

เทศน์อบรมพระ ณ วัดป่าบ้านตาด
เมื่อวันที่ ๒๗ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๑๐

สร้างธรรม

ทุกท่านที่มาศึกษาโดยมากก็มาจากทางไกล ๆ ทั้งนี้ ผมก็แน่ใจโดยไม่ต้องถามท่านผู้มาว่ามาเพื่ออะไร เพราะสถานที่อยู่ทางที่มา และสถานที่เป็นจุดของเราที่มุ่งมา รู้สึกว่าห่างไกลกันมาก ถ้าไม่ตั้งใจเสียสละด้วยน้ำใจอันเป็นธรรมอย่างยิ่งแล้ว จะไม่มีท่านผู้ใดยอมเสียเวล่ำเวลาและทรัพย์สมบัติ ตลอดถึงชีวิตจิตใจร่างกายทุกส่วนให้เสียไปเปล่า ๆ โดยไร้ความมุ่งหมายหรือเหตุผล เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เป็นที่น่าใจว่า ต่างท่านต่างมุ่งต่อธรรมะ

แม้ธรรมะจะมีอยู่ทั่วไปก็ตาม แต่ความรู้สึกของเราคงไม่มีผิดแปลกกันว่าจะมุ่งมาหาสถานที่นั้นที่นี้ หรือครูบาอาจารย์องค์นั้น ๆ เช่นเดียวกับยาซึ่งมีอยู่ทั่วไป แต่เราก็คงอดที่จะไปหาหมอไม่ได้ นี่มีลักษณะเช่นเดียวกัน

การก้าวเข้ามาสู่แดนแห่งป่าอันเป็นที่เร้นแค้นกันดาร ไม่มีความหมายอันใดเลยในทางโลก แต่ก็ยังพากันอุตสาหะพยายามมาด้วยความเสียสละทุกสิ่งทุกอย่าง เรียกว่ายอมพลีชีพ นี่จึงชื่อว่าเป็นผู้มาเพื่ออรรถเพื่อธรรม มาเพื่อการศึกษา สำหรับผมเองที่สมมุติว่าเป็นหัวหน้าของหมู่คณะ แม้จะมีความรู้บ้างไม่สามารถฉลาดรู้ในธรรมแง่ต่าง ๆ ที่จะนำมาแนะนำสั่งสอนหมู่เพื่อน ก็ถือเอาความเห็นใจกันสำหรับท่านผู้มุ่งมา นี่เป็นส่วนใหญ่ ก็พยายามชวนชวายเป็นสติกำลังความสามารถแนะนำสั่งสอนเท่าที่มี

การที่ไปเสาะแสวงหาธรรมะจากครูอาจารย์นั้น ๆ ก็เท่ากับว่าคนไข้ไปหาหมอ ก็เพื่อการรักษาโรค เนื่องจากตนเองไม่สามารถจะรักษาตนเองให้หายได้ หากมีความสามารถโดยลำพังตนเองแล้ว ก็ไม่จำเป็นจะต้องไปหาหมอให้ลำบากและเสียเงินทองไปเปล่า ๆ ที่คนไข้จำเป็นต้องไปหาหมอไม่ว่าสถานที่ใด หรือหมอจะอยู่ในที่ใด ๆ ก็ตาม คนไข้จะเป็นคนไข้ประเภทใด ย่อมมีความเชื่อและมั่นใจว่าหมอเป็นผู้สำคัญ สามารถที่จะแก้ไขความขัดข้องอันเกิดจากโรคของตนได้

แม้ว่าผมเองจะไม่มีความสามารถในการแนะนำสั่งสอน ถอดถอนกิเลสตัณหา อสวะออกจากจิตใจของท่านทั้งหลายได้ก็ตาม แต่ความมุ่งมั่นหรือเชื่อถือของบรรดาท่านผู้มา อาจจะมีความรู้สึกเช่นเดียวกับคนไข้ไปหาหมอเช่นนั้น นี่เป็นประโยคแรกที่เราทั้งหลาย แม้จะต่างท่านต่างอยู่ในสถานที่ไกลแสนไกลก็ตาม แต่ก็ได้มารวมกันอยู่ในสถานที่นี้ คงเป็นเพราะความรู้สึกของพวกเรามุ่งในจุดเดียวกัน ฉะนั้นความรู้สึกหรือความมุ่งหมายเช่นนี้ โปรดพยายามบำรุงให้มีกำลังมากขึ้น จะชื่อว่าการสร้างธรรม

