

พันทน ก็ไม่เห็นมีอะไรมาตอบสนองความนึกคิดความต้องการบ้างเลย พอให้ทราบว่าเขาที่มีอะไรดี ๆ พอตัวผู้หนึ่งที่ควรได้รับความเทิดทูนอย่างท่าน นอกจากคิดลม ๆ แล้ง ๆ ไป พอให้ทวนใจได้รับความลำบากทรมานเปล่า ๆ เท่านั้น ไม่เห็นมีอะไรพอเป็นขึ้นดีแผ่มาบ้างเลย จึงนำอับอายความคิดของตัวที่ชนแต่กองทุกข์มาให้วันละก็ร้อยก็พันเรื่อง จนสมองที่หมดกำลังที่จะทำงานต่อไป

พระอาจารย์องค์นี้ท่านมีลูกศิษย์มากมาย ทั้งพระเณรและฆราวาสจากภาคต่าง ๆ ของเมืองไทย มาศึกษาอบรมศีลธรรมกับท่านเสมอมิได้ขาด แต่ทุกวันนี้ท่านพยายามรักษาความสงบเฉพาะองค์ท่านมากกว่าปกติที่เคยเป็นมา เพื่อวิบากชั้นนี้จะได้สืบต่อกันไปเท่าที่ควร และเพื่อทำประโยชน์แก่โลกที่ควรได้รับซึ่งมีอยู่มากมาย ปกติหลังจากฉันเสร็จแล้ว ท่านเริ่มเข้าทางจงกรมทำความเพียรราวหนึ่งถึงสองชั่วโมง แล้วออกจากทางจงกรมเข้าห้องพักและทำภวานาต่อไปจนถึงบ่ายสองโมง ถ้าไม่มีธุระอื่น ๆ ก็เข้าทางจงกรม ทำความเพียรต่อไปจนถึงเวลาปิดกวาดลานวัด ท่านถึงจะออกมาจากที่ทำความเพียร

หลังจากสร้งน้ำเสร็จก็เข้าทางจงกรมและเดินจงกรมทำความเพียรต่อไปถึงสี่หรือห้าทุ่มจึงหยุด แล้วเข้าที่สวดมนต์ภวานาต่อไป จนถึงเวลาจำวัดแล้วพักผ่อนร่างกายราวสามนาฬิกา คือ เก้าทุ่มเป็นเวลาตื่นจากจำวัด และทำความเพียรต่อไปจนถึงเวลาโคจรบิณฑบาต จึงออกบิณฑบาตมาฉันเพื่อบำบัดกายตามวิบากที่ยังครองอยู่ นี่เป็นกิจวัตรประจำวันที่ท่านจำต้องทำมิให้ขาดได้ นอกจากมีธุระจำเป็นอย่างอื่น เช่นถูกนิมนต์ไปในที่ต่าง ๆ ก็มีขาดไปบ้าง

ท่านผู้มีคุณธรรมสูงขนาดนี้แล้ว ท่านไม่หวังความสุขรื่นเริงจากอะไรยิ่งกว่าความสุขรื่นเริงในธรรมภายในใจโดยเฉพาะ ท่านมีความเป็นอยู่อันสมบูรณ์ด้วยธรรมภายใน อยู่ในทำอิริยาบถใดก็มีความสุขเสมอตัว ไม่เจริญขึ้นและเสื่อมลง อันเป็นลักษณะของโลกที่มีความเจริญกับความเสื่อมเป็นของคู่กัน ทั้งนี้เพราะท่านมีใจดวงเดียวที่บริสุทธิ์สุดส่วน มีธรรมแห่งเดียวเป็นเอกภาพ ไม่มีสองกับอะไรพอจะเป็นคู่แข่งดีแข่งเด่น จึงเป็นความสงบสุขที่หาอะไรเปรียบมิได้ จิตที่มีความบริสุทธิ์เต็มภูมิ เป็นจิตที่มีความสงบสุขอย่างพอตัว ไม่ต้องการอะไรมาเพิ่มเติมส่งเสริมให้เป็นความกระเพื่อมกังวลเปล่า ๆ ไม่เกิดประโยชน์แก่จิตดวงนั้นเลยแม้แต่น้อย

ท่านที่ครองจิตดวงนี้จึงชอบอยู่คนเดียว ไม่ชอบความเคลื่อนไหวกลั่นวุ่นวาย เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นเครื่องรบกวนความสงบสุขในหลักธรรมชาติที่เป็นอยู่อย่างพอตัว ให้กระเพื่อมรับทราบทางทวารต่างๆ ท่านจึงชอบหลีกเร้นอยู่ตามอริยาศัยซึ่งเป็นการเหมาะแก่จิตนิสสัยที่สุด แต่ผู้ไม่เข้าใจตามความจริงของท่าน ก็มักคิดไปต่างๆ ว่าท่านไม่ต้อนรับแขกบ้าง ท่านรังเกียจผู้คนบ้าง ท่านหลบหลีกเอาตัวรอดแต่ผู้เดียวไม่สนใจอบรมสั่งสอนประชาชนบ้าง

ความจริงก็เป็นดังที่เรียนมานั่นเอง การอบรมสั่งสอนคนจะหาใครที่อบรมด้วยความบริสุทธิ์ใจและเต็มไปด้วยความเมตตา ไม่สนใจกับอามิสหรือสิ่งตอบแทนใด ๆ เหมือนท่าน รู้สึกจะหายากมาก

เพราะการอบรมสั่งสอนคนทุกชั้นทุกเพศทุกวัย ท่านสอนด้วยความรู้จริงเห็นจริงจริง ๆ และมุ่งประโยชน์แก่ผู้รับด้วยความเมตตาหาที่ตำหนิไม่ได้ นอกจากที่ไปรบกวนท่านแบบนอกนอกลู่ทางดังที่เขียนผ่านมาแล้วเท่านั้น จึงไม่อาจต้อนรับและสั่งสอนได้ทุกรายไป เพราะสวัสดิสัยของพระจะทำไปนอกนอกลู่ทางตามคำขอร้องเสียทุกอย่างของผู้ไม่มีขอบเขตความพอดี ท่านเองก็พลอยได้รับความลำบากและเสียหายไปด้วยที่นำสงสาร

การจำพรรษา บางปีท่านจำที่ภูเขาองค์เดียว โดยอาศัยชาวไร่เพียงสองสามครอบครัวเป็นที่โคจรบิณฑบาต ท่านว่าเป็นความผาสุกเย็นใจอย่างยิ่งในชีวิตของนักบวชเพื่อปฏิบัติธรรม วันคืนหนึ่ง ๆ เต็มไปด้วยความเพียร ไม่มีภารกิจการใด ๆ เป็นเครื่องกังวลเวลาเป็นของตัว ความเพียรเป็นของตัวทุก ๆ อิริยาบถ จิตใจกับธรรมเป็นของตัวในอิริยาบถทั้งปวง ไม่มีอะไรมาแบ่งสันปันส่วนพอให้เบาบางลงไปจากปกติเดิม วัน ค่ำ เดือน ปีสองนักบวชผู้มีราตรีเดียวไม่ยุ่งเกี่ยวกับอะไรนี้ เป็นสิ่งที่มีคุณค่ามากจนหาอะไรเทียบมิได้ ท่านว่าตอนท่านจำพรรษาองค์เดียวที่ภูเขาแห่งหนึ่งเขตจังหวัดสกลนครกับกาฬสินธุ์ต่อกัน ซึ่งอยู่ห่างจากหมู่บ้านราวสามสี่ร้อยเส้น ที่นั่นมีสัตว์ป่าชุกชุมมาก เช่น เสือ ช้าง กระตัง วัวแดง อีเก้ง หมู กวางต่าง ๆ เวลากลางคืนจะได้ยินเสียงสัตว์เหล่านี้ร้องกังวานป่า และเหียวหากินมาใกล้ ๆ บริเวณที่ท่านพักอยู่แทบทุกคืน บางครั้งแทบมองเห็นตัวมัน เพราะมาใกล้ ๆ ที่อยู่ท่านมาก ท่านเองรู้สึกเพลิดเพลินไปกับสัตว์เหล่านี้ด้วยความเมตตาสงสารเขา

ปีท่านเข้าไปจำพรรษาอยู่องค์เดียวในภูเขาลูกนี้ แต่จำไม่แน่ว่าเป็น พ.ศ. เท่าไร จำได้แต่เพียงว่า ท่านจำพรรษาที่นั่นหลังจากท่านอาจารย์มั่นมรณภาพแล้วไม่นานนัก ท่านว่าในพรรษานั้น เวลาทำสมาธิภาวนา ปรากฏว่าท่านอาจารย์มั่นมาเยี่ยมและแสดงสัมโมทณียธรรมให้ฟังเสมอตลอดพรรษา การทำข้อวัตรในบริเวณถ้ำที่พักจำพรรษา ตลอดการจัดบริหารต่าง ๆ ไม่ถูกต้องประการใด ท่านได้ตักเตือนอยู่เสมอ พรรษานั้นจึงเป็นเหมือนอยู่กับองค์ท่านอาจารย์มั่นตลอดเวลา

ท่านมาแสดงประเพณีของพระอุปัชฌาย์ผู้มุ่งต่อความหลุดพ้นให้ฟังว่า รุดงค์วัตรต่างๆ ควรรักษาให้ถูกต้องตามที่พระพุทธองค์ประทานไว้ อย่าให้เคลื่อนคลาด และยกอุปัชฌาย์วัตรสมัยที่ท่านพาหมู่คณะปฏิบัติเวลามีชีวิตอยู่ขึ้นแสดงซ้ำอีก เพื่อความแน่ใจว่าที่ผมพาหมู่คณะดำเนินตลอดวันสิ้นอายุขัยของผม ก็เป็นอุปัชฌาย์วัตรที่แน่ใจอยู่แล้วไม่มีสงสัย จึงควรเป็นที่ลงใจและปฏิบัติตามด้วยความเอาใจใส่ และอย่าพึงเข้าใจว่าศาสนาเป็นสมบัติของพระพุทธเจ้าและเป็นสมบัติของพระสาวกองค์หนึ่งองค์ใด แต่เป็นสมบัติของผู้รักใคร่สนใจ

