່ງໄດ້ຈະແຈ້ງ, ນີ້ກໍ່ຄື ການເບິ່ງໄລຍະໄກ, ຫຼັກການຂອງການເບິ່ງໄລຍະໄກຈຶ່ງງ່າຍໆແບບນີ້. ນີ້ເປັນຄວາມລັບແຫ່ງຄວາມລັບ, ຂ້າພະເຈົ້າສາມາດອະທິບາຍອອກມາດ້ວຍ ຄວາມເວົ້າ ບໍ່ພໍທີ່ໃດຄຳ.

### (4) ມິຕິ

ມິຕິ, ພວກເຮົາເບິ່ງເຫັນມິຕິນັ້ນ ສະຫຼັບຊັບຊ້ອນຫຼາຍ. ພວກເຮົາຮູ້ພຽງແຕ່ ມິຕິ ທີ່ມະນຸດຢູ່ໃນປັດຈຸບັນ, ສຳລັບມິຕິອື່ນ ຍັງບໍ່ສາມາດກວດພໍ້. ສຳລັບມິຕິອື່ນ, ພວກເຮົາອາຈານຊື່ກົງ ໄດ້ເບິ່ງເຫັນ ມິຕິເປັນຈຳນວນຫຼາຍສິບລະດັບຊັ້ນ, ໃນທາງທິດສະດີ ກໍ່ສາມາດອະທິບາຍ

ໄດ້, ແຕ່ໃນທາງວິທະຍາສາດຍັງບໍ່ສາມາດພິສູດໄດ້. ບາງສິ່ງບາງຢ່າງ ເຖິງວ່າທ່ານຈະບໍ່  
ຍອມຮັບວ່າມັນມີຢູ່, ແຕ່ມັນໄດ້ສະທ້ອນມາເຖິງມິຕິເຮົາແລ້ວໂດຍແທ້ຈິງ. ຍົກຕົວຢ່າງ, ມີ  
ສະຖານທີ່ແຫ່ງນຶ່ງໃນໂລກ ເອີ້ນກັນວ່າໝູ່ດອນເບີມູດາ, ຜູ້ຄົນເອີ້ນເປັນ ສາມຫຼ່ຽມປີສາດ,  
ເຮືອບາງຄັນແລ່ນໄປຮອດປ່ອນນັ້ນກໍ່ຫາຍໄປ; ຍົນບາງຄັນບິນ ໄປຮອດປ່ອນນັ້ນກໍ່ຫາຍໄປ,  
ແລ້ວກໍ່ປາກົດອອກມາອີກຫຼັງຈາກຫຼາຍປີຜ່ານໄປ. ບໍ່ມີໃຜສາມາດ ອະທິບາຍເຫດການນີ້ໄດ້,  
ແລະ ບໍ່ມີໃຜກ້າວອອກຈາກທົດສະດີ ທີ່ມີໃນປັດຈຸບັນ ຂອງ ຄວາມຄິດມະນຸດ. ຄວາມຈິງມັນ  
ເປັນຊ່ອງທາງໄປອີກມິຕິນຶ່ງ, ມັນບໍ່ແມ່ນປະຕູປົກກະຕິ ຄື ຂອງພວກເຮົາ ທີ່ມີທາງເຂົ້າອອກ,  
ມັນເປັນຄວາມຜິດພາດ ຂອງສະຖານະການ ກໍ່ຄືສະພາບນັ້ນໆ, ຫາກເຮືອພິດແລ່ນເຂົ້າໄປ ໃນ  
ປະຕູທີ່ເປີດອອກຈາກຄວາມຜິດພາດ ຂອງສະຖານະການນັ້ນມັນຈຶ່ງເຂົ້າໄປໄດ້ງ່າຍ. ມະນຸດ  
ຮູ້ສຶກບໍ່ໄດ້ ເຖິງຄວາມແຕກຕ່າງຂອງມິຕິ ມັນຈຶ່ງໄດ້ເຂົ້າໄປໃນພິບຕາ, ຄວາມແຕກຕ່າງຂອງ  
ເວລາກັບມິຕິຂອງມັນກັບຂອງເຮົາ, ບໍ່ສາມາດໃຊ້ໄລຍະທາງ ເປັນເຄື່ອງວັດແທກ, ໄລຍະທາງ  
ສືບໜິ້ນແປດພັນລີ້ ຢູ່ປ່ອນນີ້ ອາດຈະເປັນພຽງນຶ່ງຈຸດນ້ອຍໆ ກໍ່ຄືຢູ່ໃນເວລາດຽວກັນ. ໃນທີ່  
ດຽວກັນເມື່ອເຮືອແລ່ນເຂົ້າໄປ ໂຄງເຄງບຸດດຽວ ສະຖານະການເກີດຜິດພາດກໍ່ອອກມາແລ້ວ,  
ແຕ່ເວລາໃນໂລກຜ່ານໄປແລ້ວ ຫຼາຍສິບປີ, ເພາະເວລາ ຂອງ ມິຕິທັງສອງນັ້ນຕ່າງກັນ. ໃນແຕ່  
ລະມິຕິ ຍັງມີໂລກອີກໜ່ວຍນຶ່ງ, ເຊັ່ນດຽວກັນກັບພວກເຮົາ ແຕ່ມີໂຄງສ້າງ ຂອງ ອະຕອມ (ປະ  
ລາມະນຸ), ຢູ່ກາງ ຂອງ ໜ່ວຍມົນກົມແຕ່ລະໜ່ວຍ ຈະເຊື່ອມຕໍ່ກັນ ດ້ວຍເສັ້ນໜຶ່ງເສັ້ນ ໂຍງໃຍ  
ໄປມາທັງໜ່ວຍມົນກົມ ແລະ ເສັ້ນ ຊຶ່ງມີຄວາມສະຫຼັບຊັບຊ້ອນຫຼາຍ.

ສີ່ປີ ກ່ອນສົງຄາມໂລກຄັ້ງທີສອງຈະເກີດຂຶ້ນ, ນັກບົນ ທະຫານອາກາດອັງກິດຄົນນຶ່ງ  
ອອກໄປປະຕິບັດພາລະກິດ, ໃນເວລາ ຜະເຊີນກັບພະຍຸຮ້າຍແຮງໃນກາງທາງ, ໂດຍອາໄສ  
ປະສົບການ ລາວຈຶ່ງໄດ້ພົບສະໜາມບົນຮ້າງ ແຫ່ງນຶ່ງ; ໃນເວລາທີ່ເຫັນສະໜາມບົນ ປາກົດຢູ່  
ທາງໜ້າ ທັນໃດກໍ່ປາກົດທັດສະນີຍະພາບອີກແບບນຶ່ງ, ທັນໃດນັ້ນ ທົ່ວທ້ອງຟ້າບໍ່ມີເມກພົນ

ຄືກັນກັບຕົກລົງມາອີກໂລກນຶ່ງ. ຍິນທີ່ຢູ່ໃນສະໜາມບິນທາສີເຫຼືອງ, ໃນບ່ອນນັ້ນຜູ້ຄົນ ສິນລະວົນຢູ່ກັບການເຮັດວຽກ, ລາວຮູ້ສຶກປະຫຼາດໃຈຢ່າງຫຼາຍ! ເມື່ອລາວເອົາຍົນລົງຈອດ ບໍ່ມີໃຜສິນໃຈກັບລາວ, ຫໍຄວບຄຸມການບິນກໍບໍ່ຕິດຕໍ່ລາວ. ລາວເຫັນວ່າອາກາດແຈ້ງແລ້ວ ກໍຝາວໄປຕໍ່ຕົກວ່າ, ຈຶ່ງນຳຍົນບິນຂຶ້ນໄປ. ພົບໄກຈາກສະໜາມບິນຊົ່ວໄລຍະດຽວ ທີ່ລາວ ໄດ້ເຫັນສະໜາມບິນຕອນລາວມາຮອດ ລາວກໍແລ່ນເຂົ້າໄປໃນພະຍຸອີກເທື່ອນຶ່ງ. ສຸດທ້າຍ ລາວກໍບິນກັບໄປໄດ້. ລາວລາຍງານເຫດການ, ຂຽນເປັນບັນທຶກການບິນ, ແຕ່ວ່າ ຫົວໜ້າບໍ່ເຊື່ອ. ສີ່ປີຕໍ່ມາ, ສົງຄາມໂລກຄັ້ງທີສອງໄດ້ເກີດຂຶ້ນ, ລາວຖືກສົ່ງໄປສະໜາມບິນຮ່າງອັນນັ້ນ, ລາວນຶກຂຶ້ນມາໄດ້ທັນທີວ່າ ມັນເປັນທັດສະນີຍະພາບທີ່ລາວເຫັນເມື່ອສີ່ປີກ່ອນ. ພວກເຮົາອາຈານຊື່ກົງຮູ້ວ່າເລື່ອງເປັນຢ່າງໃດ, ຄືລາວແລ່ນລ່ວງໜ້າໄປເຮັດເລື່ອງທີ່ລາວ ຈະເຮັດໃນອີກສີ່ປີຕໍ່ມາ, ລາວແລ່ນໄປຝັ່ງນັ້ນໄປເຮັດລ່ວງໜ້າ, ເຫດການຍັງບໍ່ເກີດຂຶ້ນ ລາວໄປເຮັດກ່ອນລ່ວງໜ້າ, ແລ້ວກັບໄປເຮັດອີກເທື່ອນຶ່ງລຽນຕາມລຳດັບຂັ້ນຕອນ.

## **5. ການປິ່ນປົວພະຍາດດ້ວຍຊີ້ກົງ (ພະລັງລົມປານ) ແລະການປິ່ນປົວພະຍາດໃນໂຮງໝໍ**

ໃນທາງທົດສະດີ, ການປິ່ນປົວພະຍາດດ້ວຍ ຊີ້ກົງ (ພະລັງລົມປານ) ແລະ ການປິ່ນປົວພະຍາດໃນໂຮງໝໍທັງໝົດບໍ່ຄືກັນ. ທາງການແພດຕາວັນຕົກນັ້ນ ແມ່ນປິ່ນປົວພະຍາດ ໂດຍໃຊ້ວິທີຂອງສັງຄົມມະນຸດທົ່ວໄປ, ເຖິງແມ່ນວ່າ ຈະມີວິທີການທົດລອງ ເຊັ່ນ ການວິເຄາະ ທາງຫ້ອງທົດລອງ, ການກວດດ້ວຍ ເອກຊະເຣ ເປັນຕົ້ນ; ທັງໝົດກວດໄດ້ ແຕ່ພະຍາດ ໃນມືຕີນີ້, ເບິ່ງບໍ່ເຫັນ ມູນເຫດແຫ່ງພະຍາດ ທີ່ຢູ່ໃນມືຕີອື່ນ, ບໍ່ຮູ້ສາເຫດທີ່ແທ້ຈິງ ຂອງພະຍາດ. ຖ້າຫາກພະຍາດຂອງລາວເປົ່າແຕ່, ຢາກໍສາມາດຈະທຳລາຍ ຫຼື ໄລ່ ສາເຫດທີ່ແທ້ຈິງຂອງພະຍາດອອກໄປໄດ້ (ວິທີປິ່ນປົວ ທາງຕາວັນຕົກເອີ້ນວ່າ ໄວຮັດ, ຊີ້ກົງ ເອີ້ນວ່າ ກັມ). ໃນກໍລະນີ ທີ່ເປັນພະຍາດຮ້າຍແຮງຫຼາຍ ລົດຂອງຢາກໍບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້, ຫາກເພີ່ມປະຣິມານຢາຫຼາຍຂຶ້ນ

ຄົນເຈັບກໍ່ຈະທົນບໍ່ໄດ້. ດ້ວຍວ່າພະຍາດບາງຢ່າງ ບໍ່ຈຳກັດຢູ່ພາຍໃນ ຊີ້ຈຸນຜ້າ (ຫຼັກທັມໃນ ຝົບ), ພະຍາດບາງຢ່າງນັ້ນໃຫຍ່ຫຼາຍ, ເລີຍຂ້າມຂອບເຂດ ຂອງ ຊີ້ຈຸນຜ້າ (ຫຼັກທັມໃນຝົບ), ດ້ວຍເຫດນີ້ໂຮງໝໍຈຶ່ງບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້.

ທາງການແພດ ແບບແຜນຈີນ ເປັນວິທີປິ່ນປົວ ທີ່ຕົກທອດມາແຕ່ອະດີດ ໃນ ປະເທດຈີນຂອງເຮົາ, ການປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນ ກັບເທີອີ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຈາກການບຳເພັນປະຕິບັດຮ່າງກາຍມະນຸດນັ້ນ ເປັນສິ່ງແຍກກັນບໍ່ອອກ. ຄົນໃນສະໄໝ ໂບຮານ ໃຫ້ຄວາມສົນໃຈ ກັບການບຳເພັນປະຕິບັດຮ່າງກາຍ, ບໍ່ວ່າຈະເປັນສາຍ ຂົງຈີ້, ສາຍ ຕ້າວ, ສາຍພຸດ, ຮວມທັງນັກສຶກສາ ໃນສາຍຂົງຈີ້ ກໍ່ເນັ້ນການນັ່ງສະມາທິ. ການນັ່ງ ສະມາທິ ຖືເປັນພະລັງກົງຜູ້ຊະນິດໜຶ່ງ, ໃນໄລຍະເວລາ ເຖິງແມ່ນວ່າຈະບໍ່ໄດ້ຝຶກພະລັງກົງ ແຕ່ກໍ່ຈະ ສາມາດມີພະລັງກົງ ແລະ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາໄດ້. ເຫດໃດ ການຝັງເຂັມ ຂອງການປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນ ຈຶ່ງສາມາດຄົ້ນຫາຊີພະຈອນໃນຮ່າງກາຍມະນຸດ ໄດ້ຢ່າງ ຈະແຈ້ງ? ລະຫວ່າງຈຸດຝັງເຂັມນຳກັນ ເຫດໃດບໍ່ເຊື່ອມຕໍ່ກັນໃນທາງຂວາງ? ເປັນຫຍັງບໍ່ ເຊື່ອມຕໍ່ແບບຕັດກັນ? ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເຊື່ອມຕໍ່ກັນໃນແນວຕັ້ງ? ອະທິບາຍໄດ້ຖືກຕ້ອງຢ່າງນັ້ນ ໄດ້ຢ່າງໃດ? ຜູ້ທີ່ມີ ເທີອີ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃນຍຸກປັດຈຸບັນສາມາດໃຊ້ ສາຍຕາ ເບິ່ງເຫັນ ເຊັ່ນດຽວ ກັບວິທີປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນ; ອະທິບາຍເຫດຜົນ ຄື ໝໍຜູ້ມີຊື່ສຽງ ໃນສະໄ ໝໂບຮານນັ້ນ ໂດຍທົ່ວໄປ ມີເທີອີ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ໃນປະຫວັດສາດປະເທດ ຂອງເຮົາ ມີ ລີ້ສີ່ເຈົນ, ຊຸນຊື້ມ້ຽວ, ປຽນເຄີ, ແລະ ຫົວຖົວ, ຄວາມຈິງ ໝໍຈີນທັງໝົດເຫຼົ່ານີ້ ລ້ວນເປັນອາຈານໃຫຍ່ ຊື່ກົງທີ່ມີເທີອີ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ການປິ່ນປົວ ແບບແຜນຈີນ ທີ່ຕົກທອດມາເຖິງປັດຈຸບັນ, ສ່ວນທີ່ເປັນກົງເໜືງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ໄດ້ ສູນຫາຍໄປສ່ວນໜຶ່ງແລ້ວ, ຍັງຮັກສາໄວ້ແຕ່ວິທີການປິ່ນປົວ. ໃນອະດີດ ໝໍຈີນ ໃຊ້ ຕາ (ຮວມ ທັງ ເທີອີ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ)) ກວດພະຍາດ, ຕໍ່ມາພາຍຫຼັງ ພຽງແຕ່ສະຫຼຸບອອກ ມາຈາກວິທີຈັບຊີພະຈອນເທົ່ານັ້ນ. ຫາກໃຊ້ວິທີປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນສົມທົບກັບເທີອີ້ກົງເໜືງ

(ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃນການປິ່ນປົວພະຍາດ ສາມາດເວົ້າໄດ້ວ່າ ເຖິງເວລາຈະຜ່ານໄປຈັກປີ ວິທີປິ່ນປົວແບບຕາວັນຕົກຂອງຕ່າງປະເທດ ກໍ່ຍັງບໍ່ສາມາດນຳທັນວິທີປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນ ຂອງ ຈີນໄດ້.

ການປິ່ນປົວພະຍາດດ້ວຍຊີ້ກົງ ຄື ການກຳຈັດສາເຫດແຫ່ງພະຍາດ ຈາກຕົ້ນເຫດ. ຂ້າພະເຈົ້າ ເຫັນວ່າພະຍາດແມ່ນ « ກັມ » ຊະນິດໜຶ່ງ, ການປິ່ນປົວພະຍາດກໍ່ຄືການສະຫຼາຍ ກັມ. ອາຈານຊີ້ກົງບາງຄົນ ເວົ້າເຖິງການຂັບໄລ່ລົມປານສີດຳ, ຂັບໄລ່ລົມປານ ຊິດເຊີຍລົມ ປານ, ລາວຂັບໄລ່ລົມປານສີດຳອອກໄປໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ຕ່ຳຫຼາຍ, ແຕ່ສາເຫດແທ້ຈິງ ຂອງ ການກໍ່ເກີດລົມປານສີດຳລາວບໍ່ຮູ້, ລົມປານສີດຳເຫຼົ່ານີ້ກໍ່ຈະກັບມາໃໝ່, ພະຍາດກໍ່ຈະເກີດຂຶ້ນ ມາໃໝ່. ອັນທີ່ຈິງ ບໍ່ແມ່ນລົມປານສີດຳທີ່ເຮັດໃຫ້ລາວເປັນພະຍາດ, ການຄົງຢູ່ ຂອງລົມປານ ສີດຳ ພຽງແຕ່ເຮັດໃຫ້ລາວຮູ້ສຶກທົນທຸກທໍລະມານ. ສາເຫດທີ່ແທ້ຈິງ ທີ່ເຮັດໃຫ້ລາວເຈັບ ປ່ວຍ ຄືຮ່າງໃນອົກມີຕົວໜຶ່ງທີ່ພຽບພ້ອມດ້ວຍຄວາມສາມາດຕ່າງໆ (ຫຼົງຖີ້). ຮ່າງໜຶ່ງທີ່ຢູ່ໃນອົກ ມີຕົວໜຶ່ງ ອາຈານຊີ້ກົງຈຳນວນຫຼາຍບໍ່ເຂົ້າໃຈເລື່ອງນີ້; ເນື່ອງຈາກຮ່າງກາຍ ໃນອົກມີຕົວໜຶ່ງ ທີ່ ພຽບພ້ອມດ້ວຍ ຄວາມສາມາດຕ່າງໆ (ຫຼົງຖີ້), ຮ່າງນັ້ນຮ້າຍກາດຫຼາຍ, ຄົນທົ່ວໄປ ແຕະຕ້ອງ ມັນບໍ່ໄດ້ ແລະ ກໍ່ບໍ່ກ້າຈະແຕະຕ້ອງມັນ. ວິທີຮັກສາພະຍາດ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນກົງ ຄືຕ້ອງຈັດການ ກັບຮ່າງ ໃນອົກມີຕົວໜຶ່ງທີ່ພຽບພ້ອມດ້ວຍຄວາມສາມາດຕ່າງໆ (ຫຼົງຖີ້), ກຳຈັດສິ່ງທີ່ເປັນຕົ້ນຕໍ ຂອງການເຈັບປ່ວຍ, ໃສ່ກວບປ້ອງກັນຄວບງຸມໄວ້ໃນບໍຣິເວນນັ້ນ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີພະຍາດ ແຊກ ຊຶມເຂົ້າໄປໄດ້ອີກ.

ຊີ້ກົງ ສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດໄດ້, ແຕ່ບໍ່ສາມາດຈະໃຫ້ ຊີ້ກົງ ລົບກວນສະພາບ ຂອງ ສັງຄົມຄົນທັມມະດາໄດ້. ຖ້າຫາກ ນຳມາໃຊ້ໃນວົງກວ້າງ ກໍ່ຈະເປັນການລົບກວນສະພາບຂອງ ສັງຄົມຄົນທັມມະດາໄດ້, ນີ້ເປັນເລື່ອງທີ່ບໍ່ອະນຸຍາດ ແລະ ຜົນຮັບກໍ່ຈະບໍ່ດີ. ທຸກຄົນຮູ້ ຄົນທີ່ ເປີດໂຮງໝໍຊີ້ກົງ ປິ່ນປົວພະຍາດ, ໂຮງໝໍຊີ້ກົງ, ສູນຝຶນຝຸສຸຂະພາບດ້ວຍຊີ້ກົງນັ້ນ, ກ່ອນເປີດ

ກິດຈະການ ການປິ່ນປົວຂອງລາວອາດຈະມີປະສິດທິຜົນດີ, ແຕ່ເມື່ອເປີດກິດຈະການ ປະສິດທິຜົນ ການປິ່ນປົວກໍ່ຈະຕົກຕ່ຳຢ່າງໄວ, ນັ້ນຄື ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ ວິທີທີ່ເກີນກວ່າສາມັນວິໄສ ມາທົດແທນການເຮັດໜ້າທີ່ ຂອງ ສັງຄົມຄົນທັມມະດາ. ຖ້າເຮັດດັ່ງນີ້ ໝາຍຄວາມວ່າ ຫຼຸດລົງຢູ່ໃນລະດັບດຽວ ກັບສັງຄົມຄົນທັມມະດາຢ່າງແນ່ນອນ.

ເທີອີ້ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສາມາດ ເບິ່ງຜ່ານຮ່າງກາຍຄົນ, ສາມາດເບິ່ງເປັນສ່ວນໆ, ເບິ່ງເປັນຊັ້ນໆ, ສາມາດເບິ່ງໄປເຖິງ ສ່ວນທີ່ເປັນເນື້ອເຍື່ອອ່ອນ ແລະ ຕະຫຼອດຈົນສ່ວນໃດໜຶ່ງຂອງຮ່າງກາຍ. ປັດຈຸບັນ ການເຮັດ « ຊິທີ » ສະແກນ ເຖິງແມ່ນວ່າ ສາມາດເບິ່ງໄດ້ຊັດເຈນ ແຕ່ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ມັນເປັນການໃຊ້ເຄື່ອງຈັກ ຊຶ່ງຕ້ອງໃຊ້ເວລາຫຼາຍ, ຕ້ອງໃຊ້ແຜ່ນຟິມເປັນຈຳນວນຫຼາຍ, ທັງຊ້າ ແລະ ລາຄາແພງຫຼາຍ, ບໍ່ສະດວກ, ບໍ່ຖືກຕ້ອງແມ່ນຢາ ຄື ເທີອີ້ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຂອງ ຄົນ. ອາຈານ ຊື່ກົງ ພຽງແຕ່ຫຼັບຕາ ແລະ ເບິ່ງດ້ວຍຕາທົບ ກໍ່ຈະເບິ່ງເຫັນໂດຍກົງໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນເຖິງສ່ວນຕ່າງໆຂອງຄົນເຈັບ. ນີ້ບໍ່ແມ່ນ ວິທະຍາການຊັ້ນສູງບໍ່? ນີ້ເປັນວິທະຍາການຊັ້ນສູງ ທີ່ສູງກວ່າວິທະຍາການຊັ້ນສູງ ໃນຍຸກປັດຈຸບັນ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ວິທະຍາສາດລະດັບນີ້ ມີຢູ່ແລ້ວຕັ້ງແຕ່ໃນຍຸກໂບຮານຂອງຈີນ, ເປັນວິທະຍາສາດຊັ້ນສູງ ທີ່ມີຢູ່ແລ້ວໃນສະໄໝໂບຮານ. ຫົວຖົວ ເບິ່ງເຫັນວ່າເສົາເຊົາ ມີເນື້ອງອກໃນສະໝອງ, ຈະເຮັດການຝຳຕັດໃຫ້ລາວ. ເສົາເຊົາບໍ່ຍອມຮັບ, ເຂົ້າໃຈວ່າຈະທຳຮ້າຍລາວ, ຈຶ່ງຈັບ ຫວາຖົວ ໄປຂັງ, ສຸດທ້າຍ ເສົາເຊົາ ຕາຍ ເນື່ອງຈາກເນື້ອງອກໃນສະໝອງ. ໃນປະຫວັດສາດໝໍປິ່ນປົວແບບແຜນຈີນຈຳນວນຫຼາຍ ມີ ເທີອີ້ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ພຽງແຕ່ວ່າໃນສັງຄົມປັດຈຸບັນ ເນື່ອງຈາກຜູ້ຄົນຕ່າງ ສະແຫວງຫາ ສິ່ງຂອງທີ່ເປັນຈິງ ແລະ ລົມສິ່ງທີ່ສືບທອດ ມາແຕ່ໂບຮານດັ້ງເດີມໄປແລ້ວ.

ການບໍາເພັນປະຕິບັດຊຶ້ງກົງລະດັບຊັ້ນສູງຂອງເຮົາຄື, ຕ້ອງເລີ່ມຕົ້ນເຂົ້າໃຈໃໝ່ ໃນສິ່ງທີ່ ສືບທອດມາແຕ່ດັ້ງເດີມ, ຕ້ອງສືບຕໍ່ ແລະ ພັດທະນາຕໍ່ໄປ ໃນການປະຕິບັດ ແລະ ເລີ່ມຕົ້ນໃຊ້ໃໝ່ ເພື່ອໃຫ້ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ສັງຄົມມະນຸດ.

## 6. ຊຶ້ງກົງສາຍພຸດແລະສາສນາພຸດ

ເມື່ອເຮົາເວົ້າເຖິງ ຊຶ້ງກົງສາຍພຸດ, ຄົນຈຳນວນຫຼາຍ ຈະຄິດໄປເຖິງບັນຫານຶ່ງຄື: ສາຍພຸດ ເປັນການບໍາເພັນພຸດ, ມີແຕ່ຄິດເຖິງສິ່ງຕ່າງໆ ທີ່ຢູ່ໃນສາສນາພຸດ. ໃນທີ່ນີ້ ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະເວົ້າໃຫ້ແຈ້ງແຈ້ງ ຢ່າງເປັນທາງການວ່າ, ຝ່າງຫຼາຍກົງ ຄື ຊຶ້ງກົງສາຍພຸດ, ຄືການເຜີຍແຜ່ ຕໍາຝ່າທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ບໍ່ມີສິ່ງໃດກ່ຽວຂ້ອງກັບສາສນາພຸດ. ຊຶ້ງກົງສາຍພຸດ ຄືຊຶ້ງກົງສາຍພຸດ, ສາສນາພຸດຄືສາສນາພຸດ, ເຖິງວ່າຈຸດປະສົງ ຂອງ ການບໍາເພັນປະຕິບັດຈະຄືກັນ, ແຕ່ຫົນທາງທີ່ໄປນັ້ນຕ່າງກັນ, ບໍ່ແມ່ນຫຼັກທັມຂອງສາສນາພຸດກັນ, ແລະ ມີຂໍ້ກຳນົດທີ່ຕ່າງກັນ. ໃນທີ່ນີ້ ຂ້າພະເຈົ້າຈະເວົ້າເຖິງຄຳວ່າ « ພຸດ », ແລະ ຂ້າພະເຈົ້າຍັງຈະເວົ້າເຖິງອີກ ຫຼັງຈາກນີ້ ໃນການສອນພະລັງກົງ ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ໂດຍຕົວມັນເອງ ບໍ່ມີສິສັນຫຍັງໃນທາງງົມງາຍ. ບາງຄົນ ບໍ່ໄດ້ຍິນຄຳວ່າ « ພຸດ » ເກືອບຈະອິດບໍ່ໄດ້ ກ່າວຫາວ່າພວກເຮົາກຳລັງເຜີຍແຜ່ສິ່ງທີ່ງົມງາຍ, ນີ້ບໍ່ແມ່ນຄວາມຈິງ. ຄຳວ່າ « ພຸດ » ຕົ້ນກຳເນີດມາຈາກພາສາສັນສະກຣິດ, ສືບທອດມາຈາກອິນເດຍ, ແປຕາມການອອກສຽງ ອ່ານວ່າ « ຝັຖີວ » (ພຣະພຸດທະເຈົ້າ), ຕໍ່ມາ ຜູ້ຄົນຕັດຄຳວ່າ « ຖີວ » ຖິ້ມໄປ ຈຶ່ງເອີ້ນວ່າ « ຝັ » (ພຸດ), ແປມາເປັນພາສາຈີນ ກໍ່ຄື « ຜູ້ຮູ້ແຈ້ງ », ຄົນທີ່ ໄດ້ປະຈັກເຂົ້າໃຈ.



## (1) ຊື່ກົງສາຍພຸດ

ປັດຈຸບັນ ຊື່ກົງສາຍພຸດທີ່ ມີການເຜີຍແຜ່ມາ ມີຢູ່ສອງປະເພດ. ປະເພດໜຶ່ງ ຄື ແຍກອອກຈາກສາສນາພຸດ, ລະຫວ່າງການພັດທະນາມານັບຫຼາຍພັນປີ ມີພຣະສິງລະດັບຊັ້ນສູງ ສຳເຣັດອອກມາເປັນຈຳນວນຫຼາຍ. ໃນຂັ້ນຂອງການບຳເພັນປະຕິບັດຂອງພວກເພິ່ນ ເມື່ອບຳເພັນປະຕິບັດເຖິງຊັ້ນທີ່ສູງ ກໍ່ມີອາຈານລະດັບຊັ້ນສູງສອນສິ່ງຕ່າງໆໃຫ້ແກ່ພວກເພິ່ນ, ພວກເພິ່ນຈຶ່ງໄດ້ຮັບການເຜີຍແຜ່ທີ່ແທ້ຈິງຈາກລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງຂຶ້ນໄປອີກ. ຕະຫຼອດມາໃນອະດີດ ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ມີແຕ່ເຜີຍແຜ່ຕໍ່ໃຫ້ລູກສິດຜູ້ດຽວໃນສາສນາພຸດ, ເມື່ອພຣະສິງລະດັບຊັ້ນສູງໃກ້ຈະໝົດອາຍຸ ຈຶ່ງຈະຖ່າຍທອດໃຫ້ແກ່ລູກສິດຄົນໜຶ່ງ, ໃຫ້ລາວບຳເພັນປະຕິບັດ ຕາມຫຼັກທັມຂອງສາສນາພຸດ, ແລະ ຍົກລະດັບຂຶ້ນທັງໝົດ. ຊື່ກົງປະເພດນີ້, ມີຄວາມສຳພັນ ກັບສາສນາພຸດຢ່າງໃກ້ຊິດ; ຕໍ່ມາພາຍຫຼັງ ພຣະສິງຖືກໄລ່ອອກຈາກວັດ, ຕົວຢ່າງ ໃນໄລຍະເວລາ « ການປະຕິວັດໃຫຍ່ທາງວັດທະນະທັມ », ຫຼັກພະລັງກົງເຫຼົ່ານີ້ ຈຶ່ງກະຈາຍສູ່ປະຊາຊົນທົ່ວໄປ ແລະ ແຜ່ຢ່າງຫຼາຍ ຢູ່ໃນໝູ່ປະຊາຊົນ.

ອີກປະເພດໜຶ່ງ ກໍ່ເປັນຊື່ກົງສາຍພຸດ, ຊື່ກົງສາຍພຸດຊະນິດນີ້ ແຕ່ໃດມາບໍ່ໄດ້ເຂົ້າເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງສາສນາພຸດ, ແຕ່ມີການບຳເພັນປະຕິບັດກັນຢ່າງງຽບໆ ຢູ່ໃນໝູ່ປະຊາຊົນ ຫຼື ຢູ່ເທິງພູ. ຫຼັກພະລັງກົງເຫຼົ່ານີ້ ມີລັກສະນະເປັນເອກະລັກຂອງຕົນເອງ, ທັງໝົດຕ້ອງການເລືອກລຸກສິດທີ່ດີຄົນໜຶ່ງ, ບຸກຄົນຜູ້ນີ້ຕ້ອງມີກຸສົນຍິ່ງໃຫຍ່ທີ່ສາມາດ ຈະບຳເພັນປະຕິບັດສຸ່ລະດັບຊັ້ນສູງໄດ້ຢ່າງແທ້ຈິງ. ຕ້ອງໃຊ້ເວລາດົນນານຫຼາຍປີ ຈຶ່ງຈະມີບຸກຄົນດັ່ງກ່າວນີ້ ເກີດມາໃນໂລກ. ຫຼັກພະລັງກົງເຫຼົ່ານີ້ ບໍ່ອາດຈະສອນກັນຢ່າງເປີດເຜີຍ, ມີຂໍ້ກຳນົດຊື່ນຊື່ງສູງຫຼາຍ, ພະລັງກົງເກີດຂຶ້ນໄວ, ຫຼັກພະລັງກົງຊະນິດນີ້ ມີຈຳນວນຫຼາຍ. ສາຍຕ່າວກໍ່ຄືກັນ, ເປັນພະລັງກົງສາຍ

ຕ້າວຄືກັນ, ມີຝາຍຄຸນຫຼຸນ, ຝາຍເອີ້ໝີຍ, ຝາຍອູ່ຕັງ ແລະ ອື່ນໆ. ໃນແຕ່ລະຝາຍ ຍັງ ມີວິຊາ ຕ່າງໆທີ່ບໍ່ຄືກັນ, ແຕ່ລະວິຊາມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນຢ່າງຫຼາຍ ແລະບໍ່ອາດຈະຝຶກປົນກັນ.

## (2) ສາສນາພຸດ

ສາສນາພຸດ ເປັນລະບົບການບຳເຜັນປະຕິບັດ ທີ່ ອົງສາກິຍະມຸນີ ປະຈັກແຈ້ງ ຈາກ ພື້ນຖານການບຳເຜັນປະຕິບັດຂອງພຣະອົງ ເມື່ອສອງພັນກວ່າປີມາແລ້ວ ໃນອິນເດັຽ. ເວົ້າໂດຍ ສະຫຼຸບດ້ວຍ ຄຳ ສາມຄຳ ຄື “ສິນ, ສະມາທິ, ປັນຍາ » . ສິນຄື ເພື່ອຈຸດປະສົງຂອງການເຂົ້າ ສະມາທິ. ສາສນາພຸດບໍ່ໄດ້ເວົ້າເຖິງການຝຶກພະລັງກົງ, ແຕ່ໃນຄວາມເປັນຈິງ ຄື ກຳລັງຝຶກ ພະລັງກົງຢູ່, ຝຣາວເຂົ້າສູ່ສະມາທິ ແລະ ນັ່ງຢູ່ບ່ອນນັ້ນ ກໍຄືກຳລັງຝຶກພະລັງກົງ. ເພາະໃນເມື່ອ ຄົນສະຫງົບນັ່ງລົງແລະຮວມຈິດໃຈເປັນນຶ່ງ, ພະລັງງານຂອງຈັກກະວານ ກໍຈະອ້ອມຮອບ ຮ່າງກາຍລາວ ແລະ ບັງເກີດຜົນຂອງການຝຶກພະລັງກົງ. ສິນຂອງສາສນາພຸດ ກໍຄືຕ້ອງປະຖິ້ມ ກິເລດຕັນຫາທັງມວນຂອງຄົນທັມມະດາສາມັນ, ປະຖິ້ມສິ່ງທີ່ຄົນທັມມະດາສາມັນຍຶດຕິດ, ເພື່ອຈະບັນລຸສູ່ສະຖານະການສະຫງົບ ແລະ ບໍ່ມີຄວາມຕ້ອງການ ຈຶ່ງຈະສາມາດ ເຂົ້າສູ່ສະມາທິ ໄດ້, ຍົກລະດັບຊັ້ນສູງຂຶ້ນຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງຢູ່ໃນສະມາທິ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ລາວຈະເປີດການເຂົ້າໃຈ ເປີດປັນຍາ, ຮັບຮູ້ເຂົ້າໃຈຈັກກະວານ ແລະ ເບິ່ງເຫັນຄວາມຈິງຂອງຈັກກະວານ.

ເມື່ອອົງສາກິຍະມຸນີ ເລີ່ມເຜີຍແຜ່ຜ້ານັ້ນ ໃນມື້ນຶ່ງ ພຣະອົງເຮັດພຽງສາມສິ່ງຕໍ່ມື້: ບັນ ລະຍາຍຝ່າ (ທັມ) (ໂດຍຫຼັກທີ່ເຜີຍແຜ່ຄືຝ່າອໍຣະຫັນ) ໃຫ້ແກ່ລູກສິດຝັງ; ນອກຈາກນັ້ນ ຍັງຖື ບາດອອກໄປບິນທະບາດ, ແລະ ອີກຢ່າງນຶ່ງຄືນັ່ງສະມາທິບຳເຜັນປະຕິບັດຢ່າງແທ້ຈິງ. ເມື່ອ ສາກິຍະມຸນີ ຈາກໂລກນີ້ໄປແລ້ວ ສາສນາພາມ ແລະ ສາສນາພຸດ ເກີດການຕໍ່ສູ້ກັນ, ຫຼັງຈາກ ນັ້ນ ສອງສາສນານີ້ ຮວມເຂົ້າກັນເປັນສາສນາອິນດູ. ດັ່ງນັ້ນ ໃນປັດຈຸບັນ ໃນອິນເດັຽ ຈຶ່ງບໍ່ມີ ສາສນາພຸດ. ຕໍ່ມາພາຍຫຼັງ ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນຜັດທະນາແລະປ່ຽນແປງ, ສາສນາພຸດນິກາຍ

ມະຫາຍານ ໄດ້ປາກົດຂຶ້ນມາ, ແລະ ແຜ່ຫຼາຍເຂົ້າດິນແດນຈີນ ກໍ່ຄື ສາສນາພຸດໃນປັດຈຸບັນ. ສາສນາພຸດນິກາຍມະຫາຍານ ບໍ່ໄດ້ນັບຖືອົງສາກິຍະມຸນີເປັນສາດສະດາ ແຕ່ພຽງອົງດຽວ, ແຕ່ ສັດທາໃນພຣະພຸດຫຼາຍອົງ, ສັດທາໃນພຣະຢູໂລຫຼາຍອົງ, ເຊັ່ນ ພຣະອະມິດຕະພຸດ, ແລະ ພຣະ ພຸດໂອສິດ ເປັນຕົ້ນ. ມີຂໍ້ບັນຍັດຂອງສິນຫຼາຍຂຶ້ນ, ເປົ້າໝາຍຂອງການບໍາເລັນປະຕິບັດກໍ່ສູງ ຂຶ້ນ. ໃນເວລານັ້ນ ອົງສາກິຍະມຸນີ ໄດ້ເຄີຍເຜີຍແຜ່ທັມຂອງພຣະໂພທິສັດ ໃຫ້ລູກສິດບາງຄົນ, ຕໍ່ມາພາຍຫຼັງ ຄໍາສອນພວກນີ້ ໄດ້ມີການຮຽບຮຽງ ອອກມາ ແລະ ພັດທະນາເປັນສາສນາພຸດ ນິກາຍມະຫາຍານ, ເພື່ອບໍາເລັນປະຕິບັດສຸເຂດແດນພຣະໂພທິສັດ. ປັດຈຸບັນ ປະເທດໃນແຖບ ເອເຊັຽຕະວັນອອກສ່ຽງໃຕ້ ຍັງຮັກສາປະເພນີຂອງສາສນາພຸດນິກາຍຫິນະຍານ ແລະ ໃຊ້ ອິດທິຣິດໃນການເຮັດພິທີ. ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນການປ່ຽນແປງຂອງສາສນາພຸດ, ວິທີບໍາເລັນ ປະຕິບັດສາຂານຶ່ງ ໄດ້ເຜີຍແຜ່ເຂົ້າສູ່ດິນແດນທິເບດຂອງເຮົາ ເອີ້ນວ່າ ຈັງມີ; ອີກສາຂານຶ່ງ ເຂົ້າ ສູ່ດິນແດນຮັນ ຜ່ານທາງຊິນຈຽງເອີ້ນວ່າຕັງມີ (ສູນຫາຍໄປ ຫຼັງຈາກທີ່ສາສນາພຸດຖືກທຳລາຍ ໃນສະໄໝ ຮຸ່ຍຊາງ); ຍັງມີອີກສາຂານຶ່ງ ໄດ້ກາຍເປັນ ໂຍຄະ ໃນອິນເດັຽ.

ຢູ່ໃນສາສນາພຸດ ບໍ່ມີການເວົ້າເຖິງ ເລື່ອງການຝຶກຜະລັງກົງ, ແລະ ບໍ່ຝຶກຊື້ກົງ, ນີ້ ເປັນເພາະ ຈະຮັກສາວິທີບໍາເລັນປະຕິບັດ ຂອງສາສນາພຸດທີ່ສືບທອດມາ, ແລະ ເປັນສາເຫດ ສໍາຄັນທີ່ ສາສນາພຸດສາມາດເຜີຍແຜ່ມາສອງພັນກວ່າປີໂດຍບໍ່ສູນເສັຍ. ເນື່ອງຈາກ ເພິ່ນບໍ່ ຍອມຮັບສິ່ງຂອງຈາກພາຍນອກ, ຈຶ່ງງ່າຍທີ່ຈະຮັກສາຂອງດັ້ງເດີມຂອງຕົນໄວ້ໄດ້. ວິທີບໍາເລັນ ທັມ ຂອງສາສນາພຸດກໍ່ບໍ່ຄືກັນທັງໝົດ. ສາສນາພຸດນິກາຍຫິນະຍານນັ້ນ ເນັ້ນໜັກໃນການ ຊ່ວຍເຫຼືອຕົນເອງ ແລະ ບໍາເລັນຕົນເອງ; ສາສນາພຸດມະຫາຍານ ໄດ້ພັດທະນາໄປສູ່ການ ຊ່ວຍເຫຼືອຕົນເອງ ແລະ ຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ອື່ນ, ຊ່ວຍເຫຼືອສັບຜະຊີວິດທົ່ວໄປ.

## 7. ຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມແລະວິຊາມານ

### (1) ວິຊາຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ (ສາຍພິດສະດານ)

ວິຊາຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ ມີອີກຊື່ນຶ່ງເອີ້ນວ່າ ວິທີບຳເພັນປະຕິບັດ ສີເໝີນຊົວຝາ (ສາຍພິດສະດານ). ກ່ອນທີ່ ສາສນາຈະຖືກຕັ້ງຂຶ້ນມາ, ຊື່ກົງແຕ່ລະວິຊາກໍ່ມີຢູ່ແລ້ວ. ຫຼັກຜະລັງກົງນອກສາສນານັ້ນ ແຜ່ຫຼາຍຢູ່ໃນໝູ່ປະຊາຊົນຈຳນວນຫຼາຍ, ສ່ວນໃຫຍ່ບໍ່ມີທິດສະດີ ທີ່ເປັນລະບົບການບຳເພັນປະຕິບັດ, ຈຶ່ງບໍ່ໄດ້ຜັດທະນາຂຶ້ນເປັນທິດສະດີ ທີ່ເປັນລະບົບທີ່ຄົບຖ້ວນ, ແຕ່ວິທີບຳເພັນປະຕິບັດ ສີເໝີນຊົວຝາ (ສາຍພິດສະດານ) ນັ້ນ ມີລະບົບທີ່ສົມບູນ ແລະ ມີວິທີບຳເພັນປະຕິບັດທີ່ເຄັ່ງຄັດເປັນພິເສດ ແລະ ກໍ່ເຜີຍແຜ່ຢູ່ໃນໝູ່ປະຊາຊົນ. ຫຼັກຜະລັງກົງຊະນິດນີ້ ໂດຍທົ່ວໄປ ຖືກເອີ້ນເປັນວິຊາຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ. ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເອີ້ນວ່າ ວິຊາຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ? ເບິ່ງຕາມຄວາມໝາຍຂອງຕົວອັກສອນ, ຜັງເໝີນ ຄືປະຕູດ້ານຂ້າງ, ຈົ່ວຕ້າວຄືວິຊາໂງ່. ຜູ້ຄົນເຂົ້າໃຈວ່າ ວິທີບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍພຸດແລະສາຍຕ້າວ, ທັງໝົດເປັນວິທີທີ່ຖືກຕ້ອງຊື່ຕົງ, ຫຼັກຜະລັງກົງອື່ນທັງໝົດ ເປັນວິຊາຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ ຫຼື ວິຊາມານ, ຄວາມຈິງບໍ່ແມ່ນເຊັ່ນນີ້. ຕະຫຼອດໃນປະຫວັດສາດຜ່ານມາ ວິຊາ ຜັງເໝີນຈົ່ວຕ້າວ ທັງໝົດ ເປັນການບຳເພັນປະຕິບັດລັບ ແລະ ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ກັບລູກສິດພຽງຄົນດຽວ, ຊຶ່ງບໍ່ອາດເປີດເຜີຍ ໃຫ້ກັບສາທາລະນະຊົນໄດ້. ເມື່ອນຳອອກມາເຜີຍແຜ່ ຄົນສ່ວນຫຼາຍບໍ່ຄ່ອຍເຂົ້າໃຈ. ພວກເພິ່ນເອງກໍ່ເອີ້ນຫຼັກຜະລັງກົງຂອງຕົນວ່າບໍ່ແມ່ນພຸດ ບໍ່ແມ່ນຕ້າວ. ວິທີບຳເພັນປະຕິບັດຂອງພວກເພິ່ນ ມີຂໍ້ກຳນົດຊັ້ນຊຶ້ງ ທີ່ເຄັ່ງຄັດ ແລະ ບຳເພັນປະຕິບັດຕາມຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງຈັກກະວານ, ເນັ້ນການເຮັດຄວາມເມດຕາ, ຮັກສາ ຊັ້ນຊຶ້ງ. ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດລະດັບສູງຂອງວິຊານີ້ທັງໝົດ ມີຄວາມສາມາດ ທີ່ໂດດເດັ່ນ, ຄວາມສາມາດທີ່ເປັນເອກະລັກ ບາງຢ່າງມີຜະລັງຫຼາຍ. ຂ້າພະເຈົ້າ ເຄີຍພົບພໍ້ກັບສາມທ່ານໃນລະດັບສູງ ຂອງສີເໝີນ (ສາຍພິດສະດານ), ຊຶ່ງໄດ້ເຜີຍແຜ່ວິຊາບາງຢ່າງ ໃຫ້ກັບຂ້າພະເຈົ້າ ຊຶ່ງຫາບໍ່ມີ ໃນສອງສາຍຂອງສາຍພຸດ ແລະ ສາຍຕ້າວ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ມີຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ

ໃນການບໍາເຜັນປະຕິບັດ ໃນຂັ້ນຕອນ ຂອງ ການປະຕິບັດ, ພະລັງກົງ ທີ່ຝຶກອອກມາ ກໍ່ມີ ຄວາມໂດດເດັ່ນຫຼາຍ. ໃນທາງຕົງກັນຂ້າມ, ສິ່ງທີ່ເຜີຍແຜ່ ຢູ່ໃນຫຼັກ ພະລັງກົງ ຂອງສາຍພຸດ ແລະ ສາຍຕ້າວ ໃນປັດຈຸບັນນັ້ນ, ຂາດຂໍ້ກຳນົດ ຊັ້ນຊັ້ງທີ່ເຄັ່ງຄັດ ຈຶ່ງບໍາເຜັນໄດ້ບໍ່ສູງ, ສະນັ້ນ ສໍາລັບພະລັງກົງຂອງແຕ່ລະສາຍເຮົາຕ້ອງໄຈ້ແຍກ ໃຫ້ລະອຽດ ຢ່າງຖືກຕ້ອງ.

## (2) ຫວູຊູ້ຊື້ກົງ (ຊື້ກົງວິທະຍາຍຸດ)

ຫວູຊູ້ຊື້ກົງ (ຊື້ກົງວິທະຍາຍຸດ) ເກີດຂຶ້ນ ໄດ້ຜ່ານປະວັດສາດ ອັນຍາວນານ, ຊຸດນີ້ມີ ລະບົບທິດສະດີ ແລະ ວິທີບໍາເຜັນປະຕິບັດທີ່ສົມບູນ, ເກີດເປັນລະບົບທີ່ມີເອກະລັກ. ຫາກຈະ ເວົ້າຢ່າງເຄັ່ງຄັດ, ມັນເປັນພຽງແຕ່ການບໍາເຜັນປະຕິບັດພາຍໃນ ທີ່ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ປາກົດອອກມາໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ຕໍ່າສຸດ. ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທີ່ປາກົດ ອອກມາ ໃນການບໍາເຜັນປະຕິບັດ ຫວູຊູ້ຊື້ກົງ (ຊື້ກົງວິທະຍາຍຸດ), ທັງໝົດປາກົດອອກມາໃນ ການບໍາເຜັນປະຕິບັດພາຍໃນ. ການບໍາເຜັນປະຕິບັດ ຫວູຊູ້ຊື້ກົງ (ຊື້ກົງ ວິທະຍາຍຸດ) ກໍ່ເລີ່ມ ຕົ້ນຈາກ ການປະຕິບັດກ່ຽວກັບຊື້ກົງ, ຕົວຢ່າງເວລາຕັດກ້ອນຫີນ, ເລີ່ມດ້ວຍການແກວ່ງແຂນ ເພື່ອເຄື່ອນຊີ້ (ລົມປານ), ເມື່ອຜ່ານໄປເປັນເວລາດົນນານ ລົມປານພາຍໃນກໍ່ຈະເກີດການ ປ່ຽນແປງ, ປາກົດເປັນກຸ່ມພະລັງງານ, ເບິ່ງຄື ແສງຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ມີຢູ່, ເມື່ອບັນລຸລະດັບນີ້ແລ້ວ, ພະລັງກົງກໍ່ ຈະເກີດຜົນ. ເພາະພະລັງກົງ ເປັນສະສານຊັ້ນສູງ, ມີຄວາມສະຫຼາດ, ມັນຖືກຄວບ ຄຸມໂດຍຄວາມຄິດຈາກສະໜອງຂອງຄົນ, ມັນມີຢູ່ໃນມືຕີອື່ນ. ເວລາຈະຕີ ບໍ່ຕ້ອງເຄື່ອນຊີ້ (ລົມປານ) ພຽງແຕ່ຄິດພະລັງກົງກໍ່ຈະມາ. ດ້ວຍການບໍາເຜັນປະຕິບັດ ພະລັງກົງຈະເຂັ້ມແຂງ ຫຼາຍຂຶ້ນຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ອະນຸພາກຂອງມັນຈະປ່ຽນແປງລະອຽດຂຶ້ນ, ພະລັງງານຂອງມັນ ຈະ ປ່ຽນແປງສູງຫຼາຍຂຶ້ນ, ຈະເກີດພະລັງກົງຟູ « ເຖ້ຍຊາຈັ່ງ (ຝາມິດິນຊາຍເຫຼັກ) » « ຈຸຊາຈັ່ງ (ຝາມິດາງ) ». ໃນວິດີໂອ ແລະ ນິດຕະຍະສານ ທີ່ ປາກົດອອກມາ, ໃນໄລຍະໃກ້ໆນີ້ ເຮົາໄດ້ ເຫັນຄວາມສາມາດ « ຈິນຈິງເຈົ້າ (ລະຄັງຄຳ) », « ເຖ້ຍບຸ້ຊານ (ເສື້ອເຫຼັກ) », ນີ້ເກີດຈາກ

ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຫວຸຊຸຊຶ້ກົງ (ຊຶ້ກົງວິທະຍາຍຸດ) ກັບການບຳເພັນປະຕິບັດພາຍໃນພ້ອມກັນ, ເປັນການບຳເພັນປະຕິບັດອອກມາຈາກການບຳເພັນປະຕິບັດພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກພ້ອມກັນ. ຫາກຈະບຳເພັນປະຕິບັດພາຍໃນ, ກໍ່ຕ້ອງໃຫ້ຄວາມສຳຄັນກັບ ເຕີ (ກຸສິນ) ແລະ ຕ້ອງບຳເພັນປະຕິບັດຊື່ນຊື່ງ. ຫາກຈະເວົ້າທາງທິດສະດີ, ເມື່ອພະລັງກົງຝຸຂອງລາວບັນລຸເຖິງລະດັບນຶ່ງ, ຈາກຂ້າງໃນຮ່າງກາຍ ມັນຈະໃຫ້ພະລັງກົງສົ່ງອອກໄປຂ້າງນອກຮ່າງກາຍ, ເນື່ອງຈາກມັນມີຄວາມໜາແໜ້ນສູງ, ກໍ່ຈະເກີດເປັນຊັ້ນປ້ອງກັນ. ເວົ້າຈາກທາງທິດສະດີ ຄວາມແຕກຕ່າງທີ່ໃຫຍ່ທີ່ສຸດລະຫວ່າງ ຫວຸຊຸຊຶ້ກົງ (ຊຶ້ກົງວິທະຍາຍຸດ) ກັບການບຳເພັນພາຍໃນຂອງເຮົານັ້ນ ຄື ຫວຸຊຸຊຶ້ກົງ (ຊຶ້ກົງວິທະຍາຍຸດ) ຕ້ອງຝຶກໃນຂະນະເຄື່ອນໄຫວຢ່າງຮຸນແຮງ, ບໍ່ເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບ. ເມື່ອບໍ່ເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບ ລົມປານແລ່ນຢູ່ລຸ່ມຜິວໜັງ, ລົມປານແລ່ນຕາມກ້າມຊີ້ນ, ບໍ່ເຂົ້າສູ່ຕາມຕຽນ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງບໍ່ບຳເພັນຊີວິດ ແລະ ບໍ່ສາມາດບຳເພັນຊີວິດ.

### (3) ການບຳເພັນທັມຢ້ອນກັບແລະການຢືມພະລັງກົງ

ບາງຄົນບໍ່ເຄີຍຝຶກຊຶ້ກົງ, ຢູ່ງກໍ່ໄດ້ພະລັງກົງມາໃນຂ້າມຄົນນຶ່ງ, ແລະ ມີພະລັງງານບໍ່ນ້ອຍ, ຍັງສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນໄດ້ອີກ, ຜູ້ຄົນຍົກຍ້ອງລາວວ່າ ເປັນອາຈານຊຶ້ກົງ, ແລະ ລາວຍັງສອນຄົນອື່ນອີກ; ບາງຄົນບໍ່ເຄີຍຝຶກພະລັງກົງຈັກເທື່ອ, ຫຼື ເຄີຍຮຽນຝຶກທ່າເຄື່ອນໄຫວບໍ່ຫຼາຍປານໃດ, ລາວດັດແປງໜ້ອຍນຶ່ງແລ້ວນຳໄປສອນຄົນອື່ນ. ຄົນປະເພດນີ້ບໍ່ມີຄຸນສົມບັດທີ່ຈະເປັນອາຈານຊຶ້ກົງ, ລາວບໍ່ມີວິຊາຫຍັງທີ່ຈະສາມາດມາເຜີຍແຜ່ໃຫ້ຜູ້ອື່ນໄດ້. ສິ່ງທີ່ລາວສອນ ໂດຍແທ້ຈິ່ງບໍ່ສາມາດຈະບຳເພັນປະຕິບັດໄປສູ່ລະດັບສູງໄດ້, ຢ່າງຫຼາຍກໍ່ເປັນພຽງການກຳຈັດໂລກພ້ອມເສີມສ້າງສຸຂະພາບ. ພະລັງກົງຊະນິດນີ້ ມີຄວາມເປັນມາຢ່າງໃດ? ກ່ອນອື່ນຈະເວົ້າເຖິງການບຳເພັນຢ້ອນກັບຈັກຫນ້ອຍນຶ່ງ. ການບຳເພັນຢ້ອນກັບ ໝາຍເຖິງຄົນທີ່ມີຊັ້ນຊື່ງສູງ, ເປັນຄົນດີຫຼາຍ ແລະ ສ່ວນໃຫຍ່ມີອາຍຸສູງແລ້ວ, ຄື ອາຍຸ ຫ້າສິບປີຂຶ້ນໄປ,

ບໍ່ມີເວລາ ພໍທີ່ຈະໃຫ້ລາວບໍາເພັນປະຕິບັດ ຕັ້ງແຕ່ເລີ່ມຕົ້ນ, ຫາກຈະ ພົບກັບອາຈານທີ່ສອນ ຊຶ່ງມຶ້ງຊ່ວງຊົວ (ການບໍາເພັນປະຕິບັດຈິດ ແລະ ຊີວິດ) ຄວບຄູ່ກັນກໍ່ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍ. ເມື່ອ ລາວຄິດຢາກຈະຝຶກຜະລັງກົງ, ອາຈານລະດັບສູງກໍ່ຈະໃສ່ຜະລັງງານໃນປະຣິມານຫຼາຍ ໃຫ້ກັບ ລາວ ຕາມມາດຕະຖານຊັ້ນຊຶ່ງຂອງລາວ, ໃຫ້ລາວບໍາເພັນຈາກເທິງລົງລຸ່ມ ແບບນີ້ກໍ່ຈະໄວ ຫຼາຍ. ອາຈານລະດັບສູງເຮັດການປ່ຽນແປງໃນມິຕິອື່ນ ແລະ ເພີ່ມຜະລັງງານໃຫ້ລາວ ຈາກ ພາຍນອກຮ່າງກາຍຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ໂດຍສະເພາະ ໃນຂະນະທີ່ລາວກໍາລັງປິ່ນປົວຜະຍາດຢູ່, ເວລາ ສະໜາມຜະລັງກົງເກີດ, ຜະລັງງານທີ່ອາຈານລະດັບສູງໃຫ້ລາວນັ້ນ ຄ້າຍກັບສິ່ງຜ່ານມານ່າທີ່ ສິ່ງ, ບາງຄົນ ຍັງບໍ່ຮູ້ວ່າມັນມາຈາກໃສ. ນີ້ຄືການບໍາເພັນຍ້ອນກັບ.

ຍັງມີອີກປະເພດນຶ່ງ ຄືການຢືມຜະລັງກົງ. ການຢືມຜະລັງກົງ ບໍ່ຈຳກັດອາຍຸ. ນອກຈາກ ຈຸ້ອຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ) ແລ້ວ ຄົນຍັງມີ ຜູ້ອີ້ຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຮອງ), ສ່ວນຫຼາຍ ຜູ້ອີ້ຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຮອງ) ຈະມີລະດັບສູງກວ່າ ຈຸ້ອຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ). ຜູ້ອີ້ຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຮອງ) ຂອງ ບາງຄົນ ມີລະດັບສູງຫຼາຍ, ແລະ ສາມາດຕິດຕໍ່ ກັບຜູ້ບັນລຸທັມໄດ້, ຄົນປະເພດນີ້ ເມື່ອຄິດຢາກ ຝຶກຜະລັງກົງ, ແລະ ມີຜູ້ອີ້ຊີ້ (ຈິດສຳນຶກຮອງ) ກໍ່ຄິດຢາກຍົກລະດັບຊັ້ນ, ກໍ່ຈະຕິດຕໍ່ກັບຜູ້ບັນລຸ ທັມຊັ້ນສູງ ເພື່ອຂໍຢືມຜະລັງກົງທັນທີ. ຫຼັງຈາກໃຫ້ລາວຢືມຜະລັງກົງ, ກໍ່ໄດ້ຜະລັງກົງມາ ໃນ ເວລາຂ້າມຄືນ, ເມື່ອໄດ້ຜະລັງກົງມາແລ້ວ ລາວກໍ່ສາມາດປິ່ນປົວຜະຍາດໃຫ້ຜູ້ອື່ນ, ບັນເທົາ ຄວາມເຈັບປວດໃຫ້ຄົນເຈັບ. ໂດຍທົ່ວໄປ ລາວຈະໃຊ້ວິທີສ້າງສະໜາມຜະລັງ, ເຝິກຍັງ ສາມາດ ທີ່ຈະໃຫ້ຜະລັງງານແກ່ຜູ້ອື່ນ ດ້ວຍຕົວເອງ ແລະ ສອນເຕັກນິກຄວາມສາມາດບາງຢ່າງ ໃຫ້ຜູ້ອື່ນໄດ້.

ສ່ວນຫຼາຍຄົນປະເພດນີ້, ໃນເວລາເລີ່ມຕົ້ນເປັນຄົນດີຫຼາຍ, ເມື່ອມີຜະລັງກົງແລ້ວ, ມີ ຊື່ສຽງໂດງດັງ, ມີທັງຊື່ສຽງ ໄດ້ທັງຜົນປະໂຫຍດ. ຈິດຍຶດຕິດ ຕໍ່ຊື່ສຽງ ແລະ ຜົນປະໂຫຍດ

ຄອບງໍາຄວາມຄິດຂອງລາວ ຫຼາຍກວ່າການຝຶກພະລັງກົງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ພະລັງກົງຂອງລາວກໍ  
ຕົກລົງ, ພະລັງກົງຈຶ່ງນ້ອຍລົງເລື້ອຍໆ ສຸດທ້າຍກໍບໍ່ມີຫຍັງເຫຼືອເລີຍ.

#### (4) ພາສາຈັກກະວານ

ມີບາງຄົນ ຢູ່ໆກໍສາມາດເວົ້າພາສາຊະນິດນຶ່ງໄດ້ ແລະ ເວົ້າໄດ້ຢ່າງສະບາຍ, ແຕ່ມັນບໍ່  
ແມ່ນພາສາໃນສັງຄົມມະນຸດ. ມັນຖືກເອີ້ນວ່າຫຍັງ? ເອີ້ນວ່າພາສາຈັກກະວານ, ພາສາ  
ຈັກກະວານທີ່ວ່ານີ້ ເປັນພຽງພາສາຊະນິດນຶ່ງຂອງຊີວິດທີ່ບໍ່ສູງຫຼາຍ. ປັດຈຸບັນ ມີປາກົດການ  
ຊະນິດນີ້ເກີດຂຶ້ນກັບຜູ້ຝຶກຊື້ກິນຈຳນວນຫຼາຍໃນປະເທດຈີນ, ບາງຄົນ ເຖິງຂັ້ນສາມາດເວົ້າໄດ້  
ຫຼາຍພາສາທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ແນ່ນອນ ພາສາຂອງພວກເຮົາໃນສັງຄົມມະນຸດ ກໍຊັບຊ້ອນຫຼາຍ  
ຄືກັນ, ມີຫຼາຍກວ່ານຶ່ງຜັນພາສາ. ພາສາຈັກກະວານນັ້ນນັບເປັນກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ໄດ້ຫຼືບໍ່? ຂ້າພະເຈົ້າວ່າບໍ່, ມັນບໍ່ແມ່ນ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ເກີດຈາກຕົວ  
ເອງ, ແລະ ບໍ່ແມ່ນກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ໃຫ້ກັບທ່ານຈາກພາຍນອກ,  
ແຕ່ມັນເກີດຂຶ້ນ ເມື່ອຄົນໆນັ້ນ ຖືກຄວບຄຸມໂດຍຊີວິດຊະນິດນຶ່ງຈາກບ່ອນອື່ນ. ເປັນຊີວິດທີ່  
ມາຈາກລະດັບຊັ້ນສູງເລັກໜ້ອຍ, ຢ່າງນ້ອຍທີ່ສຸດກໍສູງກວ່າມະນຸດພວກເຮົາເລັກໜ້ອຍ, ແມ່ນ  
ພວກມັນ ທີ່ ກໍາລັງເວົ້າຢູ່ນີ້. ຄົນທີ່ເວົ້າພາສາຈັກກະວານ ພຽງແຕ່ເຮັດໜ້າທີ່ເປັນລຳໂພງ. ຄົນ  
ສ່ວນໃຫຍ່ ບໍ່ຮູ້ຄວາມໝາຍຂອງຄວາມເວົ້າຂອງຕົວເອງ, ມີແຕ່ຄົນທີ່ມີກົງເໜືງ (ຄວາມ  
ສາມາດພິເສດ) « ຕ້າຊິ້ນທົງ » (ຍັງຮູ້ໃຈຄົນ), ຈຶ່ງສາມາດຮູ້ສຶກໄດ້ເຖິງຄວາມໝາຍ. ເນື່ອງ  
ຈາກວ່າ ມັນບໍ່ແມ່ນກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ເມື່ອເວົ້າແລ້ວ ຫຼາຍຄົນຮູ້ສຶກ ເພິງພໍໃຈ  
ຄິດວ່າຕົວເອງບໍ່ທັມມະດາ, ເຂົ້າໃຈວ່າເປັນກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ຄວາມຈິງຄົນທີ່ມີ  
ຕາທິບລະດັບຊັ້ນສູງ ຈະສາມາດສັງເກດເຫັນມີຊີວິດຊະນິດນຶ່ງ ໄດ້ສະຫຼຽງຂຶ້ນໄປດ້ານເທິງ  
ຂອງລາວ, ໃຊ້ປາກຂອງຄົນເວົ້າອອກມາ.



ມັນສອນໃຫ້ ລາວເວົ້າພາສາຈັກກະວານ, ໃນເວລາດຽວກັນ ກໍ່ເຜີຍແຜ່ຜະລັງກົງ ໃຫ້ ລາວສ່ວນນຶ່ງ, ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ບຸກຄົນຜູ້ນີ້ ໄດ້ຖືກມັນຄວບຄຸມນັບຕັ້ງແຕ່ນັ້ນມາ, ນີ້ບໍ່ແມ່ນ ຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງ. ທ່ານຢາເຫັນວ່າ ມັນຢູ່ໃນມິຕິຊັ້ນສູງພຽງເລັກໜ້ອຍ, ມັນບໍ່ແມ່ນ ການບໍາ ເຜັນປະຕິບັດຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ, ດັ່ງນັ້ນ ມັນຈຶ່ງບໍ່ຮູ້ວ່າຈະສອນໃຫ້ຜູ້ບໍາເຜັນປະຕິບັດ ກໍາຈັດໂລກຜີຍ ເສີມສ້າງສຸຂະພາບໄດ້ຢ່າງໃດ, ດ້ວຍເຫດນີ້ ມັນຈຶ່ງໃຊ້ວິທີນີ້ ສົ່ງຜະລັງງານ ອອກໄປໂດຍຜ່ານຄວາມເວົ້າ. ເນື່ອງຈາກ ມັນເປັນຜະລັງງານ ທີ່ແຜ່ຂະຫຍາຍ ແລະ ມີກໍາລັງ ນ້ອຍ, ມັນສາມາດບັງເກີດຜົນໃນການປິ່ນປົວພະຍາດເລັກໆນ້ອຍໆ ໄດ້ຜົນລະດັບນຶ່ງ, ປິ່ນປົວ ພະຍາດໜັກບໍ່ໄດ້. ໃນສາສນາພຸດເວົ້າວ່າຄົນຢູ່ເທິງສະຫວັນບໍ່ມີຄວາມທຸກ, ບໍ່ມີຄວາມຂັດ ແຍ່ງ, ຈຶ່ງບໍ່ສາມາດບໍາເຜັນປະຕິບັດເພາະບໍ່ໄດ້ຜ່ານຄວາມລຳບາກ, ບໍ່ສາມາດຍົກລະດັບຊັ້ນ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງຄິດວິທີຊ່ວຍໃຫ້ ຜູ້ຄົນກໍາຈັດໂລກຜີຍ ເສີມສ້າງສຸຂະພາບ, ຈາກນັ້ນ ຕົວເອງໄດ້ຍົກ ລະດັບຂຶ້ນເລັກໜ້ອຍ. ນີ້ກໍ່ຄື ພາສາຈັກກະວານ. ພາສາຈັກກະວານ ບໍ່ແມ່ນ ກົງເໝີງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ແລະ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນ ຊື່ກົງ.

## (5) ສີສັນຍານສົງຮ່າງກາຍ

ໃນຈຳນວນສີສັນຍານສົງຮ່າງກາຍ ທີ່ອັນຕະລາຍທີ່ສຸດ ຄື ວິນຍານລະດັບຕ່ຳ ສົງ ຮ່າງກາຍ, ທັງໝົດນີ້ ຊັກນຳເຂົ້າມາຈາກການຝຶກວິຊາມານ. ມັນເປັນອັນຕະລາຍຢ່າງຍິ່ງແກ່ ຄົນ, ຜົນຮັບຂອງການຖືກສົງຮ່າງກາຍນັ້ນ ເປັນຕາຢ້ານຫຼາຍ. ບາງຄົນຝຶກຜະລັງກົງມາ ໄດ້ບໍ່ ຫຼາຍປານໃດ, ກໍ່ມຸ່ງໝັ້ນຈະປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນອື່ນ, ຢາກຈະຮັ່ງມີ, ຄິດແຕ່ເລື່ອງເຫຼົ່ານີ້ ຕະຫຼອດເວລາ. ແຕ່ເກົ່າເມື່ອຫຼັງ ນັບວ່າລາວເປັນຄົນດີຫຼາຍ ຫຼືວ່າ ລາວມີອາຈານ ທີ່ເບິ່ງແຍງ ລາວຢູ່, ແຕ່ໃຈລາວຈິດຈໍ່ແຕ່ເລື່ອງປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນ, ຢາກຮັ່ງມີ, ມີເງິນຄຳ ຈຶ່ງກາຍເປັນ ເລື່ອງບໍ່ດີ ລາວຈຶ່ງຊັກນຳພາສິນນີ້ເຂົ້າມາ, ມັນບໍ່ຢູ່ໃນມິຕິວັດຖຸຂອງເຮົາ ແຕ່ມັນ ມີຢູ່.

ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ປະເພດນີ້ ຢູ່ໆກໍ່ຮູ້ສຶກວ່າ ຕາທິບຂອງລາວເປີດ, ມີພະລັງກົງແລ້ວ, ຄວາມຈິງ ແມ່ນວິນຍານສົງຮ່າງກາຍ ທີ່ຄວບຄຸມສະໝອງ ຂອງ ລາວ, ມັນສະທ້ອນຮູບພາບ ທີ່ມັນເຫັນເຂົ້າໄປ ໃນສະໝອງຂອງລາວ, ລາວຈຶ່ງຮູ້ສຶກວ່າ ຕາທິບຂອງລາວເປີດແລ້ວ, ຄວາມ ຈິງມັນບໍ່ໄດ້ເປີດຫຍັງໝົດ. ເປັນຫຍັງວິນຍານຊົ່ວຂອງສັດ ທີ່ສົງຮ່າງກາຍ ຈຶ່ງໃຫ້ ພະລັງກົງ ແກ່ລາວ? ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຕ້ອງການຊ່ວຍລາວ? ເນື່ອງຈາກວ່າ ຈັກກະວານຂອງເຮົານີ້ ບໍ່ ອະນຸຍາດໃຫ້ສັດບໍາເພັນປະຕິບັດສໍາເຣັດ; ສັດບໍ່ບໍາເພັນຊິ້ນຊຶ້ງ ຈຶ່ງບໍ່ສາມາດຍົກລະດັບ ແລະ ບໍ່ ອະນຸຍາດໃຫ້ມັນໄດ້ຮັບຫຼັກທັມ ທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ. ດ້ວຍເຫດນີ້ ມັນຈຶ່ງຄິດ ຈະສົງ ເທິງ ຮ່າງກາຍຄົນ, ຕ້ອງການຈະໄດ້ສົ່ງສຸດຍອດຂອງຮ່າງກາຍຄົນ. ຈັກກະວານມີຫຼັກການຂໍ້ນຶ່ງ ເອີ້ນວ່າ ບໍ່ສູນເສຍບໍ່ໄດ້. ມັນຈະໃຫ້ຊື່ສຽງເງິນຄໍາ ຕາມທີ່ທ່ານຕ້ອງການ, ໃຫ້ທ່ານຮັ່ງມີ, ໃຫ້ ທ່ານມີຊື່ສຽງ, ແຕ່ມັນບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍເຫຼືອທ່ານລ້າໆ, ມັນຢາກໄດ້ ສົ່ງສຸດຍອດຂອງທ່ານ. ໃນ ເວລາທີ່ມັນອອກຈາກຕົວທ່ານ ທ່ານກໍ່ບໍ່ມີຫຍັງເຫຼືອເລີຍ, ກາຍເປັນຄົນອ່ອນແອ ຫຼື ກາຍເປັນ ມະນຸດຜັກ! ນີ້ເປັນເພາະ ຊິ້ນຊຶ້ງບໍ່ຊື່ຕົງຊັກນໍາມາ. ນຶ່ງຄວາມຖືກຕ້ອງ ຊະນະຮ້ອຍມານ, ຫາກ ໃຈຂອງທ່ານຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ ກໍ່ຈະບໍ່ຊັກນໍາພາມານ, ຈຶ່ງເວົ້າໄດ້ວ່າ ຕ້ອງເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຢ່າງສະຫງ່າຜ່າເຜີຍ, ຕ້ອງບໍ່ເອົາສິ່ງລ້ຽວໆທັງໝົດຂອງທຸກປະເພດ, ເອົາແຕ່ບໍາເພັນປະຕິບັດ ໃນຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ.

## (6) ພະລັງກົງທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມກໍ່ສາມາດບໍາເພັນປະຕິບັດສຸທາງມານ

ເຖິງແມ່ນວ່າ ພະລັງກົງທີ່ບາງຄົນຮຽນ ຈະເປັນພະລັງກົງທີ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ, ແຕ່ບໍ່ ອາດສາມາດກໍານົດຕົວເອງໄດ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ, ບໍ່ເນັ້ນຊິ້ນຊຶ້ງ, ເວລາຝຶກພະລັງກົງກໍ່ຄິດແຕ່ສິ່ງບໍ່ດີ, ນີ້ກໍ່ຄືການຝຶກວິຊາມານໂດຍບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວ. ຕົວຢ່າງເວລາຄົນໆນຶ່ງກໍາລັງຝຶກພະລັງກົງຢູ່ບ່ອນນັ້ນ

ຈະຝຶກພະລັງກົງທຳຢືນກໍ່ດີ, ຝຶກສະມາທິກໍ່ດີ, ແຕ່ໃນຄວາມເປັນຈິງ ຄວາມຄິດຂອງລາວ ຄິດ  
ແຕ່ເລື່ອງເງິນຄຳເອີຍ, ຄິດແຕ່ຊື່ສຽງ ແລະ ຜົນປະໂຫຍດເອີຍ, ຄິດແຕ່ວ່າ ຖ້າຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງບໍ່ດີກັບ  
ຂ້ອຍ, ຂ້ອຍກໍ່ສາມາດຈະໃຊ້ພະລັງກົງຈັດການກັບຜູ້ນັ້ນເອີຍ; ຫຼື ຄິດແຕ່ເລື່ອງກົງເໜືງ  
(ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຊະນິດນີ້ຊະນິດນັ້ນເປັນຕົ້ນ, ຈາກນັ້ນ ກໍ່ເພີ່ມສິ່ງບໍ່ດີເຂົ້າໄປໃນພະລັງ  
ກົງ, ໃນຄວາມເປັນຈິງກໍ່ຄືຝຶກວິຊາມານ. ນີ້ເປັນເລື່ອງອັນຕະລາຍຫຼາຍ, ຊຶ່ງອາດຈະນຳມາຊຶ້ງ  
ສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ ເຊັ່ນ ວິນຍານລະດັບຕ່ຳເຫຼົ່ານີ້, ບາງທີລາວຊັກນຳເຂົ້າມາແລ້ວ ໂດຍບໍ່ຮູ້ຕົວ ເພາະ  
ຈິດຍຶດຕິດຂອງລາວຮຸນແຮງຫຼາຍ, ການສຶກສາວິຊາຕ່າງດ້ວຍຈິດ ທີ່ສະແຫວງຫາເປັນເລື່ອງທີ່  
ໃຊ້ບໍ່ໄດ້, ຖ້າລາວມີຄວາມຕັ້ງໃຈ ທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງທ່ຽງທັມ ອາຈານຂອງລາວກໍ່ບໍ່ອາດຈະຄຸ້ມຄອງ  
ລາວໄດ້. ດັ່ງນັ້ນ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຈະຕ້ອງຮັກສາຊັ້ນຊຶ້ງ ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ, ຕັ້ງຈິດໃຈໃຫ້ຖືກຕ້ອງ  
ທ່ຽງທັມ ໂດຍບໍ່ມີການສະແຫວງຫາ, ບໍ່ດັ່ງນັ້ນ ກໍ່ຈະເກີດບັນຫາໄດ້.

## ບົດທີ 2 ຝ້າຫຼຸນກົງ

ຝ້າຫຼຸນກົງ ມີຕົ້ນກຳເນີດມາຈາກການຝຶກບຳເພັນປະຕິບັດ ຝ້າຫຼຸນຊົວຫຼຽນ ຕຳຜ້າຂອງສາຍພຸດ, ເປັນວິທີພິເສດຂອງການຝຶກບຳເພັນປະຕິບັດຊື່ກົງຂອງສາຍພຸດ, ແຕ່ມີ ຄຸນລັກສະນະ ທີ່ເປັນເອກະລັກທີ່ແຕກຕ່າງຈາກວິທີບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍພຸດ ໂດຍທົ່ວໄປ. ໃນອະດີດ ຫຼັກຜະລັງກົງນີ້ ເປັນການຝຶກບຳເພັນປະຕິບັດທີ່ພິເສດ ແລະ ຕ້ອງມຸ່ງໝັ້ນ ໃນການບຳເພັນປະຕິບັດ ກຳນົດໃຫ້ຜູ້ຝຶກຕ້ອງເປັນບຸກຄົນທີ່ມີຮາກຖານພິເສດ ແລະ ຕ້ອງມີຊັ້ນຊັ້ງສູງຫຼາຍ. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຈຳນວນຫຼາຍຂຶ້ນ ໄດ້ຮັບການຍົກລະດັບ, ໃນຂະນະດຽວກັນ ກໍ່ເພື່ອໃຫ້ຖືກກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງຜູ້ມີຈິດມຸ່ງໝັ້ນ ທີ່ຈະຝຶກບຳເພັນປະຕິບັດໃນວົງກວ້າງ ຈຶ່ງໄດ້ຈັດຮຽບຮຽງ ແລະ ເຜີຍແຜ່ຫຼັກຜະລັງກົງນີ້ ຂອງວິທີຝຶກບຳເພັນປະຕິບັດຊຸດນຶ່ງທີ່ເໝາະສົມສຳລັບການເຜີຍແຜ່, ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ຝ້າຫຼຸນກົງໄປໄກເກີນກວ່າວິທີອື່ນໆຂອງຫຼັກຜະລັງກົງທົ່ວໄປ ໃນດ້ານຮຽນແລະລະດັບຊັ້ນຢ່າງຫຼາຍ.