การสร้างธรรมก็คือสร้างความรู้ความเห็น สร้างความประพฤติ ความคิดเห็นอันดีงามของตน ให้ตรงต่อหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ส่วนใดที่เราไม่ได้ศึกษาเล่าเรียนหรือไม่สามารถจะคิดอ่านโดยลำพังตนเองได้ ให้สมกับว่าธรรมมีอยู่ทั่วไปก็ตาม ก็โปรดได้สังเกต ฟัง ดู จากหมู่คณะและครูอาจารย์ที่แนะนำสั่งสอน

คำว่าจากหมู่คณะนั้นก็หมายถึงว่า สิ่งใดที่เรายังไม่เข้าใจ แต่หมู่เพื่อนพอเข้าใจ และพอจะถือเป็นตัวอย่างได้จากอากัปกิริยาที่แสดงออก นี้เรียกว่าถือเอาคติตัวอย่างจากหมู่เพื่อนซึ่งอยู่ด้วยกันได้ การพยายามยึดถือหรือสำเหนียกศึกษาจากที่ต่าง ๆ ดังที่กล่าวมานี้ ถือว่าเป็นการสร้างธรรมขึ้นภายในจิตใจ หรือทำนุบำรุงธรรมซึ่งมีอยู่แล้วภายในตนให้เจริญงอกงามขึ้นเป็นลำดับ

ความคิดความเห็นความประพฤติของเราในส่วนใด ที่อาจเป็นหรือเป็นสิ่งที่ขัดแย้งต่อหลักธรรมวินัยที่ท่านพาดำเนิน ก็โปรดได้พยายามแก้ไขตัดแปลงตนให้เป็นไปในรูปรอยเดียวกัน อย่าให้เป็นการขัดแย้งในวงของผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกัน จะเป็นที่ไม่สะดวกสบายสำหรับเราเองด้วย หมู่เพื่อนด้วย

ความไม่สะดวกไม่สบายเพราะการขัดแย้งนั้น ไม่ใช่ทางแห่งความเป็นธรรมอันจะนำมาซึ่งสันติสุขในระหว่างแห่งกันและกัน นอกจากนั้นอาจจะเป็นที่ระแคะระคายต่อตนเองและหมู่เพื่อน ทำให้เกิดความสนิทใจต่อกันไม่ได้ โดยปฏิบัติทาไม่ค่อยจะลงรอยกัน ทั้ง ๆ ที่ต่างท่านก็ต่างตั้งใจมาฝึกหัดตัดแปลงตนเอง

การฝึกหัดตัดแปลงก็คือฝึกสิ่งที่ตนยังมิรู้ หรือสิ่งที่ตนเคยทำมา แต่ไม่สนิทกับธรรมวินัยหรือไม่ถูกกับธรรมวินัย พยายามฝึกตัดแปลงไปที่ละเล็กละน้อย จนสามารถเข้าร่องรอยกันได้ในส่วนหยาบ ๆ คือความประพฤติทางกายวาจา และสามารถเข้ากันได้อย่างสนิท นี้สมชื่อสมนามว่าเป็นผู้ตั้งใจมาฝึกฝนอบรมและตัดแปลงตนเองจริง ๆ

แต่ถ้าเป็นความถือมั่น เข้าใจว่าตนได้เคยทำมาอย่างนี้และทำอย่างนี้ไม่เห็นผิดอะไร โดยเป็นทิฐิอันหนึ่งขวางขึ้นมาเช่นนี้ แม้จะไม่แสดงออกในทางอากัปกิริยาอย่างใดก็ตาม แต่อาศัยทิฐินี้เป็นเครื่องเสริมกิจการที่ทำอยู่นั้นเป็นลำดับ ๆ ไป โดยไม่ยอมแก้ไขเช่นนี้ ถือว่าเป็นผู้ขัดข้องต่อตนเองและวงคณะด้วย และไม่จัดว่าเป็นผู้มาตัดแปลงตนเองเพื่อให้เข้าร่องรอยแห่งธรรมะและหมู่คณะ ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันด้วย นี้เป็นสิ่งสำคัญ