ปฏิบัติทุก ๆ คนที่มุ่งประโยชน์จากศาสนา พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายท่านไม่ทรงมีส่วนอะไรกับศาสนาที่ประทุกันไว้สำหรับโลกเลย อย่าไปเข้าใจว่าพระองค์และสาวกทั้งหลายจะพลอยมีส่วนดีและมัวหมองไปด้วย จะปฏิบัติผิดหรือถูกประการใดก็เป็นเรื่องของเราเป็นราย ๆ ไป มิได้เกี่ยวกับพระพุทธเจ้าและสาวกทั้งหลาย

ท่านมาปฏิบัติอยู่ที่นี้ก็เป็นความมุ่งหมายของท่านโดยเฉพาะ การปฏิบัติผิดหรือถูกจึงเป็นเรื่องของท่านเองโดยเฉพาะเช่นกัน ฉะนั้นจงทำความระมัดระวังการปฏิบัติเพื่อความอยู่สบายในกฎธรรม ท่านเองก็กำลังจะเป็นอาจารย์ของคนจำนวนมาก จึงควรทำรุกรูหยาที่ถูกต้องดีงามไว้ เพื่อเป็นสิริมงคลแก่กุลบุตรสุดท้ายภายหลัง ผู้ดำเนินตามจะไม่ผิดพลาด ความเป็นอาจารย์คนนั้นสำคัญมาก จึงควรพิจารณาด้วยดี อาจารย์ผิดเพียงคนเดียวอาจพาให้คนอื่น ๆ ผิดไปด้วยเป็นจำนวนมากมาย อาจารย์ทำถูกเพียงคนเดียว ก็สามารถนำผู้อื่นให้ถูกด้วยไม่มีประมาณเช่นเดียวกัน ท่านควรพิจารณาเกี่ยวกับความเป็นอาจารย์หม่อมมากให้รอบคอบ เพื่อคนอื่นจะมีทางเดินโดยสะดวกราบรื่นไม่ผิดพลาด เพราะความยึดเราเป็นอาจารย์สั่งสอน

คำว่า “ อาจารย์ ” ก็คือผู้ฝึกสอนหรืออบรมกิริยาความเคลื่อนไหวที่แสดงออกแต่ละอาการ ควรให้ผู้อาศัยยึดเป็นหลักดำเนินได้ ไม่เป็นกิริยาที่แสดงออกจากความผิดพลาด เพราะขาดการพิจารณาไตร่ตรองก่อนแสดงออกมา พระพุทธเจ้าที่ว่าทรงเป็นศาสดาสอนโลกนั้น มิได้เป็นศาสดาเพียงเวลาแสดงธรรมให้พุทธบริษัทฟังเท่านั้น แต่ทรงเป็นศาสดาอยู่ทุกอิริยาบถ ทรงสืบทอดศาสนาคือนอนตะแคงข้างขวาก็ดี ประทับนั่งก็ดี ประทับยืนก็ดี เสด็จไปในที่ต่าง ๆ แม้ที่สุดเสด็จภายในวัดก็ดี ล้วนเป็นศาสดาประจำพระอาการทุกอยู่ทุก ๆ อิริยาบถ พระองค์ไม่ทรงทำให้ผิดพลาดจากความเป็นศาสดาเลย ผู้มีสติปัญญาชอบวินิจฉัยไตร่ตรองอยู่แล้ว ย่อมยึดเป็นคติตัวอย่างเครื่องพราสอนตนได้ทุก ๆ พระอาการที่ทรงเคลื่อนไหว

อย่าเข้าใจว่า พระองค์จะทรงปล่อยปละมรรยาตเหมือนโลกทั้งหลายที่ชอบทำกิริยาต่าง ๆ จากคน ๆ เดียวในสถานที่ต่าง ๆ อยู่ที่หนึ่งประพฤติดังอย่างหนึ่ง ไปอยู่ที่หนึ่งประพฤติดังอย่างหนึ่ง ไปอยู่ในที่อีกแห่งหนึ่งแสดงกิริยาอาการอย่างหนึ่ง เป็นลักษณะแปรตผันทั้งเป็นคนดีทั้งเป็นคนชั่วทั่วทุกทิศ ไม่มีประมาณให้พอยึดเป็นหลักได้ทั้งตัวเองและผู้อื่น ส่วนพระพุทธเจ้ามิได้เป็นอย่างโลกดังกล่าวมา แต่ทรงเป็นศาสดาอยู่ทุกพระอิริยาบถตลอดวันนิพพาน แต่ละพระอาการที่แสดงออก ทรงมีศาสดาประจำมิได้บกพร่องเลย ใครจะยึดเป็นสรณะคือหลักพึ่งพิงเพื่อดำเนินตามเมื่อไรก็ได้เมื่อนั้น โดยไม่เลือกว่าเป็นพระอิริยาบถหรือพระอาการใด จึงสมพระนามว่าเป็นศาสดาของโลกทั้งสาม

แม้จะเสด็จนิพพานก็ทรงสืบทอดไสยาสน์นิพพาน มิได้นอนทิ้งเนื้อทั้งตัวกลัวความตายร้ายมนต์บ่นเพื่อไปต่างๆ ดังที่โลกเป็นกันมาประจำแผ่นดิน แต่ทรงสืบทอดไสยาสน์นิพพาน ส่วนพระทัยก็ทรงทำหน้าที่นิพพานอย่างองอาจกล้าหาญ รวากับจะทรงพระชนม์อยู่กับโลกตั้งกับตั้งกลับ ความจริงคือทรงประกาศความเป็นศาสดาในวาระสุดท้าย ด้วยการเข้าฌานและนิโรธสมาบัติ ทรงถอยเข้าถอยออกจนครบแก่กาลแล้ว จึงเสด็จปรินิพพานไปแบบศาสดาโดยสมบูรณ์ ไม่ทรงเยื่อใยกับสิ่งใด ๆ ในสามภพ นั้นแลศาสดาของโลกทั้งสามท่านทรงทำตัวอย่างเป็นแบบฉบับของโลกตลอดมาแต่พระรัตนตรัยจนวันเสด็จปรินิพพาน ไม่ทรงลดละพระอาการใด ๆ จากความเป็นศาสดาให้เป็นกิจอย่างคนสามัญธรรมดาทำกัน ทรงปฏิบัติหน้าที่โดยสมบูรณ์จนวาระสุดท้าย จึงควรน้อมนำตัวอย่างของศาสดามาปฏิบัติดำเนิน แม้ไม่สมบูรณ์ตามแบบศาสดาทุก ๆ กระเบียด แต่ก็ยังอยู่ในเกณฑ์ของลูกศิษย์ที่มีครูสั่งสอนบ้าง ไม่เคว้งคว้างเหมือนเรือที่ลอยล้าอยู่กลางทะเลซึ่งมีพายุพัดไม่ได้ทอดสมอ

การปฏิบัติของนักบวชที่ไม่มีหลักยึดอย่างถูกต้องตายตัวนั้น ย่อมไม่มีจุดหมายว่าจะถึงฝั่งแห่งความปลอดภัย หรือจะเป็นอันตรายด้วยภัยต่างๆ ไม่มีอะไรเป็นเครื่องตัดสินได้ เช่นเดียวกับเรือไม่มีหางเสือบังคับ ย่อมไม่สามารถแล่นไปถึงที่หมายได้ และยังอาจลอยไปตามกระแสน้ำและเป็นอันตรายได้อย่างง่ายดาย ฉะนั้นหลักธรรมวินัยมีจุดตั้งตัวเป็นต้นคือทางเรือของการปฏิบัติเพื่อให้ถึงที่ปลอดภัย จงยึดให้มั่นคงอย่าโยกคลอนหวั่นไหว ผู้คอยดำเนินตามซึ่งมีจำนวนมากที่ยึดเราเป็นเยี่ยงอย่างจะเหลวไหลไปตาม

จุดตั้งตัวคือปฏิบัติทางตรงแนวไปสู่จุดหมาย โดยไม่มีปฏิบัติใดเสมอเหมือน ขอแต่ผู้ปฏิบัติจงใช้สติปัญญาศรัทธาความเพียรพยายามดำเนินตามเถิด ธรรมที่มุ่งหวังย่อมอยู่ในวิสัยของจุดตั้งที่ประทานไว้จะพาให้เข้าถึง อย่างไม่มีปัญหาอุปสรรคใดๆ กีดขวางได้ เพราะจุดตั้งเป็นทางเดียวที่พาให้พ้นทุกข์ไม่เป็นอย่างอื่น จึงไม่ควรทำความเคลือบแคลงสงสัย และธรรมนี้เป็นที่รวมปฏิบัติเครื่องดำเนินเข้าสู่ความดับทุกข์ทั้งหลายด้วย

พระที่มีความรักชอบในจุดตั้ง คือผู้มีความรักชอบและจงรักภักดีต่อพระศาสดา ผู้เป็นบรมครู พระผู้มีจุดตั้งเป็นเครื่องดำเนินคือผู้มีฝั่งมีฝ้า มีศาสดาเป็นสรณะในอิริยาบถทั้งปวง อยู่ที่ใดไปที่ใดมีธรรมคอยคุ้มครองรักษาแทนศาสดา ไม่ว่าเหวเร่ร้อน คลอนแคลน มีหลักใจเป็นหลักธรรม มีหลักธรรมเป็นดวงใจ หายใจเข้าหายใจออกเป็นธรรมและกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับใจ ผู้นี้คือผู้มีราตรียุกับธรรมไม่หวั่นไหว เอนเอียง สำหรับท่านเองไม่มีอะไรวิตกกังวล แต่ผู้เกี่ยวเนื่องกับท่านมีมากมาย จึงควรเป็นห่วงห่มุคณะและประชาชนที่คอยเดินตามหลังบ้าง เขาจะได้มีความอบอุ่นในปฏิบัติที่ยึดจากท่านไปเป็นเครื่องดำเนิน ว่าเป็นความถูกต้องแม่นยำไม่มีผิดพลาดดังนี้ ท่านสอนผม