### 1. ປະໂຫຍດຂອງຝ້າຫຼຸນ

ຝ້າຫຼຸນຂອງຝ້າຫຼຸນກົງ ມີຄຸນສົມບັດພິເສດ ຄືກັນກັບຈັກກະວານ, ເປັນພາບຫຍໍ້ສ່ວນຂອງ ຈັກກະວານ. ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ ບໍ່ພຽງແຕ່ສາມາດເພີ່ມ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ແລະກົງຫຼີ້ (ແຮງຜະລັງ) ໄດ້ຢ່າງໄວ, ແລະຍັງຈະຝຶກຈົນມີຝ້າຫຼຸນທີ່ມີອະນຸພາບທີ່ປຽບທຽບບໍ່ໄດ້ ອອກມາໄດ້ໃນເວລາອັນສັ້ນ. ຫຼັງຈາກຝ້າຫຼຸນກໍ່ເກີດຂຶ້ນແລ້ວ ຈະຢູ່ເປັນຮ່າງຊີວິດທີ່ມີຫຼິ້ງຊຶ້ງ (ຄວາມສະຫຼາດ), ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວຈະໝຸນບໍ່ຢຸດ ໂດຍອັດຕະໂນມັດ ຢູ່ທີ່ບໍຣິເວນທ້ອງນ້ອຍ ຂອງ ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ, ໂດຍຈະເກັບກຳ ແລະ ວິວັດຜະລັງງານ ຈາກຈັກກະວານໂດຍບໍ່ຢຸດ, ສຸດທ້າຍ ໄດ້ຖືກປ່ຽນເປັນຜະລັງກົງ ໃນຮ່າງແທ້ຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ, ຈາກນັ້ນ ກໍ່ບັນລຸເຖິງຜົນຂອງຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຫຼັກທັມຝຶກຄົນ), ກໍ່ຄືເວົ້າວ່າ ເຖິງວ່າ ຄົນບໍ່ໄດ້ຝຶກ

ຜະລັງກົງ ຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ ແຕ່ຝາຫຼຸນກໍ່ຝືກຄົນ ຢູ່ຕະຫຼອດເວລາບໍ່ຍຸດ. ຝາຫຼຸນເມື່ອໃຊ້ພາຍໃນ ຈະຊ່ວຍເຫຼືອຕົວເອງ, ຊ່ວຍເສີມສ້າງໃຫ້ຮ່າງກາຍແຂງແຮງ, ປັນຍາເປີດ ແລະ ຄຸ້ມຄອງຜູ້ຝຶກ ຜະລັງກົງບໍ່ໃຫ້ອອກນອກແນວທາງ, ອີກທັງ ສາມາດຄຸ້ມຄອງຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດບໍ່ໃຫ້ຖືກລົບ ກວນ ຈາກຄົນທີ່ມີຊື່ນຊົງບໍ່ດີ; ຝາຫຼຸນ ເມື່ອໃຊ້ພາຍນອກສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດ ກຳຈັດສິ່ງ ຊົ່ວຮ້າຍໃຫ້ຜູ້ອື່ນ ແລະ ປັບປຸງສະຖານະການທີ່ບໍ່ປົກກະຕິທັງໝົດ. ຝາຫຼຸນຈະໝຸນຢູ່ບໍ່ຍຸດ ຢູ່ທີ່ ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ, ຈະໝຸນ ຊື່ (ຕາມເຂັມໂມງ) ໝຸນເກົ້າຮອບແລະໝຸນກັບ (ກົງກັນຂ້າມກັບ ເຂັມໂມງ) ແລະ ໝຸນເກົ້າຮອບ. ເວລາໝຸນຊື່ຈະດູດເອົາຜະລັງງານຈາກຈັກກະວານຢ່າງແຮງ ກຳ, ຜະລັງງານຈະແຮງຫຼາຍ. ຕາມກົງຫຼີ້ (ແຮງຜະລັງ) ທີ່ເພີ່ມຫຼາຍຂຶ້ນກຳລັງຂອງການໝຸນຈະ ແຮງຂຶ້ນເລື້ອຍໆ, ເຖິງຈະເປັນຜູ້ມີເຈດຕະນາກວ້ານຕັ້ງກໍ່ຕາມກໍ່ບໍ່ອາດຈະບັນລຸໄດ້; ເຖິງເວລາ ໝຸນກັບຈະປ່ອຍຜະລັງງານເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອສັບພະຊີວິດທົ່ວໄປ ແລະ ແກ້ໄຂສະຖານະການ ທີ່ບໍ່ ປົກກະຕິ, ຜູ້ທີ່ຢູ່ໃກ້ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຈະໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດ. ໃນບັນດາຊື່ກົງທັງໝົດ ທີ່ເຜີຍແຜ່ ຢູ່ໃນປະເທດຈີນຂອງເຮົາ ຝາຫຼຸນກົງເປັນຫຼັກຜະລັງກົງທຳອິດ ແລະນຶ່ງດຽວ ທີ່ສາມາດຈະບັນລຸ ເຖິງ ຝາຫຼຸນເຢັນ (ທັມມະຝືກຄົນ).

ຝາຫຼຸນ ເປັນສິ່ງທີ່ມີຄຸນຄ່າຫຼາຍທີ່ສຸດ ແລະ ເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່ອາດແລກປ່ຽນມາໄດ້ ດ້ວຍ ເງິນຄຳ. ເວລາທີ່ອາຈານເຜີຍແຜ່ ຝາຫຼຸນ ໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້ານັ້ນ ອາຈານໄດ້ເວົ້າ ກັບຂ້າພະເຈົ້າວ່າ: ຝາຫຼຸນນີ້ ບໍ່ອາດຈະເຜີຍແຜ່ໃຫ້ໃຜໄດ້, ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດຕ້າວ ມານັບຜັນປີ ຕ້ອງການຢາກຈະ ໄດ້ຮັບແຕ່ບໍ່ໄດ້ຮັບ. ວິຊາຂອງເຮົານີ້ ຕ້ອງຜ່ານໄລຍະເວລາທີ່ຍາວນານຫຼາຍ ຈຶ່ງຈະສາມາດ ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ລູກສຶດນຶ່ງຄົນ, ບໍ່ຄືກັບວິຊາ ທີ່ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ກັບຄົນໆນຶ່ງ ທຸກໆຫຼາຍສິບປີ, ດັ່ງນັ້ນ ຝາຫຼຸນຈຶ່ງມີຄຸນຄ່າຫຼາຍເຫຼືອລື້ນ. ເຖິງວ່າປັດຈຸບັນ, ສິ່ງທີ່ພວກເຮົາ ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ທ່ານ ເຖິງແມ່ນ ວ່າ ອະນຸພາບໜ້ອຍກວ່າຕົ້ນສະບັບ ຍ້ອນວ່າມີການປ່ຽນແປງ, ແຕ່ເພິ່ນຍັງມີຄຸນຄ່າຫຼາຍທີ່ສຸດ. ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດທີ່ໄດ້ຮັບ ກໍ່ຊຳກັບເພິ່ນບຳເພັນປະຕິບັດສຳເລັດໄດ້ເຄິ່ງທາງແລ້ວ, ສ່ວນທີ່ ເຫຼືອ ມີແຕ່ທ່ານຍົກລະດັບ ຊົ່ນຊົງໃຫ້ສູງຂຶ້ນ, ໃນອະນາຄົດ ສິ່ງທີ່ລໍຖ້າທ່ານຢູ່ກໍ່ຄືລະດັບຊັ້ນ ທີ່

ສູງຂຶ້ນ. ແນ່ນອນ, ຄົນທີ່ບໍ່ມີວາດສະໜາ ຖ້າລາວຢຸດຝຶກ ຫຼັງຈາກບຳເພັນປະຕິບັດໄດ້ໄລຍະນຶ່ງ ຝ້າຫຼຸນກໍ່ຈະບໍ່ຢູ່ກັບລາວ.

ຝ້າຫຼຸນກົງ ເປັນພະລັງກົງຂອງສາຍພຸດ, ແຕ່ຝ້າຫຼຸນກົງໄປໄດ້ໄກກວ່າຂອບເຂດ ຂອງສາຍພຸດ, ກໍ່ເປັນການຝຶກຈັກກະວານທັງໝົດ. ໃນອະດີດ ການບຳເພັນປະຕິບັດສາຍພຸດ ກໍ່ສອນຫຼັກການຂອງສາຍພຸດ, ການບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍຕ້າວ ກໍ່ສອນການບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍຕ້າວ, ບໍ່ມີໃຜອະທິບາຍຈັກກະວານຈາກພື້ນຖານ. ຈັກກະວານນັ້ນ ຄືກັນກັບຄົນ, ນອກຈາກປະກອບຂຶ້ນຈາກສະສານແລ້ວ ຍັງມີຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງມັນເອງ ຊຶ່ງສາມາດສະຫຼຸບອອກມາເປັນ 3 ຄຳ, ເອີ້ນວ່າ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ). ການບຳເພັນປະຕິບັດຂອງສາຍຕ້າວ ໂດຍຫຼັກແລ້ວຈະເຂົ້າໃຈ ໃນ « ເຈີນ » (ຄວາມຈິງ) ຄື ເວົ້າຄວາມຈິງ, ເຮັດເລື່ອງຈິງ, ກັບຄືນຫາຄວາມຈິງດັ່ງເດີມ, ສຸດທ້າຍກໍ່ບັນລຸເປັນຄົນຈິງ. ການບຳເພັນປະຕິບັດສາຍພຸດ ເນັ້ນໜັກທີ່ « ຊ້ານ » (ຄວາມ ເມດຕາ), ຈົນເກີດຈິດເມດຕາທີ່ຢຶ່ງໃຫຍ່, ຊ່ວຍເຫຼືອສັບພະຊີວິດໂດຍທົ່ວໄປ ພຣະທັມມະຂັນ ຂອງ ພວກເຮົານີ້ ແມ່ນການບຳເພັນ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ) ພ້ອມກັນ, ບຳເພັນປະຕິບັດໂດຍກົງຈາກຮາກຖານຂອງຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງຈັກກະວານ, ສຸດທ້າຍຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບຈັກກະວານ.

ຝ້າຫຼຸນກົງ ເປັນຫຼັກພະລັງກົງທີ່ບຳເພັນປະຕິບັດຈິດ ແລະຊີວິດຄວບຄູ່ກັນ, ເມື່ອກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ແລະ ຊີ້ນຊຶ້ງບັນລຸເຖິງລະດັບນຶ່ງແລ້ວ, ກໍ່ກຳນົດລັກສະນະໃນພົບເຖິງຂັ້ນຂ່າຍກົງ (ຮູ້ແຈ້ງ, ພະລັງກົງເປີດ) ບຳເພັນປະຕິບັດ ເປັນຮ່າງທີ່ບໍ່ເສື່ອມສະຫຼາຍ. ໂດຍທົ່ວໄປ ຝ້າຫຼຸນກົງແບ່ງອອກເປັນ ຊື້ຈຽນຝ້າ (ຫຼັກທັມໃນພົບ) ແລະ ສຸຊື້ຈຽນຝ້າ (ຫຼັກທັມ ນອກພົບ), ຊຶ່ງຄວບ

ຄຸມຫຼາຍລະດັບຊັ້ນ, ຫວັງວ່າຜູ້ມີປະນິທານມຸ່ງໝັ້ນບໍາເພັນປະຕິບັດ ຢ່າງຂະຫຍັນຂັ້ນແຂງ, ຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງຂຶ້ນຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ແລະ ບັນລຸຢວນໝານ (ເປົ້າໝາຍທີ່ ສົມບູນແບບ).

## 2. ລັກສະນະອົງປະກອບຂອງຝ້າຫຸນ

ຝ້າຫຸນ ຂອງ ຝ້າຫຸນກົງ ເປັນຮ່າງ ສະສານ ພະລັງງານສູງ ທີ່ໝຸນ ແລະ ມີ ຫຼິ້ງຊຶ້ງ (ຈິດ ວິນຍານ). ຝ້າຫຸນໝຸນຕາມກົດເກນຂອງຈັກກະວານແລະດວງດາວ, ເວົ້າອີກແບບໜຶ່ງ, ຝ້າຫຸນ ກໍ່ຄືສ່ວນຫຍໍ້ຂອງຈັກກະວານ.

ໃຈກາງຂອງຝ້າຫຸນ ມີເຄື່ອງໝາຍ“卐”ຂອງສາຍພຸດ (“卐”(ສຽງອ່ານ) ໃນພາສາ ສັນສະກຣິດ ເອີ້ນວ່າ ສະວັດຕິກາ (svritsa), ຄື ‘ການເກັບກຳ ສິ່ງທີ່ເປັນມົງຄຶນ’ (ເບິ່ງ ຊື່ ຫາຍ), ຊຶ່ງເປັນໃຈກາງຂອງຝ້າຫຸນ, ສີຂອງຝ້າຫຸນ ຄ້າຍຄຽງກັບສີເຫຼືອງຄຳ ແລະ ສີຟ້າ ເປັນ ສີແດງສົດ, ສີຟ້າຂອງວົງມົນອ້ອມທາງນອກເປັນສີສົ້ມ. ທ້າຍຈີ້ 4 ອົງ ແລະຝ້າຫຸນຂອງສາຍ ພຸດ 4 ອົງ ວາງລຽນສະຫຼັບກັນຢູ່, ແຈກຢາຍໃນ 8 ທິດທາງ. ທ້າຍຈີ້ ທີ່ປະກອບດ້ວຍ ສີແດງ ແລະ ສີດຳ ເປັນຂອງສາຍຕ້າວດັງເດີມ; ທ້າຍຈີ້ ມີສີແດງ ແລະ ສີຟ້າເປັນຂອງ ຊຽນ ທ່ຽນຕ້າຕ້າວ. ຝ້າຫຸນນ້ອຍ 4 ອົງເປັນສີເຫຼືອງຄຳ, ສີຟ້າຂອງຝ້າຫຸນຈະປ່ຽນແປງ, ໂດຍຈະ ປ່ຽນເປັນຮອບວຽນຈາກສີແດງເປັນສີສົ້ມ ເປັນສີເຫຼືອງ ສີຂຽວ ສີຟ້າ ສີນ້ຳເງິນ ສີມ່ວງ, ເປັນ ສີທີ່ສວຍງາມຢ່າງຍິ່ງ. (ເບິ່ງຮູບຢູ່ໜ້າປົກປ້ຳ). ສີຂອງຮູບ “卐” ຢູ່ໃຈກາງ ແລະ ທ້າຍຈີ້ ຈະ ບໍ່ປ່ຽນແປງ. ຝ້າຫຸນໃຫຍ່ແລະນ້ອຍພວກນີ້ ກັບຮູບ “卐” ທັງໝົດໝຸນອ້ອມຕົວເອງ. ຮາກ ຝ້າຫຸນຢັ່ງຢູ່ໃນຈັກກະວານ, ຈັກກະວານໝຸນຢູ່, ແຕ່ລະ ຣະບົບດາວໝຸນຢູ່, ດັ່ງນັ້ນ ຝ້າຫຸນ ກໍ່ໝຸນຢູ່. ສຳລັບຄົນຕາທິບຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ ສາມາດເບິ່ງເຫັນຝ້າຫຸນໝຸນ ຄືກັນກັບພັດ ລົມ; ສຳລັບຄົນຕາທິບຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ ສາມາດເບິ່ງເຫັນຮູບພາບທັງໝົດຂອງຝ້າຫຸນ, ຊຶ່ງ

ສວຍງາມຫຼາຍ ແລະ ສິດໃສ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ບຳເພັນປະຕິບັດຢ່າງກ້າຫານ ແລະ ກ້າວໜ້າຫຼາຍຂຶ້ນ.

### 3. ຄຸນລັກສະນະຂອງການບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ

#### (1) ຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຫຼັກທັມຝຶກຄົນ)

ຜູ້ສຶກສາ ຝ້າຫຼຸນກົງ ບໍ່ພຽງແຕ່ສາມາດຈະເພີ່ມ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ແລະ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄດ້ຢ່າງໄວ ແລະ ຍັງສາມາດຝຶກຝ້າຫຼຸນອອກມາໄດ້. ຝ້າຫຼຸນກໍ່ຈະ ເກີດ ໃນໄລຍະເວລາອັນສັ້ນ, ເມື່ອເກີດແລ້ວ ຈະມີອະນຸພາບຫຼາຍ; ເພິ່ນສາມາດຄຸ້ມຄອງ ບໍ່ໃຫ້ ຜູ້ ຝຶກຜະລັງກົງ ອອກນອກແນວທາງ, ອີກທັງສາມາດຄຸ້ມຄອງ ຜູ້ຝຶກບໍ່ໃຫ້ຖືກລົບກວນ ຈາກ ຄົນທີ່ມີ ຊັ້ນຊຶ້ງບໍ່ດີ. ໃນທາງທິດສະດີ ແຕກຕ່າງກັນໝົດ ຈາກວິທີບຳເພັນທັມ ຕາມປະເພນີ ແລະ ຕ່າງໆ. ເນື່ອງຈາກ ເມື່ອຝ້າຫຼຸນເກີດແລ້ວ, ຈະໝຸນອ້ອມໂຕເອງບໍ່ຢຸດ ແລະ ຈະຢູ່ເປັນ ຮ່າງຊີວິດທີ່ມີຄວາມສະຫຼຽວສະຫຼາດ, ໂດຍປົກກະຕິ ຈະເກັບສະສົມຜະລັງງານຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ ຢູ່ທີ່ທ້ອງນ້ອຍຂອງ ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ. ຝ້າຫຼຸນ ຈະເກັບກຳຜະລັງງານຈາກຈັກກະວານ ໂດຍ ອັດຕະໂນມັດຜ່ານການໝຸນວຽນ. ເນື່ອງຈາກ ຝ້າຫຼຸນໝຸນບໍ່ຢຸດ, ຈຶ່ງບັນລຸເຖິງ ຈຸດປະສົງ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຫຼັກທັມຝຶກຄົນ), ກໍ່ຄືວ່າເຖິງຄົນບໍ່ໄດ້ຝຶກຜະລັງກົງຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ ແຕ່ ຝ້າຫຼຸນ ກໍ່ຝຶກຄົນຢູ່ບໍ່ຢຸດ. ທຸກຄົນກໍ່ຮູ້ວ່າ ຄົນທັມມະດາ ຕອນກາງເວັນຕ້ອງເຮັດວຽກ, ຕອນກາງຄືນ ຕ້ອງພັກຜ່ອນ, ມີເວລາຈຳກັດໃນການຝຶກຜະລັງກົງ. ຖ້າຄິດຈະບັນລຸເຖິງ ການຝຶກຜະລັງກົງ 24 ຊົ່ວໂມງໂດຍບໍ່ຢຸດ, ຄິດແຕ່ວ່າ ການຝຶກຜະລັງກົງຕະຫຼອດເວລານັ້ນ ເຮັດບໍ່ໄດ້ ຫຼື ການຈະ ໃຊ້ວິທີໃດໆ ລ້ວນແຕ່ຍາກ ທີ່ຈະບັນລຸຈຸດປະສົງ ຂອງ ການຝຶກຜະລັງກົງ 24 ຊົ່ວໂມງ ໄດ້ຢ່າງ ແທ້ຈິງ. ຢ່າງໃດກໍ່ດີ ຝ້າຫຼຸນນັ້ນໝຸນບໍ່ຢຸດ, ເມື່ອໝຸນເຂົ້າທາງໃນ ຈະດູດເອົາຊີ້ (ລົມປານ) ເປັນ ປະລິມານຫຼາຍ ເຂົ້າມາຈາກຈັກກະວານ (ຮູບແບບການຢູ່ ຂອງ ຜະລັງງານໃນໄລຍະທຳອິດ), ທັງກາງເວັນ ແລະ ກາງຄືນບໍ່ຢຸດ ໂດຍຝ້າຫຼຸນຈະສະສົມແລະປ່ຽນແປງ ຊີ້ (ລົມປານ) ດູດເຂົ້າ



ມາໄວ້ຢູ່ແຕ່ລະຕໍ່າແຫ່ງ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ, ເພື່ອປ່ຽນແປງຊື້ (ລົມບານ) ເປັນສະ  
ສານລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງຂຶ້ນໄປ ແລະ ສຸດທ້າຍຈະປ່ຽນແປງເປັນ « ພະລັງກົງ » ໃນຮ່າງກາຍຂອງ  
ຜູ້ບໍາເລັນປະຕິບັດ, ນີ້ກໍ່ຄືຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຫຼັກທັມຝຶກຄົນ). ການບໍາເລັນປະຕິບັດຂອງຝ້າຫຼຸນກົງ  
ແຕກຕ່າງທັງໝົດ ຈາກທິດສະດີການຝຶກພະລັງກົງຂອງສາຍອື່ນໆ, ສໍານັກອື່ນໆ ຫຼື ຫຼັກຊື້  
ກົງອື່ນໆທີ່ຝຶກຕາມ.

ຈຸດເດັ່ນ ທີ່ໃຫຍ່ທີ່ສຸດຂອງການບໍາເລັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ ຄືການບໍາເລັນປະຕິບັດ ຝ້າ  
ຫຼຸນ, ບໍ່ແມ່ນການຝຶກວິທີຕາມ. ປັດຈຸບັນ ບໍ່ວ່າຈະເປັນວິທີບໍາເລັນສາຍໃດ ສໍານັກໃດທີ່ມີ  
ການເຜີຍແຜ່ອອກມາ ບໍ່ວ່າຈະເປັນວິທີບໍາເລັນໃດໆຂອງສາສນາພຸດ ຫຼື ສາສນາຕ້າວ, ຂອງ  
ສາຍພຸດ, ສາຍຕ້າວ, ຫຼື ວິທີໃດໆທີ່ເຜີຍແຜ່ຢູ່ໃນໝູ່ປະຊາຊົນ ຫຼື ວິຊາບໍາເລັນ ຢູ່ໃນໝູ່ວິຊາ  
ຜັງເໝີນຈໍານວນຫຼາຍ, ທັງໝົດເປັນການຝຶກແນວທາງຕາມ, ເອີ້ນວ່າຕາມຕ້າວຊື້ກົງ. ການບໍາ  
ເລັນຂອງພຣະສົງ, ແມ່ຂາວແລະຕ້າວອາວຸໂສ ບໍາເລັນປະຕິບັດຕາມຫົນທາງນີ້ ຂອງແນວທາງ  
ຕາມ. ຫຼັງຈາກມໍລະນະກໍາ (ຮ້ອຍປີ) ແລະ ຊາປະນະກົດສິບແລ້ວ ໄດ້ພົບສາລິລິກະທາດ. ການ  
ວິເຄາະຂອງອຸປະກອນວິທະຍາສາດ ທີ່ທັນສະໄໝ ໃນປັດຈຸບັນບໍ່ສາມາດຮູ້ຈັກວ່າ ມັນປະກອບ  
ຂຶ້ນມາຈາກຫຍັງ, ມັນປະກອບຂຶ້ນຈາກສະສານທີ່ແຂງຫຼາຍແລະສວຍງາມຫຼາຍ. ຄວາມຈິງ  
ມັນເປັນສະສານພະລັງງານສູງ ທີ່ເກັບກໍາມາຈາກມິຕິອື່ນ, ບໍ່ແມ່ນສິ່ງຂອງໃນມິຕິນີ້ຂອງເຮົາ,  
ມັນແມ່ນຕາມ. ສໍາລັບຜູ້ຝຶກຕາມຕ້າວຊື້ກົງຈະບັນລຸຂ້າຍອູ້ (ສະຖານະການເປີດການເຂົ້າໃຈ)  
ໃນໄລຍະ ທີ່ມີຊີວິດຢູ່ນັ້ນເປັນເລື່ອງທີ່ຍາກຫຼາຍ, ໃນອະດີດ ຜູ້ທີ່ຝຶກຕາມຕ້າວຈໍານວນຫຼາຍ  
ໄດ້ພະຍາຍາມດົງຕາມຂຶ້ນມາ, ພໍມາເຖິງ ໜີ້ຫວານກົງ (ຕ່ອມໄຟເນັງ) ກໍ່ບໍ່ສາມາດດົງອອກມາ  
ໄດ້ ແລະ ຄົນກໍ່ອັດອັນຕາຍຢູ່ໃນບ່ອນນີ້. ບາງຄົນຕັ້ງໃຈລະເບີດມັນຖິ້ມ ແຕ່ກໍ່ບໍ່ມີວິທີ ທີ່ຈະ  
ລະເບີດມັນໄດ້. ມີບາງຄົນມີສິ່ງນີ້, ພໍປູ່ຂອງລາວຝຶກບໍ່ສໍາເລັດ, ກ່ອນຕາຍອາຈຽນອອກມາ  
ສິ່ງຕໍ່ໃຫ້ຂອງລາວ; ພໍຂອງລາວກໍ່ຝຶກບໍ່ສໍາເລັດ, ກ່ອນຕາຍກໍ່ອາຈຽນອອກມາໃຫ້ລາວ. ຮອດ

ເວລານີ້ ລາວກໍ່ຍັງບໍ່ສຳເລັດ, ມັນຍາກຫຼາຍ! ແນ່ນອນ ຫຼັກຜະລັງກົງສ່ວນຫຼາຍເປັນຫຼັກຜະລັງ  
ກົງທີ່ດີ, ຖ້າໄດ້ຮັບການເຜີຍແຜ່ທີ່ແທ້ຈິງກໍ່ເປັນເລື່ອງດີ, ຢ້ານແຕ່ວ່າ ເພິ່ນຈະບໍ່ເຜີຍແຜ່ສິ່ງຂອງ  
ໃນລະດັບສູງໃຫ້ແກ່ທ່ານ.

## (2) ບຳເພັນປະຕິບັດຈຸຣັຊີ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ)

ທຸກໆຄົນມີຈຸຣັຊີ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ) ໜຶ່ງຈິດ, ຕາມປົກກະຕິແລ້ວການເຮັດສິ່ງຕ່າງໆ, ຄິດ  
ເລື່ອງອັນໃດ ກໍ່ຈະອົງໃສ່ຈຸຣັຊີ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ). ຄົນຄົນໜຶ່ງນອກຈາກ ຈຸຣັຊີ (ຈິດສຳນຶກຫຼັກ)  
ແລ້ວ, ຍັງມີໜຶ່ງ ຫຼື ຫຼາຍ ຜູ້ຣັຊີ (ຈິດສຳນຶກຮອງ), ຢູ່ໃນເວລາດຽວກັນ ຍັງມີສິ່ງສັນຍານທີ່ຕົກ  
ທອດຈາກບັນຜະບຸລຸດໃນຕະກູນ. ຈິດສຳນຶກຮອງ ກັບຈິດສຳນຶກຫຼັກ ມີຊື່ດຽວກັນ. ໂດຍທົ່ວ  
ໄປຈິດສຳນຶກຮອງ ມີຄວາມສາມາດຫຼາຍກວ່າ ແລະ ມີລະດັບຊັ້ນສູງກວ່າຈິດສຳນຶກຫຼັກ, ລາວ  
ບໍ່ຖືກສັງຄົມຄົນທັມມະດາຂອງເຮົາຄອບງຳຈົນຫຼົງ, ລາວ ສາມາດເບິ່ງເຫັນມິຕິທີ່ກຳນົດເປັນ  
ພິເສດສະເພາະຂອງລາວ. ຫຼັກຜະລັງກົງຈຳນວນຫຼາຍ ເນັ້ນໄປໃນແນວທາງຂອງການບຳເພັນ  
ປະຕິບັດ ຈິດສຳນຶກຮອງ, ໂດຍກາຍເນື້ອແລະຈິດສຳນຶກຫຼັກຂອງລາວ ເຮັດໜ້າທີ່ເປັນຍານ  
ພາຫານະ, ເລື່ອງປະເພດນີ້ ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງມັກຈະບໍ່ຮູ້ ແລະ ຍັງຮູ້ສຶກວ່າຕົວເອງດີ. ຄົນທີ່ດຳລົງ  
ຊີວິດຢູ່ທຳມະກາງສັງຄົມ ຈະໃຫ້ລາວປະຖິ້ມສິ່ງຂອງທີ່ເຫັນຕໍ່ໜ້ານັ້ນ ເປັນເລື່ອງທີ່ຍາກຫຼາຍ,  
ໂດຍສະເພາະສິ່ງຂອງທີ່ລາວຍຶດຕິດ. ດັ່ງນັ້ນ ມີຫຼັກຜະລັງກົງສ່ວນຫຼາຍ ເນັ້ນການປະຕິບັດ  
ສະມາທິ, ຢູ່ໃນສະມາທິຢ່າງສົມບູນ ແລະ ວິວັດທະນາການ ລະຫວ່າງຢູ່ໃນສະມາທິ, ຈິດສຳນຶກ  
ຮອງ ວິວັດໃນສັງຄົມຂອງລາວ ແລະ ຍົກລະດັບຂຶ້ນໃນລະຫວ່າງການພັດທະນາ. ໜຶ່ງ ຈິດ  
ສຳນຶກຮອງບຳເພັນຂຶ້ນໄປ, ແລະ ນຳຜະລັງກົງຂອງທ່ານຈາກໄປ, ຈິດສຳນຶກຫຼັກ ແລະ ຮ່າງແທ້  
ຂອງທ່ານຈະບໍ່ມີຫຍັງເລີຍ, ການບຳເພັນໝົດຊີວິດຂອງທ່ານ ທີ່ຝຶກມາກໍ່ສູນເສຍໄປໝົດ, ນັ້ນ  
ເປັນເລື່ອງທີ່ໜ້າເສົ້າໃຈຫຼາຍ. ມີອາຈານຊື່ກົງທີ່ມີຊື່ສຽງບາງທ່ານ, ມີ ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດ

ພິເສດ) ຊະນິດຕ່າງໆ, ມີຊື່ສຽງສູງຫຼາຍ, ແຕ່ພະລັງກົງ ຂອງພວກເພິ່ນ ບໍ່ໄດ້ເກີດຢູ່ໃນຮ່າງກາຍ ຂອງພວກເພິ່ນ, ພວກເພິ່ນຍັງບໍ່ຮູ້ຈັກ.

ຝາຫຼນກົງຂອງເຮົາ ເນັ້ນຢູ່ທີ່ ການບຳເພັນປະຕິບັດຈິດສຳນຶກຫຼັກໂດຍກົງ, ກຳນົດ ໃຫ້ພະລັງກົງເກີດຂຶ້ນໃນຮ່າງກາຍຂອງທ່ານແທ້ໆ, ແນ່ນອນ ຜູ້ອີ່ຊື່ (ຈິດສຳນຶກຮອງ) ກໍ່ຈະໄດ້ ພະລັງກົງນຶ່ງສ່ວນ, ມັນຢູ່ໃນຖານະເພິ່ງພາອາໄສກໍ່ຈະຍົກລະດັບຂຶ້ນໄປນຳ. ຫຼັກພະລັງກົງ ຂອງ ເຮົານີ້ ມີຂໍ້ກຳນົດຊັ້ນຊຶ້ງທີ່ເຄັ່ງຄັດຫຼາຍ, ໃຫ້ທ່ານຢູ່ໃນສັງຄົມຄົນທັມມະດາສາມັນ, ຝຶກຝົນ ຊັ້ນຊຶ້ງ ຜ່ານອຸປະສັກຫຼາຍພາຍໃຕ້ສະພາບທີ່ຊັບຊ້ອນທີ່ສຸດ, ຈາກນັ້ນ ຍົກລະດັບສູງຂຶ້ນເປັນ ດອກບົວດອກນຶ່ງ ທີ່ຫຼຸດພຸດຜົນຈາກຂີ້ຕົມ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງອະນຸຍາດໃຫ້ທ່ານບຳເພັນປະຕິບັດ ສຳ ເຮັດ. ຝາຫຼນກົງມີຄຸນຄ່າຫຼາຍ ກໍ່ຄືຄຸນຄ່າຢູ່ບ່ອນນີ້, ຄຸນຄ່າກໍ່ຄືຄຸນຄ່າຢູ່ທີ່ຕົວທ່ານເອງໄດ້ ພະລັງກົງ. ແຕ່ວ່າ ມັນເປັນເລື່ອງຍາກຫຼາຍ, ຍາກກໍ່ຍາກຢູ່ບ່ອນທີ່ ທ່ານຝຶກຝົນໃນສະພາບ ແວດລ້ອມທີ່ຊັບຊ້ອນທີ່ສຸດ ຢ່າງຢູ່ເທິງຫົນທາງທີ່ມີອຸປະສັກຫຼາຍ.

ໃນເມື່ອຈຸດປະສົງ ຂອງການຝຶກພະລັງກົງ ຄືຕ້ອງບຳເພັນປະຕິບັດຈິດສຳນຶກຫຼັກ, ມັນ ເປັນສິ່ງທີ່ຈຳເປັນ ທີ່ຕ້ອງໃຊ້ຈິດສຳນຶກຫຼັກ ຄວບຄຸມຕົນເອງຝຶກພະລັງກົງ ຕະຫຼອດເວລາ, ການຕັດສິນໃຈຢູ່ທີ່ຈິດສຳນຶກຫຼັກ ບໍ່ສາມາດຈະມອບໃຫ້ຈິດສຳນຶກຮອງໄດ້. ດັ່ງນັ້ນອາດຈະມີ ມື້ນຶ່ງ ເມື່ອຈິດສຳນຶກຮອງ ບຳເພັນຂຶ້ນໄປແລ້ວ, ພະລັງກົງ ຈະຖືກນຳຕິດຕົວໄປ ແລະ ຮ່າງແທ້ ແລະຈິດສຳນຶກຫຼັກກໍ່ບໍ່ເຫຼືອຫຍັງໝົດ. ເມື່ອທ່ານຕ້ອງການບຳເພັນປະຕິບັດໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ, ຈິດສຳນຶກຫຼັກ ຄ້າຍຄືຫຼັບໄປບໍ່ຮູ້ເລື່ອງຮູ້ລາວ, ບໍ່ຮູ້ວ່າທ່ານກຳລັງຝຶກພະລັງກົງຢູ່, ໃຫ້ເປັນດັ່ງນີ້ ບໍ່ໄດ້. ທ່ານຈະຕ້ອງຮູ້ຢ່າງຈະແຈ້ວວ່າທ່ານກຳລັງຝຶກພະລັງກົງຢູ່, ກຳລັງບຳເພັນສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ, ກຳລັງຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ທ່ານຈຶ່ງຈະເປັນຝ່າຍຄວບຄຸມການກະທຳ, ທ່ານຈຶ່ງຈະ ໄດ້ຮັບພະລັງກົງ. ບາງເວລາເມື່ອທ່ານ ເຄືອບເຄີ້ມສະລົມສະລີ, ແລະ ໄດ້ເຮັດເລື່ອງນັ້ນ ສຳເຮັດ ໄປແລ້ວ ໂດຍທີ່ທ່ານບໍ່ຮູ້ວ່າໄດ້ເຮັດສຳເຮັດໄດ້ຢ່າງໃດ ຈຶ່ງເປັນຜົນທີ່ກະທຳໂດຍຈິດສຳນຶກ

ຮອງ, ເປັນຈິດສຳນຶກຮອງທີ່ກຳລັງສັງການ. ຖ້າທ່ານນັ່ງສະມາທິຢູ່ບ່ອນນັ້ນ, ມືນຕາແລ້ວເບິ່ງ  
ໄປທາງໜ້າ ທີ່ຢູ່ກົງກັນຂ້າມຍັງມີທ່ານອີກຄົນນຶ່ງ, ນັ້ນຄື ຈິດສຳນຶກຮອງຂອງທ່ານ. ຫາກວ່າ  
ທ່ານນັ່ງສະມາທິຢູ່ບ່ອນນັ້ນ, ປິ່ນໜ້າໄປທາງທິດເໜືອ, ທັນໃດນັ້ນ ທ່ານຈະເຫັນວ່າ: ທ່ານ ນັ່ງ  
ຢູ່ທາງທິດເໜືອ, ທ່ານອາດຈະສົງໄສວ່າ ທ່ານອອກມາຈາກຮ່າງກາຍໄດ້ຢ່າງໃດ, ແມ່ນ  
ຂ້າພະເຈົ້າແທ້ບໍ່, ທີ່ນັ່ງຢູ່ນັ້ນແມ່ນກາຍເນື້ອ ແລະ ຈິດສຳນຶກຮອງຂອງທ່ານ, ທ່ານສາມາດ  
ແຍກອອກໄດ້.

ໃນການບຳເພັນປະຕິບັດ ຝ້າຫຼຸນກົງ ຕ້ອງບໍ່ລືມຕົວຕົນຈົນໝົດ, ຖ້າລືມຕົວເອງກໍຈະບໍ່  
ສອດຄ່ອງກັບການບຳເພັນປະຕິບັດຕໍ່າຝ້າຂອງຝ້າຫຼຸນກົງນີ້, ການຝຶກຜະລັງກົງຈະຕ້ອງຮັກສາ  
ສະຕິໃຫ້ແຈ່ມແຈ້ງ. ເວລາຝຶກຜະລັງກົງຈິດສຳນຶກຫຼັກຕ້ອງເຂັ້ມແຂງ, ບໍ່ອອກນອກແນວທາງ,  
ສິ່ງຕ່າງໆ ໂດຍທົ່ວໄປບໍ່ອາດຈະທຳຮ້າຍທ່ານໄດ້. ຖ້າວ່າຈິດສຳນຶກຫຼັກອ່ອນແອຫຼາຍ ກໍຈະມີ  
ບາງສິ່ງຢ່າງ ລຸກລາມ.

### (3) ການຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງບໍ່ເວົ້າເຖິງທິດທາງແລະເວລາ

ຫຼັກຜະລັງກົງສ່ວນຫຼາຍ ໃຫ້ຄວາມສຳຄັນໃນການຝຶກຜະລັງກົງວ່າ ຄວນຈະປິ່ນໜ້າ  
ໄປທາງໃດຈຶ່ງຈະດີ, ຝຶກຜະລັງກົງເວລາໃດຈຶ່ງຈະດີ, ແຕ່ວ່າສິ່ງນີ້ ບໍ່ມີຄວາມໝາຍສຳລັບ ພວກ  
ເຮົາ. ການບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນເປັນການຝຶກຕາມຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງຈັກກະວານ,  
ຝຶກຕາມຫຼັກວິວັດທະນາການຂອງຈັກກະວານ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງບໍ່ໃຫ້ຄວາມສຳຄັນໃນເລື່ອງທິດທາງ  
ແລະ ເວລາ. ພວກເຮົາ ຝຶກຜະລັງກົງຄ້າຍຄື ນັ່ງຝຶກຢູ່ເທິງ ຝ້າຫຼຸນ ຊຶ່ງໝຸນໄປທຸກທິດທາງ ແລະ  
ຫຼາຍກວ່ານັ້ນ, ຝ້າຫຼຸນຂອງເຮົານັ້ນ ເຄື່ອນໄປພ້ອມກັບຈັກກະວານ. ຈັກກະວານໝຸນຢູ່, ທາງ  
ຊ້າງເຜືອກໝຸນຢູ່, ດາວເຄາະໝຸນໂຄຈອນອ້ອມດວງຕາເວັນ, ໂລກຍັງໝຸນອ້ອມຕົວມັນເອງ,  
ທາງໃດຄື ທິດເໜືອ, ທິດໃຕ້, ທິດຕາເວັນອອກ, ທິດຕາເວັນຕົກ? ທິດເໜືອ ທິດໃຕ້

ທິດຕາເວັນອອກ ທິດຕາເວັນຕົກ ທີ່ເຮົາເອີ້ນກັນນັ້ນ ແບ່ງອອກຈາກມຸມເບິ່ງຂອງມະນຸດໂລກ, ສະນັ້ນ ເວລາຝຶກ, ບໍ່ວ່າທ່ານຈະປິ່ນໜ້າ ໄປທາງທິດໃດກໍຕາມ, ທັງໝົດແມ່ນປິ່ນໜ້າເວລາຝຶກ ໄປທົ່ວທຸກທິດ.

ບາງຄົນເວົ້າວ່າ ຝຶກຜະລັງກົງດີໃນລະຫວ່າງເວລາ 23 ໂມງໄປຫາໂມງນຶ່ງຕອນເຊົ້າ ແມ່ນດີ, ເວລາທ່ຽງດີ ຫຼື ເວລາໃດດີ ພວກເຮົາກໍບໍ່ສົນໃຈເລື່ອງນີ້. ເພາະເວລາທີ່ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກ ຜະລັງກົງຝ້າຫຼຸນກໍຝຶກທ່ານຢູ່, ຝ້າຫຼຸນຈະຊ່ວຍທ່ານຝຶກຜະລັງກົງຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ, ຄື ຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຝ້າຝຶກຄົນ). ສ່ວນຕານຕ້າວຊີ້ກົງ ຄື ຄົນຝຶກຕານ, ແຕ່ຝ້າຫຼຸນກົງ ຄື ຫຼັກທັມຝຶກຄົນ. ທ່ານມີເວລາຫຼາຍກໍຝຶກຫຼາຍ, ມີເວລາໜ້ອຍກໍຝຶກໜ້ອຍ, ທັງໝົດນີ້ ແມ່ນສະດວກ.

#### 4. ຊຶ່ງມື້ຊ່ວງຊົ່ວ (ບຳເພັນຈິດແລະຊີວິດຄວບຄູ່ກັນ)

ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຝ້າຫຼຸນກົງ ຄື ບຳເພັນຈິດແລະຊີວິດຮ່ວມກັນ, ຜ່ານການຝຶກ ຜະລັງກົງຈະປ່ຽນແປງຮ່າງແທ້ກ່ອນ, ບໍ່ປະຖິ້ມຮ່າງແທ້, ຈິດສຳນຶກຫຼັກແລະກາຍເນື້ອ ປະສານ ເປັນນຶ່ງດຽວ ແລະ ບັນລຸຄວາມສຳເລັດ ສົມບູນແບບ ໂດຍລວມ.

##### (1) ປ່ຽນແປງຂອງເປັນຖີ້ (ຮ່າງແທ້)

ຮ່າງກາຍມະນຸດປະກອບດ້ວຍເນື້ອ, ເລືອດແລະກະດູກ, ມີໂຄງສ້າງຂອງໂມເລກຸນ ທີ່ ແຕກຕ່າງຈາກກັນແລະກັນ. ຫຼັງຈາກຜ່ານການຝຶກຜະລັງກົງ ສ່ວນປະກອບຂອງໂມເລກຸນ ໃນ ຮ່າງກາຍຈະຖືກປ່ຽນເປັນສະສານຜະລັງງານສູງ, ເມື່ອເປັນດັ່ງນີ້ ໂຄງສ້າງຂອງຮ່າງກາຍມະນຸດ

ກໍ່ຈະບໍ່ແມ່ນ ສ່ວນປະກອບຂອງສະສານເດີມແລ້ວ, ແຕ່ໄດ້ເກີດການປ່ຽນແປງອົງປະກອບ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດນັ້ນ ບໍາເພັນປະຕິບັດຢູ່ໃນໝູ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ, ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນຜຸງຊົນ ຕ້ອງສອດຄ່ອງກັບສະພາບຂອງສັງຄົມມະນຸດ. ດັ່ງນັ້ນ ການປ່ຽນແປງ ນີ້ ບໍ່ໄດ້ປ່ຽນແປງໂຄງສ້າງເດີມຂອງໂມເລກຸນຂອງມັນ, ການລຽນລະດັບຂອງໂມເລກຸນ ກໍ່ບໍ່ ປ່ຽນແປງ, ມີແຕ່ ປ່ຽນແປງສ່ວນປະກອບຂອງໂມເລກຸນເດີມ. ຮ່າງກາຍຂອງມະນຸດ ຍັງ ອ່ອນນຸ້ມ, ກະດູກກໍ່ຍັງແຂງ, ເລືອດຍັງແຫຼວແລະມັນຍັງມີເລືອດໄຫຼອອກມາ ເມື່ອຖືກມີດ ບາດ. ອີງຕາມທິດສະດີ ຫ້າທາດຂອງຈີນໂບຮານ, ມັນປະກອບ ດ້ວຍ ຄຳ, ໄມ້, ນ້ຳ, ໄຟ, ດິນ ປະກອບເປັນໜຶ່ງຢ່າງ ແລະ ຮ່າງກາຍມະນຸດກໍ່ເປັນເຊັ່ນນີ້. ເມື່ອຮ່າງແທ້ຂອງຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ເກີດການປ່ຽນແປງ, ໂດຍສະສານພະລັງງານສູງເຂົ້າທົດແທນ ສ່ວນປະກອບຂອງໂມເລກຸນ ເດີມ, ເມື່ອເຖິງເວລານີ້ ຮ່າງກາຍມະນຸດຈະບໍ່ໃຊ້ໂຄງສ້າງເດີມຂອງສະສານແລ້ວ. ສິ່ງທີ່ເອີ້ນກັນ ວ່າ « ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນຫ້າທາດ », ກໍ່ຄືຫຼັກການນີ້.

ລັກສະນະທີ່ໂດດເດັ່ນທີ່ສຸດ ຂອງ ວິທີບໍາເພັນຈິດ ແລະ ຊີວິດຄວບຄຸມກັນ ຄື ຍຶດຊີວິດ ຂອງຄົນໃຫ້ຍືນຍາວ ແລະ ໃຫ້ຄວາມແກ່ເຖົ້າຊ້າລົງ. ຝ່າງຫຼຸນກົງຂອງເຮົານັ້ນ ມີ ເອກະລັກ ທີ່ ໂດດເດັ່ນແບບນີ້. ຝ່າງຫຼຸນກົງ ນຳຫົນທາງນີ້ ຄື: ປ່ຽນແປງສ່ວນປະກອບ ຂອງ ໂມເລກຸນ ຂອງ ຮ່າງກາຍມະນຸດຈາກຜື່ນຖານ, ເກັບກຳ ແລະສະສົມພະລັງງານສູງໄວ້ ໃນຈຸລັງ ທຸກຈຸລັງ, ສຸດ ທ້າຍ ພະລັງງານສູງກໍ່ເຂົ້າທົດແທນສ່ວນປະກອບຂອງຈຸລັງ, ກໍ່ຈະບໍ່ເກີດຈຸລັງໃໝ່ມາທົດແທນ ຈຸລັງເກົ່າ, ລາວອອກຈາກຫ້າທາດແລ້ວ, ກາຍເປັນຮ່າງທີ່ປະກອບຂຶ້ນ ຈາກສະສານຂອງມີຕີ ອື່ນ, ບໍ່ຖືກຄວບຄຸມໂດຍ ມີຕີເວລາຂອງເຮົາ, ບຸກຄົນນີ້ກໍ່ຈະຮັກສາ ໄວໝຸ່ມສາວຕະຫຼອດໄປ.

ພຣະສົງລະດັບສູງແຕ່ລະຍຸກໃນອະດີດມີຊີວິດຍືນຍາວຫຼາຍ, ປັດຈຸບັນມີຄົນທີ່ມີ ອາຍຸ ນັບຮ້ອຍປີຢ່າງຢູ່ເທິງຫົນທາງແຕ່ທ່ານເບິ່ງບໍ່ອອກ, ລາວເບິ່ງຄືຫນຸ່ມ ແລະ ນຸ່ງເຄື່ອງຄືກັນກັບ

ສາມັນຊົນ ທ່ານຈຶ່ງບໍ່ເຫັນຄວາມແຕກຕ່າງ. ອາຍຸຂອງມະນຸດ ບໍ່ຄວນຈະສັ່ນຄືຢ່າງປັດຈຸບັນນີ້; ຫາກຈະເວົ້າແບບ ວິທະຍາສາດຂອງປັດຈຸບັນ, ຄົນສາມາດມີຊີວິດຢູ່ເຖິງ 200 ກວ່າປີ. ອີງຕາມບັນທຶກທາງປະຫວັດສາດ ທີ່ປະເທດອັງກິດມີຜູ້ຊາຍຄົນນຶ່ງຊື່ວ່າ ເຟມຄາດ ມີຊີວິດຢູ່ເຖິງ 207 ປີ. ທີ່ ປະເທດຢີ່ປຸ່ນ ມີຜູ້ຊາຍຄົນນຶ່ງຊື່ວ່າ ມ້ານປິງ ມີຊີວິດຢູ່ເຖິງ 242 ປີ. ປະເທດຈີນເຮົາ ໃນສະໄໝຣາຊວົງຖັງ ມີພຣະສົງຮຸ່ຍຈ້າວ ຜູ້ທີ່ມີຊີວິດຢູ່ 290 ປີ. ຕາມບັນທຶກ ຂອງ ເມືອງຫຍິ່ງໃຫ່ ຂອງ ຝູຊຽນໃນມົນທົນຝູ່ຈຽນ, ເສິນຈິນ ເກີດໃນປີ ທີ່ນຶ່ງຂອງປີ ຈົງເຫີ (ຄ.ສ. 881) ໃນສະໄໝ ຂອງ ຈັກກະພັດຊື້ຈົງແຫ່ງຣາຊວົງຖັງ, ແລະ ຕາຍໃນປີເທົ່ງ ຣາຊວົງຫຍວນ ຄ.ສ. 1324, ມີຊີວິດຢູ່ 443 ປີ. ເຫຼົ່ານີ້ ລ້ວນມີ ບັນທຶກອ້າງອີງ ກວດສອບໄດ້ ບໍ່ແມ່ນເທບນິຍາຍ. ຜູ້ຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ຂອງເຮົາ ຜ່ານການບຳເພັນປະຕິບັດຮອຍຫ່ຽວເທິງໃບໜ້າໄດ້ຫຼຸດລົງຢ່າງຊັດເຈນ, ໃບໜ້າແດງ ສະແດງເຖິງສຸຂະພາບດີ, ຮ່າງກາຍເປົາສະບາຍຫຼາຍ, ເວລາຢ່າງຫຼືເຮັດວຽກກໍ່ບໍ່ຮູ້ສຶກເມື່ອຍ, ນີ້ເປັນປະກົດການທີ່ໄວໄປ. ຕົວຂ້າພະເຈົ້າບຳເພັນປະຕິບັດ ມາເປັນເວລາຫຼາຍສິບປີ, ຄົນອື່ນໄດ້ບອກວ່າໃບໜ້າຂອງຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ປ່ຽນແປງຫຼາຍຈາກຊາວບຶກອນ, ນີ້ແມ່ນເຫດຜົນດຽວກັນ. ຝ້າຫຼຸນກົງເຮົາ ມີສິ່ງທີ່ມີອະນຸພາບສຳລັບການບຳເພັນຊີວິດ, ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ ຈະເບິ່ງແຕກຕ່າງຈາກຄົນທັມມະດາສາມັນໃນດ້ານອາຍຸ, ເບິ່ງຄືວ່າອາຍຸບໍ່ສອດຄ່ອງກັບອາຍຸແທ້ຂອງພວກເຝົ້າ, ດັ່ງນັ້ນ ຄຸນລັກສະນະທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຂອງຫຼັກຜະລັງກົງ ບຳເພັນຈິດ ແລະ ຊີວິດຄວບຄູ່ກັນ ຄືສາມາດຍຶດຊີວິດຄົນໃຫ້ຍືນຍາວ, ຄວາມແກ່ເຖົ້າຂອງຄົນຊ້າລົງ ແລະ ຍຶດຊີວິດຂອງຄົນໄດ້.

## (2) ຝ້າຫຼຸນໂຈວທຽນ (ວົງຈອນສະຫວັນຝ້າຫຼຸນ)

ຮ່າງກາຍມະນຸດເຮົາ ຄືຈັກກະວານນ້ອຍ, ຜະລັງງານຂອງຮ່າງກາຍຄົນ ປົ່ນອ້ອມຮ່າງກາຍນຶ່ງຮອບ, ເອີ້ນວ່າການໝຸນວຽນຂອງຈັກກະວານນ້ອຍ ແລະ ເອີ້ນວ່າໂຈວທຽນ

(ການໝູນວຽນຂອງວົງຈອນສະຫວັນ). ເມື່ອ ຊີຜະຈອນ ເຢັນ ແລະ ຕັ້ງ ຕໍ່ເຂົ້າກັນແລ້ວ, ຈາກ ທັດສະນະ ຂອງລະດັບຊັ້ນນີ້ ຍັງເປັນວົງຈອນສະຫວັນແບບຜິວເຜີນ, ບໍ່ເກີດຜົນໃນການບຳ ເຜັນຊີວິດ. ໂຈວທ່ຽນນ້ອຍ ທີ່ແທ້ຈິງນັ້ນ ໝູນວຽນຈາກ ໜີຫວານກົງ (ຕ່ອມໄຟເນັຽ) ໄປຫາ ຕານຖຽນ, ແມ່ນການໝູນວຽນຢູ່ພາຍໃນ. ຜ່ານການໝູນວຽນພາຍໃນຈະກະຕຸ້ນໃຫ້ຮ່າງກາຍ ຂະຫຍາຍຈາກຂ້າງໃນອອກສຸພາຍນອກ, ຮ້ອຍຊີຜະຈອນເປີດທະລວງ. ຝ້າຫຸນກົງ ຂອງເຮົາ ກຳນົດໃຫ້ ຊີຜະຈອນທັງໝົດ ເປີດທະລວງຕັ້ງແຕ່ເລີ່ມຕົ້ນ.

ວົງຈອນສະຫວັນໃຫຍ່ ຄືການໂຄຈອນ ຂອງ 8 ຊີຜະຈອນ (ສີຈິປະມ້າຍ) ໂດຍ ໄປ ອ້ອມຮ່າງກາຍນຶ່ງຮອບ. ຫາກວົງຈອນສະຫວັນໃຫຍ່ທະລວງແລ້ວ ຈະເກີດສະພາບນຶ່ງ ຄື: ຜູ້ ຝຶກຜະລັງກົງ ຄົນນີ້ສາມາດຈະລອຍຕົວຂຶ້ນມາ ຕາມທີ່ຂຽນໄວ້ໃນຄຳຝຶຕານ « ບິນຂຶ້ນ ກາງເວັນແຈ້ງໆ » ກໍ່ຄືຄວາມໝາຍນີ້. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ປົກກະຕິມັນຈະອັດຕັນ ສ່ວນໃດ ສ່ວນນຶ່ງຂອງຮ່າງກາຍທ່ານເອົາໄວ້, ເຮັດໃຫ້ທ່ານບິນຂຶ້ນມາບໍ່ໄດ້, ແຕ່ມັນຈະເຮັດ ໃຫ້ທ່ານມີ ສະຖານະພາບນຶ່ງ ຄື: ທ່ານຈະຢ່າງຕົວເບົາແລະໄວຫຼາຍ, ເວລາຢ່າງຂຶ້ນຜູ້ ຄືມີໃຜຊຸກທ່ານຂຶ້ນ ໄປ. ຫຼັງຈາກວົງຈອນສະຫວັນໃຫຍ່ທະລວງແລ້ວ ຈະນຳມາຊຶ່ງກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ): ຄື ສາມາດເຮັດໃຫ້ ຊີ້ (ລົມປານ) ໃນອະໄວຍະວະພາຍໃນຮ່າງກາຍຄົນ ແລກປ່ຽນ ຕຳແໜ່ງເຊັ່ນ: ຊີ້ (ລົມປານ) ທີ່ຫົວໃຈຈະເຄື່ອນໄປທີ່ກະເພາະ. ຊີ້ (ລົມປານ) ທີ່ກະເພາະຈະ ເຄື່ອນໄປທີ່ລຳໄສ້ເປັນຕົ້ນ,... ເມື່ອກົງຫຼີ້ (ແຮງຜະລັງ) ເພີ່ມຂຶ້ນແລ້ວ, ເວລາປ່ອຍອອກສູນອກ ຮ່າງກາຍ ກໍ່ຄືຜະລັງກົງຖືກເຄື່ອນຍ້າຍ (ປັນອີ້ງກົງ). ວົງຈອນສະຫວັນຊະນິດນີ້ ກໍ່ເອີ້ນວ່າ ວົງ ຈອນສະຫວັນເມຣິດຽນ (ຈີ້ອູ່ໂຈວທ່ຽນ) ຫຼື ວົງຈອນສະຫວັນຝ້າດິນ (ສຽນຄຸນໂຈວທ່ຽນ). ການໂຄຈອນຂອງມັນຍັງບໍ່ສາມາດບັນລຸ ຈຸດປະສົງຂອງການປ່ຽນແປງຮ່າງກາຍ, ຍັງຕ້ອງມີ ວົງຈອນສະຫວັນອີກຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ສອດຄ່ອງກັບມັນ ເອີ້ນວ່າວົງຈອນສະຫວັນເໝົາໂຢ່ວ (ເໝົາ ໂຢ່ວໂຈວທ່ຽນ). ວົງຈອນສະຫວັນເໝົາໂຢ່ວ ຈະເຄື່ອນແບບນີ້: ມັນຈະອອກຈາກຈຸດ ຮຸ້ຍອີ່ງ ຫຼື ຈຸດບ້າຍຮຸ້ຍ ແລະ ເລີ່ມເຄື່ອນໄປຕາມຈຸດເຊື້ອມຕໍ່ ຂອງດ້ານຢຶ້ງແລະດ້ານຢຶ້ງຂອງຮ່າງກາຍ, ຄືເຄື່ອນໄປຕາມດ້ານຂ້າງຂອງຮ່າງກາຍ.



ການໂຄຈອນຂອງວົງຈອນສະຫວັນ ຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນ ໃຫຍ່ກວ່າການໂຄຈອນຂອງ 8 ຊີ  
ຜະຈອນ ທີ່ເວົ້າເຖິງກັນຫຼາຍໃນຫຼັກຜະລັງກົງ, ໂດຍທົ່ວໄປ ມັນເປັນການໂຄຈອນຂອງຊີຜະ  
ຈອນ ຊື່ ທີ່ເຄື່ອນໄປທັງ ແນວຕັ້ງແລະແນວນອນທົ່ວໝົດຮ່າງກາຍ ໂດຍຊີຜະຈອນທັງໝົດ ໃນ  
ຮ່າງກາຍຕ້ອງເປີດທະລວງໃນທັນທີ, ແລະ ທັງໝົດຕ້ອງເຄື່ອນພ້ອມກັນ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ມີຢູ່ໃນຝ້າ  
ຫຼຸນກົງຂອງເຮົາ, ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເຈາະຈົງໄປຝຶກ ແລະ ບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຄວາມນຶກຄິດໄປນຳຟາ.  
ຫາກທ່ານເຮັດແບບນີ້ ທ່ານກໍ່ຈະເດີນທາງຜິດພ້ຽນແລ້ວ. ໃນເວລາເຜີຍແຜ່ຂ້າພະເຈົ້າ ໃສ່ ຊື່ຈີ້  
(ກົນໄກຊື້) ໄວ້ນອກຮ່າງກາຍໃຫ້ກັບທ່ານ, ມັນຈະໝຸນວຽນໂດຍອັດຕະໂນມັດ. ຊື່ຈີ້ (ກົນໄກ  
ຊື້) ເປັນສິ່ງທີ່ພິເສດຊະນິດນຶ່ງ ທີ່ມີສະເພາະໃນການຝຶກຜະລັງກົງໃນລະດັບຊັ້ນສູງ ແລະ ເປັນ  
ສ່ວນນຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ການຝຶກຜະລັງກົງຂອງເຮົາ ເປັນໄປໂດຍອັດຕະໂນມັດ ມັນໝຸນຕະຫຼອດ  
ໂດຍບໍ່ຢຸດຄືກັນກັບຝ້າຫຼຸນ ແລະ ຊັກນຳຊີຜະຈອນຊື້ໃນຮ່າງກາຍໃຫ້ໝຸນ. ເຖິງທ່ານຈະບໍ່ເຄີຍ  
ຝຶກວົງຈອນສະຫວັນ, ແຕ່ໃນຄວາມເປັນຈິງ ຊີຜະຈອນຊື້ນັ້ນ ກໍ່ຖືກນຳຟາໃຫ້ໝຸນພ້ອມກັນ,  
ເລິກລົງໄປພາຍໃນແລະພາຍນອກ ມັນຈະໝຸນໄປພ້ອມກັນ, ພວກເຮົາ ໃຊ້ທຳການເຄື່ອນໄຫວ  
ຂອງມື ເພື່ອເສີມກົນໄກຊື້ ທີ່ຢູ່ນອກຮ່າງກາຍໃຫ້ແຂງແກ່ນ.

### (3) ການທະລວງຊີຜະຈອນ

ຈຸດປະສົງຂອງການທະລວງຊີຜະຈອນ ຄື ເພື່ອໃຫ້ຜະລັງງານໝຸນວຽນ ແລະ ປ່ຽນແປງ  
ສ່ວນປະກອບຂອງໂມເລກຸນຂອງຈຸລັງ ເພື່ອປ່ຽນແປງເປັນ ສະສານຜະລັງງານສູງ. ຄົນທີ່ບໍ່ຝຶກ  
ຜະລັງກົງນັ້ນ ຊີຜະຈອນຈະອັດຕັນຈົນນ້ອຍຫຼາຍ, ຊີຜະຈອນຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ຈະຄ່ອຍໆມີ  
ແສງສະຫວ່າງຂຶ້ນ, ປ່ອນທີ່ບໍ່ລ່ວງຈະເປີດທະລວງ. ຜູ້ທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ມາເປັນເວລາດົນນານ ຊີ  
ຜະຈອນຈະກວ້າງຂຶ້ນ, ເມື່ອບຳເພັນເຖິງລະດັບຊັ້ນສູງ ຊີຜະຈອນຈະກວ້າງຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ, ບາງ  
ຄົນຊີຜະຈອນກວ້າງຊຳກັນກັບນິ້ວມື. ແຕ່ການທະລວງຊີຜະຈອນດ້ວຍຕົວເອງ ບໍ່ອາດບົ່ງບອກ  
ວ່າຄົນຜູ້ນັ້ນ ບຳເພັນເຖິງລະດັບໃດ, ມີຜະລັງກົງສູງພຽງໃດ. ຊີຜະຈອນຈະແຈ້ງສະຫວ່າງ ແລະ

ກວ້າງຫຼາຍຂຶ້ນໂດຍຜ່ານການຝຶກຜະລິງກົງ, ສຸດທ້າຍ ຮ້ອຍຈຸດທ່ຽງກໍເຊື່ອມຕໍ່ກັນເປັນແຜ່ນດຽວ, ເມື່ອເຖິງເວລານັ້ນ ຄົນຜູ້ນີ້ຈະບໍ່ມີຊີຜະຈອນແລະບໍ່ມີຈຸດລົມປານ; ເວົ້າອີກຢ່າງໜຶ່ງ ຄືຮ່າງກາຍທັງໝົດເປັນຊີຜະຈອນ ແລະ ກໍ່ເປັນຈຸດລົມປານ. ເມື່ອເຖິງເວລານີ້ ຍັງບໍ່ສາມາດຈະເວົ້າໄດ້ວ່າຄົນຜູ້ນີ້ໄດ້ຕ່າວແລ້ວ, ມັນເປັນພຽງປາກົດການຊະນິດໜຶ່ງ ໃນຂັ້ນຕອນການບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງເທົ່ານັ້ນ, ເປັນພຽງປາກົດການຂອງລະດັບຊັ້ນໜຶ່ງ. ເມື່ອມາເຖິງບາດກ້າວນີ້, ການບຳເພັນຫຼັກທັມໃນພິບ ໄດ້ດຳເນີນມາເຖິງຈຸດສິ້ນສຸດແລ້ວ, ໃນເວລາດຽວກັນ ເບິ່ງຈາກພາຍນອກຈະນຳມາຊຶ່ງສະພາບໜຶ່ງທີ່ຊັດເຈນຄື: ຊານຣິວຈີ້ຕັ້ງ (ດອກໄມ້ສາມດອກຢູ່ເທິງຫົວ). ມີຜະລິງກົງຫຼາຍທີ່ສຸດ ຊຶ່ງລ້ວນແຕ່ມີຮູບລັກສະນະ, ຫຼັກຜະລິງກົງກໍ່ສູງຫຼາຍແລ້ວ, ຢູ່ເທິງຫົວປາກົດດອກໄມ້ສາມດອກ, ດອກໜຶ່ງຄືດອກບົວ, ດອກໜຶ່ງຄືດອກເປັນຈະມາດ. ດອກໄມ້ສາມດອກໝູນອ້ອມຕົວເອງ, ຂະນະທີ່ໝູນອ້ອມຕົວເອງ ຍັງສະຫຼັບກັນໝູນອ້ອມ ຊຶ່ງກັນແລະກັນ. ເທິງດອກໄມ້ແຕ່ລະດອກ ມີຫຼັກໜຶ່ງ, ຫຼັກສູງເຖິງຝ້າ, ສູງຫຼາຍ. ເສົາສາມອັນນີ້ ກໍ່ຈະສະຫຼັບກັນໝູນຕາມດອກໄມ້ ແລະ ໝູນອ້ອມຕົວເອງນຳ, ລາວຈະຮູ້ສຶກໜັກຫົວຫຼາຍ, ເຖິງເວລານີ້ ລາວພຽງແຕ່ມາເຖິງກ້າວສຸດທ້າຍ ຂອງການບຳເພັນປະຕິບັດ ຂອງຊື້ຈຽນຝ້າ (ທັມໃນພິບ).

## 5. ອີ່ນ້ຽນ (ຄວາມນົກຄິດ)

ການບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນບໍ່ມີຄວາມນົກຄິດ. ຄວາມນົກຄິດຂອງຕົນເອງ ບໍ່ສາມາດເຮັດຫຍັງໄດ້ ແຕ່ມັນສາມາດອອກຄຳສັ່ງໄດ້. ສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຜົນທີ່ແທ້ຈິງຄືກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ຊຶ່ງມີຄວາມສາມາດ ຂອງ ຫຼິງຖີ້ (ຮ່າງອັດສະຣິຍະ), ທີ່ຈະຄິດ ແລະ ຮັບຄຳສັ່ງຈາກສີສັນຍານຈາກສະໝອງ. ແຕ່ຄົນຈຳນວນຫຼາຍ ໂດຍສະເພາະ ຄົນໃນວົງການຊື້ກົງນັ້ນ ມີທິດສະດີຕ່າງໆຫຼາຍ, ຄິດວ່າຄວາມນົກຄິດ ສາມາດເຮັດເລື່ອງຕ່າງໆໄດ້ຫຼາຍ. ບາງຄົນເວົ້າເຖິງການໃຊ້ຄວາມນົກຄິດເປີດກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ໃຊ້ຄວາມນົກຄິດເປີດຕາທິບ ໃຊ້ຄວາມນົກຄິດປິ່ນປົວຜະຍາດ, ໃຊ້ຄວາມນົກຄິດເຮັດການເຄື່ອນຍ້າຍເປັນຕົ້ນ,

ນີ້ເປັນຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດ. ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ, ໃນໝູ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ ຄວາມນຶກຄິດສັງ  
ການອະໄວຍະວະ ຂອງຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ແຂນຂາທັງສີ່. ແຕ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ໃນໝູ່ຜູ້ບຳເພັນ  
ນັ້ນ ຄວາມນຶກຄິດສາມາດພັດທະນາຂຶ້ນໄປໄດ້ ແລະ ສັງການໃຫ້ ກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ເຮັດເລື່ອງຕ່າງໆ, ໝາຍຄວາມວ່າກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ນັ້ນຖືກຄວບຄຸມ  
ໂດຍຄວາມນຶກຄິດ. ນີ້ແມ່ນທັດສະນະຂອງພວກເຮົາ ກ່ຽວກັບຄວາມນຶກຄິດ. ບາງເທື່ອເຮົາ  
ເຫັນອາຈານຊື່ກົງປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນ, ຍັງບໍ່ທັນລົງມືປິ່ນປົວຄົນໄຂ້ກໍ່ບອກວ່າດີແລ້ວ, ເຂົາ  
ໃຈວ່າປິ່ນປົວດ້ວຍຄວາມນຶກຄິດ, ໃນຄວາມເປັນຈິງ ລາວສິ່ງກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ)  
ຊະນິດນຶ່ງອອກໄປ ສັງການກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກໄປປິ່ນປົວ ຫຼື ເຮັດບາງສິ່ງ  
ບາງຢ່າງ, ເພາະ ກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ນັ້ນ ໄປຢູ່ໃນອີກມິຕິນຶ່ງ, ຕາຂອງຄົນທັມມະ  
ດາສາມັນເບິ່ງບໍ່ເຫັນ, ລາວບໍ່ຮູ້ແລະເຂົ້າໃຈວ່າ ເປັນຄວາມນຶກຄິດທີ່ເຮັດການປິ່ນປົວ. ບາງຄົນ  
ຄິດວ່າສາມາດໃຊ້ ອີ້ນ້ຽນ (ຄວາມນຶກຄິດ) ປິ່ນປົວພະຍາດໄດ້, ສິ່ງນັ້ນແມ່ນນຳພາຄົນອອກ  
ນອກແນວທາງ, ຄວາມເຫັນເຊັ່ນນີ້ ຕ້ອງອະທິບາຍໃຫ້ແຈ່ມແຈ້ງ.

ຄວາມຄິດເຫັນຂອງຄົນຜູ້ນັ້ນເປັນສີ່ສັນຍານຊະນິດນຶ່ງ, ເປັນພະລັງງານຊະນິດນຶ່ງ ແລະ  
ເປັນຮູບແບບຊະນິດນຶ່ງ ຂອງ ສະສານທີ່ມີຢູ່. ໃນເວລາທີ່ຄົນກຳລັງຄິດຢູ່ນັ້ນ, ໃນສະໝອງຈະ  
ຜະລິດຄວາມຖີ່ຊະນິດນຶ່ງ ບາງເທື່ອທ່ອງຄາຖາໄດ້ຜົນຫຼາຍ, ເພາະຫຍັງ? ເພາະຈັກກະວານກໍ່ມີ  
ຄວາມຖີ່ ທີ່ສິ້ນສະເທືອນຂອງມັນ, ເມື່ອຄາຖາ ທີ່ທ່ານທ່ອງກັບຄວາມຖີ່ຂອງຈັກກະວານເກີດ  
ການສັ່ນສະເທືອນພ້ອມກັນກໍ່ສາມາດບັງເກີດຜົນ. ແນ່ນອນມັນຕ້ອງເປັນສີ່ສັນຍານທີ່ດີຈຶ່ງຈະ  
ສາມາດເກີດຜົນ, ເພາະໃນຈັກກະວານບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ສິ່ງທີ່ຊົ່ວຮ້າຍມີຢູ່ໄດ້. ຄວາມນຶກຄິດ ກໍ່  
ເປັນຮູບແບບຄວາມຄິດທີ່ພິເສດສະເພາະຊະນິດນຶ່ງ, ຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງອາຈານຊື່ກົງ  
ລະດັບຊັ້ນສູງນັ້ນຈະຖືກຄວບຄຸມແລະສັງການໂດຍຄວາມຄິດຂອງຮ່າງຫຼັກ. ຝ້າເຊີນ (ທັມມະ  
ກາຍ) ກໍ່ມີຄວາມຄິດຂອງເພິ່ນເອງ, ມີຄວາມສາມາດໃນການປັບປຸງບັນຫາ ແລະ ຈັດການ

ເລື່ອງລາວຢ່າງເປັນອິດສະຫຼະ ເພິ່ນເປັນຕົວຕົນເອງທີ່ເປັນເອກະລາດ. ໃນເວລາດຽວກັນ, ຝ້າ  
ເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ສາມາດຈະຮູ້ຄວາມຄິດຂອງຮ່າງຫຼັກຂອກາຈານ ຊື່ກົງ ແລະ ໄປຈັດການ  
ກັບວຽກຕາມຄວາມຄິດຂອງຮ່າງຫຼັກ. ຍົກຕົວຢ່າງອາຈານ ຊື່ກົງ ຕ້ອງການຈະປິ່ນປົວພະຍາດ  
ໃຫ້ຄົນຜູ້ນຶ່ງ, ເພິ່ນໄປຢູ່ບ່ອນນັ້ນ ເວລາຄວາມນຶກຄິດນີ້ບໍ່ສິ່ງອອກມາ ເພິ່ນຈະບໍ່ໄປ. ຫາກເມື່ອ  
ເພິ່ນເຫັນເລື່ອງທີ່ດີຫຼາຍ ເພິ່ນຈະເລີ່ມໄປເຮັດເອງ. ປະຣະມາຈານຊື່ກົງບາງຄົນ ຍັງບໍ່ບັນລຸເຖິງ  
ຂັ້ນຂ່າຍອູ້ (ເປີດ ການເຂົ້າໃຈ), ມີບາງເລື່ອງລາວຍັງບໍ່ຮູ້, ແຕ່ຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງເພິ່ນ  
ຮູ້ແລ້ວ.

ຄວາມນຶກຄິດ ຍັງມີອີກຄວາມໝາຍນຶ່ງ ເອີ້ນວ່າສິ່ງດົນໃຈ, ສິ່ງດົນໃຈບໍ່ໄດ້ອອກມາ  
ຈາກຈິດສຳນຶກຫຼັກຂອງຄົນ. ຂອບເຂດຄວາມຮູ້ຂອງຈິດສຳນຶກຫຼັກນັ້ນຈຳກັດຫຼາຍ, ຫາກ  
ທ່ານຄິດຈະເຮັດສິ່ງຂອງທີ່ຍັງບໍ່ມີໃນສັງຄົມ ທ່ານບໍ່ອາດຈະອາໄສພຽງຈິດສຳນຶກຫຼັກ. ສິ່ງດົນ  
ໃຈນັ້ນມາຈາກຈິດສຳນຶກຮອງ. ບາງຄົນສ້າງສັນຜົນງານ ຫຼື ເຮັດວຽກການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈທາງ  
ວິທະຍາສາດ, ເວລາທີ່ໃຊ້ຄວາມຄິດອອກໄປຫຼາຍ ແຕ່ກໍ່ຍັງຄິດບໍ່ອອກ ລາວກໍ່ຢຸດຜັກຟ່ອນ,  
ແລ້ວອອກໄປຢ່າງຂ້າງນອກນຶ່ງຮອບ. ທັນໃດນັ້ນ, ກໍ່ເກີດສິ່ງດົນໃຈຂຶ້ນມາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ, ລາວ  
ຜ່າວຈັບເອົາປາກກາຂຶ້ນມາຂຽນຢ່າງໄວ ເຮັດຜົນງານອອກມາ ນີ້ເປັນເພາະເວລາຈິດສຳນຶກຫຼັກ  
ເຂັ້ມແຂງ, ມັນຈະຄວບຄຸມສະໜອງ ຈິ່ງຄືດອັນໃດກໍ່ບໍ່ອອກມາ. ແຕ່ເມື່ອ ຈິດສຳນຶກຫຼັກ  
ຜ່ອນຄາຍ, ຈິດສຳນຶກຮອງຈະບັງເກີດຜົນ ແລະ ຈະຄວບຄຸມສະໜອງ. ຈິດສຳນຶກຮອງຢູ່ໃນມື  
ຕົອື່ນບໍ່ຖືກຄວບຄຸມໂດຍມືຕົນ ແລະ ກໍ່ສາມາດສ້າງສັນສິ່ງໃໝ່ໆ. ແຕ່ຈິດສຳນຶກຮອງກໍ່ບໍ່  
ສາມາດເຮັດເກີນກວ່າ ຫຼື ລົບກວນສະພາບຂອງສັງຄົມຄົນທັມມະດາສາມັນ, ຫຼື ສິ່ງຜົນກະທົບ  
ຕໍ່ຂະບວນການພັດທະນາຂອງສັງຄົມ.

ສິ່ງດົນໃຈມາຈາກສອງລັກສະນະ, ນຶ່ງຄືໄດ້ມາໂດຍຈິດສຳນຶກຮອງ, ຈິດສຳນຶກຮອງ ບໍ່  
ຕົກຢູ່ໃນວັງວິນຂອງສັງຄົມໂລກ, ລາວສາມາດເຮັດສິ່ງດົນໃຈໄດ້. ອີກນຶ່ງຄື ມາຈາກການສັ່ງ

ການແນະນຳຂອງຊີວິດໃນລະດັບຊັ້ນສູງ. ເວລາທີ່ມີຊີວິດໃນລະດັບຊັ້ນສູງແນະນຳ, ຄວາມຄິດ  
ຈະເປີດກວ້າງແລະສາມາດຈະເຮັດສິ່ງທີ່ພິເສດອອກມາໄດ້. ການພັດທະນາຂອງສັງຄົມ ແລະ  
ຈັກກະວານໂດຍຮວມທັງໝົດ ເປັນໄປຕາມກົດເກນທີ່ກຳນົດພິເສດສະເພາະ ແລະ ທຸກສິ່ງທຸກ  
ຢ່າງບໍ່ແມ່ນເລື່ອງບັງເອີນ.

## 6. ລະດັບຊັ້ນຂອງການບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ

### (1) ການບຳເພັນປະຕິບັດໃນລະດັບຊັ້ນສູງ

ຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນ ເປັນການບຳເພັນປະຕິບັດຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງຫຼາຍ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງເກີດ  
ຜະລັງກົງໄດ້ໄວເປັນພິເສດ. ຕົວໃຫຍ່ລຽບງ່າຍບໍ່ຊັບຊ້ອນ; ເບິ່ງໃນສະພາບໃຫຍ່ ຝ້າຫຼຸນກົງ  
ມີທ່າເຄື່ອນໄຫວໜ້ອຍທີ່ສຸດ, ແຕ່ມັນຄວບຄຸມທຸກດ້ານຂອງຮ່າງກາຍ ຮວມທັງຄວບຄຸມ ໃຫ້  
ເກີດຫຼາຍສິ່ງຫຼາຍຢ່າງ. ມີແຕ່ຕ້ອງໃຫ້ຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງຂຶ້ນມາ ຜະລັງກົງຂອງລາວກໍ່ຈະຕື່ມຂຶ້ນ  
ຢ່າງໄວໂດຍບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງພະຍາຍາມຢ່າງເຈດຕະນາ ແລະໃຊ້ວິທີສະເພາະ ຫຼື ຕັ້ງໝໍ້ກໍ່ເຕົາ ເກັບ  
ກຳຢາຂ້ຽວຕານ, ເພີ່ມໄຟຫຼາຍນ້ອຍພຽງໃດ, ວິທີໃຊ້ຢາຫຼາຍນ້ອຍເທົ່າໃດ. ການອາໄສຄວາມ  
ນິກຄົດຊຶ້ນນັ້ນສັບສົນຫຼາຍ ແລະ ມັນເປັນການງ່າຍທີ່ຈະອອກນອກແນວທາງ. ພວກເຮົາໃນ  
ທີ່ນີ້ສະເໜີພຣະທັມມະຂັນ ທີ່ສະດວກທີ່ສຸດແກ່ທຸກທ່ານ ຊຶ່ງເປັນພຣະທັມມະຂັນ ທີ່ດີທີ່ສຸດ  
ແລະ ກໍ່ເປັນພຣະທັມມະຂັນຍາກທີ່ສຸດ. ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ຖ້າຈະບັນລຸສະພາບນ້ຳຍປ້າຍທີ່ (ຮ່າງ  
ຂາວນ້ຳນົມ) ນັ້ນ ໃນການຝຶກຜະລັງກົງອື່ນ ຕ້ອງໃຊ້ເວລາກວ່າຫຼາຍສິບປີ, ຫຼາຍກວ່າສິບປີ ຫຼື  
ຫຼາຍກວ່ານີ້, ແຕ່ພວກເຮົາ ຈະນຳພາພວກທ່ານໄປສູ່ຂັ້ນຕອນນີ້ໃນທັນທີ. ເວລາທ່ານຍັງບໍ່ທັນ  
ໄດ້ຮູ້ສຶກ ລະດັບຊັ້ນນີ້ອາດຈະຜ່ານໄປ ແລະ ອາດຈະເປັນເວລາສອງສາມຊົ່ວໂມງເທົ່ານັ້ນ. ອາດ  
ຈະມີມື້ໜຶ່ງ ທີ່ທ່ານຈະຮູ້ສຶກໄວຫຼາຍ, ຜ່ານໄປບຸດໜຶ່ງ ບໍ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກແລ້ວ, ຄວາມຈິງກໍ່ຄືໄດ້  
ຜ່ານໄປແລ້ວນຶ່ງລະດັບຊັ້ນໃຫຍ່.