สำหรับผมผู้ปกครองถ้าพูดถึงอายุ จะเรียกว่าเหมือนกับลูกของบางท่านก็ได้ หลานของบางคนก็ถูก จะเป็นเหมือนกับเพื่อน ๆ ของบรรดาท่านทั้งหลายก็ไม่มีอะไรผิด เมื่อเป็นเช่นนั้นก็แสดงให้เห็นว่าเราต่างเป็นผู้ใหญ่ด้วยกันทั้งนั้น ที่มาบวชและมาปฏิบัติ ทั้งมาอยู่ร่วมกันนี้ ซึ่งควรจะเข้าใจได้ในแง่ธรรมต่าง ๆ และเข้าใจได้ในการ

ประพุดิปฏิบัติของหมู่คณะ ซึ่งเราก็มองเห็นอยู่ด้วยตาและได้คิดอยู่ด้วยใจ หากจะเป็นผู้สนใจเพื่อการแก้ไขดัดแปลงสิ่งที่ขัดข้องของตน

ถ้าไม่ปล่อยให้เป็นโรคเรื้อรังสำหรับชาวหมู่ฆราวาสแล้ว ผมผู้นำหมู่คณะปฏิบัติก็จะได้ปรากฏว่า การแสดงธรรมให้หมู่คณะฟังนั้นเป็นธรรม ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ทำให้หมู่เพื่อนได้รับความลำบาก และเป็นธรรมชาวโลกต่อหมู่คณะ ก็จะเป็นที่พอใจในการที่จะพยายามเสาะแสวงหาธรรมะมาสอนหมู่เพื่อน เต็มกำลังความสามารถของตนต่อไป

เรื่องปฏิปทาของหมู่คณะที่อยู่ร่วมกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือนักปฏิบัติคือพระกรรมฐานด้วยแล้ว เป็นสิ่งจำเป็นมากในความกลมกลืนแห่งปฏิปทา มีแยกมีเยะกันไปเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็เป็นที่ไม่สบาย เราเป็นผู้พอดีกับวิสัยที่จะฝึกตนทุกด้านในหน้าที่ของความป็นนักบวช หรือหน้าที่ของเราผู้เป็นนักบวช ไม่มีสิ่งใดที่จะสุดวิสัยหรือเหลือวิสัยของเราไปได้ ในบรรดาข้อปฏิบัติที่หมู่เพื่อนพาทำอยู่ นอกจากสิ่งที่กำลังวังชาไม่สามารถนั้นยกไว้ตามธาตุตามชั้น เห็นใจเสมอไปไม่เพียงแต่รายใดรายหนึ่ง จะมีจำนวนเท่าราย ๆ ธาตุชั้นที่เป็นเช่นนั้นก็ย่อมมีลักษณะเช่นเดียวกัน

แต่สิ่งที่ไม่มีความหนักแน่นหรือไม่จำเป็นเช่นนั้น แต่กลับเห็นเป็นความจำเป็นสำหรับตนจะสั่งสมขึ้นให้เป็นการไปเกิดไปขวางหมู่เพื่อนนี้ อันนี้ไม่สมควรอย่างยิ่ง และจะเป็นหลายแห่งหลายแขนง ผู้นี้ก้าวเข้ามาได้แขนงนี้เข้ามาขวางหมู่เพื่อน ผู้นั้นก้าวเข้ามาได้ ๒ แขนง เป็นขวาง ๒ แขนงแล้ว ผู้นั้นก้าวเข้ามาได้ ๓ แขนง หลายรายเท่าไรที่ก้าวเข้ามาล้วนแต่เป็นแต่ละแขนงสองแขนง ทั้งหมดมันก็ขวางกันไปทั้งวัด

ผู้สั่งสอนก็ไม่ทราบว่าจะหยั่งธรรมะลงที่จุดไหน เพราะมีแต่ขวางแต่หนามมีแต่ทิวี่มานะไม่ยอมฟังเสียงกัน ถือว่าตัวรู้ตัวฉลาด เมื่อเป็นเช่นนั้นก็ไม่จัดว่าเป็นการมาสั่งสมหรือปลูกธรรมะขึ้นภายในใจ แต่จะเป็นการมาสั่งสมทิวี่มานะปลูกความรู้ความฉลาดขึ้นโดยทางที่ไม่ชอบธรรม เรื่องก็ขวาง เรื่องก็ไปใหญ่ โปรดพากันพินิจพิจารณาให้ดีสำหรับเราผู้เป็นพ่อคนแม่คนด้วยกัน ไม่ใช่เป็นเด็ก ๆ เล็ก ๆ พอที่จะพูดกันซ้ำ ๆ ซาก ๆ

