

ถูกส่วนจึงเห็น

ให้ฝึกหยุดใจไปเรื่อย ๆ ให้ติดเป็นนิสัย
 เมื่อถูกส่วนก็จะเห็นเอง
 แต่ถ้าไม่ถูกส่วน มันก็ยังไม่สว่าง
 เมื่อไม่สว่างเราก็มองไม่เห็น
 ทั้ง ๆ ที่สภาวะธรรมภายในมีอยู่ มีแต่เหมือนไม่มี
 เพราะความสว่างยังไม่บังเกิดขึ้น
 ใจต้องหยุดนิ่ง ความสว่างจึงจะบังเกิด
 ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้จะเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ
 ถูกส่วนโดยอัตโนมัติ ก็อยู่ที่การฝึกฝนอบรมใจทุกวัน
 ให้มีฉันทะ มีใจรักที่จะฝึกใจให้หยุดนิ่ง
 เพราะเห็นประโยชน์ในการฝึก
 ตั้งแต่ให้ความสุขในปัจจุบัน
 ทำให้เราเข้าไปถึงภายในกาย
 แล้วก็บรรลุธรรมไปตามลำดับ

เราเห็นประโยชน์ในการปฏิบัติธรรมอย่างนี้ฉันท์ก็จะเกิด
แล้ววิริยะ จิตตะ วิมังสา ก็จะตามมาเอง
คือ มีความเพียร ทำต่อเนื่อง ใจจะจดจ่อ
แล้วก็ปรับปรุงใจให้หยุดนิ่ง
เมื่อทำได้ถูกต้อง เต็มวันก็ถูกส่วนเอง

๑๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๙