## (2) ຮູບແບບປາກົດການຂອງພະລັງກົງ

ຮ່າງກາຍ ຂອງ ຜູ້ຝຶກຝ່າງຫຼຸນກົງ ເມື່ອຜ່ານການປັບປຸງແລ້ວ ກໍ່ຈະບັນລຸເຖິງສະພາບ ທີ່ ເໝາະສົມສໍາລັບການບໍາເລັນປະຕິບັດຕໍາຝ່າ, ນີ້ຄືສະພາບ « ນ້າຍປ້າຍທີ່ » (ຮ່າງຂາວນ້ຳນົມ) . ເມື່ອບັນລຸເຖິງສະພາບນີ້ແລ້ວ ຈຶ່ງຈະສາມາດເກີດພະລັງກົງ. ຄົນທີ່ມີຕາທົບລະດັບສູງຈະເບິ່ງ ເຫັນ, ພະລັງກົງທີ່ເກີດໃນຊັ້ນຜິວໜັງ ຂອງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ຈາກນັ້ນ ກໍ່ລ່າລຽງເຂົ້າໄປໃນ ຮ່າງກາຍຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ພະລັງກົງກໍ່ເກີດອີກແລະເຂົ້າໄປອີກ, ຕໍາເນີນໄປແບບນີ້ ກັບໄປກັບມາ ລະດັບຊັ້ນແລ້ວລະດັບຊັ້ນເຫຼົ່າ, ບາງຄັ້ງ ຕໍາເນີນໄປຢ່າງໄວຫຼາຍ, ນີ້ຄືພະລັງກົງ ຂັ້ນທໍາອິດ ຂອງການກໍ່ເກີດພະລັງກົງ. ຫຼັງຈາກພະລັງກົງຂັ້ນທໍາອິດກໍ່ເກີດແລ້ວ, ຮ່າງກາຍ ຂອງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນຮ່າງກາຍ ທົ່ວໄປແລ້ວ, ຫຼັງຈາກບັນລຸຮ່າງຂາວນ້ຳນົມແລ້ວ, ລາວຈະບໍ່ເຈັບປວດ ເປັນພະຍາດອີກ. ຄວາມເຈັບປວດ ທີ່ປາກົດອອກມາ ບ່ອນນີ້ ບ່ອນນັ້ນ ໃນພາຍຫຼັງ ຫຼື ຄວາມສຶກຮູ້ບໍ່ສະບາຍ ທີ່ເກີດຂຶ້ນຢູ່ສ່ວນໃດສ່ວນນຶ່ງ, ເບິ່ງຄ້າຍກັບຄົນເຈັບ ແຕ່ ມັນບໍ່ແມ່ນພະຍາດ, ເປັນຜົນ ສະທ້ອນມາຈາກກັມ. ເມື່ອເກີດພະລັງກົງຂັ້ນທີ່ສອງແລ້ວ ຮ່າງ ອັດສະຣິຍະນັ້ນ ກໍ່ໃຫຍ່ຂຶ້ນ ຫຼາຍແລ້ວ, ຂາເຈົ້າສາມາດຈະເຄື່ອນໄຫວ ແລະ ເວົ້າໄດ້. ບາງທີ ພວກຂາເຈົ້າ ຈະອອກມາ ແບບລ່າງໆ, ບາງທີອອກມາໜາແໜ້ນຫຼາຍ, ພວກຂາເຈົ້າ ຍັງເວົ້າ ຄຸຍຊຶ່ງກັນແລະກັນ. ພາຍໃນຮ່າງອັດສະຣິຍະເຫຼົ່ານີ້ ມີພະລັງງານສະສົມໄວ້ ເປັນ ປະຣິມານ ຫຼາຍ ເພື່ອຈະນໍາມາໃຊ້ ໃນການປ່ຽນແປງຮ່າງແທ້.

ເມື່ອບໍາເລັນປະຕິບັດ ຝ່າງຫຼຸນກົງ ເຖິງລະດັບ ສູງຫຼາຍແລ້ວ, ບາງເທື່ອ ອົງຫາຍ (ກຸມມານ) ຈະປາກົດອອກມາ, ມີຮ່າງກາຍທັງໝົດ, ພວກຂາເຈົ້າດີຫຼາຍ, ມັກຫຼົ້ນ ແລະ ມີ ຄວາມເມດຕາສົງສານ. ຍັງສາມາດບໍາເລັນປະຕິບັດຮ່າງກາຍອີກແບບນຶ່ງ ອອກມາໄດ້ ນັ້ນກໍ່ຄື ຢວນອົງ (ກາຍທົບ). ລາວນັ່ງຢູ່ເທິງດອກບົວ ແລະ ສວຍງາມຫຼາຍ. ຢວນອົງ (ກາຍທົບ) ທີ່ ເກີດອອກມາຈາກການບໍາເລັນປະຕິບັດນັ້ນ ເກີດຂຶ້ນຈາກການປະສົມປະສານ ຂອງ ຍິງ ແລະ

ຍັງ ຂອງ ຮ່າງກາຍຄົນ; ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດ ທັງຊາຍແລະຍິງທັງໝົດ ສາມາດບໍາເພັນປະຕິບັດ ຢ່ວນອີງ (ກາຍທົບ) ອອກມາໄດ້. ເມື່ອເລີ່ມຕົ້ນ ຢ່ວນອີງ (ກາຍທົບ) ນ້ອຍຫຼາຍ ແລະ ຈະ ຄ່ອຍໆໃຫຍ່ຂຶ້ນ, ໃນທີ່ສຸດກໍ່ຊຳກັບຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ, ມີຮູບຮ່າງຄືກັນກັບ ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດ ທຸກປະການ, ແລະ ຈະຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງລາວ. ເມື່ອຄົນທີ່ມີ ເທື່ອກົງເໝືອ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ເບິ່ງລາວ, ກໍ່ຈະເວົ້າວ່າຄົນ ຜູ້ນີ້ມີສອງຮ່າງກາຍ, ຄວາມຈິງຄືລາວໄດ້ບໍາເພັນເຈີນເຊີນ (ກາຍທີ່ແທ້ຈິງ) ຂອງ ລາວສໍາເຣັດແລ້ວ. ນອກຈາກນີ້, ຍັງຈະບໍາເພັນ ຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ອອກມາຫຼາຍອີງ. ໂດຍສະຫຼຸບແລ້ວ ກົງເໝືອ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຢູ່ໃນຈັກກະວານນີ້ ຝ້າ ຫຼຸນກົງ ກໍ່ມີ; ກົງເໝືອ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທີ່ມີໃນຫຼັກຜະລັງກົງ ອື່ນໆນັ້ນ ຝ້າຫຼຸນກົງກໍ່ມີ.

### (3) ສຸຊິຈຽນຝ້າຊິວລ້ຽນ (ການບໍາເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມນອກພົບ)

ຜ່ານການຝຶກທ່າເຄື່ອນໄຫວ ຂອງຝ້າຫຼຸນກົງ ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດຈະສາມາດເຮັດໃຫ້ ຊີ ພະຈອນຂອງຕົນເອງກວ້າງຂຶ້ນ, ກວ້າງຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ເຮັດໃຫ້ຊີພະຈອນທັງໝົດເຊື່ອມຕໍ່ກັນ ເປັນແຜ່ນດຽວ, ຄື ຝຶກຈົນບັນລຸການບໍ່ມີຊີພະຈອນ, ບໍ່ມີຈຸດຝັງເຂັມ ຫຼື ເວົ້າອີກແບບໜຶ່ງ ຄື ຮ່າງກາຍທັງໝົດເປັນຊີພະຈອນ, ທັງໝົດເປັນຈຸດຝັງເຂັມ. ນີ້ກໍ່ຍັງບໍ່ອາດເວົ້າໄດ້ວ່າ ທ່ານໄດ້ ຮັບຕົວແລ້ວ, ມັນເປັນພຽງປາກົດການຊະນິດໜຶ່ງ ໃນຂັ້ນຕອນການບໍາເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນ ກົງ, ເປັນປາກົດການຂອງລະດັບຊັ້ນໜຶ່ງ. ເມື່ອເຖິງຈຸດນີ້, ການບໍາເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມ ໃນພົບ ໄດ້ສິ້ນສຸດແລ້ວ, ພະລັງກົງຂອງຄົນຜູ້ນີ້ກໍ່ແຮງກ້າຫຼາຍແລ້ວ, ທັງໝົດມີຮູບຮ່າງລັກສະນະ, ຫຼັກ ພະລັງກົງກໍ່ສູງໄດ້ຈົນເຖິງຂັ້ນສຸດທ້າຍຫຼາຍແລ້ວ; ນອກຈາກນີ້ ດອກໄມ້ສາມດອກຈະປາກົດ ຢູ່ເທິງຫົວ. ໃນເວລານີ້ ລາວໄດ້ສໍາເຣັດຂັ້ນຕອນສຸດທ້າຍຂອງ ຊິຈຽນຝ້າ (ຫຼັກທັມໃນພົບ).

ເມື່ອກ້າວໄປທາງໜ້າອີກກ້າວກໍ່ຈະບໍ່ເຫຼືອອັນໃດເລີຍ ພະລັງກົງທັງໝົດຈະຖືກລໍາລຽງ ເຂົ້າໄປໃນມິຕິທີ່ເລິກທີ່ສຸດໃນຮ່າງກາຍ, ລາວກາຍເປັນສະຖານະ ຈິງຜາຍຖີ້ (ຮ່າງກາຍຂາວບໍ່ຮີ ສຸດ), ຮ່າງກາຍຂອງຄົນຜູ້ນີ້ຈະໂປ່ງໃສ. ກ້າວຕໍ່ໄປອີກໜຶ່ງກ້າວ ຄົນຜູ້ນີ້ກໍ່ຈະເຂົ້າສູ່ສຸຊິຈຽນຝ້າ

ຊົວລ້ຽນ (ການບຳເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມນອກພົບ) ແລະ ເອີ້ນວ່າການຝຶຕີຊົວລ້ຽນ (ບຳເພັນປະຕິບັດຮ່າງພຣະພຸດ). ພະລັງກົງທີ່ອອກມາຈັດຢູ່ໃນປະເພດທີ່ມີອິດທິຣິດ. ໃນເວລານັ້ນ ລາວຈະມີອະນຸພາບບໍ່ມີທີ່ສິ້ນສຸດແລະຍິ່ງໃຫຍ່ຫຼາຍ, ເມື່ອບັນລຸເຖິງເຂດແດນທີ່ສູງຫຼາຍຂຶ້ນ ລາວຈະບຳເພັນປະຕິບັດເປັນຜູ້ສຳເລັດທັມຊັ້ນສູງ. ນີ້ກໍ່ຕ້ອງເບິ່ງວ່າ ທ່ານຈະບຳເພັນປະຕິບັດ ຊັ້ນຊຶ່ງຢ່າງໃດ, ບຳເພັນປະຕິບັດເຖິງຊັ້ນໃດ ກໍ່ຄືໝາກຜົນຂອງຊັ້ນນັ້ນ. ຜູ້ມີປະນິທານຍິ່ງໃຫຍ່ຈະໄດ້ຝາ ທີ່ຖືກຕ້ອງ, ສຳເລັດຜົນຂອງຄວາມສົມບູນແບບ ແລະ ກໍ່ຄື ຫວຽນໝັ້ນ (ຄວາມສຳເລັດສົມບູນ).



### ບົດທີ 3

### ບຳເພັນປະຕິບັດຊິ້ນຊຶ້ງ

ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ ຕ້ອງບຳເພັນປະຕິບັດຊິ້ນຊຶ້ນ ເປັນອັນດັບໜຶ່ງ, ຕ້ອງຄິດວ່າ ຊິ້ນຊຶ້ງ ເປັນສ່ວນສຳຄັນຂອງການເພີ່ມທະວີ ພະລັງກົງ, ນີ້ເປັນຫຼັກການຝຶກ ພະລັງກົງ ສຸລະດັບ ຊັ້ນສູງ. ເວົ້າແບບເດັດຂາດ ການກຳນົດລະດັບຊັ້ນ ຂອງ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ນັ້ນ ບໍ່ໄດ້ມາຈາກ ການຝຶກ ແຕ່ໄດ້ຈາກການບຳເພັນຊິ້ນຊຶ້ງ. ການຍົກລະດັບ ຊິ້ນຊຶ້ງ ເປັນເລື່ອງທີ່ເວົ້າໄດ້ງ່າຍ ແຕ່ ເຮັດໄດ້ຍາກຫຼາຍ. ຜູ້ບຳເພັນຕິປະບັດຕ້ອງພະຍາຍາມຢ່າງຍິ່ງໃຫຍ່, ຄິດຕ້ອງຍົກລະດັບ ອຸ້ງຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ), ຕ້ອງສາມາດອິດທິນໃນທຸກບ່ອນທຸກ, ຕ້ອງສາມາດອິດທິນ ໃນເລື່ອງທີ່ຍາກ ແກ່ການອິດທິນເປັນຕົ້ນ. ເປັນຫຍັງຄືນສ່ວນໜຶ່ງຝຶກ ພະລັງກົງມາຫຼາຍປີ ແຕ່ບໍ່ເພີ່ມທະວີພະລັງ ກົງ? ສາເຫດທີ່ແທ້ຈິງຄື: ໜຶ່ງ ບໍ່ເນັ້ນຊິ້ນຊຶ້ງ; ສອງ ບໍ່ໄດ້ຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງຊື່ຕົງ ຂອງລະດັບ ຊັ້ນສູງ; ບັນຫານີ້ຕ້ອງແຈ້ງໃຫ້ເຂົ້າໃຈ. ອາຈານຫຼາຍທ່ານ ໃນເວລາສອນພະລັງກົງ ໄດ້ເນັ້ນ ຊິ້ນຊຶ້ງ, ນີ້ເປັນການສອນ ພະລັງກົງ ທີ່ແທ້ຈິງ; ອາຈານເຫຼົ່ານັ້ນ ພຽງແຕ່ສອນວິທີການທຳຝຶກ ໂດຍບໍ່ເນັ້ນເລື່ອງຊິ້ນຊຶ້ງ, ໃນຄວາມຈິງແລ້ວ ຊຳກັບສອນວິທີມານ. ດ້ວຍເຫດນີ້ ຜູ້ຝຶກພະລັງ ກົງ ຕ້ອງໄດ້ພະຍາຍາມຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ ໃນການຍົກລະດັບຊິ້ນຊຶ້ງ, ຈຶ່ງຈະສາມາດເຂົ້າສູ່ ການບຳ ເພັນປະຕິບັດໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງຫຼາຍຂຶ້ນ.

#### 1. ຄວາມໝາຍ ຂອງ ຊິ້ນຊຶ້ງ

ຝ້າຫຼຸນກົງເວົ້າເຖິງຄວາມໝາຍຂອງຊິ້ນຊຶ້ງ, ບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມດ້ວຍ « ເຕີ » (ກຸສິນ) ຢ່າງດ່ຽວ, ຂອບເຂດຂອງມັນກວ້າງກວ່າ « ເຕີ » (ກຸສິນ) ຫຼາຍ, ມັນຄວບຄຸມ ສິ່ງຕ່າງໆທຸກໆ ດ້ານ ຮວມທັງ « ເຕີ » (ກຸສິນ) ດ້ວຍ. « ເຕີ » (ກຸສິນ) ເປັນພຽງປາກົດການ ຊະນິດໜຶ່ງ ຂອງ ຊິ້ນຊຶ້ງຂອງຄົນຜູ້ໜຶ່ງ, ການໃຊ້ « ເຕີ » (ກຸສິນ) ພຽງແຕ່ຢ່າງດຽວເພື່ອຈະໃຊ້ໃຫ້ເຂົ້າໃຈຄວາມ

ໝາຍ ຂອງຊື່ນຊື່ນນັ້ນບໍ່ພຽງພໍ. ຊື່ນຊື່ນ ນັ້ນຮວມເຖິງການປະຕິບັດຕໍ່ ການ« ໄດ້ຮັບ » ກັບ ການ « ເສັຍສະຫຼະ ». ບັນຫາສອງດ້ານນີ້ « ໄດ້ຮັບ » ກໍ່ຄືຕ້ອງບັນລຸເຖິງການຫຼໍ່ຫຼອມ ເຂົ້າ ກັບຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງຈັກກະວານ. ສິ່ງທີ່ປະກອບຂຶ້ນເປັນຄຸນສົມບັດພິເສດສະເພາະ ຂອງ ຈັກກະວານນັ້ນ ຄື « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢີນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິພົນ), ການ ຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງຈັກກະວານຂອງຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດຄືນນັ້ນ ຈະປາກົດ ອອກມາທີ່ປະລິມານຂອງ « ເຕີ » (ກຸສິນ). « ເສັຍສະຫຼະ » ໝາຍເຖິງການປະຖິ້ມຄວາມຄິດ ແລະ ການປະພຶດທີ່ບໍ່ດີຕ່າງໆເຊັ່ນ ຄວາມໂລບ, ຜົນປະໂຫຍດ, ຕັນຫາ, ຄວາມຢາກໄດ້, ການ ຂ້າ, ການຕໍ່ສູ້, ການຂີ້ລັກ, ການຍາດຊິງ, ການຫຼອກລວງ, ຄວາມອິດສາລິດສະຫຍາອື່ນໆ. ຫາກຕ້ອງການຈະບໍາເພັນປະຕິບັດ ໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ ຍັງຈະຕ້ອງ ລະຖິ້ມການສະແຫວງຫາ ກິເລດຕັນຫາ ທີ່ມີຢູ່ແຕ່ເດີມໃນມະນຸດ, ກໍ່ຄືຕ້ອງລະຖິ້ມຈິດຍຶດຕິດທັງໝົດ, ຄືຕ້ອງເບິ່ງ ເລື່ອງ ຊື່ສຽງ, ຜົນປະໂຫຍດຂອງຕົນໃຫ້ເປົາບາງລົງຫຼາຍໆ.

ມະນຸດທີ່ສົມບູນນັ້ນ ປະກອບຂຶ້ນຈາກກາຍເນື້ອ ແລະ ຄຸນລັກສະນະດັ່ງເດີມ. ຈັກກະວານກໍ່ເຊັ່ນດຽວກັນ, ນອກຈາກສະສານແລ້ວ ໃນເວລາດຽວກັນຍັງມີຄຸນສົມບັດພິເສດ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢີນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິພົນ). ທັງໝົດມີ ຄຸນສົມບັດ ແບບນີ້ຢູ່ໃນທຸກໆອະນຸພາກຂອງອາກາດ. ເມື່ອປາກົດອອກມາໃນສັງຄົມ ຂອງຄົນທັມມະດາ, ກໍ່ຄືເມື່ອເຮັດເລື່ອງທີ່ດີຈະໄດ້ຮັບການຍ້ອງຍໍ, ແຕ່ເມື່ອເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີກໍ່ຈະໄດ້ຮັບການລົງໂທດ. ໃນລະດັບຊັ້ນທີ່ສູງກໍ່ຈະປາກົດອອກມາເປັນ ກົງເໜີງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ). ຄົນທີ່ສອດ ຄ່ອງເຂົ້າກັບຄຸນສົມບັດພິເສດຊະນິດນີ້ ກໍ່ຄືຄົນດີ, ຄົນທີ່ຫຼີກລ້ຽງຈາກເພິ່ນກໍ່ຄືຄົນຊົ່ວ, ຄົນທີ່ ສອດຄ່ອງກັບເພິ່ນ, ຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບເພິ່ນກໍ່ຄືຜູ້ທີ່ໄດ້ ຕ້າວ (ຫຼັກທັມ). ເມື່ອເປັນເຊັ່ນນີ້ ເພື່ອຈະ ຫຼໍ່ຫຼອມ ເຂົ້າກັບຄຸນສົມບັດພິເສດນີ້ ຈຶ່ງກໍານົດໃຫ້ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຕ້ອງມີຊື່ນຊື່ທີ່ສູງຫຼາຍ, ດັ່ງນີ້ ຈຶ່ງຈະສາມາດ ບໍາເພັນປະຕິບັດຂຶ້ນໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງໄດ້.

ການເປັນຄົນດີນັ້ນງ່າຍ ແຕ່ຈະບໍາເຜັນປະຕິບັດຊົນຊື່ງນັ້ນ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍເລີຍ. ຜູ້  
ບໍາເຜັນປະຕິບັດຕ້ອງຕຽມພ້ອມທາງດ້ານຈິດໃຈ ຫາກຈະປັບປຸງຈິດໃຈໃຫ້ຖືກຕ້ອງຊື່ຕົງ,  
ກ່ອນອື່ນ ທ່ານຕ້ອງມີຄວາມຈິງໃຈ. ຜູ້ຄົນມີຊີວິດຢູ່ໃນໂລກ ໃນສັງຄົມທີ່ສະຫຼັບຊັບຊ້ອນ,  
ທ່ານ ຕ້ອງການຈະເຮັດຄວາມເມດຕາ, ແຕ່ອາດຈະມີບາງຄົນ ບໍ່ໃຫ້ທ່ານເຮັດຄວາມເມດຕາ;  
ທ່ານອາດຈະບໍ່ຕ້ອງການທໍາຮ້າຍຜູ້ອື່ນ, ແຕ່ຄົນອື່ນອາດຈະທໍາຮ້າຍທ່ານ ດ້ວຍເຫດຜົນຕ່າງໆ  
ນາໆ. ຊຶ່ງເລື່ອງເຫຼົ່ານີ້ ອາດເກີດຂຶ້ນຈາກເຫດຜົນທີ່ບໍ່ປົກກະຕິ, ທ່ານຈະສາມາດອູ້ (ເຂົ້າໃຈ)  
ໄດ້ຫຼືບໍ່ ເພາະດ້ວຍເຫດໃດ? ແລະ ທ່ານຄວນຈະເຮັດຢ່າງໃດ? ທຸກສິ່ງໃນໂລກ ບໍ່ວ່າຖືກຫຼືຜິດ  
ທັງໝົດທົດສອບ ຊື່ນຊື່ງ ຂອງທ່ານຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ. ເມື່ອຜະເຊີນໜ້າ ກັບຄວາມອັບອາຍຂາຍ  
ໜ້າຍາກທີ່ຈະອະທິບາຍໄດ້, ເມື່ອປະສົບກັບການສູນເສຍຜົນປະໂຫຼດຂອງທ່ານ, ຕໍ່ໜ້າການ  
ຍິວະຍວນຂອງເງິນຄໍາ ແລະ ຕົ້ນຫາທາງເພດ, ການຕໍ່ສູ້ຍາດຊົງທາງອຳນາດ, ຄວາມກຽດຊັງ,  
ຄວາມອິດສາລິດສະຫຍາ ຈາກການຕໍ່ສູ້ຍາດຊົງ ຄວາມຂັດແຍ່ງຕ່າງໆໃນສັງຄົມ, ຄວາມຂັດ  
ແຍ່ງໃນຄອບຄົວ ແລະ ຄວາມເຈັບປວດທາງຮ່າງກາຍ ຫຼື ສິນທັມ ທ່ານສາມາດຈະປະຕິບັດຕົນ  
ຕາມຂໍ້ກຳນົດ ຊື່ນຊື່ງທີ່ເຄັ່ງຄັດຕະຫຼອດເວລາ ໄດ້ບໍ່? ແນ່ນອນ, ຖ້າສາມາດ ເຮັດໄດ້ທັງໝົດ,  
ທ່ານກໍ່ເປັນຜູ້ບັນລຸທັມແລ້ວ. ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ສ່ວນໃຫຍ່ເລີ່ມຕົ້ນ ຈາກຄົນທັມມະດາສາມັນ,  
ການບໍາເຜັນປະຕິບັດ ຊື່ນຊື່ງກໍ່ຈະຍົກລະດັບຂຶ້ນເທື່ອລະເລັກເທື່ອລະນ້ອຍ. ຜູ້ບໍາເຜັນປະຕິບັດ  
ທີ່ມຸ່ງໝັ້ນ ຖ້າມີຈິດໃຈທີ່ເດັດດ່ຽວ, ແນ່ນອນ ແລະ ມີຄວາມຕັ້ງໃຈທີ່ຈະອິດທິນຕໍ່ຄວາມທຸກ  
ທໍລະມານແລະຮັບມືກັບຄວາມລຳບາກອັນໃຫຍ່ຫຼວງຕ່າງໆ, ໃນທີ່ສຸດກໍ່ຈະໄດ້ຮັບເຈັ່ງກົວະ  
(ໜາກຜົນຖືກຕ້ອງ), ຫວັງວ່າຜູ້ບໍາເຜັນປະຕິບັດທັງຫຼາຍ ຈະສາມາດຮັກສາຊື່ນຊື່ງ ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ  
ແລະ ຍົກລະດັບ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ໃນໄວໆ!

## 2. ການສູນເສ້ຍ ກັບ ການໄດ້

ໃນວົງການ ຊື່ກົງ ແລະ ສາສນາ, ພວກຂາເຈົ້າຕ້ອງເວົ້າເຖິງ ການສູນເສ້ຍກັບການໄດ້. ບາງຄົນເຂົ້າໃຈວ່າ ການສູນເສ້ຍ ຄືການບໍ່ຮູ້ຈາກໃຫ້ທານ, ສ້າງຄວາມດີ, ຊ່ວຍເຫຼືອຄົນ ທີ່ມີຄວາມທຸກຍາກ; ການໄດ້ກໍ່ຄືການໄດ້ຜະລັງກົງ. ພຣະສົງໃນວັດກໍ່ເວົ້າແບບນີ້ ຕ້ອງບໍ່ຮູ້ຈາກໃຫ້ທານ. ນີ້ກໍ່ເປັນການເບິ່ງ ຄວາມໝາຍຂອງການສູນເສ້ຍແຄບເກີນໄປ, ແຕ່ການສູນເສ້ຍ ທີ່ເຮົາເວົ້າເຖິງນັ້ນ ມີຄວາມໝາຍກວ້າງຫຼາຍ, ເປັນເລື່ອງທີ່ໃຫຍ່ຫຼາຍ. ສິ່ງທີ່ເຮົາກຳນົດ ໃຫ້ທານເສ້ຍສະຫຼະຖຸ້ມ ຄືຈິດຍຶດຕິດຂອງຄົນທັມມະດາ, ຄືຈິດຍຶດຕິດດວງນັ້ນ ທີ່ທ່ານບໍ່ຍອມປ່ອຍວາງ, ຕ້ອງສາມາດເສ້ຍສະຫຼະຖຸ້ມສິ່ງຂອງເຫຼົ່ານັ້ນ ທີ່ທ່ານເຫັນວ່າສຳຄັນ, ຕ້ອງສາມາດ ເສ້ຍສະຫຼະຖຸ້ມ ສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນວ່າບໍ່ສາມາດເສ້ຍສະຫຼະຖຸ້ມໄດ້, ນີ້ຄືຄວາມໝາຍຂອງ ການສູນເສ້ຍຢ່າງແທ້ຈິງ. ການເຮັດຄວາມດີຊ່ວຍເຫຼືອຄົນ, ການສະແດງອອກ ຊຶ່ງຈິດໃຈເມດຕາ ກະລຸນານັ້ນ ເປັນພຽງສ່ວນນຶ່ງຂອງການສູນເສ້ຍເທົ່ານັ້ນ.

ໃນຖານະ ເປັນຄົນທັມມະດາສາມັນຢາກຈະມີຊື່ສຽງ, ຢາກໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດ, ຢາກມີຊີວິດທີ່ດີຂຶ້ນ, ຢາກມີຄວາມສະດວກສະບາຍ, ຢາກມີເງິນຄ່າຫຼາຍ, ນີ້ຄື ຈຸດປະສົງຂອງຄົນທັມມະດາສາມັນ. ແຕ່ພວກເຮົາຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຈະບໍ່ຄືກັນ; ທີ່ພວກເຮົາໄດ້ຮັບຄື ຜະລັງກົງ, ຈຶ່ງບໍ່ແມ່ນສິ່ງເຫຼົ່ານີ້. ພວກເຮົາຕ້ອງສູນເສ້ຍຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ ຂອງພວກເຮົາ, ເບິ່ງມັນໃຫ້ເປົ່າບາງ, ແຕ່ກໍ່ບໍ່ແມ່ນຈະໃຫ້ທ່ານສູນເສ້ຍສິ່ງຂອງໄປແທ້ໆ. ພວກເຮົາ ບຳເພັນປະຕິບັດ ຢູ່ ໃນສັງຄົມຂອງຄົນທັມມະດາສາມັນ, ຍັງຕ້ອງປະຕິບັດຕົນ ຄືກັບ ຄົນທັມມະດາ ສາມັນ, ສິ່ງສຳຄັນຄືທ່ານຕ້ອງປ່ອຍວາງຈິດໃຈດວງນີ້ລົງ, ບໍ່ແມ່ນຈະໃຫ້ທ່ານສູນເສ້ຍສິ່ງຂອງໄປແທ້ໆ. ສິ່ງທີ່ເປັນຂອງຂອງທ່ານ ທ່ານຈະບໍ່ສູນເສ້ຍ, ສິ່ງທີ່ບໍ່ແມ່ນຂອງຂອງທ່ານ ທ່ານຈະບໍ່ໄດ້ຮັບ, ຫາກໄດ້ມາແລ້ວຈະຕ້ອງສົ່ງຄືນໃຫ້ກັບຄົນຂາເຈົ້າໄປ, ມີໄດ້ກໍ່ຕ້ອງມີເສ້ຍ. ແນ່ນອນ, ການກະທຳ

ທັງໝົດໃຫ້ດີໄດ້ໃນທັນທີນັ້ນ ບໍ່ອາດເປັນໄປໄດ້, ແລະ ໃນເວລານຶ່ງຄືນ ທີ່ຈະສຳເລັດເປັນຜູ້  
ຕັດສະຮູ້, ຮູ້ແຈ້ງຈະເປັນໄປບໍ່ໄດ້. ແຕ່ວ່າການບຳເພັນ ເທື່ອລະເລັກເທື່ອລະໜ້ອຍ, ຍົກລະດັບ  
ຂຶ້ນ ເທື່ອລະຂຶ້ນເທື່ອລະຂຶ້ນນັ້ນເປັນເລື່ອງທີ່ເຮັດໄດ້, ທ່ານເສຍໄປຫຼາຍເທົ່າໃດ, ທ່ານກໍ່ຈະໄດ້  
ຫຼາຍເທົ່ານັ້ນ. ໃນເລື່ອງຜົນປະໂຫຍດ ທ່ານຄວນຈະເບິ່ງມັນໃຫ້ເປົາບາງ, ຍອມທີ່ຈະໄດ້ໜ້ອຍ  
ກວ່າແຕ່ສະບາຍໃຈ. ທາງດ້ານວັດຖຸ ທ່ານອາດຈະເສຍປຽບ, ແຕ່ສິ່ງທີ່ທ່ານຈະໄດ້ມາຫຼາຍກວ່າ  
ຄື ເຕີ (ກຸສິນ) ແລະ ພະລັງກົງຫຼາຍ, ນີ້ຄື ຫຼັກການທີ່ເປັນຢູ່ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນໃຫ້ທ່ານຕັ້ງໃຈໃຊ້ຊື່  
ສຽງ, ຜົນປະໂຫຍດ ຫຼື ເງິນຄ່າໄປແລກປ່ຽນມາ, ນີ້ຕ້ອງໃຊ້ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ໄປເຮັດຄວາມ  
ເຂົ້າໃຈອີກຂັ້ນນຶ່ງໃຫ້ເລິກເຊິ່ງ.

ຜູ້ບຳເພັນຕ້າວໃຫຍ່ອີງນຶ່ງເຄີຍກ່າວໄວ້ວ່າ ຂອງທີ່ຄົນອື່ນຢາກໄດ້ ຂ້ອຍບໍ່ຢາກໄດ້ ຂອງ  
ທີ່ຄົນອື່ນມີຂ້ອຍບໍ່ມີ ແຕ່ຂອງທີ່ຂ້ອຍມີຄົນອື່ນບໍ່ມີ ຂອງທີ່ຄົນອື່ນບໍ່ຕ້ອງການຂ້ອຍຕ້ອງການ.  
ໃນຖານະຄົນທັມມະດາສາມັນຄົນນຶ່ງ ມັນຢາກຫຼາຍທີ່ຈະຮູ້ສຶກພໍພຽງ, ອັນໃດລາວກໍ່ຈະຢາກ  
ໄດ້, ມີແຕ່ກ້ອນຫີນຢູ່ເທິງຝື້ນດິນທ່ານນັ້ນ ທີ່ລາວຈະບໍ່ເກັບເອົາ. ແຕ່ຜູ້ບຳເພັນຕ້າວ ອີງນີ້ບອກວ່າ  
ດັ່ງນັ້ນ ຂ້ອຍກໍ່ຈະເກັບກ້ອນຫີນນີ້. ຄຳສຸພາສິດກ່າວໄວ້ວ່າ ສິ່ງຂອງທີ່ຫາຍາກແມ່ນມີລາຄາ,  
ສິ່ງທີ່ມີໜ້ອຍຈະມີຄວາມແປກໃໝ່, ກ້ອນຫີນຢູ່ຝັ່ງນີ້ ບໍ່ມີຄຸນຄ່າ, ເມື່ອເຖິງຝັ່ງນັ້ນກໍ່ຈະມີ  
ຄຸນຄ່າຫຼາຍທີ່ສຸດ. ຕອນນີ້ ໄດ້ກ່າວເຖິງປັດຊະຍາທີ່ຄົນທັມມະດາສາມັນຄົນນຶ່ງ ບໍ່ສາມາດ  
ເຂົ້າໃຈໄດ້. ມີຈຳນວນຫຼາຍທີ່ມີກຸສິນຢຶ່ງໃຫຍ່ ບຳເພັນສຳເລັດສົມບູນ, ພວກເພິ່ນ ບໍ່ມີວັດຖຸສິ່ງ  
ຂອງໃດໆ, ສຳລັບພວກເພິ່ນແລ້ວ ບໍ່ມີສິ່ງຂອງວັດຖຸໃດ ທີ່ພວກເພິ່ນຈະບໍ່ສາມາດປະຖິ້ມໄດ້.

ຫົນທາງຂອງການຝຶກພະລັງກົງ ເປັນຫົນທາງທີ່ຖືກຕ້ອງທີ່ສຸດ, ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຈຶ່ງເປັນ  
ຄົນທີ່ສະຫຼາດທີ່ສຸດ. ສິ່ງຂອງທີ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ ຕໍ່ສູ້ເພື່ອປະໂຫຍດ ຂອງການໄດ້ຮັບນັ້ນ  
ເປັນພຽງຊົ່ວຄາວ, ເຖິງແມ່ນວ່າຈະຍາດຊຶ້ງມາໄດ້, ເກັບມາໄດ້ ຫຼື ໄດ້ປະໂຫຍດເລັກໜ້ອຍ

ແລ້ວຈະເປັນຢ່າງໃດ? ຄົນທັມມະດາ ມີຄຳເວົ້າ ຄຳນຶງ: ເມື່ອເວລາເກີດ ທ່ານເອົາ ຫຍັງຕິດຕົວ ມາບໍ່ໄດ້, ເມື່ອຕາຍໄປ ທ່ານເອົາຫຍັງຕິດຕົວໄປກໍບໍ່ໄດ້; ເວລາມາ ທ່ານມາຕົວເປົ່າ, ເວລາຈາກ ໄປ ທ່ານກໍໄປຕົວເປົ່າ, ແມ່ນແຕ່ກະດູກກໍຕ້ອງຖືກເຜົາ ກາຍເປັນເທົ່າຖານ. ບໍ່ວ່າທ່ານຈະມີເງິນ ຄຳຫຼາຍຊ່ຳໃດ, ມີຕຳແໜ່ງໃຫຍ່ສູງຊ່ຳໃດ, ອັນໃດ ທ່ານກໍນຳຕິດຕົວໄປບໍ່ໄດ້, ແຕ່ພະລັງກົງ ສາມາດນຳຕິດຕົວໄປໄດ້, ເພາະມັນເກີດຢູ່ທີ່ຮ່າງກາຍ ໃນຈິດສຳນຶກຫຼັກຂອງທ່ານ. ຂ້າພະເຈົ້າ ບອກກັບທ່ານວ່າ ພະລັງກົງນັ້ນໄດ້ມາບ່ຽງຍາເລີຍ, ມັນຄື ສິ່ງມີຄຸນຄ່າທີ່ສຸດແລະໄດ້ມາຍາກທີ່ ສຸດ, ຄຳຈຳນວນເທົ່າໃດກໍແລກປ່ຽນບໍ່ໄດ້. ເມື່ອພະລັງກົງ ຂອງທ່ານສູງຫຼາຍແລ້ວ ຫາກມື້ນຶ່ງ ທ່ານບໍ່ຢາກຝຶກພະລັງກົງ ຕໍ່ໄປຂໍ້ພຽງແຕ່ທ່ານບໍ່ເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ, ເມື່ອນັ້ນພະລັງກົງຂອງທ່ານ ກໍຈະປ່ຽນແປງ ເປັນສິ່ງຂອງທີ່ເປັນວັດຖຸທຸກໆໝົດທີ່ທ່ານຕ້ອງການ, ທ່ານຈະໄດ້ຮັບທັງໝົດ. ແຕ່ວ່າ ນອກຈາກສິ່ງຂອງໃນໂລກທີ່ທ່ານຈະໄດ້ແລ້ວ ສິ່ງທີ່ຜູ້ປ່າເຜີນປະຕິບັດຈະໄດ້ຮັບນັ້ນ ທ່ານກໍຈະບໍ່ໄດ້ອີກແລ້ວ.

ບາງຄົນ ເພື່ອຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວບາງຢ່າງ, ໄດ້ມາຊຶ້ງສິ່ງຂອງ ທີ່ບໍ່ແມ່ນຂອງທ່ານ ເອງ, ໃຊ້ວິທີການ ທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງເພື່ອໃຫ້ໄດ້ມາ, ລາວຄິດວ່າຕົວເອງໄດ້ປຽບ, ໃນຄວາມເປັນຈິງ ແລ້ວ ຜົນປະໂຫຍດທີ່ລາວໄດ້ມານັ້ນ ຄືໃຊ້ເຕີ (ກຸສິນ) ໄປແລກປ່ຽນກັນກັບຄົນອື່ນ, ພຽງແຕ່ ລາວບໍ່ຮູ້. ສຳລັບຜູ້ຝຶກພະລັງກົງແລ້ວ ຕ້ອງຫຼຸດພະລັງກົງຂອງລາວລົງ; ສຳລັບ ຜູ້ທີ່ບໍ່ຝຶກພະລັງ ກົງນັ້ນຕ້ອງຫຼຸດຜ່ອນ ອາຍຸຂະລົງ ຫຼື ຫຼຸດລົງຈາກດ້ານອື່ນໆ. ໂດຍສະຫຼຸບບັນຊີນີ້ຕ້ອງສະສາງ ນີ້ ຄືຫຼັກການຂອງສະຫວັນ. ຍັງມີບາງຄົນມັກຂົ່ມເຫັງຄົນອື່ນ, ເວົ້າຈາໃສຮ້າຍຄົນອື່ນແລະອື່ນໆ, ໃນຂະນະທີ່ ພຶດຕິກຳເຫຼົ່ານີ້ເກີດຂຶ້ນ ລາວກໍຈະສົ່ງເຕີ (ກຸສິນ) ໃນອັດຕາສ່ວນທີ່ກັບກັນໄປໃຫ້ຄູ່ ກໍຣະນີ, ໂດຍໃຊ້ ເຕີ (ກຸສິນ) ໄປແລກປ່ຽນກັບການຂົ່ມເຫັງຫຼືດູກຄົນອື່ນ.

ບາງຄົນເຂົ້າໃຈວ່າ ການເປັນຄົນດີນັ້ນເສຍປຽບ. ໃນການເບິ່ງຂອງຄົນທັມມະດາ ສາມັນລາວເສຍປຽບ, ແຕ່ລາວກັບຈະໄດ້ຮັບສິ່ງທີ່ຄົນທັມມະດາບໍ່ອາດຈະໄດ້ຮັບ, ນັ້ນກໍ່ຄື ເຕີ (ກຸສິນ) ຄື ສະສານສີຂາວ ຊຶ່ງເປັນສິ່ງທີ່ມີຄຸນຄ່າຫຼາຍທີ່ສຸດ. ຫາກວ່າບໍ່ມີ ເຕີ (ກຸສິນ) ກໍ່ຈະບໍ່ມີຜະລັງກົງ, ນັ້ນຄືສັດຈະທັມທີ່ແນ່ນອນ. ຄົນຈຳນວນຫຼາຍ ເປັນຫຍັງເມື່ອ ຝຶກຜະລັງກົງແລ້ວ ບໍ່ເກີດຜະລັງກົງ? ກໍ່ຄືບໍ່ໄດ້ບຳເພັນປະຕິບັດ ເຕີ (ກຸສິນ) ຂຶ້ນໄປ. ຄົນຈຳນວນຫຼາຍຕ່າງກ່າວ ເຖິງ ເຕີ (ກຸສິນ), ລ້ວນແຕ່ ຕ້ອງການຈະໄດ້ ເຕີ (ກຸສິນ), ແຕ່ບໍ່ໄດ້ ເປີດເຜີຍຫຼັກການທີ່ແທ້ຈິງ ຂອງການປ່ຽນແປງ ເຕີ (ກຸສິນ) ເປັນຜະລັງກົງອອກມາ, ອາໄສຕົວເອງໄປ ອູ່ (ເຂົ້າໃຈ). ພຣະ ໄຕປິດິກຂອງສາສນາພຸດນັບໜຶ່ງປີດ, ອົງສັກກິຍະມຸນີເຜີຍແຜ່ຫຼັກທັມ ເປັນເວລາສີ່ສິບກວ່າປີ ໃນເວລາທີ່ມີຊີວິດຢູ່, ກໍ່ກ່າວແຕ່ພຽງ ເຕີ (ກຸສິນ) ຄຳດຽວ; ໃນໜັງສືບຳເພັນ ຕ້າວ ໂບຮານ ຂອງຈີນກໍ່ເວົ້າເຖິງ ເຕີ (ກຸສິນ) ພຽງຄຳດຽວ; ລ້າວຈື້ ໄດ້ຂຽນໃນໜັງສືທ້າຜັນຄຳ « ຕ້າວເຕີຈິງ » ກໍ່ເວົ້າເຖິງ ເຕີ (ກຸສິນ) ພຽງຄຳດຽວ, ແຕ່ບາງຄົນບໍ່ໄດ້ ອູ່ (ເຂົ້າໃຈ).

ພວກເຮົາມາເວົ້າເຖິງການສູນເສຍ, ເມື່ອມີໄດ້ກໍ່ຕ້ອງມີເສຍ, ເມື່ອທ່ານຄິດຈະບຳເພັນ ປະຕິບັດຢ່າງແທ້ຈິງ ກໍ່ຈະພົບກັບຄວາມຍາກລຳບາກຈຳນວນນຶ່ງ, ຊຶ່ງຈະປາກົດອອກມາ ໃນ ຊີວິດປະຈຳວັນ, ນຶ່ງຄື ຄວາມເຈັບປ່ວຍທາງຮ່າງກາຍ, ບໍ່ສະບາຍບ່ອນນີ້ ບໍ່ສະບາຍບ່ອນນັ້ນ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນພະຍາດ. ອີກຢ່າງນຶ່ງ ຈະປາກົດອອກມາໃນສັງຄົມ, ໃນຄອບຄົວ, ຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ ຈະປາກົດອອກມາໄດ້, ໂດຍທັນໃດນັ້ນກໍ່ເກີດຄວາມຂັດແຍ່ງຂຶ້ນມາທາງດ້ານຜົນປະໂຫຍດ ຫຼື ເກີດການສຽດສີກັນທາງອາລົມ ຈຸດປະສົງກໍ່ເພື່ອຈະໃຫ້ທ່ານຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງ. ຫາກທ່ານ ປະສົບກັບເລື່ອງຫຍຸ້ງຍາກເລື່ອງນຶ່ງ, ເຮັດໃຫ້ທ່ານອັບອາຍເສຍໜ້າຫຼາຍ, ຕ້ອງຕົກຢູ່ໃນສະຖານະການອິດອັດ ເວລານັ້ນທ່ານຈະຈັດການຢ່າງໃດ? ໃຈທ່ານຮູ້ສຶກສະຫງົບແລະໝັ້ນຄົງ, ຫາກ ທ່ານສາມາດເຮັດໄດ້ດັ່ງນີ້ ຊັ້ນຊຶ້ງຂອງທ່ານ ກໍ່ຍົກລະດັບສູງຂຶ້ນ ຈາກຄວາມທຸກທໍລະມານນີ້ ແລ້ວ, ຜະລັງກົງຂອງທ່ານກໍ່ຈະສູງຂຶ້ນຕາມອັດຕາສ່ວນ. ຫາກທ່ານສາມາດເຮັດໄດ້ພຽງເລັກ

ໜ້ອຍ, ທ່ານກໍ່ຈະໄດ້ຝຽງເລັກໜ້ອຍ; ທ່ານຊິດໃຊ້ໄດ້ຫຼາຍປານໃດ, ທ່ານກໍ່ຈະສາມາດໄດ້  
ຫຼາຍປານນັ້ນ. ສ່ວນຫຼາຍເມື່ອຢູ່ທ່າມກາງຄວາມທຸກທໍລະມານ ບໍ່ແນ່ສະເໝີໄປວ່າທ່ານຈະ ອູ້  
(ເຂົ້າໃຈ) ອອກມາໄດ້, ແຕ່ພວກເຮົາຈະຕ້ອງ ອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ບໍ່ຄວນຈະເປັນຄືກັນກັບ ຄົນທັມມະ  
ດາສາມັນ; ເມື່ອເກີດຄວາມຂັດແຍ່ງ ທ່ານຕ້ອງກໍານົດຕົວເອງດ້ວຍມາດຕະຖານທີ່ສູງ. ພວກ  
ເຮົາບໍາເພັນປະຕິບັດ ຢູ່ໃນໝູ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ ການບໍາເພັນຊັ້ນຊຶ້ງ ກໍ່ຕ້ອງບໍາເພັນຢູ່ໃນໝູ່  
ຄົນທັມມະດາສາມັນ, ຕ້ອງລົ້ມລຸກຄຸກຄານແລະໄດ້ຮັບບົດຮຽນຈາກມັນ. ຄິດວ່າຈະບໍ່ພົບກັບ  
ຄວາມລໍາບາກໃດໆ ແລ້ວກໍ່ຈະ ເກີດຜະລັງກົງ ຢ່າງສະບາຍ, ນັ້ນແມ່ນ ສິ່ງທີ່ຈະເປັນໄປບໍ່ໄດ້.

### **3. ບໍາເພັນ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ) ພ້ອມກັນ**

ພຣະທັມມະຂັນ ຂອງພວກເຮົານີ້ ຄືການບໍາເພັນ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ) ພ້ອມກັນ. « ເຈີນ » (ຄວາມຈິງ) ໝາຍເຖິງເວົ້າຄວາມຈິງ, ເຮັດເລື່ອງຈິງ, ກັບຄືນຫາຄວາມຈິງດັ່ງເດີມ ສຸດທ້າຍຈະເປັນຄືນຈິງ. « ຊ້ານ » (ຄວາມເມດຕາ) ກໍ່ຄືເກີດຈິດເມດຕາກະລຸນາ, ເຮັດຄວາມດີ ຊ່ວຍເຫຼືອຄົນ. ພວກເຮົາເນັ້ນ ຄວາມສາມາດ ໃນການອິດທິນໂດຍສະເພາະ, ມີແຕ່ຄວາມອິດທິນເທົ່ານັ້ນ ຈຶ່ງຈະສາມາດ ບໍາເພັນເປັນຜູ້ມີ ເຕີ (ກຸສິນ) ຢຶ່ງໃຫຍ່ໄດ້. ຄວາມອິດທິນເປັນສິ່ງທີ່ເຂັ້ມແຂງຫຼາຍ, ເລີດລ້ຳກວ່າຄວາມຈິງ ແລະ ຄວາມເມດຕາ. ຕະຫຼອດຂັ້ນຕອນ ຂອງການບໍາເພັນປະຕິບັດທັງໝົດ ບອກໃຫ້ທ່ານອິດທິນ, ຮັກສາຊັ້ນຊຶ້ງໃຫ້ໝັ້ນຄົງ, ຕ້ອງບໍ່ເຮັດສິ່ງຊົ່ວຮ້າຍຕາມລໍາພັງໃຈ.



ພົບເລື່ອງແລ້ວຈະສາມາດອິດທິພົນນັ້ນບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍ. ບາງຄົນເວົ້າວ່າ: ຕີບໍ່ຕິຕອບ, ດຳບໍ່ດຳຕອບ, ເຖິງແມ່ນວ່າໃນສະຖານະການທີ່ອັບອາຍຂາຍໜ້າຢູ່ທຳມະກາງ ພົນອົງສະໜິດ ມິດສະຫາຍ ກໍຕ້ອງອິດທິພົນໃຫ້ໄດ້, ນີ້ບໍ່ກາຍເປັນ « ອາຄົວ » ດອກບໍ່? ! ຂ້າພະເຈົ້າວ່າ ຫາກ ທ່ານປະຕິບັດຢ່າງເປັນປົກກະຕິໃນທຸກໆດ້ານ ແລະ ມີປັນຍາບໍ່ຕຳກວ່າຄົນອື່ນ ພຽງແຕ່ ເບິ່ງຜົນ ປະໂຫຍດສ່ວນຕົວຢ່າງເປົາບາງ, ບໍ່ມີໃຜຈະເວົ້າວ່າທ່ານໂງ່. ການສາມາດອິດທິພົນນັ້ນ ບໍ່ແມ່ນ ອ່ອນແອ ຫຼື ຂີ້ຢ້ານ, ບໍ່ແມ່ນ « ອາຄົວ », ແຕ່ເປັນ ການສະແດງອອກຊຶ່ງຈິດໃຈ ທີ່ເຂັ້ມແຂງ ເດັດດ່ຽວ, ເປັນການສະແດງອອກ ຊຶ່ງຄວາມສຸຂຸມ. ຫັນຊຶ່ງໃນປະຫວັດສາດຈີນ ເຄີຍໄດ້ຮັບ ຄວາມອັບອາຍ ໃຫ້ຄານລອດຫວ່າງຂາຂອງຄົນ, ນັ້ນຄື ຄວາມອິດທິພົນອັນຍິ່ງໃຫຍ່. ໃນສະໄໝ ໂບຮານ ມີຄຳເວົ້າປະໂຫຍກນຶ່ງ ວ່າ: « ລູກຜູ້ຊາຍຖືກດູກ, ຊັກດາບເຂົ້າຕໍ່ສູ້ ». ຄົນທັມມະ ດາສາມັນຄົນນຶ່ງ ເມື່ອຖືກດູກລາວຈະຊັກດາບເຂົ້າຕໍ່ສູ້, ລາວຈະດຳຄົນ, ອອກກຳປັ້ນຊັກຄົນ. ເກີດມາເປັນຄົນຈັກຊາດນັ້ນບ່ຽຍເລີຍ, ບາງຄົນກໍ່ມີຊີວິດຢູ່ພຽງເພື່ອສັກສີ, ມັນບໍ່ກຸ້ມຄຳເລີຍ ແລະ ເປັນຕາເມື່ອຍຫຼາຍ. ປະເທດຈີນ ມີຄຳເວົ້າປະໂຫຍກນຶ່ງ ວ່າ: « ຖອຍຫຼັງນຶ່ງກ້າວ ທະເລ ທ້ອງຝ້າກວ້າງໃຫຍ່ໄຟສານ ». ເມື່ອ ປະສົບກັບຄວາມລຳບາກ, ຫາກທ່ານຖອຍຫຼັງນຶ່ງກ້າວ ທ່ານຈະພົບວ່າ ມັນຈະເປັນສະຖານະການອີກແບບນຶ່ງ.

ໃນຖານະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຕໍ່ຜູ້ທີ່ມີຄວາມຂັດແຍ່ງກັບທ່ານ, ຕໍ່ຜູ້ທີ່ດູກທ່ານຕໍ່ໜ້າທ່ານ ບໍ່ພຽງແຕ່ຕ້ອງອິດທິພົນ, ຕ້ອງກຳນົດຕົວເອງດ້ວຍມາດຕະຖານທີ່ສູງທ່ານຍັງຕ້ອງຂອບໃຈລາວ. ຫາກລາວບໍ່ມີຄວາມຂັດແຍ່ງກັບທ່ານ, ທ່ານຈະຍົກລະດັບຊຶ່ງຊຶ່ງໄດ້ຢ່າງໃດ, ຈະປ່ຽນແປງສະ ສານສີດຳເປັນສະສານສີຂາວ ໃນຂະນະທີ່ປະສົບຄວາມເຈັບປວດໄດ້ຢ່າງໃດ, ຈະເພີ່ມພະລັງກົງ ໄດ້ຢ່າງໃດ? ເມື່ອຢູ່ ທຳມະກາງຄວາມລຳບາກນັ້ນ ມັນຍາກທີ່ຄົນຈະຂ້າມຜ່ານໄປໄດ້, ແຕ່ໃນ ເວລານັ້ນ ທ່ານຈະຕ້ອງຄວບຄຸມຕົວເອງໃຫ້ໄດ້, ເນື່ອງຈາກວ່າ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ເພີ່ມຂຶ້ນ, ຄວາມລຳບາກນັ້ນຈະເພີ່ມຫຼາຍຂຶ້ນບໍ່ຢຸດ, ກໍ່ຈະເບິ່ງວ່າຊິນຊຶ່ງຂອງທ່ານ ສາມາດຈະຍົກລະດັບ

ຂຶ້ນໄປໄດ້ຫຼືບໍ່. ຕອນເລີ່ມຕົ້ນ ລາວອາດຈະ ເຮັດໃຫ້ທ່ານໃຈຮ້າຍ, ໃຈຮ້າຍຈົນເກືອບຈະອົດບໍ່  
ໄດ້, ເຮັດໃຫ້ທ່ານອົດອັດໃຈຢ່າງຫຼາຍ, ເຮັດໃຫ້ໃຈຮ້າຍຈົນເຈັບຕັບ, ເຈັບກະເພາະ ແຕ່ທ່ານບໍ່  
ລະເບີດມັນອອກມາ, ທ່ານອົດທົນໄດ້, ຢ່າງນີ້ດີຫຼາຍ ທ່ານເລີ່ມຈະອົດທົນໄດ້ແລ້ວ,  
ເປັນຄວາມຕັ້ງໃຈທີ່ຈະອົດທົນ. ທ່ານຈະຄ່ອຍໆ ຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງຂຶ້ນໄປເລື້ອຍໆ, ທ່ານຈະເບິ່ງ  
ເລື່ອງລາວນັ້ນເປົາບາງ, ເມື່ອເຖິງເວລານັ້ນ ກໍ່ຄືການຍົກລະດັບທີ່ໃຫຍ່ຂຶ້ນ. ຄົນທັມມະດາ  
ສາມັນ ຖືເລື່ອງການຂັດແຍ່ງຊຶ້ງກັນແລະກັນ, ເລື່ອງເລັກໆນ້ອຍໆເປັນເລື່ອງທີ່ໃຫຍ່ຫຼາຍ, ມີ  
ຊີວິດຢູ່ພຽງເພື່ອສັກສີ, ບໍ່ສາມາດຈະອົດທົນ ເມື່ອຄວາມໃຈຮ້າຍຂຶ້ນເຖິງຂີດສຸດແລ້ວ ແມ່ນ  
ຫຍັງກໍ່ກ້າເຮັດ. ແຕ່ໃນຖານະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ສິ່ງທີ່ຄົນອື່ນເຫັນເປັນເລື່ອງໃຫຍ່, ທ່ານຈະເຫັນ  
ເປັນເລື່ອງນ້ອຍ, ນ້ອຍໆແລະນ້ອຍຫຼາຍ ເພາະເປົ້າໝາຍຂອງທ່ານນັ້ນໄກຫຼາຍ, ຍາວໄກຫຼາຍ,  
ທ່ານຈະຢູ່ຍືນຍາວ ຊຳກັນກັບຈັກກະວານ. ເມື່ອທ່ານຄິດກ່ຽວກັບສິ່ງນີ້ອີກ ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນຈະມີ ຫຼື  
ບໍ່ມີກໍ່ໄດ້, ເມື່ອທ່ານຄິດ ໃນພາບທີ່ໃຫຍ່ ທ່ານຕ້ອງສາມາດຂ້າມສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນໄປໄດ້.

#### 4. ກຳຈັດຈິດອິດສາຖິ້ມໄປ

ຈິດອິດສາ ເປັນອຸປະສັກໃຫຍ່ ຂອງ ການຝຶກພະລັງກົງ, ມັນຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນ ຕໍ່ ຜູ້  
ຝຶກພະລັງກົງ ຢ່າງໃຫຍ່ຫຼວງຫຼາຍ, ມັນຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນໂດຍກົງ ຕໍ່ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂອງ  
ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ຈະທຳຮ້າຍໝູ່ເພື່ອນຜູ້ຝຶກ ແລະ ລົບກວນ ການບຳເພັນປະຕິບັດຂຶ້ນໄປ ຂອງ  
ພວກເຮົາຢ່າງຮ້າຍແຮງ. ໃນຖານະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຕ້ອງກຳຈັດຖິ້ມໄປຮ້ອຍເປີເຊັນ. ບາງຄົນ  
ເມື່ອຝຶກພະລັງກົງເຖິງລະດັບຊັ້ນນຶ່ງ ແຕ່ຈິດອິດສາຍັງບໍ່ໄດ້ກຳຈັດຖິ້ມໄປ ແລະບໍ່ສາມາດກຳຈັດ  
ມັນຖິ້ມໄປໄດ້ ມັນກໍ່ຮຸນແຮງເພີ່ມຂຶ້ນໄດ້ງ່າຍ. ປະຕິກິລິຍານີ້ ເຮັດໃຫ້ຊັ້ນຊຶ້ງດ້ານອື່ນໆທີ່ ລາວ  
ຍົກລະດັບຂຶ້ນໄປແລ້ວ ປ່ຽນເປັນຄວາມອ່ອນແອຢ່າງຫຼາຍ. ເຫດໃດຈຶ່ງຍົກເອົາຈິດອິດສາອອກ  
ມາເວົ້າໂດຍສະເພາະ? ເພາະຈິດອິດສາສະທ້ອນອອກມາຮຸນແຮງທີ່ສຸດ ແລະ ໂດດເດັ່ນທີ່ສຸດ

ໃນໝູ່ຄົນຈີນ, ທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດໃນຄວາມຄິດຂອງຄົນ ໂດຍທີ່ຄົນຈຳນວນຫຼາຍບໍ່ຮູ້ສຶກ. ຈິດອິດສານັ້ນ ມີສະເພາະທາງຕາວັນອອກ, ເອີ້ນວ່າຈິດອິດສາແບບຕາວັນອອກ ຫຼື ຈິດອິດສາແບບເອເຊັຍ. ຄົນຈີນ ມີອຸປະນິໄສເກັບຄວາມຮູ້ສຶກ, ເກັບອາລົມ, ບໍ່ສະແດງອອກຢ່າງເປີດເຜີຍ, ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ ເກີດຈິດອິດສາໄດ້ງ່າຍ. ສັບຜະສິງທັງໝົດມີສອງດ້ານ, ອຸປະນິໄສເກັບຄວາມຮູ້ສຶກມີດ້ານດີແລະກໍ່ມີດ້ານບໍ່ດີ. ຄົນຕາເວັນຕົກ ມີອຸປະນິໄສອ່າວເປີດເຜີຍ, ຕົວຢ່າງ: ຖ້າເດັກນ້ອຍນັກຮຽນໄດ້ຄະແນນເຕັມຮ້ອຍຢູ່ໂຮງຮຽນ ລາວຈະດີໃຈ, ຂະນະແລ່ນເມື່ອເຮືອນ ຮ້ອງຂຶ້ນວ່າ: « ຂ້ອຍໄດ້ຄະແນນເຕັມຮ້ອຍ,... » ເຜື່ອນບ້ານຕ່າງພາກັນເປີດປະຕູເປີດປ່ອງຢ້ຽມ ສະແດງຄວາມຍິນດີນຳລາວ: « ທອມຍິນດີນຳເດີ! » ພາກັນຍິນດີກັບລາວ. ຖ້າເລື່ອງນີ້ ເກີດຂຶ້ນໃນປະເທດຈີນ, ທ່ານລອງຄິດເບິ່ງ ພໍໄດ້ຍິນກໍ່ຮູ້ສຶກບໍ່ພໍໃຈ: « ໄດ້ຮ້ອຍຄະແນນເຕັມ » ແລ້ວ ມີຫຍັງໂອ້ອວດ! ເປັນປະຕິກິຣິຍາທີ່ແຕກຕ່າງກັນຢ່າງແນ່ນອນ ເຊິ່ງສະແດງໃຫ້ເຫັນເຖິງຄວາມອິດສາ.

ຄົນທີ່ມີຈິດອິດສາຈະດູຖຸກຄົນອື່ນ, ບໍ່ຍອມໃຫ້ຄົນອື່ນເກີນກວ່າຕົນເອງ, ຈິດໃຈລາວກໍ່ຈະບໍ່ສົມດູນ, ຮັບບໍ່ໄດ້, ບໍ່ຍອມຮັບ. ເວລາຂຶ້ນເງິນເດືອນ ຕ້ອງຂຶ້ນຊຳກັນ, ເງິນບຳເນັດ ຕ້ອງໄດ້ຊຳກັນ, ທ້ອງຟ້າຕົກລົງມາ ທຸກຄົນໄດ້ຮັບນຳກັນ. ເວລາເຫັນຄົນອື່ນໄດ້ເງິນຄ່າຫຼາຍ ລາວກໍ່ອິດສາຕາຮ້ອນ, ກໍ່ຄືວ່າໃຜຈະດີກວ່າລາວບໍ່ໄດ້. ບາງຄົນເຮັດວຽກວິໄຈ ປະສົບຜົນສຳເຣັດ ແຕ່ບໍ່ກ້າໄປຮັບລາງວັນ, ຢ້ານຄົນຈະອິດສາ; ບາງຄົນໄດ້ຮັບລາງວັນຊົມເຊີຍ ດ້ານກຽດຕິຍົດ ແລະ ຊື່ສຽງ ກໍ່ບໍ່ກ້າເປີດເຜີຍຢ້ານຄົນອື່ນຈະອິດສາແລະເວົ້າສຽດສີ. ອາຈານຊື່ກົງບາງຄົນ ເຫັນອາຈານຊື່ກົງອື່ນບັນລະຍາຍກໍ່ບໍ່ຍອມຮັບ, ໄປລົບກວນ, ນີ້ກໍ່ຄືບັນຫາຊື່ນຊື່ງ. ທຸກຄົນຝຶກຜະລັງກົງຮ່ວມກັນ, ບາງຄົນຝຶກຜະລັງກົງບໍ່ດົນ ກໍ່ມີກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ດັ່ງນັ້ນ, ບາງຄົນເວົ້າວ່າ: ລາວມີຫຍັງຈະໂອ້ອວດໄດ້, ຂ້ອຍຝຶກມາຫຼາຍປີແລ້ວ, ມີປະກາສະນິຍະບັດເປັນໄຫຼ, ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ ວ່າລາວໄດ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ໃນຂະນະທີ່

ຂ້ອຍບໍ່ໄດ້ຫຍັງ? ກໍເກີດຈິດອິດສາຂຶ້ນມາ. ຝຶກພະລັງກົງ ຕ້ອງຄົ້ນຫາຈາກພາຍໃນ, ຕົນເອງ ຕ້ອງບໍາເພັນຕົນເອງໃຫ້ຫຼາຍໆ, ໃຫ້ຊອກຫາເຫດຜົນຈາກຕົວທ່ານເອງ. ຕົນເອງມີດ້ານໃດ ທີ່ ຍັງເຮັດໄດ້ບໍ່ພຽງພໍ ຕ້ອງພະຍາຍາມປັບປຸງຕົນເອງ, ໃຫ້ພະຍາຍາມທີ່ພາຍໃນ. ຄົນສ່ວນຫຼາຍ ພະຍາຍາມທີ່ພາຍນອກ, ຄົນອື່ນຕ່າງບໍາເພັນດີແລ້ວ ຕ່າງຍົກລະດັບຂຶ້ນໄປແລ້ວ, ຖ້າທ່ານຍັງບໍ່ ຍົກລະດັບຂຶ້ນໄປ ທ່ານບໍ່ເສັຍເວລາບໍ? ການບໍາເພັນປະຕິບັດ ຕ້ອງບໍາເພັນທີ່ຕົນເອງ.

ຈິດອິດສາ ຍັງຈະທໍາຮ້າຍໝູ່ເພື່ອນ ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດຮ່ວມກັນ, ເປັນຕົ້ນວ່າ ເວົ້າຈາ ບໍ່ ເປັນຕາຝັງ, ເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນຈິດໃຈບໍ່ສະຫງົບ ບໍ່ອາດຈະເຂົ້າສູ່ສະມາທິໄດ້; ເມື່ອລາວມີກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃນລະດັບນຶ່ງແລ້ວ, ດ້ວຍຈິດອິດສາ ລາວອາດຈະໃຊ້ ກົງເໜືງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ໄປທໍາຮ້າຍໝູ່ເພື່ອນ ຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດ. ຕົວຢ່າງ ມີຄົນ ບໍາເພັນປະຕິບັດໄດ້ດີ ຄົນນຶ່ງ ກໍາລັງນັ່ງສະມາທິ ຝຶກພະລັງກົງຢູ່, ເນື່ອງຈາກຕົວລາວມີພະລັງກົງ ນັ່ງຢູ່ບ່ອນນັ້ນ ຄືກັນ ກັບພູເຂົາໃຫຍ່ໜ່ວຍນຶ່ງ; ໃນຕອນນັ້ນ ມີສອງສິ່ງປົວມາ, ສິ່ງນຶ່ງໃນອະດີດ ເຄີຍເປັນພຣະສົງ, ແຕ່ເນື່ອງຈາກ ມີຈິດອິດສາ ຈຶ່ງບໍ່ສາມາດບໍາເພັນ ຂຶ້ນໄປໄດ້, ເຖິງວ່າຈະມີ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ໃນລະດັບນຶ່ງ ແຕ່ຍັງບໍາເພັນບໍ່ສໍາເລັດ. ເມື່ອພວກລາວມາຮອດບ່ອນທີ່ຄົນນັ່ງສະມາທິຢູ່ນັ້ນ, ນຶ່ງໃນນັ້ນ ເວົ້າວ່າ: ນີ້ຄື ຄົນນັ້ນ ກໍາລັງນັ່ງ ບໍາເພັນປະຕິບັດຢູ່ບ່ອນນີ້, ພວກເຮົາຢ່າງອ້ອມຮອບ ໄປເຖິດ! ອີກຄົນນຶ່ງ ກັບເວົ້າຂຶ້ນມາວ່າ: ຄິດຮອດເມື່ອປີນັ້ນ ພຽງຝາມົດຽວ ຂ້ອຍກໍ່ຕັດພູເຂົາ ແຕ່ຊານອອກມຸມນຶ່ງ. ວ່າແລ້ວ ກໍ່ຝາດຝາມືນຶ່ງໄປທີ່ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ແຕ່ວ່າ ພໍຍົກແຂນຂຶ້ນມາ ແລ້ວກໍ່ຝາດລົງໄປບໍ່ໄດ້. ເພາະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງນັ້ນ ກໍາລັງບໍາເພັນປະຕິບັດຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງ ຈຶ່ງມີປົກຄຸມບ້ອງກັນ, ບໍ່ສາມາດຝາດມີລົງໄປໄດ້. ລາວຄິດຈະທໍາຮ້າຍຜູ້ບໍາເພັນປະຕິບັດຫຼັກ ທັມທີ່ຖືກຕ້ອງ ຊຶ່ງເປັນບັນຫາທີ່ຮ້າຍແຮງຫຼາຍ, ລາວຕ້ອງຖືກລົງໂທດ. ຄົນທີ່ມີຈິດອິດສານັ້ນ ທໍາຮ້າຍທັງຕົນເອງແລະຄົນອື່ນ.

## 5. ກຳຈັດຈິດຍຶດຕິດຖິ້ມໄປ

ຈິດຍຶດຕິດໝາຍເຖິງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຍຶດຕິດຕໍ່ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ ຫຼື ຍຶດຕິດກັບເປົ້າໝາຍ ສະເພາະອັນໃດອັນໜຶ່ງ ບໍ່ປ່ອຍວາງ ຫຼື ສະແຫວງຫາຫຼາຍເກີນໄປ, ບໍ່ປະຖິ້ມໄດ້ ຈົນກາຍເປັນ ຄົນຫົວແຂງ, ບໍ່ຝັງຄວາມຕັກເຕືອນ. ບາງຄົນສະແຫວງຫາທີ່ຈະໄດ້ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ໃນໂລກນີ້, ສິ່ງນີ້ຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນຕໍ່ການບຳເພັນປະຕິບັດສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ, ຈິດໃຈນີ້ ຮຸນແຮງຫຼາຍຈະປະຖິ້ມໄດ້ຍາກ, ຈິດໃຈທີ່ບໍ່ສົມດຸນ ບໍ່ໝັ້ນຄົງ ພາຍຫຼັງກໍ່ຈະຄິດວ່າຕົນເອງບໍ່ ໄດ້ຫຍັງເລີຍ, ຈົນມີຄວາມສົງໄສໃນສິ່ງທີ່ສຶກສາ. ຈິດຍຶດຕິດ ກໍ່ເກີດຈາກກິເລດຕັນຫາຂອງ ມະນຸດ; ຈຸດເດັ່ນຄື ມັນມີເປົ້າໝາຍ ຫຼື ຈຸດປະສົງທີ່ຈຳກັດຢ່າງຊັດເຈນ, ຊັດເຈນຫຼາຍ, ໂດຍ ສະເພາະເປັນຈຸດປະສົງ ແລະ ສະເພາະເຈາະຈົງ ໂດຍທີ່ເຈົ້າຂອງມັນຈະບໍ່ເຂົ້າໃຈ. ຄົນທັມມະດາ ສາມັນມີຈິດຍຶດຕິດຫຼາຍ ເພື່ອຈະສະແຫວງຫາຂອງສິ່ງໜຶ່ງ ແລະ ບັນລຸຈຸດປະສົງນັ້ນ, ລາວ ສາມາດຈະໃຊ້ວິທີໃດໆກໍ່ໄດ້ ເພື່ອໃຫ້ໄດ້ມາ. ສຳລັບຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຈິດຍຶດຕິດຈະສະແດງອອກ ມາອີກແບບໜຶ່ງ ຕົວຢ່າງ: ການສະແຫວງຫາກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຊະນິດໜຶ່ງໆ, ຫຼົງໄຫຼໃນທັດສະນີຍະພາບໜຶ່ງໆ, ກະຕືລືລົ້ນ ໃນການສະແດງອອກຊະນິດໜຶ່ງໆເປັນຕົ້ນ. ໃນ ຖານະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ບໍ່ວ່າທ່ານຈະສະແຫວງຫາສິ່ງໃດລ້ວນແຕ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ, ສິ່ງນີ້ຕ້ອງກຳຈັດ ຖິ້ມໄປ. ສາຍຕ້າວເວົ້າເຖິງຄວາມບໍ່ມີ, ສາຍພຸດສອນຄວາມວ່າງເປົ່າ, ເຂົ້າສູ່ປະຕູແຫ່ງຄວາມ ວ່າງເປົ່າ, ສຸດທ້າຍພວກເຮົາ ຕ້ອງບັນລຸສະຖານະຄວາມວ່າງເປົ່າແລະຄວາມບໍ່ມີຫຍັງ; ຕ້ອງ ກຳຈັດຈິດຍຶດຕິດທັງໝົດຖິ້ມໄປ, ສິ່ງທີ່ທ່ານປ່ອຍວາງບໍ່ໄດ້ລ້ວນແຕ່ຕ້ອງປ່ອຍວາງ. ຕົວຢ່າງ: ການສະແຫວງຫາ ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ), ທ່ານສະແຫວງຫາ ກໍ່ຄືຕ້ອງການຈະນຳ ໃຊ້ມັນ, ໃນຄວາມເປັນຈິງມັນກົງກັນຂ້າມກັບຄຸນສົມບັດພິເສດ ຂອງຈັກກະວານຂອງພວກ ເຮົາ, ໃນຄວາມເປັນຈິງຍັງເປັນບັນຫາດ້ານ ຊັ້ນຊຶ້ງ. ຖ້າທ່ານຄິດຢາກຈະໄດ້ມັນ ຄິດຢາກຈະໂອ້ ອວດມັນ, ຢາກຈະສະແດງຕໍ່ໜ້າຄົນອື່ນ. ແຕ່ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ບໍ່ໄດ້ໃຫ້ສະແດງໃຫ້ຄົນອື່ນເຫັນ. ຫາກ

ຈຸດປະສົງ ທີ່ທ່ານຈະໃຊ້ມັນນັ້ນບໍ່ຮຽກ, ກໍ່ຄືຕ້ອງການຈະເຮັດຄວາມດີ, ແຕ່ເລື່ອງດີນັ້ນ ເມື່ອທ່ານເຮັດຂຶ້ນມາ ກໍ່ບໍ່ແນ່ສະເໝີໄປວ່າຈະເປັນເລື່ອງດີ, ເລື່ອງຂອງຄົນທັມມະດາສາມັນ ຖ້າທ່ານໃຊ້ວິທີເກົ່າກວ່າສາມັນວິສັຍໄປຈັດການ ກໍ່ບໍ່ແນ່ສະເໝີໄປວ່າຈະເປັນເລື່ອງດີ. ບາງຄົນພໍ້ໄດ້ຍິນ ຂ້າພະເຈົ້າກ່າວວ່າຄົນໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ 70 ເປີເຊັນ ເປີດຕາທົບແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງຄິດວ່າ: ເປັນຫຍັງຂ້ອຍບໍ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກ? ໃນເວລາທີ່ທ່ານກັບຄືນໄປຝຶກພະລັງກົງ ຄວາມສົນໃຈຂອງທ່ານໄປທີ່ຕາທົບ, ຄິດຈົນປວດຫົວ, ສຸດທ້າຍອັນໃດກໍ່ເບິ່ງບໍ່ເຫັນ, ນີ້ກໍ່ຄືຈິດຍຶດຕິດ. ແຕ່ລະຄົນມີສະພາບຮ່າງກາຍທີ່ຕ່າງກັນ, ເກິນຈີ່ (ຮາກຖານ) ກໍ່ບໍ່ຄືກັນ, ຕາທົບບໍ່ອາດສາມາດຈະເບິ່ງເຫັນໃນເວລາດຽວກັນ ແລະບໍ່ສາມາດຈະຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນດຽວກັນ. ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນໄດ້ແລ້ວ, ບາງຄົນເບິ່ງບໍ່ເຫັນ, ທັງໝົດເປັນເລື່ອງປົກກະຕິ.

ຈິດຍຶດຕິດສາມາດຈະໃຫ້ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂອງຜູ້ຝຶກພະລັງກົງເກີດການຢຸດຄ້າງຢູ່, ຢູ່ໃນສະຖານະການວົນຢູ່ກັບບ່ອນ, ໃນກໍລະນີທີ່ຮຸນແຮງ ກໍ່ສາມາດນຳຜູ້ຝຶກພະລັງກົງໄປສູ່ທາງມານ. ໂດຍສະເພາະ ຄື ກົງເໜັງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ບາງຢ່າງອາດຖືກຄົນທີ່ມີ ຊິ້ນຊຶ້ງບໍ່ດີ ນຳໄປໃຊ້ເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີໄດ້. ມີຫຼາຍກໍລະນີ ທີ່ຄົນທີ່ມີຊິ້ນຊຶ້ງບໍ່ໜັກແໜ້ນ ໄດ້ນຳກົງເໜັງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄປເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ. ໃນພື້ນທີ່ນັ້ນນັກສຶກສາມະຫາວິທະຍາໄລຜູ້ຊາຍຜູ້ນຶ່ງ ໄດ້ມີກົງເໜັງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໃນການຄວບຄຸມຄວາມຄິດຊະນິດນຶ່ງ, ດ້ວຍກົງເໜັງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ນີ້ ລາວສາມາດໃຊ້ຄວາມຄິດໄປຄວບຄຸມຄວາມນົກຄິດແລະພຶດຕິກຳຂອງຄົນອື່ນ, ລາວໃຊ້ມັນໄປເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ. ບາງຄົນ ເວລາຝຶກພະລັງກົງໄດ້ເຫັນທັດສະນີຍະພາບບາງຢ່າງ, ຄິດຢາກຈະເບິ່ງໃຫ້ຊັດເຈນ ຢາກຮູ້ໃຫ້ຄັກແນ່, ນີ້ກໍ່ຄືຈິດຍຶດຕິດ. ບາງຄົນ ຢາກເຮັດບາງຢ່າງ ຈົນກາຍເປັນສິ່ງເສບຕິດ, ມັນຍາກທີ່ຈະປະຖິ້ມ, ນີ້ກໍ່ແມ່ນຈິດຍຶດຕິດ. ເນື່ອງຈາກ ເກິນຈີ່ (ຮາກຖານ) ແຕກຕ່າງກັນ, ມີຈຸດປະສົງຕ່າງກັນ, ບາງຄົນຝຶກພະລັງກົງ ເພື່ອຈະບັນລຸລະດັບສູງສຸດ; ບາງຄົນກໍ່ເພື່ອຈະໄດ້ຮັບບາງສິ່ງບາງຢ່າງ. ຄວາມຄິດຊະນິດຫຼັງຍ່ອມຈະເຮັດໃຫ້ຈຸດປະສົງຂອງການຝຶກພະລັງກົງຖືກຈຳກັດ. ຫາກຈິດຍຶດຕິດຊະນິດນີ້ ບໍ່ຖືກກຳຈັດ

ຖິ້ມໄປ ເຖິງຈະຝຶກຜະລັງກົງ ຜະລັງກົງກໍ່ຈະບໍ່ເພີ່ມຂຶ້ນ. ເພາະສະນັ້ນ, ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ຕ້ອງເບິ່ງ ຜົນປະໂຫຍດທາງວັດຖຸທັງໝົດໃຫ້ເປົ່າບາງ ໂດຍບໍ່ສະແຫວງຫາສິ່ງໃດ, ໃຫ້ທຸກສິ່ງດຳເນີນໄປ ຕາມທັມມະຊາດ, ນີ້ກໍ່ຈະຫຼີກລ້ຽງຈາກການເກີດຈິດຍຶດຕິດ ທີ່ປາກົດອອກມາ, ນີ້ກໍ່ຈະເບິ່ງວ່າ ຊິ່ນຊຶ້ງ ຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງເປັນຢ່າງໃດ. ຫາກບໍ່ຍົກ ຊິ່ນຊຶ້ງ ຈາກລະດັບພື້ນຖານ, ບໍ່ວ່າຈະມີ ຖ້າຍັງມີຈິດຍຶດຕິດໃດໜຶ່ງ ກໍ່ບໍ່ສາມາດບຳເພັນປະຕິບັດສຳເຣັດ.

## 6. ກັມ

### (1) ການເກີດຂອງກັມ

ກັມເປັນ ສະສານ ສີດຳ ຊະນິດນຶ່ງ ຊຶ່ງກົງກັນຂ້າມ ກັບ ເຕີ (ກຸສິນ). ໃນພຸດທະສາສນາ ເອີ້ນວ່າ ກັມຊົ່ວ; ພວກເຮົາທີ່ນີ້ ເອີ້ນວ່າ ກັມ. ດັ່ງນັ້ນ ເວລາເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ ເອີ້ນວ່າສ້າງກັມ. ກັມນັ້ນ ກໍ່ເກີດຍ້ອນຕົວເອງ ເຄີຍເຮັດຄວາມຜິດໃນຊາດນີ້ ຫຼື ຊາດກ່ອນ, ຕົວຢ່າງ ການຂ້າ ສັດຕັດຊີວິດ, ເຄີຍຂົ່ມເຫັງຜູ້ອື່ນ, ເຄີຍຊ່ວງຊິງ ຜົນປະໂຫຍດຂອງຜູ້ອື່ນ, ເຄີຍເວົ້າຂວັນ ຜູ້ອື່ນ ລັບຫຼັງ, ບໍ່ເປັນມິດກັບໃຜ ເປັນຕົ້ນ, ທັງໝົດນັ້ນຈະເກີດກັມ. ຍັງມີກັມ ທີ່ໂອນຍ້າຍມາຈາກ ບັນທະບູລຸດ ຍາດຕິຜົນນ່ວງແລະໝູ່ເພື່ອນ. ເມື່ອຄົນຜູ້ນຶ່ງໃຊ້ກຳປັ້ນຊັດຄົນ, ໃນເວລາດຽວກັນ ກໍ່ໄດ້ໂຍນສະສານ ສີຂາວໄປໃຫ້ກັບຄູ່ກຸຣະນີ, ພື້ນທີ່ສ່ວນນັ້ນໃນຮ່າງກາຍຕົນເອງ ກໍ່ຈະຖືກ ທົດແທນດ້ວຍ ສະສານສີດຳ. ການຂ້າສັດຕັດຊີວິດ ເປັນການເຮັດຄວາມຊົ່ວຮ້າຍທີ່ສຸດ, ເຮັດ ເລື່ອງຊົ່ວຮ້າຍທີ່ໃຫຍ່ຫຼວງທີ່ສຸດ, ຊຶ່ງຈະກໍ່ເກີດກັມທີ່ໜັກຫຼາຍ. ກັມເປັນມູນເຫດທີ່ສຳຄັນ ທີ່ ສິ່ງຜົນໃຫ້ຄົນເປັນພະຍາດ, ແນ່ນອນ ບໍ່ແນ່ສະເໝີໄປວ່າ ມັນຈະສະທ້ອນອອກມາໃນຮູບແບບ ຂອງພະຍາດ, ມັນອາດຈະສະທ້ອນອອກມາ ເປັນການປະສົບກັບຄວາມລຳບາກເປັນຕົ້ນ, ທັງ ໝົດນັ້ນ ລ້ວນເປັນກັມທີ່ຍັງເກີດຜົນຢູ່. ດັ່ງນັ້ນຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ຈະເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີບໍ່ໄດ້ ໂດຍ

ເດັດຂາດ, ການກະທຳທີ່ບໍ່ດີທັງໝົດ ຈະກໍ່ໃຫ້ເກີດສີ່ສັນຍານທີ່ບໍ່ດີ, ຈະສົ່ງຜົນສະທ້ອນ ເຖິງ ພະລັງກົງ ຢ່າງຮ້າຍແຮງ.

