

๖๔

อย่ามีข้อแม้ ข้ออ้าง เงื่อนไข

พยายามเพิ่มชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนั่ง ชั่วโมงกลาง
เอาไว้ให้มาก ๆ ประสบการณ์ภายในจะดียิ่งขึ้นไปเรื่อย ๆ

อย่ามีข้อแม้ ข้ออ้าง เงื่อนไข ทำให้เราไม่มีเวลา
ปฏิบัติธรรม ไม่มีเวลาหยุดนั่ง

การมีข้อแม้ ข้ออ้าง เงื่อนไข ไม่เป็นประโยชน์กับ
การเข้าถึงธรรม ถ้าเราจะตั้งข้อแม้ ข้ออ้าง และเงื่อนไข เรา
ตั้งได้ตลอดเวลา มันเป็นไปด้วยอำนาจกิเลส พญามารที่
เข้าไปบังคับเอาไว้ ให้เราเกิดความรู้สึกละอาย

คนเราแม้ป่วยก็ปฏิบัติธรรมได้ แม้มีภารกิจมากแค่ไหน
ไหนก็สามารถแสวงหาชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนั่ง ชั่วโมงกลางได้

หลวงพ่อก็ได้เคยพบคนมาหลายประเภท ตั้งแต่ป่วยเล็กน้อย
ป่วยปานกลาง ป่วยจนใกล้จะตาย ตั้งแต่มีภารกิจน้อย
ภารกิจปานกลาง ภารกิจมาก ได้พบมาหมดแล้ว แต่ท่าน
เหล่านั้นสามารถปฏิบัติธรรมได้ เพราะการปฏิบัติธรรมเป็น
งานทางใจ สามารถทำควบคู่กันไปได้กับการกิจประจำวัน



อย่าให้สิ่งเหล่านี้เป็นเงื่อนไข เป็นข้ออ้าง ที่จะทำให้เรามี
ชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนั่ง ชั่วโมงกลางน้อย

การมีชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนั่ง ชั่วโมงกลางน้อย
เท่ากับเรายืดเวลาที่จะเข้าถึงธรรมออกไปอีก เป็นเดือน
เป็นหลายๆ เดือน เป็นปี หรือหลายๆ ปี

เรามีชีวิตอยู่ในโลกนี้อีกไม่นาน เดี่ยววันเดี่ยวคืน
เดี๋ยวก็จะหมดเวลาแล้ว ร่างกายเสื่อมลงเรื่อยๆ จนกระทั่ง
ใช้ไม่ไหว และตายไปในที่สุด ถ้าหากเรามีข้อแม้ข้ออ้างและ
เงื่อนไข ก็จะทำให้เรามีเวลาหยุดนั่งน้อยลงไปเรื่อยๆ แค
เวลาปกติที่เราไม่มี ๓ อย่างนั้นก็เหลือน้อยอยู่แล้ว

วันหนึ่งมี ๒๔ ชั่วโมง แบ่งเป็นเวลานอนหนึ่งในสาม
ของชีวิต เวลาบริหารชั้น ๕ ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว เวลา

รับประทานอาหาร บริหารร่างกาย ก็หนึ่งในสามของชีวิต
อีกหนึ่งในสามสำหรับการทำงาน ประกอบขึ้นมาใช้ชีวิต
หาปัจจัย ๔ เลี้ยงชีพ

หมายความว่า ๒๔ ชั่วโมง นั้น พักผ่อน ๘ ชั่วโมง
บริหารชั้นอีก ๘ ชั่วโมง ทำงาน ๘ ชั่วโมง ถ้าหากเราอายุ
๖๐ ปี เราหมดเวลาไปกับการนอน ๒๐ ปี รับประทานอาหาร
ออกกำลังกาย ทำความสะอาดร่างกายอีก ๒๐ ปี ที่สูญเปล่า
ทำงานประกอบขึ้นมาใช้ชีวิตอีก ๒๐ ปี

แล้วเราจะมีเวลาไหนที่จะให้กับชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนั่ง
ชั่วโมงกลาง นี่แค่เป็นเวลาปกติ เหตุการณ์ปกติ ยังไม่ได้รวม
นับเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ยังมีเวลาอยู่นิดเดียวเท่านั้น

เราจึงจำเป็นจะต้องแทรกเวลาหยุด นิ่ง และกลาง
ในการกิจประจำวัน ไม่ว่าเราจะประกอบภารกิจอันใดก็ตาม
ให้สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ควบคู่กันไป เหมือนเรารับประทานอาหารควบคู่กับการหายใจ ทำด้วยกันไปทั้งสองอย่าง
งานทางใจกับงานในชีวิตประจำวันสามารถไปด้วยกันได้
ถ้าทำได้อย่างนี้ทุกวัน อย่างสม่ำเสมอ ไม่ช้าจะเข้าถึงธรรม
ได้อย่างแน่นอน เพราะฉะนั้นต้องไม่ประมาท ใช้เวลาที่อยู่ใน
โลกนี้ให้เป็นประโยชน์อย่างเต็มที่นะลูกนะ

๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๕