การตำหนิตนนั้นแลเป็นสิ่งที่ดีเยี่ยม การสังเกตสอดรู้ตัวเองดีกว่าเรื่องไปสังเกตสอดรู้คนอื่น ดีกว่าไปตำหนิคคนอื่น

วัดก็มีหลายวัด ครูอาจารย์ก็มีหลายท่านหลายองค์ ซึ่งพอที่เราจะหาเลือกได้ตามความชอบใจของเรา เราหาได้ทั้งนั้น แต่เหตุใดเราจึงก้าวเข้ามาสู่สถานและภาวะเช่นนี้ เรามีความรู้สักอย่างไร นี่เป็นเรื่องที่เราจะควรพิจารณา เพราะไม่มีใครบังคับหรือเชื่อเชิญเรามา เป็นน้ำใจที่บริสุทธิ์ของเราจริง ๆ การมาเพื่อฝึกฝนอบรมตนเองด้วยเจตนาที่มุ่งมาดั่งกล่าวนี้ เหตุใดจะเป็นไปไม่ได้ ถ้าหากว่าเราจะไม่สามารถ เราก็ควรหนี

ไปเสียอย่างสบายเหมือนอย่างที่เรา มา จะไม่เป็นการไปกีดไปขวางหมู่เพื่อนไปนาน และเป็นก้างขวางคอไปนาน

ถ้าเราเป็นนักบวชมุ่งต่ออรรถต่อธรรมจริง ๆ เราต้องสามารถ เพียงการแก้ไขตนเองในสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ เป็นเรื่องเรื้อรังอยู่ในตนเองและไปกีดไปขวางไปถึงหมู่เพื่อน วันนี้พยายามฝึกได้เท่านี้ในอุบายวิธีของตนเกี่ยวกับข้อวัตรปฏิบัติภายนอก วันนี้ฝึกได้เท่านี้ด้วยอุบายวิธีของตนเกี่ยวกับทางด้านจิตใจอันเป็นเรื่องภายในโดยเฉพาะ เราต้องทำความสังเกตหรือพยายามดัดแปลงตนอย่างนั้น จะชื่อว่าเป็นการมาสร้างธรรม สังสมธรรม บำรุงธรรม

สถานที่นี้พูดถึงเรื่องความลำบาก ลำบาก อาหารการขบการฉันก็ดังที่ท่านทั้งหลายได้มาเห็นแล้ว เพราะเราต่างก็เป็นพระซึ่งอาศัยชาวบ้านเป็นอยู่ เกิดมีอะไรขึ้นมากก็ตามเกิดตามมี ไม่ได้เดือดร้อนวุ่นวายวิงวอนชวนชวย สิ่งใดที่เห็นว่าไม่ขัดข้องต่อหลักของพระธรรมวินัยแล้ว บริโภคใช้สอยไปในขอบเขตของสมณะ มีก็ใช้ไปฉันไปดื่มไปไม่มีก็ไม่กังวลไม่เดือดร้อนวุ่นวาย

เรื่องข้อวัตรปฏิบัติเป็นสิ่งจำกัดอยู่ในตัวของแต่ละท่าน ตอนเช้ามีหน้าที่อย่างไร การลงศาลาลงประมาณเท่าไร พอดีกับเวล่ำเวลาและหน้าที่การงานที่จะต้องจัดต้องทำก่อนบิณฑบาต ต่างท่านก็คิดเอาเอง ในเมื่อได้มาอยู่เป็นเวลาหลายวันแล้วควร จะทราบเวล่ำเวลา การทำข้อวัตรปฏิบัติประเภทใดบ้างซึ่งสมควรแก่ภาวะของตนจะทำได้ ไม่นิ่งนอนใจ