ບາງຄົນສົ່ງເສີມໃຫ້ເກັບຊື້ (ລົມປານ) ຂອງຕົ້ນໄມ້, ເວລາສອນພະລັງກົງ ກໍ່ສອນ ເກັບ ຊື້ (ລົມປານ) ຂອງຕົ້ນໄມ້ຢ່າງໃດ. ຊື້ (ລົມປານ) ຂອງຕົ້ນໄມ້ອັນໃດດີ, ຊື້ (ລົມປານ) ຂອງ ຕົ້ນໄມ້ອັນໃດເປັນສີ່ຫຍ້າງ, ເວົ້າຄູຍກັນຢ່າງເພີດເພີນ. ໃນສວນສາທາຣະນະ ທາງຕາເວັນ ອອກສຽງເໝືອຂອງພວກເຮົາ, ບາງຄົນບໍ່ຮູ້ວ່າ ຝັກພະລັງກົງແນວໃດ, ກັງຕົວ ເທິງຜື່ນດິນ, ພໍ ລຸກຂຶ້ນ ກໍ່ຢ່າງອ້ອມກົກແປກ, ເພື່ອເກັບຊື້ (ລົມປານ) ຂອງ ກົກແປກ, ໃນເວລາພຽງເຄິ່ງປີ ເຮັດໃຫ້ກົກແປກໃນແຖບນັ້ນ ຮ່ວງໂຮຍຕາຍໄປເລີຍ, ນີ້ຄືຜົດຕິກັມຂອງການກໍ່ກັມ, ນີ້ກໍ່ເປັນ ການຂ້າຊີວິດ! ບໍ່ວ່າຈະເວົ້າ ໃນການອະນຸລັກສິ່ງແວດລ້ອມ ເພື່ອຮັກສາຄວາມສົມດຸນທາງ ນິເວດທະຍາ ແລະ ການປຸກປ່າໃໝ່ຂອງປະເທດເຮົາ ຫຼື ເວົ້າຈາກລະດັບຊັ້ນສູງ, ການເກັບຊື້ (ລົມປານ) ຂອງຕົ້ນໄມ້ກໍ່ເປັນເລື່ອງບໍ່ດີ. ຈັກກະວານນັ້ນກວ້າງໃຫຍ່ ບໍ່ມີຂອບເຂດຈຳກັດ, ມີ ຊື້ (ລົມປານ) ຢູ່ທຸກບ່ອນໃຫ້ທ່ານໄປເກັບ, ທ່ານໄປເກັບໃຫ້ພໍໃຈ, ເຫດໃດຈະຕ້ອງທຳລາຍ ຕົ້ນໄມ້? ໃນຖານະຜູ້ຝັກພະລັງກົງ ຈິດເມດຕາຂອງທ່ານໄປໃສໝົດແລ້ວ?

ສັບພະສິ່ງ ລ້ວນມີຈິດວິນຍານ, ວິທະຍາສາດປັດຈຸບັນ ເຂົ້າໃຈແລ້ວວ່າຕົ້ນໄມ້ບໍ່ພຽງ ແຕ່ມີຊີວິດ ແຕ່ຍັງມີຫຼິງຊຶ້ງ (ຄວາມອັດສະຣິຍະ) ມີຄວາມຄິດ ແລະ ຄວາມຮູ້ສຶກ ຈົນວ່າມີ ກົງ ເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທາງປະສານສັມຜັດ. ເມື່ອຕາທົບຂອງທ່ານ ບັນລຸລະດັບທັມມະ ຈັກກສຸ, ທ່ານພົບວ່າ ໂລກເປັນທັດສະນີຍະພາບອີກແບບໜຶ່ງ, ພໍທ່ານອອກຈາກເຮືອນ, ກ້ອນ ຫີນ, ກຳແພງຫີນ, ຕົ້ນໄມ້ຈະເວົ້າກັບທ່ານ. ວັດຖຸໃດໆລ້ວນມີຊີວິດຄົງຢູ່, ໃນເວລາທີ່ມັນກໍ່ ເກີດຊີວິດນຶ່ງກໍ່ໄດ້ເຂົ້າໄປແລ້ວ. ສະສານອິນຊີ ແລະ ອະນິນຊີ ນັ້ນ ແບ່ງແຍກອອກ ໂດຍມະນຸດ ໂລກຂອງພວກເຮົາ. ຄົນທີ່ຢູ່ໃນວັດເມື່ອເຮັດຈານແຕກ ລາວຈະຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໃຈ, ເພາະ



ທັນທີ ທີ່ຈານນັ້ນແຕກໄປ ຮ່າງກາຍທີ່ມີຊີວິດນັ້ນກໍ່ຖືກປົດປ່ອຍອອກມາ, ເມື່ອມັນຍັງບໍ່ໄດ້ໄປ  
ຈົນສຸດເສັ້ນທາງຂອງມັນ ກໍ່ຈະບໍ່ມີປ່ອນໄປ. ສະນັ້ນມັນຈຶ່ງຄຽດແຄ້ນ ຄົນທີ່ຂ້າມໜ້າ,  
ຄວາມຄຽດແຄ້ນຫຼາຍ ຄົນຜູ້ນັ້ນ ກໍ່ຈະມີກັມໜັກ. « ອາຈານຊື່ກົງ » ບາງຄົນຍັງໄປລ່າສັດ,  
ຈິດເມດຕາຂອງລາວໄປໃສ ແລ້ວ ? ສາຍພຸດ ແລະ ສາຍຕ້າວ ບໍ່ເຮັດສິ່ງທີ່ຈະຜ່າຜົນ ຫຼັກການ  
ສະຫວັນ. ລາວເຮັດເຊັ່ນນີ້ ກໍ່ຄື ຜິດຕິກັມ ຂ້າຊີວິດ.

ບາງຄົນບອກວ່າ ທີ່ຜ່ານມາລາວກໍ່ກັມໄວ້ຫຼາຍ, ຕົວຢ່າງ ຂ້າໄກ່, ຂ້າປາ, ຕຶກເບັດ  
ເປັນຕົ້ນ, ແມ່ນ ຫຼື ບໍ່ ວ່າລາວບໍ່ສາມາດຝຶກຜະລັງ? ບໍ່ແມ່ນ. ໃນເວລານັ້ນ ທ່ານເຮັດໂດຍບໍ່ຮູ້,  
ມັນບໍ່ເຮັດໃຫ້ກັມໃຫຍ່ຂຶ້ນ, ຈາກມື້ນີ້ກໍ່ຢາໄດ້ເຮັດເລື່ອງນີ້ອີກ. ຖ້າເຮັດອີກ ກໍ່ຄືຕັ້ງໃຈເຮັດຜິດ  
ທັງໆທີ່ຮູ້ວ່າ ເຮັດບໍ່ໄດ້ແລ້ວ. ຜູ້ຝຶກບາງຄົນ ມີກັມຊະນິດນີ້; ຖ້າທ່ານ ມາຮ່ວມທ້ອງຮຽນການ  
ຝຶກອົບຮົມ ຂອງເຮົາ ກໍ່ຄືມີບຸນວາສນາ, ທ່ານຈຶ່ງສາມາດ ຈະບໍາເຜັນປະຕິບັດສຸລະດັບສູງ. ຖ້າ  
ແມງວັນຫຼືຍຸງ ເຂົ້າມາໃນເຮືອນຄວນຈະຕິຫຼົບ? ທຸກທ່ານ ເຮັດເລື່ອງນີ້ ໃນລະດັບຊັ້ນປັດຈຸບັນ  
ຈະຕິຕາຍກໍ່ບໍ່ຖືວ່າຜິດ, ໄລ່ອອກໄປບໍ່ໄດ້ ຈະຕິໃຫ້ຕາຍກໍ່ຕົໄປແລ້ວ. ຂອງສິ່ງນຶ່ງເມື່ອເຖິງເວລາ  
ທີ່ຄວນຕາຍ ມັນຈະຕ້ອງຕາຍໂດຍທັມມະຊາດ. ໃນເວລາ ອົງສັກກີຍະມຸນີ ຊົງພຣະຊົນຊົບ ຢູ່  
ນັ້ນ, ມີເທື່ອນຶ່ງ ພຣະອົງຈະສົ່ງນ້ຳ ໄດ້ບອກໃຫ້ສາວົກໄປເຮັດຄວາມສະອາດອ່າງນ້ຳ, ສາວົກຝົບ  
ວ່າ ໃນອ່າງນ້ຳມີໝອນ, ຈຶ່ງກັບໄປຖາມພຣະອົງວ່າ ຈະເຮັດຢ່າງໃດ? ພຣະອົງ ເວົ້າອີກເທື່ອນຶ່ງ  
ວ່າ: ຂ້າພະເຈົ້າ ຕ້ອງການໃຫ້ເຈົ້າ ເຮັດຄວາມສະອາດ ຄືອ່າງນ້ຳ. ເມື່ອສາວົກ ເຂົ້າໃຈແລ້ວ ຈຶ່ງ  
ເຮັດຄວາມສະອາດອ່າງນ້ຳຈົນສະອາດ. ບັນຫາບາງຢ່າງ ທ່ານຢາໄດ້ເບິ່ງມັນສຳຄັນເກີນໄປ,  
ເຮົາບໍ່ແມ່ນຈະໃຫ້ທ່ານລະວັງໃນເລື່ອງມະຈຸກມະຈິກເກີນໄປ. ໃນສະພາບແວດລ້ອມ ທີ່ສະຫຼັບ  
ຊັບຊ້ອນ, ປະສາດຕົງຄຽດຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ, ເພາະຢ້ານວ່າຈະເຮັດຜິດເລັກໆນ້ອຍໆ, ຂ້າພະເຈົ້າ  
ວ່າ ເປັນດັ່ງນີ້ບໍ່ໄດ້ ນີ້ກໍ່ເປັນຈິດຍຶດຕິດຊະນິດນຶ່ງ, ຄວາມຢ້ານໂດຍຕົວມັນເອງ ກໍ່ຄືຈິດຍຶດຕິດ.

ພວກເຮົາ ຕ້ອງມີຈິດເມດຕາ, ປະຕິບັດຕໍ່ເລື່ອງຫຍັງ ດ້ວຍຈິດເມດຕາກໍ່ຈະບໍ່ເກີດ ບັນຫາໄດ້ງ່າຍ. ໃຫ້ເຫັນຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວໃຫ້ເປົາບາງ, ມີຈິດໃຈດີງາມ, ບໍ່ວ່າທ່ານ ຈະ ເຮັດຫຍັງກໍ່ຢູ່ພາຍໃຕ້ການຄວບຄຸມນີ້, ດັ່ງນັ້ນ ທ່ານຈະບໍ່ເຮັດເລື່ອງຊົ່ວ; ບໍ່ເຊື່ອທ່ານລອງ ເຮັດ ເບິ່ງ, ຖ້າທ່ານມີທ່າທິໂມໂຫ, ມັກຢາກຈະຕໍ່ສູ້ ແລະ ໂຕ້ຖຽງ, ເລື່ອງທີ່ຕິດໜ້າທ່ານ ກໍ່ຈະເຮັດ ຈົນເປັນເລື່ອງຊົ່ວ. ຫຼາຍເທື່ອທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເຫັນບາງຄົນເວລາທີ່ຕົວເອງຖືກຕ້ອງແລ້ວຈະບໍ່ຍອມ ຄົນອື່ນ, ຄົນປະເພດນີ້ ເວລາລາວຖືກຕ້ອງລາວກໍ່ຈະຈັບປະເດັນ ທີ່ຈະຈັດການກັບຄົນອື່ນໃຫ້ ໄດ້. ໃນເວລາດຽວກັນ ພວກເຮົາກໍ່ບໍ່ອາດຈະສ້າງຄວາມຂັດແຍ່ງ ເນື່ອງຈາກບໍ່ເຫັນດ້ວຍກັບ ເລື່ອງນຶ່ງ, ບາງຄັ້ງເລື່ອງທີ່ທ່ານບໍ່ເຫັນນັ້ນ ບໍ່ແນ່ສະເໝີໄປວ່າຈະເປັນເລື່ອງຜິດ. ໃນຖານະຜູ້ຝຶກ ພະລັງກົງ ເມື່ອລະດັບຊັ້ນເລື່ອນສູງຂຶ້ນແລ້ວ, ຄຳເວົ້າຂອງທ່ານຈະມີພະລັງທ່ານສາມາດຈະ ຍັບ ຍື່ງຄົນທັມມະດາສາມັນໄດ້, ທ່ານບໍ່ສາມາດຈະເວົ້າ ຕາມລຳພັງໃຈໄດ້. ໂດຍສະເພາະເມື່ອທ່ານ ເບິ່ງບໍ່ເຫັນ, ບໍ່ເຫັນຄວາມຈິງຂອງບັນຫາ, ເບິ່ງບໍ່ເຫັນ ຄວາມສຳພັນຂອງເຫດ ກໍ່ຈະເຮັດເລື່ອງ ທີ່ບໍ່ດີໄດ້ງ່າຍ, ກໍ່ກັມໄດ້ງ່າຍ.

## (2) ການສະຫຼາຍກັມ

ຫຼັກການໃນໂລກ ກັບ ຫຼັກການຢູ່ເທິງສະຫວັນນັ້ນຄືກັນ, ທ່ານຕ້ອງຊຳລະຄົນ ສິ່ງທີ່ ທ່ານເປັນໜີ້ຄົນອື່ນ, ແມ່ນແຕ່ ຄົນທັມມະດາສາມັນ ກໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຄົນສິ່ງທີ່ຕິດຄ້າງຄົນອື່ນ. ໃນ ຊີວິດຂອງຄົນນຶ່ງ ຄວາມຫຍຸ້ງຍາກຂອງບັນຫາຕ່າງໆ ທີ່ທ່ານປະສົບ ແມ່ນຜົນທີ່ເກີດຈາກກັມ, ທ່ານຕ້ອງຊົດໃຊ້ ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນ. ພວກເຮົາ ເປັນຄົນບຳເພັນປະຕິບັດທີ່ແທ້ຈິງ, ເສັ້ນທາງຊີວິດ ຂອງທ່ານຈະປ່ຽນແປງ, ຕ້ອງຖືກຈັດເສັ້ນຊີວິດໃໝ່ ທີ່ເໝາະສົມ ສຳລັບການບຳເພັນປະຕິບັດ ໃຫ້ທ່ານ, ກັມຂອງທ່ານນັ້ນ ອາຈານຈະລົດລົງສ່ວນນຶ່ງໃຫ້ກັບທ່ານ, ສ່ວນທີ່ເຫຼືອ ກໍ່ຈະນຳໄປ ໃຊ້ເພື່ອຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງຂອງທ່ານ, ໂດຍຕົວທ່ານຕ້ອງແລກປ່ຽນ, ຜ່ານການຝຶກພະລັງກົງ

ແລະ ບຳເພັນປະຕິບັດຊັ້ນຊຶ່ງ ແລະ ຊຳລະກັມຖິ້ມ. ຈາກມື້ນີ້ໄປ ບັນຫາທີ່ທ່ານພົບພໍ້ທັງໝົດບໍ່  
ແມ່ນເລື່ອງບັງເອີນ, ຂໍໃຫ້ພວກທ່ານຕຽມພ້ອມດ້ານຈິດໃຈ. ໃຫ້ທ່ານຂ້າມຜ່ານອຸປະສັກ,  
ຄວາມລຳບາກ, ທ່ານກໍຈະສາມາດປ່ອຍວາງສິ່ງທີ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ ປ່ອຍວາງບໍ່ໄດ້. ທ່ານ  
ຈະພົບກັບເລື່ອງລຳບາກຫຼາຍຢ່າງ, ບັນຫາຕ່າງໆຈະເກີດຂຶ້ນຮອບດ້ານ ຈາກໃນຄອບຄົວ, ຈາກ  
ສັງຄົມ; ຫຼື ທ່ານອາດຈະ ປະສົບກັບຄວາມທຸກທໍລະມານຕ່າງໆ ຢ່າງທັນທີທັນໃດ; ເຖິງແມ່ນ  
ວ່າ ແທ້ຈິງແລ້ວຄູ່ກໍຮະນີບໍ່ດີແຕ່ຕົວທ່ານກັບຖືກຕິຕຽນ, ຖືກລົງໂທດເປັນຕົ້ນ. ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ  
ນັ້ນ ບໍ່ຄວນເຈັບປ່ວຍ ແຕ່ທ່ານອາດຈະ ເກີດເຈັບປ່ວຍໜັກຂຶ້ນມາໃນທັນທີທັນໃດ, ມີ  
ອາການເຈັບປ່ວຍຢ່າງໜັກຫຼາຍ, ທໍຣະມານຈົນເກືອບຈະທົນບໍ່ໄດ້; ໄປກວດທີ່ໂຮງໝໍກໍບໍ່ຮູ້  
ວ່າສາເຫດຂອງພະຍາດວ່າມາຈາກໃສ, ແຕ່ຢູ່ໆທ່ານກໍເຊົາປ່ວຍໄດ້ໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ,  
ໃນຄວາມເປັນຈິງ ຄືທ່ານໄດ້ຊຳລະໜີ້ບາງຢ່າງທີ່ທ່ານຕິດຄ້າງໄວ້ ຜ່ານຮູບແບບຊະນິດນີ້.  
ບາງທີມື້ນຶ່ງ ຄູ່ສົມລົດຂອງທ່ານອາລົມເສ້ຍຫາເລື່ອງຊວນຜິດກັບທ່ານຢ່າງບໍ່ມີເຫດຜົນ, ພຽງ  
ເລື່ອງເລັກໜ້ອຍ ກໍອາດຈະນຳໄປສູ່ການຖືກຕຽງກັນຢ່າງຮຸນແຮງ, ຫຼັງຈາກນັ້ນຄູ່ສົມລົດຂອງ  
ທ່ານ ກໍຮູ້ສຶກງົງປະຫຼາດໃຈທີ່ເກີດອາລົມນັ້ນ. ໃນຖານະທ່ານເປັນຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ທ່ານ  
ສົມຄວນຕ້ອງເຂົ້າໃຈ ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເກີດເລື່ອງແບບນັ້ນ, ກໍຄືສິ່ງນັ້ນມາຮອດແລ້ວ, ມັນ  
ຕ້ອງການໃຫ້ທ່ານຊົດໃຊ້ກັມນັ້ນ. ໃນເວລານັ້ນ ທ່ານຕ້ອງຄວບຄຸມຕົວເອງ, ຮັກສາຊັ້ນຊຶ່ງ  
ໃຫ້ໝັ້ນຄົງ ເພື່ອຈະໄດ້ຜ່ານເລື່ອງນັ້ນໄປ, ທ່ານຕ້ອງຖະນຸຖະໜອມແລະຂອບໃຈ ຄູ່ສົມລົດ ທີ່  
ຊ່ວຍທ່ານສະຫຼາຍກັມ.

ເມື່ອທ່ານ ນັ່ງສະມາທິ ເປັນເວລາດົນ ທ່ານຈະມີ ອາການປວດຂາ, ບາງຄົນ ເຈັບປວດ  
ຢ່າງທໍຣະມານ. ຄົນທີ່ຕາທົບເປີດ ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ ຈະເບິ່ງເຫັນໄດ້ວ່າ ເວລາທີ່ ເຈັບປວດ ຢ່າງ  
ທໍລະມານນັ້ນ ມີສິ່ງຂອງສີດຳກ້ອນໃຫຍ່ ຈາກພາຍໃນແລະພາຍນອກຂອງຮ່າງກາຍ ຂອງ ຜູ້  
ຝຶກຜະລັງກົງ ເຄື່ອນໄຫວລົງມາແລະຖືກສະຫຼາຍໄປ. ຄວາມເຈັບປວດ ຈາກການນັ່ງສະມາທິນັ້ນ  
ຈະເຈັບປວດເປັນໄລຍະໆ ແລະ ຮູ້ສຶກຄືຖືກເຈາະຫົວໃຈ, ບາງຄົນມີ ອຸ່ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ກໍຈະ

ບໍ່ເອົາຂາລົງ, ເມື່ອສະສານສີດຳຖືກສະຫຼາຍໄປແລ້ວ ກໍ່ຈະປ່ຽນແປງເປັນສະສານສີຂາວ ແລະ ປ່ຽນເປັນຜະລັງກົງ. ກັມຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ບໍ່ອາດຈະສະຫຼາຍໄປໄດ້ທັງໝົດ ໂດຍຜ່ານການ ນັ່ງສະມາທິແລະຝຶກຜະລັງກົງ, ຍັງຈະຕ້ອງຍົກລະດັບ ຊັ້ນຊຶ້ງ ແລະ ອຸ້ຊັ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ໃຫ້ສູງ ຂຶ້ນແລະປະສົບກັບຄວາມຍາກລຳບາກ. ສິ່ງທີ່ສຳຄັນຄື ພວກເຮົາຕ້ອງເປັນຄົນທີ່ມີຄວາມເມດ ຕາ, ພວກເຮົາຜູ້ຝຶກ ຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນ ຈະເກີດຈິດເມດຕາໄວຫຼາຍ; ຫຼາຍໆຄົນເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ພໍ່ນັ່ງລົງ ນ້ຳຕາກໍ່ໄຫຼອອກມາ ຢ່າງບໍ່ມີເຫດຜົນ, ຄິດເຖິງຫຍັງກໍ່ຮູ້ສຶກໂສກເສົ້າ, ເຫັນໃຜໆລ້ວນ ແຕ່ທຸກທໍລະມານ, ນັ້ນຄືຈິດເມດຕາຂອງທ່ານອອກມາແລ້ວ, ຈິດແຕ່ກຳເນີດຂອງທ່ານ, ຕົວ ຕົນທີ່ແທ້ຈິງຂອງທ່ານເລີ້ມ ປະສານເຂົ້າກັບຄຸນສົມບັດພິເສດ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢນ » (ຄວາມ ຈິງ. ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອົດທົນ) ຂອງຈັກກະວານແລ້ວ. ເມື່ອຈິດເມດຕາຂອງທ່ານ ອອກ ມາ, ທ່ານກໍ່ຈະເຮັດສິ່ງຕ່າງໆດ້ວຍຄວາມເມດຕາ. ຈາກພາຍໃນຈິດໃຈ ເຖິງການກະທຳພາຍ ນອກ ຂອງທ່ານ ຄົນຈະເຫັນໄດ້ວ່າ ທ່ານເປັນຄົນໃຈດີຫຼາຍ, ເມື່ອເຖິງເວລານັ້ນ ຈະບໍ່ມີໃຜຂົ່ມ ເຫັງທ່ານ. ເມື່ອເຖິງເວລານັ້ນ ຫາກວ່າຈະມີຄົນຂົ່ມເຫັງທ່ານແທ້ໆ ຈິດເມດຕາທີ່ໃຫຍ່ຫຼວງ ຂອງທ່ານຈະເກີດຜົນ, ທ່ານຈະບໍ່ຕອບໂຕ້, ມັນເປັນຜະລັງຊະນິດນຶ່ງ ຊຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ ທ່ານແຕກ ຕ່າງ ຈາກຄົນທັມມະດາສາມັນ.

ໃນເວລາທີ່ທ່ານຜະເຊີນກັບຄວາມລຳບາກ ຈິດເມດຕານັ້ນຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານຂ້າມ ດ່ານ ເອົາຊະນະອຸປະສັກ; ໃນເວລາດຽວກັນ ຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ຈະປົກປ້ອງ ທ່ານ ແລະ ປົກປ້ອງຊີວິດທ່ານ, ແຕ່ທ່ານຍັງຕ້ອງຂ້າມຄວາມລຳບາກ. ຍົກຕົວຢ່າງ ເມື່ອ ຂ້າພະເຈົ້າໄປເປີດສອນທີ່ ໄທຢ່ວນ ມີສາມິພັນລະຍາສູງອາຍຸຄູ່ນຶ່ງ ຂະນະ ກຳລັງຝ່າວຈະຂ້າມ ຫົນທາງ ເພື່ອມາເຂົ້າຮ່ວມຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ, ພໍ່ຢ່າງມາຮອດກາງຖນົນ ມີລົດຄັນນຶ່ງຂັບ ມາຢ່າງໄວ ແລະ ຕຳຢ່າງກະທັນຫັນ ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸ ຈົນລົ້ມລົງ ແລະ ແກ່ລາກ ສະຕຣີຜູ້ສູງ ອາຍຸ ອອກໄປສືບກວ່າແມັດ, ກ່ອນທີ່ ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸ ຈະລົ້ມລົງ ເທິງຫົນທາງ ລົດຄັນນັ້ນ ແລ່ນໄປອີກຊາວກວ່າແມັດຈຶ່ງຢຸດ. ຄົນຂັບລົດໂດດລົງຈາກລົດ ກ່າວ ບາງສິ່ງບາງຢ່າງບໍ່ພໍໃຈ;

ຄົນທີ່ນັ່ງຢູ່ໃນລົດກໍ່ເວົ້າຈາບໍ່ດີ. ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸໄດ້ເວົ້າວ່າ ບໍ່ມີຫຍັງເລີຍ, ໃນເວລານັ້ນ ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸ ນຶກເຖິງຄຳເວົ້າຂອງຂ້າພະເຈົ້າ, ຫຼັງຈາກຢືນຂັ້ນ ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸເວົ້າວ່າ: ບໍ່ມີຫຍັງ, ບໍ່ເປັນຫຍັງ, ຂ້ອຍບໍ່ເຈັບ ບໍ່ເຈັບປ່ອນໃດເລີຍ, ແລ້ວສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸ ກໍ່ຈູງມີສາມີຢ່າງເຂົ້າໄປໃນຫໍປະຊຸມດ້ວຍກັນ. ໃນເວລານັ້ນ ຫາກສະຕຣີ ຜູ້ສູງອາຍຸເວົ້າວ່າ, ໂອຍ! ຂ້ອຍເຈັບປ່ອນນີ້, ເຈັບປ່ອນນັ້ນ, ທ່ານສິ່ງຂ້ອຍໄປໂຮງໝໍແດ່ ເຊັ່ນນັ້ນກໍ່ຈະເຈັບຂັ້ນມາແທ້ໆ, ແຕ່ ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸບໍ່ໄດ້ເຮັດເຊັ່ນນັ້ນ. ສະຕຣີຜູ້ສູງອາຍຸ ບອກກັບຂ້າພະເຈົ້າວ່າ: ອາຈານ ຂ້ານ້ອຍຮູ້ວ່າມັນເປັນເລື່ອງຢ່າງໃດ, ນີ້ເປັນການຊ່ວຍຂ້ານ້ອຍຊາລະກັມ! ທຳລາຍຄວາມລຳບາກໃຫຍ່ໄປແລ້ວ, ຊາລະກັມໄປກ່ອນໃຫຍ່. ລອງຄິດເບິ່ງວ່າຊິນຊຶ້ງແລະອຸ້ຮຸ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ຂອງຍາແມ່ເຖົ້າດີຫຼາຍ; ອາຍຸຫຼາຍຂະໜາດນັ້ນແລ້ວ ດ້ວຍຄວາມໄວຂອງລົດຂະໜາດນັ້ນ ເມື່ອຖືກແກໄປ ໄກຂະໜາດນັ້ນ, ລົ້ມລົງເທິງຜົນດິນແຮງຂະໜາດນັ້ນ ແລ້ວຍັງລຸກຂຶ້ນມາ ດ້ວຍຈິດໃຈທີ່ຖືກຕ້ອງຊື່ຕົງຫຼາຍ.

ເວລາທີ່ຄວາມລຳບາກມາເຖິງ ມັນເບິ່ງຄືວ່າໃຫຍ່ຫຼາຍ, ເບິ່ງຄືວ່າຄິດຢ່າງໃດ ກໍ່ບໍ່ມີທາງອອກ. ບາງທີ ມັນວົນວຽນຢູ່ຫຼາຍມື້ ທັນໃດນັ້ນກໍ່ມີທາງອອກແລ້ວ, ເລື່ອງລາວກໍ່ເກີດປ່ຽນແປງໃຫຍ່ໃນທັນທີທັນໃດ, ໃນຄວາມເປັນຈິງຄື ຊິງຊິນ ຂອງເຮົາຍົກລະດັບຂຶ້ນແລ້ວ, ສິ່ງນັ້ນ ກໍ່ຈະຫາຍໄປໂດຍທັມມະຊາດ.

ຫາກຈະຍົກລະດັບ ເຂດແດນທາງຄວາມຄິດ ຂອງພວກເຮົາ ກໍ່ຈະຕ້ອງຜ່ານ ການທົດສອບ ຄວາມລຳບາກນາໆຊະນິດ ໃນໂລກ, ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນນີ້ ຫາກ ຊິນຊຶ້ງ ຂອງ ທ່ານ ຍົກລະດັບຂຶ້ນໄປແລ້ວແລະໝັ້ນຄົງແລ້ວ, ແທ້ຈິງກັມກໍ່ຈະຖືກສະຫຼາຍໄປ, ຄວາມຍາກລຳບາກຂອງທ່ານກໍ່ຈະຜ່ານໄປ, ພະລັງກົງເຜີ້ມຂຶ້ນ. ຫາກໃນ ລະຫວ່າງການທົດສອບ ຊິນຊຶ້ງ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຄວບຄຸມ ຊິນຊຶ້ງ ແລະ ເຮັດຜິດພາດໄປ, ທ່ານກໍ່ ຢ່າທີ່ແທ້ໃຈ, ທ່ານຕ້ອງຫາຂໍ້ສະຫຼຸບຈາກ

ບົດຮຽນ, ຫາຂໍ້ບົກຜ່ອງແລະທຸ່ມເທ ຄວາມພະຍາຍາມໄປບໍາເພັນ « ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ » (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ). ຫຼັງຈາກນັ້ນ ການທົດສອບ ຊຶ່ງຊັ້ນ ຄັ້ງຕໍ່ໄປອາດ ຈະນໍາມາຕິດໆ. ພ້ອມກັບທີ່ ກົງລີ້ (ແຮງ ພະລັງ) ຈະເພີ່ມສູງຂຶ້ນ, ຄວາມລໍາບາກຂອງການທົດ ສອບ ຊຶ່ງຊຶ່ງ ຂອງ ທ່ານອາດຈະມາຢ່າງຮຸນແຮງຢ່າງກະທັນຫັນຫຼາຍ. ທຸກໆດ່ານທີ່ທ່ານຂ້າມ ໄປ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຈະເພີ່ມສູງຂຶ້ນເລັກໜ້ອຍຕໍ່ໄປອີກ; ຫາກຂ້າມດ່ານໄປບໍ່ໄດ້ ພະລັງກົງ ກໍ່ຈະຢຸດຊະງັກ. ການທົດສອບຂະໜາດນ້ອຍ ພະລັງກົງກໍ່ຈະເພີ່ມຂຶ້ນເລັກໜ້ອຍ; ການທົດ ສອບທີ່ໃຫຍ່ ພະລັງກົງກໍ່ຈະເພີ່ມຂຶ້ນຫຼາຍ. ຫວັງວ່າຜູ້ຝຶກພະລັງກົງທຸກຄົນຈະກຽມ ພ້ອມທີ່ຈະ ອິດທິນຕໍ່ຄວາມທຸກທໍລະມານຫຼາຍ, ຈະມີຄວາມຕັ້ງໃຈ ແລະ ຄວາມກະຕືລືລົ້ນ ທີ່ຈະຜະເຊີນ ກັບຄວາມລໍາບາກອັນໃຫຍ່ຫຼວງ. ບໍ່ມີຄວາມພະຍາຍາມກໍ່ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບພະລັງກົງທີ່ແທ້ຈິງ, ບໍ່ ພະຍາຍາມ ຄິດແຕ່ຈະສະບາຍໆ, ບໍ່ທົນທຸກກໍ່ຈະໄດ້ພະລັງກົງບໍ່ມີຫຼັກການແບບນີ້. ບໍ່ປ່ຽນແປງ ຊຶ່ງຊຶ່ງ ໃຫ້ດີຂຶ້ນຈາກພື້ນຖານ ຫຼື ຍັງມີຈິດຍຶດຕິດໃດໆຂອງຕົນເອງຢູ່ ກໍ່ບໍ່ສາມາດຈະບໍາເພັນ ສໍາເຣັດ ເປັນຜູ້ຮູ້ແຈ້ງໄດ້.

## 7. ການນໍາພາມານເຂົ້າມາ

ການນໍາພາມານເຂົ້າມາ ໝາຍຄວາມວ່າ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ມີປາກົດການຫຼື ທັດສະນີຍະ ພາບ ທີ່ປາກົດອອກມາ ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນຂອງການຝຶກພະລັງກົງ ຊຶ່ງສິ່ງຜົນສະທ້ອນ ໃນ ການຝຶກພະລັງກົງ, ຈຸດປະສົງແມ່ນຢຸດຢັ້ງ ບໍ່ໃຫ້ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ບໍາເພັນປະຕິບັດ ສຸລະດັບ ຊັ້ນ ສູງຂຶ້ນ ຫຼື ສາມາດເວົ້າໄດ້ວ່າ ມານມານໍາໜີ້.

ເມື່ອບໍາເພັນປະຕິບັດ ເຖິງລະດັບຊັ້ນສູງ ແນ່ນອນຈະພົບກັບບັນຫາ ການນໍາພາມານ ເຂົ້າມາ. ຊົ່ວຊົດຂອງຄົນຜູ້ນັ່ງ ແລະບັນພະບຸລຸດບໍ່ອາດຫຼີກເວັ້ນ ອາດຈະເຄີຍເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ, ສິ່ງບໍ່ດີເຫຼົ່ານີ້ເອີ້ນວ່າກັມ. ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ) ຂອງຄົນຜູ້ນັ່ງ ດີ ຫຼື ບໍ່ດີ ຈະເປັນຕົວກໍານົດວ່າ

ລາວມີກັມຕິດຕົວຫຼາຍປານໃດ, ແມ່ນແຕ່ຄົນທີ່ດີຫຼາຍຄົນ ກໍ່ບໍ່ອາດຈະ ບໍ່ມີກັມ ເນື່ອງຈາກວ່າ ທ່ານບໍ່ບໍາເພັນປະຕິບັດ ທ່ານບໍ່ສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້. ຖ້າທ່ານພຽງ ເພື່ອກໍາຈັດໂລກໄພ ເສີມສ້າງ ສຸຂະພາບ, ມານກໍ່ບໍ່ສົນໃຈທ່ານ, ຄັນເມື່ອທ່ານບໍາເພັນປະຕິບັດ ໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ ມັນຈະລົບ ກວນທ່ານ. ມັນຈະໃຊ້ວິທີການຕ່າງໆມາລົບກວນທ່ານ, ຈຸດປະສົງຄືບໍ່ໃຫ້ທ່ານບໍາເພັນ ປະຕິບັດ ໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ, ບໍ່ໃຫ້ທ່ານ ບໍາເພັນປະຕິບັດສໍາເຣັດ. ມານຈະປາກົດອອກມາ ໃນ ຫຼາຍໆຮູບແບບ, ບາງເທື່ອຈະປາກົດອອກມາ ໃນເຫດການຕ່າງໆ ໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງ ພວກເຮົາ; ບາງເທື່ອຈະປາກົດອອກມາໃນສື່ສັນຍານ ຈາກມິຕິອື່ນມາເຮັດການລົບກວນ, ເມື່ອ ທ່ານນັ່ງສະມາທິ ກໍ່ຈະມີເລື່ອງບາງຢ່າງມາລົບກວນ, ເຮັດໃຫ້ທ່ານບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມ ສະຫງົບ, ບໍ່ສາມາດບໍາເພັນສູ່ລະດັບສູງ; ບາງຄັ້ງ ພໍທ່ານນັ່ງສະມາທິ ທ່ານກໍ່ຈະມີອາການ ເຫງົານອນ ຫຼື ມີຄວາມຄິດວຸ່ນວາຍ ບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ສະຖານະ ຂອງການຝຶກພະລັງກົງ; ບາງຄັ້ງ ພໍທ່ານເລີ່ມຝຶກພະລັງກົງ ຈາກສະພາບແວດລ້ອມ ທີ່ ສະຫງົບງຽບ, ທັນທີທັນໃດນັ້ນ ກໍ່ມີສຽງ ຄົນຢ່າງ, ສຽງໄຂປະຕູ, ສຽງແກລິດ, ໂທຣະສັບ ລົບກວນ, ສຽງເອະອະຈຽວຈາວຕ່າງໆ ເຮັດ ໃຫ້ທ່ານບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ສະມາທິໄດ້.

ຍັງມີມານອີກຊະນິດນຶ່ງຄື ມານກາມມາລົມ, ເວລາທີ່ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງນັ່ງສະມາທິຢູ່ ຫຼື ຢູ່ໃນຄວາມຝັນ, ຈະມີໝູ່ມຮູບງາມ ຫຼື ສາວງາມມາປາກົດຢູ່ຕໍ່ໜ້າ, ອອກມາຫຼອກລ້ຽງທ່ານ, ຍິ້ວ ຍວນທ່ານ, ສະແດງທ່າທີ່ຍິ້ວຍູ ຈິດຍຶດຕິດຕໍ່ອາລົມທາງເພດຂອງທ່ານ. ຫາກທ່ານ ບໍ່ສາມາດ ເອົາຊະນະມັນໄດ້ເທື່ອທີ່ນັ້ນ, ມັນກໍ່ຈະຫຼອກລ້ຽງທ່ານເພີ່ມຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ຈົນກວ່າທ່ານຈະ ລະຖົ້ມຄວາມຄິດທີ່ຈະບໍາເພັນໄປສູ່ລະດັບຊັ້ນສູງ. ມັນເປັນການທົດສອບທີ່ຂ້າມຜ່ານໄດ້ຍາກ, ມີຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຈຳນວນຫຼາຍທີ່ບໍາເພັນບໍ່ສໍາເຣັດດ້ວຍເຫດນີ້. ຫວັງວ່າທ່ານທັງຫຼາຍ ຈະ ຕຽມພ້ອມດ້ານຈິດໃຈ, ບາງຄົນຫາກບໍ່ສາມາດຮັກສາ ຊື່ນຊື່ງ ໄວ້ໄດ້ ກໍ່າວຂ້າມໄປບໍ່ໄດ້ ເທື່ອ ທີ່ນັ້ນ ກໍ່ຕ້ອງຮຽນຮູ້ບົດຮຽນຢ່າງຈິງຈັງ, ມັນຈະລົບກວນທ່ານຫຼາຍໆເທື່ອ ຈົນກວ່າທ່ານຈະ

ຮັກສາ ຊື່ນຊື່ງຂອງທ່ານໃຫ້ໝັ້ນຄົງໄດ້ຢ່າງແທ້ຈິງ ແລະ ກຳຈັດຈິດຍຶດຕິດຊະນິດນັ້ນໄປໄດ້ທັງໝົດ. ນີ້ເປັນດ່ານນຶ່ງທີ່ໃຫຍ່ທີ່ຕ້ອງກ້າວຂ້າມໄປ, ບໍ່ດັ່ງນັ້ນ ກໍ່ຈະບໍ່ໄດ້ຕ້າວ (ຫຼັກທັມ) ແລະ ບຳເພັນບໍ່ສຳເຣັດ.

ຮູບແບບຂອງມານອີກຊະນິດນຶ່ງ ຄື ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ຫຼືວ່າ ຢູ່ໃນຄວາມຝັນ, ທັນໃດນັ້ນ ກໍ່ເບິ່ງເຫັນໃບໜ້າຕ່າງໆທີ່ເປັນຕາຢ້ານ, ຊິວຮ້າຍຫຼາຍ, ມັນເບິ່ງຄືຄວາມຈິງຫຼາຍ ຫຼື ມີຄົນຖືມິດກຳລັງຈະຂ້າຄົນ ແຕ່ມັນເປັນພຽງການຊຸຄົນ, ຖ້າມັນຈະຝັນແທ້ໆກໍ່ຈະຝັນບໍ່ຖືກ ເພາະອາຈານໄດ້ໃສ່ກວບປ້ອງກັນໄວ້ພາຍນອກຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ມັນບໍ່ສາມາດຕັດໄດ້. ຈຸດປະສົງທີ່ມັນຊຸຄົນ ບໍ່ໃຫ້ທ່ານຝຶກຜະລັງກົງ, ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ຈະປາກົດໃນຊັ້ນນຶ່ງ ໃນຂັ້ນຕອນນຶ່ງ ແລະ ຈະຜ່ານເລີຍໄປຢ່າງໄວໃນບໍ່ຈັກມື້, ນຶ່ງອາທິດຫຼືສອງສາມອາທິດ. ຂຶ້ນຢູ່ວ່າ ຊື່ນຊື່ງ ຂອງທ່ານຈະສູງພຽງໃດ ແລະ ເບິ່ງວ່າ ທ່ານຈະປະຕິບັດກັບເລື່ອງນີ້ຢ່າງໃດ.

## 8. ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ແລະ ອູ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ)

ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ນັ້ນໝາຍເຖິງສະສານສີຂາວທີ່ຄົນຜູ້ນຶ່ງຖືຕິດຕົວມາແຕ່ກຳເນີດ, ກໍ່ຄື ເຕີ (ກຸສິນ) ສະສານທີ່ມີຮູບຊະນິດນີ້, ສະສານຊະນິດນີ້ ຫາກຖືຕິດຕົວມາຫຼາຍ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ຕ້ອງດີແນ່ນອນ. ຄົນທີ່ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ດີ ຈະກັບຄືນສູ່ຕົວຕົນທີ່ແທ້ຈິງໄດ້ງ່າຍ, ເຂົ້າໃຈ ຕ້າວ (ຫຼັກທັມ) ໄດ້ງ່າຍ, ເພາະຈິດໃຈຂອງລາວບໍ່ເປັນອຸປະສັກ, ພໍໄດ້ຍິນເລື່ອງການຝຶກຊື້ກົງ, ພໍໄດ້ຍິນສິ່ງທີ່ກ່ຽວກັບການບຳເພັນປະຕິບັດ ລາວກໍ່ເກີດຄວາມສົນໃຈ, ລາວເຕັມໃຈທີ່ຈະຮຽນຮູ້ ແລະ ສາມາດສື່ສານກັບຈັກກະວານໄດ້. ຄືກັນກັບຄຳເວົ້າຂອງ ລາວຈີ້ ວ່າ: « ຜູ້ທີ່ປັນຍາສູງໄດ້ຟັງຕ້າວ, ມຸມານະປະຕິບັດ; ຜູ້ທີ່ມີປັນຍາປານກາງໄດ້ຟັງຕ້າວ ປະຕິບັດແຕ່ບໍ່ປະຕິບັດແດ່; ຜູ້ທີ່ມີປັນຍາຕ່ຳໄດ້ຟັງຕ້າວ ຫົວຂວັນ, ບໍ່ຫົວກໍ່ຈະບໍ່ແມ່ນຕ້າວ ». ຄົນທີ່ກັບຄືນສູ່ຕົວຕົນທີ່ແທ້ຈິງໄດ້ງ່າຍເຂົ້າໃຈ ຕ້າວ (ຫຼັກທັມ) ໄດ້ງ່າຍ ຈັດເປັນ « ຜູ້ທີ່ມີ ປັນຍາສູງ ». ໃນ



ທາງກົງກັນຂ້າມ, ຄົນທີ່ມີສະສານສີດຳຫຼາຍ, ຄົນທີ່ມີ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ໜ້ອຍນັ້ນ ພາຍ  
ນອກຮ່າງກາຍຂອງລາວ ຈະກໍ່ເກີດສາກກັນຊະນິດນຶ່ງ, ເຮັດໃຫ້ລາວບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບສິ່ງດີໆ  
ໄດ້. ຫາກໄດ້ສັມຜັດຕິດຕໍ່ກັບສິ່ງດີໆມັນກໍ່ຈະຊຸກຍູ້ໃຫ້ລາວບໍ່ເຊື່ອ, ໃນຄວາມເປັນຈິງນີ້ ກໍ່ຄື  
ຜົນຂອງກັມ.

ເມື່ອເວົ້າເຖິງ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ແນ່ນອນມັນກ່ຽວໂຍງເຖິງບັນຫາ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດ  
ເຂົ້າໃຈ). ຝ່າວເຖິງ ອຸ້ (ການເຂົ້າໃຈ) ບາງຄົນຄິດວ່າແມ່ນຄວາມສະຫຼາດ. ຄວາມສະຫຼາດ ທີ່  
ຄົນທັມມະດາສາມັນເວົ້າ ຫຼື ຄົນທີ່ສະຫຼາດແກມໂກງນັ້ນ, ອັນທີ່ຈິງ ຮ່າງໄກຫຼາຍ ຈາກການບຳ  
ເພັນປະຕິບັດທີ່ເຮົາເວົ້າເຖິງ. ຄົນທີ່ສະຫຼາດແບບນັ້ນ ສ່ວນໃຫຍ່ຈະເປີດ ອຸ້ (ການເຂົ້າໃຈ) ໄດ້  
ຍາກ, ລາວພຽງແຕ່ເຫັນຄວາມສຳຄັນຂອງອຸປະກອນ ທີ່ເປັນຈິງໃນໂລກນີ້, ລາວຈະບໍ່ຍອມ  
ເສຍປຽບ, ອັນໃດທີ່ເປັນຜົນປະໂຫຍດລາວຈະບໍ່ຍອມວາງມື. ໂດຍສະເພາະບາງຄົນ ເຂົ້າໃຈວ່າ  
ຕົນເອງມີຄວາມຮູ້ຫຼາຍ, ມີການສຶກສາ, ມີຄວາມສະຫຼາດຫຼາຍ ແລະ ເຫັນເລື່ອງການບຳເພັນ  
ປະຕິບັດເປັນເທບນິຍາຍ. ການຝຶກຜະລັງກົງ ບຳເພັນຊັ້ນຊຶ້ງ ມັນເປັນເລື່ອງທີ່ບໍ່ອາດຈະເຂົ້າໃຈ  
ໄດ້ສຳລັບລາວ, ຄິດວ່າຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງທັງໝົດ ເປັນຄົນໂງ່ແລະງົມງາຍ. ອຸ້ (ການເຂົ້າໃຈ) ທີ່  
ເຮົາເວົ້າເຖິງນັ້ນ ບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າສະຫຼາດ ແຕ່ໝາຍເຖິງການກັບຄືນຂອງຈິດມະນຸດ ສູ່ຈິດ  
ດັ້ງເດີມທີ່ແທ້ຈິງ, ເປັນຄົນດີຄົນນຶ່ງ ແລະ ສອດຄ່ອງກັບຄຸນສົມບັດພິເສດ ຂອງຈັກກະວານ.  
ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ເປັນຕົວກຳນົດ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ຂອງຄົນ, ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ດີ, ອຸ້ຊຶ້ງ  
(ຈິດເຂົ້າໃຈ) ກໍ່ຈະດີ. ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ເປັນຕົວກຳນົດ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ແຕ່ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດ  
ເຂົ້າໃຈ) ຈະບໍ່ຖືກຄວບຄຸມຈາກ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ). ບໍ່ວ່າ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ຈະດີຢ່າງໃດ  
ຫາກບໍ່ ອຸ້ (ເຂົ້າໃຈ) ໄດ້ກໍ່ໃຊ້ບໍ່ໄດ້. ມີບາງຄົນ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ບໍ່ດີປານໃດ ແຕ່ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດ  
ເຂົ້າໃຈ) ດີ ກໍ່ສາມາດບຳເພັນຂຶ້ນໄປໄດ້. ພວກເຮົາ ຊ່ວຍເຫຼືອສັບພະຊີວິດ ຈຶ່ງເບິ່ງທີ່ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດ  
ເຂົ້າໃຈ) ບໍ່ເບິ່ງທີ່ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ). ເຖິງວ່າທ່ານນຳສິ່ງບໍ່ດີຕິດຕົວມາ, ຂໍພຽງແຕ່ທ່ານຕັ້ງໃຈ  
ຈະບຳເພັນຂຶ້ນໄປ ຄວາມຄິດນີ້ຂອງທ່ານທີ່ອອກມາ ຊຶ່ງແທ້ຈິງແມ່ນຄວາມຄິດທີ່ຊອບທັມ.

ເມື່ອມີຄວາມຄິດຢ່າງນີ້ແລ້ວທ່ານກໍ່ຝຽງແຕ່ຜະຍາຍາມທຸ່ມເທຫຼາຍກວ່າຄົນອື່ນຈັກເລັກໜ້ອຍ ສຸດທ້າຍກໍ່ສາມາດຈະບໍາເພັນສໍາເຣັດ.

ຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງບໍ່ຮູ້ສຸດສະອາດແລ້ວ, ຫຼັງຈາກມີຜະລັງກົງແລ້ວ ຮ່າງກາຍ ຈະບໍ່ມີຜະຍາດ ເພາະວ່າສະສານຜະລັງງານສູງໃນຮ່າງກາຍ ຈະບໍ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ມີ ສະສານ ສີດໍາອີກແລ້ວ. ແຕ່ບາງຄົນບໍ່ເຊື່ອຍັງຄິດວ່າຕົນເອງເຈັບປ່ວຍຢູ່, ບອກວ່າຂ້ອຍຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ! ເຮົາຈະເວົ້າສິ່ງທີ່ທ່ານໄດ້ຄຶຜະລັງກົງ, ທ່ານໄດ້ສິ່ງທີ່ດີຂະໜາດນັ້ນຈະບໍ່ທົນທຸກ ໄດ້ຢ່າງໃດ? ການບໍາເພັນປະຕິບັດນັ້ນ ທ່ານຕ້ອງມີສິ່ງແລກປ່ຽນ. ທີ່ຈິງ ທັງໝົດເປັນສິ່ງທີ່ຢູ່ທາງນອກ ບໍ່ມີ ຜົນສະທ້ອນກັບຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ, ເບິ່ງຄືວ່າເຈັບປ່ວຍ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນຜະຍາດແນ່ນອນ ຊຶ່ງຂຶ້ນ ກັບທ່ານທີ່ຈະອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ເອງ. ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ບໍ່ຝຽງແຕ່ ອົດທົນໃນທຸກແຫ່ງທຸກ ຍັງຕ້ອງມີ ອູ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ດີ. ບາງຄົນ ເມື່ອພົບກັບເລື່ອງລຳບາກ ກໍ່ບໍ່ ອູ້ (ເຂົ້າໃຈ), ໃນທີ່ນີ້ ຂ້າພະເຈົ້າ ອະທິບາຍໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ເຮັດຢ່າງໃດ ໃຫ້ກຳນົດຕົວເອງໃນມາດຕະຖານທີ່ສູງ, ແຕ່ລາວຍັງ ເຮັດຕົວເອງຄືຄົນທັມມະດາສາມັນ ຈົນລາວບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ຕົນເອງ ບໍາເພັນຄືຜູ້ບໍາເພັນທີ່ ແທ້ຈິງ ແລະ ບໍ່ເຊື່ອວ່າຕົວເອງສາມາດຈະບໍາເພັນສຸລະດັບຊັ້ນສູງໄດ້.

ການອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ທີ່ເວົ້າກັນ ໃນລະດັບຊັ້ນສູງນັ້ນ ໝາຍເຖິງ ຂ້າຍອູ້ (ເປີດການ ເຂົ້າໃຈ). ອູ້ (ການເຂົ້າໃຈ) ແບ່ງປະເພດເປັນ ຕຸ້ນອູ້ (ການເຂົ້າໃຈຢ່າງທັນທີ) ກັບ ຈຽນອູ້ (ການຄ່ອຍໆເຂົ້າໃຈ). ຕຸ້ນອູ້ (ການເຂົ້າໃຈຢ່າງທັນທີ) ໝາຍຄວາມວ່າ ລາວ ຖືກປິດກັ້ນ ຂຶ້ນ ຕອນ ຂອງການບໍາເພັນປະຕິບັດໄວ້ຕະຫຼອດ. ໃນເວລາທີ່ທ່ານໄດ້ສໍາເຣັດທຸກຂັ້ນຕອນທັງໝົດ ຂອງການບໍາເພັນປະຕິບັດແລ້ວ, ຊຶ່ນຊຶ້ງຍົກລະດັບຂຶ້ນແລ້ວ ສຸດທ້າຍກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ທັງໝົດກໍ່ໄດ້ຖືກເປີດອອກ, ຕາທິບກໍ່ຈະເປີດໃນລະດັບຊັ້ນສູງສຸດໃນທັນທີ, ຄວາມ ຄິດສາມາດຈະສັມຜັດຕິດຕໍ່ກັບຊີວິດຊັ້ນສູງ ໃນມິຕິອື່ນທັງໝົດທັນທີ, ລາວສາມາດຈະເບິ່ງ ເຫັນຄວາມຈິງຂອງຈັກກະວານໃນມິຕິຕ່າງໆ, ໂລກສະຫວັນແຕ່ລະໂລກ, ແລະ ຍັງສາມາດ ຈະ ຕິດຕໍ່ກັບພວກຂາເຈົ້າ, ສາມາດຈະສະແດງ ອິດທິຣິດ ຫຼາຍຢ່າງ ອອກມາໄດ້. ຕຸ້ນອູ້ (ການ

ເຂົ້າໃຈຢ່າງທັນທີ) ເປັນຫົນທາງທີ່ບໍາເພັນຍາກທີ່ສຸດ; ແຕ່ລະຍຸກ ໃນອະດີດລ້ວນແຕ່ເລືອກ  
ຄົນທີ່ມີ ເກິນຈີ້ (ຮາກຖານ) ສູງ ເປັນລູກສິດ, ແຕ່ລະຍຸກໃນອະດີດກໍ່ລ້ວນແຕ່ ເປັນຫຼັກຜະລັງ  
ກົງ ທີ່ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ລູກສິດຄົນດຽວ. ຄົນທົ່ວໄປຈະອົດທົນບໍ່ໄດ້! ຂ້າພະເຈົ້ານັ້ນ ປະຕິບັດຕາມ  
ເສັ້ນທາງຂອງຕຸ້ນອູ້ (ການເຂົ້າໃຈຢ່າງທັນທີ).

ສິ່ງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າ ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ກັບທຸກທ່ານໃນເວລານີ້ ຈັດເປັນຫົນທາງ ຈຽນອູ້ (ຄ່ອຍໆ  
ເຂົ້າໃຈ). ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນຂອງການບໍາເພັນປະຕິບັດ ຈະເກີດກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ  
ພິເສດ) ຕ່າງໆຕາມກຳນົດເວລາ, ແຕ່ກໍ່ບໍ່ແນ່ນອນສະເໝີໄປວ່າເມື່ອເກີດກົງເໜືງ (ຄວາມ  
ສາມາດພິເສດ) ແລ້ວກໍ່ຈະໃຫ້ທ່ານໃຊ້ໄດ້. ເມື່ອ ຊື່ນຊື່ງ ຂອງທ່ານ ຍັງບໍ່ບັນລຸເຖິງລະດັບຊັ້ນ  
ລະດັບນຶ່ງ ກໍ່ຍັງຄວບຄຸມຕົວເອງບໍ່ໄດ້, ມັນງ່າຍທີ່ທ່ານຈະເຮັດ ເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີ, ຈະບໍ່ໃຫ້ທ່ານໃຊ້  
ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຊົ່ວຄາວ ແຕ່ສຸດທ້າຍຈະໃຫ້ທ່ານ. ຜ່ານການບໍາເພັນປະຕິບັດ  
ລະດັບຊັ້ນຈະຄ່ອຍໆຍົກລະດັບຂຶ້ນ, ຄ່ອຍໆເຂົ້າໃຈ ແລະ ເຂົ້າໃຈສັດຈະທັມຂອງຈັກກະວານ,  
ແລະ ຈະຄືກັບ ຕຸ້ນອູ້ (ການເຂົ້າໃຈຢ່າງທັນທີ), ສຸດທ້າຍ ກໍ່ບັນລຸຄວາມສຳເລັດສິມບູນ (ຢວນ  
ໝັ້ນ). ຈຽນອູ້ (ຄ່ອຍໆເຂົ້າໃຈ) ເປັນຫົນທາງ ທີ່ບໍາເພັນ ປະຕິບັດໄດ້ງ່າຍ, ບໍ່ມີອັນຕະລາຍ,  
ແຕ່ມັນຍາກຢູ່ລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນການບໍາເພັນປະຕິບັດ ທ່ານຈະເບິ່ງເຫັນ, ທ່ານຕ້ອງກຳນົດຕົນ  
ເອງຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.

## 9. ຈິດສະຫງົບ

ບາງຄົນເວລາພິກຜະລັງກົງ ບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້ ແລະ ກຳລັງຊອກຫາ  
ວິທີຈະສະຫງົບລົງ. ບາງຄົນຖາມຂ້າພະເຈົ້າວ່າ: ອາຈານ, ເວລາຂ້ານ້ອຍພິກຜະລັງກົງ ເປັນ  
ຫຍັງບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້; ຂໍໃຫ້ທ່ານຊ່ວຍສອນວິທີ ຫຼື ໃຊ້ວິທີການອັນໃດ ເພື່ອ  
ໃຫ້ຂ້ານ້ອຍ ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບ ໃນເວລາເຮັດສະມາທິ. ຂ້າພະເຈົ້າວ່າ ທ່ານຈະ ເຂົ້າ  
ສູ່ຄວາມສະຫງົບ ໄດ້ຢ່າງໃດ! ຕໍ່ໃຫ້ ເທບພະເຈົ້າຊຽນ ມາສອນວິທີໃຫ້ທ່ານ ທ່ານກໍ່ບໍ່ ສາມາດ

ເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້. ເພາະເຫດໃດ? ເພາະຈິດໃຈຕົວທ່ານເອງບໍ່ບໍຣິສຸດ, ບໍ່ສະຫງົບ. ຊີວິດຄົນທີ່ຢູ່ໃນສັງຄົມນີ້ ອາລົມທັງເຈັດ ກາມມະຄຸນທັງຫົກ, ຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວທຸກດ້ານ, ທັງຕົນເອງ ແລະ ທັງຂອງຍາດມິດສະຫາຍ ທ່ານຍັງຄົດຢູ່ໃນໃຈທັງໝົດ, ມັນຄອບຄອງສະໝອງໃນອັດຕາສ່ວນທີ່ໃຫຍ່ເກີນໄປ, ແລະ ມີລຳດັບຄວາມສຳຄັນສູງຫຼາຍ; ເວລານັ້ງສະມາທິ ຝຶກຜະລັງກົງ ທ່ານຈະສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້ບໍ່? ເຖິງແມ່ນວ່າ ຈະ ຢຸດມັນດ້ວຍຄວາມຈິງຈັງ ແຕ່ມັນກໍ່ອອກມາເອງ.

ວິທີບຳເພັນ ສາສນາຜຸດ ສອນ « ສິນ, ສະມາທິ, ປັນຍາ ». ສິນ ຄືປ່ອຍວາງສິ່ງທີ່ຍຶດຕິດເຫຼົ່ານັ້ນ. ວິທີທ່ອງທັມມະ ຕ້ອງທ່ອງດ້ວຍຈິດທີ່ຕັ້ງໝັ້ນບໍ່ສັບສົນ, ເຮັດໃຫ້ຄວາມຄິດ ຂອງຕົນເອງບັນລຸເຖິງສະພາວະ ນຶ່ງຄວາມຄິດທົດແທນໜຶ່ງຄວາມຄິດ. ມັນເປັນຄວາມສາມາດແບບນຶ່ງມັນບໍ່ແມ່ນວິທີການ; ບໍ່ເຊື່ອທ່ານກໍ່ລອງທ່ອງເບິ່ງ, ຮັບຮອງວ່າປາກທ່ານທ່ອງທັມມະ ແຕ່ສິ່ງຕ່າງໆກັບປາກົດຂຶ້ນມາໃນຄວາມຄິດຂອງທ່ານ. ເທື່ອທຳອິດທີ່ ພຣະລາມະ ຂອງ ຕິເບດສອນໃຫ້ທ່ອງທັມມະນັບຫຼາຍແສນເທື່ອຕໍ່ມື້ ເປັນເວລານຶ່ງອາທິດ. ທ່ອງກັນຈົນມົນຫົວ ປວດສະໝອງ, ຈົນໃນທີ່ສຸດບໍ່ມີຫຍັງ ຢູ່ໃນສະໝອງເລີຍ; ກໍ່ຄືນຶ່ງຄວາມຄິດທົດແທນ ໜຶ່ງຄວາມຄິດ, ນັ້ນຄືຄວາມຜະຍາຍາມແບບນຶ່ງທີ່ທ່ານອາດຈະເຮັດບໍ່ໄດ້. ນອກນັ້ນ ຍັງມີບາງຫຼັກຜະລັງກົງ ຈະສອນໃຫ້ທ່ານເກັບກຳຄວາມຄິດໄປຢູ່ທີ່ຕາມຖຽນ, ໃຫ້ນັບຕົວເລກ ຫຼື ເບິ່ງໄປທີ່ວັດຖຸສິ່ງຂອງດ້ວຍວິທີຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ເປັນຕົ້ນ; ໃນຄວາມເປັນຈິງ ວິທີເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ທ່ານຈິດໃຈສະຫງົບລົງໄດ້ຢ່າງແທ້ຈິງ. ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຕ້ອງມີ ຈິດໃຈທີ່ໃສສະອາດ ແລະງຽບສະຫງົບ, ຕ້ອງເສັຍສະຫຼະຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ ແລະ ປ່ອຍວາງ ຄວາມໂລບທີ່ມີຢູ່ໃນຈິດໃຈດວງນັ້ນ.

ອັນທີ່ຈິງ ຈະເຂົ້າສູ່ສະມາທິໄດ້ຫຼືບໍ່, ເຂົ້າສູ່ສະມາທິສະຫງົບນຶ່ງ (ຕັ້ງ) ນັ້ນ ສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນເຖິງລະດັບ ຂອງຄວາມຜະຍາຍາມຂອງຄົນຜູ້ນຶ່ງວ່າສູງຫຼືຕ່ຳ, ລະດັບຊັ້ນສູງຫຼືຕ່ຳ. ພໍນັ້ງ

ສະມາທິ ກໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້, ນີ້ເປັນການບົ່ງບອກເຖິງລະດັບຊັ້ນ. ຂະນະນີ້ ບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບ, ເຮັດບໍ່ໄດ້ບໍ່ເປັນຫຍັງ, ທ່ານຈະສາມາດເຮັດໄດ້ ໃນຂັ້ນຕອນຂອງ ການບໍາເພັນປະຕິບັດ ຢ່າງຄ່ອຍເປັນຄ່ອຍໄປ. ຊື່ນຊື່ຈະຄ່ອຍໆຍົກລະດັບຂຶ້ນ, ພະລັງກົງຈະຄ່ອຍໆເພີ່ມຂຶ້ນ. ຫາກບໍ່ປ່ອຍວາງຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ ແລະ ກິເລດຕັນຫາໃຫ້ເປົ້າບາງ, ພະລັງກົງບໍ່ມີທາງຈະເພີ່ມຂຶ້ນໄດ້.

ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຕ້ອງກຳນົດຕົນເອງ ດ້ວຍມາດຕະຖານທີ່ສູງທຸກເວລາ. ປາກົດການທີ່ສະຫຼັບຊັບຊ້ອນຕ່າງໆໃນສັງຄົມ, ສິ່ງຕ່າງໆຫຼວງຫຼາຍທີ່ຕໍ່າຊາມ, ສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ, ອາລົມທັງເຈັດ ກາມມະຄຸນທັງຫົກມັນກຳລັງຂັດຂວາງຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຕະຫຼອດເວລາ. ສິ່ງຕ່າງໆທີ່ເຜີຍແຜ່ ແລະ ສິ່ງເສີມໃນລາຍການໂທຣະພາບ, ຮູບເງົາແລະຜົນງານທາງວັນນະຄະດີ ແມ່ນເພື່ອຊີ້ນຳພາໃຫ້ເປັນຜູ້ເຂັ້ມແຂງ ໃນໝູ່ຄົນທັມມະດາສາມັນ, ຈຶ່ງກາຍເປັນຄົນທັມມະດາທີ່ແທ້ຈິງ. ຫາກທ່ານປະຖິ້ມສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ໄປບໍ່ໄດ້, ທ່ານຈະຫ່າງໄກຈາກຊື່ນຊື່ ແລະ ສະພາບຈິດໃຈ ຂອງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຫຼາຍຂຶ້ນ; ພະລັງກົງທີ່ທ່ານຈະໄດ້ກໍ່ໜ້ອຍລົງ. ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຕ້ອງສຳພັດຕິດຕໍ່ໃຫ້ໜ້ອຍ ຫຼື ບໍ່ສົມຜັດຕິດຕໍ່ ກັບສິ່ງທີ່ຕໍ່າຊາມ ຫຼື ສິ່ງທີ່ບໍ່ດີເຫຼົ່ານັ້ນ, ຕ້ອງປະຕິບັດໃຫ້ເຖິງລະດັບທີ່ເບິ່ງແຕ່ບໍ່ເຫັນ, ຝັງແຕ່ບໍ່ໄດ້ຍິນ, ບໍ່ປ່ອຍໃຫ້ຄົນ ຫຼື ວັດຖຸສິ່ງຂອງເຮັດໃຫ້ຈິດໃຈຂອງທ່ານຫວັ່ນໄຫວ. ຂ້າພະເຈົ້າມັກເວົ້າສະເໝີວ່າ ຄວາມຄິດຈິດໃຈຂອງຄົນທັມມະດາ ບໍ່ສາມາດຈະເຮັດໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້າຫວັ່ນໄຫວໄດ້, ມີຄົນຍ້ອງຂ້າພະເຈົ້າວ່າ ຂ້າພະເຈົ້າກໍ່ບໍ່ດີໃຈ, ມີຄົນດຳວ່າຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ດີ ຂ້າພະເຈົ້າກໍ່ຈະບໍ່ໃຈຮ້າຍ. ບໍ່ວ່າການລົບກວນຊື່ນຊື່ ຕໍ່ຂ້າພະເຈົ້າໃນໝູ່ຄົນທັມມະດາຈະຮຸນແຮງພຽງໃດ ກໍ່ບໍ່ອາດຈະສົ່ງຜົນຕໍ່ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້. ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຕ້ອງເບິ່ງຜົນປະໂຫຍດທັງມວນໃຫ້ເປົ້າບາງ, ແມ່ນຫຍັງກໍ່ບໍ່ໃສໃຈເມື່ອນັ້ນ ອູ້ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ຂອງທ່ານຈຶ່ງນັບວ່າເຖິງຖອງແລ້ວ. ຫາກທ່ານບໍ່ສະແຫວງຫາຢ່າງແຂງແຮງຕໍ່ຊື່ສຽງແລະຜົນປະໂຫຍດ ເຫັນຊື່ສຽງແລະຕຳແໜ່ງເປັນເລື່ອງບໍ່ສຳຄັນ, ທ່ານກໍ່ຈະບໍ່ອຸກໃຈ, ບໍ່ໃຈຮ້າຍ, ຈິດໃຈຂອງທ່ານຈະ

ຢູ່ໃນສະພາວະທີ່ສົມດຸນຕະຫຼອດໄປ. ອັນໃດກໍ່ສາມາດປ່ອຍວາງໄດ້, ອັນໃດກໍ່ໃສສະອາດ ແລະ ຜົບຄວາມສະຫງົບໄດ້ຕາມທັມມະຊາດ.

ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ບັນລະຍາຍ ຕຳຜ້າ ໃຫ້ພວກທ່ານຟັງແລ້ວ, ພະລັງກົງທ້າຊຸດ ກໍ່ໄດ້ສອນ ໃຫ້ພວກທ່ານແລ້ວ, ແລະ ຍັງໄດ້ປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ພວກທ່ານ, ໃສ່ « ຝ້າຫຼຸນ » ແລະ « ຊີ້ຈີ້ » ໃຫ້ຮ່າງກາຍພວກທ່ານ, ອີກຍັງມີຝ້າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າຄອຍປົກປ້ອງພວກທ່ານ. ສິ່ງທີ່ຄວນໃຫ້ແກ່ພວກທ່ານ ກໍ່ໃຫ້ພວກທ່ານໝົດແລ້ວ. ທັງໝົດຂຶ້ນຢູ່ກັບຂ້າພະເຈົ້າ ໃນລະຫວ່າງ ການເຜີຍແຜ່ໃນທ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ, ຈາກນີ້ໄປ ທັງໝົດຈະຂຶ້ນຢູ່ກັບພວກທ່ານ; ອາຈານນຳພາພວກທ່ານເຂົ້າປະຕູມາ, ການບຳເພັນນັ້ນ ຂຶ້ນຢູ່ກັບຕົວທ່ານເອງ. ພຽງແຕ່ພວກທ່ານສາມາດຈະຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບຕຳຜ້າໄດ້, ຕັ້ງໃຈ ແລະ ເຂົ້າໃຈດ້ວຍປະສົບການ, ຮັກສາຊື່ນຊື່ງໃຫ້ໝັ້ນຄົງຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ, ມຸ່ງມານະບຳເພັນ, ສາມາດຈະອົດທົນໃນທຸກແຫ່ງທຸກ, ສາມາດຈະອົດທົນໃນເລື່ອງທີ່ຍາກແກ່ການອົດທົນ ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ທ່ານຈະປະສົບຄວາມສຳເລັດໃນການບຳເພັນປະຕິບັດ.

ບຳເພັນປະຕິບັດ ພະລັງກົງ ມີທາງອອກ, ໃຈຄືຫົນທາງ

ຕຳຜ້າ ບໍ່ມີ ຂອບເຂດ, ຄວາມລຳບາກຄືເຮືອ

## ບົດທີ 4      ວິທີຝຶກພະລັງກົງຂອງຝ້າຫຼຸນກົງ

ຝ້າຫຼຸນກົງ ເປັນວິທີພິເສດຊະນິດນຶ່ງ ຂອງການບຳເພັນປະຕິບັດ ໃນສາຍພຸດ, ມັນມີ ເອກະລັກ ທີ່ແຕກຕ່າງຈາກວິທີທົ່ວໄປ ຂອງ ການບຳເພັນປະຕິບັດ ໃນສາຍພຸດ. ເນື່ອງຈາກ ຝ້າ ຫຼຸນກົງເປັນຫຼັກທັມໃຫຍ່ ຂອງ ການບຳເພັນປະຕິບັດຂັ້ນສູງ, ໃນອະດີດມັນເປັນວິທີ ທີ່ເຄັ່ງຄັດ ເປັນພິເສດ ຊຶ່ງກຳນົດໃຫ້ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຕ້ອງມີຊັ້ນຊຶ່ງສູງຫຼາຍ ຫຼື ເປັນຄົນທີ່ມີຕຳເກີນຈີ່ (ຮາກຖານສູງ), ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງເປັນວິທີບຳເພັນທີ່ຍາກແກ່ການເຜີຍແຜ່ໂດຍທົ່ວໄປ. ແຕ່ເພື່ອ ສິ່ງເສີມ ໃຫ້ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຈຳນວນຫຼາຍໄດ້ຍົກລະດັບໃຫ້ສູງຂຶ້ນ, ສາມາດເຂົ້າໃຈ ຝ້າຫຼຸນກົງ, ໃນເວລາດຽວກັນ ກໍ່ສາມາດຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການ ຂອງ ຜູ້ມີຄວາມຕັ້ງໃຈບຳເພັນ ປະຕິບັດໃນວົງກວ້າງ, ເພາະສະນັ້ນ ຈຶ່ງໄດ້ເຮັດການຮວບຮວມທຳເຄື່ອນໄຫວ ສຳລັບການບຳ ເພັນປະຕິບັດຫຼັກພະລັງກົງນີ້ ອອກມານຶ່ງຊຸດທີ່ເໝາະສົມສຳລັບການເຜີຍແຜ່ໂດຍທົ່ວໄປ. ເຖິງ ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ທຳເຄື່ອນໄຫວຊຸດນີ້ ໄກເກີນກວ່າ ວິທີການ ປະຕິບັດອື່ນໆຫຼາຍ ໃນທາງຂອງ ເນື້ອຫາ ແລະ ລະດັບຊັ້ນ.

ຜູ້ບຳເພັນປະຕິບັດຝ້າຫຼຸນກົງ ບໍ່ພຽງແຕ່ສາມາດມີ ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ແລະ ກົງເໜີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄດ້ຢ່າງໄວເທົ່ານັ້ນແລະຍັງຈະຝຶກຝ້າຫຼຸນ ທີ່ມີພະລັງຫາທີ່ປຽບບໍ່ໄດ້ ອອກມາໄດ້ໃນໄລຍະເວລາອັນສັ້ນ. ເມື່ອຝ້າຫຼຸນກໍ່ເກີດແລ້ວ ຝ້າຫຼຸນຈະໝຸນບໍ່ມີຍຸດ ຢ່າງ ອັດຕະໂນມັດ ຕະຫຼອດໄປຢູ່ໃນທ້ອງນ້ອຍຂອງຜູ້ຝຶກ, ຝ້າຫຼຸນຈະເກັບກຳພະລັງງານຈາກ ຈັກກະວານຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ແລະ ສຸດທ້າຍປ່ຽນແປງພະລັງງານເປັນພະລັງກົງ ຢູ່ໃນເປັນຖີ້ (ຮ່າງ ແທ້) ຂອງຜູ້ຝຶກ, ຈາກນັ້ນ ຈຶ່ງບັນລຸເຖິງຈຸດປະສົງຂອງຝ້າຫຼຸນເຢັນ (ຝ້າຝຶກຄົນ).

ຝ້າຫຼຸນກົງ ປະກອບດ້ວຍ ທຳເຄື່ອນໄຫວ ຫ້າຊຸດ ຄື: ຝ່ຳຈ້ານຊຽນໂສວຝ້າ, ຝ້າຫຼຸນ ຈວງ ຝ້າ, ກ້ວນທົງຫຼ້ຽງຈິຝ້າ, ຝ້າຫຼຸນໂຈວທ່ຽນຝ້າ ແລະ ເສີນທົງເຈ້ຽສີຝ້າ.

## 1. ຝຳນຸນຊຽນໂສວຝາ (ພຣະພຸດພັນມີ)

**ຫຼັກພະລັງກົງ:** ສິ່ງທີ່ສຳຄັນຂອງ « ຝຳນຸນຊຽນໂສວຝາ » (ພຣະພຸດພັນມີ) ແມ່ນ ການຍຶດ ແລະ ຜ່ອນຄາຍ ເພື່ອເປີດລວງຮ້ອຍຈຸດຊີພະຈອນ. ເວົ້າສຳລັບຜູ້ທີ່ເລີ່ມຝຶກພະລັງ ກົງໃໝ່ ຫຼັງຈາກຝຶກພະລັງກົງແລ້ວຈະສາມາດໄດ້ ຊື່ (ພະລັງລົມປານ) ຢ່າງໄວ; ຜູ້ຝຶກພະລັງ ກົງມາລະດັບໜຶ່ງແລ້ວຈະສາມາດຍົກລະດັບໄດ້ຢ່າງໄວ. ພະລັງກົງຊຸດນີ້ ເຮັດໃຫ້ຊີພະຈອນຫຼາຍ ຮ້ອຍອັນເປີດລວງ ຕັ້ງແຕ່ເລີ່ມຕົ້ນ, ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງຫຼາຍແລ້ວ. ຂະບວນທ່າເຄື່ອນໄຫວຂອງພະລັງກົງຊຸດນີ້ແມ່ນງ່າຍຫຼາຍ, ເພາະຕ້າຕ້າວ ເນັ້ນຄວາມລຽບງ່າຍ ແລະ ບໍ່ຊັບຊ້ອນ, ເຖິງວ່າຂະບວນທ່າເຄື່ອນໄຫວຈະລຽບງ່າຍ, ຢູ່ໃນລະດັບມະຫາພາກ ແຕ່ມັນ ສາມາດຄວບຄຸມທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງ ທີ່ຜະລິດອອກມາຈາກການຝຶກພະລັງກົງທັງໝົດ. ເວລາຝຶກ ພະລັງກົງຊຸດນີ້ ຈະຮູ້ສຶກຮ້ອນ ໄປທົ່ວຮ່າງກາຍທັງໝົດ, ມີຄວາມຮູ້ສຶກເປັນເອກະລັກ ຂອງ ສະ ໜາມພະລັງທີ່ແຮງກ້າຫຼາຍ, ມີສາເຫດມາຈາກການຍຶດແລະເປີດເສັ້ນທາງ ຊື່ (ລົມປານ) ຂອງ ຮ່າງກາຍທັງໝົດ. ຈຸດປະສົງຄືການລະບາຍຈຸດລົມປານທີ່ອັດຕັນ, ເຮັດໃຫ້ໄຫຼວຽນແບບບໍ່ຕິດ ຂັດ, ແປງພະລັງງານໃນຮ່າງກາຍ ແລະ ທາງລຸ່ມຜິວໜັງ ໃຫ້ໄຫຼວຽນຢ່າງແຮງກ້າ, ເຮັດການ ດູດພະລັງງານຈຳນວນຫຼາຍຈາກຈັກກະວານ, ເຮັດໃຫ້ຊີພະຈອນທັງໝົດ ຂອງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ເປີດອອກໃນທັນທີ, ໃນເວລາດຽວກັນກໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ເຂົ້າສູ່ສະໜາມພະລັງ ຊື່ກົງໄດ້ຢ່າງໄວ. ຂະບວນທ່າເຄື່ອນໄຫວຊຸດນີ້ ໃຊ້ເປັນທ່າຟື້ນຖານ ຂອງ ຝຳນຸນກົງ, ເວລາຝຶກ ພະລັງກົງ ສ່ວນໃຫຍ່ຈະຝຶກຊຸດນີ້ກ່ອນ, ມັນຄືວິທີເສີມສ້າງການບຳເພັນປະຕິບັດໃຫ້ເຂັ້ມແຂງ.

**ບົດກະວີສັກສິດ:**

ເຊີນ ເສີນ ເຫີ ອີ, ຕັ້ງ ຈັ້ງ ສຸຍ ຈີ;  
ຕັ້ງ ທຽນ ຕູ່ ຈຸນ, ຊຽນ ໂສວ ຝໍ ລີ້.





ຮູບ 1-1

**ທຳຕຽມ** - ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍ ແຕ່ບໍ່ຢ່ອນຍານ, ສອງຂາແຍກອອກກະໄລຍະຫ່າງ ຊໍ້າຄວາມກວ້າງຂອງປ່າໄຫຼ່, ຢືນແບບທັມມະຊາດ, ຈຶ່ງຫົວເຂົ້າລົງເລັກໜ້ອຍ, ໃຫ້ໄລຍະຫົວເຂົ້າ ເຖິງຕົ້ນຂາເປັນລັກສະນະລິນໄຫຼ່, ດຶງຄາງລົງເລັກໜ້ອຍ, ລີ້ນແຕະເພດານປາກ, ແຂ້ວເທິງ ແລະແຂ້ວລຸ່ມ ຫ່າງອອກຈາກກັນເລັກໜ້ອຍ, ງັບປາກ, ຕາຫຼັບລົງເລັກໜ້ອຍ, ໃບໜ້າສະຫງົບ ເມດຕາ; ເວລາຝຶກພະລັງກຶງຈະຮູ້ສຶກວ່າຕົວເອງສູງໃຫຍ່ຫຼາຍ.

