

๖๐

การปรารภความเพียร ของพระพุทธเจ้า

หลังจากเปลี่ยนอิริยาบถนั่งเป็นยืน เป็นเดิน หรือนอน เราก็หมั่นตรึก หมั่นนึก หมั่นนึกเบาๆ บ่อยๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ที่เรียกว่า **ภาวิตา พหุลีกตา** ทำบ่อยๆ ทำเนื่องๆ ทำทั้งวันทั้งคืน

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ท่านทำความเพียรอย่างนี้ บางครั้งก็เห็นแสงสว่าง บางครั้งก็ไม่เห็น แต่ท่านก็ไม่ลดละความเพียร บางครั้งเห็นตลอดกลางวัน แต่กลางคืนไม่เห็น บางครั้งเห็นตลอดทั้งคืน แต่กลางวันไม่เห็น ท่านก็ฝึกฝนต่อไปเรื่อยๆ บางครั้งก็เห็นทั้งกลางวัน เห็นทั้งกลางคืน บางครั้งเห็นชั่วแวบเดียว บางครั้งเห็นได้นาน

ท่านหมั่นฝึกฝนอบรมจิตใจของท่านไปเรื่อยๆ โดยมีมรรคผลนิพพานเป็นแก่นสาร เป็นเป้าหมาย หวังที่จะพ้นทุกข์ ให้เข้าถึงสุขอันเป็นอมตะให้ได้ ท่านจึงให้ความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมใจอย่างนี้