กิริยาที่แสดงออกทางกาย และคำพูดที่แสดงออกทางวาจา ตลอดถึงจิตที่คิดออกมา ควรไตร่ตรองเสมอ ก่อนที่จะให้เคลื่อนออกมาหรือขยายตัวออกมาจากตัวของเรา ควรจะได้รับการไตร่ตรองให้ดี แสดงออกไปแล้วจะไม่ได้เดือดร้อนหรือเป็นกังวล พูดออกไปแล้วเป็นอรรถเป็นธรรม ไม่ขัดข้องตนเองและผู้ฟังทั่ว ๆ ไป คิดออกไปแล้วตนเย็นใจไม่เกิดความเดือดร้อนหรือเป็นการรังแกตัวเองโดยไม่รู้สึกรู้สีกตัว นี้ละนักปฏิบัติธรรมะต้องคิดอ่านไตร่ตรองอย่างนี้เสมอ

เรื่องของทิวิมานะ นักบวชคือนักธรรมะล้วน ๆ ไม่ยอมให้เข้ามาแฝงหรือนำออกมาใช้ในวงหน้าที่การงานและหมู่คณะ นอกจากจะนำธรรมะล้วน ๆ เท่านั้นออกมาใช้ และปฏิบัติตนต่อหลักธรรมะอยู่ตลอดเวลา นี้ชื่อว่าเป็นการดำเนินเพื่อความราบรื่นสำหรับตนและส่วนรวม

การเด็ดเดี่ยวอาจหาญต่อตนเอง คือต่อการฝึกฝนอบรมตนเองนี้ เป็นทางที่ชอบยิ่ง การทรมานหรือขู่เข็ญตนเองนี้เป็นการชอบยิ่งกว่าที่เราจะทำข้างนอก คือทำต่อคนภายนอก

แม้การแสดงธรรมะเองที่ผมได้เคยแนะนำสั่งสอนหมู่เพื่อนมา หนักบ้างเบาบ้าง บางทีก็เป็นลักษณะเหมือนกับดูว่ากล่าว แต่ถึงอย่างนั้นในความรู้สึกของผมเองที่ได้ นำออกแสดงต่อหมู่เพื่อนในบางคราว ถ้าคิดดูแล้วก็จะขนาด ๔๐% เท่านั้น แต่กิริยา ประเภทนั้น ซึ่งนำเข้ามาปฏิบัติต่อตัวเองนั้น มีน้ำหนัก หรือมีความรุนแรงมีความโหด ร้าย หรือมีความเด็ด ขีดเส้นเป็นเส้นตายให้กับตัวเองนี้ มากยิ่งกว่าที่สอนหมู่เพื่อนไป ๖๐% และว่าอย่างไรแล้วโดยที่ตนได้ไตร่ตรองแล้วว่าถูกตามหลักธรรมไม่มีผิดแล้ว ตัด ลินใจลงไป ต้องอย่างนั้นะ แล้วก็ทำอย่างนั้นจริง ๆ ด้วยไม่ยอมให้เคลื่อนคลาดออกไป จะตายก็ยอมพลีชีพเพื่อบูชาพระพุทธศาสนา นี่เป็นวิธีการที่ตนได้เคยดัดแปลงตนเอง มา

จะเรียกว่าเป็นการโหดร้ายทารุณก็เรียกไม่ได้ เพราะเราฝึกอบรมเรา เด็ดเดี่ยว ทรหอดทนต่อเราเพื่อความดี หรือเช่นว่าขีดเส้นตายให้อย่างนี้ ก็ขีดเส้นตายให้อยู่เพื่อ ธรรมะ ไม่ใช่อยู่เพื่อความฉิบหาย จะดูว่ากล่าวตนโดยทางความคิดก็มีลักษณะเช่น เดียวกัน เป็นการประหัตประหารความชั่ว ความรู้ความเห็นของตนที่ไม่ถูกทางให้หมด ลินไปเป็นลำดับ ๆ ด้วยวิธีที่เด็ดเดี่ยวหรือวิธีที่เฉียบขาดต่อตนเองในเวลานั้น