**ຫຼຽງໂສວເຈ້ງອິນ** (ສອງມືຊ້ອນກັນ) - ຍົກມືທັງສອງຂ້າງຂຶ້ນ ໂດຍໃຫ້ຝາມສອງຂ້າງ ຫຼາຍຂຶ້ນເບື້ອງເທິງ. ປາຍຫົວໄປມືທັງສອງຂ້າງຈຳກັນຄ່ອຍໆ, ນິ້ວທີ່ເຫຼືອທັງ 4 ນິ້ວ ຕິດກັນ ແລະ ຊ້ອນເທິງມືອີກຂ້າງນຶ່ງ, ຜູ້ຊາຍ ເອົາມືຊ້າຍຢູ່ເທິງມືຂວາ, ຜູ້ຍິງ ເອົາມືຂວາຢູ່ເທິງມືຊ້າຍ, ມືເປັນຮູບໄຂ່, ວາງມື ຢູ່ ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ ໃຫ້ ຕົ້ນແຂນທັງສອງ ຍື່ນອອກໄປ ທາງໜ້າ ເລັກ ໜ້ອຍ, ກາງແຂນສອກທັງສອງຂຶ້ນ ເພື່ອເປີດຮັກແອ້ (ຮູບ 1-1).



ຮູບ 1-2



ຮູບ 1-3

**ໝີເລີ້ເຊີນເຢົາ** (ພຣະພຸດ ໝີເລີ້ຍຶດແອວ) - ເລີ່ມຈາກທ່າເຈ້ງອິນ ຄ່ອຍໆຍົກມື ທັງ ສອງຂ້າງຂຶ້ນຜ່ອມກັນ, ຍຶດຂາທັງສອງໃຫ້ຊື່, ເມື່ອມືຂຶ້ນມາເຖິງບໍລິເວນໜ້າ ໃຫ້ແຍກມື ຈາກ

ເຈ້ຽອິນ ແລ້ວຄ່ອຍໆປິ່ນຝາມີທຸງາຍຂຶ້ນ, ເມື່ອມືຂຶ້ນເທິງຫົວ ໃຫ້ນ້ຳມືທັງສິບຊື້ເຂົ້າຫາກັນ, ປາຍນ້ຳທາງກັນ 20 -25 ຊັງຕີແມັດ (ຮູບ 1-2). ໃນເວລາດຽວກັນ, ໃຫ້ ຊຸກຫົວຂຶ້ນ, ສອງ ຕີນຢຽບລົງ, ອອກແຮງຢຶດຮ່າງກາຍທຸກສ່ວນ, ຊຸກຝາມືຂຶ້ນຢ່າງແຮງ, ຄ່ອຍໆຢຶດຮ່າງກາຍທັງ ໝົດໃຫ້ຊື່, ຢຶດຄ້າງຢູ່ປະມານ 2-3 ວິນາທີ, ແລ້ວຜ່ອນຄາຍຢ່າງທັນທີ ໂດຍສະເພາະ ໃຫ້ໄລຍະ ຫົວເຂົ້າເຖິງຕົ້ນຂາ ກັບມາລັກສະນະລົນໄຫຼ.

**ຢູໄຫຼກ້ວນຕັ້ງ** (ຜະຢູໄລກ້ວນຕັ້ງ) - ຕໍ່ຈາກທ່າກ່ອນ, ປິ່ນຝາມີທັງສອງອອກເບື້ອງ ນອກ ພ້ອມກັນເຮັດເປັນຮູບ « ຈວຍ » ປະມານ 140 ອົງສາ, ຢຶດຂໍ້ມືແລະເຄື່ອນຝາມີລົງມາ (ຮູບ 1-3). ຝາມີທັງສອງ ປິ່ນເຂົ້າຫາໜ້າເອິກ, ໄລຍະຝາມີ ແລະ ໜ້າເອິກ ຫ່າງກັນປະມານ 10 ຊັງຕີແມັດ, ເຄື່ອນຕໍ່ລົງມາຈົນເຖິງລະດັບທ້ອງນ້ອຍ (ຮູບ 1-4).



ຮູບ 1-4



ຮູບ 1-5

**ຊວງໂສວເທີສີ** (ສອງມືນົບ) - ຫຼັງຈາກມືທັງສອງ ລົງມາເຖິງລະດັບ ທ້ອງນ້ອຍແລ້ວ, ໃຫ້ຍົກສອງມືຂຶ້ນມາ « ເທີສີ » (ສອງມືນົບ) ທີ່ໜ້າເອິກ (ຮູບ 1-5). ເວລາ « ເທີສີ », ນິ້ວມື ແລະ ນິ້ວມື, ຖ້ານຜາມື ແມ່ນໃຫ້ຕິດກັນ, ໃຈກາງຜາມືໂຄງ, ກາງແຂນສອກຂຶ້ນ, ປາຍແຂນທັງສອງເປັນເສັ້ນຊື່. (ຍົກເວັ້ນ « ເທີສີ » ແລະ « ເຈ້ງອິນ » ສອງມື ໃຫ້ຢູ່ໃນທ່າ « ດອກປົວ », ຕະຫຼອດເວລາ).



ຮູບ 1-6



ຮູບ 1-7

**ຈາງຈີ້ສຽນຄຸນ** (ຜາມຊີ້ໄປທາງຈັກກະວານ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ », ແຍກມືທັງສອງອອກປະມານ 2-3 ຊັງຕີແມັດ, ໃນເວລາດຽວກັນ ປີ້ນຜາມືຜ່ອມກັນ, ຜູ້ຊາຍມືຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງມືຂວາ) ປີ້ນເຂົ້າຫາໜ້າເອິກ ມືຂວາປີ້ນອອກດ້ານນອກ ມືຊ້າຍຢູ່ເບື້ອງເທິງ ມືຂວາ ຢູ່ເບື້ອງລຸ່ມ, ແຂນເປັນເສັ້ນ « ຊີ້ » (ຮູບ1-6). ຫຼັງຈາກນັ້ນ, ຢຽດແຂນຊ້າຍ ສະຫຼຽງຂຶ້ນເທິງ ໄປທາງ

ເບື້ອງຊ້າຍ, ຝາມີຂວ້າລົງ, ຕ່າແໜ່ງຂອງມືສູງຊໍ້າກັບຫົວ, ມືຂວາຢູ່ທີ່ໜ້າເອິກແລະຝາມີຫງາຍຂຶ້ນ. ຂະນະທີ່ມືຊ້າຍຄ່ອຍໆຍືດ, ຮ່າງກາຍທັງໝົດກໍ່ຄ່ອຍໆຍືດຊື່, ຍືດຫົວຂຶ້ນເທິງ, ສອງຕີນຢຽບລົງ. ຍືດມືຊ້າຍສະຫຼຽງຂຶ້ນໄປ ເບື້ອງເທິງຂ້າງຊ້າຍໃຫ້ຊື່, ມືຂວາ ທີ່ຢູ່ໜ້າເອິກ ເຄື່ອນຕາມຕົ້ນແຂນທີ່ຍືດອອກໄປຂ້າງນອກ (ຮູບ 1-7). ຍືດຄ້າງໄວ້ປະມານ 2-3 ວິນາທີ, ຜ່ອນຄາຍຮ່າງກາຍທັງໝົດຢ່າງກະທັນຫັນ. ມືຊ້າຍເຄື່ອນກັບມາທີ່ໜ້າເອິກແລະເຮັດທ່າ « ເທີສີ » ກັບມືຂວາ. ຫຼັງຈາກນັ້ນກໍ່ປິ່ນມືຂວາ (ຜູ້ຍິງມືຊ້າຍ) ມາຂ້າງເທິງ, ມືຊ້າຍຢູ່ຂ້າງລຸ່ມ (ຮູບ 1-8) ບໍ່ຕິດກັນ. ມືຂວາເຮັດຊໍ້າກັນຄືທ່າຂອງມືຊ້າຍ, ກໍ່ຄືຍືດແຂນຂວາສະຫຼຽງໄປຂ້າງເທິງເບື້ອງຂວາ, ຝາມີຂວ້າລົງຄວາມສູງຂອງມື ແມ່ນສູງຊໍ້າຄວາມສູງຂອງຫົວ; ມືຊ້າຍ ຍັງຢູ່ທີ່ໜ້າເອິກ, ຝາມີຫງາຍຂຶ້ນ. ຫຼັງຈາກຍືດ (ຮູບ 1-9), ຜ່ອນຄາຍ ຮ່າງກາຍທັງໝົດຢ່າງກະທັນຫັນ. ເຄື່ອນມືມາທີ່ໜ້າເອິກແລະເຮັດທ່າ « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ (ຮູບ 1-5).



ຮູບ 1-8



ຮູບ 1-9

**ຈົນໂຫວເຝີນເຊີນ** (ລົງຄຳແຍງຮ່າງກາຍ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ ». ສອງມືທີ່ໜ້າເອິກ ແຍກອອກຈາກກັນໄປທາງຂ້າງ ຊື່ກັບບ່າໄຫຼ່ ເປັນ « ເສັ້ນຊື່ », ຄ່ອຍໆຢຶດ ຮ່າງກາຍທັງໝົດ ໃຫ້ຊື່, ຢຶດຫົວຂຶ້ນເທິງ, ຕີນຢຽບລົງລຸ່ມ, ອອກແຮງຢຶດສອງແຂນອອກສອງຂ້າງ, ຢຶດອອກ ທັງ 4 ທິດຈົນສຸດ (ຮູບ 1-10), ອອກແຮງຢຶດທັງໂຕປະມານ 2-3 ວິນາທີ, ແລ້ວຜ່ອນຄາຍ ທົວຮ່າງກາຍທັນທີ, ສອງມື « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ.



ຮູບ 1-10



ຮູບ 1-11

**ຊວງຫຼົງເຊັ່ງຫ້າຍ** (ສອງຜະຍານາກລົງທະເລ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ », ຄ່ອຍໆແຍກ ມື ທັງສອງອອກແລ້ວ ຢຽດແຂນທັງສອງຂ້າງ ສະຫຼຽງຕ່ຳລົງໄປດ້ານໜ້າ. ເມື່ອສອງແຂນ ແຍກ ອອກ ຂະໜານກັນ ແລະ ຢຽດຊື່, ຈະສ້າງເປັນມຸມປະມານ 30 ອົງສາກັບຕົ້ນຂາ (ຮູບ 1-11).

ຄ່ອຍໆຢຶດຮ່າງກາຍທັງໝົດໃຫ້ຊື່, ຢຶດຫົວຂຶ້ນເທິງ, ສອງຕີນຢຽບລົງດິນ ປະມານ 2-3 ວິນາທີ ແລ້ວຜ່ອນຄາຍຮ່າງກາຍທັງໝົດທັນທີ, ມີທັງສອງກັບຄືນສູ່ທ່າ « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ.

**ຜູ້ຊ້າຜູ້ຫຼຽນ** (ພຣະໂພທິສັດຖືດອກປົວ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ ». ແຍກສອງແຂນ ສະຫຼຽງລົງໄປສອງຂ້າງຂອງຮ່າງກາຍ, ເມື່ອເຖິງຂ້າງລຸ່ມຂອງຮ່າງກາຍແລ້ວ ໃຫ້ຢຽດແຂນ ທັງສອງອອກໃຫ້ຊື່, ເຮັດເປັນມຸມ 30 ອົງສາກັບຕົ້ນຂາ (ຮູບ 1-12). ເວລາດຽວກັນ ໃຫ້ຄ່ອຍໆ ຢຶດຮ່າງກາຍທັງໝົດໃຫ້ຊື່, ໃຊ້ແຮງຊີ້ນີ້ວມີ ລົງຂ້າງລຸ່ມ; ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ຜ່ອນຄາຍ ຮ່າງກາຍທັງໝົດທັນທີ, ສອງມືກັບສູ່ທ່າ « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ.



ຮູບ 1-12



ຮູບ 1-13

**ຫຼັກຮຸ້ນເປີຍຊານ** (ພຣະອໍຣະຫັນຍົກຜູເຂົາ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ ». ແຍກສອງມືອອກ ແລ້ວເຄື່ອນມືໄປທາງຫຼັງຮ່າງກາຍ, ພ້ອມກັບຫັນຝາມີໄປດ້ານຫຼັງ. ເມື່ອສອງມື ໄປເຖິງຂ້າງ ຂອງຮ່າງກາຍຄ່ອຍໆງໍຂໍ້ມືຂຶ້ນ, ເມື່ອມືຜ່ານໄປເຖິງດ້ານຫຼັງຂອງຮ່າງກາຍ ງໍຂໍ້ມືເຮັດມຸມ 45 ອົງສາ (ຮູບ 1-13). ຫຼັງຈາກມືໄປເຖິງຕ່ຳແໜ່ງແລ້ວ ຍຶດຮ່າງກາຍທັງໝົດໃຫ້ຊື່, ເມື່ອແຂນ ມາເຖິງຂ້າງຫຼັງແລ້ວ ຍຶດຫົວຂຶ້ນເທິງ, ໃຫ້ສອງຕີນຢຽບລົງດິນ ປະມານ 2-3 ວິນາທີ ແລ້ວ ຜ່ອນຄາຍທັງຮ່າງກາຍທັນທີ. ເອົາມືເຂົ້າສູ່ທ່າ « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ.



ຮູບ 1-14



ຮູບ 1-15



**ຈົນກັງຜາຍຊານ** (ຮ່າງວະຊິຣະຊຸກຜູເຂົາ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ » ແຍກມີທັງສອງອອກ, ຝາມີຕັ້ງຂຶ້ນ ຊຶ່ງນ້ອມີທັງສິບຂຶ້ນ ແລ້ວຊຸກໄປທາງໜ້າ, ແຂນສູງຊໍາລະດັບ ບ່າໄຫຼ່ສູງ. ຫຼັງຈາກ ຢຶດແຂນຊື່ ແລ້ວໃຊ້ແຮງຢຶດ, ຊຸກຫົວຂຶ້ນຂ້າງເທິງ, ສອງຕີນຢຽບລົງດິນ, ຮ່າງກາຍທັງໝົດ ຢຶດຊື່ (ຮູບ 1-4). ອອກແຮງຢຶດຮ່າງກາຍທັງໝົດ ປະມານ 2-3 ວິນາທີ, ຜ່ອນຄາຍ ຮ່າງກາຍ ທັງໝົດ ທັນທີ, ສອງມືກັບມາທ່າ « ເທີສີ » ທີ່ໜ້າເອິກ.

**ເຕ້ຽະໂຄວສຽວຝູ** (ວາງມີໄຂວກັນໜ້າທ້ອງນ້ອຍ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ ». ເຄື່ອນ ສອງມືລົງທາງລຸ່ມຊ້າງ ພ້ອມກັບປິ່ນຝາມີ ເຂົ້າຫາໜ້າທ້ອງນ້ອຍ, ເມື່ອມືລົງມາຮອດ ທ້ອງນ້ອຍ, ໄຂວສອງມືຊ້ອນກັນ, ຜູ້ຊາຍມືຊ້າຍຢູ່ດ້ານໃນ, ຜູ້ຍິງມືຂວາຢູ່ດ້ານໃນ, ຝາມີ ອີກ ຂ້າງນຶ່ງ ປິ່ນເຂົ້າຫາດ້ານຫຼັງມືອີກຂ້າງນຶ່ງ. ໄລຍະຫ່າງລະຫວ່າງມື ແລະ ມື, ມື ແລະ ທ້ອງນ້ອຍ ປະມານ 3 ຊັງຕີແມັດ, ທ່າເຕ້ຽະໂຄວ ໃຊ້ເວລາ 40 –100 ວິນາທີ (ຮູບ 1-15).



ຮູບ 1-16

**ໂສວສີ** (ທ່າສຸດທ້າຍ) - ສອງມື ເຈັຽອິນ (ຮູບ 1-16).

## 2. ຝ້າຫຼຸນຈວງຝ້າ (ທ່າຍືນຝ້າຫຼຸນ)

**ຫຼັກຜະລັງກົງ:** ຝ້າຫຼຸນຈວງຝ້າ (ທ່າຍືນຝ້າຫຼຸນ) ຊຸດນີ້ ເປັນຊຸດຝຶກທີ່ສອງ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນກົງ, ຈັດເປັນ ການຢືນປັກຫຼັກ ງຽບສະຫງົບ ປະກອບດ້ວຍ 4 ຂະບວນທ່າເຄື່ອນໄຫວ ອຸ້ມຝ້າຫຼຸນ, ຂະບວນທ່າການເຄື່ອນໄຫວ ລຽບງ່າຍຫຼາຍ ແລະ ທ່າເຄື່ອນໄຫວແຕ່ລະທ່າ ກຳນົດໃຫ້ໃຊ້ເວລາຝຶກດື່ມ. ຜູ້ທີ່ເລີ່ມຝຶກໃໝ່ ໃນໄລຍະເລີ່ມຕົ້ນ ສອງແຂນຈະຮູ້ສຶກໜັກ ແລະ ເມື່ອຍຫຼາຍ, ແຕ່ຫຼັງຈາກຝຶກແລ້ວ ຈະຮູ້ສຶກວ່າເປົ່າສະບາຍໄປທົ່ວຮ່າງກາຍ, ບໍ່ຮູ້ສຶກ ເມື່ອຍຄືຄົນຜ່ານການອອກແຮງ. ເມື່ອໃຊ້ເວລາຝຶກຍາວຂຶ້ນ ແລະ ເພີ່ມຈຳນວນຝຶກໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນ, ຈະຮູ້ສຶກວ່າຫວ່າງແຂນມີ « ຝ້າຫຼຸນ » ໜຸນຢູ່. ການຝຶກຝ້າຫຼຸນຈວງຝ້າເລື້ອຍໆ ຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຜູ້ຝຶກ

ຜະລັງກົງ ເຊື່ອມຕໍ່ເຖິງກັນທົ່ວຮ່າງກາຍ, ເພີ່ມທະວີ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ). « ຊຸດຝ້າຫຼຸນຈວງ  
ຝ້າ » ເປັນວິທີບໍາເພັນປະຕິບັດທີ່ເພີ່ມປັນຍາ, ຍົກລະດັບຊັ້ນ ແລະ ເພີ່ມ ອິດທິຣິດ; ເຖິງວ່າ  
ຂະບວນທຳການເຄື່ອນໄຫວລຽບງ່າຍ ແຕ່ສິ່ງຕ່າງໆທີ່ໄດ້ຈາກ ການຝຶກນັ້ນຫຼວງຫຼາຍ ແລະ  
ຄົບທຸກດ້ານ. ຂະບວນທຳການເຄື່ອນໄຫວຕ້ອງເປັນໄປຕາມທັມມະຊາດ, ຕ້ອງຮູ້ວ່າຕົນເອງ  
ກຳລັງຝຶກຜະລັງກົງຢູ່, ບໍ່ຕົງຮ່າງກາຍໄປມາ, ການເໜັງຕີງຮ່າງກາຍເລັກໜ້ອຍ ເປັນເລື່ອງ  
ປົກກະຕິ. ຫຼັກຜະລັງກົງຊຸດນີ້ ແມ່ນຄ້າຍຄືກັນກັບຫຼັກຜະລັງກົງ ຊຸດອື່ນໆຂອງຝ້າຫຼຸນກົງ, ເມື່ອ  
ຝຶກຜະລັງກົງຊຸດນີ້ຈົບແລ້ວ ການຝຶກຜະລັງກົງບໍ່ໄດ້ຢຸດ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ຝ້າຫຼຸນຈະໝຸນ  
ຕະຫຼອດບໍ່ມີຢຸດ; ສຳລັບເວລາຝຶກ ແຕ່ລະທຳການເຄື່ອນໄຫວນັ້ນ ຂຶ້ນຢູ່ກັບສະພາບ ຂອງ ແຕ່  
ລະ ຄົນ, ການອຸ້ມຝ້າຫຼຸນແຮງດົນແຮງດີກວ່າເກົ່າ.

**ບົດກະວີສັກສິດ:**

ເຊີນ ຮຸ້ຍ ເຈິງ ລີ້, ຢິງ ຊິນ ສິ່ງ ຖີ້;

ຊີ້ ມ້ຽວ ຊີ້ ອູ້, ຝ້າ ຫຼຸນ ຊຸ ສີ້.



ຮູບ 2-1



ຮູບ 2-2

**ທຳຕຽມ** - ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍແຕ່ບໍ່ຢ່ອນຍານ, ສອງຕີນແຍກອອກ ກະໄລຍະ ຫ່າງ ຊໍ້າຄວາມກວ້າງຂອງປ່າໄຫຼ, ຢືນແບບທັມມະຊາດ, ຈຸ່ມເຂົ້າທັງສອງລົງເລັກໜ້ອຍ, ໃຫ້ ໄລຍະຫົວເຂົ້າເຖິງຕີນຂາ ເປັນລັກສະນະລົມໄຫຼ; ດຶງຄາງລົງເລັກໜ້ອຍ, ລີ້ນແຕະເພດານປາກ, ແຂ້ວເບື້ອງເທິງ ແລະ ແຂ້ວເບື້ອງລຸ່ມ ຫ່າງອອກຈາກກັນເລັກໜ້ອຍ, ງັບປາກ, ຕາຫຼັບ ລົງເລັກ ໜ້ອຍ, ໃບໜ້າສະຫງົບເມດຕາ.

**ຊວງໂສວເຈ້ງອິນ (ຮູບ 2-1)**

**ໂຖວສຽນເປົ້າຫຼຸນ** (ອຸ້ມຫຼຸນຢູ່ໜ້າຫົວ) - ຈາກທ່າ « ເຈ້ງອິນ » . ຍົກສອງມືຂຶ້ນຊ້າໆ ຈາກລະດັບທ້ອງນ້ອຍ ແລ້ວແຍກມືຈາກເຈ້ງອິນ. ເມື່ອມືທັງສອງຍົກຂຶ້ນໄປຮອດໜ້າຫົວ, ໃຫ້ ຝາມືທັງສອງ ປິ່ນເຂົ້າຫາໜ້າ ຄວາມສູງຢູ່ໃນລະດັບຄົ້ວ, ໃຫ້ນິ້ວມືທັງສິບນິ້ວ ຊື່ເຂົ້າ ຫາກັນ, ໄລຍະຫ່າງວ່າງນິ້ວ ຂອງສອງມືປະມານ 15 ຊັງຕີແມັດ, ເຮັດແຂນສອງຂ້າງ ໂຄ້ງ ເປັນຮູບ ວົງມົນ, ຜ່ອນຄາຍທັງໝົດຮ່າງກາຍ (ຮູບ 2-2).



ຮູບ 2-3



ຮູບ 2-4

**ຜູ້ສຽນເປົ້າຫຼຸນ** (ອຸ້ມຫຼຸນໜ້າທ້ອງນ້ອຍ) - ມືທັງສອງຈາກຕຳແໜ່ງ « ອຸ້ມຫຼຸນ ຕໍ່ໜ້າ ຫົວ » ຄ່ອຍໆຫຼຸດລະດັບແຂນລົງມາ, ທ່າແຂນບໍ່ປ່ຽນແປງ, ລົງມາຮອດໜ້າທ້ອງນ້ອຍ, ໄລຍະ ວ່າງມື ແລະ ທ້ອງນ້ອຍ ປະມານ 10 ຊັງຕີແມັດ, ຍົກແຂນສອກທັງສອງຂ້າງຂຶ້ນ ເລັກໜ້ອຍ,

ເປີດຮັກແຮ້ອອກ, ຝາມີປິ່ນຂຶ້ນເທິງ, ປາຍນິ້ວທັງສິບຊື້ຊື້ກັນ, ໄລຍະປາຍນິ້ວມື ກັບປາຍນິ້ວມື ຫ່າງກັນປະມານ 10 ຊັງຕີແມັດ, ເຮັດສອງແຂນໂຄ້ງເປັນວົງມົນ (ຮູບ 2-3).

**ໂຖວຕຶ້ງເປົ້າຫຼຸນ** (ອຸ້ມຫຼຸນເທິງຫົວ) - ຈາກຕຳແໜ່ງ « ອຸ້ມຫຼຸນໜ້າທ້ອງນ້ອຍ », ທ່າ ແຂນບໍ່ປ່ຽນແປງ, ສອງມືຄ່ອຍໆຍົກຂຶ້ນໄປຊ້າໆເທິງຫົວ ເພື່ອອຸ້ມຫຼຸນໄວ້ເທິງຫົວ. ສິບນິ້ວ ຊື້ ຊື້ກັນ, ຝາມີຂວ້າລົງ, ໄລຍະຫ່າງວ່າງປາຍນິ້ວມືກັບນິ້ວມື ປະມານ 20-30 ຊັງຕີແມັດ, ເຮັດ ສອງແຂນໂຄ້ງເປັນວົງມົນ, ສອງປ່າໄຫຼ່, ແຂນ, ແຂນສອກແລະຂໍ້ມື ຜ່ອນຄາຍ (ຮູບ 2-4).



ຮູບ 2-5



ຮູບ 2-6

**ຫຼຽງສີ່ເປົ້າຫຼຸນ** (ອຸ້ມຫຼຸນໄວ້ສອງຂ້າງ) - ຈາກຕຳແໜ່ງ « ອຸ້ມຜ້າຫຼຸນຢູ່ເທິງຫົວ », ຄ່ອຍໆຫຼຸດ ລະດັບມືທັງສອງ ລົງມາສອງຂ້າງຂອງຫົວ, ຝາມສອງຂ້າງປິ່ນເຂົ້າຫາຫູທັງສອງ. ຜ່ອນຄາຍບ່າໄຫຼທັງສອງຂ້າງ, ກົກແຂນຕັ້ງຊື່, ໄລຍະຫ່າງ ວ່າງມື ແລະ ຫູ ບໍ່ໃຫ້ໃກ້ກັນເກີນໄປ (ຮູບ.2-5).

**ເຕັຽະໂຄວສຽວຝູ** - ຈາກຕຳແໜ່ງ « ອຸ້ມຜ້າຫຼຸນໄວ້ສອງຂ້າງ », ລົດສອງແຂນລົງ, ເມື່ອມືທັງສອງ ມາເຖິງໜ້າທ້ອງນ້ອຍ ເຮັດທ່າ ເຕັຽະໂຄວ. (ຮູບ 2-6). ຫຼຽງໂສວເຈ້ຽອິນ (ສອງມືເຈ້ຽອິນ).

### 3. ກ້ວນທົງຫຼ້ຽງຈິຝາ (ເຊື່ອມຕໍ່ສອງຂົ້ວຈັກກະວານ)

**ຫຼັກພະລັງກົງ:** ພະລັງກົງຝານີ້ ຄືການປະສົມຮວມ ຊື້ (ລົມປານ) ຈາກຈັກກະວານ ແລະ ຊື້ (ລົມປານ) ພາຍໃນຮ່າງກາຍ, ເປັນວິທີການເປີດລວງຢ່າງນຶ່ງ, ພະລັງງານປະລິມານຢ່າງຫຼາຍ ຈະຖືກຊຸກຖິ້ມອອກໄປ ແລະ ຮັບເຂົ້າມາ, ສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ຝຶກໄລ່ ຊື້ (ລົມປານ) ຂອງ ພະຍາດ ແລະ ຊື້ (ລົມປານ) ສີດຳ ອອກຈາກຮ່າງກາຍໃນເວລາອັນສັ້ນ, ຮັບຊື້ (ລົມປານ) ຈາກ ຈັກກະວານຈຳນວນຫຼາຍ ອີກເທື່ອນຶ່ງ ເພື່ອຊຳລະຮ່າງກາຍ, ເພື່ອໃຫ້ ຮ່າງກາຍ ເຂົ້າສູ່ ສະພາວະ « ຈັ່ງປ້າຍຈີ້ » (ຮ່າງຂາວບໍ່ຮືສຸດ) ໄດ້ໄວຂຶ້ນ; ໃນເວລາດຽວກັນ ວິທີຂອງກ້ວນທົງຫຼ້ຽງຈິຝາ ນີ້ ຈະຊ່ວຍ « ຂ່າຍຕັ້ງ » (ເປີດສ່ວນເທິງຂອງຫົວ) ແລະ ເປີດລ່ວງ ຊ່ອງທາງໄປລຸ່ມຝາຕີນ.

ກ່ອນທີ່ຈະຝຶກ ພະລັງກົງ ກ້ວນທົງຫຼ້ຽງຈິຝາ ໃຫ້ຄິດວ່າ ຕົນເອງ ເປັນທໍ່ເປົ່າ ທີ່ ສູງ ໃຫຍ່ 2 ທ່ອນ, ສູງຈາກຝືນດິນເຖິງຝ້າ, ສູງໃຫຍ່ບໍ່ມີທີ່ປຽບ. ຊື້ (ລົມປານ) ໃນຮ່າງກາຍ ເຄື່ອນຂຶ້ນລົງຕາມການເຄື່ອນໄຫວຂອງມື, ທະລຸຈາກຫົວ ເຖິງສູງສຸດຂອງຂົ້ວຈັກກະວານ; ຊື້

(ລົມປານ) ທີ່ລົງມາຂ້າງລຸ່ມ ທະລຸ ຜ່ານລຸ່ມຝາຕີນ ໄປຫາຕ່ຳສຸດຂອງຂົ້ວຈັກກະວານ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຊີ້ (ລົມປານ) ກໍ່ເຄື່ອນຕາມການເຄື່ອນໄຫວຂອງມື ຈາກສອງຂົ້ວເຂົ້າສູ່ພາຍໃນຮ່າງກາຍ, ແລ້ວສິ່ງອອກໄປທາງທິດກົງກັນຂ້າມ, ກັບໄປກັບມາ ລວມ 9 ຮອບ. ເມື່ອມືເຄື່ອນຂຶ້ນລົງເຖິງເທື່ອທີ 9 ມືຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງມືຂວາ) ຢູ່ຂ້າງເທິງ ລໍຖ້າມືຂວາ (ຜູ້ຍິງ ມືຊ້າຍ) ເຄື່ອນຂຶ້ນໄປຫາ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ມືທັງສອງເຄື່ອນລົງມາພ້ອມກັນ ໄປຫາສຸດຂົ້ວ ດ້ານລຸ່ມ ແລ້ວເຄື່ອນມືຜ່ານຮ່າງກາຍຂຶ້ນຂ້າງເທິງຕາມເດີມ, ຫຼັງຈາກກັບໄປກັບມາ 9 ຮອບ ແລ້ວ ກໍ່ເກັບ ຊີ້ (ລົມປານ). ຫຼັງຈາກເກັບແລ້ວ ຢູ່ ຝາຫຼຸນ ຢູ່ບ່ອນທ້ອງນ້ອຍ ໄປຕາມ ເຂັມໂມງ ເພື່ອໃຫ້ ຊີ້ (ລົມປານ) ທີ່ທາງນອກຮ່າງກາຍໝຸນກັບເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ເຮັດ ເຈ້ຽອິນ, ຫຼັງຈາກຝຶກຈົບແລ້ວ ກໍ່ເກັບທ່າ ແຕ່ບໍ່ໄດ້ເກັບພະລັງກົງ.

### **ບົດກະວີສັກສິດ:**

ຈິ່ງ ຣົ້ວ ເປັນ ຖີ່, ຝາ ຄ່າຍ ຕົງ ຕີ້;

ຊິ່ນ ສີ ອີ້ ເມັ້ງ, ທົງ ທ່ຽນ ເຊີ້ ຕີ້.





ຮູບ 3-1



ຮູບ 3-2

**ທ່າຕຽມ** - ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍ ແຕ່ບໍ່ຢ່ອນຍານ, ສອງຕີນແຍກອອກ ໄລຍະຫ່າງ ຊໍ້າຄວາມກວ້າງ ຂອງ ບ່າໄຫຼ່, ຢືນແບບຫົມມະຊາດ, ງໍຫົວເຂົ້າທັງສອງລົງເລັກໜ້ອຍ, ໃຫ້ ໄລຍະຫົວເຂົ້າເຖິງຕົ້ນຂາ ເປັນລັກສະນະລິນໄຫຼ; ດຶງຄາງລົງເລັກໜ້ອຍ, ລີ້ນແຕະເພດານປາກ, ແຂ້ວເທິງ ແລະ ແຂ້ວລຸ່ມຫ່າງອອກຈາກກັນເລັກໜ້ອຍ, ງັບປາກ, ຫຼັບຕາປິດລົງ ເລັກ ໜ້ອຍ, ໃບໜ້າສະຫງົບຢ່າງເມດຕາ. ສອງມືເຈັຽອິນ, ເທີສີ.

**ຕານໂສວຊຶ່ງກ່ວນ** (ມີນຶ່ງເຄື່ອນຂຶ້ນແລະອີກມີນຶ່ງເຄື່ອນລົງ) - ຈາກທ່າ « ເທີສີ ».  
 ເຄື່ອນມີນຶ່ງຂຶ້ນ ແລະ ອີກມີນຶ່ງເຄື່ອນລົງ, ເຄື່ອນຊ້າໆໄປຕາມຊີ້ຈີ່ (ກົນໄກຊີ້) ທາງ ນອກ  
 ຮ່າງກາຍ, ຊີ້ (ລົມປານ) ໃນຮ່າງກາຍເຄື່ອນຕາມການເຄື່ອນໄຫວຂຶ້ນລົງຂອງມື. ຜູ້ຊາຍມືຊ້າຍ  
 ຂຶ້ນກ່ອນ (ຮູບ 3-1), ຜູ້ຍິງມືຂວາຂຶ້ນກ່ອນ. ມີເຄື່ອນຂຶ້ນຢ່າງຊ້າໆ ຈາກ ດ້ານຂ້າງຫົວ, ກາຍ  
 ຫົວຂຶ້ນໄປ; ໃນເວລາດຽວກັນ ຜູ້ຊາຍມືຂວາ (ຜູ້ຍິງມືຊ້າຍ) ເຄື່ອນລົງ ຢ່າງຊ້າໆ; ຫຼັງຈາກນັ້ນ  
 ມີອີກຂ້າງນຶ່ງເຄື່ອນສະຫຼັບກັນຂຶ້ນລົງ (ຮູບ 3-2). ປິ່ນຝາມີທັງສອງ ຂ້າງເຂົ້າຫາຮ່າງກາຍ, ມີ  
 ຫ່າງຈາກຮ່າງກາຍບໍ່ເກີນ 10 ຊັງຕີແມັດ. ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍ, ການເຄື່ອນມີນຶ່ງຂຶ້ນ ແລະ  
 ມີນຶ່ງລົງ ນັບເປັນນຶ່ງຮອບ, ເຄື່ອນມືຂຶ້ນລົງທັງໝົດ 9 ຮອບ.



ຮູບ 3-3



ຮູບ 3-4



ຮູບ 3-5

**ຊວງໂສວຊຶ່ງກ້ວນ** (ແຂນຂຶ້ນລົງສອງຂ້າງ) - ເມື່ອເຮັດແຂນຂຶ້ນລົງຂ້າງດຽວ ຮອດ ເທື່ອທີ 9 ນັ້ນແມ່ນມີຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງມີຂວາ) ເມື່ອຢູ່ຂ້າງເທິງ, ເຄື່ອນມືອີກຂ້າງນຶ່ງຂຶ້ນໄປ, ໝາຍ ຄວາມວ່າ ທັງສອງມື ຈະຢູ່ຂ້າງເທິງໃນເວລາດຽວກັນ (ຮູບ 3-3), ຫຼັງຈາກນັ້ນ ສອງມື ເຄື່ອນ ລົງມາຜ່ອມກັນ (ຮູບ 3-4). ໃນເວລາເຮັດສອງມືຂຶ້ນລົງ ໃຫ້ຝາມຢືນເຂົ້າຫາຮ່າງກາຍ, ມືຫ່າງ ຈາກຮ່າງກາຍບໍ່ເກີນ 10 ຊັງຕີແມັດ, ການເຄື່ອນຂຶ້ນ ແລະ ລົງໃຫ້ນັບເປັນນຶ່ງເທື່ອ, ນັບຂຶ້ນລົງ ທັງໝົດ 9 ເທື່ອ.



ຮູບ 3-5



ຮູບ 3-6



ຮູບ 3-7

**ຊວງໂສວທຸຍຕັ້ງຝ້າຫຼຸນ** (ສອງມືໝຸນຝ້າຫຼຸນ) - ເມື່ອຈົບ 9 ເທື່ອ, ເຄື່ອນສອງມື ຜ່ານຫົວ, ຜ່ານໜ້າເອິກ ລົງມາຮອດທ້ອງນ້ອຍ, ເມື່ອສອງມື ລົງມາເຖິງ ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ ໝຸນຝ້າຫຼຸນໃຫ້ເຄື່ອນໄຫວ (ຮູບ 3-5, ຮູບ 3-6). ຜູ້ຊາຍມືຊ້າຍຢູ່ຂ້າງໃນ, ຜູ້ຍິງມືຂວາຢູ່ຂ້າງໃນ, ວ່າງມື ແລະ ມື ໄລຍະວ່າງມື ແລະ ທ້ອງນ້ອຍ ປະມານ 4 ຊັງຕີແມັດ, ໝຸນ ຝ້າຫຼຸນ ຕາມເຂັມໂມງ 4 ຮອບ, ເພື່ອໝຸນເອົາພະລັງງານ ທີ່ມີຢູ່ນອກຮ່າງກາຍ ກັບເຂົ້າສູ່ ຮ່າງກາຍ. ເວລາໝຸນຝ້າຫຼຸນ ສອງມືຕ້ອງບໍ່ອອກນອກ ເກີນບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ.

**ຫຼຽງໂສວເຈ້ງອິນ** (ສອງມືເຈ້ງອິນ) (ຮູບ 3-7).

#### 4. ຝ້າຫຸນໂຈວທ່ຽນຝ້າ (ຝ້າຫຸນວົງຈອນສະຫວັນ)

**ຫຼັກຜະລັງກົງ:** ວິທີນີ້ ສາມາດເຮັດໃຫ້ ຜະລັງງານໃນຮ່າງກາຍຄົນ ໝຸນວຽນເປັນວົງກວ້າງ, ບໍ່ແມ່ນການໂຄຈອນຂອງຊີຜະຈອນພຽງ ນຶ່ງ ຫຼື ຫຼາຍເສັ້ນ, ແຕ່ໝຸນວຽນໂດຍບໍ່ມີຢຸດຈາກດ້ານໜ້າ ຍິ່ງ ຂອງຮ່າງກາຍທົ່ວທຸກດ້ານໄປຫາດ້ານໜ້າ ຍິ່ງ ຂອງຮ່າງກາຍ, ໝຸນວຽນກັບໄປກັບມາບໍ່ຢຸດ; ໄປໄກເກີນກວ່າວິທີເປີດທາງໂຄຈອນ ຂອງ ຊີຜະຈອນທົ່ວໄປ, ຊຶ່ງເປັນວິຊາໃຫຍ່ຫຼືນ້ອຍຂອງໂຈວທ່ຽນ. ຫຼັກຜະລັງກົງນີ້ເປັນການປະຕິບັດ ໃນລະດັບກາງຂອງຝ້າຫຸນກົງ. ມີຝື້ນຖານລະດັບດຽວກັບຜະລັງກົງ 3 ຊຸດທຳອິດ, ການຝຶກ ຂະບວນທຳການເຄື່ອນໄຫວຂອງຜະລັງກົງຊຸດນີ້ ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທາງໂຄຈອນ ຂອງ ຊີຜະຈອນທົ່ວຮ່າງກາຍເປີດອອກຢ່າງໄວ (ຮວມທັງໂຈວທ່ຽນໃຫຍ່), ຈາກເທິງຮອດລຸ່ມຄ່ອຍໆ ທະລວງໄປທົ່ວຮ່າງກາຍ. ຄຸນລັກສະນະທີ່ໂດດເດັ່ນທີ່ສຸດຂອງຜະລັງກົງຊຸດນີ້ ຄືໃຊ້ ການໝຸນວຽນຂອງ « ຝ້າຫຸນ » ມາຊ່ວຍແກ້ໄຂສະພາບຜິດປົກກະຕິ ຂອງ ຮ່າງກາຍຂອງມະນຸດ, ເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍອັນເປັນຈັກກະວານນ້ອຍຂອງມະນຸດນີ້ ກັບຄືນໄປຫາສະພາບດັ້ງເດີມ, ເຮັດໃຫ້ທາງໂຄຈອນ ຂອງ ຊີຜະຈອນທົ່ວຮ່າງກາຍເປີດໂລ່ງບໍ່ຂ້ອງຄາ. ໃນເວລາທີ່ສາມາດບັນລຸເຖິງຂັ້ນນີ້ ຢູ່ໃນລະດັບສູງຫຼາຍແລ້ວ ໃນການບຳເພັນປະຕິບັດ ຊື້ຈຽນຝ້າ (ຫຼັກທັມໃນພົບ) ນັ້ນ, ຜູ້ທີ່ມີ ຕຳເກີນຈີ້ (ຮາກຖານສູງ) ສາມາດທີ່ຈະ ບຳເພັນປະຕິບັດ ຕຳຝ້າແລ້ວ. ໃນເວລານີ້ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ແລະ ເສີນທົງ (ອິດທິຣິດ) ກໍ່ເພີ່ມຂຶ້ນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ. ເວລາຝຶກໃຫ້ເຄື່ອນມືໄປຕາມຊື້ຈີ້ (ກົນໄກຊື້), ຂະບວນທຳການເຄື່ອນໄຫວຄ່ອຍໆ, ຊ້າໆແລະມົນ.

#### ບົດກະວີສັກສິດ:

ສວຽນ ຝ້າ ຈີ້ ຈີ, ຊິນ ສິ່ງ ຊື້ ອຸ້ຍ;

ຝ້ານ ເປັນ ກຸຍ ເຈີນ, ຢົວ ຢົວ ຊື້ ສີ



ຮູບ 4-1



ຮູບ 4-2

**ທ່າຕຽມ** - ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍ ແຕ່ບໍ່ຢ່ອນຍານ, ສອງຕີນແຍກອອກ ກະໄລຍະ ຫ່າງ ຊໍ້າຄວາມກວ້າງຂອງປ່າໄຫຼ່, ຍືນແບບທັມມະຊາດ ງໍຫົວເຂົ້າທັງສອງ ລົງເລັກໜ້ອຍ ໃຫ້ ໄລຍະຫົວເຂົ້າເຖິງຕົ້ນຂາເປັນລັກສະນະລົນໄຫຼ່; ດຶງຄາງລົງເລັກໜ້ອຍ, ລົ້ນແຕະ ເພດານປາກ, ແຂ້ວເທິງແລະແຂ້ວລຸ່ມ ຫ່າງອອກຈາກກັນເລັກໜ້ອຍ, ງັບປາກ, ຫຼັບຕາປິດລົງ ເລັກໜ້ອຍ ໃບໜ້າສະຫງົບຢ່າງເມດຕາ.

### **ຊວງໂສວເຈ້ງອິນ, ເທີສີ.**

ສອງມືຄ່ອຍໆແຍກຈາກທ່າ « ເທີສີ », ແລ້ວເຄື່ອນລົງໄປບໍລິເວນໜ້າທ້ອງນ້ອຍ, ໃນເວລາດຽວກັນ ສອງຝາມືປິ່ນເຂົ້າຫາຮ່າງກາຍ. ໄລຍະວ່າງມື ແລະ ຮ່າງກາຍບໍ່ເກີນ 10 ຊັງ ຕິແມັດ. ມືເຄື່ອນຜ່ານບໍລິເວນໜ້າທ້ອງນ້ອຍ ລົງໄປຕາມວ່າງຂອງສອງຂາ, ເຄື່ອນຕໍ່າລົງ ຕາມ

ຊ່ອງຂາຂ້າງໃນ ພ້ອມກັບກົ້ມຕົວລົງແລະງ່ຽມເຂົ້າ (ຮູບ 4-1). ເມື່ອນິ້ວມືທັງສອງຂ້າງໃກ້ເຖິງ  
ຜື່ນຕີນ ໃຫ້ອ້ອມມືຜ່ານດ້ານນອກຂອງນິ້ວຕີນໄປຈົນເຖິງດ້ານຫຼັງຂອງສື່ນຕີນ (ຮູບ 4-2).



ຮູບ 4-3



ຮູບ 4-4





រូប 4-5



ຮູບ 4-6



ຮູບ 4-7

ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ງໍຂໍ້ມືທັງສອງເລັກໜ້ອຍ, ເຄື່ອນສອງມືຂຶ້ນຈາກສິ້ນຕີນ ໄປຕາມດ້ານ  
ຫຼັງ ຂອງຂາທັງສອງຂ້າງ (ຮູບ 4-3), ຂະນະສອງມືເຄື່ອນຂຶ້ນໄປເຖິງຫຼັງໃຫ້ຢຶດແອວຂຶ້ນ (ຮູບ  
4-4). ເວລາຝຶກຝ້າຫຼຸນໂຈວທ່ຽນຝ້າ ສອງມືຕ້ອງບໍ່ຊຸນຖືກສ່ວນໃດສ່ວນໜຶ່ງ ຂອງ ຮ່າງກາຍ,  
ຖ້າບໍ່ດັ່ງນັ້ນ ພະລັງງານຢູ່ເທິງສອງມືຈະຖືກກຸດເຂົ້າຮ່າງກາຍ.

ເມື່ອສອງມື ບໍ່ສາມາດຈະເຄື່ອນຂຶ້ນໄປໄດ້ອີກແລ້ວ ໃຫ້ກຳມີຫຼວມງ ໂຄ່ງທາງໃນ (ຮູບ 4-5), ດຶງມືທັງສອງລອດ ຮັກແຮ້ ມາດ້ານໜ້າ ແລ້ວສອງແຂນໄຂວ່ກັນ ທີ່ ບໍລິເວນໜ້າເອິກ (ແຂນໃດຈະຢູ່ເທິງ, ແຂນໃດຈະຢູ່ລຸ່ມ, ບໍ່ໄດ້ຈຳກັດເປັນພິເສດ ຕາມແຕ່ຄວາມຖະໜົດ, ບໍ່ແບ່ງແຍກເພດຊາຍ ຫຼື ເພດຍິງ) (ຮູບ 4-6); ແບສອງກຳປັ້ນອອກ ຝາມືທັງສອງແບເທິງປ່າ (ໃຫ້ມີໄລຍະຫ່າງ). ຫຼັງຈາກນັ້ນ ເຄື່ອນສອງຝາມື ໄປຕາມລຳແຂນດ້ານ ຍິ່ງໄປຫາສອງຂໍ້ມື, ປ່ຽນໃຫ້ສອງຝາມືປັ້ນໜ້າໃສ່ກັນ, ນິ້ວໂປ້ທາງນອກປັ້ນຂຶ້ນເທິງແລະນິ້ວໂປ້ທາງໃນປັ້ນລົງລຸ່ມ, ໄລຍະ ວ່າງ ສອງຝາມື ປະມານ 3 ຫາ 4 ຊັງຕີແມັດ, ໃນເວລານີ້ ມື ແລະ ແຂນ ປະກອບເປັນເສັ້ນຊື່ (ຮູບ 4-7), ຈາກນັ້ນ ໃຫ້ໝຸນຝາມືທັງສອງ ຄືກັບຖື ໝາກບານໄວ້ໃນມື, ໂດຍມືທີ່ຢູ່ດ້ານນອກປ່ຽນໄປຢູ່ດ້ານໃນ, ແລະ ມືທີ່ຢູ່ດ້ານໃນ ປ່ຽນມາ ຢູ່ດ້ານນອກ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ເຄື່ອນສອງມືໄປຕາມດ້ານ ຍິ່ງ ຂອງ ປາຍແຂນໄປຫາຕົ້ນແຂນ; ຂະນະດຽວກັນ ໃຫ້ຍົກມືທັງສອງຂຶ້ນຂ້າມຫົວໄປດ້ານຫຼັງ (ຮູບ 4-8), ເຄື່ອນມືໄປຈົນເຖິງທ້າຍງ່ອນ, ສອງມືຢູ່ໃນທ່າໄຂວ່ກັນ ແລະ ເຄື່ອນມືຕໍ່ໄປ ທາງກະດູກສັນຫຼັງ (ຮູບ 4-9). ໃນເວລານີ້ ແຍກສອງມື ອອກຈາກໄຂວ່ກັນ ນິ້ວມື ຊື່ລົງດິນ ເຜືອ ເຊື່ອມຕໍ່ ກັບພະລັງງານ ຢູ່ທາງຫຼັງ; ເຄື່ອນສອງມືແບບຂະໜານກັນ ຂ້າມຫົວມາຫາໜ້າເອິກ (ຮູບ 4-10). ນີ້ແມ່ນ ວົງຈອນສະຫວັນ ຂອງ ຈັກກະວານນຶ່ງຮອບ, ເຮັດຄືນຮວມທັງໝົດ 9 ເທື່ອ, ເມື່ອຄົບ 9 ເທື່ອແລ້ວ ໃຫ້ເຄື່ອນມືທັງສອງຈາກໜ້າເອິກລົງໄປ ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ.



ຮູບ 4-8



ຮູບ 4-9



ຮູບ 4-10

ເຮັດທ່າເຕັ້ງໂຄ້ວສຽວຜູ້, ຫລຽງໂສວເຈ້ງອິນ.

## 5. ເສີນທົງເຈ້ງສີຝ້າ (ເພີ່ມເຕີມອິດທິຣິດ)

**ຫຼັກຜະລັງກົງ:** ຊຸດ « ເສີນທົງເຈ້ງສີຝ້າ » ເພີ່ມ ອິດທິຣິດ ເປັນວິທີບຳເພັນປະຕິບັດ ສະມາທິ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນກົງ, ໂດຍໃຊ້ຂະບວນທຳຜ່ອນມືຂອງ « ພຣະຜຸດ » ໝູນ « ຝ້າຫຼຸນ », ເພື່ອເພີ່ມ ອິດທິຣິດ (ຮວມທັງກົງເໜືງ) ຄວາມສາມາດຕ່າງໆ ແລະ ກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ) ຫຼາຍ ຢ່າງບຳເພັນໄປຜ່ອມກັນ. ວິທີນີ້ ເປັນຜະລັງກົງ ຈັດຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນກາງຂຶ້ນໄປ, ໃນເບື້ອງຕົ້ນ

ເປັນວິທີຝຶກ ທີ່ເປັນຄວາມລັບ. ເພື່ອຕອບສະໜອງ ຄວາມຕ້ອງການ ຂອງ ຜູ້ຝຶກ ທີ່ບັນລຸ  
ລະດັບພື້ນຖານລະດັບນຶ່ງ ຈຶ່ງເຜີຍແຜ່ກົງຝ້າຊຸດນີ້ອອກມາ ໂດຍສະເພາະ ເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອ ຜູ້ມີ  
ບຸນວາສນາ. ວິທີນີ້ ມີກຳນົດໃຫ້ຝຶກໃນທຳນັ່ງຂັດສະມາທິ, ດິທີ່ສຸດຄື ຂັດສະມາທິສອງຂາ  
(ສະມາທິເພັດ), ແຕ່ວ່ານັ່ງຂັດສະມາທິຂາດຽວກໍສາມາດໃຊ້ໄດ້. ຂະນະນັ່ງບຳເພັນປະຕິບັດ  
ການໄຫຼວຽນ ຂອງ ຊີ້ (ລົມປານ) ອ່າວແຂງແຮງ, ສະໜາມຜະລັງງານ ທີ່ຢູ່ອ້ອມຮ່າງກາຍ  
ໃຫຍ່ຫຼາຍ. ທ່າເຄື່ອນໄຫວມີຈະເຄື່ອນໄປຕາມກົນໄກ ຊີ້ຈີ້ (ຜະລັງລົມປານ) ທີ່ອາຈານໃສ່ໄວ້  
ໃຫ້, ເມື່ອມີເລີ່ມເຄື່ອນໃຫ້ຈິດໃຈຕາມການເຄື່ອນໄຫວຂອງຄວາມຄິດ. ເວລາ ເພີ່ມ ອິດທິຣິດ  
ຈິດຕ້ອງຫວ່າງເປົ່າ, ຈິດໃຕ້ສຳນຶກ ຢູ່ທີ່ສອງຝາມີເລັກໜ້ອຍ; ຝາມີຈະຮູ້ສຶກຮ້ອນ, ໜັກ, ກະ  
ຕຸ້ນແບບໄຟຝ້າສະຖິດ, ຮູ້ສຶກຄືມີສິ່ງຂອງຕ່າງໆ. ແຕ່ຢ່າໄດ້ຕັ້ງໃຈຊອກຫາຄວາມຮູ້ສຶກ, ປ່ອຍ  
ໃຫ້ເປັນໄປຕາມທັມມະຊາດ. ໄລຍະເວລາ ນັ່ງສະມາທິແຮ່ງດົນແຮ່ງດີ ຂຶ້ນຢູ່ກັບພື້ນຖານຂອງ  
ຜະລັງກົງ, ໃຊ້ເວລາດົນນານ ຜະລັງກົງຈະແຮ່ງກ້າຂຶ້ນ, ຜະລັງກົງເກີດໄວຂຶ້ນ. ເວລາຝຶກຜະລັງ  
ກົງ (ຕ້ອງບໍ່ຄິດສິ່ງໃດ, ບໍ່ມີຄວາມ ນຶກຄິດໃດໆ) ຄ່ອຍໆເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບ; ຈາກສະພາວະ  
ທີ່ຄ້າຍຄວາມສະຫງົບ ແຕ່ບໍ່ສະຫງົບນັ່ງ ຄ່ອຍໆເຂົ້າສູ່ຕັ້ງ (ຄວາມສະຫງົບນັ່ງ). ແຕ່ຈຸ້ວຍຊີ້ (ຈິດ  
ສຳນຶກຫຼັກ) ຕ້ອງຮູ້ວ່າ ຕົນເອງ ກຳລັງຝຶກຜະລັງກົງຢູ່.

**ບົດກະວີສັກສິດ :**

ໂຢ ອີ້ ຫວູ ອີ້, ອີ້ງ ສຸຍ ຈີ ຊີ້;

ຊີ້ ຄົງ ເຝຍ ຄົງ, ຕັ້ງ ຈີ້ ຢູ ອີ້.



ຮູບ 5-1



ຮູບ 5-2

**ຫຼຽງໂສວເຈ້ຽອິນ** (ສອງມືເຈ້ຽອິນ) - ນັ່ງຂັດສະມາທິ, ຜ່ອນຄາຍໝົດຮ່າງກາຍ ແຕ່ບໍ່ຢ່ອນຍານ, ແອວຕັ້ງຊີ້, ລຳຄໍຕັ້ງຊີ້, ດຶງຄາງລົງເລັກໜ້ອຍ, ລີ້ນແຕະເພດານປາກ, ແຂ້ວເທິງ ແລະ ແຂ້ວລຸ່ມຫ່າງອອກຈາກກັນເລັກໜ້ອຍ, ງັບປາກ, ຫຼັບຕາປິດລົງເລັກໜ້ອຍ, ຈິດໃຈເກີດຄວາມເມດຕາ, ມີຄວາມຮູ້ສະຫງົບແລະໃຈດີ. « ສອງມື ເຈ້ຽອິນ » ທີ່ທ່ອງນ້ອຍ ຄ່ອຍໆເຂົ້າສູ່ສະມາທິ (ຮູບ 5-1).



ຮູບ 5-3



ຮູບ 5-4

**ຜ່ອນມືໄລຍະທີໜຶ່ງ** - (ເວລາເຄື່ອນມື ຈິດໃຈນຳການເຄື່ອນໄຫວຂອງຄວາມຄິດ, ເຄື່ອນມືໄປຕາມຊື່ຈີ່ (ກົນໄກຜະລັງລົມປານ) ທີ່ອາຈານໃສ່ໄວ້ໃຫ້, ການເຄື່ອນມືຕ້ອງຄ່ອຍໆ, ຂ້າໆແລະກົມກຽວ) ຈາກທ່າສອງມື « ເຈ້ງອິນ » ຄ່ອຍໆຍົກສອງມືຂຶ້ນ, ເມື່ອມືຂຶ້ນເຖິງໜ້າ ຜາກໃຫ້ຄ່ອຍໆປ່ອຍມືຈາກເຈ້ງອິນ, ປິ່ນຝາມິທັງສອງຂຶ້ນດ້ານເທິງ, ຂະນະທີ່ສອງຝາມືປິ່ນຂຶ້ນ ດ້ານເທິງມືກໍ່ຂຶ້ນເຖິງດ້ານເທິງຂອງຫົວ (ຮູບ 5-2), ຫຼັງຈາກນັ້ນແຍກມືທັງສອງຂ້າງອອກ, ພ້ອມກັບເຮັດເປັນເສັ້ນໂຄ້ງຢູ່ເທິງຂອງຫົວ, ມືທັງສອງປິ່ນ ແຕ່ລະມືໄປທາງໜ້າຈົນຮອດດ້ານ ຂ້າງ ຂອງ ຫົວ (ຮູບ 5-3). ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຫຼຸດລະດັບມືລົງມາຊ້າໆ, ຮັກສາແຂນສອກ ສອງຂ້າງ ໃຫ້ຫຍັບເຂົ້າໃກ້ກັນທີ່ສຸດ, ຝາມິທັງສອງຫງາຍຂຶ້ນ, ປາຍນ້ຳມື ຊື້ໄປທາງໜ້າ (ຮູບ 5-4). ຫຼັງ ຈາກນັ້ນ ຢຽດຂໍ້ມືທັງສອງຂ້າງ ມາໄຂວ່ກັນຢູ່ໜ້າເອິກ. ຜູ້ຊາຍ ໃຫ້ມືຊ້າຍຢູ່ດ້ານນອກ, ຜູ້ຍິງ



ໃຫ້ມີຂວາຢູ່ດ້ານນອກ (ຮູບ 5-5), ເມື່ອມີທັງສອງ ໄຂວກັນແລ້ວ ເວລາເຄື່ອນຜ່ານກັນໃຫ້ ເປັນເສັ້ນ « ຊື່ », ມືທີ່ຢູ່ຂ້າງນອກ ໝຸນຂໍ້ມື ອອກຂ້າງນອກ ປິ່ນຝາມີຂຶ້ນທາງເທິງ, ແຕ່ມ ເປັນເຄິ່ງວົງກົມໃຫຍ່, ຫງາຍຝາມີຂຶ້ນ, ປາຍນິ້ວມືຊື່ໄປທາງດ້ານຫຼັງ, ມືຕ້ອງມີກຳລັງລະດັບ ນຶ່ງ; ມືທີ່ຢູ່ດ້ານໃນ ຫຼັງຈາກໄຂວກັນແລ້ວ ປິ່ນຝາມີ ຄ່ອຍໆລົງຂ້າງລຸ່ມ ຈົນມີຢຽດຊື່, ໝຸນຝາ ມືອອກຂ້າງນອກ, ມື ແລະ ແຂນ ສະຫຼຽງ ຊື່ໄປທາງລຸ່ມຂອງຮ່າງກາຍ ເຮັດໃຫ້ເປັນມຸມ 30 ອົງສາກັບຮ່າງກາຍ (ຮູບ 5-6).



ຮູບ 5-5



ຮູບ 5-6

**ຜ່ອນມືໄລຍະທີສອງ** - ຕໍ່ຈາກທ່າ (ຮູບ 5-6), ມືຊ້າຍ (ມືທີ່ຢູ່ຂ້າງເທິງ) ເຄື່ອນລົງ ເຂົ້າ ດ້ານໃນ, ມືຂວາປິ່ນຝາມີເຂົ້າໃນຜ່ອມກັນເຄື່ອນຂຶ້ນດ້ານເທິງ, ແລ້ວຜ່ອນ ໃນລັກສະນະດຽວ ກັນ ກັບມືຜ່ອນໄລຍະທີນຶ່ງ ມີແຕ່ປ່ຽນມື ຈາກມືຊ້າຍມາເປັນມືຂວາ, ຕຳແໜ່ງມື ກັບກັນ (ຮູບ 5-7).



ຮູບ 5-7



ຮູບ 5-8

**ຜ່ອນມືໄລຍະທີສາມ** - ຜູ້ຊາຍ ມີຂວາ (ຜູ້ຍິງ ມີຊ້າຍ) ຂໍ້ມືຢຽດຊື່ ຜ່ອມກັບ ປີ້ນຝາມີເຂົ້າຫາຮ່າງກາຍ, ຫຼັງຈາກ ມີຜ່ານກັນຢູ່ໜ້າເອິກແລ້ວໃຫ້ປີ້ນຝາມີລົງລຸ່ມ, ຢຽດສະຫຼຽງລົງໄປຈົນຮອດຂາຕໍ່ໜ້າຂອງໜ້າແຂ່ງ, ລຳແຂນຢຽດຊື່, ຜູ້ຊາຍມີຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງມີ ຂວາ) ຄ່ອຍໆປີ້ນຝາມີເຂົ້າໃນ, ເມື່ອເຄື່ອນມືຂຶ້ນໄປ ຜ່ານກັນຢູ່ໜ້າເອິກແລ້ວ ຫງາຍຝາມີຂຶ້ນຜ່ອມທັງເຄື່ອນຂຶ້ນເທິງໄປທາງປ່າໄຫຼ່ຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງ ປ່າຂວາ), ເມື່ອມີເຖິງສະຖານທີ່ ໃຫ້ຫງາຍຝາມີຂຶ້ນເທິງ, ປາຍນິ້ວມືຊື່ໄປທາງດ້ານໜ້າ (ຮູບ 5-8).



ຮູບ 5-9



ຮູບ 5-10

**ຝ່ອນມີໄລຍະທີສີ່** - ຝ່ອນໃນລັກສະນະຝ່ອນມີໄລຍະທີສາມອີກເທື່ອນຶ່ງ ມີແຕ່ປ່ຽນມື, ຄືຜູ້ຊາຍໃຊ້ມືຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງໃຊ້ມືຂວາ) ເຄື່ອນທາງດ້ານໃນ; ດ້ານລຸ່ມ ຜູ້ຊາຍ ມືຂວາ (ຜູ້ຍິງ ມືຊ້າຍ) ເຄື່ອນຢູ່ທາງນອກ ພຽງແຕ່ປ່ຽນຈາກມືຊ້າຍເປັນມືຂວາ ໃຫ້ຕຳແໜ່ງມືກັບກັນ (ຮູບ 5-9). ການຝ່ອນມືທັງສີ່ໄລຍະ ຕ້ອງຝ່ອນຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ບໍ່ຢຸດກາງທາງ.

**ການຝຶມ ອິດທິຣິດ ລັກສະນະວົງກົມ** - ຈາກທ່າ « ຝ່ອນມີໄລຍະທີສີ່ », ເຄື່ອນມື ເທິງລົງເຂົ້າດ້ານໃນ, ມືລຸ່ມເຄື່ອນຂຶ້ນດ້ານນອກ, ຜູ້ຊາຍຄ່ອຍໆເຄື່ອນມືຂວາ, ປີ່ນຝາມີເຂົ້າຫາບໍລິເວນໜ້າເອິກລົງມາ. ຜູ້ຊາຍເຄື່ອນມືຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງ ໃຊ້ມືຂວາ) ຍົກຂຶ້ນມາ, ເມື່ອສອງແຂນມາເຖິງບໍລິເວນໜ້າເອິກແລ້ວ ໃຫ້ເຮັດເປັນເສັ້ນ « ຊີ້ » (ຮູບ 5-10). ສອງມືຄ່ອຍໆ ດຶງອອກທາງສອງຂ້າງ (ຮູບ 5-11) ພ້ອມກັບປີ່ນຝາມີລົງລຸ່ມ; ເມື່ອສອງມືເຄື່ອນອອກໄປເຖິງ

ເທິງຫົວເຂົ້າຂ້າງນອກ ໃຫ້ຕັ້ງສອງແຂນຂະໜານກັບຜົ້ນ ໃນລະດັບຄວາມສູງ ຂອງແອວ, ປາຍແຂນ ແລະ ຫຼັງມີຂະໜານກັບຜົ້ນ, ຜ່ອນຄາຍແຂນທັງສອງຂ້າງ (ຮູບ 5-12). ທ່ານີ້ ເປັນການສົ່ງ ອິດທິຣິດໃນຮ່າງກາຍໄປເຝີມທີ່ມີ, ເປັນ ອິດທິຣິດວົງກົມ. ຂະນະເຝີມ ອິດທິຣິດນັ້ນ ຝາມີ ຈະຮູ້ສຶກຮ້ອນ, ໜັກ, ກະຕຸ້ນແບບໄຟຝ້າສະຖິດ, ຮູ້ສຶກຄື ຖືສິ່ງຂອງ ບາງຢ່າງເປັນຕົ້ນ ແຕ່ບໍ່ໃຫ້ຕັ້ງໃຈຊອກຫາ, ປ່ອຍໃຫ້ເປັນໄປຕາມທັມມະຊາດ. ທ່ານີ້ ເຮັດໄດ້ ເວລາແຮ່ງດົນ ແຮ່ງດີ, ຈົນກວ່າທ່ານຈະບໍ່ສາມາດອິດທິນໄດ້.



ຮູບ 5-11



ຮູບ 5-12

**ການເຝີມເຕີມອິດທິຣິດລັກສະນະເສົາຫຼັກ** - ຕໍ່ຈາກທ່ານກ່ອນ. ຜູ້ຊາຍ ມີຂວາ (ຜູ້ຍິງ ມີຊ້າຍ) ຫງາຍຝາມີຂຶ້ນ, ພ້ອມກັບເຄື່ອນມືມາບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ, ເມື່ອມືມາຮອດສະຖານທີ່ແລ້ວ ຝາມີປິ່ນຂຶ້ນຂ້າງເທິງທີ່ບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ; ໃນເວລາດຽວກັນ, ຜູ້ຊາຍ ມີຊ້າຍ (ຜູ້ຍິງມີຂວາ) ເຄື່ອນຝາມີຍົກຂຶ້ນມາ ຫາລຸ່ມຄາງ, ຂວ້າຝາມີປິ່ນລົງຂ້າງລຸ່ມ, ຕັ້ງມືໃຫ້ສູງ ສະເໝີຄາງ, ແຂນກັບມືຢູ່ໃນລະດັບດຽວກັນ. ໃນເວລານີ້ ຝາມີທັງສອງປິ່ນໜ້າຊື່ກັນ ແລະ ຢູ່ນຶ່ງໃນທ່ານີ້ (ຮູບ 5-13), ນີ້ເປັນການເຝີມ ອິດທິຣິດ ລັກສະນະ ເສົາຫຼັກ, ຕົວຢ່າງ ຝາມີຝ້າຄະນອງ

ເປັນຕົ້ນ. ເຮັດຈົນກວ່າ ຕົວເອງຮູ້ສຶກວ່າອົດບໍ່ໄດ້. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ມືທີ່ຢູ່ຂ້າງເທິງ ເຄື່ອນໄປທາງ  
 ໜ້າ ໃນລັກສະນະ ເຄິ່ງວົງກົມ ລົງໄປຫາທ້ອງນ້ອຍ; ໃນເວລາດຽວກັນ ເຄື່ອນມື ທີ່ຢູ່ຂ້າງລຸ່ມ  
 ຂຶ້ນມາ ແລະ ຂວ້າຝາມືລົງ, ເຄື່ອນຂຶ້ນມາທາງລຸ່ມຄາງ (ຮູບ 5-14). ແຂນ ແລະ ບ່າໄຫຼ່ ຢູ່ໃນ  
 ລະດັບດຽວກັນ, ຝາມືທັງສອງປິ່ນໜ້າຊື່ກັນ. ນີ້ກໍ່ເປັນການເຝິມ ອົດທິຣິດ ລັກສະນະ ເສົາຫຼັກ  
 ພຽງແຕ່ທ່າຂອງມືກັບກັນ. ເຮັດຈົນເມື່ອຍແຂນ ແລະ ບໍ່ສາມາດ ອົດທົນ ຕໍ່ໄປໄດ້.



ຮູບ 5-13



ຮູບ 5-14

**ການບຳເພັນປະຕິບັດສະມາທິ** - ຕໍ່ຈາກທ່າກ່ອນ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ເຄື່ອນມືທີ່ຢູ່ຂ້າງເທິງ ໃນ  
 ລັກສະນະເຄິ່ງວົງກົມໄປທາງໜ້າ ລົງໄປຫາໜ້າທ້ອງນ້ອຍ, ສອງມືເຈັຽອິນ (ຮູບ5-15) ເຂົ້າສູ່  
 ການບຳເພັນປະຕິບັດສະມາທິຢ່າງສະຫງົບ. ເຂົ້າຢູ່ຕັ້ງ (ສະມາທິນຶ່ງ) ເວລາແຮ່ງດົນ ແຮ່ງດີ.



ຮູບ 5-15



ຮູບ 5-16

ທ່າສຸດທ້າຍ - ສອງມື “ເຫີສີ » (ຮູບ 5-16), ອອກຈາກສະມາທິນຶ່ງ (ຕັ້ງ), ຢຸດ ການ  
ນຶ່ງສະມາທິ.

## ຂໍ້ກຳນົດພື້ນຖານສ່ວນນຶ່ງ ແລະ ຂໍ້ຄວນລະວັງ ສຳລັບການບຳເພັນ ປະຕິບັດ ຝ້າຫຸນກົງ

1. ຫຼັກຜະລັງກົງທັງຫ້າຊຸດຂອງຝ້າຫຸນກົງ ສາມາດຝຶກຕາມລຳດັບ ຫຼື ເລືອກຝຶກ ຊຸດ  
ໃດຊຸດນຶ່ງ ກ່ອນກໍ່ໄດ້. ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ໂດຍທົ່ວໄປກຳນົດໃຫ້ຝຶກຊຸດທີນຶ່ງກ່ອນ  
ແລະ ຝຶກສາມຮອບກໍ່ຈະເໝາະສົມ. ແນ່ນອນ ບໍ່ຝຶກທ່າທິນຶ່ງ ທ່ານກໍ່ສາມາດຈະ  
ເລືອກຝຶກທ່າອື່ນໆກ່ອນກໍ່ໄດ້ ຫຼື ຈະຝຶກສະເພາະຊຸດໃດຊຸດນຶ່ງກໍ່ໄດ້.

2. ທ່າເຄື່ອນໄຫວຕ້ອງຖືກຕ້ອງ, ຈັງຫວະຕ້ອງຈະແຈ້ງ, ມີ ແລະ ແຂນຕ້ອງກົມກຽວ ຂຶ້ນແລະລົງ, ໜ້າແລະຫຼັງ, ຊ້າຍແລະຂວາ; ທັງໝົດ ຕ້ອງເຄື່ອນໄຫວ ແບບ “ຄ່ອຍໆ, ຊ້າ, ມືນ” ຕາມກົນໄກ ຊື່. ບໍ່ຕ້ອງໄວເກີນໄປ ແລະ ຢ່າຊ້າເກີນໄປ.
3. ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ຕ້ອງໃຊ້ຈິດສຳນຶກຫຼັກຄວບຄຸມຕົວເອງ ເພາະຝ້າຫຼຸນກົງ ຄື ການບຳເພັນຈິດສຳນຶກຫຼັກ, ຢ່າຕັ້ງໃຈ ສະແຫວງຫາ ການສິ້ນໄປມາ, ຖ້າມີ ການ ສິ້ນໄປມາໃຫ້ຄວບຄຸມໃຫ້ໄດ້, ຫາກຈຳເປັນ ສາມາດມືນຕາໄດ້.
4. ຜ່ອນຄາຍທົ່ວຮ່າງກາຍ ໂດຍສະເພາະ ຫົວເຂົ້າແລະກະໂພກ ຕ້ອງຜ່ອນຄາຍ, ການ ຢືນຊື່ເກີນໄປ ຊິຜະຈອນຈະໄປບໍ່ສະດວກ.
5. ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ການເຄື່ອນໄຫວຕ້ອງຜ່ອນຄາຍ ແລະ ເປັນທັມມະຊາດ, ຢຶດ ໃຫ້ສຸດ, ທ່າເຄື່ອນໄຫວ ຕ້ອງອ່ອນໂຍນແຕ່ເຂັ້ມແຂງ, ເຄື່ອນໄຫວຕໍ່ເນື່ອງ ກົມກຽວຢ່າງທັມມະຊາດ, ໃຊ້ແຮງລະດັບໜຶ່ງແຕ່ບໍ່ໃຫ້ແຂງກະດ້າງ. ຝຶກທ່າແບບນີ້ ຈະໄດ້ຮັບຜົນຂອງຜະລັງກົງ ຢ່າງຈະແຈ້ງ.
6. ທຸກເທື່ອ ທີ່ຈົບຈາກການຝຶກຜະລັງກົງ ແຕ່ລະຊຸດ, “ພຽງແຕ່ເກັບທ່າ, ບໍ່ເກັບ ຜະລັງກົງ”, ໃຫ້ເຮັດ “ເຈ້ຽອິນ” ກໍ່ຝ, ການເຮັດເຈ້ຽອິນ, ເປັນການສິ້ນສຸດ ການ ຝຶກຜະລັງກົງ, ບໍ່ຕ້ອງເກັບຜະລັງກົງ ດ້ວຍຄວາມຄິດ ເພາະຝ້າຫຼຸນ ຈະບໍ່ ຢຸດໝຸນ.
7. ຜູ້ທີ່ຮ່າງກາຍອ່ອນແອ ຫຼື ມີການເຈັບປ່ວຍໄລຍະຍາວ ສາມາດຈະຝຶກຕາມສະພາບ ຮ່າງກາຍ ເທົ່າທີ່ຈະເຮັດໄດ້ ຫຼື ເລືອກຝຶກຊຸດໃດຊຸດໜຶ່ງ. ຫາກບໍ່ສາມາດຈະຝຶກຊຸດ ຜະລັງກົງເຄື່ອນໄຫວ ກໍ່ສາມາດນັ່ງສະມາທິໄດ້ ຊຶ່ງໂດຍທົ່ວໄປ ການຝຶກຜະລັງກົງ ຄວນຈະຝຶກຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ.
8. ສະຖານທີ່ ສຳລັບການຝຶກຜະລັງກົງ, ເວລາ, ທິດທາງ ບໍ່ມີການກຳນົດເປັນພິເສດ, ແຕ່ສະຖານທີ່ຕ້ອງສະອາດ, ສະພາບແວດລ້ອມຄວນຈະສະຫງົບງຽບ.

9. ການຝຶກຜະລັງກົງຊຸດນີ້ບໍ່ໃຊ້ຄວາມນິກົດ, ຈະບ່ອກແນວທາງ ແຕ່ຕ້ອງບໍ່ປະບົນ ກັບຫຼັກຜະລັງກົງອື່ນໆ; ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ຖ້າທ່ານປະບົນຜະລັງກົງ ອື່ນເຂົ້າໄປ ຝຳຫຼຸນຈະປ່ຽນຮູບ.
10. ເວລາຝຶກຜະລັງກົງຫາກບໍ່ສາມາດເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບຈິດໄດ້ແທ້ໆສາມາດທ່ອງ ຊື່ຂອງພຣະອາຈານ, ດົນໆໄປກໍ່ຈະເຂົ້າສູ່ສະມາທິໄດ້ໂດຍທັມມະຊາດ.
11. ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ອາດຈະປະສົບກັບອຸປະສັກ ຫຼື ການທົດສອບບາງຢ່າງ, ການ ທົດສອບ ຫຼື ອຸປະສັກ ຄືວິທີການແບບນຶ່ງຂອງການຊົດໃຊ້ “ກັມ”. ທຸກຄົນລ້ວນ ມີ “ກັມ”, ເວລາຮ່າງກາຍປາກົດອາການບໍ່ສະບາຍ ຢ່າຄິດວ່າ ເປັນພະຍາດ. ເພື່ອ ສະຫຼາຍ “ກັມ” ແລະ ປຸກທາງສຳລັບການບຳເພັນປະຕິບັດ ການທົດສອບ ຫຼື ອຸປະສັກອາດມາໄວ ຫຼື ມາລ່ວງໜ້າ.
12. ເວລານັ່ງສະມາທິ ຫາກບໍ່ສາມາດຂັດສອງຂາຂຶ້ນມາໄດ້ ສາມາດຈະນັ່ງຂອບຕັ້ງ ແລະ ຝຶກຜະລັງກົງ, ຍັງສາມາດບັນລຸຜົນທີ່ຄືກັນໄດ້. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ໃນ ຖານະຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຕ້ອງຂັດສອງຂາໃຫ້ໄດ້, ເວລາດົນໄປກໍ່ຈະຄ່ອຍໆຂັດສອງ ຂາໄດ້.
13. ໃນເວລາຝຶກສະມາທິ ຫາກເບິ່ງເຫັນຮູບພາບ ຫຼື ທັດສະນີຍະພາບບາງຢ່າງ ບໍ່ ຕ້ອງສົນໃຈມັນ, ໃຫ້ຝຶກຜະລັງກົງຂອງຕົນເອງຕໍ່ໄປ. ເມື່ອຖືກລົບກວນ ດ້ວຍ ຮູບພາບທີ່ເປັນຕາຢ້ານ ຫຼື ຮູ້ສຶກຖືກຄຸກຄາມ ໃຫ້ຄິດທັນທີວ່າ: ຂ້ອຍມີອາຈານ ຝຳຫຼຸນກົງຄຸ້ມຄອງ, ຂ້ອຍບໍ່ຢ້ານຫຍັງເລີຍ ຫຼື ໃຫ້ເອີ້ນຊື່ອາຈານ ຫຼືທົ່ງຈີ້ ແລ້ວ ຝຶກຜະລັງກົງຕໍ່ໄປ.



## ບົດທີ 5 ຄຳຖາມແລະຄຳຕອບຂໍ້ສົງໄສ

### 1. ຝ້າຫຸນ ແລະ ຝ້າຫຸນກົງ

ລູກສິດ: ຝ້າຫຸນ ປະກອບຂຶ້ນ ດ້ວຍຫຍັງ?

ອາຈານ: ຝ້າຫຸນ ເປັນຮ່າງໃນອີກມິຕິນຶ່ງ ທີ່ພຽບພ້ອມ ດ້ວຍ ຫຼັງຖີ່ (ຄວາມ ສາມາດ ຕ່າງໆ) ທີ່ ປະກອບຂຶ້ນດ້ວຍ ສະສານ ພະລັງງານສູງ ຊະນິດນຶ່ງ ຊຶ່ງ ຕົນເອງ ສາມາດປ່ຽນແປງ ພະລັງກົງໄດ້ ແລະ ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນມິຕິຂອງເຮົານີ້.

ລູກສິດ: ຝ້າຫຸນໜ້າຕາເປັນແນວໃດ?

ອາຈານ: ສີຂອງຝ້າຫຸນນັ້ນ ບອກໄດ້ແຕ່ພຽງວ່າເປັນສີເຫຼືອງຄຳ, ມິຕິຂອງເຮົາ ຍັງບໍ່ມີ ສີຊະນິດນີ້. ສີຜື່ນຂອງວົງມົນນັ້ນ ເປັນສີແດງສີດ, ສີຜື່ນອ້ອມທາງນອກ ເປັນສີສົ້ມເຫຼືອງ; ມີ ໄທຈີ້ດຳແດງ ສອງອົງ ຂອງ ສາຍຕ່າວ; ມີ ໄທຈີ້ແດງ ນ້ຳເງິນ ສອງອົງ ຂອງ ສາຍຕ່າວ ໃຫຍ່ດັ່ງເດີມ (ຊຽນທ່ຽນຕ່າງໆ), ນີ້ຄື ສອງສິ່ງ ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ສາວັດຕິກາ “卐” ເປັນສີເຫຼືອງຄຳ. ຄົນທີ່ມີຕາທົບ ລະດັບຕ່ຳສາມາດເຫັນວ່າ ຝ້າຫຸນ ໝຸນຄືກັນ ກັບໃບຜັດຂອງຜັດລົມທີ່ໝຸນ, ຫາກສາມາດເບິ່ງເຫັນໄດ້ແຈ່ມແຈ້ງ ຈະເຫັນວ່າສວຍງາມຫຼາຍ, ເຮັດການບຳ ເພັນປະຕິບັດ ຂອງ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ເພີ່ມຄວາມກ້າວໜ້າ.

ລູກສິດ: ຕອນຝຶກໃໝ່ຝ້າຫຸນຢູ່ຕ່ຳແໜ່ງໃດ? ຫຼັງຈາກນັ້ນຢູ່ຕ່ຳແໜ່ງໃດ?

ອາຈານ: ຝ້າຫຸນທີ່ແທ້ຈິງ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າໃຫ້ກັບທຸກທ່ານມີພຽງໜຶ່ງອົງ ຢູ່ທີ່ທ້ອງນ້ອຍ, ໝາຍຄວາມວ່າຕ່ຳແໜ່ງຕາມ ທີ່ເຮົາຝຶກ ແລະ ຮັກສາໄວ້, ຕ່ຳແໜ່ງ ຂອງ ເພິ່ນຈະບໍ່ປ່ຽນ. ບາງຄົນເບິ່ງເຫັນຝ້າຫຸນຈຳນວນຫຼາຍ ກຳລັງໝຸນຢູ່, ນັ້ນຄື ຝ້າຊື່ນ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າກຳລັງໃຊ້ຢູ່ພາຍນອກ ເພື່ອປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ທ່ານ.

