

อย่าท้อ

(เมื่อเราได้สวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยกันเสร็จเรียบร้อยแล้ว
ต่อจากนี้ไปตั้งใจเจริญสมาธิภาวนากันนะ.....)

...วัตถุประสงค์ที่เราฝึกเป็นภาพก็ดี หรือวางใจนิ่งเฉย ๆ ก็ดี
ต้องการให้ใจกลับมาอยู่ที่ตั่งตั่งเดิมภายใน เพื่อให้ใจหยุดใจนิ่ง
หลังจากที่มันวิ่งไม่หยุดไปในเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน
มานานแล้ว ทำให้เราไม่พบกับความสุขที่แท้จริง ดังนั้นเราต้องมา
ฝึกใจให้หยุดนิ่งอยู่ภายใน ฝึกไปเรื่อย ๆ นะลูกนะ

อย่าท้อหรือเลิกกลางคันกันซะก่อน หมั่นทำความเพียรไป
เราต้องยอมรับว่าเราเป็นมนุษย์ธรรมดา ไม่ใช่เทวดา เพราะฉะนั้น
ฝึกใหม่ ๆ มันก็มีฟุ้งบ้าง มีดบ้าง เมื่อยบ้าง เปื่อยบ้าง ท้อบ้าง ก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา อย่าไปท้อให้ทำความเพียรกันไปนะ บางทีเรา
นั่งไปแล้วดูเหมือนไม่ก้าวหน้าซึ่งความจริงแล้วไม่ใช่ การที่เราไม่ทำส
ถึงจะเรียกว่าไม่ก้าวหน้า แต่ถ้าเราฝึกกันไปทุก ๆ วัน มันก้าวไปข้างหน้า
ทั้งนั้น แต่มันอาจจะช้าหน่อย

การที่เราค่อย ๆ เดิน แม้มันจะช้าแต่ก็ถึงเป้าหมาย แต่ถ้าเรา
ไม่เดินมันก็อยู่กับที่ไปไม่ถึงเป้าหมาย ก็แปลว่า ถ้าเราไม่นั่งฝึกใจให้

อยู่ภายในก็คือการไม่ยอมเดินนั่นเอง แล้วอย่างนี้มันจะถึงจุดหมาย
ปลายทางได้อย่างไร

เราต้องฝึกนะ เราถึงจะสมหวังในชีวิต คือการ
ได้เข้าถึงความสุขที่แท้จริง ซึ่งมันมีเพียงประการเดียว
คือ หยุดกับนิ่ง

นตฤ สนติปรั สุขอื่นที่นอกจากใจหยุดนิ่งไม่มี

ก็แปลว่า เราจะไปหาความสุขจากที่อื่น จากคนสัตว์สิ่งของ
มันไม่มี ที่ไม่เจอเพราะว่ามันไม่มี ซึ่งผู้ฉลาดมีปัญญาเขาก็
ไม่เสียเวลาไปกับการไปหาในสิ่งที่ไม่มี เพราะสิ่งที่มีอยู่ทีเดียว คือ
หยุดกับนิ่งภายใน

เพราะฉะนั้นฝึกไปเรื่อย ๆ เห็นไม่เห็นก็ไม่เป็นไร ฝึกไป แต่ฝึก
ไปเรื่อย ๆ ที่ไม่เห็นเป็นไม่มี ต่างแต่ว่าช้าหรือเร็ว ถ้าเรามีความเพียร
ทำอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ ถูกหลักวิชา คือ วางใจพอดี ๆ เดี่ยว
ก็สมหวังกันทุกคน

อาทิตย์ที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๗



เมื่อใดที่ลูกล้ม
ลูกจักต้องจดจำ
อรรยรรสทุกคำ
ลูกจักล้มได้ด้วย

รศธรรม
กว่าม้วย
ล้ำเลิศ
หยุดไว้กลางกาย

ตะวันธรรม