สรุปความลงแล้วว่า เมื่อได้คิดอย่างไรลงไปเพื่อตนเอง อย่างที่มุ่งจริง ๆ แล้ว จะต้องให้ทำอย่างนั้นไม่ยอมให้เคลื่อนคลาดไป ถ้าจะเทียบอุปมาก็เหมือนอย่างเราชี้ให้ เด็กทำอย่างนี้ โดยที่เด็กคนนั้นเป็นคนที่หลบลีกปลีกงาน ไหวดีก็ถูก เพื่อทรมานเด็ก คนนั้น แก่ต้องทำอย่างนั้นนะ แก่จะทำให้ผิดจากนี้ไปไม่ได้ ฉะนั้นจะลงไม้เรียวกับแก่เท่านั้น ที่เท่านี้ที่ นี่เป็นวิธีที่เราดัดสันดานเด็กเกเรหรือเด็กไหวดีเกินตัว ให้เขารู้โทษของเขาเสีย บ้าง วิธีการที่เรานำมาใช้สำหรับตัวของเรานั้นยอมเป็นในลักษณะเดียวกัน หรือร้ายยิ่ง กว่านั้นในการที่เราจะทำ แต่ก็ไม่ได้มุ่งเพื่อความฉิบหายแก่ตนเองเช่นเดียวกับเราไม่ได้ มุ่งความฉิบหายต่อเด็ก

การนำมาสอนหมู่เพื่อนถึงจะมีหนักบ้างเบาบ้างก็ตาม เมื่อคิดแล้วเพียง ๔๐% ถึงหมู่เพื่อนจะไม่ทำ ก็ไม่เห็นมีอะไรที่จะไปลงทัณฑ์กรรมหรือทำโทษแก่หมู่เพื่อน ไม่ เหมือนอย่างตัวของเราทำต่อตัวของเราเอง การทำต่อตัวนี้ทำอย่างนั้นจริง ๆ

ยกตัวอย่างเช่นเราจะเดินจงกรมเท่านั้นชั่วโมง จะต้องให้ได้เท่านั้นชั่วโมงเป็น อย่างน้อย เอ้า ขยับเข้ามาอีก ในระยะที่เดินจงกรมนี้ก็ตลบของการเดินจงกรมที่กลับไป กลับมา เราจะกำหนดไว้ประมาณสักกี่ตลบ ที่ให้ความรู้สึกของเราติดต่อไม่ให้มีเคลื่อน คลาดเลย เอ้า กำหนด ในเขตที่เรากำหนดนี้จิตของเราจะเคลื่อนคลาดจากความมุ่ง หมายของเราไปสักก็มาน้อย เคลื่อนคลาดไปเท่าไรไม่ยอมต้องนับใหม่ทั้งนั้น

สมมุติว่าเราเดินได้ ๕ ตลบหรือ ๕ รอบ พอถึงรอบที่ ๔ นั้นจิตได้เคลื่อนไปจากที่เราตั้งไว้เสีย ตั้งใหม่อีกลบล้างทั้งหมดโดยไม่ยอมนับคะแนนให้เลย ทีนี้จะเลยไปสักกี่ชั่วโมงไม่เอาไม่กำหนดกันทั้งนั้น นี่ถ้าเราจะกำหนดรอบของเรา จะให้เป็นอย่างนี้เป็นเวลาเท่านั้นชั่วโมงอย่างนี้ ก็ต้องให้เป็นอย่างนั้น จะเรียกว่าโหดร้ายทารุณหรือไม่เราทำกับเราอย่างนี้

แล้วเราลองไปทำกับคนอื่นอย่างนี้ใครจะเห็นว่ายังไง เป็นสิ่งที่ดูไม่ได้เลย แต่ทำกับเราเองนั้นเป็นสิ่งที่เหมาะสมที่สุดกับภาวะของเรา ซึ่งกำลังเป็นอยู่ในระยะเช่นนั้น

นั่งสมาธิ จะนั่งเท่านั้นชั่วโมง ในขณะที่นั่งเท่านั้นเราจะปฏิบัติต่อจิตของเราอย่างไรบ้าง เอ้า มีกฎเกณฑ์กันอีกครั้งหนึ่ง และมีเวลาเป็นขอบเขตอยู่ชั้นนอก มีการฝึกหรือขีดเส้นตายให้ตนอยู่ในวงภายในอย่างนี้ นี่เป็นสิ่งที่นักปฏิบัติแล้วแต่ความแยบคายของผู้ใดจะทำไป อาจจะทำอย่างนี้มีจำนวนไม่น้อย แต่สำหรับผมเองแล้วเคยทำมาอย่างนี้ จะว่าโหดร้ายหรือทารุณอย่างไรก็แล้วแต่หมู่เพื่อนจะพิจารณา