ລູກສິດ: ການຝຶກຜະລັງກົງ, ສາມາດຈະຝຶກຝ້າຫຼຸນອອກມາໄດ້ບໍ່? ແລະ ຝຶກອອກມາ  
ໄດ້ຫຼາຍປານໃດ? ສ່ວນນີ້ ມີຫຍັງຕ່າງ ກັບ ອົງ ທີ່ ອາຈານມອບໃຫ້?

ອາຈານ: ການຝຶກຜະລັງກົງ ສາມາດຝຶກຝ້າຫຼຸນອອກມາໄດ້, ເມື່ອກົງລີ້ (ແຮງຜະລັງ)  
ຂອງ ທ່ານເພີ່ມຂຶ້ນ ຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ, ຝ້າຫຼຸນ ກໍ່ຈະຫຼາຍຂຶ້ນໄປນຳ, ຝ້າຫຼຸນນັ້ນ ຄື  
ກັນທັງໝົດ, ມີແຕ່ຝ້າຫຼຸນທີ່ຢູ່ທ້ອງນ້ອຍນັ້ນ ບໍ່ເຄື່ອນໄຫວໄປຕາມທີ່ຕ່າງໆ,  
ເພາະນັ້ນຄືຮາກ.

ລູກສິດ: ຈະສັງເກດ ເບິ່ງການຢູ່ກັບການໝຸນ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນ ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ບໍ່ຕ້ອງໄປຮູ້ສຶກ, ບາງຄົນຄວາມຮູ້ສຶກໄວຫຼາຍ ລາວສາມາດຮູ້ສຶກໄດ້ວ່າ ຝ້າ  
ຫຼຸນ ກຳລັງໝຸນຢູ່. ໃນໄລຍະທຳອິດ ເມື່ອເລີ່ມໃສ່ຝ້າຫຼຸນໃຫ້ທ່ານ, ທ່ານ  
ອາດຈະບໍ່ເຄີຍຊົນໃນຮ່າງກາຍ ຕົວຢ່າງ ເຈັບທ້ອງ, ບາງສິ່ງບາງຢ່າງ ເຄື່ອນ  
ໄຫວຢູ່, ຫຼື ຮູ້ສຶກຮ້ອນ ເປັນຕົ້ນ. ຄັນເມື່ອ ລົງເຄີຍແລ້ວ, ກໍ່ຈະບໍ່ມີ ຄວາມ  
ຮູ້ສຶກອີກເລີຍ. ແຕ່ລະຄົນທີ່ມີກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສາມາດເຫັນ  
ໄດ້, ກໍ່ຄືກັນກັບກະເພາະອາຫານ, ທ່ານຈະບໍ່ຮູ້ສຶກວ່າ ກະເພາະອາຫານ  
ກຳລັງ ເຄື່ອນໄຫວຢູ່.

ລູກສິດ: ຝ້າຫຼຸນທີ່ຢູ່ເທິງຮູບພາບ ຝ້າຫຼຸນທິດທາງ ທີ່ໝຸນບໍ່ຄື ກັບຮູບພາບຝ້າຫຼຸນ ຢູ່  
ເທິງບັດຜ່ານປະຕູ ຂອງຜູ້ຝຶກ (ອ້າງອີງ ການບັນລະຍາຍທັມ ເທື່ອທີ່ນຶ່ງ, ແລະ  
ເທື່ອທີ່ສອງທີ່ປັກກິ່ງ), ບັດຜ່ານປະຕູຂອງຜູ້ຝຶກທີ່ໃຊ້ເຂົ້າຝັງການບັນລະຍາຍ  
ທັມນັ້ນຖືກປິ່ນໄປໃນທິດທາງກົງກັນຂ້າມກັບເຂັມໂມງ, ເພາະເຫດໃດ?

ອາຈານ: ຈຸດປະສົງຄືຕ້ອງການໃຫ້ສິ່ງທີ່ດຶກັບທຸກທ່ານ, ເພິ່ນກະຈາຍຜະລັງງານ ເພື່ອ  
ປັບປຸງ ຮ່າງກາຍໃຫ້ກັບທຸກທ່ານ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງບໍ່ໄດ້ໝຸນຕາມເຂັມໂມງ, ພວກ  
ທ່ານສາມາດເຫັນໄດ້ວ່າເພິ່ນໝຸນ.

ລູກສິດ: ໄລຍະເວລາທີ່ອາຈານໃສ່ຝ້າຫຼຸນໃຫ້ຜູ້ຝຶກແຕ່ລະຄົນຄືໄລຍະໃດ?

ອາຈານ: ພວກເຮົາເວົ້າກັບທຸກທ່ານທີ່ນີ້ວ່າ, ຜູ້ຝຶກບາງຄົນເຄີຍຝຶກພະລັງກົງມາຫຼາຍ, ທີ່ຍາກກໍ່ຍາກຢູ່ທີ່ຕ້ອງກຳຈັດສິ່ງຕ່າງໆທີ່ ສັບສົນ ທີ່ຢູ່ເທິງຮ່າງກາຍຂອງເພິ່ນ ຖິ້ມໄປໃຫ້ໝົດ, ທີ່ດີກໍ່ເກັບຮັກສາໄວ້ໃຫ້, ທີ່ບໍ່ດີກໍ່ຖິ້ມໄປ, ຈຶ່ງເປັນອີກ ຂັ້ນຕອນນຶ່ງເພີ່ມຂຶ້ນອີກ. ຫຼັງຈາກນີ້, ຈຶ່ງສາມາດໃສ່ຝ້າຫຼຸນໃຫ້. ອີງຕາມ ລະດັບ ຊັ້ນສູງຕໍ່າຂອງການຝຶກພະລັງກົງຂອງເພິ່ນ, ຝ້າຫຼຸນທີ່ໃສ່ໃຫ້ນັ້ນ ໃຫຍ່ນ້ອຍ ບໍ່ຊ່າກັນ. ບາງຄົນບໍ່ເຄີຍຝຶກພະລັງກົງມາກ່ອນ, ຜ່ານການປັບປຸງ ຮ່າງກາຍ, ແລະ ມີເກີນຈີ່ (ຮາກຖານ) ດີ, ໃນການບັນລະຍາຍ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າເທື່ອນີ້ ໄດ້ກຳຈັດພະຍາດໄປແລ້ວ, ກ້າວຜ່ານລະດັບຊັ້ນ ຂອງການຝຶກຊີ້ໄປແລ້ວ, ເຂົ້າສູ່ສະພາບຮ່າງຂາວນ້ຳນົມ, ກໍ່ສາມາດໃສ່ຝ້າຫຼຸນໃຫ້. ມີຄົນຈຳນວນຫຼາຍ ທີ່ຮ່າງກາຍບໍ່ດີ, ມີການປັບປຸງໃຫ້ມາຕະຫຼອດ, ເມື່ອຍັງປັບປຸງບໍ່ທັນແລ້ວ ຈະໃສ່ຝ້າຫຼຸນໃຫ້ໄດ້ຢ່າງໃດ? ນີ້ເປັນພຽງຄົນສ່ວນນ້ອຍທີ່ໃສ່ໃຫ້ບໍ່ໄດ້, ແຕ່ ບໍ່ເປັນຫຍັງ, ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ໃສ່ກົນໄກຊື່ສຳເຣັດຮູບ ທີ່ກໍ່ເກີດຝ້າຫຼຸນ ໄວ້ໃຫ້ ແລ້ວ.

ລູກສິດ: ຈະໃສ່ ຝ້າຫຼຸນ ໃຫ້ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ນີ້ບໍ່ແມ່ນ ການໃສ່ໃຫ້, ຂ້າພະເຈົ້າ ສົ່ງຝ້າຫຼຸນອອກໄປຝັງໄວ້ ທີ່ຕ່ຳແໜ່ງ ທ້ອງນ້ອຍ ຂອງ ພວກທ່ານ, ແຕ່ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນມິຕິສະສານຂອງເຮົານີ້, ຢູ່ໃນ ອີກມິຕິນຶ່ງ, ຫາກວ່າຢູ່ໃນມິຕິນີ້ ທ້ອງນ້ອຍຂອງທ່ານ ມີລຳໄສ້ຢູ່, ໃນເມື່ອມີ ລຳໄສ້ຢູ່ ຖ້າໝູນຈະອິດທິນໄດ້ບໍ່? ເພິ່ນຢູ່ໃນມິຕິສະສານອີກມິຕິນຶ່ງ, ບໍ່ຂັດ ກັນກັບຝັງນີ້ຂອງທ່ານ.

ລູກສິດ: ການບັນລະຍາຍເທື່ອຕໍ່ໄປຈະໃຫ້ຝ້າຫຼຸນຕໍ່ອີກແມ່ນຫຼືບໍ່?

ອາຈານ: ທ່ານໄດ້ແຕ່ນຶ່ງອີງ, ບາງຄົນຮູ້ສຶກວ່າມີຝ້າຫຼຸນຫຼາຍອີງໝູນຢູ່, ນັ້ນຄືສ່ວນ ທີ່ ໃຊ້ຢູ່ພາຍນອກຮ່າງກາຍ, ນຳມາໃຊ້ເພື່ອປັບປຸງຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ. ຈຸດເດັ່ນ

ທີ່ສຸດ ຂອງພະລັງກົງ ຂອງເຮົານີ້ ຄືໃນຂະນະທີ່ ປ່ອຍພະລັງງານ ອອກໄປນັ້ນ ໄດ້ສົ່ງຝ້າຫຼຸນອອກໄປ ເປັນພວງໆລຽງຕ່າງກັນ. ດັ່ງນັ້ນ ໃນ ຂະນະທີ່ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ມີຝ້າຫຼຸນຈຳນວນຫຼາຍ ໝຸນໄປໝຸນມາ ຢູ່ເທິງຕົວທ່ານ, ປັບແກ້ໄຂ ຮ່າງກາຍ ຂອງ ທ່ານ. ແຕ່ຝ້າຫຼຸນ ທີ່ໃສໃຫ້ ທ່ານແທ້ໆນັ້ນ ຢູ່ໃນ ທ້ອງນ້ອຍອົງນັ້ນ.

ລູກສິດ: ບໍ່ຝຶກພະລັງກົງ ໝາຍຄວາມວ່າຝ້າຫຼຸນຈະຫາຍໄປບໍ່? ຝ້າຫຼຸນ ຈະຢູ່ໄດ້ ດົນປານໃດ?

ອາຈານ: ທ່ານມີແຕ່ຖືວ່າ ທ່ານເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ, ປະຕິບັດຕາມຂໍ້ກຳນົດ ຊື່ນຊົງ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ, ໃນເວລາທີ່ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກພະລັງກົງ, ເພິ່ນບໍ່ພຽງແຕ່ບໍ່ຫາຍໄປ, ແຕ່ຈະເຂັ້ມແຂງຍິ່ງຂຶ້ນ, ກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂອງທ່ານຍັງຈະເພີ່ມຂຶ້ນ. ແຕ່ໃນທາງກົງກັນຂ້າມ, ທ່ານໝັ້ນຝຶກພະລັງກົງຫຼາຍກວ່າຄົນອື່ນ, ແຕ່ບໍ່ໄດ້ປະຕິບັດຕາມຂໍ້ຊື່ນຊົງ ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ, ຍ້ານວ່າ ເຖິງວ່າຈະຝຶກກໍ່ຝຶກ ໂດຍ ບໍ່ໄດ້ປະໂຫຍດ, ເຖິງວ່າຈະຝຶກພະລັງກົງ, ກໍ່ບໍ່ບັງເກີດຜົນ. ບໍ່ວ່າທ່ານ ຝຶກ ຫຼັກພະລັງກົງຊະນິດໃດ, ຖ້າບໍ່ເຮັດຕາມຂໍ້ກຳນົດ ສ່ວນຫຼາຍ ສິ່ງທີ່ຝຶກນັ້ນ ສາມາດເປັນ ວິຊາມານໄດ້. ຖ້າໃນສະໝອງ ຂອງທ່ານ ມີແຕ່ຄິດເລື່ອງບໍ່ດີ, ຄົນນັ້ນຊື່ວ່າຢ່າງນີ້ຢ່າງນັ້ນ? ຖ້າວ່າກົງເໝືອນ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຂອງ ຂ້ອຍອອກມາ ຈະຈັດການລາວໃຫ້ໄດ້ໂລດ. ແມ່ນວ່າຈະສຶກສາ ຝ້າຫຼຸນກົງ, ໃນເວລາຝຶກພະລັງກົງ ໃສ່ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ເຂົ້າໄປ, ບໍ່ໄດ້ເຮັດຕາມ ຂໍ້ກຳນົດທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າບອກ, ກໍ່ບໍ່ແມ່ນ ການຝຶກວິຊາມານບໍ່?

ລູກສິດ: ທ່ານອາຈານເວົ້າເລື້ອຍ “ຕໍ່ໃຫ້ຈ່າຍເງິນ ຫ້າຮ້ອຍລ້ານຢວນ ກໍ່ຈະບໍ່ໄດ້ ຝ້າຫຼຸນມາ” ໝາຍຄວາມວ່າແນວໃດ?

ອາຈານ: ນັ້ນໝາຍຄວາມວ່າ ເຝົ້າມີຄ່າຫຼາຍແທ້ໆ. ສິ່ງທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າໃຫ້ກັບທ່ານ ບໍ່ມີ  
ພຽງແຕ່ຝ້າຫຼຸນ, ຍັງມີຫຼາຍສິ່ງທີ່ຈະຮັບປະກັນ ການຝຶກຜະລິດກົງ ຂອງ ທ່ານ  
ຊຶ່ງລ້ວນແຕ່ມີມູນຄ່າ, ບໍ່ສາມາດແລກປ່ຽນໄດ້ດ້ວຍເງິນ.

ລູກສິດ: ມາຊ້າແລ້ວ ຈະໄດ້ຮັບຝ້າຫຼຸນ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ພຽງແຕ່ ທ່ານມາກ່ອນ ມື້ສຸດທ້າຍ ສາມມື້ ສາມາດ ຈະໄດ້ຮັບການປັບປຸງ,  
ເວລາດຽວກັນ ກໍ່ຈະໃສ່ຝ້າຫຼຸນ ແລະ ສິ່ງອື່ນໆໃຫ້. ຄົນທີ່ມາສາມມື້ສຸດທ້າຍ  
ກໍ່ຍາກຈະເວົ້າໄດ້, ແຕ່ກໍ່ຈະໄດ້ຮັບການດັດແປງ, ແຕ່ການໃສ່ສິ່ງຂອງໃຫ້ນັ້ນ  
ເປັນການຍາກຫຼາຍ, ບາງທີ ຫາກສະພາບເງື່ອນໄຂ ຂອງທ່ານດີກໍ່ຈະໃສ່ໃຫ້.

ລູກສິດ: ໃຊ້ຝ້າຫຼຸນ ມາແກ້ໄຂລັກສະນະຂອງຮ່າງກາຍ ທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ ໃຫ້ຖືກຕ້ອງນັ້ນ  
ເປັນວິທີການນຶ່ງແມ່ນບໍ່?

ອາຈານ: ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຝ້າຫຼຸນທັງໝົດໃນການປັບປຸງໃຫ້ຖືກຕ້ອງ, ອາຈານໃຊ້ຫຼາຍໆວິທີ  
ໃນການແກ້ໄຂໃຫ້ຖືກຕ້ອງ.

ລູກສິດ: ເບື້ອງຫຼັງ ກ່ອນປະວັດສາດ ຂອງ ການຕັ້ງຝ້າຫຼຸນກົງນັ້ນ ເປັນຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ບັນຫານີ້ໃຫຍ່ເກີນໄປແລ້ວ, ສູງເກີນໄປແລ້ວ, ອອກຈາກ  
ຂອບເຂດທີ່ພວກເຮົາຄວນຮູ້ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນນີ້, ບໍ່ສາມາດຈະເວົ້າໄດ້ໃນທີ່ນີ້.  
ແຕ່ມີຢູ່ສິ່ງນຶ່ງ ທຸກທ່ານຕ້ອງຮູ້ວ່າ ນີ້ບໍ່ແມ່ນຊື່ກົງ ຂອງ ສາສນາພຸດ ນີ້ເປັນ ຊື່  
ກົງສາຍພຸດ, ເຝົ້າບໍ່ແມ່ນສາສນາພຸດ. ແຕ່ພວກເຮົາ ມີຈຸດມຸ່ງ ໝາຍແບບ  
ດຽວກັບສາສນາພຸດ, ມີແຕ່ພຣະທັມມະຂັນ ຂອງການບໍາເພັນ ບໍ່ຄືກັນ, ຢ່າງ  
ຄົນລະເສັ້ນທາງ ແຕ່ຈຸດມຸ່ງໝາຍ ເປັນຢ່າງດຽວກັນ.

ລູກສິດ: ປະວັດສາດ ຂອງ ຝ້າຫຼຸນກົງ ຍາວນານປານໃດ?

ອາຈານ: ຫຼັກຜະລິດກົງ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າຝຶກຕົວເອງ ມີຄວາມແຕກຕ່າງເລັກໜ້ອຍ ຈາກ  
ຂອງຊຸດທີ່ເຜີຍແຜ່ອອກມາ ນັ້ນ. ຝ້າຫຼຸນ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າຝຶກນັ້ນ ມີ ອະນຸພາບ  
ຫຼາຍກວ່າທີ່ເຜີຍແຜ່ອອກມາ, ຜະລິດກົງກໍ່ເກີດໄວກວ່າ ຂອງຜະລິດກົງຊຸດນີ້.

ເຖິງວ່າຈະເປັນດັ່ງນີ້ ຫຼັກພະລັງກົງ ຊຸດທີ່ຂ້າພະເຈົ້າ ເຜີຍແຜ່ ອອກມາ ໃນ ປັດຈຸບັນ ພະລັງກົງກໍ່ເກີດ ແມ່ນໄວຫຼາຍແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ຂໍ້ກຳນົດດ້ານຊົນຊື່ງ ສຳລັບ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຈຶ່ງສູງຫຼາຍ ເຄັ່ງຄັດຫຼາຍ. ສິ່ງທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າເຜີຍແຜ່ ອອກມາ ໄດ້ຜ່ານການປັບປຸງແລ້ວ ຈຶ່ງເອົາອອກມາ, ຂໍ້ກຳນົດບໍ່ສູງແບບນັ້ນ ແຕ່ສູງກວ່າ ຫຼັກພະລັງກົງທົ່ວໄປ, ບໍ່ຄືກັນກັບ ຂອງຕົ້ນສະບັບເດີມ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງເວົ້າໄດ້ວ່າ ຂ້າພະເຈົ້າເປັນຜູ້ຕັ້ງຂຶ້ນມາ. ເວົ້າເຖິງວ່າ ປະວັດສາດ ຂອງ ຝ່າ ຫຼຸນກົງ ຍາວນານຊ່ຳໃດ, ເມື່ອຍັງ ບໍ່ໄດ້ເອົາອອກມາ ເຜີຍແຜ່ນັ້ນ ບໍ່ນັບ, ຂ້າພະເຈົ້າ ເລີ່ມເຜີຍແຜ່ພະລັງກົງ ເມື່ອ ເດືອນພຶດສະພາ ປີກາຍນີ້ (ຄສ 1992), ໃຫ້ທ່ານບອກວ່າ ເລີ່ມເມື່ອ ເດືອນພຶດສະພາ ປີກາຍນີ້.

ລູກສິດ: ພວກເຮົາໄດ້ຍິນວ່າອາຈານໃຫ້ຫຍັງກັບພວກເຮົາ?

ອາຈານ: ໃຫ້ຝ່າຫຼຸນກັບທຸກທ່ານ, ມີຝ່າຫຼຸນສຳລັບການບຳເພັນປະຕິບັດ, ນອກນັ້ນ ຍັງ ມີ ຝ່າຫຼຸນ ສຳລັບປັບປຸງຮ່າງກາຍ, ໃນເວລາດຽວກັນ ກໍ່ມີຝ່າເຊີນ (ທັມມະ ກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າເບິ່ງແຍງທ່ານຢູ່ ໂດຍບໍ່ມີຂໍ້ຍົກເວັ້ນ ພຽງແຕ່ທ່ານ ຝຶກ ຝ່າຫຼຸນກົງ. ທ່ານບໍ່ຝຶກພະລັງກົງ ຝ່າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ກໍ່ຈະບໍ່ ເບິ່ງແຍງ ທ່ານ; ມັນເປັນໄປຕາມທັມມະຊາດ ຈະໃຫ້ເພິ່ນໄປ ເພິ່ນກໍ່ບໍ່ໄປ. ທ່ານກຳລັງ ຄິດຫຍັງ, ຝ່າເຊີນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ກໍ່ຮູ້ໄດ້ ຢ່າງ ຊັດເຈນ, ແຈ່ມແຈ້ງ.

ລູກສິດ: ຝ່າຫຼຸນກົງ ສາມາດຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍ ຂອງ ຂ້ານ້ອຍບຳເພັນ ຈົນປະສົບ ຄວາມສຳເລັດໄດ້ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຕ້າຝ່າ (ບຸດທະທັມ) ບໍ່ມີຂອບເຂດ, ກໍ່ຄືບຳເພັນຈົນເຖິງລະດັບຊັ້ນພຣະຍູໄລ ກໍ່ຍັງບໍ່ເຖິງຈຸດສູງສຸດຂອງເຮົາ. ເປັນ ຝ່າ ທີ່ຖືກຕ້ອງຊອບທັມ, ທ່ານ ບຳເພັນ ໄປເຖິດ! ສິ່ງທີ່ໄດ້ ລ້ວນແຕ່ເປັນໝາກຜົນ ຖືກຕ້ອງ.

## 2. ຫຼັກພະລັງກົງກັບວິທີຝຶກພະລັງກົງ

ລູກສິດ: ບາງຄົນຝຶກ “ຕ້າໂຈວທ່ຽນ” (ວົງຈອນສະຫວັນໃຫຍ່), ຝຶກກັບໄປ ກໍຝັນວ່າ  
ບິນ ຢູ່ເທິງຝ້າ, ເບິ່ງເຫັນໄດ້ຈະແຈ້ງຫຼາຍ, ນີ້ເປັນເລື່ອງຫຍັງບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າບອກທຸກທ່ານ ສະພາບຊະນິດນີ້ ເກີດຂຶ້ນ ໃນຂະນະທີ່ ທ່ານນັ່ງ  
ສະມາທິ ຫຼື ຝັນຢູ່, ນີ້ບໍ່ແມ່ນຄວາມຝັນ, ຄື ຈິດຫຼັກ ໄດ້ອອກ ຈາກຮ່າງກາຍ  
ໄປແລ້ວ, ກໍລະນີນີ້ ແຕກຕ່າງຢ່າງແນ່ນອນກັບຄວາມຝັນ. ຄວາມຝັນຈະບໍ່  
ເຫັນຊັດເຈນແບບນັ້ນ ຫຼື ເປັນຮູບປະທັມແບບນັ້ນ. ຈິດຫຼັກ ອອກຈາກ  
ຮ່າງກາຍແລ້ວ, ສິ່ງທີ່ທ່ານໄດ້ເຫັນຢ່າງໃດ ຫຼື ວ່າບິນຂຶ້ນ ມາຢ່າງໃດ, ທ່ານ  
ສາມາດເຫັນໄດ້ ເປັນຈິງເປັນຈັງຫຼາຍ, ຈື່ໄດ້ຢ່າງແຈ່ມແຈ້ງ.

ລູກສິດ: ຫຼັງຈາກຝ້າຫຼຸນປ່ຽນແປງຮູບໄປ ຈະມີຜົນຮັບທີ່ບໍ່ດີນັ້ນ ແມ່ນຫຍັງ?

ອາຈານ: ເວົ້າໃຫ້ແຈ່ມແຈ້ງແມ່ນລາວອອກນອກແນວທາງ ຝ້າຫຼຸນຈະບໍ່ມີປະສິດທິຜົນ  
ແລະ ຍັງຈະເຮັດໃຫ້ ເກີດເລື່ອງລຳບາກຫຼາຍ ໃນການບຳເລີນ ປະຕິບັດ ຂອງ  
ທ່ານ, ກໍ່ຄືກັບວ່າ ທາງສາຍຫຼັກນີ້ທ່ານບໍ່ໄປ ແຕ່ໄປຫຼົງທາງ ຢູ່ໃນທາງສາຍ  
ຢ່ອຍ, ຫາທາງໄປບໍ່ຝັ່ງ ທ່ານຈະມີບັນຫາ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ຈະສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນ ໃນ  
ສະພາບການ ດຳເນີນຊີວິດປະຈຳວັນ ຂອງ ຄົນ ທັມມະດາສາມັນ.

ລູກສິດ: ເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຄົນນຶ່ງ, ສະພາບແວດລ້ອມໃນເຮືອນ ຈະຈັດແບບໃດ?  
ໃນເຮືອນ ຈະມີ ຝ້າຫຼຸນ ບໍ່?

ອາຈານ: ຜູ້ທີ່ນັ່ງຢູ່ນີ້ ມີຫຼາຍຄົນເບິ່ງເຫັນ ມີ ຝ້າຫຼຸນ ຢູ່ເຮືອນຂອງພວກເພິ່ນຢູ່ແລ້ວ,  
ຄົນໃນເຮືອນ ກໍ່ເລີ່ມໄດ້ຮັບປະໂຫຍດກັນແລ້ວ. ເຮົາເຄີຍເວົ້າວ່າ, ໃນເວລາ  
ດຽວກັນ ຈະມີມິຕິຕ່າງໆຫຼາຍ ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ດຽວກັນ, ເຮືອນຂອງທ່ານ ກໍ່  
ບໍ່ຍົກເວັ້ນ ຕ້ອງຈັດການໃຫ້. ວິທີຈັດການໂດຍທົ່ວໄປ ຄືຈັດການ ສິ່ງທີ່ ບໍ່ດີ

ຖິ້ມໄປ, ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຈິ່ງໃສກວບປົກບັງຄຸມໃຫ້, ສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ ບໍ່ສາມາດ ເຂົ້າມາໄດ້ອີກແລ້ວ.

ລູກສິດ: ໃນເວລາຝຶກພະລັງກົງຊີ້ (ລົມປານ), ທະລວງ ຈຸດສູນຮວມ ຂອງພະຍາດ ຮູ້ສຶກ ເຈັບປວດນີ້ ແມ່ນຫຍັງ?

ອາຈານ: ພະຍາດ ເປັນກຸ່ມພະລັງງານສີດຳ ຊະນິດນຶ່ງ, ຫຼັງຈາກທີ່ ຕິໃຫ້ມັນແຕກກະຈາຍ ໃນຕອນຕົ້ນ ຂອງການເຜີຍແຜ່ວິຊານັ້ນ ຈະຮູ້ສຶກວ່າ ສະຖານທີ່ ຈຸດສູນຮວມຂອງພະຍາດ ຈະມີອາການໃຂບວມ, ໃນເວລານັ້ນ ມັນບໍ່ມີຮາກແລ້ວ ແລະ ກຳລັງກະຈາຍ ອອກສູ່ພາຍນອກ, ຈະຖືກຊຸກອອກ ຢ່າງໄວວາ ພະຍາດກໍຈະບໍ່ຢູ່ອີກແລ້ວ.

ລູກສິດ: ພະຍາດທີ່ເຄີຍມີແຕ່ເກົ່ານັ້ນ ຫຼັງຈາກເຂົ້າຝຶກອົບຮົມບໍ່ຈັກມື້ ກໍກຳຈັດ ຖິ້ມໄປແລ້ວ, ແຕ່ຜ່ານໄປບໍ່ຈັກມື້ ມັນກໍກັບຄືນມາ, ມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນ?

ອາຈານ: ເພາະວ່າລະດັບຊັ້ນຂອງພະລັງກົງນີ້ກໍເກີດຢ່າງໄວຫຼາຍ, ລະດັບຊັ້ນນຶ່ງຜ່ານໄປ ໃນເວລາທີ່ສັ້ນຫຼາຍ, ທ່ານບໍ່ທັນຮູ້ສຶກໄດ້ວ່າຄວາມຈິງ ພະຍາດໄດ້ໝົດໄປແລ້ວ. ອາການທີ່ເກີດຂຶ້ນຕາມຫຼັງຄື “ຄວາມລຳບາກ” ທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ເຄີຍເວົ້າເຖິງນັ້ນ ໄດ້ມາແລ້ວ; ທ່ານລອງສຳຫຼວດຮ່າງກາຍ ໃຫ້ລະອຽດ, ມັນບໍ່ຄືກັບອາການຂອງພະຍາດ ເມື່ອກ່ອນນັ້ນ. ທ່ານໄປຫາ ອາຈານຊື່ກົງອື່ນເພື່ອແກ້ໄຂ, ລາວບໍ່ສາມາດເອົາອອກໄດ້ ເພາະເປັນ ການ ສະທ້ອນຂອງກັມ ໃນເວລາທີ່ ພະລັງກົງ ເພີ່ມຂຶ້ນ.

ລູກສິດ: ຝຶກພະລັງກົງແລ້ວ ຍັງຕ້ອງກິນຢາອີກບໍ່?

ອາຈານ: ບັນຫານີ້ໃຫ້ ອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ດ້ວຍຕົນເອງ, ຝຶກພະລັງກົງແລ້ວ ຍັງກິນຢາ ກໍຄືບໍ່ເຊື່ອວ່າ ການຝຶກພະລັງກົງ ສາມາດ ຈະປົນປົວພະຍາດໄດ້, ຖ້າເຊື່ອແລ້ວ ຈະກິນຢາອີກເຮັດຫຍັງ. ແຕ່ຖ້າ ທ່ານບໍ່ກຳນົດຕົນເອງ ຕາມມາດຕະຖານຊັ້ນຊຶ້ງ ເມື່ອເກີດບັນຫາ ທ່ານຈະເວົ້າວ່າ ຫຼື ຫົງຈີ້ ບໍ່ໃຫ້ກິນຢາ, ແຕ່ ຫຼື ຫົງ



ຈີ້ ຍັງບອກທ່ານວ່າ ຕ້ອງກຳນົດ ຊື່ນຊື່ງ ຂອງທ່ານຢ່າງເຄັ່ງຄັດ, ທ່ານ ເຮັດ  
ໄດ້ຫຼືບໍ່? ຄົນທີ່ບໍາເພັນປະຕິບັດຕໍາຜ້າຢ່າງແທ້ຈິງ, ສິ່ງທີ່ຕິດຕົວ ຢູ່ ບໍ່ແມ່ນສິ່ງ  
ຂອງ ຂອງ ຄົນທັມມະດາສາມັນ, ການເຈັບເປັນ ທີ່ຄົນທັມມະດາ ໄດ້ຮັບຈະ  
ບໍ່ຍອມໃຫ້ເກີດຂຶ້ນນຳຕົວທ່ານ. ຖ້າຈິດໃຈຂອງທ່ານວ່າໄດ້ທ່ຽງຕົງແທ້  
ເຊື່ອໝັ້ນໄດ້ວ່າ ຝົກຜະລັງກົງ ສາມາດຈະຝົກໃຫ້ເຊົາດີ, ຢຸດຢາເສ້ຍ, ບໍ່  
ສົນໃຈມັນ, ບໍ່ປິ່ນປົວມັນ ກໍ່ຈະມີ ຄົນປິ່ນປົວໃຫ້ທ່ານ. ທຸກທ່ານຢູ່ທີ່ນີ້ ດີ  
ຂຶ້ນເລື້ອຍໆ, ສະບາຍຮ່າງກາຍ ຂຶ້ນໄປເລື້ອຍໆ, ນີ້ມັນເປັນເລື່ອງຢ່າງໃດ?  
ຮ່າງກາຍຂອງຫຼາຍຄົນນັ້ນ ມີ ຝ້າເຊີ່ນ (ທັມມະກາຍ) ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ເຂົ້າ  
ອອກຢູ່ບໍ່ຢຸດ, ວຸ່ນຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ ກໍ່ຄືຊ່ວຍທ່ານ ໃນສິ່ງເຫຼົ່ານີ້. ຖ້າຈິດໃຈ  
ຕົນເອງບໍ່ໝັ້ນຄົງ ດ້ານນຶ່ງ ຝົກຜະລັງກົງ, ດ້ານນຶ່ງ ກໍ່ວາງຕົວບໍ່ເຊື່ອໝັ້ນ ຫຼື  
ເປັນລັກສະນະລອງເບິ່ງ, ແບບນັ້ນ ທ່ານຈະບໍ່ໄດ້ຫຍັງເລີຍ. ທ່ານເຊື່ອໃນ  
ພຣະພຸດ ຫຼື ບໍ່, ຂຶ້ນຢູ່ກັບ ອຸ້ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ຂອງທ່ານ, ແລະ ກຳນົດຈາກ  
ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ) ຂອງ ທ່ານ. ຖ້າພຣະພຸດປາກົດອອກມາ, ຖ້າຫາກວ່າ  
ໃນປັດຈຸບັນ ພວກເຮົາສາມາດເຫັນໄດ້ຊັດເຈນ ຈາກສອງຕາ ຂອງ ຄົນ  
ທັມມະດາສາມັນນີ້ ເພາະສະນັ້ນ ໃຜໆກໍ່ຈະໄປສຶກສາພຸດ, ກໍ່ບໍ່ມີບັນຫາ  
ເລື່ອງການປ່ຽນແປງຄວາມຄິດ, ທ່ານຕ້ອງເຊື່ອກ່ອນ ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຈຶ່ງຈະເບິ່ງ  
ເຫັນໄດ້.

ລູກສິດ: ບາງຄົນຄິດວ່າຈະເຊີນອາຈານ ແລະ ລູກສິດອາຈານໄປປິ່ນປົວ ພະຍາດໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ການອອກມາຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ເປົ້າໝາຍບໍ່ແມ່ນຈະປິ່ນປົວພະຍາດ. ບາງຄົນ  
ນັ້ນ ຄວນເຈັບປ່ວຍ. ມີຫຼາຍຄົນບໍ່ເຂົ້າໃຈສິ່ງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າ, ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະ  
ບໍ່ອະທິບາຍຕື່ມອີກ. ຫຼັກຜະລັງກົງ ຂອງ ສາຍພຸດນີ້ ແມ່ນການ ຊ່ວຍເຫຼືອ  
ສັບພະຊີວິດ, ການປິ່ນປົວພະຍາດ ໃຫ້ຄົນອື່ນນັ້ນເຮັດໄດ້. ພວກເຮົາ ປິ່ນປົວ  
ພະຍາດໃຫ້ຄົນອື່ນນັ້ນ ເປັນການເຮັດເປັນລະບົບປະຊາສັມພັນ. ເພາະວ່າ

ຂ້າພະເຈົ້າຫາກໍອອກມາ, ຊື່ສຽງຍັງໜ້ອຍ ຄົນຍັງບໍ່ຮູ້ຈັກ, ໃນເວລາເຜີຍແຜ່ ພະລັງກົງ ອາດຈະບໍ່ມີຄົນມາຝັງ ຈຶ່ງໃຫ້ທຸກທ່ານໄດ້ເຫັນ ໂດຍຜ່ານການໃຫ້ ຄຳປຶກສາຫາລື ຊຶ່ງໄດ້ຜັນຕີຫຼາຍ; ເປັນການປະຊາສັມພັນ ບໍ່ແມ່ນຈຸດປະສົງ ຈະປິ່ນປົວພະຍາດ ໂດຍສະເພາະ. ຈະໃຊ້ພະລັງກົງຊັ້ນສູງ ມາປິ່ນປົວພະຍາດ ເປັນອາຊີບນັ້ນ ເປັນເລື່ອງທີ່ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ເຮັດ ຫຼື ຈະໃຊ້ກົດເກນທີ່ເກີນ ກວ່າຂອງໂລກນີ້ມາແທນທີ່ກົດເກນ ຂອງໂລກນີ້ບໍ່ໄດ້, ບໍ່ແມ່ນສະພາບການ ແບບນີ້, ບາງເທື່ອ ຜົນການປິ່ນປົວພະຍາດບໍ່ດີ. ດັ່ງນັ້ນ ເພື່ອເປັນການ ຮັບຜິດຊອບ ຕໍ່ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຈຶ່ງຕ້ອງດັດແປງຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ ໃຫ້ ປາສະຈາກພະຍາດ ຈຶ່ງຈະສາມາດບຳເພັນ ໄປສູ່ລະດັບສູງໄດ້. ຫາກທ່ານເອົາ ແຕ່ຄິດເຖິງການເຈັບປ່ວຍຂອງທ່ານ, ບໍ່ໄດ້ຄິດ ຈະຝຶກພະລັງກົງ, ເຖິງວ່າບໍ່ ໄດ້ເວົ້າອອກມາ ແຕ່ຄວາມນິກົດຂອງທ່ານນັ້ນ ຝ້າເຊັ່ນ (ຫັມມະກາຍ) ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້ ຢ່າງແຈ່ມແຈ້ງ, ສຸດທ້າຍ ທ່ານຈະບໍ່ໄດ້ ຫຍັງເລີຍ. ໃນຫ້ອງຮຽນ ຂອງ ການຝຶກອົບຮົມ ເຮົາໄດ້ດັດແປງຮ່າງກາຍ ຂອງທຸກທ່ານໃຫ້ແລ້ວ, ແນ່ນອນ ກ່ອນອື່ນ ທ່ານ ຕ້ອງເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ. ຫາກລະຫວ່າງເຄິ່ງທາງ ຂອງ ການຝຶກອົບຮົມ ຂ້າພະເຈົ້າປິ່ນປົວພະຍາດ ໃຫ້ ທຸກທ່ານ ແລະ ຍັງເກັບເງິນອີກ, ເລື່ອງແບບນີ້ ເຮົາບໍ່ເຮັດ. ຖ້າວ່າພະຍາດ ຂອງທ່ານບໍ່ດີ ນັ້ນຍັງເປັນບັນຫາອຸ່ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ); ແມ່ນແລ້ວ ບໍ່ໄດ້ຕັດ ກໍລະນີ ຂອງບາງຄົນ ທີ່ມີ ຄວາມເຈັບ ປ່ວຍໜັກຖີ້ມໄປ, ເປັນໄປໄດ້ວ່າ ເທິງ ຮ່າງກາຍທ່ານ ຈະສະທ້ອນອອກມາ ບໍ່ຊັດເຈນ, ແຕ່ຄວາມຈິງນັ້ນ ເປັນໜັກ ຫຼາຍ. ພຽງເທື່ອດຽວ ອາດຈະ ດັດແປງບໍ່ແລ້ວ ແຕ່ເຮົາ ໄດ້ພະຍາຍາມ ຢ່າງ ເຕັມທີ່ແລ້ວ, ບໍ່ແມ່ນວ່າ ບໍ່ຮັບຜິດຊອບຕໍ່ທ່ານ, ທີ່ແທ້ເພາະພະຍາດນັ້ນໜັກ ຫຼາຍແລ້ວ, ທ່ານກັບເມື່ອໄປຝຶກພະລັງກົງ ກໍຍັງປິ່ນປົວໃຫ້ທ່ານເລື້ອຍໄປ, ຈົນກວ່າ ພະຍາດຂອງທ່ານຈະຫາຍດີ, ສະພາບການແບບນີ້ມີໜ້ອຍຫຼາຍ.

ລູກສິດ: ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ ຈະເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບລົງໄດ້ຢ່າງໃດ? ໃນຂະນະ ຝຶກ  
ຜະລັງກົງ ຄິດເຖິງບັນຫາຍາກໆໃນທີ່ເຮັດວຽກ ນັບວ່າຍຶດຕິດ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຈິງເບິ່ງ ເລື່ອງຜົນປະໂຫຍດ ໃຫ້ຈິດຈາງ, ໃນເວລາປົກກະຕິ ຮັກສາຈິດໃຈ ທີ່  
ສະຫງົບແຈ່ມໃສ ເອົາໄວ້. ຫາກທ່ານ ມີການກະກຽມ ໃນເວລາ ຄວາມ  
ຫຍຸ້ງຍາກມາ ວ່າເປັນແບບໃດນັ້ນ ກໍ່ຈະບໍ່ເປັນຄວາມຫຍຸ້ງຍາກແລ້ວ. ສ່ວນ  
ໃຫຍ່ເລື່ອງ ຈະເກີດຂຶ້ນ ແບບກະທັນຫັນ ທ່ານມີໃຈແນ່ນອນ ກໍ່ຈະຜ່ານໄປ  
ໄດ້, ນີ້ຈິ່ງຈະສາມາດ ເບິ່ງອອກວ່າ ຊິນຊຶ່ງ ຂອງ ທ່ານສູງຊ້າງໃດ. ຈິດຍຶດຕິດ  
ຂອງ ທ່ານຖິ້ມໄປໄດ້ແລ້ວ, ຊິນຊຶ່ງຍົກລະດັບຂຶ້ນແລ້ວ, ເລື່ອງການຕໍ່ສູ້ກັບ  
ຄົນ ແລະ ຄວາມກຽດຊັງ ເປັນຕົ້ນ ຕ້ອງປ່ອຍວາງໄດ້, ຄວາມຄິດບໍ່ສັບສົນ,  
ໃນເວລານີ້ ຈິ່ງເວົ້າເລື່ອງ ຕັ້ງລີ້ (ຜະລັງຄວາມສະຫງົບນັ້ງ). ຖ້າຍັງສະຫງົບລົງ  
ບໍ່ໄດ້ ທ່ານເບິ່ງຕົວເອງເປັນບຸກຄົນທີສອງ, ຖືວ່າຄວາມຄິດນີ້ ບໍ່ແມ່ນຂອງ  
ທ່ານ, ປ່ອຍໃຫ້ມັນຄິດໄປ ຄື ຂວ້າແມ່ນ້ຳ ແລະ ປື້ນທະເລ, ເຕັ້ນອອກມາ  
ປ່ອຍໃຫ້ມັນຄິດໄປໂລດ. ຍັງມີບາງຄົນ ເວົ້າວ່າ ທ່ອງຊື້ ພຣະພຸດ ຫຼື ນັບເລກ  
ນີ້ແມ່ນວິທີການຕ່າງໆ ຂອງ ການຝຶກຜະລັງກົງ. ການຝຶກຜະລັງກົງຂອງເຮົາ  
ບໍ່ໃຫ້ກຳນົດຄວາມຄິດ ຢູ່ທີ່ສິ່ງໃດສິ່ງນຶ່ງ (ອີໂສວ), ແຕ່ທ່ານ ຕ້ອງຮູ້ວ່າ ຕົວ  
ເອງກຳລັງຝຶກ ຜະລັງກົງ ຢູ່. ເລື່ອງບັນຫາຍາກໆ ໃນທີ່ເຮັດການ ບໍ່ກ່ຽວກັບ  
ຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ, ບໍ່ແມ່ນຈິດຍຶດຕິດ, ມັນເປັນເລື່ອງທີ່ດີ. ຂ້າພະເຈົ້າ  
ຮູ້ຈັກຄູບາອົງນຶ່ງ ເຝິກເຂົ້າ ໃຈເລື່ອງບຳເພັນປະຕິບັດນີ້, ເຝິກເປັນເຈົ້າອາວາດ  
ໃນວັດນຶ່ງ ຊຶ່ງມີເລື່ອງ ຫຼວງຫຼາຍ, ແຕ່ໃນເວລາທີ່ເຝິກນັ້ງສະມາທິ ກໍ່ຕັດຂາດ  
ຈາກພວກມັນ ແລະ ບໍ່ຄິດເຫັນອີກຕໍ່ໄປ, ນີ້ກໍ່ເປັນຜະລັງກົງ. ທີ່ຈິງເວລາທີ່  
ຝຶກຜະລັງກົງ ຕົວຈິງ ນັ້ນ ໃນສະໝອງ ບໍ່ຄິດຫຍັງ, ບໍ່ມີເລື່ອງເຫັນແກ່ຕົວ ທີ່  
ວຸ້ນວາຍ; ເລື່ອງ ວຽກການ ບໍ່ປະປົນກັບເລື່ອງສ່ວນຕົວ ທ່ານຍັງຄົງສາມາດ  
ເຮັດໄດ້ດີ.

ລູກສິດ: ຂະນະທີ່ຝຶກຜະລັງກົງມີສິ່ງທີ່ບໍ່ດີໃນຄວາມຄິດຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຂະນະທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ບາງເທື່ອອາດຈະເກີດສິ່ງບໍ່ດີຫຼາຍຢ່າງ, ທຸກທ່ານ ຫາກໍ  
ເລີ່ມ ຝຶກຜະລັງກົງ ບໍ່ສາມາດ ບັນລຸເຖິງເຂດແດນ ທີ່ສູງຫຼາຍໄດ້ ໃນ ທັນທີ,  
ຂະນະນີ້ ກໍ່ບໍ່ໄດ້ຮຽກຮ້ອງທ່ານສູງຫຼາຍ, ໃນຄວາມຄິດຂອງທ່ານ ບອກໃຫ້  
ທ່ານບໍ່ຄິດເລື່ອງບໍ່ດີແມ່ນແຕ່ເລັກໜ້ອຍ ກໍ່ເປັນຄວາມຈິງໄປບໍ່ໄດ້; ຄ່ອຍໆ  
ເປັນຄ່ອຍໆໄປ ເມື່ອເລີ່ມຕົ້ນໃຫ້ເປັນຢ່າງນີ້ໄດ້, ແຕ່ທ່ານຢ່າປ່ອຍປະ ລະເລີຍ  
ຕົວເອງ, ເມື່ອເວລາດົນຂຶ້ນ ຄວາມຄິດຂອງທ່ານເລື່ອນສູງຂຶ້ນແລ້ວ, ຕ້ອງມີ  
ຂໍ້ກຳນົດທີ່ສູງຕໍ່ຕົນເອງ ເພາະທ່ານໄດ້ບຳເລັນປະຕິບັດຕາຝ້າແລ້ວ. ຫຼັງຈາກ  
ອອກຫ້ອງຮຽນການຝຶກອົບຮົມນີ້ໄປ ທ່ານກໍ່ບໍ່ແມ່ນ ຄົນທັມມະດາ ສາມັນ  
ແລ້ວ, ສິ່ງທີ່ຕິດຕົວຢູ່ນັ້ນພິເສດຫຼາຍແລ້ວ ດັ່ງນັ້ນ ຊິນຊິງຂອງທ່ານ ຕ້ອງເຄັ່ງ  
ຄັດ.

ລູກສິດ: ຂະນະທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ຮູ້ສຶກວ່າຫົວກັບທ້ອງນ້ອຍກຳລັງໝຸນ, ຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ  
ທີ່ໜ້າເອິກ?

ອາຈານ: ນີ້ແມ່ນໄລຍະເລີ່ມຕົ້ນ ທີ່ຝ້າຫຸນໝຸນຢູ່, ຕໍ່ໄປບໍ່ແນ່ວ່າຈະມີອາການຢ່າງນີ້.

ລູກສິດ: ຂະນະຝຶກຜະລັງກົງຢູ່ ສັດນ້ອຍຈະເຂົ້າມາຫາ ຈະເຮັດຢ່າງໃດດີ?

ອາຈານ: ບໍ່ວ່າຈະຝຶກຜະລັງກົງອັນໃດ ສັດນ້ອຍກໍ່ຈະເຂົ້າມາຫາໄດ້, ບໍ່ຕ້ອງສົນໃຈມັນ  
ກໍ່ໝົດເລື່ອງແລ້ວ. ເພາະວ່າ ໃນສະໜາມຜະລັງງານທີ່ດີ ໂດຍສະເພາະ ຄື ຫຼັກ  
ຜະລັງກົງສາຍພຸດ, ໃນຜະລັງກົງ ມີອົງປະກອບ ຂອງການຊ່ວຍເຫຼືອ ສັບພະ  
ຊີວິດຢູ່. ຝ້າຫຸນຂອງເຮົາ ເມື່ອໝຸນຕາມເຂັມໂມງ ຈະຊ່ວຍເຫຼືອ ຕົນເອງ,  
ເມື່ອໝຸນ ກົງກັນຂ້າມເຂັມໂມງ ຈະຊ່ວຍເຫຼືອ ສັບພະຊີວິດ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ຈະ  
ໝຸນກັບມາ, ເພາະສະນັ້ນ ສິ່ງທັງໝົດທີ່ອ້ອມຂ້າງເຮົາ ຈະໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດ.

ລູກສິດ: ໃນທ່າຝຶກເຊື່ອມຕໍ່ສອງຂົ້ວຈັກກະວານ ແມ່ນບໍ່ວ່າເຄື່ອນມີຂຶ້ນແລະລົງ ນັບ ເປັນນຶ່ງຮອບ? ເວລາຝຶກ ທ່າຝຣະພຸດສະແດງພັນມື ກ່ອນທີ່ຈະຢຽດແຂນ ແມ່ນບໍ່ວ່າ ຕ້ອງຄິດວ່າ ຕົວເອງສູງໃຫຍ່ຫຼາຍ?

ອາຈານ: ມີແຕ່ລະຂ້າງຂຶ້ນລົງນຶ່ງເທື່ອນັບເປັນນຶ່ງຮອບ. ເວລາເຮັດສະແດງ ພຣະພຸດ ພັນມື ທ່ານບໍ່ຕ້ອງຄິດເຖິງຕົວເອງ, ກໍ່ຈະຮູ້ສຶກເຖິງຄວາມສູງໃຫຍ່. ທ່ານ ພຽງແຕ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກນຶກຄິດຢ່າງນີ້ວ່າ ຕົວຂ້ອຍພຽງຜູ້ດຽວ ສູງໃຫຍ່ ຊຳຜ້າ ດິນ ຢືນຢູ່ບ່ອນນັ້ນ ກໍ່ພໍແລ້ວ, ຢ່າເອົາແຕ່ຄິດສະແຫວງຫາ ນັ້ນຄື ສິ່ງຍຶດຕິດ.

ລູກສິດ: ການນັ່ງສະມາທິຝຶກພະລັງກົງ, ຂັດຂາຂຶ້ນມາບໍ່ໄດ້ ຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຂັດຂາຂຶ້ນມາບໍ່ໄດ້ ສາມາດນັ່ງຝຶກເທິງແຄມຕັ້ງ ກໍ່ສາມາດ ຈະໄດ້ ຜົນຢ່າງ ດຽວກັນ. ແຕ່ທ່ານເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຄົນນຶ່ງ ຈຶ່ງຕ້ອງ ຝຶກສອງຂາ ຂອງ ທ່ານ, ຕ້ອງຂັດຂຶ້ນມາໃຫ້ໄດ້. ນັ່ງຢູ່ແຄມຕັ້ງຄ່ອຍໆຝຶກຂາຂອງທ່ານ ສຸດ ທ້າຍ ຈະຕ້ອງສາມາດຂັດສອງຂາ.

ລູກສິດ: ຫາກຄົນໃນຄອບຄົວເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ ບໍ່ສອດຄ່ອງກັບ “ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ” ຈະ ເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຄົນໃນຄອບຄົວບໍ່ໄດ້ຝຶກຜ້າຫຼຸນກົງ, ບັນຫານີ້ ບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງ, ທີ່ສຳຄັນຄື ບຳ ເພັນປະຕິບັດຕົນເອງ. ຕົວທ່ານເອງໄປບຳເພັນ ຢ່າຄິດຊັບຊ້ອນຫຼາຍ, ຍັງຄົງ ຕ້ອງຜ່ອນຕາມເລັກໜ້ອຍ, ຝຶກຝົນພະຍາຍາມທີ່ຕົນເອງໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນ.

ລູກສິດ: ໃນຊີວິດປະຈຳວັນບາງເທື່ອເຮັດເລື່ອງຜິດໄປ ຮູ້ສຶກເສັ້ນໃຈຕາມຫຼັງ, ແຕ່ກໍ່ຍັງ ເຮັດຊ້ຳອີກ ແມ່ນ ຫຼື ບໍ່ ວ່າຊິນຊຶ້ງຕ່ຳຫຼາຍເກີນໄປ?

ອາຈານ: ທ່ານສາມາດຂຽນອອກມາໄດ້, ຍັງຢືນວ່າ ຊິນຊຶ້ງ ຂອງທ່ານ ຍົກລະດັບຂຶ້ນ ແລ້ວ ຈຶ່ງສາມາດເຂົ້າໃຈເຖິງຈຸດນີ້. ຄົນທັມມະດາສາມັນ ເຮັດເລື່ອງທີ່ຜິດ ກໍ່ ເຂົ້າໃຈບໍ່ໄດ້ເລີຍ, ເວົ້າໄດ້ແຈ້ງວ່າ ທ່ານຢູ່ເໜືອ ເກີນກວ່າ ຄົນທັມມະດາ ສາມັນແລ້ວ. ເຮັດຜິດເທື່ອທີນຶ່ງ ຄວບຄຸມຈິດໃຈໄວ້ບໍ່ໄດ້, ທ່ານຈະຕ້ອງ

ປັບປຸງໃຫ້ດີຂຶ້ນ ໃນເວລາຕໍ່ໄປ. ເທື່ອຕໍ່ໄປ ເມື່ອພົບກັບບັນຫາອີກ ໃຫ້ຍົກ  
ລະດັບຂຶ້ນອີກ.

ລູກສິດ: ຄົນອາຍຸ ສີ່ ຫາ ຫ້າສິບ ປີ ສາມາດຈະບັນລຸເຖິງ “ດອກໄມ້ ສາມດອກຮວມຢູ່  
ເທິງຫົວ” ໄດ້ຫຼືບໍ່?

ອາຈານ: ເນື່ອງຈາກຂອງເຮົາ ເປັນຫຼັກຜະລັງກົງ ບຳເພັນຈິດ ແລະ ຊີວິດຄູ່ກັນ, ບໍ່  
ສິນໃຈວ່າ ອາຍຸ ຫຼາຍ ຫຼື ນ້ອຍ ພຽງແຕ່ທ່ານຕັ້ງໃຈໄປບຳເພັນ ສາມາດ  
ກຳນົດຕົນເອງ ໃຫ້ເຮັດຕາມຂໍ້ກຳນົດ ດ້ານຊື່ນຊົງ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າ ໄດ້ເວົ້າມາ  
ຈະເກີດປາກົດການ ຝຶກຜະລັງກົງເລື້ອຍໄປ, ຍຶດຍາວຊີວິດ ເລື້ອຍໄປ, ເວລາ  
ຂອງການຝຶກຜະລັງກົງຂອງທ່ານ ກໍ່ຈະພຽງພໍແມ່ນບໍ່? ແຕ່ມີຢູ່ຈຸດນຶ່ງ ໂດຍ  
ສະເພາະຄື ຫຼັກຜະລັງກົງ ບຳເພັນຈິດ ແລະ ຊີວິດຄູ່ກັນ, ເມື່ອຊີວິດ ຂອງ  
ທ່ານຍຶດຍາວອອກໄປ, ຫາກ ຊື່ນຊົງ ເກີດບັນຫາຂຶ້ນ ກໍ່ຈະເກີດ ອັນຕະລາຍ  
ເຖິງຊີວິດໃນທັນທີ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ຍ້ອນການຝຶກຜະລັງກົງ ຈຶ່ງໄດ້ຍຶດຊີວິດ  
ໃຫ້ທ່ານ, ເພາະສະນັ້ນ ເມື່ອ ຊື່ນຊົງ ຜິດພ້ຽນໄປ ໃນທັນໃດກໍ່ຈະເກີດ  
ອັນຕະລາຍເຖິງຊີວິດ.

ລູກສິດ: ຈະຄວບຄຸມບັນຫາ “ຄວາມອ່ອນໄຫວ ແລະ ຄວາມເຂັ້ມແຂງ” ລະດັບໃດ?

ອາຈານ: ເລື່ອງນີ້ທ່ານຕ້ອງທົດລອງເອງ, ຕົວຢ່າງ ເວລາທີ່ພວກເຮົາຝ່ອນມີຊຸດໃຫຍ່,  
ເບິ່ງມີອ່ອນຊ້ອຍຫຼາຍ, ແຕ່ເມື່ອເຮັດຂຶ້ນມານັ້ນ ຄວາມຈິງມີການໃຊ້ກຳລັງ  
ລະຫວ່າງແຂນທ່ອນລຸ່ມກັບຂໍ້ມື ກັບນິ້ວມືນັ້ນ ມີ ກຳລັງຫຼາຍ. ແຕ່ເບິ່ງຄືວ່າ  
ອ່ອນຊ້ອຍຫຼາຍ, ໃນຄວາມເປັນຈິງນັ້ນ ມີກຳລັງຫຼາຍ ນີ້ກໍ່ຄື “ໃນຄວາມ  
ອ່ອນໄຫວ ມີຄວາມແຂງແກ່ນ”. ຂະນະທີ່ຂ້າພະເຈົ້າຝ່ອນມື ໃຫ້ກັບທຸກທ່ານ  
ນັ້ນໄດ້ໃຫ້ສິ່ງນີ້ກັບທ່ານແລ້ວ, ຈະຮູ້ສຶກສາຜັດ ເທື່ອລະເລັກເທື່ອລະໜ້ອຍ  
ເວລາຝຶກຜະລັງກົງ.

ລູກສິດ: ເລື່ອງລະຫວ່າງ ຜູ້ຊາຍ ຜູ້ຍິງ ແມ່ນບໍ່ວ່າ ຈະມີ ຫຼື ບໍ່ມີກໍ່ໄດ້, ຄົນໝູ່ມສາວ  
ຕ້ອງ ຢ່າຮ້າງ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ບັນຫາເລື່ອງກິເລດຕັນຫາ ກ່ອນໜ້ານັ້ນໄດ້ເວົ້າໄປແລ້ວ ໃນລະດັບຊັ້ນ ຂອງ  
ທ່ານໃນປັດຈຸບັນ, ບໍ່ໄດ້ບອກໃຫ້ທ່ານເປັນພຣະສິງ ຫຼື ແມ່ຂາວ, ມັນແມ່ນ  
ທ່ານຜູ້ທີ່ ຕ້ອງການເປັນແມ່ຂາວ, ພຣະສິງ. ຈຸດສຳຄັນຄື ໃຫ້ທ່ານປ່ອຍວາງ  
ຈິດໃຈດວງນີ້! ວາງຈິດໃຈ ທີ່ທ່ານວາງບໍ່ລົງເສັຍທັງໝົດ. ໃນຖານະທີ່ເປັນ  
ຄົນທັມມະດາສາມັນນີ້ ມັນເປັນຕົ້ນຫາຊະນິດນຶ່ງ ໃນໝູ່ພວກເຮົາ ຊຶ່ງຕ້ອງ  
ປ່ອຍວາງລົງເສັຍ, ເບິ່ງໃຫ້ຈິດຈາງ, ບາງຄົນນັ້ນ ສະແຫວງຫາ ແຕ່ສິ່ງນີ້ ສະ  
ໜອງຄິດຫາແຕ່ເລື່ອງນີ້. ເວົ້າເຖິງ ຄົນທັມມະດາສາມັນ ກໍ່ເປັນເລື່ອງ  
ປົກກະຕິ ແຕ່ວ່າ ໃນຖານະຜູ້ຝຶກພະລັງກົງນັ້ນ ກໍ່ແຮງບໍ່ສົມຄວນ ເພາະທ່ານ  
ຝຶກພະລັງກົງ, ຄົນໃນຄອບຄົວ ບໍ່ໄດ້ຝຶກພະລັງກົງ, ໃຫ້ໃຊ້ຊີວິດ ຕາມ  
ປົກກະຕິ ໃນໄລຍະເວລານີ້, ຍິນຍອມໃຫ້ເຮັດໄດ້, ຫຼັງຈາກໄປເຖິງ ລະດັບ  
ສູງແລ້ວ ທ່ານເອງ ກໍ່ຈະຮູ້ວ່າ ຄວນເຮັດຢ່າງໃດ.

ລູກສິດ: ຂະນະ ນັ່ງສະມາທິ ຫຼັບໄດ້ຫຼືບໍ່? ຈະຈັດການຢ່າງໃດ? ບາງເວລາ ປາກົດ  
ອາການ ບໍ່ໄດ້ສະຕິ ສາມນາທິ, ບໍ່ຮູ້ວ່າ ເປັນເລື່ອງຫຍັງ?

ອາຈານ: ຫຼັບບໍ່ໄດ້, ຝຶກພະລັງກົງຈະຫຼັບໄດ້ບໍ່? ນັ່ງສະມາທິແລ້ວ ຫຼັບກໍ່ເປັນມານ  
ຊະນິດນຶ່ງ. ທ່ານບອກວ່າບາງຄັ້ງ ປາກົດອາການບໍ່ໄດ້ສະຕິແບບນີ້ ບໍ່ອາດຈະ  
ເກີດຂຶ້ນ, ແມ່ນບໍ່ວ່າບໍ່ໄດ້ຂຽນໃຫ້ແຈ່ມແຈ້ງ? ສາມະນາທິ ບໍ່ມີສະຕິ ບໍ່ເປັນ  
ຫຍັງ, ຄົນທີ່ມີ ຕັ້ງລີ້ (ພະລັງຄວາມສະຫງົບ) ສູງ ມັກຈະເກີດສະຖານະການ  
ບໍ່ຮູ້ຕົວໄດ້ ແຕ່ເປັນຢ່າງນີ້ດົນໄປກໍ່ບໍ່ໄດ້.

ລູກສິດ: ແມ່ນບໍ່ວ່າຄົນທີ່ມີຈິດຕັ້ງໝັ້ນຈະບໍາເພັນໃຫ້ປະສົບຜົນສຳເລັດ ລ້ວນສາມາດ  
ໄດ້ໝາກຜົນ? ຖ້າວ່າ ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ) ມີໜ້ອຍ ຈະເຮັດ ຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ມັນຂຶ້ນຢູ່ກັບວ່າ ທ່ານມີໃຈຢ່າງນີ້ແນ່ນອນ ຫຼື ບໍ່, ທີ່ສຳຄັນຄື ຄວາມຕັ້ງໃຈ  
ທີ່ແນ່ນອນນີ້ຫຼາຍປານໃດ. ບຸກຄົນທີ່ ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ) ມີນ້ອຍ ຍັງຕ້ອງ  
ເບິ່ງຄວາມຕັ້ງໃຈ ທີ່ແນ່ນອນ ແລະ ອຸ່ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ຂອງທ່ານ.

ລູກສິດ: ເປັນຫວັດ ແລະ ເປັນໄຂ້ ຈະຝຶກຜະລັງກົງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າວ່າ ຫຼັງຈາກທ່ານອອກຈາກຫ້ອງຮຽນການຝຶກ ແລະ ອົບຮົມໄປ  
ກໍ່ບໍ່ມີພະຍາດແລ້ວ, ທ່ານອາດຈະບໍ່ເຊື່ອ, ລູກສິດ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າບາງເທື່ອ  
ຄືເປັນຫວັດ, ເປັນໄຂ້ ເປັນຢ່າງໃດກັນ, ນັ້ນຄື ການຂ້າມດ່ານ, ຂ້າມຄວາມ  
ລຳບາກ, ເປັນການສະທ້ອນອອກມາ ຂອງ ການສົມຄວນຍົກລະດັບຊັ້ນ.  
ພວກເຝີນເອງ ຕ່າງເຂົ້າໃຈກັນດີບໍ່ສົນໃຈມັນ, ຕົວເອງກໍ່ສາມາດຜ່ານໄປໄດ້.

ລູກສິດ: ສະຕຣີທີ່ກຳລັງຖືພາ ສາມາດຈະຝຶກຜ້າຫຼຸນກົງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ບໍ່ເປັນຫຍັງເພາະຜ້າຫຼຸນນັ້ນໃສ່ໄວ້ໃນອີກມືຕີນຶ່ງ, ຫຼັກຜະລັງກົງ ຂອງເຮົາບໍ່ມີ  
ການເຄື່ອນໄຫວທີ່ຮຸນແຮງ, ບໍ່ມີຜົນສະທ້ອນທີ່ບໍ່ດີໃຫ້ ສະຕຣີ ທີ່ຖືພາ, ຍັງ  
ຈະມີປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍຂອງລາວອີກດ້ວຍ.

ລູກສິດ: ເມື່ອອາຈານຈາກເຮົາໄປ ຈະມີໄລຍະຫ່າງຂອງມືຕີບໍ່?

ອາຈານ: ຫຼາຍຄົນລ້ວນມີຄວາມຄິດຢ່າງນີ້ວ່າ: ທ່ານອາຈານບໍ່ຢູ່ປັກກິ່ງແລ້ວ ພວກເຮົາ  
ຈະເຮັດຢ່າງໃດ? ທ່ານຝຶກຜະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນກໍ່ຄືກັນ ອາຈານບໍ່ສາມາດ  
ເບິ່ງແຍງໄດ້ທຸກໆມື້. ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ສອນຫຼັກທັມໃຫ້ທຸກທ່ານແລ້ວ ໄດ້ສອນ  
ຫຼັກການນັ້ນໃຫ້ທຸກທ່ານແລ້ວ, ໄດ້ສອນຜະລັງກົງຊຸດນີ້ ໃຫ້ທຸກທ່ານແລ້ວ,  
ເປັນຊຸດນຶ່ງ ທີ່ສົມບູນແບບ ສິ່ງທີ່ ສົມບູນແບບ ທັງໝົດ ກໍ່ລ້ວນແຕ່ໄດ້ໃຫ້  
ທ່ານແລ້ວ, ກໍ່ເບິ່ງວ່າຕົວທ່ານເອງ ຈະບຳເພັນຢ່າງໃດ. ທ່ານບໍ່ສາມາດເວົ້າວ່າ  
ເມື່ອຢູ່ຂ້າງກາຍຂ້າພະເຈົ້າແລ້ວຈະມີຫຼັກປະກັນ, ເມື່ອບໍ່ຢູ່ຂ້າງກາຍຂ້າພະເຈົ້າ  
ກໍ່ບໍ່ມີຫຼັກປະກັນ. ເຮົາຈະຍົກຕົວຢ່າງນຶ່ງ ເວົ້າວ່າລູກສິດໃນສາສນາພຸດນັ້ນ,  
ອົງສາກິຍະມຸນີ ບໍ່ຢູ່ໃນໂລກສອງຝັນກວ່າປີແລ້ວ ພວກເຝີນບໍ່ແມ່ນ ຜູ້ສືບ



ທອດຕໍ່ມາ, ຝຶກບຳເພັນດ້ວຍໃຈດຽວ ບໍ່ມີສອງ? ດັ່ງນັ້ນ ຈະຝຶກຫຼືບໍ່ເປັນ  
ບັນຫາຂອງຕົນເອງ.

ລູກສິດ: ຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ສາມາດ ປຶ້ກູ (ຈຳສິນອິດອາຫານ) ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ບໍ່ໄດ້, ເພາະ ປຶ້ກູ (ຈຳສິນອິດອາຫານ) ວິທີການບຳເພັນຊະນິດນີ້ ເປັນວິທີ  
ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຂອງ ຕົວໃຫຍ່, ກ່ອນທີ່ຈະມີພຸດກັບຕົວ ມັນມີ ຢູ່  
ກ່ອນສາສນາ, ວິທີການບຳເພັນແບບນີ້ ຈັດເປັນການບຳເພັນ ທີ່ໂດດດ່ຽວ  
ແລະຝຶກຄົນດຽວ. ເນື່ອງຈາກເວລານັ້ນ ບໍ່ມີລະບົບສຳນັກສົງ ໄດ້ແຕ່ຢູ່ເຄິ່ງ  
ທາງ ຂຶ້ນຈອມພູເຂົາ, ບໍ່ມີຄົນຖະຫວາຍອາຫານໃຫ້, ເວລາບຳເພັນ ຈຳເປັນ  
ຕ້ອງປິດທາງເຂົ້າອອກ, ຈຳເປັນຕ້ອງ ຢຸດການເຄື່ອນໄຫວເຄິ່ງປີ ຫຼື ນຶ່ງປີ,  
ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງເລືອກວິທີການແບບນີ້. ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຂອງ ເຮົາ ໃນມື້ນີ້  
ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເຮັດຢ່າງນີ້, ເພາະນັ້ນ ເປັນການເລືອກໃຊ້ວິທີການ ສະເພາະ  
ຢ່າງນຶ່ງ ບໍ່ແມ່ນ ກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ). ບາງຄົນ ສອນສິ່ງນີ້  
ຂ້າພະເຈົ້າວ່າຫາກຄົນໝົດໂລກບໍ່ກິນອາຫານ ນີ້ເປັນການ ທຳລາຍສະພາບ  
ສັງຄົມຄົນທັມມະດາສາມັນ ນັ້ນຈະກາຍເປັນບັນຫາ, ແຕ່ລະຄົນ ບໍ່ກິນ  
ອາຫານ ນີ້ເປັນສັງຄົມມະນຸດບໍ່? ນັ້ນບໍ່ແມ່ນ, ບໍ່ແມ່ນດັ່ງນັ້ນ.

ລູກສິດ: ຫຼັກຜະລັງກົງຫ້າຊຸດນີ້ ສາມາດຝຶກໄປເຖິງຊັ້ນໃດ?

ອາຈານ: ຫຼັກຜະລັງກົງຫ້າຊຸດນີ້ ພຽງພໍທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ ທ່ານຝຶກໄປເຖິງຊັ້ນສູງສຸດ ໄດ້  
ແນ່ນອນ, ຖ້າທ່ານຄິດຈະຝຶກໄປເຖິງລະດັບຊັ້ນໃດ ພໍເຖິງເວລານັ້ນ ທ່ານ ກໍ່  
ຮູ້ຈັກເອງ. ເພາະຜະລັງກົງບໍ່ມີທີ່ສິ້ນສຸດ, ເມື່ອທ່ານໄປເຖິງກ້າວນັ້ນ ກໍ່ຈະ ມີ  
ວາສນານັ້ນ, ຍັງສາມາດໄດ້ຮັບຕຳຝ້າຂອງລະດັບສູງ.

ລູກສິດ: ຝ້າຝຶກຄົນ, ຝ້າຫຼຸນໝູນຢູ່ຕະຫຼອດເວລາແມ່ນບໍ່ວ່າບໍ່ຕ້ອງຝຶກຜະລັງກົງກໍ່ໄດ້?

ອາຈານ: ການຝຶກຜະລັງກົງ ກັບການບຳເພັນໃນວັດບໍ່ຄືກັນ. ໃນຄວາມເປັນຈິງ ໃນວັດ  
ນັ້ນ ເຖິງໃຈຄິດບຳເພັນ ທີ່ຈິງກໍ່ຕ້ອງນັ່ງສະມາທິ, ຜະລັງກົງຜູ້ນັ້ນ ຕ້ອງຝຶກ

ຂຶ້ນມາ, ບໍ່ສາມາດເວົ້າໄດ້ວ່າ ຈະເອົາໃຫ້ແຕ່ພະລັງກົງໃຫຍ່ຂຶ້ນ ໂດຍບໍ່ຝຶກ  
ຫຍັງ, ເອົາແຕ່ເວົ້າວ່າ ເທິງຫົວມີພະລັງກົງ, ຂ້າພະເຈົ້າວ່ານັ້ນ ບໍ່ແມ່ນຜູ້ຝຶກ  
ພະລັງກົງແລ້ວຕິ? ພະລັງກົງຟຸດໃດ ລ້ວນມີສິ່ງຂອງ ທີ່ ສືບທອດມາຊຸດນຶ່ງ  
ຄືຕ້ອງຝຶກສິ່ງຂອງຊຸດນີ້ອອກມາ.

ລູກສິດ: ຄົນທີ່ຝຶກພະລັງກົງຢ່າງອື່ນເວົ້າວ່າ: ຫຼັກພະລັງກົງ ທີ່ບໍ່ມີຄວາມນິກົດ ບໍ່  
ແມ່ນ ຫຼັກພະລັງກົງ, ຖືກບໍ?

ອາຈານ: ມີວິທີເວົ້າແບບນີ້ ວິທີເວົ້າຢ່າງນັ້ນມີຫຼາຍ ແຕ່ບໍ່ມີໃຜທີ່ຄຳພະເຈົ້າ ທີ່ສອນ  
ຕົ້ນຢ່າງໃຫ້ກັບທ່ານ ຢ່າງນີ້. ສາຍພຸດກ່າວວ່າຫຼັກທັມ ທີ່ແມ່ນເຈດຕະນາ ຈະ  
ບໍ່ສູງຫຼາຍ, ຫຼັກທັມທີ່ແມ່ນເຈດຕະນານັ້ນ ບໍ່ໄດ້ໝາຍເຖິງ ການເຄື່ອນໄຫວ,  
ເພິ່ນນັ່ງສະມາທິ ເຈັຽອິນ ກໍ່ເປັນການເຄື່ອນໄຫວ, ດັ່ງນັ້ນ ບໍ່ໄດ້ຢູ່ທີ່ວ່າ ມີ  
ການເຄື່ອນໄຫວຫຼາຍ ຫຼື ໜ້ອຍ. ມີເຈດຕະນາ, ບໍ່ມີເຈດຕະນາ ຢູ່ທີ່ ຄວາມ  
ນິກົດຂອງທ່ານ ໃນການສະແຫວງຫາ, ມີຄວາມນິກົດ ມີການສະແຫວງ  
ຫາ ນີ້ຄື ຈິດຍຶດຕິດ ກໍ່ເປັນເຈດຕະນາ ຊຶ່ງໝາຍເຖິງສິ່ງນີ້.

ລູກສິດ: ຊິນຊຶ້ງກັບກຸສິນບໍ່ຊ່າກັນ, ທ່ານບອກວ່າ ກຸສິນຫຼາຍໜ້ອຍຊ່າໃດ ຈະກຳນົດ  
ລະດັບຊິນ ແລະ ຍັງບອກວ່າຊິນຊຶ້ງຈະສູງພຽງໃດ ພະລັງກົງ ກໍ່ສູງພຽງນັ້ນ,  
ສອງສິ່ງນີ້ ບໍ່ຂັດແຍ່ງກັນບໍ?

ອາຈານ: ທ່ານຄືຈະບໍ່ໄດ້ຍິນຢ່າງຊັດເຈນ, ຊິນຊຶ້ງຄວບຄຸມກວ້າງໃຫຍ່ຫຼາຍ, ກຸສິນ ກໍ່  
ເປັນສ່ວນນຶ່ງໃນນັ້ນ; ຍັງຄວບຄຸມເຖິງ “ຄວາມອົດທົນ” ຄວາມສາມາດ ໃນ  
ການທົນທຸກ, ອຸ່ຊຶ້ງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ການປະຕິບັດຕໍ່ການຂັດແຍ່ງ ແລະ ອື່ນໆ,  
ທັງໝົດນີ້ແມ່ນບັນຫາຂອງຊິນຊຶ້ງ, ໃນນັ້ນຍັງຄວບຄຸມເຖິງວິວັດທະນາການ  
ຂອງພະລັງກົງ, ການປ່ຽນແປງ ຂອງ ບຸນກຸສິນ, ຈຶ່ງເປັນ ສິ່ງທີ່ມີຄວາມໝາຍ  
ຢ່າງກວ້າງຂວາງ. ມີກຸສິນຫຼາຍພຽງໃດ ບໍ່ແມ່ນວ່າ ທ່ານຈະມີພະລັງກົງສູງ

ພຽງນັ້ນ, ຫາກເປັນການເວົ້າເຖິງວ່າ ໃນອະນາຄົດ ທ່ານຈະມີພະລັງກົງ ເພີ່ມ  
ຂຶ້ນຊໍ້າໃດ ກຸສົນນັ້ນຍັງຕ້ອງຜ່ານການຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງ ແລະ ໄດ້ຜ່ານອຸປະ  
ສັກ ຄວາມລຳບາກຕ່າງໆ ແລ້ວມັນຈຶ່ງສາມາດປ່ຽນແປງເປັນພະລັງກົງ.

ລູກສິດ: ຄົນໃນຄອບຄົວ ຕ່າງຝຶກພະລັງກົງກັນຄົນລະຊະນິດ ຈະກະທົບຊຶ້ງກັນ ແລະ  
ກັນບໍ່?

ອາຈານ: ບໍ່ເລີຍ, ແຕ່ວ່າ ລະຫວ່າງພວກເພິ່ນ ຈະກະທົບກັນແລະກັນ ຫຼື ບໍ່ ຂ້າພະເຈົ້າ  
ບໍ່ຮູ້. ສຳລັບຝ້າຫຼຸນກົງຂອງເຮົາ ໃຜກໍລົບກວນບໍ່ໄດ້ ແລະ ທ່ານຍັງ ຈະເປັນ  
ປະໂຍດ ຕໍ່ພວກເພິ່ນ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ພວກເຮົາ ກຳລັງບຳເພັນປະຕິບັດ ຫຼັກ  
ທັມ ທີ່ ຖືກຕ້ອງ ຈະບໍ່ເກີດການຜິດຜົນ.

ລູກສິດ: ມີຫຼາຍວິທີ ຄຳເວົ້າທີ່ເວົ້າຕ່າງກັນຫຼາຍໃນສັງຄົມປັດຈຸບັນ, ຕົວຢ່າງ ຈິດໝາຍ  
ຂອງ ລະບົບຕໍ່ໂສ້ຄຳ ເຮົາຈະປະຕິບັດຕ່າງໆໃດດີ?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າບອກທຸກທ່ານ ສິ່ງນີ້ແທ້ຈິງ ແມ່ນການຫຼອກລວງຄົນ, ທ່ານຢ່າ  
ຕອບສະໜອງຂາເຈົ້າ, ບໍ່ມີປະໂຫຍດຫຍັງເລີຍ ທ່ານບໍ່ຕ້ອງສົນໃຈມັນ. ທ່ານ  
ເບິ່ງວ່າ ສິ່ງນີ້ຂອງຂາເຈົ້າ ຊື່ຕົງຫຼືບໍ່, ທ່ານສາມາດເບິ່ງເຫັນໄດ້ຢ່າງໄວ, ຫຼັກ  
ທັມ ຂອງເຮົານີ້ ກຳນົດໃຫ້ບຳເພັນຊັ້ນຊຶ້ງຢ່າງເຄັ່ງຄັດ. ອາຈານຊື່ກົງ ບາງຄົນ  
ຂ້າພະເຈົ້າ ເອີ້ນຂາເຈົ້າວ່າ ພໍ່ຄ້າຊື່ກົງ, ຂາເຈົ້າຖືຊື່ກົງ ເປັນສິນຄ້າ ຢ່າງນຶ່ງ,  
ເປັນຫົນໃນການຫາເງິນ, ຄົນແບບນີ້ສອນພະລັງກົງ ບໍ່ສາມາດສອນຫຍັງໄດ້  
ຂາເຈົ້າມີສິ່ງຂອງພຽງເລັກໜ້ອຍ ແລະ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນຂອງສູງ ແລະ ມີບາງສິ່ງບາງ  
ຢ່າງທີ່ຊົ່ວຮ້າຍ.

ລູກສິດ: ຜູ້ຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ທີ່ບວດຢູ່ໃນວັດແລ້ວ ຄວນສຶກອອກມາບໍ່?

ອາຈານ: ມັນບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງຫຍັງກັບພວກເຮົາ, ເຖິງວ່າທ່ານຈະອອກບວດແລ້ວ ມັນກໍ  
ເປັນພຽງຮູບແບບ.

ລູກສິດ: ຕັ້ງແຕ່ຮຽນມາ ພວກເຮົາຫຼາຍຄົນ ຮູ້ສຶກວ່າຫົວໄຂ່ບວມ?