ท่านเล่าว่า เพียงนอนตื่นผิดเวลาบ้างเล็กน้อย ท่านยังมาเตือนว่า อย่าเชื่อตัวเองยิ่งกว่าธรรม ตัวเองคือวิญญู ธาตุชั้นนี้เป็นผลของวิญญูมาดั้งเดิม ควรอนุโลมให้เขาเท่าที่อนุโลมได้ อย่าปล่อยตามชั้นจนเกินไป ผิดวิสัยของพระที่เป็นเพศไม่นั่งนอนใจ การหลับนอนของนักปราชญ์ท่านเพียงเพื่อบรรเทาธาตุชั้นนี้ไปชั่วระยะเท่านั้น ไม่ได้หวังความสุข ความสำราญอะไรจากการระงับความอ่อนเพลียทางธาตุชั้นนั้นเลย พระนอนตามแบบพระจริง ๆ ต้องระวังตัวเพื่อจะตื่น เหมือนแม่เฒ่านอน ซึ่งมีสติระวังตัวดีกว่าปกติเวลาเที่ยวหากิน คำว่า จำวัด ก็คือความระวังตั้งสติหมายใจจะลุกตามเวลาที่กำหนดไว้ตอนก่อนนอน มิได้นอนแบบขายทอดตลาดดังสินค้าที่หมดราคาแล้ว ตามแต่ลูกค้าจะให้ในราคาเท่าไร ตามความชอบใจของตน พระที่นอนปล่อยตัวตามใจชอบมิใช่พระศากยบุตรพุทธบริษัท ผู้รักษาศาสนาให้เจริญในตนและผู้อื่น แต่เป็นพระประเภทขายทอดตลาดตามยถากรรมจะตีราคาเอาเอง

การจำวัดของพระที่มีศีลวัตร ธรรมวัตร ต้องมีกำหนดกฎเกณฑ์บังคับตัวในเวลา ก่อนหลับ และระวังตัวอยู่ตามวิสัยของพระผู้กำลังจำวัดคือหลับนอน พอรู้สึกตัวต้องรีบลุกขึ้นทันทีไม่ช้าชาก อันเป็นลักษณะคนขี้เกียจนอนตื่นสาย และตายจมอยู่ในความประมาทไม่มีวันรู้สึกตัว การนอนแบบนี้เป็นลัทธิของสัตว์ตัวไม่มีความหมายในชีวิตของตัว และเป็นนิสัยของคนเกียจคร้านผลาญสมบัติไม่มียกเงยขึ้นมาได้ ไม่ใช่ทางของศาสนา จึงไม่ควรส่งเสริม จะกลายเป็นกาฝากขึ้นมาในวงศาสนาและพระธุดงค์ทั้งหลายซึ่งเป็นเรื่องทำลายตัวเอง ดังกาฝากทำลายต้นไม้ที่มันอาศัยนั้นแล ท่านควรขบคิดคำว่า จำวัด กับคำว่า นอน ซึ่งเป็นคำทั่ว ๆ ไป เทียบกันดูจะเห็นว่าผิดกัน และมีความหมายต่างกันอยู่มากระหว่างคำว่า จำวัด ของพระศากยบุตร กับคำว่า นอน ของคนและสัตว์ทั่วไป

ดังนั้นความรู้สึกของพระศากยบุตรที่จะปลงใจจำวัดแต่ละครั้ง จึงควรมีความสำคัญติดตัวในขณะนั้นและเวลาอื่น ๆ จะสมชื่อว่าผู้ประคองสติ ผู้มีปัญญาคิดอ่านไตร่ตรองในทุกกรณี ไม่สักว่าคิด สักว่าพูด สักว่าทำ สักว่านอน สักว่าตื่น สักว่าฉัน สักว่าอิม สักว่ายีน สักว่าเดิน สักว่านั่ง ซึ่งเป็นอาการปล่อยตัวเกินเพศเกินภูมิของพระศากยบุตรที่ไม่สมควรอย่างยิ่งในวงปฏิบัติ โดยมากมักเข้าใจกันว่า พระพุทธเจ้าและสาวกอรหันต์ทั้งหลาย นิพพานไปแล้ว สาบสูญไปแล้ว ไม่มีความหมายอะไรเกี่ยวกับท่านและตนเองเสียแล้ว

ก็พระธรรมอันเป็นฝ่ายเหตุที่สอนกันให้ปฏิบัติอยู่เวลานี้ เป็นธรรมของท่านผู้ใดชุดค้นขึ้นมาให้โลกได้เห็นและได้ปฏิบัติตามเล่า? และพระธรรมตั้งตัวอยู่ได้อย่างไร ทำไมจึงไม่สาบสูญไปด้วยเล่า? ความจริงพุทธะกับสังฆะก็คือใจดวงบริสุทธิ์ที่พ้นวิสัยแห่งความตายและความสาบสูญอยู่แล้วโดยธรรมชาติ จะให้ตายให้สาบสูญให้หมดความหมายไปได้อย่างไร เมื่อธรรมชาตินั้นมิได้เป็นไปกับสมมุติ มิได้อยู่ได้อำนาจแห่งความตาย มิได้อยู่ได้

อำนาจแห่งความสาบสูญ มิได้อยู่ใต้อำนาจแห่งการหมดความหมายใด ๆ พุทธะจึงคือ พุทธะอยู่โดยดี ธรรมะจึงคือธรรมะอยู่โดยดี และสังฆะจึงคือสังฆะอยู่โดยดี มิได้สั่นสะเทือนไปกับความสำคัญใด ๆ แห่งสมมุติที่เสกสรรทำลายให้เป็นไปตามอำนาจของตน ฉะนั้นการปฏิบัติด้วยธรรมานุธรรมะจึงเป็นเหมือนเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์อยู่ตลอดเวลาที่มีธรรมานุธรรมะภายในใจ เพราะการรู้พุทธะ ธรรมะ สังฆะ โดยหลักธรรมชาติ จำต้องรู้ขั้นที่ใจ ซึ่งเป็นที่สถิตแห่งธรรมอย่างเหมาะสมที่สุดส่วน ไม่มีภาษาใดยิ่งไปกว่าดังนี้

นี่เป็นโอวาทที่ท่านอาจารย์มั่นมาเตือนท่านในสมาธิภาวนา ในเวลาท่านเห็นว่าท่านอาจารย์องค์นี้อาจทำอะไรผิดพลาดไปบ้าง เช่น การปฏิบัติตรงควัตรไม่ถูกเป็นบางข้อหรือบางประการ และการจำวัดตื่นผิดเวลา ความจริงท่านว่าท่านอาจารย์มั่นมิได้เตือนด้วยความมั่นใจว่าท่านทำผิดโดยถ่ายเดียว แต่ท่านเตือนโดยเห็นว่าท่านอาจารย์องค์นี้จะมีส่วนเกี่ยวข้องกับหมู่คณะ ทั้งพระเถระและประชาชนจำนวนมากในวาระต่อไป ท่านจึงเตือนไว้เพื่อท่านอาจารย์องค์นี้ได้ตระหนักในข้อวัตรต่างๆ ต่อไปด้วยความเข้มแข็ง เพื่อถ่ายทอดแก่บรรดาประชาชนพระเถระที่มาอาศัยพึ่งร่มเงา จะได้ของดีไปประดับตัว ดังองค์ท่านอาจารย์มั่นเคยพาหมู่คณะดำเนินมาแล้ว

ท่านว่าการวางบริหาร เช่น บาตร กาน้ำ สบง จีวร หรือบริวารอื่น ๆ ที่ใช้ในสำนักต้องวางหรือเก็บให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เช่น ผ้าเช็ดเท้า เป็นต้น ถ้าเห็นไม่สะอาดควรแก่การใช้สอย ต้องเก็บไปซักฟอกให้สะอาดจึงนำมาใช้อีก หลังจากใช้แล้วต้องพับเก็บไว้เป็นที่เป็นฐาน ไม่ทิ้งระเกะระกะ ถ้าวันใดเกิดเพล่อขึ้นมาเพราะธุระอย่างอื่นมาแทรก พอตกกลางคืนเวลาทำสมาธิภาวนา จะปรากฏเห็นท่านอาจารย์มั่นมาเตือนและแสดงธรรมให้ฟังจนได้ ท่านพักอยู่ถ้ำดังกล่าวในพรรษานั้นเพียงองค์เดียว กลางคืนจะปรากฏท่านอาจารย์มั่นมาเยี่ยมเสมอโดยทางนิมิตภาวนา แม้กลางวันเจียบ ๆ เวลานั้นภาวนาในบางวัน ยังเห็นท่านมาเยี่ยมเช่นเดียวกับกลางคืน ท่านว่าท่านสนุกเรียนถามปัญหาต่าง ๆ กับท่านจนเป็นที่เข้าใจแจ่มแจ้ง เพราะท่านอธิบายแก้ปัญหาได้คล่องแคล่วว่องไวมาก และได้ความชัดเจนหายสงสัยทุก ๆ ข้อไป

ปัญหาบางอย่างเพียงแต่รำพึงสงสัยตามลำพังโดยมิได้นึกถึงท่านเลย พอตกกลางคืนเข้าที่ภาวนา ท่านก็มาอธิบายให้ฟังเสียแล้ว โดยยกข้อที่เราสงสัยขึ้นอธิบายให้เราฟังราวกับได้เรียนท่านไว้แล้ว ท่านว่าแปลกและอัศจรรย์มาก แต่พูดให้ใครฟังไม่ได้ เดียวเขาหาว่าเป็นกรรมฐานบ้า แต่ธรรมเครื่องแก้กิเลสชนิดต่างๆ โดยมากย่อมเกิดจากทางสมาธิภาวนาโดยลำพัง และเกิดจากทางนิมิตมีท่านอาจารย์มั่นเป็นต้น มาเตือนให้อุบาย