ผลที่ปรากฏขึ้นมาโดยมากก็ปรากฏขึ้นมาเพราะวิธีการอย่างนี้ทั้งนั้น จนถึงขั้นที่ควรจะเป็นที่เบาใจ เชื่อถือในหน้าที่การงานสติปัญญาของตนเป็นลำดับ ๆ แล้ว เรื่องการบังคับบัญชาเหล่านี้ก็ค่อยหมดไป ๆ เช่นเดียวกับเด็กที่กลายเป็นเด็กดี เป็นที่ไว้วางใจของผู้ปกครองแล้ว พ่อแม่ก็ลดการฝึกทรมาน หรือครูทางโรงเรียนก็เช่นเดียวกันก็ลดการฝึกทรมานเด็กลง มีหน้าซำยังชมเชยเด็กคนนั้นว่าดีเสียอีก

การฝึกตนก็ยอมเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน ถึงเวลาที่ควรจะต้องให้เต็มที่ มันต้องมีเวลาใดเวลาหนึ่ง ไม่ใช่ปล่อยให้ไปไปตามยถากรรมเรื่อย ๆ ไป ถึงเวลาที่จะลดหย่อนผ่อนผันก็มี ในกาลที่จิตของเราได้รู้เรื่องราวพอปฏิบัติต่อตนเองได้และทรงตัวได้ โดยไม่ต้องอาศัยการขู่เข็ญบังคับเท่าไรนัก จิตก็รู้หน้าที่การงานของตนเอง อย่างนั้นก็เป็นที่เบาใจ การฝึกทรมานแบบนั้นก็ค่อยผ่านไป ๆ

จากนั้นถึงธรรมะขั้นสูงเป็นลำดับ ๆ ขึ้นไปแล้ว เรื่องการจะบังคับบัญชาจิตใจอย่างที่เป็นมานี้ไม่มี นอกจากจะได้ยับยั้งจิตเอาไว้เท่านั้นว่ามีความเพียรกล้าเกินไป ต้องกำหนดเวลาให้บ้างว่าควรจะพักเวลาไหนโดยทางสมาธิ จะออกค้นคว้าพิจารณาให้เป็นหน้าที่การงานของจิตนานประมาณสักเท่าไร ถือเอาความรู้สึกของจิตเป็นประมาณ

ถ้าจิตมีความรู้สึกเหน็ดเหนื่อยเพราะทำงานมาก ได้แก่การคิดการค้นคว้ามาก เราก็ต้องพักผ่อนให้จิตโดยทางสมาธิ คือพักสงบ หยุดหน้าที่การงานในการคิดการปรุงทั้งหมด สงบใจของตนเองอยู่ในความรู้เป็นอันเดียว ปรากฏแต่ความรู้และความสบาย

ปล่อยวางหน้าที่การงานคือการคิดการค้นคว้าทุกด้านไปเสียหมดไม่มีสิ่งใดเหลือ เหลือ แต่ความสงบและเย็นใจอยู่ในตัวเองเท่านั้น นี่ชื่อว่าเป็นการพักจิต

พอถอนออกมาเรื่องของจิตที่จะทำงานตามหน้าที่ของตนซึ่งเป็นความเคยชินมาแล้วนั้น จะไม่มีทางบังคับกัน นอกจากจะได้ยับยั้งเอาไว้เท่านั้น รู้หน้าที่การงานไปเป็นลำดับ ๆ ที่จะต้องจัดต้องทำ มีความดูดีต่อการคิดการพิจารณาการปลดเปลื้องกิเลสอาสวะ เพราะเห็นผลประจักษ์ ๆ จากอุบายปัญญาที่คิดค้น

เมื่อถึงขั้นที่ว่านี้แล้วไม่มีการทรมานกัน มีแต่คอยจะสังเกตว่าจิตนี้ไปลึกลง ทยาบละเอียดผิตถูกแคไหน คอยสังเกตไป และเห็นกาลอันควรซึ่งควรจะพักแล้วก็พักรั้งจิตเข้ามา แม้จิตจะพะวักพะวนกับหน้าที่การงานคือการค้นคว้าอยู่ก็ตาม เมื่อถึงกาลที่ควรจะพักแล้วก็ต้องรั้งจิตเข้ามาให้พัก จนพอสมควรแล้วปล่อยจิตออกไปทำหน้าที่การงานตามเดิม