ອາຈານ: ນີ້ຄືຈະເປັນຜູ້ຝຶກເຂົ້າມາໃໝ່, ຮ່າງກາຍຍັງບໍ່ໄດ້ຖືກດັດແປງ, ພະລັງງານ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າສົ່ງອອກໄປແຮງຫຼາຍ, ພໍຊີ້ (ລົມປານ) ຂອງພະຍາດອອກໄປ ພາຍນອກ ຈະຮູ້ສຶກຫົວໄຂ່ບວມ, ຫົວໄຂ່ບວມ ເພື່ອກຳຈັດພະຍາດ ໃນຫົວ ໃຫ້ກັບທ່ານ ຊຶ່ງເປັນສິ່ງທີ່ດີ, ແຕ່ເມື່ອ ກຳຈັດອອກໄວເກີນໄປ ຈຶ່ງມີ ປະຕິກິຣິຍາຮຸນແຮງ; ບາງຄົນທົນບໍ່ໄດ້ ໃນເວລາ ທີ່ພວກເຮົາຕຳເນີນ ການຝຶກອົບຮົມເຈັດມື້, ຫາກເວລາສິ້ນເຂົ້າ ກໍ່ອາດຈະເກີດບັນຫາໄດ້, ພະລັງງານ ທີ່ສົ່ງອອກໄປ ແມ່ນຂະໜາດໃຫຍ່ ປະຕິກິຣິຍາຈຶ່ງຮຸນແຮງຫຼາຍ; ຫົວໄຂ່ບວມທົນບໍ່ໄດ້ ເບິ່ງຄືວ່າຈັດຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ສິບມື້ ຈະອ່າວໝັ້ນຄົງ ແລະ ຄົນທີ່ເຂົ້າມາຕາມຫຼັງ ຈຶ່ງມີປະຕິກິຣິຍາຮຸນແຮງ ຫຼາຍຂຶ້ນ.

ລູກສິດ: ຝຶກພະລັງກົງແລ້ວຈະສຸບຢາ ຫຼື ຕື່ມເຫຼົ້າໄດ້ບໍ່? ເພາະວ່າເຮັດວຽກທີ່ຈຳເປັນຕ້ອງຕື່ມເຫຼົ້າຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ສຳລັບບັນຫານີ້ ຂ້າພະເຈົ້າເບິ່ງດັ່ງນີ້ ເຮົາຝຶກພະລັງກົງສາຍພຸດ ຕ້ອງຢຸດ ການຕື່ມເຫຼົ້າ, ເມື່ອເວລາດົນໄປ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຕື່ມເຫຼົ້າ ທ່ານອາດຈະຕ້ອງການ, ພະຍາຍາມຄ່ອຍໆຢຸດ. ແຕ່ຢ່າໃຫ້ເວລາດົນເກີນໄປ, ຖ້າດົນເກີນໄປ ຈະຖືກລົງໂທດ! ສຳລັບ ເລື່ອງສຸບຢາ, ຂ້າພະເຈົ້າ ເຫັນວ່າ ເປັນບັນຫາ ຂອງ ຄວາມຕ້ອງການ, ຖ້າທ່ານ ຕ້ອງການເຊົາ ທ່ານກໍ່ສາມາດ ເລີກໄດ້. ຄົນທັມມະດາສາມັນ ມັກຈະຄິດວ່າ: “ມື້ນີ້ ຂ້ອຍເຊົາສຸບຢາ”. ພໍຜ່ານໄປ ບໍ່ຈັກມື້ ກໍ່ອິດຕໍ່ບໍ່ໄດ້, ຜ່ານໄປສອງມື້ ກໍ່ຄິດຢາກຂຶ້ນມາອີກ, ເປັນແບບນີ້ ລາວຈຶ່ງ ເຊົາບໍ່ໄດ້ຈັກເທື່ອ; ຄົນທັມມະດາ ຕຳລົງຊີວິດຢູ່ເທິງໂລກ ການໄປ ມາຫາສຸກັນລະຫວ່າງຄົນໃນໂລກ ບໍ່ຫຼີກລ້ຽງການພົວພັນ ທາງສັງຄົມ ເຫຼົ່ານີ້ໄດ້. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ທ່ານຕ້ອງຄິດເຖິງວ່າ ທ່ານບໍ່ແມ່ນ ຄົນ ທັມມະດາ ອີກແລ້ວ ເລີ່ມບຳເພັນປະຕິບັດແລ້ວ. ຫາກມີ ຈຸດປະສົງຈິງໃຈ ທ່ານສາມາດ ບັນລຸເຖິງ

ເປົ້າໝາຍໄດ້. ແນ່ນອນ ລູກສິດ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ກໍ່ຍັງມີ ຄົນສຸບຢາຢູ່, ລາວ ເອງກໍ່ສາມາດເຊົາໄດ້ ແຕ່ພໍຄົນຍື່ນໃຫ້ລາວ ລາວ ບໍ່ຢາກເສຍໜ້າ, ກໍ່ຄິດ ຢາກສຸບອີກ, ບໍ່ໄດ້ສຸບສອງມື້ ກໍ່ຮູ້ສຶກທໍຣະມານ ໄປສຸບອີກກໍ່ທໍຣະມານ. ຕົວເອງຈະຕ້ອງຄວບຄຸມໃຈໄວ້ໃຫ້ໄດ້! ບາງຄົນຕ້ອງມີການລ້ຽງສັງສັນ ມັກ ຈະຕ້ອງດື່ມເຫຼົ້າ ຮ່ວມກັບແຂກ ບັນຫານີ້ຍາກຈະແກ້ໄຂໄດ້, ພະຍາຍາມ ດື່ມໃຫ້ໜ້ອຍທີ່ສຸດ ຫຼື ທ່ານຄິດຫາວິທີຈັດການເອງ!

ລູກສິດ: ເມື່ອຍັງບໍ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນຝ່າຫຸນໝູນ, ຫາກໃຊ້ຄວາມນິກຄົດ ໃຫ້ໝູນ ຕາມເຂັມໂມງ ກໍ່ຈະເກີດຜົນສະທ້ອນຕໍ່ຝ່າຫຸນ ທີ່ກຳລັງໝູນກົງກັນຂ້າມກັບ ເຂັມໂມງ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຝ່າຫຸນນັ້ນ ໝູນຢ່າງອັດຕະໂນມັດ ບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຄວາມນິກຄົດຂອງທ່ານຊື່ນຳ. ຈະບອກອີກເທື່ອນຶ່ງວ່າຢ່າໃຊ້ຄວາມນິກຄົດ ແລະ ຄວາມນິກຄົດ ກໍ່ຄວບຄຸມ ເຜິ້ນບໍ່ໄດ້. ຢ່າຄິດວ່າຄວາມນິກຄົດຂອງທ່ານຈະເຮັດໃຫ້ ເຜິ້ນໝູນກັບມາ ທົດກົງກັນຂ້າມໄດ້. ຝ່າຫຸນທີ່ທ້ອງໜ້ອຍຈະບໍ່ຖືກຄວາມນິກຄົດຄວບຄຸມ. ສ່ວນຝ່າຫຸນທີ່ປັບປຸງຮ່າງກາຍຢູ່ຂ້າງນອກນັ້ນ ທ່ານໃຫ້ເຜິ້ນໝູນ, ກໍ່ອາດຈະ ເປັນໄປຕາມການເຄື່ອນໄຫວ ຂອງ ຄວາມນິກຄົດຂອງທ່ານ, ຄວາມຮູ້ສຶກ ແບບນີ້ ອາດຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້. ຂ້າພະເຈົ້າ ບອກທ່ານວ່າ: ຢ່າເຮັດ ຢ່າຝຶກ ຢ່າງ ມີເຈດຕະນາ (ເຢັນເວີຍ). ການຝຶກຢ່າງມີເຈດຕະນາ (ເຢັນເວີຍ) ຫຼື ນັ້ນບໍ່ ແມ່ນ ກາຍເປັນຄົນຝຶກຜະລັງກົງແລ້ວບໍ່; ເປັນຝ່າຫຸນໄປຝຶກ ຄືຝ່າຝຶກຄົນ. ເຫດໃດຈຶ່ງປ່ອຍວາງ ສິ່ງທີ່ເປັນຄວາມນິກຄົດຂອງທ່ານບໍ່ໄດ້? ຫຼັກຜະລັງກົງ ໃດໆ ເມື່ອໄປເຖິງລະດັບ ຊັ້ນສູງ ເຖິງວ່າ ຈະເປັນຜະລັງກົງ ຂອງສາຍຕ້າວ ກໍ່ ຕ້ອງ ບໍ່ມີການຊື່ນຳ ຄວາມນິກຄົດ.

ລູກສິດ: ການຝຶກຝ່າຫຸນກົງໃນເວລາໃດ, ສະຖານທີ່ໃດ, ທິດທາງໃດ ຈຶ່ງຈະມີຜົນຮັບ ດີທີ່ສຸດ? ຝຶກຈັກເທື່ອຈຶ່ງຈະເໝາະສົມ? ຝຶກກ່ອນ ຫຼື ຫຼັງອາຫານ ຈະມີ ຜົນ ສະທ້ອນບໍ່?

ອາຈານ: ເນື່ອງຈາກ ຝ້າໝູນນັ້ນມີ ເປັນຮູບຫຍໍ້ສ່ວນ ຂອງ ຈັກກະວານເຮົາ ສິ່ງທີ່ ຝຶກ  
ເປັນຫຼັກການຂອງຈັກກະວານ ແລະ ຈັກກະວານນັ້ນ ເຄື່ອນໄຫວຢູ່, ໃນທາງ  
ກັບກັນ ກໍ່ຄືຝ້າໝູນເຢັນ (ຝ້າຝຶກຄົນ). ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກຜະລັງກົງ ເພິ່ນກໍ່ຝຶກ  
ທ່ານ, ແຕກຕ່າງຈາກທິດສະດີຂອງບັນດາຫຼັກຜະລັງກົງ ທີ່ເຜີຍ ແຜ່ອອກມາ  
ທັງໝົດ ແຕ່ຂອງຂ້າພະເຈົ້າແມ່ນວິທີດຽວ ທີ່ສາມາດບັນລຸເປົ້າໝາຍຝ້າໝູນ  
ເຢັນ (ຝ້າຝຶກຄົນ). ຫຼັກຜະລັງກົງຊະນິດອື່ນ ລ້ວນເປັນການຝຶກຕາຕ່າງ, ພວກນີ້ ຝຶກຜະລັງກົງໂດຍເຈດຕະນາ (ເຢັນເວີຍ), ສະສົມຕາມ, ພວກເຮົາບໍ່  
ແມ່ນ. ຜະລັງກົງຂອງພວກເຮົາ ຈະຝຶກເວລາໃດກໍ່ໄດ້, ທ່ານບໍ່ຝຶກຜະລັງກົງ  
ຜະລັງກົງກໍ່ຝຶກທ່ານ, ບໍ່ຕ້ອງເລືອກເວລາ, ມີ ເວລາຫຼາຍກໍ່ຝຶກຫຼາຍ, ມີເວລາ  
ໜ້ອຍກໍ່ຝຶກໜ້ອຍ. ຂໍ້ກຳນົດ ຂອງຫຼັກຜະລັງກົງຂອງພວກເຮົານີ້ ບໍ່ເຂັ້ມງວດ  
ເປັນພິເສດ ແຕ່ເຮົາມີຂໍ້ກຳນົດ ດ້ານຊັ້ນຊັ້ງ ເຄັ່ງຄັດຫຼາຍ. ຫຼັກຜະລັງກົງ ຂອງ  
ພວກເຮົາ ກໍ່ບໍ່ເວົ້າເລື່ອງທິດທາງ ຈະຍືນຍັນໜ້າໄປທາງທິດໃດກໍ່ໄດ້ທັງນັ້ນ.  
ເພາະວ່າ ຈັກກະວານນັ້ນໝູນຢູ່, ເຄື່ອນໄຫວປ່ຽນແປງຢູ່, ທ່ານຍືນຍັນທາງ  
ຕາເວັນຕົກ ກໍ່ບໍ່ແນ່ວ່າຈະເປັນທາງຕາເວັນຕົກ, ທ່ານຍືນຍັນທາງຕາເວັນອອກ  
ກໍ່ບໍ່ແນ່ວ່າ ຈະເປັນທາງຕາເວັນອອກ. ຫາກຂ້າພະເຈົ້າກຳນົດໃຫ້ ລູກສິດ ຍືນ  
ຍືນໄປທາງຕາເວັນຕົກ ມັນເປັນພຽງແຕ່ສະແດງຄວາມເຄົາລົບ ແທ້ຈິງບໍ່ເກີດ  
ຜົນຫຍັງ. ການຝຶກຜະລັງກົງ ຈະຝຶກທີ່ໃດກໍ່ໄດ້ທັງນັ້ນ ຢູ່ໃນຫຼືນອກເຮືອນ  
ກໍ່ໄດ້ທັງໝົດ. ແຕ່ຂ້າພະເຈົ້າຮູ້ສຶກວ່າ ຫາສະຖານທີ່ນຶ່ງ ທີ່ມີສິ່ງແວດລ້ອມ ທີ່  
ມີບັນຍາກາດດີຈະດີກວ່າ, ໂດຍສະເພາະຄື ໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກສິ່ງເປື້ອນ,  
ຕົວຢ່າງ ກະຕ່າຂີ້ເຫຍື້ອ, ຫ້ອງນ້ຳແລະອື່ນໆ ສ່ວນຢ່າງອື່ນບໍ່ເປັນຫຍັງ.  
ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຕຳຜ້າ ບໍ່ກົງວິນເລື່ອງເວລາ, ສະຖານທີ່ ແລະ ທິດທາງ.  
ກ່ອນ ຫຼື ຫຼັງອາຫານ ລ້ວນສາມາດຝຶກໄດ້, ແຕ່ຫາກທ່ານກິນອົມເກີນໄປ  
ແລ້ວຝຶກທັນທີ ອາດຈະຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ ດີທີ່ສຸດຄືຢຸດຝັກກ່ອນ. ເວລາ ທີ່

ທ້ອງຫົວ ເມື່ອມີສຽງຮ້ອງກໍ່ຍາກທີ່ຈະເຂົ້າສູ່ຄວາມສະຫງົບໄດ້, ທຸກທ່ານຍຶດ  
ຖື ເງື່ອນໄຂຂອງຕົນເອງເຖິດ.

ລູກສິດ: ຫຼັງຈາກຝຶກພະລັງກົງຈົບແລ້ວ ມີຂໍ້ກຳນົດຫຍັງບໍ່? ຕ້ອງເຊັດໜ້າບໍ່?

ອາຈານ: ເຮົາຝຶກພະລັງກົງຈົບແລ້ວ ບໍ່ຢ້ານຈະຖືກນ້ຳເຢັນ ແລະ ບໍ່ຕ້ອງເຊັດໜ້າ ຫຼື  
ເຊັດມື, ນີ້ລ້ວນເຮັດເພື່ອ ເປີດຊີເຟຊອນຂອງຮ່າງກາຍຄົນໃນໄລຍະເລີ່ມຕົ້ນ  
ຈຶ່ງເລືອກໃຊ້ວິທີດັ່ງກ່າວ. ເປັນການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳຜ້າ ພວກເຮົາຈະບໍ່ມີ  
ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້, ເວລານີ້ຮ່າງກາຍຄົນ ກໍ່ບໍ່ຢູ່ໃນສະຖານະການທີ່ຫາ ກໍ່ປ່ຽນແປງ.  
ເບິ່ງຄືວ່າ ຄົນທັມມະດາ ຈະກ້າວເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງນັ້ນ ຍາກຫຼາຍ ແລະ ມີ  
ຫຼັກພະລັງກົງບາງຊະນິດ ກໍ່ບໍ່ມີວິທີປ່ຽນແປງຮ່າງກາຍຄົນໄດ້ໂດຍກົງ, ເວົ້າ  
ສຳລັບບາງວິຊາແລ້ວ ຂໍ້ກຳນົດຂອງເຂົາເຈົ້າສັບສົນຫຼາຍ, ແຕ່ທັງໝົດນີ້ບໍ່ມີ  
ໃນຂອງພວກເຮົາ ແລະ ບໍ່ມີການເວົ້າເລື່ອງເຫຼົ່ານີ້. ສິ່ງທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ເວົ້າ  
ເຖິງ ທ່ານຢ່າໄປສົນໃຈ, ສົນໃຈແຕ່ໄປຝຶກ. ເນື່ອງຈາກພວກເຮົາ ແມ່ນ  
ການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳຜ້າ (ຫຼັກທັມໃຫຍ່) ຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ ຈັດຢູ່ ໃນ  
ສະພາບເລີ່ມຕົ້ນ ຈຶ່ງຢ້ານນັ້ນຢ້ານນີ້ ຫຼື ຢູ່ໃນຂັ້ນຕອນຂອງການຕ້ອງມີ  
ກຳນົດຢ່າງນີ້, ຂໍ້ກຳນົດຢ່າງນັ້ນ ພາຍໃນບໍ່ຈັກມີກໍ່ຈະຜ່ານໄປໄດ້ທັງໝົດ  
ແລ້ວ. ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ເວົ້າວ່າ ທຽບຊຳກັບການຝຶກພະລັງກົງຜ້າ ວິທີອື່ນ ທີ່  
ໃຊ້ເວລາຫຼາຍປີ, ແຕ່ພວກເຮົາ ກໍ່ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໄກຫຼາຍ ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ເວົ້າ ກ່ຽວ  
ກັບ ສິ່ງທີ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ, ຕຳແໜ່ງທົດທາງນີ້, ຊີເຟຊອນນັ້ນເອີ້ນ ແລະ  
ອື່ນໆ, ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ໄດ້ເວົ້າເຖິງເລີຍ, ພວກເຮົາເວົ້າ ສິ່ງທີ່ຢູ່ໃນ ລະດັບຊັ້ນສູງ.  
ການບຳເພັນປະຕິບັດຕຳຜ້າ, ການຝຶກພະລັງກົງທີ່ແທ້ຈິງ ຄື ຄຳວ່າ “炼” (ຝຶກ  
ໂດຍລົງມືປະຕິບັດ), ບໍ່ແມ່ນຄຳວ່າ “练” (ຝຶກໂດຍຮຽນຮູ້ແຕ່ທົດສະດີ).

ລູກສິດ: ຫຼັງຈາກຝຶກພະລັງກົງຈົບແລ້ວ ຈະໄປລະບາຍ ປັດສາວະ ອຸດຈາຣະ ທັນທີ ໄດ້  
ບໍ່? ໃນນ້ຳປັດສາວະມີຟອງອາກາດ ແມ່ນບໍ່ວ່າມີຊີ້ (ລົມປານ) ຮົ່ວອອກໄປ?

ອາຈານ: ບໍ່ມີບັນຫາ, ພວກເຮົາຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ ປັດສາວະ ອຸດຈາຣະ ມີພະລັງງານຕິດອອກມາ, ແຕ່ພະລັງງານເລັກໜ້ອຍນັ້ນບໍ່ມີຫຍັງ, ບໍ່ກະທົບ ຫຍັງ. ຝຶກຕ້າຝ້າ ຍັງຈະຊ່ວຍເຫຼືອສັບພະຊີວິດ, ເລື່ອງເລັກໜ້ອຍນີ້ ຢ່າໄປ ສິນໃຈ, ສິ່ງທີ່ພວກເຮົາໄດ້ຮັບນັ້ນ ຫຼາຍກວ່ານັ້ນ. ໃນຫ້ອງຮຽນ ການຝຶກ ອົບຮົມນີ້ ພະລັງງານ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າ ສົ່ງອອກໄປນັ້ນ ແຂງແຮງຫຼາຍ ແລະ ແຂງແຮງຫຼາຍໆ, ເທິງກຳແພງ ລ້ວນມີສິ່ງຕ່າງໆຫຼົງເຫຼືອຢູ່.

ລູກສິດ: ສາມາດເຜີຍແຜ່ຜ້າຫູນກົງໄດ້ບໍ່? ສາມາດສອນຄົນ ທີ່ບໍ່ໄດ້ຝັງການບັນລະ ຍາຍ ຝຶກຜ້າຫູນກົງ ໄດ້ບໍ່? ຄົນທີ່ບໍ່ໄດ້ຝັງ ການບັນລະຍາຍ ສາມາດຝຶກຜ້າ ຫູນກົງ ຢູ່ໃນສະໜາມຊ່ວຍຝຶກສອນ ໄດ້ບໍ່ ? ຈະສົ່ງສຽງບັນທຶກ ກັບ ໜັງສື ໃຫ້ ຍາດມິດສະຫາຍ ໃນຕ່າງຖິ່ນໄດ້ບໍ່ ?

ອາຈານ: ເຜີຍແຜ່ຫຼັກພະລັງກົງຂອງເຮົາ ໃຫ້ຄົນຈຳນວນຫຼາຍຂຶ້ນໄດ້ປະໂຫຍດ, ຈະ ບໍ່ເກີດການຜິດຜ້ຽນ. ຜ້າທີ່ຂ້າພະເຈົ້າບັນລະຍາຍໃຫ້ທ່ານຝັງ ຢ່າງ ຫຼວງຫຼາຍ ກໍ່ຄື ເຜື່ອໃຫ້ທ່ານຮູ້ຝ້າ, ເຂົ້າໃຈ ສິ່ງທີ່ເປັນ ຂອງລະດັບຊັ້ນສູງ, ເບິ່ງເຫັນໃນ ລະດັບຊັ້ນສູງ. ທີ່ເວົ້າມາກ່ອນ ເພາະຍ້ານວ່າ ພໍ່ທ່ານເບິ່ງເຫັນ ຫຼື ພໍ່ພໍ່ແລ້ວ ຈະບໍ່ເຂົ້າໃຈ. ທ່ານສາມາດສອນຄົນອື່ນຝຶກພະລັງກົງ ແຕ່ທ່ານ ໃສ່ຜ້າຫູນ ນັ້ນໃຫ້ບໍ່ໄດ້. ແລ້ວຈະເຮັດຢ່າງໃດ? ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າວ່າ ຖ້າທ່ານ ສອງຈິດ ສອງໃຈ ບໍ່ໃສ່ໃຈ ຝຶກພະລັງກົງ ເທົ່າໃດ ຜ້າເຊັ່ນຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ກໍ່ຈະ ຈາກ ທ່ານໄປ. ຫາກທ່ານຝຶກພະລັງກົງຢ່າງແທ້ຈິງ ຜ້າເຊັ່ນ ຈະເບິ່ງແຍງທ່ານ. ດັ່ງນັ້ນ ເວລາທ່ານສອນຄົນຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ຈະພາສີສັນຍານ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ຕິດຕົວໄປດ້ວຍ, ກໍ່ຈະພາກົນໄກ ຊື່ ທີ່ກໍ່ເກີດ ຜ້າຫູນ ໄປດ້ວຍ. ຄົນທີ່ທ່ານ ສອນ ມີໃຈໄປຝຶກ ກໍ່ຈະສາມາດກໍ່ເກີດຜ້າຫູນ, ມີ ວາສນາ ແລະ ເກີນຈິ (ຮາກຖານ) ດີ, ໃນເວລານັ້ນ ກໍ່ຈະໄດ້ຮັບຜ້າຫູນ. ໜັງສື ຂອງເຮົາ ຂຽນໄວ້ ລະອຽດຫຼາຍ ເຖິງວ່າ ບໍ່ມີຄົນສອນ ກໍ່ສາມາດ ຝຶກໄດ້ ດີ.



ລູກສິດ: ການຝຶກຝຳຫຼຸນກົງເນັ້ນ ການຫາຍໃຈອອກ ຫັນໃຈເຂົ້າ ຫຼື ບໍ່? ຈະປັບ ລົມ  
ຫາຍໃຈຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຝຶກຝຳຫຼຸນກົງ ບໍ່ຕ້ອງປັບລົມຫາຍໃຈ ແລະ ບໍ່ເນັ້ນເລື່ອງການຫາຍໃຈ, ນັ້ນ  
ເປັນສິ່ງ ທີ່ຮຽນໃນຫຼັກຜະລັງກົງ ຂັ້ນຕົ້ນ. ພວກເຮົານະທີ່ນີ້ ບໍ່ຈຳເປັນ ຕ້ອງ  
ເຮັດ ເພາະການປັບການຫາຍໃຈ ເຝັ້ນເຮັດເພື່ອຝຶກຕານ, ຕື່ມລົມ, ເຝັ້ມໄຟ.  
ຫາຍໃຈທວນ, ຫາຍໃຈຕາມປົກກະຕິ, ກິນນ້ຳລາຍ ທັງໝົດ ເພື່ອ ຝຶກຕານ  
ພວກເຮົາບໍ່ຝຶກສິ່ງນີ້. ສິ່ງຕ່າງໆທັງຫຼາຍ ທີ່ທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງມີ ລ້ວນມີ ຝຳ  
ຫຼຸນ ເຮັດໃຫ້ຢ່າງຄົບຖ້ວນ. ສິ່ງທີ່ສູງ ແລະ ຍາກກວ່າຫຼາຍ ມີ ຝຳເຊັ່ນ ຂອງ  
ອາຈານ ເຮັດໃຫ້ຄົບຖ້ວນ. ບໍ່ວ່າສຳນັກໃດໆ ໂດຍສະເພາະ ທີ່ ສາຍຕ້າວ ເວົ້າ  
ໄວ້ຢ່າງລະອຽດ, ແຕ່ບໍ່ແມ່ນ ຝຶກອອກມາດ້ວຍຄວາມຕັ້ງໃຈ. ແທ້ຈິງ ຄື  
ອາຈານ ໃນສຳນັກນັ້ນ ຂອງ ລາວແປງ ແລະ ປ່ຽນແປງໃຫ້ລາວ, ລາວມີ ແຕ່  
ບໍ່ເຂົ້າໃຈຫຼັກການທາງໃນນັ້ນ. ຕົວເອງ ບໍ່ສາມາດ ຈະເຮັດ ອອກມາດ້ວຍ  
ຄວາມຕັ້ງໃຈ ມີແຕ່ຄົນທີ່ ຂ້າຍອູ້ (ເປີດການເຂົ້າໃຈ) ເປີດຜະລັງກົງແລ້ວ ຈຶ່ງ  
ສາມາດເຮັດໄດ້.

ລູກສິດ: ການຝຶກຜະລັງກົງ ມີການກຳນົດຄວາມຄິດຢູ່ທີ່ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ (ອີໂສວ) ຫຼື ບໍ່?  
ຄວາມນຶກຄິດຄວນຢູ່ບ່ອນໃດ ຂອງ ຜະລັງກົງ?

ອາຈານ: ພວກເຮົາທີ່ນີ້ ບໍ່ມີການກຳນົດຄວາມຄິດຢູ່ທີ່ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ (ອີໂສວ), ຕະຫຼອດ  
ຜ່ານມາ ບໍ່ເຄີຍບອກ ໃຫ້ທຸກທ່ານກຳນົດຄວາມຄິດ ຢູ່ທີ່ສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ (ອີ  
ໂສວ) ມີແຕ່ ໃຫ້ທ່ານປ່ອຍວາງ ຈິດຍຶດຕິດ, ບໍ່ກຳນົດ ຄວາມນຶກຄິດໃດໆ.  
ຫຼັກຜະລັງກົງຊຸດທີສາມ ສອງຝາມີນຳຊີ້ (ລົມປານ) ທະລວງສຸດສອງຂົ້ວ ພໍ  
ແຕ່ຄິດ ກໍ່ເຮັດໄດ້ຢ່າງອື່ນບໍ່ຕ້ອງຄິດ.

ລູກສິດ: ການເກັບກຳຜະລັງງານ ກັບການ ສາຍຊີ້ (ເກັບລົມປານ) ຄືກັນ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ພວກເຮົາຈະ ສາຍຊື້ (ເກັບລົມປານ) ເພື່ອຫຍັງ? ສິ່ງທີ່ເຮົາບໍາເພັນຄືຕ້າຝ້າ, ໃນອະນາຄົດຈະປ່ອຍຊື້ (ລົມປານ) ອອກມາບໍ່ໄດ້ເລີຍ. ທີ່ເຮົາຝຶກ ບໍ່ແມ່ນຊື້ (ລົມປານ) ໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ ແຕ່ວ່າທີ່ປ່ອຍອອກມາຄືແສງສະຫວ່າງ. ການເກັບກຳພະລັງງານນັ້ນ ຝ້າຫຼຸນຈະເຮັດໃຫ້, ບໍ່ຕ້ອງ ໃຫ້ພວກເຮົາເຮັດເອງ. ຕົວຢ່າງ ການທະລວງ ເຊື່ອມຕໍ່ສອງຂົ້ວຈັກກະວານ ເພິ່ນບໍ່ໃຊ້ ການສາຍຊື້ (ເກັບລົມປານ), ຕົວຈິງຄືການເປີດທະລວງຮ່າງກາຍ ແລະ ເຮັດ ໃຫ້ເກີດຜົນ ໃນການເກັບພະລັງງານ, ແຕ່ທີ່ສຳຄັນ ບໍ່ແມ່ນ ຈຸດປະສົງນີ້. ເວົ້າເຖິງການສາຍຊື້ (ເກັບລົມປານ) ຈະເກັບຢ່າງໃດ? ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຕ້າຝ້າ ພຽງແຕ່ຕົງມືດຽວ ຂະໜ່ວມກໍຈະຮູ້ສຶກເຖິງແຮງກົດດັນທີ່ແຮງຫຼາຍ, ໃນທັນໃດກໍຈະມາກັນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ, ແຕ່ ຊື້ (ລົມປານ) ຈະໃຊ້ສຳລັບ ຫຍັງໄດ້? ສ່ວນພະລັງງານ ກໍບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເຈດຕະນາໄປເກັບ.

ລູກສິດ: ຝ້າຫຼຸນກົງ ມີເລື່ອງການສ້າງຜືນຖານໃນຮ້ອຍມື້ ກັບການຫາຍໃຈ ແບບເດັກໃນຄັນບໍ່?

ອາຈານ: ນັ້ນລ້ວນເປັນຂອງລະດັບຕ່ຳ ເຮົາບໍ່ຝຶກກັນ ພວກເຮົາໄດ້ຜ່ານໄລຍະເລີ່ມຕົ້ນທີ່ບໍ່ໝັ້ນຄົງນັ້ນ ໄປຕັ້ງດົນນານແລ້ວ.

ລູກສິດ: ຝ້າຫຼຸນມີຄວາມສົມດຸນ ຂອງ ຍິ່ງ ແລະ ຍິ່ງ ຫຼືບໍ່?

ອາຈານ: ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ລ້ວນເປັນການຝຶກຊື້ (ລົມປານ), ເປັນຂອງລະດັບຕ່ຳ, ເມື່ອທ່ານເຕັ້ນຂ້າມອອກຈາກລະດັບຊັ້ນຂອງຊື້ (ລົມປານ) ແລ້ວ ຮ່າງກາຍຂອງທ່ານບໍ່ມີບັນຫາ ຄວາມສົມດຸນ ຂອງ ຍິ່ງຍິ່ງຢູ່ອີກ. ບໍ່ວ່າທ່ານ ຈະຝຶກພະລັງກົງສຳນັກໃດ ພຽງໄດ້ຮັບການເຜີຍແຜ່ທີ່ແທ້ຈິງ ຈາກອາຈານ ຮັບຮອງວ່າ ທ່ານກ້າວ ອອກຈາກລະດັບຊັ້ນຕ່ຳໄດ້, ກໍຈະນຳສິ່ງທີ່ ທ່ານເຄີຍຝຶກໄວ້ ເມື່ອກ່ອນ ຖິ້ມທັງໝົດ, ບໍ່ເອົາໄວ້ອີກຈັກຢ່າງ! ໃນລະດັບຊັ້ນໃໝ່ ກໍ່ຝຶກຊຸດໃໝ່, ພໍຜ່ານອີກຊັ້ນໜຶ່ງ ກໍ່ຝຶກໃໝ່ອີກຊຸດໜຶ່ງ, ກໍ່ເປັນຢ່າງນີ້.

ລູກສິດ: ເວລາຝ່າຜ່າ ຈະຝຶກພະລັງກົງໄດ້ບໍ່? ຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ຈະຢ້ານສຽງດັງບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າ ຍົກຕົວຢ່າງໃຫ້ກັບທຸກທ່ານ, ໃນອະດີດ ຂ້າພະເຈົ້າສອນນັກຮຽນ ຢູ່ໃນຫ້ອງໂຖງແຫ່ງນຶ່ງໃນປັກກິ່ງ, ໃນເວລານັ້ນ ຝົນໃກ້ຈະຕົກ, ຝ້າຮ້ອງ ຮຸນແຮງຫຼາຍ; ຕອນນັ້ນ ພະລັງກົງທີ່ພວກເຝິກ ຄືພະລັງກົງ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າ ເຜີຍແຜ່ ໃຫ້ກັບລູກສິດ, ເວລາທີ່ຝຶກຕ້ອງຢ່າງໃນທ່າເຄື່ອນໄຫວ ເທິງຝ້າຫຼຸນ ຂ້າພະເຈົ້າເຫັນວ່າຝົນຕົກແລ້ວ ແຕ່ພວກເຝິກຍັງຝຶກພະລັງກົງບໍ່ແລ້ວ, ແຕ່ວ່າ ຝົນທີ່ຕົກໜັກ ກັບບໍ່ຕົກລົງມາ. ເມກຢູ່ຕ່ຳຫຼາຍ, ເມກ ມ້ວນຕົວ ໄປມາ ຢູ່ເທິງອາຄານ, ຝ້າຮ້ອງຢ່າງຮຸນແຮງ, ຝ້າມືດຫຼາຍ, ໃນຕອນນັ້ນ ຝ້າຜ່າລົງ ເທິງຮອບຂອບຝ້າຫຼຸນ ແຕ່ບໍ່ໄດ້ເຮັດໃຫ້ ພວກເຮົາບາດເຈັບ ແມ່ນແຕ່ໜ້ອຍ. ສະພາບທີ່ຝ້າຜ່າລົງມາເທິງຝື້ນດິນ ເຫັນໄດ້ ຊັດເຈນ ແຕ່ບໍ່ເຮັດໃຫ້ພວກເຮົາ ບາດເຈັບ. ນີ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ ພະລັງກົງ ຂອງ ພວກເຮົານີ້ມີການຄຸ້ມຄອງ. ໂດຍທົ່ວໄປ ຂ້າພະເຈົ້າຝຶກພະລັງກົງ ບໍ່ຮູ້ວ່າສະພາບອາກາດເປັນແນວໃດ ຄິດຈະຝຶກກໍ່ຝຶກໂລດ, ມີເວລາກໍ່ຝຶກແລະບໍ່ຢ້ານສຽງ. ຫຼັກພະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນ ລ້ວນຢ້ານສຽງ, ເພາະເວລາທີ່ ທ່ານຢູ່ໃນທີ່ສະຫງົບຫຼາຍ ທັນໃດກໍ່ໄດ້ຍິນ ສຽງດັງສະໜັນແຮງ ທ່ານກໍ່ຈະ ເກີດຄວາມຮູ້ສຶກຢ່າງນຶ່ງ, ເກືອບຈະເປັນວ່າ ຊື້ (ລົມປານ) ທີ່ມີຢູ່ທົ່ວຮ່າງກາຍ ຄືກັບຈະລະເບີດອອກມາເປັນແສງຈຸບວາບ ເບິ່ງອອກນອກຮ່າງກາຍ, ແຕ່ບໍ່ເປັນຫຍັງ ພະລັງກົງຂອງເຮົາ ຈະບໍ່ອອກນອກ ແນວທາງ. ແນ່ນອນ ໃຫ້ພະຍາຍາມ ຫາທີ່ຝຶກທີ່ສະຫງົບຈະດີກວ່າ.

ລູກສິດ: ຕ້ອງຈົນຕະນາການຮູບພາບຂອງທ່ານອາຈານ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຕ້ອງບໍ່ຈົນຕະນາການ, ເມື່ອຕາທົບທ່ານເປີດແລ້ວ ກໍ່ຈະເຫັນ ຝ້າເຊັ່ນ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າຢູ່ທາງຂ້າງຕົວທ່ານ.

ລູກສິດ: ຫຼັກຜະລັງກົງ 5 ຊຸດນີ້ ຂະນະທີ່ຝຶກ ມີຂໍ້ກຳນົດຫຍັງແດ່? ຕ້ອງຝຶກຮວມກັນ  
ບໍ່? ທ່າທີ່ຕ້ອງຝຶກ 9 ຮອບ ຈະນັບເລກຢູ່ໃນໃຈໄດ້ບໍ່? ຖ້າເຮັດ ເກີນ 9  
ຮອບ ຫຼື ຈື່ທ່າເຄື່ອນໄຫວຜິດ ຈະເກີດຜົນໃນທາງກົງກັນຂ້າມ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຫຼັກຜະລັງກົງ 5 ຊຸດ ຈະຝຶກ ຊຸດໃດກ່ອນ ກໍໄດ້ທັງນັ້ນ, ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ  
ກ່ອນທີ່ທ່ານຈະຝຶກຜະລັງກົງ ດີທີ່ສຸດ ຄືໃຫ້ຝຶກ ຊຸດທີ 1 ກ່ອນ ເພາະຈະ  
ເປີດການເຄື່ອນໄຫວຮ່າງກາຍທັງໝົດ; ທ່ານຝຶກກ່ອນນຶ່ງຖ້ຽວ ຮ່າງກາຍ  
ເປີດອອກຢ່າງເຕັມສ່ວນ, ຈຶ່ງຝຶກຊຸດອື່ນ ຜົນຮັບຈະດີຂຶ້ນ. ມີເວລາຫຼາຍ ກໍ  
ຝຶກໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນ, ມີເວລາໜ້ອຍກໍຝຶກໜ້ອຍລົງ ຫຼື ເລືອກຝຶກ ຊຸດໃດຊຸດນຶ່ງ.  
ຫຼັກຜະລັງກົງ ຊຸດທີ 3 ກັບ 4 ແມ່ນຝຶກ 9 ຮອບ, ໃນໜັງສືຂຽນວ່າ ໃຫ້ນັບ  
ເລກໃນໃຈ ທ່ານກັບໄປລອງເບິ່ງ, ບອກໃຫ້ລູກຂອງທ່ານ ຊ່ວຍນັບຢູ່ຕໍ່ໜ້າ  
ທ່ານ ແລ້ວທ່ານກໍຝຶກ. ເມື່ອເຮັດຄົບ 9 ຮອບ ຄ່ອຍໆ ກວດຫາກົນໄກຊີ້  
(ລົມປານ) ກໍຈະຫາບໍ່ພົບ ເພາະຂອງຂ້າພະເຈົ້ານີ້ກໍເປັນຢ່າງນີ້, ຕອນເລີ່ມຕົ້ນ  
ທ່ານສາມາດໃຊ້ຄວາມຄິດນັບ, ເມື່ອ ຄຸ້ນເຄີຍແລ້ວ ກໍຈະຢຸດໄດ້ໂດຍທັມມະ  
ຊາດ. ຈື່ທ່າຜິດ ຫຼື ເຮັດຫຼາຍເກີນໄປ ເຮັດໜ້ອຍໄປ ທ່ານສາມາດແກ້ໄຂໃຫ້  
ຖືກຕ້ອງ ກໍໃຊ້ໄດ້ແລ້ວ.

ລູກສິດ: ເປັນຫຍັງເຮັດທ່າເກັບ ແຕ່ບໍ່ເກັບຜະລັງກົງ?

ອາຈານ: ຝ້າຫຼຸນຈະໝຸນໂດຍອັດຕະໂນມັດ ເພິ່ນຮູ້ໄດ້ທັນທີວ່າທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກ ຜະລັງ  
ກົງ. ຜະລັງງານຂອງເຮົາແຮງກ້າຫຼາຍ ໃນທັນໃດ ກໍຈະເກັບສິ່ງທີ່ສິ່ງອອກ ໄປ  
ກັບຄືນມາດຶກວ່າທ່ານເຈດຕະນາເກັບກັບມາ. ນີ້ກໍບໍ່ແມ່ນການເກັບຜະລັງ  
ກົງ ພຽງແຕ່ເກັບຜະລັງງານຄືນມາ. ຫຼັກຜະລັງກົງຢ່າງອື່ນພໍເວົ້າວ່າ ຢຸດກໍຢຸດ.  
ຫຼັກຜະລັງກົງ ຂອງ ພວກເຮົານີ້ ຈະຝຶກຢູ່ຕະຫຼອດເວລາ, ເຖິງວ່າ ຈົບທ່າຝຶກ  
ແລ້ວ ກໍຍັງຝຶກຢູ່, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງບໍ່ສາມາດຢຸດໄດ້. ຖ້າຄິດຢາກໃຫ້ ຝ້າຫຼຸນຢຸດ  
ທ່ານບໍ່ສາມາດຢຸດໄດ້. ເວົ້າໃຫ້ເລິກໄປກວ່ານີ້ ທ່ານກໍບໍ່ ສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້,

ຖ້າສາມາດ ເຮັດໃຫ້ເພິ່ນຢຸດໄດ້ ຂ້າພະເຈົ້າຢູ່ທີ່ນີ້ ກໍ່ຕ້ອງຢຸດ, ທ່ານສາມາດ  
ເຮັດໃຫ້ຢຸດໄດ້ບໍ່?

ລູກສິດ: ເຈ້ງອິນ, ສອງມື ເຫີສີ ນັ້ນ ສາມາດຈະ ໃຊ້ຝຶກເປັນທ່າຍືນສະມາທິ ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ຊຸດທີນຶ່ງ - ພຣະພຸດສະແດງພັນມີບໍ່ສາມາດໃຊ້ຝຶກ ເປັນການຍືນສະມາທິ  
ໄດ້, ໃຊ້ແຮງຢຽດແຂນຫຼາຍເກີນໄປ ຈະເກີດບັນຫາໄດ້.

ລູກສິດ: ຂະນະຝຶກພະລັງກົງລຸ່ມຮັກແຮ້ ຕ້ອງເປີດໂລ່ງ ແມ່ນບໍ່? ຂະນະຝຶກຊຸດທີນຶ່ງ  
ຮູ້ສຶກລຸ່ມຮັກແຮ້ເຄັ່ງ ນີ້ເປັນຢ່າງໃດກັນ?

ອາຈານ: ທ່ານເຈັບປ່ວຍບໍ່? ໃນໄລຍະຕົ້ນ, ຂະນະທີ່ ປັບປຸງຮ່າງກາຍໃຫ້ທ່ານ ຈະ  
ພົບພໍ້ປະກົດການຢ່າງນີ້ຢ່າງນັ້ນ, ຈະມີອາການບາງຢ່າງໄດ້ ແຕ່ບໍ່ແມ່ນ ພະລັງ  
ກົງ ນຳພາມາ.

ລູກສິດ: ຄົນທີ່ບໍ່ເຄີຍຝັງ ອາຈານຫຼື ບັນລະຍາຍ ຈະຝຶກກັບຜູ້ຝຶກ ທີ່ ສວນສາທາລະນະ  
ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ໄດ້, ຜູ້ຝຶກສາມາດ ສອນຄົນອື່ນຝຶກພະລັງກົງ, ຜູ້ຝຶກ ສອນຄົນອື່ນ ຝຶກ  
ພະລັງກົງ ບໍ່ຄືກັນກັບ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າສອນຢູ່ຢ່າງນີ້, ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະປ່ຽນແປງ  
ຮ່າງກາຍ ໃຫ້ທຸກທ່ານໂດຍກົງ. ແຕ່ບາງຄົນ ພໍ້ເລີ້ມຝຶກ ກໍ່ມີ ຝ້າຫຼຸນ ເພາະ  
ທາງຫຼັງຂອງຜູ້ຝຶກ ມີຝ້າເຊັ່ນ ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ເພິ່ນສາມາດ ໄປ ຈັດການ  
ໂດຍກົງໄດ້. ຂຶ້ນຢູ່ກັບບຸນວາສນາ, ບຸນວາສນາຫຼາຍ ໃນເວລານັ້ນ ກໍ່ຈະໄດ້  
ຝ້າຫຼຸນ; ບຸນວາສນາໜ້ອຍ ທ່ານຕ້ອງຜ່ານ ການຝຶກພະລັງກົງ ໄລຍະຍາວ  
ຈຶ່ງຄ່ອຍໆ ກໍ່ເກີດກົນໄກ ໝຸນຊະນິດນີ້ ຂຶ້ນມາ ດ້ວຍຕົນເອງ. ເມື່ອຝຶກ ຕໍ່  
ໄປອີກ ເຮັດໃຫ້ ກົນໄກໝຸນເປັນຝ້າຫຼຸນ.

ລູກສິດ: ຝຶກສະມາທິ “ເສີນທົງເຈ້ງສີຝ້າ” (ເພີ່ມພູນອິດທິຣິດ) ຄວາມໝາຍ ຂອງ  
ການພ້ອມມີ ແມ່ນຫຍັງ?

ອາຈານ: ເລື່ອງນີ້ບໍ່ສາມາດອະທິບາຍໄດ້ ໃນພາສາຂອງພວກເຮົາ ແຕ່ລະ ການເຄື່ອນ  
ໄຫວ ຄອບຄຸມ ຄວາມໝາຍຫຼາຍຢ່າງ, ໂດຍທົ່ວໄປ ແມ່ນ: ຂ້ອຍຈະ ຝຶກ  
ຜະລັງກົງ, ຈະຝຶກຜູ້ຝາ ປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ດີ ເຂົ້າສູ່ສະຖານະການ ຂອງ ການ  
ຝຶກຜະລັງກົງ.

ລູກສິດ: ເມື່ອຝຶກເຖິງສະພາບຮ່າງກາຍຂາວນ້ຳນົມ, ແມ່ນບໍ່ວ່າ ຮຸ່ນຂົນເປີດອອກ  
ທັງໝົດແລ້ວ ກາຍເປັນຫາຍໃຈທາງຮ່າງກາຍ?

ອາຈານ: ທຸກທ່ານໄປສຳພັດເບິ່ງ ທ່ານໄດ້ຜ່ານລະດັບຊັ້ນນີ້ກັນແລ້ວ, ເນື່ອງຈາກ  
ຂ້າພະເຈົ້າຕ້ອງປັບຮ່າງກາຍຂອງທ່ານຈົນເຖິງ ສະຖານະການຮ່າງຂາວນ້ຳນົມ  
ຕ້ອງບັນລະຍາຍຜ່ານສິບກວ່າຊົ່ວໂມງ, ບໍ່ສາມາດຫຼຸດສັ້ນກວ່ານີ້ ໄດ້ອີກແລ້ວ.  
ທ່ານຢູ່ໃນຫຼັກຜະລັງກົງຢ່າງອື່ນ ຕ້ອງຝຶກສິບກວ່າປີ ຫຼື ອີກ ຈັກສິບປີ ຫຼື ດົນ  
ກວ່ານັ້ນ, ຫຼັກຜະລັງກົງຂອງພວກເຮົາທີ່ນີ້ ພາທ່ານໄປເຖິງ ຂັ້ນນີ້ ໃນທັນທີ.  
ເພາະຂັ້ນນີ້ ບໍ່ມີຂໍ້ກຳນົດດ້ານຊົນຊັ້ນ ຂຶ້ນຢູ່ ກັບຄວາມ ສາມາດຂອງອາຈານ,  
ທ່ານຍັງບໍ່ຮູ້ສຶກໄດ້ ລະດັບຊັ້ນນີ້ ກໍ່ຜ່ານໄປ ແລ້ວ ອາດຈະເປັນ ເວລາສອງ  
ສາມຊົ່ວໂມງເທົ່ານັ້ນ. ອາດມີຢູ່ມື້ນຶ່ງ ທີ່ທ່ານ ມີຄວາມຮູ້ສຶກ ທີ່ໄວຫຼາຍ, ພໍ  
ຜ່ານໄປບຸດນຶ່ງ ກໍ່ບໍ່ຮູ້ສຶກໄວແລ້ວ, ຄວາມຈິງແລ້ວ ລະດັບຊັ້ນໃຫຍ່ນຶ່ງ ໄດ້  
ຜ່ານໄປແລ້ວ ແຕ່ທ່ານ ຢູ່ໃນຫຼັກຜະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນ ຈະຕ້ອງຢູ່ໃນສະພາວະນີ້  
ນຶ່ງປີ ຫຼືຫຼາຍປີ, ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ ລ້ວນເປັນຂອງ ໃນລະດັບຊັ້ນຕໍ່າ.

ລູກສິດ: ຂະນະທີ່ຢູ່ເທິງລົດເມ ຫຼື ລຽນແຖວ ສາມາດຄິດເຖິງທ່າຝຶກຕ່າງໆ ຂອງ ຜ່າ  
ຫຼຸນກົງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ຜະລັງກົງຂອງເຮົາບໍ່ແມ່ນການເຄື່ອນໄຫວຄວາມນຶກຄິດ ແລະບໍ່ໄດ້ກຳນົດວ່າ  
ແຕ່ລະມື້ຈະຕ້ອງຝຶກດົນປານໃດ, ແນ່ນອນແລ້ວ ເວລາທີ່ຝຶກແຮງດົນແຮງດີ.  
ເວລາທີ່ ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກ ໃນທາງກັບກັນ ເຝົ້າກໍ່ຝຶກທ່ານ. ແຕ່ໄລຍະຕົ້ນ ທີ່  
ຝຶກຜະລັງກົງ ຍັງຕ້ອງຝຶກໃຫ້ຫຼາຍ ເພື່ອເສີມ ຄວາມເຂັ້ມ ແຂງໃຫ້ເຝົ້າ. ຜູ້

ຝຶກບາງຄົນເຄີຍເກີດສະພາບການແບບນີ້ ຄືໄປເຮັດວຽກ ນຶ່ງ ຫຼືສອງເດືອນ, ໃນນຶ່ງ ຫຼື ສອງເດືອນນີ້ ຫຍຸ້ງກັບພາລະກິດ ບໍ່ໄດ້ຝຶກ ພະລັງກົງ, ຫຼັງຈາກກັບມາ ບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນເລີຍ ຝ່າງໜຸນ ຍັງຄົງໝູນຢູ່ ເພາະເພິ່ນບໍ່ຢຸດຝັກ. ໃນສະໜອງຂອງທ່ານ ຄິດສະເໝີວ່າ ທ່ານເປັນ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຄວບຄຸມຊັ້ນຊຶ້ງໄວ້ໄດ້ ເພິ່ນກໍ່ບັງເກີດຜົນ. ແຕ່ມີຢູ່ຈຸດນຶ່ງຄື ທ່ານບໍ່ໄດ້ຝຶກພະລັງກົງ ແລະ ຍັງເຮັດຕົວຄື ຄົນທັມມະດາ ເພິ່ນກໍ່ຈະ ສະຫຼາຍໄປ.

ລູກສິດ: ຈະຝຶກ ຝ່າງໜຸນກົງ ຮ່ວມກັບ ມີຈິງ ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ມີຈິງ ກໍ່ເປັນ ຝ່າງໜຸນ ແຕ່ບໍ່ອາດ ຝຶກຮ່ວມກັບ ພະລັງກົງ ຂອງເຮົາ. ຫາກທ່ານຝຶກມີຈິງ ຫຼັງຈາກກໍ່ເກີດ ຝ່າງໜຸນ ແລ້ວ ທ່ານສາມາດຝຶກມີຈິງໄດ້ ເພາະມີຈິງກໍ່ເປັນ ຝ່າງໜຸນ ທີ່ຖືກຕ້ອງ ແຕ່ຈະຝຶກຮ່ວມກັນບໍ່ໄດ້. ຝ່າງໜຸນ ຂອງ ມີຈິງ ນັ້ນ ບຳເພັນ ຊິພະຈອນກາງ, ໝູນໃນແນວພຽງ, ຝ່າງໜຸນ ຂອງ ຂາເຈົ້າ ບໍ່ຄືກັບຂອງເຮົາ, ຢູ່ເທິງໝູນ (ກົງລໍ້) ຂອງຂາເຈົ້າ ມີຄາຖາຢູ່. ສ່ວນຝ່າງໜຸນຂອງເຮົາ ຢູ່ທີ່ທ້ອງນ້ອຍວາງໄວ້ໃນແນວຕັ້ງ, ປິ່ນດ້ານໜ້າທີ່ແປນພຽງອອກຂ້າງນອກ, ທ້ອງນ້ອຍໃຫຍ່ ຊຳນີ້ນຶ່ງ ຝ່າງໜຸນຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ກໍ່ກົນບ່ອນເຕັມແລ້ວ ຫາກໃສເຂົ້າໄປອີກ ອີງກໍ່ຈະຮົກລຸງລັງ.

ລູກສິດ: ຝຶກຝ່າງໜຸນກົງແລ້ວ ຈະຝຶກຫຼັກພະລັງກົງອື່ນ ຂອງ ສາຍພຸດ ນຳໄດ້ບໍ່? ຈະຟັງເທັບ ຂອງ ກວນອິນໄດ້ບໍ່? ອຸບາສິກ ທີ່ຢູ່ເຮືອນ ຫຼັງຈາກຝຶກພະລັງກົງແລ້ວ ຈະອ່ານພຣະສຸດໄດ້ບໍ່? ຈະຝຶກຫຼັກພະລັງກົງຢ່າງອື່ນໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ບັນຫານີ້ ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ເຮັດບໍ່ໄດ້. ແຕ່ລະສຳນັກ ລ້ວນເປັນ ການບຳເພັນ ຊະນິດນຶ່ງ, ຫາກຈະບຳເພັນແທ້ ບໍ່ແມ່ນ ການກຳຈັດພະຍາດ ຮັກສາສຸຂະພາບ, ກໍ່ຕ້ອງຍຶດໝັ້ນ ແນວທາງດຽວ, ນີ້ເປັນບັນຫາ ທີ່ຮ້າຍແຮງ. ການບຳເພັນ ໄປສຸລະດັບຊັ້ນສູງ ຕ້ອງຍຶດໝັ້ນ ແນວທາງດຽວ ແລະ ບຳເພັນຂຶ້ນໄປ, ນີ້ເປັນສັດຈະທັມ ທີ່ເດັດຂາດ ແນ່ນອນ ແລະ ຫຼາຍໆແນວທາງ ຂອງສາຍພຸດ ກໍ່ບໍ່ອາດຈະປະປົນກັນໄດ້. ຫຼັກພະລັງກົງທີ່ເຮົາເວົ້ານີ້ ເປັນ ຂອງໃນ

ລະດັບຊັ້ນສູງ, ຊຶ່ງຜ່ານຍຸກສະໄໝ ທີ່ຍາວນານ ສືບທອດລົງມາ ຈະອາໄສ ຄວາມຮູ້ສຶກຂອງທ່ານບໍ່ໄດ້. ຈາກໃນອີກ ມື້ຕື່ມ ເບິ່ງຂັ້ນຕອນ ການ ປ່ຽນແປງ ຂອງຜູ້ນ ຈະເລິກລ້ຳຢ່າງຍິ່ງ, ຊັບຊ້ອນຢ່າງຍິ່ງ. ກໍ່ຄືກັບ ເຄື່ອງມື ທີ່ລະອຽດອ່ອນ, ຖ້າທ່ານເອົາຊັ້ນສ່ວນນຶ່ງຂອງມັນອອກໄປຈັກອັນ ປ່ຽນເອົາ ຢ່າງອື່ນເຂົ້າໄປແທນ ກໍ່ຈະເສັຍຫາຍທັນທີ. ຫຼັກຜະລັງກົງກໍ່ຄືກັນ ສິ່ງໃດໆ ລ້ວນບໍ່ອາດປະປົນເຂົ້າໄປໄດ້, ຫາກປະປົນເຂົ້າໄປ ຮັບຮອງວ່າ ຈະ ເກີດ ບັນຫາແນ່ນອນ. ວິທີຝຶກຂອງແຕ່ລະສຳນັກ ກໍ່ຄືກັນ ຖ້າທ່ານ ຈະຝຶກ ກໍ່ຕ້ອງ ຍຶດໝັ້ນຢ່າງດຽວ. ຖ້າທ່ານບໍ່ຍຶດໝັ້ນຢ່າງດຽວ ກໍ່ບໍ່ເປັນບໍ່ໄດ້ເລີຍ. ມີຄຳ ເວົ້າວ່າ ຮັບເອົາສ່ວນທີ່ດີທີ່ສຸດ ຂອງ ຫຼາຍໆສຳນັກນັ້ນ ເປັນການເວົ້າ ໃນ ລະດັບຊັ້ນຂອງການປົ່ນປົວພະຍາດສິ່ງເສີມສຸຂະພາບ ຂາເຈົ້າບໍ່ສາມາດ ນຳ ທ່ານໄປສູ່ ລະດັບຊັ້ນສູງໄດ້.

ລູກສິດ: ຫາກຝຶກຜະລັງກົງ ຮ່ວມກັບຄົນທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນ ຈະກະທົບຊຶ່ງກັນ ແລະ ກັນບໍ່?

ອາຈານ: ບໍ່ວ່າຂາເຈົ້າຈະຝຶກຜະລັງກົງອັນໃດ ຜະລັງກົງສາຍຕ້າວກໍ່ດີ, ຜະລັງກົງ ເທບ ກໍ່ດີ, ຜະລັງກົງສາຍພຸດກໍ່ດີ ຫາກເປັນຫຼັກທັມທີ່ຖືກຕ້ອງ ຈະບໍ່ມີ ການແຊກ ແຊງກັບພວກເຮົາໄດ້, ທ່ານກໍ່ຈະບໍ່ແຊກແຊງຂາເຈົ້າ. ຂາເຈົ້າ ຝຶກຢູ່ຕໍ່ໜ້າ ທ່ານ ຈະເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ຂາເຈົ້າ ເພາະຝ້າຫຼຸນເປັນຮ່າງ ໃນອີກ ມື້ຕື່ມ ທີ່ພຽບ ພ້ອມດ້ວຍຄວາມສາມາດຕ່າງໆ (ຫຼົງຖີ້) ບໍ່ແມ່ນການຝຶກ ຕານ, ຜົນ ສາມາດຊ່ວຍເຫຼືອໄດ້ ໂດຍອັດຕະໂນມັດ.

ລູກສິດ: ຈະໃຫ້ ອາຈານຊຶ່ງກົງອື່ນ ປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ໄດ້ບໍ່? ຫາກໄປຝັງການບັນລະຍາຍ ຂອງ ອາຈານຊຶ່ງກົງອື່ນ ຈະມີຜົນສະທ້ອນບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ຫຼັງຈາກອອກຈາກຫ້ອງຮຽນການຝຶກອົບຮົມນີ້ແລ້ວ ທຸກ ທ່ານຈະເຂົ້າໃຈໄດ້ວ່າ ຮ່າງກາຍຂອງທ່ານເປັນແນວໃດ, ເມື່ອຜ່ານໄປ ໃນ ໄລຍະເວລານຶ່ງ ກໍ່ຈະບໍ່ຍອມໃຫ້ທ່ານ ມີພະຍາດອີກແລ້ວ. ຖ້າຫາກມີ ຄວາມ



ຜິດປົກກະຕິອີກ ມັນອາດຄ້າຍຄືວ່າເປັນຫວັດແລະອາດຄ້າຍຄືວ່າປວດທ້ອງ. ທີ່ແທ້ຈິງ ບໍ່ແມ່ນສິ່ງນີ້ອີກແລ້ວ ນັ້ນແມ່ນຄວາມລຳບາກ, ເປັນການຂ້າມ ດ່ານ. ທ່ານຈະໄປຫາອາຈານຊື່ກົງອື່ນແກ້ໄຂນັ້ນ ທ່ານບໍ່ອູ້ (ເຂົ້າໃຈ), ຖ້າ ທ່ານບໍ່ເຊື່ອ ສິ່ງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າ ໃນຄວາມຄິດ ມີແຕ່ສະແຫວງຫາ ກໍ່ຈະໄດ້ ຮັບສື່ສັນຍານ ທີ່ບໍ່ດີລົບກວນ ການບຳເພັນປະຕິບັດ ຂອງ ທ່ານ; ພະລັງກົງ ຂອງອາຈານ ຊື່ກົງ ຄົນນັ້ນ ເປັນຂອງ ຜູ້ຖີ້ (ສິ່ງ ຮ່າງກາຍ) ທ່ານອາດຈະ ເອີ້ນ ສິ່ງນັ້ນ ເຂົ້າມາຫາ. ໄປຝັງການບັນລະຍາຍ ກໍ່ຄືກັນ, ຄິດຈະໄປຝັງ ບໍ່ແມ່ນ ເປັນການສະແຫວງຫາແລ້ວບໍ່? ບັນຫານີ້ ທ່ານໄປ ອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ເອົາເອງ. ນີ້ ເປັນບັນຫາ ຂອງ ຊິ້ນຊຶ້ງ ຂ້າພະເຈົ້າ ຈະບໍ່ສົນໃຈ. ຖ້າຂ້າພະເຈົ້າ ເວົ້າຄືຫຼັກທັມ ຊັ້ນສູງຫຼາຍ ເວົ້າເລື່ອງ ຊິ້ນຊຶ້ງ ຍັງຜິດໄດ້. ທ່ານເຂົ້າຮ່ວມ ຫ້ອງຮຽນການຝຶກ ອົບຮົມ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ມັນບໍ່ ງ່າຍເລີຍ ກວ່າຈະປັບຮ່າງກາຍໃຫ້ແກ່ທ່ານ ໄດ້, ໃນເບື້ອງຕົ້ນ ສື່ສັນຍານ ທີ່ ຕົວທ່ານ ຝຶກຫຍຸ້ງເຫຍື່ອງຫຼາຍ, ຮ່າງກາຍ ຫຍຸ້ງເຫຍື່ອງໄປໝົດ ຂະນະນີ້ ໄດ້ປັບໃຫ້ດີແລ້ວ, ນຳສິ່ງບໍ່ດີຖິ້ມໄປ ເຫຼືອສິ່ງທີ່ ດີໄວ້. ແນ່ນອນ ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ ຄັດຄ້ານ ຮຽນພະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນ, ຫາກຄິດວ່າ ຝ້າຫຼຸນກົງ ບໍ່ດີ, ກໍ່ສາມາດ ໄປຮຽນພະລັງກົງ ຢ່າງອື່ນ, ແຕ່ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ຫາກຮຽນຈົນ ຫຍຸ້ງເຫຍື່ອງຫຼາຍກໍ່ຈະບໍ່ໄຫວ ທ່ານໄດ້ບຳເພັນ ຕຳຜ້າແລ້ວ, ຜ້າເຊັ່ນ (ທັມມະກາຍ) ກໍ່ຢູ່ຂ້າງຕົວທ່ານ, ໄດ້ຂອງສູງແລ້ວ ຍັງຈະໄປຊອກ ຫາອີກ!

ລູກສິດ: ຝຶກຝ້າຫຼຸນພະລັງກົງແລ້ວ ຍັງສຶກສາຫຼັກພະລັງກົງຊະນິດອື່ນໄດ້ບໍ່? ຕົວຢ່າງ ການນວດ, ການປ້ອງກັນຕົວ, ວິຊາດັດຊະນີຂອງຈຸລັງ, ມວຍໄທ'ຈີ້ເປັນຕົ້ນ, ບໍ່ຝຶກພະລັງກົງຢ່າງອື່ນ ແຕ່ອ່ານໜັງສືຈຳພວກນີ້ ຈະເປັນຫຍັງບໍ່?

ອາຈານ: ທ່ານສາມາດຮຽນການນວດແລະປ້ອງກັນຕົວໄດ້, ແຕ່ເວລາເກີດຈິດໃຈຮ້າຍ ກໍ່ຈະຮູ້ສຶກ ບໍ່ສະບາຍໃຈຂຶ້ນມາແລ້ວ, ວິຊາດັດຊະນີຂອງຈຸລັງ, ມວຍໄທ'ຈີ້

ຈັດເປັນ ຊື້ກົງ, ໄປຝຶກ ແລ້ວຈະເພີ່ມສິ່ງຂອງຕ່າງໆເຂົ້າໃນຕົວ. ຂອງ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າ ທີ່ຢູ່ໃນຕົວທ່ານ ກໍ່ຈະບໍ່ບໍລິສຸດ. ອ່ານໜັງສື ທີ່ເວົ້າ ເລື່ອງຊົ່ນຊື່ງ ກໍ່ໄດ້ ແຕ່ໜັງສືບາງຫົວ ຜູ້ຂຽນເອງຍັງບໍ່ເຂົ້າໃຈ ກໍ່ສະຫຼຸບ ເລີຍ, ຈະເຮັດໃຫ້ ຄວາມຄິດທ່ານ ສັບສິນໄດ້.

ລູກສິດ: “ອຸ່ມຝ້າຫຼຸນໜ້າຫົວ” ບາງເວລາມີຈະສຳຜັດຖືກັນ, ເປັນຫຍັງບໍ່?

ອາຈານ: ຢ່າສັມຜັດກັນ, ຂໍ້ກຳນົດຂອງເຮົາ ແມ່ນຕ້ອງແຍກອອກຈາກກັນ, ຖ້າ ສັມຜັດກັນ ພະລັງງານເທິງມື ຈະຖອຍກັບ.

ລູກສິດ: ເວລາ ຝຶກພະລັງກົງຊຸດທີສອງ ຖ້າພວກເຮົາ ບໍ່ສາມາດຍົກແຂນອີກຕໍ່ໄປ ເອົາ ມືລົງ ແລ້ວຈຶ່ງຝຶກຕໍ່ ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ການຝຶກພະລັງກົງນັ້ນ ລຳບາກຫຼາຍ ພໍເມື່ອຍກໍ່ເອົາລົງມາ ກໍ່ຊຳກັບບໍ່ ບັງເກີດ ຜົນຫຍັງ, ກຳນົດໄວ້ວ່າ ເວລາແຮງດົນແຮງດີ ແຕ່ຕ້ອງເຮັດຕາມກຳລັງຂອງ ຕົນເອງ.

ລູກສິດ: ການນັ່ງຂັດສະມາທິສອງຂາ ເປັນຫຍັງ ຜູ້ຍິງ ຈຶ່ງເອົາຂາຊ້າຍ ໄວ້ຂ້າງລຸ່ມ, ຂາ ຂວາ ຢູ່ຂ້າງເທິງ?

ອາຈານ: ເພາະການຝຶກພະລັງກົງຂອງເຮົາ ຄຳນຶງເຖິງພື້ນຖານຈຸດນຶ່ງຄື ຮ່າງກາຍ ຂອງ ຜູ້ຍິງກັບຜູ້ຊາຍ ບໍ່ຄືກັນ, ດັ່ງນັ້ນ ຕ້ອງໄປຝຶກຕົນເອງ ຕາມ ເປັນຖີ່ (ຮ່າງ ແທ້) ຂອງລາວ, ຈຶ່ງສອດຄ່ອງກັບຊີວະວິທະຍາ ຂອງເພດຍິງ ຈຶ່ງຈະມີ ປະສິດ ຕິຜົນ, ຕາມປົກກະຕິ ຜູ້ຍິງນັ້ນ ຂາຊ້າຍ ຮອງ ຂາຂວາ ສອດຄ່ອງກັບ ສະພາບ ຮ່າງກາຍຂອງຕົນເອງ, ຜູ້ຊາຍ ກົງກົນຂ້າມ ຈຸດພື້ນຖານບໍ່ຄືກັນ.

ລູກສິດ: ຈະຝັງເທບບັນທຶກສຽງ ຫຼື ຝັງດິນຕຣີ ຫຼື ທ່ອງບົດກະວີ ຂະນະທີ່ ຝຶກ ພະລັງ ກົງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ຖ້າມີ ດົນຕຣີທີ່ດີ ຂອງ ສາຍພຸດ ກໍ່ສາມາດຝັງໄດ້, ແຕ່ການຝຶກພະລັງກົງ ທີ່  
ແທ້ຈິງ ດົນຕຣີຫຍັງ ກໍ່ບໍ່ຕ້ອງການ ເພາະກຳນົດໃຫ້ ສະຫງົບນຶ່ງ, ການຝັງ  
ເທບບັນທຶກສຽງ ເພື່ອໃຫ້ນຶ່ງຄວາມຄິດ ແທນທີ່ ໜຶ່ງຄວາມຄິດ.

ລູກສິດ: ທະລວງສອງຂົ້ວຈັກກະວານ ຄືໃຫ້ຜ່ອນຄາຍ ຫຼື ກຳນົດໃຫ້ໃຊ້ແຮງ?

ອາຈານ: ທະລວງສອງຂົ້ວຈັກກະວານ ກຳນົດໃຫ້ຍືນຕາມທັມມະຊາດ, ຜ່ອນຄາຍ, ບໍ່  
ກຳນົດຄື ຊຸດທີ່ນຶ່ງ, ຊຸດອື່ນໆຂອງເຮົາ ລ້ວນບໍ່ຄືຊຸດທີ່ນຶ່ງ ລ້ວນແຕ່ຕ້ອງ  
ຜ່ອນຄາຍ.

### 3. ການບຳເພັນປະຕິບັດຊິ້ນຊຶ້ງ

ລູກສິດ: ຂະນ້ອຍຢາກເຮັດໃຫ້ໄດ້ຕາມ “ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢີນ” (ຄວາມຈິງ, ຄວາມ ເມດ  
ຕາ, ຄວາມອິດທິນ) ແຕ່ມື້ວານນີ້ ຝັນວ່າຜິດຖຽງຢ່າງຮ້າຍແຮງ ກັບຄືນອີ່ນ,  
ຜິດຖຽງກັນຫຼາຍຢ່າງຮຸນແຮງ, ຂ້ານ້ອຍ ຄິດຈະອິດທິນ ແຕ່ບໍ່ ສາມາດຍັບຍັ້ງ  
ໄດ້, ນີ້ຄື ການຊ່ວຍຍົກລະດັບຊິ້ນຊຶ້ງ ຂອງ ຂ້ານ້ອຍບໍ່?

ອາຈານ: ແນ່ນອນ, ຄວາມຝັນແມ່ນຫຍັງ ພວກເຮົາໄດ້ເວົ້າແລ້ວ, ທຸກທ່ານໄປເຂົ້າໃຈ  
ເອົາເອງ. ເລື່ອງການຍົກລະດັບຊິ້ນຊຶ້ງນັ້ນ ຈະມາແບບກະທັນຫັນ ບໍ່ແມ່ນ  
ໃຫ້ທ່ານຕຽມຜ່ອມ ຄວາມຄິດໄວ້ດີແລ້ວ ລໍຖ້າຕ້ອນຮັບມັນມາ. ເບິ່ງວ່າ ຄົນ  
ຜູ້ນຶ່ງ ດີຫຼືບໍ່ດີ ມີແຕ່ຢູ່ໃນສະພາວະບໍ່ໄດ້ກະກຽມຜ່ອມຄວາມຄິດ ຈຶ່ງຈະທົດ  
ສອບໄດ້.

ລູກສິດ: ຝ້າຫຼຸນກົງ “ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢີນ” (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອິດທິນ)  
ໃນ “ເຢີນ” (ຄວາມອິດທິນ) ແມ່ນບໍ່ວ່າ ຕ້ອງໄດ້ອິດທິນໃນທຸກເລື່ອງ ບໍ່ວ່າ  
ຈະຖືກຕ້ອງຫຼືບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າເຖິງຄຳວ່າ “ເຢັນ” (ຄວາມອິດທິນ) ຄື ໝາຍເຖິງ ຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບບັນຫາຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວຂອງທ່ານ, ຢູ່ທ່າມກາງ ສິ່ງທີ່ທ່ານຍຶດຕິດປ່ອຍວາງສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ໄດ້ ກໍ່ເພື່ອຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງຂອງທ່ານ. ແທ້ຈິງ “ເຢັນ” (ຄວາມອິດທິນ) ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງບໍ່ດີ ກໍ່ຄືເວົ້າສຳລັບຄົນທັມມະດາສາມັນ ກໍ່ບໍ່ແມ່ນບໍ່ດີ. ເຮົາຈະເລົ່ານິທານເລື່ອງນຶ່ງ: ຫານຊຶ້ງ ເປັນຊຸນຟິນໃຫຍ່, ຕັ້ງແຕ່ນ້ອຍ ມັກດ້ານວິທະຍາຍຸດ, ຄົນຝຶກວິທະຍາຍຸດ ໃນເວລານັ້ນ ມັກພາຍດາບ. ຫານຊຶ້ງຢ່າງໄປຕາມຫົນທາງ ມີອັນທະພານຄົນນຶ່ງ ຢ່າງເຂົ້າມາ ແລະ ເວົ້າວ່າ: “ເຈົ້າພາຍສິ່ງນີ້ເຮັດຫຍັງ? ເຈົ້າກ້າຂ້າຄົນບໍ່? ຖ້າ ເຈົ້າກ້າຂ້າຄົນ ກໍ່ຂ້າຂ້ອຍກ່ອນຕື.” ເວົ້າແລ້ວກໍ່ຍື່ນຄໍອອກມາ: “ຖ້າບໍ່ກ້າ, ກໍ່ຕ້ອງມຸດລອດວ່າງຂາຂ້ອຍໄປ!” ຫານຊຶ້ງຈຶ່ງມຸດລອດໄປ, ຄວາມສາມາດ “ອິດທິນ” ຂອງລາວນັ້ນໃຫຍ່ຫຼວງ. ບາງຄົນ ເບິ່ງຄວາມອິດທິນ ເປັນຄວາມອ່ອນແອ ແລະ ຂີ້ຍ້ານ, ທີ່ຈິງຄົນທີ່ສາມາດອິດທິນໄດ້ ຈະມີຄວາມມຸ່ງໝັ້ນເຂັ້ມແຂງຫຼາຍ. ເວົ້າເຖິງ ເລື່ອງລາວຖືກ ຫຼື ຜິດ, ຕ້ອງເບິ່ງວ່າ ມັນສອດຄ່ອງກັບຫຼັກການຂອງຈັກກະວານຢ່າງແທ້ຈິງຫຼືບໍ່. ທ່ານຄິດວ່າເລື່ອງນຶ່ງທີ່ທ່ານບໍ່ຜິດ, ຖ້າຫາກຄົນອື່ນ ຍິວະໃຫ້ທ່ານໃຈຮ້າຍ, ຄວາມຈິງທ່ານບໍ່ຮູ້ວ່າ ທີ່ແທ້ເປັນເພາະຫຍັງ? ທ່ານເວົ້າວ່າ: “ຂ້ອຍຮູ້, ກໍ່ຄື ເລື່ອງເລັກໜ້ອຍເລື່ອງນຶ່ງ.” ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້ານັ້ນ ເປັນຫຼັກການນຶ່ງ ບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ເບິ່ງເຫັນໃນມິຕິສະສານຂອງເຮົານີ້. ເວົ້າເລື່ອງຫຼັກໆ, ບາງທີ ໃນຊາດກ່ອນທ່ານອາດຕິດໜີ້ຂາເຈົ້າໄວ້, ທ່ານຈະໄຈ້ແຍກວ່າ ມັນຖືກ ຫຼື ຜິດ ໄດ້ບໍ່? ພວກເຮົາຈຶ່ງຕ້ອງອິດທິນ; ມີບໍ່ ຈະຍິວະໃຫ້ຄົນອື່ນໃຈຮ້າຍກ່ອນແລ້ວ ທ່ານຈຶ່ງຈະອິດທິນ? ຄົນທີ່ ຍິວະໃຫ້ທ່ານໃຈຮ້າຍແທ້ໆນັ້ນ ທ່ານບໍ່ພຽງຕ້ອງອິດທິນ ແຕ່ຍັງຂອບໃຈຂາເຈົ້າ. ຂາເຈົ້າດຳທ່ານແລ້ວ ໄປຝ້ອງ ນາຍຄູເປັນຢ່າງໃຫຍ່, ທ່ານຕ້ອງເວົ້າຂອບໃຈໃນໃຈຂອງທ່ານ. ທ່ານເວົ້າ ວ່າ: “ນັ້ນບໍ່ແມ່ນອາຄົວແລ້ວບໍ່?” ນັ້ນແມ່ນ

ຄວາມຄິດຂອງທ່ານ. ໃນເລື່ອງນີ້ ຖ້າທ່ານບໍ່ປະຕິບັດຄືກັນກັບຂາເຈົ້າ, ຊິນຊຶ້ງຂອງທ່ານກໍ່ໄດ້ຍົກລະດັບແລ້ວ. ໃນມິຕິວັດຖຸນີ້ຂາເຈົ້າໄດ້ປຽບແລ້ວ, ແຕ່ຢູ່ຝັ່ງນັ້ນ ຂາເຈົ້າໃຫ້ຂອງແກ່ທ່ານແລ້ວແມ່ນຫຼົບ? ຊິນຊຶ້ງຂອງທ່ານຍົກລະດັບແລ້ວ, ສະສານສີດາກໍ່ໄດ້ປ່ຽນແປງ, ນຶ່ງເທື່ອໄດ້ສາມເທົ່າ, ເປັນຫຍັງຈະບໍ່ຂອບໃຈຂາເຈົ້າ? ຢືນຢູ່ຈຸດຍືນຂອງຄົນທັມມະດາ ກໍ່ຍາກທີ່ຈະເຂົ້າໃຈ. ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ໄດ້ບັນລະຍາຍໃຫ້ກັບຄົນທົ່ວໄປ, ແຕ່ເວົ້າກັບຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ.

ລູກສິດ: ຄົນທີ່ບໍ່ມີ ຜູ້ຖີ້ (ສິງຮ່າງກາຍ) ເມື່ອຍົກລະດັບຊິນຊຶ້ງ ກໍ່ສາມາດຫຼຸດຜົນຈາກຜູ້ຖີ້ (ສິງຮ່າງກາຍ), ແລ້ວຄົນທີ່ມີຜູ້ຖີ້ ຈະເຮັດຢ່າງໃດ? ຈະກຳຈັດມັນໄດ້ແນວໃດ?

ອາຈານ: ນຶ່ງຄົນທຽງທັມຊະນະຮ້ອຍມານ. ມື້ນີ້ທ່ານໄດ້ຮັບຜົນນີ້, ໃນອະນາຄົດເຖິງວ່າມັນຈະໃຫ້ປະໂຫຍດແກ່ທ່ານ ທ່ານກໍ່ບໍ່ຕ້ອງການ. ຖ້າສິ່ງນັ້ນເອົາເງິນ, ຊື່ສຽງ, ຜົນປະໂຫຍດມາໃຫ້ທ່ານ ໃນໃຈທ່ານຍິນດີປຣິດາ, “ເບິ່ງຂ້ອຍມີຄວາມສາມາດຫຼາຍປານໃດ”, ໄດ້ໂອ້ອວດຕໍ່ໜ້າຄົນອື່ນ. ພໍເມື່ອທ່ານທຸກທໍລະມານ ທ່ານກໍ່ບໍ່ເອົາມັນ, ແລ້ວຊອກຫາອາຈານ ເພື່ອປິ່ນປົວໃຫ້ທ່ານ, ດັ່ງນັ້ນ ເວລາທີ່ມັນໃຫ້ປະໂຫຍດກັບທ່ານ ທ່ານເຮັດຢ່າງໃດ? ນັ້ນເປັນເລື່ອງທີ່ບໍ່ສາມາດຄຸ້ມຄອງໄດ້ ເພາະມັນໃຫ້ຜົນປະໂຫຍດກັບທ່ານ ທ່ານກໍ່ຍອມຮັບ, ທ່ານຄິດແຕ່ຈະໄດ້ປະໂຫຍດ ມັນເປັນໄປບໍ່ໄດ້. ມີແຕ່ຕົວທ່ານເອງບໍ່ເອົາ, ເອົາຜົນປະໂຫຍດມາໃຫ້ກໍ່ບໍ່ຮັບ, ບຳເພັນປະຕິບັດໄປຕາມວິທີ ທີ່ ອາຈານບອກສອນ. ຖ້າທ່ານເປັນຄົນທຽງຕົງ, ໃຈໝັ້ນຄົງ, ມັນກໍ່ຈະຢ້ານກົວ, ໃຫ້ປະໂຫຍດແກ່ທ່ານ ທ່ານກໍ່ບໍ່ເອົາ, ມັນກໍ່ຈະໄປ. ຖ້າຍັງບໍ່ໄປອີກ ກໍ່ຊຳກັບມັນເຮັດເລື່ອງຊົ່ວ, ໃນເວລານັ້ນ ຂ້າພະເຈົ້າກໍ່ສາມາດ ຈັດການມັນໄດ້, ມີແຕ່ກວາດມືໄປເທື່ອດຽວ

ມັນກໍ່ບໍ່ເຫຼືອແມ່ນແຕ່ເງົາແລ້ວ. ແຕ່ຫາກທ່ານໄດ້ປະໂຍດກໍ່ຮັບເອົາ ກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ບໍ່ໄດ້.