และแสดงธรรมสั่งสอนโดยสม่ำเสมอ อันเป็นการส่งเสริมสติปัญญาให้คิดอ่านไตร่ตรองมิให้ประมาท

ท่านว่าพรรษาที่จำอยู่ในถ้ำแห่งดงหนาป่าเปลี่ยวนี้ ทำให้เกิดอุบายต่าง ๆ ที่แสดงขึ้นทั้งภายในภายนอกมากมายตลอดเวลาทั้งกลางวันกลางคืน ผิดที่ทั้งหลายอยู่มาก เป็นผู้มึนราตรีเดียวด้วยความรื่นเริงอยู่กับธรรมในอิริยาบถต่าง ๆ ยืน เดิน นั่ง นอน เต็มไปด้วยธรรมปิติ ระหว่างสันติธรรมที่มีเป็นฐานเดิมประจำความบริสุทธิ์ และธรรมประเภทต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาสัมผัสกับใจ แล้วแสดงความหมายไปในแง่ต่าง ๆ กัน ทำให้กายและจิตชุ่มชื้นรื่นเริง เหมือนต้นไม้ที่ได้รับการหล่อเลี้ยงด้วยปุ๋ยและน้ำมีอากาศเป็นที่เหมาะสม คอยขโลมให้ลำต้นกิ่งก้านสาขาดอกใบของมันสดชื่นอยู่ตลอดเวลาจะนั้น

ท่านว่าคนเราเมื่อจิตมีราตรีเดียวกับธรรมความสงบร่มเย็น ไม่ว่าวุ่นซุ่นมัวมั่วสุขกับสิ่งใดแล้ว ก็มีความสุขอยู่ในโลกแห่งชั้นนี้เอง ไม่จำเป็นต้องดิ้นรนหาความสุขในที่อื่นภพอื่น ซึ่งเป็นการวาดภาพลอกตัวเองให้เกิดความทะเยอทะยาน เสริมต้นหาสมุทัยอันเป็นเชื้อแห่งทุกข์เข้ามาเผาผลาญตัวเอง ให้เกิดความทุกข์ลำบากไปเปล่า ๆ เพราะความสุขที่รู้อยู่เห็นอยู่เป็นอยู่กับใจนั้น เป็นความสุขที่พอกับตัวแล้ว โลกนี้ทั้งโลกและโลกอื่น ๆ ไม่มีประมาณในสังสารวัฏกับไม่มีอยู่ สิ่งที่มีและเด่นชัดประจักษ์ก็คือใจกับธรรมที่ปรากฏครอบโลกธาตุ ไม่มีขอบเขตเหตุผลพอนำมาเทียบมาวัดได้ เพราะจิตกับอัจฉริยธรรมที่ครอบกันอยู่มีใช้สมมุติ จึงไม่เป็นฐานะจะนำมาเทียบกัน

พอออกพรรษาแล้ว คณะศรัทธาญาติโยมที่เคยอุปัฏฐากรักษาท่านก็พากันไปอาราธนาภิกษุสงฆ์ท่านลงมา และอาราธนาท่านให้โปรดเมตตาสั่งสอนตามหมู่บ้านแถบอำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ท่านจำต้องลงมาทั้งที่อาลัยเสียดายสถานที่แห่งนั้น ไม่คิดจะจากไปไหนง่าย ๆ เมื่อลงมาอบรมสั่งสอนชาวบ้านพอสมควรแล้วได้โอกาสท่านก็ออกเที่ยวธุดงค์ตามฐานไปตามอริยาธัย โดยข้ามไปทางฝั่งแม่น้ำโขงของประเทศลาวบ้าง ข้ามมาฝั่งไทยเราบ้าง แล้วเที่ยวบำเพ็ญอยู่แถบอำเภอบึงกาฬ อำเภอโพธิ์พิสัย ซึ่งมีป่ามีเขามากที่นั่นเรียกว่าดงหม้อทอง และมีทำเลดีเหมาะกับการบำเพ็ญอยู่หลายแห่ง มีหมู่บ้านที่ไปตั้งใหม่อยู่ไม่กี่หลังคาเรือน เขาอาราธนาท่านให้อยู่จำพรรษาเพื่อโปรดเขา ซึ่งเป็นสถานที่สวกกับอริยาธัย ท่านจึงตกลงจำพรรษาที่นั่น

ตอนท่านพักบำเพ็ญธรรมอยู่ในภูเขาดงหม้อทองอำเภอโพธิ์พิสัยนั้น ท่านว่าท่านเพละเลเลิกรื่นเริงไปกับสัตว์ป่าชนิดต่าง ๆ ด้วยความเมตตาเขามาก มีไก่ป่า ไก่ฟ้า นกนานาชนิด มีนกเงือก นกยูง เป็นต้น และเม่น อีเห็น อีเก้ง หมู กวาง ลิง ค่าง บ่าง ชะนี หมาป่า เสือโคร่ง เสือดาว ช้าง กระต่าย วัวแดง ซึ่งแต่ละชนิดมีมากมายผิดกับที่ทั้งหลายเที่ยวมาเป็นฝูง ๆ โขลง ๆ ทั้งกลางวันกลางคืนจะได้ยินเสียงสัตว์เหล่านั้นส่งเสียงร้องลั่น

สนั่นป่าตามวาระของเขายู่เสมอ บางวันเวลาออกไปบิณฑบาตก็ยังพบเสือโคร่งใหญ่เดินจากหน้าท่านไปอย่างสวยงามน่าดูโดยไม่ห่างไกลท่านเลย ด้วยความมองอาจและสง่างามเผยตามนิสัยของมัน

ท่านว่าขณะที่มันเดินจากหน้าท่านไปซึ่งเป็นทีโล่งพอสมควร ดูการก้าวเดินของมันรู้สึกสวยงามมาก ขณะที่พบกันที่แรกมันฆ่าเสียงดูท่านนิดเดียวก็เดินต่อไปโดยไม่มองกลับมาดูท่านอีกเลย ดูลักษณะท่าทางมันก็ไม่กลัวท่านนัก แต่อาจจะวังตัวอยู่ภายในตามนิสัยของสัตว์ที่มีสติดีและมีความระวังตัว ไม่ค่อยพลั้งเผลอให้กับอะไรง่าย ๆ เฉพาะท่านเองก็ไม่นึกกลัวมัน เพราะเคยได้เห็นมันมาบ้างและเคยได้ยินเสียงมันอยู่เสมอจนชินชาไปเสียแล้วเวลาพักอยู่ในที่ต่าง ๆ เรื่อยมา ซึ่งโดยมากมักมีสัตว์พรรณนี้ประจำอยู่เสมอในที่บำเพ็ญนั้น ๆ จึงไม่นึกกลัว

คืนวันหนึ่ง ท่านกำลังนั่งอบรมกรรมฐานแก่พระที่จำพรรษาด้วยกันราวสามสี่องค์ ท่านว่าได้ยินเสียงนกเงือกโตะสามตัวล่ายพาดกลอนดังกระหึ่ม ๆ ขึ้นข้าง ๆ บริเวณที่พักแห่งละตัว จากนั้นก็ได้ยินเสียงคำรามขู่เข็ญกันบ้าง เสียงกัดกันบ้าง แล้วก็เงียบหายไป เดี่ยวก็ได้ยินเสียงขู่เข็ญและกัดกันขึ้นอีกข้าง ๆ ที่พักนั้นแล ที่แรกได้ยินเสียงมันเล่นและกัดกันอยู่ข้างนอกบริเวณที่พัก นึกว่าจะพากันหนีไปที่อื่นหายเงียบไปแล้ว เพราะเสียงสงบเงียบไปพักหนึ่ง แต่ที่ไหนได้จากการหายเงียบไปได้พักหนึ่งเท่านั้น ประมาณสามทุ่มก็ชักชวนกันเข้ามาอยู่ใต้ถุนบรรณศาลาเล็ก ๆ ที่พระกำลังนั่งสมาธิฟังการอบรมธรรมอยู่ ซึ่งสูงประมาณเมตรกว่านิดหน่อยเท่านั้น และส่งเสียงกระหึ่มคำราม และกัดกันอยู่ใต้ถุนศาลาเล็ก ๆ นั้น จนท่านต้องตะโกนบอกว่า เฮ้ย สามสหาย อย่าพากันส่งเสียงอื้ออึงนักซิ พระท่านกำลังเทศน์และฟังธรรมกัน เดี่ยวเป็นบาปตกนรกหลุมจับหายกันหมดนะจะว่าไม่บอก เพราะที่นี้ไม่ใช่ที่เอ็ดตะโรโฮเฮกันนี่นา จงพากันไปเที่ยวร้องครางที่อื่น ที่นี้เป็นวัดของพระที่ท่านชอบความสงบ ไม่เหมือนพวกแก ไปเสีย พากันไปร้องที่อื่นตามสบาย ไม่มีใครไปยุ่งกับพวกแกหรอก ที่นี้เป็นที่พระท่านอยู่บำเพ็ญธรรม ท่านจึงห้ามไม่ให้พวกแกส่งเสียงอื้ออึงนัก