จิตที่ทำหน้าที่การงานโดยทางปัญญานั้น คือเป็นการถอดถอนกิเลสอาสวะซึ่งฝังอยู่ในจิตของตนเป็นลำดับ ๆ การพักจิตนั้นเป็นเรื่องที่จะพักให้จิตมีกำลัง เช่นเดียวกับเราทำงานด้วยกำลังร่างกายของเรา เมื่อเหน็ดเหนื่อยแล้วต้องเข้าพักในร่มในเงาหรือที่ไหนก็แล้วแต่ รับประทานอาหาร พักนอน ให้ธาตุชั้นธได้รับความสะดวกสบาย แล้วก็ทำหน้าที่การงานต่อไปอีก

การทำงานกับการพักย่อมเป็นคู่เคียงกันสำหรับธาตุชั้นธ เรื่องของจิตใจก็ย่อมมีลักษณะเช่นนั้นเหมือนกัน นี่เรียกว่าปฏิบัติด้วยความสม่ำเสมอ และด้วยความรู้เรื่องภาวะของจิตตนเอง การปฏิบัติก็ไม่ขัดข้อง ย่อมเป็นไปด้วยความราบรื่น จนสามารถถอดถอนกิเลสอาสวะออกได้ทั้งหมดภายในจิตใจ ไม่มีกิเลสแม้ส่วนใดที่เหลืออยู่โดยที่สุดปรมาณู คือความละเอียดยิ่ง ไม่มี นั่นเรียกว่าหมดทั้งการรั้งจิต หมดทั้งการทรมานจิต อยู่เป็นเอกสิทธิ์โดยลำพังตนเอง ซึ่งมีธรรมคือความพอดีโดยหลักธรรมชาติเป็นเครื่องคุ้มครอง

อยู่ที่ไหนก็สบาย ถ้าหมดเหตุหมดปัจจัยภายในจิตแล้ว เหตุก็คือสิ่งที่จะเสริมจิตให้กำเริบ คือสิ่งที่ผลิตเหตุให้เกิดทุกข์ขึ้นมา นั่นละท่านว่าเหตุ ปัจจัยก็เหมือนสิ่งที่เป็นของแสง ค่อยมาหนุนกันเข้าเลยกำเริบ เพราะแผลมีอยู่แล้วและถูกไม้ตำเข้าไปอีก ตามปกติจิตของเรามีกิเลสอยู่แล้ว ได้อาศัยสิ่งที่มาสัมผัสหรืออาศัยความคิดปรุงขึ้นมาอีก ก็เป็นเหมือนกับเอาไม้เข้าไปทิ่มแทงบาดแผลก็กำเริบกันใหญ่

ถ้าหมดเหตุหมดปัจจัยดังที่ว่ามีแล้ว ไม่มีสิ่งใดจะกำเริบ เพราะไม่มีแผลอยู่ภายในใจ ใจนั้นได้กลายเป็นใจที่บริสุทธิ์อย่างเต็มที่แล้วในหลักธรรมชาติของตน นั่นจะเรียกว่าจิตเดิมหรือจิตแท้ก็ได้ไม่ขัดแย้งกับใคร นั่นละหมดการทรมานตนเอง อยู่ที่ไหน

ก็สบายถ้าฝึกกรรมจนตนให้ถึงที่แล้ว จะไม่มีสิ่งใดมาเป็นข้าศึกต่อตนเอง ไม่ว่าจะข้างนอก ไม่ว่าจะข้างใน เป็นความสงบราบคาบอยู่โดยหลักธรรมชาติของตนเอง

ผลที่กล่าวหรือที่ได้อธิบายให้ฟังอยู่ ณ บัดนี้ โดยมากจะต้องเกิดขึ้นมาจากวิธีการของผู้บำเพ็ญตนโดยวิธีต่าง ๆ หนักบ้างเบาบ้าง ชูเชื้อบ้าง ปล่อยบ้างดั่งนี้ หากจะปล่อยให้เลยตามเลยหรือตามยถากรรมแล้ว ตายทิ้งเปล่า ๆ จะไม่ได้รับผลประโยชน์อะไรเป็นเครื่องตอบแทน จึงขอให้ทุกท่านได้พิจารณาไว้เพื่อเป็นหลักใจ เพราะเราก็ต่างท่านต่างก็อุตสาหะพยายามมาเต็มสติกำลังความสามารถ จะเป็นตายที่ไหนก็ยอมพลีไว้สำหรับบูชาพระพุทธศาสนา

การแสดงธรรมก็เห็นว่าสมควร จึงขอยุติเพียงเท่านี้