ລູກສິດ: ຝຶກພະລັງກົງ ໃນສວນສາທາຣະນະ ຈະມີ ຜູ້ຖີ້ (ສົງຮ່າງກາຍ) ບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າ ໄດ້ບອກທຸກທ່ານຫຼາຍເທື່ອແລ້ວ, ພວກເຮົາຄື ການບຳເພັນປະຕິບັດຝຶກຖືກຕ້ອງ, ຫົວໃຈຊື່ຕົງຊະນະຮ້ອຍມານໄດ້! ການບຳເພັນປະຕິບັດຝຶກຖືກຕ້ອງ ຈິດໃຈບໍ່ຮື້ສຸດ, ບໍ່ມີຫຍັງເຂົ້າມາໄດ້. ຝຶກຫຼຸນ ເປັນສິ່ງທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່, ສິ່ງທີ່ບໍ່ດີ ບໍ່ພຽງແຕ່ເຂົ້າມາບໍ່ໄດ້ ຖ້າໄປຢູ່ຕໍ່ໜ້າມັນ ມັນກໍ່ຈະຍ້ານແລ້ວ. ທ່ານບໍ່ເຊື່ອ ກໍ່ລອງໄປຝຶກ ໃນສະຖານທີ່ອື່ນເບິ່ງ ມັນກໍ່ ຈະຍ້ານທ່ານ. ຖ້າຂ້າພະເຈົ້າ ບອກຈຳນວນອອກມາ ທຸກທ່ານ ຈະຮູ້ສຶກວ່າ ເປັນຕາຍ້ານແລະ ມີຄົນຈຳນວນຫຼາຍທີ່ມີ ຜູ້ຖີ້ (ສົງຮ່າງກາຍ). ເມື່ອບັນລຸ ເຖິງການກຳຈັດພະຍາດ ແລະ ເສີມສ້າງສຸຂະພາບ ແລ້ວຍັງຝຶກຕໍ່ໄປ, ທ່ານ ຄິດວ່າຈະໄດ້ສິ່ງໃດ? ຫົວໃຈບໍ່ທ່ຽງຕົງ ກໍ່ເຮັດໃຫ້ເກີດບັນຫາເຫຼົ່ານີ້. ເຖິງ ຢ່າງໃດ ກໍ່ບໍ່ໃຫ້ໂທດ ຄົນພວກນັ້ນ ຂາເຈົ້າ ບໍ່ຮູ້ຈັກຫຼັກການເຫຼົ່ານີ້, ຈຸດປະສົງໜຶ່ງ ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າອອກມາ ກໍ່ຮວມເຖິງເລື່ອງນີ້ ຄື ຊ່ວຍທຸກທ່ານ ແກ້ໄຂຄວາມເຂົ້າໃຈ ທີ່ຜິດພາດເຫຼົ່ານີ້ ໃຫ້ຖືກຕ້ອງ.

ລູກສິດ: ໃນອະນາຄົດ ຈະປາກົດ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຫຍັງແດ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ຢາກເວົ້າ ເພາະສະພາບການ ຂອງແຕ່ລະຄົນ ບໍ່ຄືກັນ, ສະນັ້ນ ມັນຍາກທີ່ຈະເວົ້າ. ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນນີ້ ເກີດຢ່າງນີ້, ລະດັບຊັ້ນນັ້ນ ເກີດຢ່າງນັ້ນ, ທີ່ສຳຄັນຄື ຊົ່ນຊຶ້ງຂອງທ່ານໃນແຕ່ລະລະດັບຊັ້ນ. ຈິດຍຶດຕິດ ທາງດ້ານນີ້ ອາດຈະຖິ້ມໄປໄດ້ແລ້ວ, ກໍ່ຈະເກີດ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ ພິເສດ) ທາງດ້ານນີ້, ແຕ່ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ຂອງທ່ານທີ່ປາກົດນັ້ນຈະຢູ່ໃນຂັ້ນຕອນຕົ້ນ, ຈະບໍ່ສູງ. ຖ້າ ຊົ່ນຊຶ້ງ ບໍ່ບັນລຸເຖິງຊັ້ນສູງ, ກໍ່ບໍ່ສາມາດຈະໃຫ້ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ແກ່ທ່ານໄດ້. ແຕ່ໃນຫ້ອງຮຽນ ການຝຶກ

ອົບຮົມຂອງເຮົາ ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ) ດີໃຊ້ ຈຶ່ງປາກົດອິດທິຣິດຂອງການ  
ຢ່າງ, ຝົນຕົກບໍ່ປຽກ ແລະ ບາງທີກໍ່ປາກົດ ພະລັງກົງເຄື່ອນຍ້າຍສິ່ງຂອງ.

ລູກສິດ: ບຳເພັນ ຊິນຊຶ້ງ, ປະຖົມຈິດຍຶດຕິດທັງໝົດ, ໝາຍຄວາມວ່າ ບັນລຸເຖິງ  
“ຄວາມວ່າງເປົ່າ” ຂອງສາຍພຸດ, “ບໍ່ມີຫຍັງ” ຂອງ ສາຍຕ້າວ ແມ່ນ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ຊິນຊຶ້ງ ທີ່ເຮົາເວົ້າເຖິງ “ກຸສິນ” ນັ້ນ ມັນບໍ່ແມ່ນ “ຄວາມວ່າງເປົ່າ” ຂອງສາຍ  
ພຸດ, “ບໍ່ມີຫຍັງ” ຂອງສາຍຕ້າວທີ່ຈະຄວບຄຸມໄດ້ໝົດ, ໃນທາງ ກົງກັນຂ້າມ  
ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນ ຂອງພວກຂາເຈົ້າທັງໝົດ ຮວມຢູ່ໃນ ຊິນຊຶ້ງ ຂອງ ພວກເຮົາ.

ລູກສິດ: ພຣະພຸດ ຈະເປັນ ພຣະພຸດຕະຫຼອດໄປບໍ່?

ອາຈານ: ຜູ້ທີ່ບຳເພັນປະຕິບັດສຳເລັດ, ຫຼັງຈາກອຸ້ຊັງ (ຕັດສະຮູ້, ຮູ້ແຈ້ງ), ທ່ານກໍ່ ຈັດ  
ເປັນຜູ້ສຳເລັດທັມລະດັບສູງ ແລະ ເປັນຊີວິດທີ່ມີລະດັບຊັ້ນສູງ, ແຕ່ບໍ່  
ສາມາດຮັບຮອງໄດ້ວ່າ ທ່ານຈະບໍ່ເຮັດເລື່ອງທີ່ບໍ່ດີຕະຫຼອດໄປ. ແນ່ນອນ  
ໂດຍທົ່ວໄປ ທີ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນນັ້ນທ່ານຈະບໍ່ເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ, ເພາະວ່າທ່ານໄດ້  
ເຫັນຄວາມຈິງແລ້ວ ແຕ່ຖ້າເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ ກໍ່ຈະຕົກລົງມາຄືກັນ. ເຮັດເລື່ອງ  
ທີ່ດີຕະຫຼອດໄປ ກໍ່ຢູ່ທີ່ນັ້ນຕະຫຼອດໄປ.

ລູກສິດ: ແມ່ນຫຍັງຄື ຄົນທີ່ມີ ຕຳເກີນຈີ້ (ຮາກຖານສູງ)?

ອາຈານ: ອັນນີ້ ສາມາດຕັດສິນໄດ້ຈາກອົງປະກອບຫຼາຍດ້ານ: 1. ເກີນຈີ້ (ຮາກຖານ)  
ຂອງເພິ່ນດີຫຼາຍ; 2. ອຸ້ຊັງ (ຈິດເຂົ້າໃຈ) ສູງຫຼາຍ; 3. ຄວາມອິດທິນ  
ເຂັ້ມແຂງຫຼາຍ; 4. ຈິດຍຶດຕິດມີນ້ອຍ, ເບິ່ງສິ່ງຕ່າງໆໃນໂລກ ຢ່າງຈິດຈາງ,  
ນີ້ແມ່ນ ຕຳເກີນຈີ້ (ຮາກຖານສູງ). ຄົນທີ່ມີຮາກຖານສູງ ຍາກທີ່ຈະຝົບເຫັນ.

ລູກສິດ: ຄົນທີ່ບໍ່ມີ ຕຳເກີນຈີ້ (ຮາກຖານສູງ) ມາຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ຈະມີພະລັງກົງ ອອກ  
ມາບໍ່?

ອາຈານ: ຄົນທີ່ບໍ່ມີຕຳເກີນຈີ່ (ຮາກຖານສູງ) ກໍ່ສາມາດຈະເກີດພະລັງກົງ, ເນື່ອງຈາກວ່າທຸກຄົນມີກຸສົນຢູ່. ມັນເປັນໄປບໍ່ໄດ້ ຈະບໍ່ມີກຸສົນຈັກໜ້ອຍ, ບໍ່ມີຄົນແບບນີ້. ຫາກໃນຕົວທ່ານ ບໍ່ມີສະສານສີຂາວເລີຍ ນອກນັ້ນຍັງມີສະສານສີດຳ, ສະສານສີດຳ ເມື່ອຜ່ານການຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ສາມາດປ່ຽນແປງເປັນສະສານສີຂາວ, ມີແຕ່ຂັ້ນຕອນເພີ່ມຂຶ້ນນຶ່ງຂັ້ນ. ໃນລະຫວ່າງ ຝຶກພະລັງກົງ ທ່ານທົນທຸກໄປແລ້ວ, ຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ້ງດ້ວຍຄວາມພະຍາຍາມ ທ່ານກໍ່ຈະມີພະລັງກົງ, ການຝຶກເປັນເງື່ອນໄຂທີ່ຈຳເປັນ ຕ້ອງມີມາກ່ອນແລະຫຼັງ ຈາກນັ້ນອາໄສ ຝ້າເຊີນ ຂອງ ອາຈານປ່ຽນແປງມັນ ເປັນພະລັງກົງ.

ລູກສິດ: ເວລາທີ່ຄົນ ຜູ້ນຶ່ງເກີດ ຊີວິດຂອງລາວໄດ້ກຳນົດໄວ້ແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ເມື່ອຜ່ານການຕໍ່ສູ້ຊີວິດ ຈະສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ແນ່ນອນ ທ່ານສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້, ການຕໍ່ສູ້ຊີວິດຂອງທ່ານ ກໍ່ຖືກຈັດໄວ້ແລ້ວ ບໍ່ຕໍ່ສູ້ກໍ່ບໍ່ໄດ້, ທ່ານເປັນຄົນທັມມະດາສາມັນ ແຕ່ສິ່ງທີ່ໃຫຍ່ ບໍ່ສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້.

ລູກສິດ: ໃນສະພາບການທີ່ຕາທົບບໍ່ເປີດ ຈະຮູ້ໄດ້ຢ່າງໃດວ່າ ສີສັນຍານທີ່ໄດ້ຮັບນັ້ນ ດີຫຼື ບໍ່ດີ?

ອາຈານ: ຕົວທ່ານຈະໄຈ້ແຍກໄດ້ຍາກ ໃນການຝຶກພະລັງກົງຂອງທ່ານ, ມີບັນຫາຫຼາຍຢ່າງ ເປັນການທົດສອບຊັ້ນຊຶ້ງຂອງທ່ານ. ຝ້າເຊີນຄຸ້ມຄອງທ່ານ ບໍ່ໃຫ້ເກີດອັນຕະລາຍເຖິງແກ່ຊີວິດ ແຕ່ມີບາງຢ່າງທີ່ເກີດຂຶ້ນ ບໍ່ແນ່ວ່າເຜີນຈະເບິ່ງແຍງ ຕ້ອງໃຫ້ທ່ານຂ້າມໄປເອງ, ໄປປ່ຽນແປງເອງ, ໄປອູ້ (ເຂົ້າໃຈ) ເອົາເອງ. ບາງທີ ສີສັນຍານທີ່ບໍ່ດີມາຮອດແລ້ວ ແລະ ມັນບອກທ່ານວ່າ ຫວຍມື້ນີ້ ແມ່ນເລກຫຍັງ, ບາງທີມັນອາດຈະຖືກ ຫຼື ບາງທີມັນອາດຈະຜິດ ຫຼື ບອກເລື່ອງອື່ນໃຫ້ທ່ານ, ກໍ່ເບິ່ງວ່າທ່ານຈະເຮັດຢ່າງໃດ. ຫາກໃຈທ່ານຕົງ ສິ່ງຊົ່ວຮ້າຍຈະບໍ່ລ່ວງລ້າ, ມີແຕ່ທ່ານຮັກສາຊັ້ນຊຶ້ງໄວ້ໄດ້ ກໍ່ບໍ່ມີບັນຫາ.



ລູກສິດ: ເວລາທີ່ອາລົມບໍ່ໜັ້ນຄົງ ຈະຝຶກຜະລັງກົງໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ເວລາທີ່ອາລົມບໍ່ດີ ທ່ານນັ່ງລົງປ່ອນນັ້ນ ກໍ່ສະຫງົບລົງບໍ່ໄດ້, ຄວາມຄິດ ມີແຕ່  
ຄິດເລື່ອງບໍ່ດີ, ການຝຶກຜະລັງກົງນັ້ນ ມີສີ່ສັນຍານຢູ່, ຖ້າສະໜອງຄິດ ສິ່ງບໍ່ດີ  
ເມື່ອທ່ານຝຶກຜະລັງກົງກໍ່ຝຶກເຂົ້າໄປແລ້ວ ກໍ່ຄືວ່າຈົງໃຈຝຶກວິຊາມານ. ຜະລັງ  
ກົງທີ່ທ່ານຝຶກ ອາດຈະເປັນອາຈານທີ່ມີຊື່ສຽງສອນໃຫ້ທ່ານ ຫຼື ອາດຈະເປັນ  
ອາຈານຊັ້ນສູງສອນໃຫ້ທ່ານ ຫຼື ພຣະມີຈົງ ເຜີຍແຜ່ໃຫ້ທ່ານ, ແຕ່ທ່ານບໍ່  
ກຳນົດຕົວເອງຢ່າງເຄັ່ງຄັດ ຕາມຂໍ້ກຳນົດຊັ້ນຊື່ງຂອງພວກເພິ່ນ ກໍ່ຈະບໍ່ແມ່ນ  
ຜະລັງກົງຂອງເພິ່ນ, ຢ່າເຫັນແຕ່ວ່າເພິ່ນເປັນຄົນສອນໃຫ້. ເຮົາລອງຄິດເບິ່ງ,  
ສົມມຸດວ່າ ທ່ານຍືນຝຶກຢູ່ປ່ອນນັ້ນ ເມື່ອຍຫຼາຍແທ້ໆ ແຕ່ໃນສະໜອງ  
ຄວາມຄິດແລ່ນໄປແລ່ນມາຫຼາຍ: ໃນອົງການຂອງພວກເຮົາ ຄົນນັ້ນເປັນ  
ຫຍັງຊື່ວ່າແບບນີ້? ເພິ່ນໄປຝ້ອງຂ້ອຍ ໄດ້ແນວໃດກັນ? ເຮັດຢ່າງໃດ ໃຫ້  
ເງິນເດືອນຂຶ້ນ? ໃນປັດຈຸບັນ ລາຄາສິນຄ້າໄດ້ເພີ່ມຂຶ້ນແລ້ວ ຂ້ອຍຕ້ອງຈ່າຍ  
ຫຼາຍຂຶ້ນ. ດັ່ງນັ້ນ ແມ່ນບໍ່ວ່າ ທ່ານກຳລັງຝຶກວິຊາມານຢ່າງຈົງໃຈ, ດ້ວຍຈິດ  
ສຳນຶກຮອງໂດຍບໍ່ຮູ້ຕົວ? ສະນັ້ນ ໃນເວລາອາລົມບໍ່ດີບໍ່ຄວນຝຶກ.

ລູກສິດ: ມາດຕະຖານຂອງ “ຊັ້ນຊື່ງສູງສຸດ” ແມ່ນຫຍັງ?

ອາຈານ: ຊັ້ນຊື່ງ ມາຈາກການບຳເພັນປະຕິບັດ ບໍ່ມີມາດຕະຖານຫຍັງ, ມັນຂຶ້ນຢູ່ ກັບ  
ຕົວທ່ານເອງທີ່ຈະເຂົ້າໃຈ. ສົມມຸດວ່າ ຈະເວົ້າໃຫ້ມີມາດຕະຖານໃຫ້ໄດ້ ກໍ່ຄື  
ເມື່ອທ່ານພົບພໍ້ເລື່ອງລາວ ທ່ານຕ້ອງຄິດວ່າ: ຖ້າເປັນຜູ້ຮູ້ແຈ້ງ ຂາເຈົ້າຄວນ  
ເຮັດຢ່າງໃດ? ບຸກຄົນຕົວຢ່າງ ແນ່ນອນຈະໂດດເດັ່ນຫຼາຍ ແຕ່ຂາເຈົ້າເປັນ  
ພຽງຕົວແບບ ສຳລັບຄົນທັມມະດາສາມັນ.

ລູກສິດ: ບໍ່ຄວນສະແດງອາການສົງໄສຕໍ່ການບັນລະຍາຍຂອງອາຈານຊື່ກົງ ແຕ່ເມື່ອວ່າ  
ພົບພວກທີ່ຫຼອກລວງຄົນຫຼອກເອົາເງິນ ຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ນັ້ນກໍ່ບໍ່ແນ່, ກ່ອນອື່ນທ່ານຕ້ອງຝັງເບິ່ງວ່າ ເພິ່ນເວົ້າຫຍັງ. ຫາກພົບພວກ ທີ່  
ຫຼອກລວງຄືນ ທ່ານໄປແຍກແຍະເບິ່ງວ່າອາຈານຊື່ກົງດີຫຼືບໍ່ດີ, ເບິ່ງທີ່ ຊື່ນຊື່ງ  
ຂອງເພິ່ນວ່າສູງຊໍ່າໃດ ພະລັງກົງຂອງເພິ່ນກໍ່ສູງຊໍ່ານັ້ນ.

ລູກສິດ: ຈະສະຫຼາຍກັນໄດ້ຢ່າງໃດ, ໝາຍເຖິງທີ່ເວົ້າກັນໃນສາສນາພຸດ ເລື່ອງຊໍາລະ  
ໜີ້ກັນ?

ອາຈານ: ການຝຶກພະລັງກົງດ້ວຍຕົນເອງ ກໍ່ຄືການສະຫຼາຍກັນ. ມັນເປັນສິ່ງດີທີ່ສຸດ ຄື  
ຍົກລະດັບ ຊື່ນຊື່ງຂອງທ່ານ; ສາມາດປ່ຽນແປງສະສານສີດໍາເປັນສີ່ງຂອງ  
ສີຂາວ ນັ້ນຄື “ເຕີ” (ກຸສິນ) ຊຶ່ງເປັນສະສານ ແລ້ວປ່ຽນແປງກຸສິນເປັນພະລັງ  
ກົງ.

ລູກສິດ: ຝຶກຝ່າຫຼຸນກົງ ມີຂໍ້ຫ້າມຫຍັງບໍ່?

ອາຈານ: ສິ່ງທີ່ຕ້ອງລະເວັ້ນໃນສາສນາພຸດ ພວກເຮົາກໍ່ລະເວັ້ນເປັນສ່ວນໃຫຍ່. ແຕ່  
ວິທີເບິ່ງບໍ່ຄືກັນ, ພວກເຮົາ ບໍ່ແມ່ນພຣະສົງ, ຕ້ອງໃຊ້ຊີວິດ ຢູ່ໃນໝູ່ຄົນ  
ຫມໍ້ມະດາສາມັນ, ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງບໍ່ຄືກັນ. ບາງຢ່າງ ໃຫ້ເບິ່ງມັນໃຫ້ຈິດຈາງ ກໍ່  
ພໍແລ້ວ. ແນ່ນອນ ຕາມການຍົກລະດັບຊັ້ນຂອງກົງລີ້ (ແຮງພະລັງ) ຂຶ້ນ ຢ່າງ  
ຕໍ່ເນື່ອງ, ເມື່ອບັນລຸເຖິງ ລະດັບຊັ້ນສູງຫຼາຍ ຂໍ້ກຳນົດຕໍ່ ຊື່ນຊື່ງ ຂອງທ່ານກໍ່  
ຈະສູງຍິ່ງຂຶ້ນ.

#### 4. ທ່ຽນມຸ້ (ຕາທິບ)

ລູກສິດ: ຂະນະທີ່ ທ່ານອາຈານບັນລະຍາຍຝ່າ ລາວໄດ້ເຫັນຢູ່ເທິງຫົວອາຈານ ມີວົງ  
ຮັດສະໝີສີຄໍາສູງ 3 ຝຸດ, ດ້ານຫຼັງ ມີວົງຮັດສະໝີ ຫຼາຍແສງສີຄໍາ ໃຫຍ່ນ້ອຍ  
ຂະໜາດປະມານຫົວ?

ອາຈານ: ລະດັບຊັ້ນ ຕາທິບຂອງຄົນນີ້ ບໍ່ຕໍ່າແລ້ວ.

ລູກສິດ: ເບິ່ງເຫັນແສງສີຄຳປົນອອກມາກັບເຫຼົ້າ ທີ່ລູກສິດຂອງອາຈານຝັນອອກມາ  
ຂະນະປົນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນ?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າວ່າຄົນຜູ້ນີ້ຝຶກບໍ່ຂີ້ຮ້າຍ, ເບິ່ງເຫັນກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ)  
ທີ່ສິ່ງອອກໄປ.

ລູກສິດ: ເດັກນ້ອຍທີ່ຕາທິບເປີດ ມີຜົນສະທ້ອນຕໍ່ຂາເຈົ້າບໍ່? ຕາທິບເປີດແລ້ວ ຈະ  
ປ່ອຍພະລັງງານອອກມາໄດ້ ແມ່ນ ຫຼື ບໍ່?

ອາຈານ: ເດັກນ້ອຍຕໍ່າກວ່າ 6 ປີ ເປີດຕາທິບໄດ້ງ່າຍຫຼາຍ, ເດັກນ້ອຍ ບໍ່ຝຶກພະລັງກົງ  
ກໍ່ຄືພະລັງງານຮົ່ວໄຫຼອອກໄປທາງນອກ, ແຕ່ໃນຄອບຄົວ ຕ້ອງມີຄົນຝຶກ  
ພະລັງກົງຢ່າງແນ່ນອນ. ດີທີ່ສຸດຄື ແຕ່ລະມື້ບອກໃຫ້ລາວເບິ່ງທັມນຶ່ງໜ້າ  
ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ປົດຄົນອີກ, ຂະນະດຽວກັນ ກໍ່ບໍ່ໃຫ້ຮົ່ວໄຫຼອອກໄປທາງ  
ນອກຫຼາຍເກີນໄປ. ດີທີ່ສຸດຄື ເດັກນ້ອຍຕ້ອງຝຶກພະລັງກົງເອງ. ເພາະ  
ພະລັງງານຫຼາຍ ກໍ່ຈະຮົ່ວໄຫຼອອກມາຫຼາຍ, ສິ່ງທີ່ກະທົບ ບໍ່ແມ່ນກາຍເນື້ອ  
ຂອງພວກຂາເຈົ້າ ແຕ່ເປັນສິ່ງ ທີ່ເປັນແກ່ນແທ້ທີ່ສຸດ. ແຕ່ຖ້າຮັກສາໄວ້ໄດ້ດີ  
ກໍ່ຈະບໍ່ກະທົບ, ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າໄປຫວ່າງຢ່ານີ້ ຄື ເດັກນ້ອຍ ບໍ່ແມ່ນຜູ້ໃຫຍ່.  
ຕາທິບຂອງບາງຄົນ ບໍ່ແມ່ນວ່າພົບເປີດແລ້ວກໍ່ຍ້ານຈະປ່ອຍພະລັງງານ, ແຕ່ວ່າ  
ມັນເປີດກວ້າງຢູ່, ບໍ່ຍ້ານປ່ອຍພະລັງງານ, ແຕ່ຈະເບິ່ງບໍ່ເຫັນສິ່ງຂອງໃນ  
ລະດັບຊັ້ນສູງ. ແຕ່ບາງຄົນ ກໍ່ສາມາດເຫັນສິ່ງຂອງໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ເວລາທີ່  
ເບິ່ງເຫັນ, ຝ່າຊື່ນ ຫຼື ອາຈານຊັ້ນສູງອື່ນໆ ຈະສົ່ງພະລັງງານໃຫ້, ອັນນີ້ບໍ່ເປັນ  
ບັນຫາ.

ລູກສິດ: ເບິ່ງເຫັນຢູ່ເທິງຕົວອາຈານ ມີແສງສີຄຳເຫຼື້ອມ ແລະ ຍັງມີເງົາ ຂອງ ອາຈານ,  
ພົບຕາບາດນຶ່ງກໍ່ຫາຍໄປ, ມັນເປັນແນວໃດອາຈານ?

ອາຈານ: ນີ້ຄື ຝ້າເຊັ່ນຂອງຂ້າພະເຈົ້າ, ຂະນະທີ່ຂ້າພະເຈົ້າບັນລະຍາຍທັມ ເທິງຫົວຈະມີ ຫຼັກພະລັງກົງ, ໃນລະດັບຊັ້ນຂອງຂ້າພະເຈົ້າກໍ່ເປັນຢ່າງນີ້. ພັບຕາອີກບາດນຶ່ງ ກໍ່ບໍ່ມີແລ້ວ, ນີ້ເປັນເພາະທ່ານເອງ ຍັງໃຊ້ຕາທົບບໍ່ເປັນ ທ່ານເບິ່ງມັນດ້ວຍຕາ ຂອງທ່ານ.

ລູກສິດ: ຈະໃຊ້ກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄດ້ຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ການນຳພາກົງເໜຶ່ງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ໄປໃຊ້ໃນເລື່ອງ ວິທະຍາສາດ ການທະຫານ ຫຼື ເຕັກໂນໂລຢີຊັ້ນສູງອື່ນໆ ຫຼື ໃຊ້ສຳລັບຄວາມຮູ້ ຂ້າພະເຈົ້າ ຄິດວ່າໃນນີ້ມີບັນຫານຶ່ງຢູ່. ຈັກກະວານຂອງເຮົານີ້ ມີຄຸນສົມບັດພິເສດຢູ່, ຫາກພຽງ ມັນສອດຄ່ອງກັບຄຸນສົມບັດພິເສດນີ້ ຈຶ່ງຈະໄດ້ຜົນ; ຖ້າບໍ່ ສອດຄ່ອງ ກັບຄຸນສົມບັດພິເສດນີ້ກໍ່ບໍ່ໄດ້ຜົນ. ແມ່ນແຕ່ ຈະໃຫ້ລາວເຮັດ ເລື່ອງທີ່ດີ ຫຼື ສິ່ງທີ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ຂາເຈົ້າກໍ່ເຮັດບໍ່ໄດ້ ຢ່າງຫຼາຍກໍ່ໄດ້ແຕ່ ຮູ້ສຶກ. ຖ້າໃຊ້ຄວາມສາມາດເລັກໜ້ອຍ ຈະບໍ່ເປັນອຸປະສັກ ຕໍ່ການ ພັດທະນາ ສັງຄົມຕາມປົກກະຕິ. ຫາກລາວຄິດຈະ ປ່ຽນແປງບາງສິ່ງ ບາງ ຢ່າງນັ້ນ ຕ້ອງເຮັດເລື່ອງທີ່ໃຫຍ່ຫຼາຍໆ, ຈຳເປັນຕ້ອງໃຫ້ລາວ ເຮັດຫຼືບໍ່, ລາວ ກຳນົດບໍ່ໄດ້ ເພາະການພັດທະນາໃນສັງຄົມ ບໍ່ແມ່ນ ປ່ຽນແປງໄປຕາມ ຄວາມປາຖນາຂອງຄົນ. ລາວຄິດຈະບັນລຸເຖິງລະດັບໃດ ເລື່ອງນີ້ ໃຜກໍ່ເປັນ ຜູ້ກຳນົດບໍ່ໄດ້.

ລູກສິດ: ຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຄົນເຂົ້າອອກຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຄວາມຮູ້ສຶກຂອງພວກເຮົາເວົ້າມານັ້ນ ໂດຍທົ່ວໄປ ຈະອອກຈາກຂະໜ່ອມ. ແນ່ນອນ ບໍ່ໄດ້ຈຳກັດພຽງທໍ່ນັ້ນ ມັນສາມາດອອກຈາກທີ່ໃດໆກໍ່ໄດ້. ບໍ່ຄື ຫຼັກພະລັງກົງບາງຢ່າງ ທີ່ເນັ້ນວ່າຕ້ອງອອກຈາກຂະໜ່ອມທໍ່ນັ້ນ, ສາມາດ ອອກຈາກຮ່າງກາຍ ບ່ອນໃດກໍ່ໄດ້. ການກັບເຂົ້າໄປກໍ່ຄືກັນ.

ລູກສິດ: ບໍ່ຮູ້ເວນຕາທິບມີແສງສີແດງ ທາງກາງເປັນຖ້ຳມືດດຳ, ດອກໄມ້ບານອອກ  
ເທື່ອລະຊ້ຳຢ່າງໄວໆ ນີ້ເປັນການເປີດຕາທິບ ຫຼື ບໍ່? ຍັງມີບາງບ່ອນ ມີ  
ແສງດາວ ຫຼືວ່າ ຝ້າແມບເຫຼື້ອມບໍ່?

ອາຈານ: ເມື່ອທ່ານເປີດຈິນມີແສງດາວ, ກໍ່ເປີດເກືອບໝົດແລ້ວ, ເມື່ອມີຝ້າແມບ  
ເຫຼື້ອມ ກໍ່ເປີດເກືອບໝົດແລ້ວແທ້ໆ.

ລູກສິດ: ຂ້ານ້ອຍເຫັນຢູ່ເທິງຫົວ ເທິງຕີນຕົວຂອງອາຈານ ມີວົງແສງສີແດງ, ວົງແສງ  
ສີຂຽວ, ແຕ່ຖ້າຫຼັບຕາ ຈະບໍ່ເຫັນຫຍັງເລີຍ, ແມ່ນບໍ່ວ່າ ເຫັນໂດຍຜະລັງແສງ  
ແນວໜຶ່ງ?

ອາຈານ: ບໍ່ແມ່ນໃຊ້ຜະລັງແສງເບິ່ງ, ທ່ານພຽງແຕ່ບໍ່ສາມາດຫຼັບຕາເບິ່ງ, ເບິ່ງເຫັນ  
ເວລາທ່ານມືນຕາ. ສ່ວນຫຼາຍ ຄົນທີ່ຕາທິບເປີດຈະໃຊ້ບໍ່ເປັນ, ບາງທີມືນຕາ  
ຢູ່ ກໍ່ສາມາດເຫັນໄດ້ ໂດຍບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈ, ແຕ່ຫາກວ່າ ທ່ານຄິດຈະເບິ່ງ ໃຫ້  
ລະອຽດ, ຄວາມຈິງຄືການໃຊ້ດວງຕາ, ກໍ່ຈະບໍ່ເຫັນອີກແລ້ວ, ພໍທ່ານບໍ່  
ຕັ້ງໃຈ ກໍ່ເຫັນອີກ.

ລູກສິດ: ລູກສາວຂອງຂ້ານ້ອຍເບິ່ງເຫັນວົງມົນໃນອາກາດ, ນາງບໍ່ສາມາດອະທິບາຍ,  
ພໍບອກໃຫ້ນາງເບິ່ງສັນຍະລັກຝ້າຫຼຸນ ນາງບອກວ່າກໍ່ຄືອັນນີ້, ຕາທິບຂອງ  
ນາງ ເປີດແທ້ບໍ່?

ອາຈານ: ສຳລັບປ້າຍຝ້າຫຼຸນຂອງພວກເຮົາ, ພໍເດັກນ້ອຍຕ່ຳກວ່າ 6 ປີ ເຫັນແບບດຽວ  
ຕາທິບກໍ່ເປີດ, ແຕ່ສຳລັບທ່ານບໍ່ຄວນເຮັດນຳແນວນີ້, ເດັກນ້ອຍນັ້ນສາມາດ  
ເບິ່ງເຫັນໄດ້.

ລູກສິດ: ຕາທິບເປີດແລ້ວ ບໍ່ສາມາດໃຊ້ໄດ້, ຂໍໃຫ້ອາຈານ ຊ່ວຍອະທິບາຍ?

ອາຈານ: ເມື່ອຕາທິບ ເປີດໂລ່ງຫຼາຍແລ້ວ ຄົນທີ່ໃຊ້ບໍ່ເປັນກໍ່ຈະໃຊ້ເປັນ; ຈະແຈ້ງ  
ສະຫວ່າງຫຼາຍ, ພໍໃຊ້ໄດ້ແລ້ວ ຄົນທີ່ໃຊ້ບໍ່ເປັນກໍ່ຈະເປັນ. ໃຊ້ຕາທິບເບິ່ງ ສິ່ງ

ຂອງນັ້ນ ເຫັນໄດ້ໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ ແຕ່ພໍຕັ້ງໃຈຈະເບິ່ງ ເຮົາໃຊ້ດວງຕາ ໂດຍບໍ່  
ຮູ້ສຶກຕົວ, ໃຊ້ເສັ້ນປະສາດຕາຈຶ່ງເບິ່ງບໍ່ເຫັນ.

ລູກສິດ: ຫຼັງຈາກຕາທົບເປີດ ສິ່ງທີ່ເຫັນ ຄືສິ່ງຂອງທັງໝົດມີຕິຈັກກະວານບໍ?

ອາຈານ: ການເປີດຕາທົບຂອງເຮົານັ້ນ ແບ່ງເປັນລະດັບຊັ້ນ, ຫຼື ເວົ້າໄດ້ວ່າ ຮູບພາບ  
ທີ່ແທ້ຈິງ ທີ່ທ່ານເຫັນໄດ້ຫຼາຍໜ້ອຍຊໍ່ໃດ ຊຶ່ງກໍານົດໂດຍລະດັບຊັ້ນ. ການ  
ເປີດຕາທົບນັ້ນ ບໍ່ແມ່ນວ່າຈະເຫັນທຸກສິ່ງໃນຈັກກະວານໄດ້, ແຕ່ວ່າ ໃນ  
ລະຫວ່າງທີ່ຝຶກຜະລັງກົງ ທ່ານຄ່ອຍໆຍົກລະດັບຊັ້ນສູງຂຶ້ນ, ສຸດທ້າຍໄດ້  
ບັນລຸຊ່າຍອູ້ (ເປີດຄວາມເຂົ້າໃຈ), ທ່ານຈຶ່ງສາມາດເບິ່ງເຫັນຫຼາຍລະດັບຊັ້ນ  
ຂຶ້ນ, ນັ້ນກໍ່ປະກັນບໍ່ໄດ້ວ່າ ສິ່ງທີ່ທ່ານເຫັນນັ້ນຄືສັດຈະທັມທັງໝົດ ຂອງ  
ຈັກກະວານ. ເນື່ອງຈາກໃນເວລາອົງສັກກິຍະມຸນີ ເຜີຍແຜ່ຫຼັກທັມຂອງພຣະ  
ອົງນັ້ນ ກໍ່ຍົກລະດັບຂຶ້ນບໍ່ມີຢຸດ, ແຕ່ລະເທື່ອ ທີ່ຍົກລະດັບຂຶ້ນຂຶ້ນໄປ ກໍ່ພົບ  
ເຫັນວ່າ ສິ່ງທີ່ພະອົງເວົ້າກ່ອນໜ້ານັ້ນ ແມ່ນບໍ່ມີຄວາມໝັ້ນຄົງ; ເມື່ອຂຶ້ນໄປ  
ອີກ ພໍເບິ່ງລົງມາກໍ່ພົບວ່າບໍ່ຖືກຕ້ອງອີກແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ສຸດທ້າຍພຣະອົງ ຈຶ່ງ  
ເວົ້າວ່າ “ຫຼັກທັມບໍ່ຕາຍຕົວ” ລະດັບຊັ້ນນຶ່ງ ກໍ່ມີຫຼັກການນຶ່ງ. ພຣະອົງ ກໍ່ບໍ່  
ສາມາດເບິ່ງເຫັນ ສັດຈະທັມທົ່ວທັງໝົດຂອງຈັກກະວານ. ສໍາລັບຄົນທົ່ວໄປ  
ພວກເຮົາຢູ່ໃນໂລກບໍາເພັນປະຕິບັດ ຈົນບັນລຸລະດັບຊັ້ນ ພຣະຍູໄລ ກໍ່ນັບວ່າ  
ເຫຼືອເຊື້ອແລ້ວ, ເນື່ອງຈາກວ່າ ຂາເຈົ້າຮູ້ແຕ່ລະດັບຊັ້ນ ພຣະຍູໄລ, ສິ່ງທີ່ສູງ  
ກວ່ານັ້ນຂາເຈົ້າກໍ່ບໍ່ຮູ້ ຈຶ່ງຍອມຮັບບໍ່ໄດ້, ພຣະຍູໄລ ເປັນລະດັບຊັ້ນນ້ອຍ  
ລະດັບນຶ່ງ ໃນພຸດທະທັມ, ຕໍ່າຝ້າ ບໍ່ມີຂອບເຂດ ຄວາມໝາຍກໍ່ຄືຢ່າງນີ້.

ລູກສິດ: ສິ່ງທີ່ເຮົາເບິ່ງເຫັນ ເທິງຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ ມີຢູ່ແທ້ຈິງບໍ?

ອາຈານ: ແນ່ນອນມີຢູ່ແທ້ຈິງ, ມີຕິທັງໝົດລ້ວນປະກອບຂຶ້ນຈາກສະສານ, ມີແຕ່ ໂຄງ  
ສ້າງບໍ່ຄືກັນກັບຂອງພວກເຮົາ.

ລູກສິດ: ການຢັ້ງຮູ້ລ່ວງໜ້າຂອງຂ້ານ້ອຍ ສ່ວນໃຫຍ່ຈະຄືກັນກັບເລື່ອງທີ່ເກີດຂຶ້ນ, ເພາະຫຍັງ?

ອາຈານ: ນີ້ຄືຄວາມສາມາດຢັ້ງຮູ້ລ່ວງໜ້າທີ່ເຮົາກຳລັງເວົ້າກັນ, ຄວາມຈິງກໍ່ຄືຂັ້ນຕອນ ຂອງລະດັບຊັ້ນ ທີ່ຕໍ່າສຸດຂອງຄວາມສາມາດ ເບິ່ງເຫັນອະດີດແລະອະນາຄົດ. ພະລັງກົງທີ່ພວກເຮົາຝຶກ ແມ່ນຢູ່ໃນອີກມິຕິໜຶ່ງ, ໃນມິຕິນັ້ນ ບໍ່ມີແນວຄິດ ດ້ານເວລາ ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ຫ່າງໄກຊ່ຳໃດກໍ່ຈະຄືກັນ.

ລູກສິດ: ຂະນະຝຶກພະລັງກົງ ຄົນທີ່ມີສິສັ້ນກັບມິຕິ ແລະ ຮູບທັງໝົດ ກໍ່ປາກົດເປັນສີ?

ອາຈານ: ຕາທິບຂອງທ່ານເປີດແລ້ວ, ສິ່ງທີ່ທ່ານເບິ່ງເຫັນທັງໝົດນັ້ນ ຢູ່ໃນອີກມິຕິ ອື່ນ. ນອກຈາກນັ້ນ ມິຕິເຫຼົ່ານີ້ ແບ່ງເປັນລະດັບຊັ້ນ, ສິ່ງທ່ານເຫັນ ຄືຈະເປັນ ລະດັບຊັ້ນ ໜຶ່ງໃນຈຳນວນນັ້ນມັນຈະສວຍງາມແບບນີ້.

ລູກສິດ: ຂະນະຝຶກພະລັງກົງ ທັນໃດກໍ່ເກີດສຽງດັງຂຶ້ນ, ຮູ້ສຶກວ່າຮ່າງກາຍ ຖືກເປີດລູ ລ່ວງ, ທັນໃດກໍ່ເຂົ້າໃຈເລື່ອງລາວຫຼາຍຢ່າງ?

ອາຈານ: ບາງຄົນທີ່ຝຶກພະລັງກົງ ຈະເກີດສະພາວະແບບນີ້ໄດ້ງ່າຍ, ແຕກອອກໃນສ່ວນ ໜຶ່ງຂອງຮ່າງກາຍ, ດ້ານໃນດ້ານໜຶ່ງ ເປີດຄວາມເຂົ້າໃຈແລ້ວ, ຈັດເປັນ ສະພາວະຄ່ອຍໆເປີດຄວາມເຂົ້າໃຈ. ເມື່ອການບຳເພັນປະຕິບັດ ລະດັບຊັ້ນ ໜຶ່ງຂອງທ່ານຈົບແລ້ວ ກໍ່ແຕກອອກສ່ວນໜຶ່ງ, ນີ້ເປັນເລື່ອງປົກກະຕິ.

ລູກສິດ: ບາງເທື່ອມີຄວາມຮູ້ສຶກເຄື່ອນຍ້າຍບໍ່ໄດ້ ເປັນເພາະເຫດໃດ?

ອາຈານ: ການຝຶກພະລັງກົງໃນໄລຍະຕົ້ນ ທ່ານອາດມີຄວາມຮູ້ສຶກແບບນີ້, ທັນໃດ ນັ້ນ ມີ ຫຼື ສ່ວນໃດສ່ວນໜຶ່ງບໍ່ສາມາດເຄື່ອນຍ້າຍ, ເພາະເຫດໃດ? ເພາະ ທ່ານມີກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ) ຊະນິດໜຶ່ງແລ້ວ, ເອີ້ນວ່າ ພະລັງສະກົດ ໃຫ້ໜຶ່ງ (ຕັ້ງກົງ). ນີ້ເປັນ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດ) ຊະນິດໜຶ່ງທີ່ທ່ານມີຢູ່. ພະລັງກົງຊະນິດນີ້ ມີພະລັງຄວາມສາມາດໃຫຍ່ຫຼວງຫຼາຍ, ເມື່ອຄົນຜູ້ໜຶ່ງ

ເຮັດເລື່ອງບໍ່ດີ ແລະ ກຳລັງແລ່ນໜີ ທ່ານເວົ້າວ່າ “ຕັ້ງ”, ລາວກໍບໍ່ສາມາດ  
ເຄື່ອນຍ້າຍໄດ້ໃນເວລານັ້ນ.

ລູກສິດ: ເມື່ອໃດຈຶ່ງປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນໄດ້? ເມື່ອກ່ອນ ຂ້ານ້ອຍປິ່ນປົວພະຍາດ  
ໃຫ້ຄົນໄດ້ຜົນໄດ້ໃນລະດັບນຶ່ງ, ຫຼັງຈາກຝຶກຝາກຫຼຸ່ນກົງ ມີຄົນໃຫ້ຂ້ານ້ອຍ  
ປິ່ນປົວ, ຂ້ານ້ອຍຈະປິ່ນປົວໃຫ້ຂາເຈົ້າ ໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າ ເຫັນຄົນຢູ່ໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມນີ້ ບໍ່ວ່າເມື່ອກ່ອນ ທ່ານເຄີຍ  
ຮຽນຫຼັກພະລັງກົງຂອງສຳນັກໃດ, ຝຶກມາດົນປານໃດ, ສາມາດບັນລຸເຖິງ  
ລະດັບທີ່ປິ່ນປົວພະຍາດໄດ້ຫຼືບໍ່ ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນຕ່ຳ, ຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ຢາກໃຫ້  
ທຸກທ່ານປິ່ນປົວພະຍາດ ເພາະທ່ານເອງ ບໍ່ຮູ້ວ່າຕົວເອງ ຢູ່ໃນສະພາບໃດ.  
ທ່ານເຄີຍປິ່ນປົວພະຍາດໃຫ້ຄົນອື່ນ ອາດເປັນເພາະຕອນນັ້ນ ຈິດໃຈທ່ານ  
ຖືກຕ້ອງ ຈຶ່ງເກີດຜົນ ຫຼື ອາດຈະມີອາຈານທີ່ຜ່ານທາງມາ ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍ  
ເຫຼືອທ່ານ, ເພາະວ່າທ່ານກຳລັງເຮັດເລື່ອງທີ່ດີ. ເຖິງວ່າ ພະລັງງານເລັກໜ້ອຍ  
ທີ່ທ່ານຝຶກນັ້ນ ສາມາດບັງເກີດຜົນ ແຕ່ມັນ ບໍ່ສາມາດປົກປ້ອງທ່ານໄດ້.  
ຂະນະທີ່ ທ່ານປິ່ນປົວພະຍາດ ຈະຮວມເປັນສະໝາມດຽວກັນກັບຄົນເຈັບ,  
ດົນໆໄປ ຊື້ສີດຳເທິງຮ່າງກາຍ ຈະເຮັດໃຫ້ ທ່ານປ່ວຍຫຼາຍ ກວ່າຄົນເຈັບເສັຍ  
ອີກ. ທ່ານຖາມຄົນເຈັບວ່າ: ດີແລ້ວບໍ່? ລາວຕອບວ່າ “ສະບາຍດີ ຂຶ້ນແດ່”,  
ນັ້ນເອີ້ນວ່າ ການຮັກສາພະຍາດກັນບໍ່? ອາຈານຊື່ກົງ ບາງຄົນ ເວົ້າວ່າ: ມື້ອື່ນ  
ມາອີກເທື່ອນຶ່ງ, ມື້ອື່ນມາອີກເທື່ອນຶ່ງ, ຂ້ອຍປິ່ນປົວເຈົ້າເປັນຂັ້ນຕອນ. ລາວກໍ  
ເວົ້າເຖິງ “ຂັ້ນຕອນການປິ່ນປົວ” ນຳ, ນີ້ບໍ່ແມ່ນຫຼອກລວງຄົນບໍ່? ຖ້າຈົນ  
ທ່ານຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງຜຸ່ນບໍ່ຈຶ່ງປິ່ນປົວ? ຈະດີຊ່ຳໃດ, ປິ່ນປົວຄົນນຶ່ງຫາຍດີ  
ກໍດີໃຈຫຼາຍ! ຫາກທ່ານມີ ພະລັງກົງແລ້ວ ແລະ ບໍ່ນັບວ່າຕ່ຳ, ເມື່ອຈຳເປັນ  
ຕ້ອງປິ່ນປົວພະຍາດ ຂ້າພະເຈົ້າຈະຊ່ວຍເປີດມືຂອງທ່ານໃຫ້, ຂ້າພະເຈົ້າຈະ  
ນຳຄວາມສາມາດປິ່ນປົວພະຍາດຂອງທ່ານອອກມາ. ແຕ່ທ່ານບຳເພັນໄປສູ່



ລະດັບຊັ້ນສູງ ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ດີທີ່ສຸດບໍ່ຄວນເຮັດເລື່ອງແບບນີ້. ເພື່ອປະຊາ  
ສັມພັນຕ່ຳຜ້າ ກັບການເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມາຫາສັງຄົມ ມີລູກສິດຂອງ  
ຂ້າພະເຈົ້າສ່ວນນຶ່ງ ກຳລັງປິ່ນປົວພະຍາດຢູ່ ເພາະວ່າຂາເຈົ້າຢູ່ທາງຂ້າງ  
ຂ້າພະເຈົ້າ, ຂ້າພະເຈົ້າພາພວກຂາເຈົ້າໄປ, ພວກຂາເຈົ້າ ມີກວບປ້ອງກັນ  
ດັ່ງນັ້ນ ຈຶ່ງບໍ່ເປັນຫຍັງ.

ລູກສິດ: ເມື່ອກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາແລ້ວ ຈະບອກຄົນອື່ນໄດ້ບໍ່?

ອາຈານ: ເມື່ອກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາແລ້ວບອກໃຫ້ຜູ້ຝຶກຝ່າຫຼຸນກົງ  
ຢ່າງຖອມຕົວ ຈະບໍ່ມີບັນຫາ. ໃຫ້ທຸກທ່ານລວມກັນຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ເຜືອຈະ  
ໄດ້ແລກປ່ຽນກັນ. ແນ່ນອນ ເມື່ອອອກໄປທາງນອກ ໄດ້ພົບກັບຄົນທີ່ມີ  
ກົງເໝີງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ກໍ່ເວົ້າລົມກັບເພິ່ນໄດ້. ບໍ່ເປັນຫຍັງ ພຽງແຕ່  
ຢ່າໄດ້ອວດອ້າງ, ຖ້າຄິດອວດອ້າງທັນໃດ ວ່າຂ້ອຍມີຄວາມສາມາດພິເສດ  
ແລ້ວ ນີ້ບໍ່ໄດ້. ຖ້າອວດອ້າງດົນໄປ ສິ່ງນັ້ນກໍ່ຈະໝົດໄປ. ຫາກຄິດຈະເວົ້າເຖິງ  
ປາກົດການຊື່ກົງ ແລກປ່ຽນຄວາມຄິດຄວາມເຫັນ ບໍ່ມີຄວາມຄິດຂອງຕົນ  
ເອງປົນເຂົ້າໄປ, ຂ້າພະເຈົ້າວ່າບໍ່ມີບັນຫາ.

ລູກສິດ: ສາຍພຸດເວົ້າເຖິງ “ຄວາມວ່າງເປົ່າ” ສາຍຕ້າວເວົ້າເຖິງ “ຄວາມບໍ່ມີຫຍັງ”,  
ພວກເຮົາເດເວົ້າເຖິງຫຍັງ?

ອາຈານ: “ຄວາມວ່າງເປົ່າ” ຂອງສາຍພຸດ, “ຄວາມບໍ່ມີຫຍັງ” ຂອງສາຍຕ້າວ ແມ່ນບາງ  
ສິ່ງບາງຢ່າງ ທີ່ມີຢູ່ສະເພາະໃນພະລັງກົງຂອງຂາເຈົ້າເອງ, ແນ່ນອນ ພວກເຮົາ  
ຢູ່ນີ້ ຕ້ອງບັນລຸເຖິງເຂດແດນຊະນິດນີ້. ເຮົາເວົ້າວ່າ ມີໃຈຝຶກພະລັງກົງ ແລະ  
ບໍ່ມີຄວາມກັງວົນໃນການໄດ້ພະລັງກົງ. ບຳເພັນຊິນຊຶ້ງ ລະຖິ້ມຈິດຍຶດຕິດ,  
ດັ່ງນັ້ນ ກໍ່ແມ່ນເປັນຄວາມວ່າງເປົ່າ ຄວາມບໍ່ມີຫຍັງ, ແຕ່ພວກເຮົາ ບໍ່ເນັ້ນ  
ມັນເປັນພິເສດ. ເນື່ອງຈາກວ່າ ທ່ານອາໄສ ຢູ່ໃນໂລກວັດຖຸ ທ່ານຕ້ອງໄປ  
ເຮັດວຽກ, ທ່ານຕ້ອງເຮັດວຽກງານ, ຕ້ອງເຮັດບາງສິ່ງບາງຢ່າງ. ເຮັດວຽກ  
ງານ ກໍ່ຕ້ອງນຳມາຊຶ້ງບັນຫາຂອງເລື່ອງດີຫຼືເລື່ອງບໍ່ດີ, ແລ້ວຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ທີ່ເຮົາບໍາເພັນຄືຊັ້ນຊັ້ງ ນີ້ຄື ສິ່ງທີ່ ໂດດເດັ່ນທີ່ສຸດ ຂອງພະລັງກົງ ຂອງ ພວກ ເຮົາ, ພຽງແຕ່ທ່ານມີໃຈທ່ຽງຕົງ ເລື່ອງທີ່ເຮັດສອດຄ່ອງ ກັບຂໍ້ກຳນົດຂອງ ພວກເຮົາ ຊັ້ນຊັ້ງກໍ່ຈະບໍ່ມີບັນຫາ.

ລູກສິດ: ໃນເວລາປົກກະຕິ ເຮົາຈະຮູ້ສຶກເຖິງ ການເພີ່ມຂຶ້ນຂອງກົງເໜືງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ຫຼືບໍ່?

ອາຈານ: ໃນໄລຍະຕົ້ນ ເວລາທີ່ທ່ານຝຶກພະລັງກົງ ຖ້າກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາ ທ່ານຈະຮູ້ສຶກໄດ້. ຖ້າ ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ບໍ່ອອກມາ ແຕ່ຮ່າງກາຍຮູ້ສຶກໄດ້ໄວ ທ່ານກໍ່ສາມາດຮູ້ສຶກໄດ້. ຖ້າບໍ່ພຽບພ້ອມທັງສອງ ຢ່າງກໍ່ບໍ່ສາມາດຮູ້ສຶກໄດ້, ດັ່ງນັ້ນ ທ່ານຕ້ອງຫຼັບຕາຝຶກ. ຜູ້ຝຶກຂອງພວກເຮົາ 60 ຫາ 70 ເປີເຊັນ ຕາທົບເປີດ, ຂ້າພະເຈົ້າ ສາມາດເບິ່ງເຫັນ, ຂ້າພະເຈົ້າຮູ້. ພວກທ່ານບໍ່ເວົ້າ ພຽງແຕ່ໃຊ້ຕາຫຼຽວເບິ່ງ ເປັນຫຍັງຈຶ່ງໃຫ້ທຸກທ່ານ ຮ່ວມ ຝຶກນຳກັນ? ຄືຢາກໃຫ້ພາຍໃນກຸ່ມນ້ອຍຂອງທ່ານ ສາມາດແລກປ່ຽນ ຄວາມຄິດເຫັນຊຶ່ງກັນແລະກັນໄດ້. ແຕ່ເພື່ອ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຕໍ່ຫຼັກພະລັງ ກົງ ຢ່າເວົ້າໂລເລອອກໄປທາງນອກ, ແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນກັນພາຍໃນ, ສາມາດຍົກລະດັບຊຶ່ງກັນແລະກັນໄດ້.

ລູກສິດ: ຝ່າຊື່ນ ເປັນແນວໃດ? ຂ້ານ້ອຍມີຝ່າຊື່ນບໍ່?

ອາຈານ: ຝ່າຊື່ນຈະຄືຕົວເອງ, ຕອນນີ້ທ່ານບໍ່ມີຝ່າຊື່ນ ຈົນກວ່າຈະຝຶກເຖິງລະດັບນຶ່ງ, ບໍາເພັນອອກນອກພົບ ບໍາເພັນປະຕິບັດເຖິງລະດັບສູງຫຼາຍ ຈຶ່ງຈະສາມາດມີ ຝ່າຊື່ນ.

ລູກສິດ: ເມື່ອຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ເຜີຍແຜ່ວິຊາຈິບລົງແລ້ວ ຝ່າຊື່ນຂອງອາຈານ ຍັງ ຈະຕິດຕາມພວກເຮົາອີກດົນປານໃດ?

ອາຈານ: ໃນທັນໃດຜູ້ຝຶກຄົນນຶ່ງ ກໍ່ຝຶກສິ່ງທີ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ, ມັນເປັນການ ປ່ຽນແປງ ທີ່ສຳຄັນສຳລັບລາວ, ບໍ່ໄດ້ໝາຍເຖິງ ການປ່ຽນແປງຈິດໃຈ ແຕ່ ໝາຍເຖິງການປ່ຽນແປງບຸກຄົນ ຂອງ ທ່ານທັງໝົດ. ເນື່ອງຈາກ ຄົນທັມມະ

ດາສາມັນຄົນນຶ່ງໄດ້ຮັບ ສິ່ງທີ່ຄົນຫມໍ້ມະດາບໍ່ຄວນໄດ້ຮັບໃນທັນທີ ນັ້ນເປັນ ເລື່ອງອັນຕະລາຍ, ຊີວິດກໍ່ຈະຖືກຂົ່ມຂູ່, ຝ່າຊຸ້ນ ຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ຈະຕ້ອງປົກ ປ້ອງລາວ. ຫາກຂ້າພະເຈົ້າ ບໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້ຈົນຮອດຈຸດນີ້, ແຕ່ຢູ່ບ່ອນນີ້ ເຜີຍແຜ່ຝ່າກໍ່ຄືການທຳຮ້າຍຄົນ. ອາຈານຊື່ກົງຈຳນວນຫຼາຍບໍ່ກຳເຮັດ, ບໍ່ກຳ ເຜີຍແຜ່ ເພາະພວກເພິ່ນ ບໍ່ສາມາດຮັບຜິດຊອບສິ່ງນີ້. ຝ່າຊຸ້ນຂອງຂ້າພະເຈົ້າ ຈະປົກປ້ອງທ່ານສະເໝີ ຕະຫຼອດຈົນກວ່າທ່ານຈະບຳເພັນສຳເລັດ. ລະຫວ່າງ ທາງ ທ່ານບໍ່ບຳເພັນແລ້ວ ຝ່າຊຸ້ນກໍ່ຈະຈາກໄປເອງ.

ລູກສິດ: ອາຈານເວົ້າວ່າ: ຄົນທົ່ວໄປບຳເພັນໂດຍບໍ່ອາໄສການຝຶກພະລັງກົງ ແຕ່ວ່າ ອາໄສຊື່ນຊື່ງ. ແມ່ນບໍ່ວ່າ ສາມາດຈະເວົ້າວ່າຕາບໃດທີ່ຊື່ນຊື່ງສູງ ບໍ່ໄດ້ຝຶກ ພະລັງກົງກໍ່ຈະໄດ້ໝາກຜົນ?

ອາຈານ: ຕາມຫຼັກການເປັນແບບນີ້, ທ່ານພຽງບຳເພັນ ຊື່ນຊື່ງ ກຸສົນກໍ່ສາມາດ ປ່ຽນແປງເປັນພະລັງກົງໄດ້. ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ທ່ານຕ້ອງປະຕິບັດຕົນເປັນຜູ້ຝຶກ ພະລັງກົງ, ຫາກທ່ານບໍ່ປະຕິບັດຕົນເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງໄດ້ ແຕ່ສະສົມກຸສົນ, ສະສົມກຸສົນ ທ່ານອາດຈະສະສົມກຸສົນໄດ້ຫຼາຍ. ຖ້າຫາກເອົາ ແຕ່ເປັນຄົນດີ ໄປສະສົມກຸສົນ ເຖິງວ່າຈະປະຕິບັດຕົນເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ກໍ່ໃຊ້ບໍ່ໄດ້, ທ່ານ ຍັງບໍ່ໄດ້ຝ່າ ໃນລະດັບຊັ້ນສູງ. ທຸກທ່ານຮູ້ວ່າ ຂ້າພະເຈົ້າເວົ້າສິ່ງຕ່າງໆອອກ ມາຫຼາຍ ຖ້າວ່າບໍ່ມີອາຈານປົກປ້ອງທ່ານ ທ່ານກໍ່ຍາກທີ່ຈະບຳເພັນຂຶ້ນໄປ ໄດ້, ທ່ານກໍ່ບໍ່ສາມາດຝຶກພະລັງກົງໃນລະດັບຊັ້ນສູງໄດ້ ແມ່ນແຕ່ມື້ດຽວ. ດັ່ງນັ້ນຫາກຄິດຈະໄດ້ໝາກຜົນ ມັນບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍແບບນັ້ນ. ແຕ່ວ່າ ຫຼັງ ຈາກ ຊື່ນຊື່ງຢຶກລະດັບແລ້ວ ຈະຫຼໍ່ຫຼອມ ເຂົ້າກັບຄຸນສົມບັດພິເສດຂອງ ຈັກກະວານ.

ລູກສິດ: ຫຼັກການ ຂອງ ການປິ່ນປົວພະຍາດ ຈາກໄລຍະໄກ ຄືຫຍັງ?

ອາຈານ: ເຫດຜົນງ່າຍຫຼາຍ ຈັກກະວານສາມາດໃຫຍ່ໄດ້ ນ້ອຍໄດ້, ກົງເໝີງ (ຄວາມ ສາມາດພິເສດ) ທີ່ສິ່ງອອກໄປ ກໍ່ສາມາດໃຫຍ່ໄດ້ ນ້ອຍໄດ້. ຂ້າພະເຈົ້າ ຢູ່

ບ່ອນເກົ່າ ບໍ່ໄປໃສ, ແຕ່ກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທີ່ສົ່ງອອກໄປ  
ສັມຜັດກັບຄືນເຈັບທີ່ຢູ່ໄກ, ຕົວຢ່າງ ຢູ່ໃນ ສະຫະລັດອາເມຣິກາ ສາມາດ ສົ່ງ  
ຜະລັງກົງຂ້າມໄປໄດ້ ຫຼື ສາມາດຍ້າຍຫວຽນເສີນ (ວິນຍານ) ຂອງລາວຂ້າມ  
ມາ. ນີ້ກໍ່ຄື ຫຼັກການປົ່ວຜະຍາດໄລຍະໄກ.

ລູກສິດ: ຈະຮູ້ໄດ້ບໍ່ວ່າຈະມີກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ອອກມາຈັກຊະນິດ?

ອາຈານ: ກົງເໝີ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ມີ ບໍ່ແມ່ນພຽງແຕ່ນັບໜຶ່ນຊະນິດ, ຈະຮູ້  
ໂດຍຮູບປະທັມວ່າມີທໍ່ໃດນັ້ນ ບໍ່ຈຳເປັນ, ຮູ້ຫຼັກການຜ່ານນີ້ກໍ່ພໍແລ້ວ ແລະ  
ສ່ວນທີ່ເຫຼືອໄປຝຶກເອົາເອງ ແລະ ບໍ່ຈຳເປັນຈະຕ້ອງຮູ້ຫຼາຍຢ່າງ ແລະ ມັນບໍ່ດີ  
ສຳລັບທ່ານ. ອາຈານຊອກຫາລູກສິດ, ຮັບລູກສິດ, ລູກສິດນັ້ນບໍ່ຮູ້ຫຍັງເລີຍ  
ແລະ ບໍ່ບອກທ່ານ ທັງໝົດຕ້ອງອາໄສຕົນເອງໄປອູ້ (ເຂົ້າໃຈ).

ລູກສິດ: ຢູ່ໃນຫ້ອງຮຽນຝຶກອົບຮົມ ຫຼັບຕາກໍ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນ ທ່ານບັນລະຍາຍ,  
ຮ່າງກາຍຂ້າງເທິງເປັນສີດຳ, ໂຕະກໍ່ເປັນສີດຳ, ຜ້າກັງດ່ານຫຼັງເປັນສີປົວ, ບາງ  
ເວລາ ອ້ອມຕົວທ່ານ ເປັນແສງສີຂຽວໄປໝົດ; ນີ້ແມ່ນຫຍັງ?

ອາຈານ: ນີ້ເປັນບັນຫາລະດັບຊັ້ນຂອງທ່ານ. ເນື່ອງຈາກຕາທົບຫາກໍ່ເປີດຈະເຫັນ ຂາວ  
ເປັນດຳ, ເຫັນດຳເປັນຂາວ. ຫຼັງຈາກ ຍົກລະດັບຊັ້ນຂຶ້ນອີກເລັກໜ້ອຍ ຈະ  
ເຫັນທຸກຢ່າງເປັນສີຂາວ ເມື່ອລະດັບຊັ້ນຂຶ້ນອີກ ສີກໍ່ຈະແຍກອອກຈາກກັນ.

## 5. ຄວາມລຳບາກ

ລູກສິດ: ຄວາມລຳບາກນັ້ນ ຄືສິ່ງທີ່ອາຈານຈັດຕຽມເພື່ອທົດສອບລູກສິດແມ່ນບໍ່?

ອາຈານ: ສາມາດເວົ້າຢ່າງນີ້ໄດ້. ນີ້ເປັນການຈັດຕຽມ ເພື່ອຍົກລະດັບຊັ້ນຊຶ່ງ ຂອງ  
ທຸກໆທ່ານ. ສົມມຸດວ່າ ຊັ້ນຊຶ່ງຂອງທ່ານບໍ່ຍົກລະດັບຂຶ້ນສູງພຽງນັ້ນ ກໍ່ໃຫ້

ທ່ານຂຶ້ນໄປ ຈະເປັນໄປໄດ້ບໍ່? ກໍ່ຄືເດັກນ້ອຍນັກຮຽນປະຖົມຄົນນຶ່ງ, ຈະສິ່ງ  
ລາວໄປມະຫາວິທະຍາໄລໄດ້ບໍ່? ຂ້າພະເຈົ້າວ່າ ນັ້ນເປັນໄປບໍ່ໄດ້! ຊິນຊິງ  
ຂອງທ່ານ ບໍ່ໄດ້ຍົກລະດັບຂຶ້ນຢ່າງແທ້ຈິງ, ເມື່ອບໍ່ສາມາດເບິ່ງທຸກສິ່ງໃຫ້  
ຈິດຈາງໄດ້, ກໍ່ບໍ່ສາມາດປ່ອຍວາງໄດ້ທັງໝົດ, ສົມມຸດວ່າ ໃຫ້ທ່ານບໍາເລັນ  
ຂຶ້ນໄປ, ທ່ານຈະໄປຜິດຖຽງກັບຜູ້ຮູ້ແຈ້ງດ້ວຍເລື່ອງເລັກໜ້ອຍນັ້ນ ໃຊ້ບໍ່ໄດ້!  
ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເບິ່ງວ່າ ຊິນຊິງ ສໍາຄັນຢ່າງນີ້ກໍ່ຄືເຫດຜົນຂໍ້ນີ້.

ລູກສິດ: ຄວາມລໍາບາກ ຂອງ ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ກັບຄົນທັມມະດາສາມັນ ຕ່າງກັນ  
ຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງຂອງເຮົາ ກັບ ຄົນທັມມະດາສາມັນ ບໍ່ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນ.  
ຄວາມລໍາບາກຂອງທ່ານ ຖືກຈັດຕຽມໃຫ້ທ່ານ ຕາມເສັ້ນທາງ ຂອງ ຜູ້ຝຶກ  
ຜະລັງກົງ. ສ່ວນຄົນທັມມະດານັ້ນ ຊົດໃຊ້ກັມຂອງຄົນທັມມະດາສາມັນ;  
ທັງໝົດມີຄວາມລໍາບາກ, ບໍ່ແມ່ນວ່າ ພໍໃຫ້ທ່ານຝຶກຜະລັງກົງຈຶ່ງຈະມີ, ບໍ່  
ແມ່ນວ່າ ຄົນທັມມະດາສາມັນບໍ່ມີ, ມັນມີຄືກັນທັງໝົດ. ພຽງແຕ່ຄວາມ  
ລໍາບາກນີ້ ຖືກຈັດຕຽມໄວ້ ເພື່ອຍົກລະດັບຊິນຊິງຂອງທ່ານ; ສ່ວນຄວາມ  
ລໍາບາກຂອງຂາເຈົ້ານັ້ນຈັດໄວ້ເພື່ອໃຫ້ຂາເຈົ້າຊົດໃຊ້ກັມໃຫ້ໝົດ. ຄວາມຈິງ  
ມານກໍ່ຄືກັມຂອງຕົນເອງ, ຂ້າພະເຈົ້າໃຊ້ມັນ ເພື່ອເປັນປະໂຫຍດໃນການຍົກ  
ລະດັບຊິນຊິງຂອງລູກສິດ.

ລູກສິດ: ຄວາມລໍາບາກນີ້ ຄືກັບການຜ່ານຜ່າ 81 ດ່ານ ຂອງການໄປອັງເຊີນ ພຣະໄຕ  
ປິດິກ ຈາກ ແດນສະຫວັນ?

ອາຈານ: ມັນຄ້າຍຄືກັນເລັກໜ້ອຍ. ຕະຫຼອດຊີວິດຂອງຜູ້ຝຶກຜະລັງກົງ ໄດ້ຖືກຈັດ  
ລຽງໄວ້ຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ, ແຕ່ຈະບໍ່ຫຼາຍແລະຈະບໍ່ໜ້ອຍ. ແຕ່ບໍ່ແນ່ວ່າ ຈະເປັນ  
81 ດ່ານນີ້ ຕ້ອງເບິ່ງວ່າ ເກີນຈື່ຂອງທ່ານ ສາມາດຈະບໍາເລັນໄດ້ສູງຊໍ້າໃດ,  
ເປັນການຖືກຈັດລຽງ ໃຫ້ກັບທ່ານຕາມຄວາມເປັນໄປໄດ້ ໃນການບັນລຸ

ເຖິງມາຕະຖານ. ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນ ຄົນທັມມະດາ ມີຢ່າງພຽບພ້ອມ ແຕ່ຜູ້ຝຶກ  
ພະລັງກົງສົມຄວນຖິ້ມໄປ ຊຶ່ງທັງໝົດຈຳເປັນຕ້ອງຂ້າມຜ່ານ ຊຶ່ງເປັນທຸກ  
ຫຼາຍ. ທຸກສິ່ງຢ່າງ ທີ່ທ່ານປອຍວາງບໍ່ໄດ້ນັ້ນ ລ້ວນຕ້ອງຄິດຫາວິທີໃຫ້ທ່ານ  
ວ່າຈະປອຍວາງລົງໃຫ້ໄດ້, ໂດຍຜ່ານ ຄວາມຍາກລຳບາກ ເພື່ອມາຍົກລະດັບ  
ຊື່ນຊົງ ຂອງທ່ານ.

ລູກສິດ: ຂະນະຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງ ຖ້າມີຄົນທຳລາຍ ຈະເຮັດຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຝຶກຝ້າຫຼຸນກົງບໍ່ຢ້ານຄົນອື່ນທຳຮ້າຍ. ໃນໄລຍະທຳອິດ ມີ ຝ້າເຊີນ ຂອງ  
ຂ້າພະເຈົ້າ ປົກປ້ອງທ່ານ, ແຕ່ບໍ່ແມ່ນວ່າ ທ່ານຈະບໍ່ພົບພໍ້ກັບສິ່ງໃດເລີຍ. ນັ່ງ  
ຢູ່ເທິງໂຊຟາໝົດມື້ ດື່ມນ້ຳຊາ ພະລັງກົງກໍ່ເພີ່ມຂຶ້ນ, ບໍ່ແມ່ນແນວນີ້! ບາງ  
ເວລາ ເມື່ອທ່ານພົບກັບຄວາມລຳບາກ, ເອີ້ນຊື່ຂ້າພະເຈົ້າ ເຫັນຂ້າພະເຈົ້າ ຢູ່  
ທາງໜ້າທ່ານ, ບາງທີອາດຈະບໍ່ຊ່ວຍທ່ານນັ້ນ ເພາະມັນເປັນດ່ານທີ່ທ່ານ  
ສົມຄວນຂ້າມຜ່ານ. ແຕ່ຫາກ ທ່ານປະສົບກັບອັນຕະລາຍ ກໍ່ຈະເບິ່ງແຍງ  
ທ່ານ. ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ ໂດຍທົ່ວໄປ ອັນຕະລາຍທີ່ແທ້ຈິງຊະນິດນີ້ບໍ່ມີຢູ່, ເພາະ  
ເສັ້ນທາງຂອງທ່ານນັ້ນ ໄດ້ປ່ຽນແປງແລ້ວ ແລະ ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ ສິ່ງທີ່ຄິດບໍ່  
ເຖິງ ແຊກແຊງເຂົ້າມາໄດ້.

ລູກສິດ: ຄວນປະຕິບັດຕໍ່ມານຢ່າງໃດ?

ອາຈານ: ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ເນັ້ນໜັກຫຼາຍເທື່ອວ່າ ຮັກສາຊື່ນຊົງຂອງທ່ານ! ເລື່ອງທີ່ເຮັດ  
ອອກມາ ທ່ານເຫັນວ່າບໍ່ໄດ້ເຮັດສິ່ງບໍ່ດີ ກໍ່ຈະດີຫຼາຍ. ໂດຍສະເພາະ ເລື່ອງ  
ລາວແຕ່ລະຢ່າງ ເມື່ອຄົນອື່ນທຳລາຍຜົນປະໂຫຍດຂອງທ່ານ ທ່ານກໍ່ຕໍ່ສູ້ ກັບ  
ຂາເຈົ້າ ຄືກັນກັບຄົນທັມມະດາ. ສະນັ້ນ ທ່ານກໍ່ເປັນຄົນທັມມະດາສາມັນ.  
ແຕ່ເພາະທ່ານເປັນຜູ້ຝຶກພະລັງກົງ ຈຶ່ງບໍ່ສາມາດເຮັດຢ່າງນັ້ນໄດ້. ເລື່ອງທີ່ ໄດ້  
ປະສົບກັບການລົບກວນ ຊື່ນຊົງ ຂອງທ່ານ ລ້ວນແຕ່ກຳລັງຊ່ວຍ ຍົກລະດັບ  
ຊື່ນຊົງຂອງທ່ານ, ເບິ່ງວ່າ ທ່ານຈະເຮັດຢ່າງໃດ, ເບິ່ງວ່າທ່ານ ຈະຄວບຄຸມ  
ຈິດໄດ້ຫຼືບໍ່, ເບິ່ງວ່າໃນເລື່ອງນີ້ ທ່ານສາມາດ ຈະຍົກລະດັບຊື່ນຊົງ ໄດ້ ຫຼື ບໍ່.

## 6. ຈັກກະວານ ແລະ ມະນຸດ

ລູກສິດ: ຈັກກະວານມີມິຕິຈັກລະດັບຊັ້ນ?

ອາຈານ: ເທົ່າທີ່ ຂ້າພະເຈົ້າຮູ້, ຈັກກະວານມີລະດັບຊັ້ນຂອງມິຕິນັບບໍ່ຖ້ວນ, ສໍາລັບການຄົງຢູ່ຂອງລະດັບຊັ້ນມິຕິ ທີ່ຫຼາຍຂຶ້ນໄປອີກ ຮວມທັງໃນລະດັບຊັ້ນ ມິຕິເຫຼົ່ານັ້ນມີຫຍັງແນ່, ໃຜຢູ່ບ່ອນໃດ? ຊຶ່ງໂດຍວິທີ ທີ່ມີຢູ່ໃນປັດຈຸບັນ ຂອງວິທະຍາສາດນັ້ນ ຍາກທີ່ຈະຮູ້ໄດ້, ວິທະຍາສາດຍຸກປັດຈຸບັນ ຍັງບໍ່ສາມາດເຮັດການພິສູດໄດ້. ແຕ່ອາຈານຊື່ກົງບາງຄົນ ຂອງພວກເຮົາ ກັບຄືນ ທີ່ມີກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ສາມາດເບິ່ງເຫັນມິຕິອື່ນ, ເພາະການເບິ່ງເຫັນມິຕິອື່ນໄດ້ ມີແຕ່ໃຊ້ຕາທົບເບິ່ງ, ບໍ່ສາມາດໃຊ້ດວງຕາເບິ່ງ.

ລູກສິດ: ແຕ່ລະ ມິຕິ ລ້ວນມີຄຸນສົມບັດພິເສດ “ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ” (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອົດທົນ) ຢູ່ນໍາບໍ່?

ອາຈານ: ແມ່ນແລ້ວ, ແຕ່ລະ ມິຕິ ລ້ວນມີຄຸນສົມບັດພິເສດ “ເຈີນ, ຊ້ານ, ເຢັນ” (ຄວາມຈິງ, ຄວາມເມດຕາ, ຄວາມອົດທົນ) ຢູ່ນໍາ. ຄົນທີ່ສອດຄ່ອງກັບລັກສະນະຄຸນສົມບັດພິເສດນີ້ ກໍ່ຄືຄົນດີ; ສ່ວນຜູ້ທີ່ເຮັດກົງກັນຂ້າມ ມີແຕ່ຄົນບໍ່ດີ, ຖ້າໃຜຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບເຝື້ນ ກໍ່ຄືຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບທັມມະ.

ລູກສິດ: ມະນຸດປະຖົມມະຍຸກ ມາຈາກໃສ?

ອາຈານ: ຈັກກະວານປະຖົມມະຍຸກບໍ່ມີລະດັບຊັ້ນແນວດັ່ງຫຼາຍຢ່າງນີ້, ບໍ່ມີ ລະດັບຊັ້ນແນວນອນຫຼາຍຢ່າງນີ້, ມັນລຽບງ່າຍຫຼາຍ. ໃນຂັ້ນຕອນ ການໂຄຈອນພັດທະນາຂອງມັນ ໄດ້ກໍ່ເກີດຊີວິດຂຶ້ນ, ທີ່ເຮົາເອີ້ນກັນວ່າ ຊີວິດດັ່ງເດີມ ທີ່ສຸດແຕ່ເລີ່ມຕົ້ນ, ຂາເຈົ້າຫຼໍ່ຫຼອມເຂົ້າກັບຈັກກະວານ, ບໍ່ມີສິ່ງທີ່ບໍ່ດີຄົງຢູ່. ການຫຼໍ່ຫຼອມ ເຂົ້າກັບຈັກກະວານນັ້ນ ຄືເປັນໜຶ່ງດຽວ ກັບຈັກກະວານ, ກົງເໜືງ (ຄວາມສາມາດພິເສດ) ທັງໝົດທີ່ມີຢູ່ໃນຈັກກະວານ ຂາເຈົ້າກໍ່ມີໝົດ.

ຕາມການພັດທະນາ, ວິວັດທະນາການ ຂອງຈັກກະວານ ກໍ່ເກີດສະຫວັນ  
ສ່ວນນຶ່ງຂຶ້ນມາ. ຕໍ່ມາມີຊີວິດເກີດຂຶ້ນມາຫຼາຍຂຶ້ນເລື້ອຍໆ, ຖ້າເວົ້າໃນ  
ລະດັບຊັ້ນຕໍ່າຂອງພວກເຮົາ ກໍ່ຄືກໍ່ເກີດກຸ່ມສັງຄົມຂຶ້ນມາ ແລະ ເກີດການ  
ພົວພັນຊຶ່ງກັນແລະກັນຂຶ້ນ. ໃນລະຫວ່າງຂັ້ນຕອນ ຂອງ ວິວັດທະນາການນີ້  
ມີບາງຄົນ ເກີດການປ່ຽນແປງ, ຫ່າງໄກຈາກຄຸນສົມບັດພິເສດ ຂອງ  
ຈັກກະວານ, ໄກຫຼາຍຂຶ້ນເລື້ອຍໆ ປ່ຽນເປັນບໍ່ດີ, ຢ່າງນັ້ນແລ້ວ ອິດທິຣິດ ກໍ່  
ນ້ອຍລົງ. ດັ່ງນັ້ນ ຜູ້ຝຶກພະລັງກົງຈຶ່ງຕ້ອງເວົ້າເຖິງ “ການກັບຄືນສູ່ຄວາມຈິງ”,  
ກໍ່ຄືກັບຄືນໄປຫາສະພາບດັ້ງເດີມ, ລະດັບຊັ້ນແຮງສູງ ແຮງຫຼັ່ງຫຼອມ ເຂົ້າກັບ  
ຈັກກະວານ ຄວາມສາມາດຈຶ່ງຫຼາຍຂຶ້ນ. ໃນເວລານີ້ ໃນລະຫວ່າງ ວິວັດທະ  
ນາການຂອງຈັກກະວານ ບາງຊີວິດປ່ຽນເປັນບໍ່ດີໄປແລ້ວ ແຕ່ກໍ່ບໍ່ສາມາດ  
ທຳລາຍຂາເຈົ້າໄດ້, ຈຶ່ງຄິດວິທີອອກ ໃຫ້ຂາເຈົ້າຍົກລະດັບຂຶ້ນອີກ, ໄປຫຼໍ່  
ຫຼອມເຂົ້າກັບຈັກກະວານ, ໃຫ້ຂາເຈົ້າໄປຢູ່ໃນລະດັບອ່າວຕ່ຳ, ທົນທຸກເລັກ  
ໜ້ອຍແລະຍົກລະດັບຂຶ້ນ. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ມີຄົນມາ ທີ່ລະດັບຊັ້ນນີ້ ບໍ່ຂາດສາຍ  
ຕໍ່ມາໃນລະດັບຊັ້ນນີ້ ກໍ່ເກີດການແຕກແຍກ, ຄົນທີ່ຊື່ນຊື່ງປ່ຽນເປັນບໍ່ດີ  
ຫຼາຍຂຶ້ນ ກໍ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນນີ້ ບໍ່ໄດ້ແລ້ວ, ດັ່ງນັ້ນ ກໍ່ສ້າງລະດັບຊັ້ນ ທີ່ຕ່ຳລົງ  
ອີກ. ກໍ່ເປັນດັ່ງນີ້, ແຮງດຶງແຮງຕ່ຳລົງໄປ ຄ່ອຍໆແຍກອອກເລື້ອຍມາ, ຈົນ  
ເຖິງທຸກມື້ນີ້ ຈຶ່ງເກີດເປັນພວກເຮົາມະນຸດທີ່ຢູ່ໃນລະດັບຊັ້ນນີ້ ນີ້ຄືທີ່ມາຂອງ  
ມະນຸດ.