พอได้ยินเสียงพระท่านร้องบอกก็พากันสงบอารมณ์ไปพักหนึ่ง แต่ยังพอได้ยินเสียงเกี้ยวพาราสีกันซุบซิบอื้ออึงเบา ๆ อยู่ใต้ถุนศาลา อันเป็นลักษณะบอกกันว่าพวกเราย่าส่งเสียงดังกันนักซิ พระท่านรำคาญและร้องบอกมานั้นโง่งง ทำเสียงเบา ๆ หน่อยเถอะเพื่อน เดี่ยวเป็นบาปชักลากขึ้นหัว เบบไปพักหนึ่ง ต่อไปก็มีเสียงควญครางขู่เข็ญและกัดกันขึ้นอีก ไม่ยอมหนีไปที่อื่นตามคำท่านบอก และพากันเหมาใต้ถุนบรรณศาลาเป็นที่เล่นสนุกกัน ตั้งแต่หัวค่ำจนสองยามคือหกทุ่มจึงพากันหนีไป พระนั่งทำสมาธิภาวนากันบนศาลา หลังจากฟังการอบรมธรรมแล้ว เสือโคร่งใหญ่สามตัวก็ส่งเสียงขู่เข็ญคำรามและกัดกันอยู่ใต้ถุนศาลาจนถึงหกทุ่มจึงเลิกจากกันไป พระก็ลงไปที่พักของตน เสือกก็เข้าป่าไป

คืนนั้นเป็นความประหลาดเป็นพิเศษ นับแต่เที่ยวธุดงค์กรรมฐานมาหลายปีและเคยเที่ยวไปสถานที่ต่าง ๆ หลายแห่งหนตำบลหมู่บ้านและป่าเขาต่าง ๆ แต่ไม่เคยมีสัตว์เลื้อยมาตีสนิทมิตรรักกับพระ รวากับเคยเป็นเพื่อนสนิทมิตรสหายผู้ฝากเป็นฝากตายกันมานาน เพิ่งมาพบในคืนวันนั้นเอง ตามปกติเสือเป็นสัตว์กลัวคนตามสัญชาตญาณ แม้จะเป็นสัตว์ที่มีอำนาจทำให้คนขยาดครั่นคร้ามอยู่บ้างกว่าสัตว์อื่น ๆ แต่เสื่อย่อมกลัวและหลบซ่อนคนมากกว่าคนจะกลัวเสือและหาที่หลบซ่อน แต่เสือสามตัวนั้นนอกจากไม่กลัวคนแล้ว ยังพากันมาแอบยืดเอาใต้ถุนศาลาหลังเล็กที่พระยังชุมนุมกันอยู่ข้างบนเป็นที่เล่นสนุก โดยไม่คิดกลัวพระซึ่งเป็นคนเหมือนมนุษย์ทั้งหลายเลย

จึงเป็นเรื่องอัศจรรย์ที่สัตว์ไม่เคยรู้เรื่องกับศีลธรรมเหมือนมนุษย์ทั้งหลาย แต่กิริยาที่เขามาตีสนิทสนมกับพระนั้น รวากับเขาก็เป็นผู้หนึ่งที่ทราบศีลธรรมดี และปฏิบัติศีลธรรมเช่นเดียวกับมนุษย์ทั้งหลายด้วย จึงไม่แสดงท่าทางให้พระท่านกลัว นอกจากเขาแสดงต่อพวกเขาเอง ซึ่งก็ทราบกิริยาท่าทางของกันและกันอยู่แล้ว ท่านว่า ฟังท่านเล่าแล้ว ขนลุกกลัวบ๊ายอยู่คนเดียวทั้งที่เรื่องก็ผ่านไปนานแล้ว เรื่องของคนไม่เป็นท่าก็เป็นอย่างนี้เอง แม้ท่านแสดงเรื่องต่าง ๆ อันเป็นคติธรรมให้ฟังก็ตาม แต่คนไม่เป็นท่าย่อมไม่ยอมฟังเพื่อยืดเป็นคติได้เลย แต่จะดันไปเฉพาะเส้นทางสายไม่เป็นท่าของตนนั้นแล ดังผู้เขียนแสดง ความกลัวที่นำอภัยต่อหน้าท่านในเวลาฟังคำบอกเล่านั้นแล นอกจากนั้นยังมาประกาศ ขยายความซี้ซลาดของตัวในหนังสือให้ท่านผู้อ่านหัวเราะเข้าอีก ซึ่งนับว่าเลวพอใช้ อ่านแล้ว กรุณาระวังอย่าให้เรื่องทำนองนี้แทรกสิงเข้าไปสู่จิตใจได้ จะกลายเป็นคนซี้ซลาดไม่เป็นท่าไปอีกหลายคน

ท่านเล่าว่า คืนวันนั้นพระที่นั่งฟังการอบรมและทำสมาธิภาวนาต่อไป หลังจากการอบรมแล้ว ต่างมีความตื่นเต็นตกใจและตาตั้งหูกางไปตาม ๆ กันที่ได้ยินอาจารย์ใหญ่ทั้งสามตัวมาให้การอบรมช่วยท่านอาจารย์อยู่ที่ใต้ถุน ในลักษณะแผลงฤทธิ์เจือกับความสนุกของเขา ทำเอาพระนั่งภาวนากลั้วตัวแข็งไปตาม ๆ กัน จิตไม่อาจส่งไปนอกกลุ่มนอกทางได้ เพราะกลัวอาจารย์ใหญ่ทั้งสามจะพากันโดดขึ้นมาให้โอวาทบนศาลาเล็กด้วยท่าทางต่าง ๆ แต่ก็ดีและน่าชมสัตว์สามตัวที่ไม่แสดงโลดโผนเกินกว่าเหตุ อูตริโดดขึ้นบนศาลาในเวลานั้น ยังรู้จักฐานะของตัวของท่านบ้าง ไม่ก๊วก่ายหน้าที่ยันควรแก่ภาวะของตน แสดงเพียงเบา ๆ พอหอมปากหอมคอแล้วก็เลิกพากันไป

นับแต่วันนั้นผ่านไปแล้วก็ไม่เห็นเขากลับมาอีกเลย ส่วนสถานที่และบริเวณที่พระอาศัยอยู่นั้น ก็คือทำเลเที่ยวของสัตว์จำพวกนี้และสัตว์อื่น ๆ เราตี ๆ นี้เอง ไม่เว้นแต่ละคืนต้องมีจำพวกใดจำพวกหนึ่งเข้ามาจนได้ เพราะที่นั่นเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่าทุกจำพวก เนื่องจากป่าและเขาแถบนั้นกว้างขวางมาก คนเดินผ่านเป็นวัน ๆ ก็ไม่พ่นสัตว์ชนิดต่าง ๆ

ดั่งที่เขียนผ่านมามีมาก พวกช้างเป็นโขลง ๆ หมูป่าเป็นฝูง ๆ ซึ่งแต่ละโขลงละฝูงมีจำนวนมากมายและไม่สู้จะกลัวผู้คนมากนัก

ปีท่านจำพรรษาที่นั่น อุบายต่าง ๆ เกิดขึ้นโดยสม่าเสมอ และต้องคอยเตือนพระเสมอไม่ให้ประมาทในการรักษารัฐคงวัตร เพราะอยู่ในท่ามกลางสิ่งที่ควรระวังหลายอย่างต่าง ๆ กัน โดยอาศัยธุดงค์วัตรเป็นเส้นชีวิตจิตใจ มีธรรมวินัยเป็นที่ฝากเป็นฝากตายใจจึงอยู่เป็นสุขไม่หวาดเสียวสะดุ้งกลัวต่าง ๆ การขบฉันก็น้อย เพียงเยียวยาธาตุนั้นไปวัน ๆ เท่านั้น เพราะศรัทธาญาติโยมมีน้อยและเป็นบ้านเพ่งตั้งใหม่มีไม้ที่หลังคาเรือน ยังไม่เป็นหลักฐานมั่นคง และเป็นความมุ่งหมายของท่านผู้หนักแน่นในธรรม จะพึงฝึกฝนอดทนเพื่อธรรมความอยู่สบายทางภายใน จึงไม่กังวลกับที่อยู่อาศัย อาหารบิณฑบาตให้มากไป อันจะเป็นอุปสรรคต่อความเพียร

ยาแก้ไขก็ถือความอดทนต่อสู้ด้วยความเพียรทางสมาธิภาวนา โดยถือเอาสัตว์ป่าชนิดต่าง ๆ เป็นเพื่อนและสักขีพยานว่า เขาก็มิได้เกิดมากับทุกข์ยาชนิดต่าง ๆ และคลอດที่โรงพยาบาล มีหมอและนางพยาบาลคอยรักษาดูครองครรรค์ แต่เขายังเป็นสัตว์ชนิดต่าง ๆ สืบต่อกันมาได้เต็มป่าเต็มเขา โดยไม่แสดงความโศกเศร้าเสียใจว่าตนขาดการบำรุงรักษาด้วยหมอด้วยยาและนางพยาบาล ตลอดเครื่องบำรุงต่าง ๆ ส่วนพระเป็นมนุษย์ชาติและเป็นศากยบุตรพุทธชาติ ศาสตราองค์ลือพระนามสะเทือนทั่วไตรภพว่า เป็นผู้ทรงเรียนจบคัมภีร์ไตรภูมิด้วยพระขันติ วิริยะ พระปัญญาปรีชาสามารถในทุกทาง ไม่มีคำว่าจนตรอกอ่อนแอ ท้อถอย แต่พระเราจะมาถอยหลังหล่นน้ำตาเพราะความทุกข์ลำบากเพียงการเจ็บไข้ได้ป่วย อันเป็นของธรรมดาแห่งขันธ์เท่านั้น ก็ต้องเป็นผู้ขาดทุนล้มจม จะนำตนและศาสนาไปไม่ตลอด นอกจากต้องเป็นผู้อาจหาญอดทนต่อสภาพความมีความเป็นความสัมผัสทั้งหลายด้วยสติปัญญาหยั่งทราบไปตามเหตุการณ์ที่มาเกี่ยวข้องเท่านั้น ไม่มีทางเพื่อเอาตัวรอดหวังจอดในที่ปลอดภัยได้

จิตเมื่อได้รับการอบรมในทางที่ถูก ย่อมมีความรื่นเริงในธรรม พอใจประคองตนไปตามวิถีแห่งมรรคและผลไม่มีการปลีกแหวะ ไม่สร้างความอัปจนไว้ทับถมตัวเอง ปฏิบัติที่สม่าเสมอไม่ท้อถอยน้อยใจว่าตนขาดที่พึ่งทั้งภายนอกภายใน มีใจกับธรรมเป็นเครื่องขลุ่ยหล่อเลี้ยงให้เกิดความอบอุ่นเย็นใจ อยู่ที่ใดไปที่ใดก็เป็น สุกโต แบบลูกศิษย์ตถาคต ไม่แสดงความอดอยากขาดแคลนในทางใจ พระธุดงค์กรรมฐานที่มุ่งต่อธรรมท่านไปและอยู่โดยอาการอย่างนี้ ท่านจึงอยู่ได้ไปได้ ย่อมอดอดทนความลำบากหิวโหยได้อย่างสบายหายห่วงกับสิ่งทั้งปวง มีธรรมเป็นอารมณ์ของใจ

เรื่องสัตว์ต่าง ๆ ที่ชอบมาอาศัยพระ ท่านผู้อ่านกรุณาคิดว่าจะเป็นความจริงได้เพียงไรบ้าง แต่ก่อนคิดเรื่องสัตว์ป่า กรุณาคิดเรื่องสัตว์บ้านก่อน ที่ชอบเข้าไปอาศัยอยู่ใน

บ้านของท่านผู้มีเมตตาจิต และเข้าไปอาศัยวัดพออยู่รอดปลอดภัยไปในวันหนึ่ง ๆ สุนัข และนก เป็นต้น ที่ชอบเข้าไปอาศัยวัดบางวัดจนแทบไม่มีที่และต้นไม้ให้สัตว์เหล่านี้อาศัย เพราะมีมากด้วยกัน อันดับต่อไปค่อยคิดไปถึงสัตว์ป่าชนิดต่าง ๆ ที่มักเข้าไปเที่ยว ป้วนเปี้ยนและอาศัยอยู่ตามสถานที่ และวัดที่พระอุปัชฌาย์ท่านพักอยู่ดังที่เขียนผ่านมามาก พอดู ทั้งประวัติท่านอาจารย์มั่นและปฏิบัติพาพระอุปัชฌาย์ของท่านอาจารย์มั่น ซึ่งมีเรื่อง สัตว์มาอาศัยพระลงแผงมาเสมอ ๆ ตามประสบการณ์ที่ได้รับทราบมาเป็นความจริง

จึงเป็นเรื่องน่าคิดในแง่ธรรมอันเป็นหลักธรรมชาติให้ความร่มเย็น และเป็นธรรม แก่สัตว์โลกทุกชาติทุกภาษา โดยที่สัตว์ทุก ๆ จำพวกไม่จำเป็นต้องทราบว่ามีธรรมคืออะไรก็ตาม แต่สิ่งที่แสดงออกให้สัตว์อื่นรับรู้กันทั่วโลกไม่มีใครรังเกียจนั้น คือธรรมโดยธรรมชาติ ธรรมนั้นแสดงอาการความสุข ความร่มเย็น ความไว้วางใจ ความมีแก่ใจ ความเมตตา ความเอ็นดูสงสาร ความมาเกิดอยู่เกิดไม่เป็นที่แน่นอน เป็นต้น การแสดงออกแห่ง กระแสธรรมเพียงเท่านั้น สัตว์ทุกจำพวกชอบและยอมรับกันทันที โดยไม่ต้องมีโรงเรียนไว้ สอนเขาเลย เพราะจิตใจกับกระแสธรรมเป็นของคู่ควรกันยิ่งกว่าอำนาจราชศักดิ์ใด ๆ ซึ่งเป็นสิ่งปรุงแต่งและเสริมกันขึ้น ย่อมสลายไปตามเหตุการณ์ไม่แน่นอน

ดังนั้นสัตว์แม้จะไม่เคยทราบว่าธรรมคืออะไรก็ตาม แต่สิ่งที่ชอบและยอมรับโดย ธรรมชาติ สัตว์ย่อมแสวงหาเอง ดังสุนัขเข้าไปอาศัยวัด สัตว์ป่าเข้าไปอาศัยพระอุปัชฌาย์ เพราะธรรมคือความเย็นความไว้วางใจ เป็นต้น ที่สัตว์เข้าใจว่ามีอยู่ในที่นั้น จึงเสาะแสวงหา ไปตามประสา แม้แต่ผู้ไม่เคยสนใจกับธรรมเลย ยังรู้จักสถานที่ที่ไม่มีภัยและชอบไปเที่ยว สนุกเฮฮาในที่เช่นนั้นแต่โบราณกาลมาถึงปัจจุบัน เพราะไปทำที่อื่นไม่ปลอดภัยเหมือนที่ เช่นนั้น

เพียงเท่านั้นก็พอทราบได้ว่าธรรมและสถานที่ผู้บำเพ็ญธรรม เป็นที่ไว้วางใจแก่สัตว์และ มนุษย์ทั่วไป จึงไม่ค่อยระแวงระวังกัน และบางรายบางพวกไม่ระวังเสียจนปล่อยตัวเลยเกิด โดยไม่คิดถึงหัวใจมนุษย์ด้วยกันและพระศาสนาซึ่งเป็นสมบัติของประเทศบ้างเลย แม้ผู้ ปฏิบัติธรรมเหล่านั้นก็ย่อมทราบความดีความชั่ว คนดีคนชั่ว สัตว์ดีสัตว์ชั่วได้เช่นมนุษย์ ทั่วไป จึงควรคิดและเห็นใจผู้อื่นที่รักสวณสมบัติของตนบ้าง ไม่ปล่อยร่อยเป๋อร์เซ็นต์ไป เสียทีเดียวในที่ทุกสถาน ยังจะพอมิเชตแดนแห่งมนุษย์และสัตว์เป็นที่อยู่อาศัยคนละวรรค ละตอนบ้าง ไม่คละเคล้ากันไปเสียหมดจนไม่อาจทราบได้ว่าใครเป็นใคร เพราะอะไร ๆ ก็ แบบเดียวกันเสียสิ้น

ท่านอาจารย์องค์นี้ชอบเที่ยวหาที่วิเวกและเปลี่ยนที่ทำความเพียรอยู่เสมอ ปกติก็ ชอบเที่ยวอุปัชฌาย์ไปตามป่าตามเขาอยู่แล้ว แล้วยังชอบเที่ยวเปลี่ยนที่ทำความเพียรอยู่เรื่อย ๆ เช่นไปพักอยู่ที่นั่นเป็นปกติแล้ว แต่เวลาเข้าไปทำความเพียรอยู่ที่หนึ่ง ตอนบ่าย ๆ หรือ

เย็นก็เปลี่ยนไปทำอีกแห่งหนึ่ง กลางคืนก็เที่ยวไปทำความเพียรอยู่อีกแห่งหนึ่งในแถบที่
ท่านพักอยู่นั้นแล เปลี่ยนทิศทางบ้าง ไปใกล้บ้าง ไกลบ้าง ไปอยู่ในถ้ำอื่นจากถ้ำเดิมบ้าง ขึ้น
ไปอยู่บนหลังเขาบ้าง ตามหินดานบ้าง ดึก ๆ จึงกลับที่พัก

ท่านให้เหตุผลสำหรับนิสัยท่านว่า เวลากำลังขุมนุ่นวุ่นวายกับการแก้กิเลส การ
เปลี่ยนอุบายต่าง ๆ เช่นนั้น ปัญญามักเกิดขึ้นเสมอ กิเลสตั้งตัวไม่ติดเพราะถูกอุบายของ
สติปัญญาตีต้อนในท่าต่าง ๆ ให้หลุดลอยไปเป็นพัก ๆ ถ้าอยู่ในที่แห่งเดียวทำให้ชินต่อ
สถานที่ แต่กิเลสมิได้ชินกับเรา มันสั่งสมตัวขึ้นเสมอไม่ว่าเราจะชินกับอะไรหรือไม่ก็ตาม
เราจำต้องพลิกแพลงเปลี่ยนแปลงอุบายและสถานที่อยู่เสมอ เพื่อทันกับกลมารยาของกิเลส
ที่ปกหลักสั่งสมตัวเอง และต่อสู้กับเราไม่มีเวลาพักผ่อนตัวตลอดเวลา ถ้าเว้นบ้างก็เพียง
เวลาหลับสนิทเท่านั้น นอกนั้นเป็นเวลาทำงานของมันเสียสิ้น ดังนั้น การทำความเพียรจะ
ลดหย่อนอ่อนข้อและผัดผ่อนเลื่อนเวลาอยู่ จึงทำให้กิเลสตัวขยันหัวเราะเอา การเปลี่ยน
สถานที่และอุบายอยู่เสมอ จึงพอมองเห็นความแพ้วความชนะกับกิเลสบ้าง ไม่ปล่อยให้มัน
รับเหมาเป็นเจ้าของแต่ผู้เดียว ดังนี้

เหตุผลของท่านก็น่าฟังและเป็นคติได้ดี สำหรับผู้ไม่พอใจให้กิเลสขึ้นเหยียบย่ำ
ทำลายเอาทุก ๆ กรณีที่จิตไหวตัว ท่านชอบเที่ยวไปทางภูสิงห์ ภูวู ภูลังกา และดงหม้อ
ทอง เขตอำเภอเชกา อำเภอโพธิ์พิสัย จังหวัดหนองคาย และอำเภอบ้านแพง จังหวัด
นครพนม แถบนั้นมีเขามาก เช่น ภูสิงห์ ภูวู และภูลังกา ซึ่งล้วนเป็นทำเลดี ๆ เหมาะแก่
การบำเพ็ญธรรมอย่างยิ่ง แต่ห่างไกลหมู่บ้านมาก บิณฑบาตไม่ถึง ต้องมีคนผลัดเปลี่ยนกัน
ขึ้นส่งอาหาร

ที่ดังกล่าวเหล่านี้เป็นที่ชุมนุมของสัตว์ป่านานาชนิด มีเสือ ช้าง กระตัง วัวแดง เป็น
ต้น พอตกบ่าย ๆ และเย็นจะได้ยินเสียงสัตว์เหล่านี้ร้องสนั่นหวั่นไหวไปทั่วทั้งป่า ผู้ไม่สละ
ตายจริง ๆ ยากจะอยู่ได้ เพราะเสือชุมมากเป็นพิเศษและไม่ค่อยกลัวคนด้วย บางคืนพระ
ท่านเดินจงกรมทำความเพียรไปมาอยู่ มันยังแอบมาหมอบดูท่านได้โดยไม่กลัวท่านเลย แต่
ไม่ทำอะไร มันอาจสงสัยแล้วแอบด้อมเข้ามาดูก็ได้ พอท่านได้ยินเสียงผดสังเกตนึก
ประหลาดใจ ส่องไฟฉายไปดู ยังเห็นเสือโคร่งใหญ่โอดออกไปต่อหน้าต่อตาก็ยังมี แม้
เช่นนั้นท่านก็ยังเดินจงกรมทำความเพียรต่อไปได้ ไม่คิดกลัวว่าเสือจะโอดมาคาบเอาไปกิน
เลย ทั้งนี้เพราะความเชื่อธรรมมากกว่าความกลัวเสือ จึงพอดทนทำความเพียรต่อไปได้

บางวันพอตกเย็น พระท่านก็ขึ้นบนไหล่เขา แล้วมองลงไปดูโขลงช้างใหญ่ซึ่งกำลัง
พากันออกเที่ยวตามหินดานอันกว้างยาวเป็นกิโล ๆ สามารถมองเห็นช้างทั้งโขลงได้อย่าง
ชัดเจน ทั้งตัวเล็ก ๆ และตัวใหญ่ ซึ่งกำลังเริ่มจะพากันออกเที่ยวหากิน ท่านว่าเวลาดูช้างทั้ง

โขลงใหญ่ ๆ ที่กำลังหยอกเล่นกันอย่างเพริดเพลินเช่นนั้น ทำให้เพลินตุนั้นจนคำไม่รู้ตัวก็มี เพราะสัตว์พรรคนี้ชอบหยอกเล่นกันเหมือนมนุษย์เรานี่เอง

ท่านอาจารย์องค์นี้มีความเด็ดเดี่ยวมากดังที่เขียนผ่านมาแล้ว การนั่งภาวนาตลอดสว่างท่านทำได้อย่างสบายไม่มีอะไรเป็นอุปสรรค ก็การนั่งภาวนาแต่หัวคำยันสว่างนั้นมีใช้เป็นงานเล็กน้อย ถ้าไม่เป็นผู้มีใจกล้าหาญกัณฑ์กัณฑ์เพชรจริง ๆ จะทำไม่ได้ จึงขอชมเชยอนุโมทนาท่านอย่างถึงใจ ดังนั้นท่านจึงสามารถเป็นอาจารย์สั่งสอนคณะสาธุศิษย์ให้ได้รับความร่มเย็นเรื่อยมาจนปัจจุบันนี้ ท่านเป็นที่แน่ใจในองค์ท่านเองร้อยเปอร์เซ็นต์ ว่าเป็นผู้สิ้นภพสิ้นชาติอย่างประจักษ์ใจทั้งที่ยังครองขันธอยู่ ปล่อยขันธเมื่อไรก็เป็น *ปรหม์ สุขุ ล้วน* ๆ เมื่อนั้น หมดความรับผิดชอบกังวลโดยสิ้นเชิง

การเขียนประวัติย่อของท่านอาจารย์องค์สำคัญองค์หนึ่ง ในบรรดาลูกศิษย์ของท่านอาจารย์มั่นก็ขอยุติลง กรุณาสังเกตตามที่เขียนมานี้ว่า คือองค์ใดแน่ ปัจจุบันท่านยังมีชีวิตอยู่และเป็นที่เคารพเลื่อมใสของประชาชนพระเถระจำนวนมาก แต่ผู้เขียนไม่อาจจะบุนามท่าน เกรงจะเป็นการกระทบกระเทือนในองค์ท่าน เพราะท่านพ้นจากโลกามิสใด ๆ ทั้งสิ้นแล้ว ครองแต่ธรรมที่บริสุทธิ์กับขันธห้าเครื่องก่อขวานวนวายอยู่ตลอดเวลาเท่านั้น ไม่มีทางสงสัยท่านว่าจะเป็นอื่น ขอความสวัสดีมงคลจงเกิดมีแต่ท่านผู้อ่านประวัติของท่านผู้อัจฉริยะโดยทั่วกัน ถ้าไม่ลดละความเพียรพยายามในการบำเพ็ญตน วันหนึ่งเราท่านต้องได้ชมธรรมสมบัติบริสุทธิ์ที่พึงใจอย่างท่านแน่นอนภายในใจท่านเอง สมกับธรรมเป็นสมบัติของทุกคนผู้ปฏิบัติเป็นสามมีจิตรกรรม

ท่านอาจารย์มั่นผู้รู้เห็นธรรมประจักษ์ใจด้วยปฏิบัติภาวนารับรู้ถึงทาง ที่ควรเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทาได้อย่างเต็มปากเต็มใจองค์หนึ่งในสมัยปัจจุบัน แต่มิได้เขียนวิธีเดินจงกรมที่ท่านเคยดำเนินมาลงในประวัติท่านว่าท่านทำอย่างไร กำหนดทิศทางอย่างไรบ้างหรือไม่ทางจงกรมสำหรับเดินทำความเพียรในท่าเดินสั้นและยาวเพียงไร ก่อนจะเริ่มทำความเพียรในท่าเดินท่านทำอย่างไร ผู้เขียนลืมนลงไว้ขณะที่เขียนประวัติท่าน จึงขอนำมาเขียนลงในปฏิปทาสายของท่าน เพื่อท่านผู้สนใจจะได้ยึดเป็นหลักฐานต่อไป ความจริงพระธรรมวินัยเป็นแบบฉบับของมัชฌิมาปฏิปทา สำหรับท่านผู้สนใจดำเนินตามอย่างถูกต้องตายตัวก็มีอยู่แล้ว ดังนั้นท่านอาจารย์มั่นจึงยกแบบฉบับนั้นเป็นเครื่องดำเนินอย่างหาที่ต้อติมิได้ ทั้งอิริยาบถธรรมดาและอิริยาบถแห่งความเพียรในท่าต่าง ๆ แต่จะอธิบายวิธีเดินจงกรมก่อนวิธีอื่น

ทิศทางและความสั้นยาวของทางสำหรับเดินจงกรมมีดังนี้ ทางเดินจงกรมตามที่ท่านกำหนดรู้ไว้และปฏิบัติตามเรื่อยมานั้นมีสามทิศด้วยกัน คือ ตรงไปตามแนวตะวันออก-ตะวันตก หนึ่ง ไปตามแนวทิศตะวันตกเฉียงใต้ หนึ่ง และไปตามแนว

ตะวันออกเฉียงเหนือ หนึ่ง การเดินจงกรมก็เดินไปตามแนวทั้งสามที่กำหนดไว้ในแนวใดแนวหนึ่ง ความสั้นยาวของทางจงกรมแต่ละสายนั้น ท่านว่าตามแต่ควรสำหรับรายนั้น ๆ ไม่ตายตัว กำหนดเอาเองได้ตามสมควร แต่อย่างสั้นท่านว่าไม่ควรให้สั้นกว่าสิบก้าวสำหรับเวลาอยู่ในที่จำเป็นหาทางเดินมิได้ ทางจงกรมขนาดธรรมดายาวราวยี่สิบก้าว ขนาดยาวราวยี่สิบห้าถึงสามสิบก้าวเป็นความเหมาะสมทั่ว ๆ ไป

เฉพาะทิศทางท่านถือเป็นแบบฉบับและปฏิบัติตามนั้นจริง ๆ ไม่ให้เคลื่อนคลาดในเมื่อไม่จำเป็นจริง ๆ และสั่งสอนพระเณรให้ปฏิบัติตามนั้นด้วย บางครั้งท่านเห็นพระเดินจงกรมผิดทิศทาง ท่านยังเรียกมาดุตำสั่งสอนเอาบ้างว่า ที่สั่งสอนหมู่คณะจะเป็นทางธรรมก็ดี ทางวินัยก็ดี ได้สอนตามแบบฉบับเรื่อยมาไม่เคลื่อนคลาด แม้การเดินจงกรมซึ่งเป็นทางธรรมก็มีแบบฉบับไปตามธรรมเช่นกัน การเดินจงกรมในครั้งพุทธกาลท่านมีกำหนดทิศทางกันอย่างไรบ้างหรือไม่ ได้ทราบว่ามีทิศทางอยู่สาม ดังที่เคยอธิบายให้ฟังเสมอมา หมู่คณะจึงไม่ควรถือว่าเป็นเรื่องไม่สำคัญแล้วไม่สนใจปฏิบัติตาม ก็แสดงว่าไม่ได้ตั้งใจมาศึกษาด้วยความสนใจ แม้สิ่งอื่น ๆ ก็จะเป็นของไม่สำคัญดังที่เป็นมาแล้วและผ่านไป ๆ โดยไม่เห็นอะไรสำคัญ ความเป็นทั้งนี้จึงส่อให้เห็นความไม่สำคัญของผู้มาอบรมศึกษาอย่างเต็มตาเต็มใจ เวลาออกจากที่นี่ไปก็ต้องนำลัทธินิสัยความไม่มีอะไรสำคัญนี้ไปใช้กลายเป็นเรื่องไม่สำคัญในตัวของผู้ปฏิบัติไปเสียสิ้น

การมาอยู่กับครูอาจารย์ที่เราเคารพนับถือ ยังไม่เห็นความสำคัญในคำตักเตือนสั่งสอนอยู่แล้ว ก็เท่ากับจะเริ่มสร้างสิ่งทำลายตนขึ้นในเวลาเดียวกัน นี่แหละเป็นสิ่งที่ไม่ทำให้สนิทใจไปกับหมู่คณะที่มาอาศัย ว่าจะได้สิ่งที่เป็นสาระอะไรบ้างไปเป็นหลักข้อปฏิบัติในกาลต่อไป เห็นมีแต่ความไม่สำคัญไปเสีย ความจริงธรรมที่นำมาสั่งสอนหมู่คณะทุก ๆ แขนงได้พิจารณาถ่องถี่แล้วถ่องถี่แล้วจนเป็นที่แน่ใจ มิได้สอนด้วยความพรวดพราด หลุดปากก็พูดออกมาทำนองนั้น แต่สอนด้วยความพิจารณาแล้วทั้งสิ้น ทั้งส่วนหยาบส่วนละเอียด การกำหนดทิศทางเดินจงกรมเคยได้อธิบายให้หมู่คณะฟังมาหลายครั้งแล้ว จนน่ารำคาญทั้งผู้สอนผู้ฟัง แทนที่จะพากันพิจารณาตามบ้างพอเป็นพยานแห่งการมาศึกษา แต่ทำไมความฝ่าฝืนจึงโผล่ขึ้นมาอย่างไม่อายครูอาจารย์และใคร ๆ ที่อยู่ด้วยกันบ้าง

การพิจารณาทิศทางของความเพียรทำต่าง ๆ นี้ ผมเคยพิจารณามานานและทราบมานานแล้ว จึงกล้านำมาสั่งสอนหมู่คณะด้วยความแน่ใจ เมื่อเห็นความฝ่าฝืนจึงทำให้อดสดสังเวชใจไม่ได้ว่า ต่อไปจะเห็นแต่ของปลอมเต็มวัดเต็มวาเต็มศาสนาและเต็มพระเณรเถรีพุทธบริษัท เพราะความชอบใจความสะดวกใจพาให้เป็นไป มิใช่ความไตร่ตรองดูเหตุดูผลด้วยดีพาให้เป็นไป ศาสนานั้นจริงไม่มีที่ตอติ แต่ศาสนาจะถูกตอติเพราะผู้ปฏิบัติติงศาสนาเป็นเครื่องมือของกิเลสที่มีเต็มหัวใจ ผมน่าจะกลัวตรงนี้เอง เพราะเห็นอยู่กับตา

ดังที่ว่ายู่ขณะนี้แล ดังนี้ ซึ่งผู้เขียนได้เห็นท่านเรียกพระมาด่าสั่งสอนอย่างเข้มข้นด้วยตาตัวเองจึงจำไม่ลืมตลอดมา เมื่อมีโอกาสจึงได้นำมาลงไว้บ้าง ฉะนั้นทางเดินจงกรมเฉพาะท่านอาจารย์มั่น ท่านมีแบบฉบับจริง ๆ ดังกล่าวมา

ท่านอาจารย์มั่นกำหนดรู้ทิศทางของทางเดินจงกรม

การกำหนดรู้ทิศทางของสายทางเดินจงกรม ท่านอาจารย์มั่นกำหนดดูตามอริยประเพณีในครั้งพุทธกาล ท่านทราบว่ามีกำหนดกฎเกณฑ์มาแต่ดั้งเดิม ท่านเองจึงได้ปฏิบัติตามแบบนั้นเรื่อยมา การเดินจงกรมจะครองผ้าก็ได้ ไม่ครองก็ได้ ตามแต่สถานที่ควรปฏิบัติอย่างไรเหมาะ ทั้งทิศทางของสายทางสำหรับเดินจงกรม ทั้งวิธีเดินจงกรม ทั้งการครองผ้าหรือไม่ครองในเวลาเดินจงกรม ทั้งขณะยืนรำพึงที่หัวจงกรม เวลาจะทำความเพียรในท่าเดินจงกรม ท่านอาจารย์มั่นกำหนดดูตามอริยประเพณีทราบโดยละเอียดและได้ปฏิบัติตามที่กำหนดทราบแล้วเรื่อยมา คือการเดินจงกรมท่านสอนให้เดินไปตามตะวันหรือเยื้องตะวันไปทางทิศเหนือหรือทิศใต้ ท่านว่าการเดินตามตะวันเป็นที่หนึ่ง เยื้องตะวันทั้งสองสายเป็นอันดับรองลงมา ส่วนการเดินตัดตะวันหรือไปตามทิศเหนือทิศใต้ไม่เห็นท่านเดินเลย นอกจากไม่เห็นท่านเคยเดินแล้ว ยังได้ยินท่านว่าไม่ควรเดินด้วย แต่จะเพราะเหตุไรนั้น ลืมคำอธิบายท่านเสียสิ้น

วิธีเดินจงกรมภาวนา

การเดินจงกรมกลับไปกลับมาไม่ช้าไม่เร็วนัก พองามตามมรรยาตามเยี่ยงอย่างประเพณีของพระผู้ทำความเพียรทำเดินในครั้งพุทธกาล เรียกว่าเดินจงกรมภาวนา เปลี่ยนจากวิธีนั่งสมาธิภาวนามาเป็นเดินจงกรมภาวนา เปลี่ยนจากเดินมายืนเรียกว่ายืนภาวนา เปลี่ยนจากยืนมาเป็นท่านอน เรียกว่าทำสัพพะไสยาสน์ภาวนา เพราะพึงใจว่าจะภาวนาด้วยอิริยาบถนอนหรือสัพพะไสยาสน์ การทำความเพียรในท่าใดก็ตาม แต่ความหมายมั่นปั้นมือก็เพื่อชำระกิเลสตัวเดียวกันด้วยเครื่องมือชนิดเดียวกัน มิได้เปลี่ยนเครื่องมือคือธรรมที่เคยใช้ประจำหน้าที่และนิสัยเดิม ก่อนเดินจงกรมพึงกำหนดหนทางที่ตนจะพึงเดินสั้นหรือยาวเพียงไรก่อน ว่าเราจะเดินจากที่นี่ไปถึงที่นั่นหรือถึงที่โน้น หรือตกแต่งทางจงกรมไว้ก่อนเดินอย่างเรียบร้อย สั้นหรือยาวตามต้องการ

วิธีเดินจงกรม ผู้จะเดินกรุณาไปยืนที่ต้นทางจงกรมที่ตนกำหนดหรือตกแต่งไว้แล้วนั้น พึงยกมือทั้งสองขึ้นประนมไว้เหนือระหว่างคิ้ว ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ที่ตนถือเป็นสรณะคือที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวของใจ และ

ระลึกถึงคุณของบิดามารดาอุปัชฌาย์อาจารย์ ตลอดท่านผู้เคยมีพระคุณแก่ตน จบลงแล้ว รำพึงถึงความมุ่งหมายแห่งความเพียรที่กำลังจะทำความตั้งใจเพื่อผลนั้น ๆ เสร็จแล้ว ปล่อยมือลง เอามือขวาทับมือซ้ายทาบกันไว้ได้สะดือตามแบบพุทธรำพึง เจริญพรหมวิหาร ๔ จบแล้ว ทอดตาลงเบื้องต่ำ ทำสำรวม ตั้งสติกำหนดจิตและธรรมที่เคยนำมาบริการรรม กำกับใจหรือพิจารณาธรรมทั้งหลาย ตามแบบที่เคยภาวนามาในทำอื่น ๆ เสร็จแล้วออก เดินจงกรมจากต้นทางถึงปลายทางจงกรมที่กำหนดไว้ เดินกลับไปกลับมาในทำสำรวม มีสติอยู่กับบทธรรมหรือสิ่งที่พิจารณาโดยสม่ำเสมอ ไม่ส่งจิตไปอื่นจากงานที่กำลังทำอยู่ในเวลานั้น

การเดินไม่พึงเดินไกวแขน ไม่พึงเดินเอามือขัดหลัง ไม่พึงเดินเอามือกอดอก ไม่พึงเดินมองโน้นมองนี่อันเป็นทำไม่สำรวม การยืนกำหนดรำพึงหรือพิจารณาธรรมนั้น ยืนได้โดยไม่กำหนดว่าเป็นหัวทางจงกรมหรือย่านกลางทางจงกรม ยืนนานหรือไม่ ตามแต่กรณีสมควรหยุดอยู่หรือก้าวต่อไป เพราะการรำพึงธรรมนั้นมีความลึกตื้นหยาบละเอียดต่างกันที่ควรอนุโลมตามความจำเป็น จนกว่าจะเข้าใจแจ่มแจ้งแล้วก้าวเดินต่อไป บางครั้งต้องยืนพิจารณาร่วมชั่วโม่งก็มีถึงจะเข้าใจแจ่มแจ้งแล้วก้าวเดินต่อไป การเดินกำหนดคำบริการรรมหรือพิจารณาธรรมไม่นับก้าวเดิน นอกจากจะถือเอาก้าวเดินนั้นเป็นอารมณ์แห่งความเพียรก็นับก้าวได้ การทำความเพียรในทำใด สติเป็นสิ่งสำคัญประจำความเพียรทำนั้น ๆ การขาดสติไปจากงานที่ทำเรียกว่าขาดความเพียรในระยะนั้น ๆ ผู้บำเพ็ญพึงสนใจสติให้มาก เท่ากับสนใจต่อธรรมที่นำมาบริการรรม การขาดสติ แม้คำบริการรรมภาวนาจะยังติดต่อกันไป เพราะความเคยชินของใจก็ตาม แต่ผลคือความสงบของจิตจะไม่ปรากฏตามความมุ่งหมาย

การเดินจงกรมจะเดินเป็นเวลานานหรือไม่เพียงไร ตามแต่จะกำหนดเอง การทำความเพียรในทำเดินก็ดี ทำยืนก็ดี ทำนอนก็ดี ทำนั่งก็ดี อาจเหมาะกับนิสัยในบางท่านที่ต่างกัน การทำความเพียรในทำต่าง ๆ นั้นเพื่อเปลี่ยนอริยาบถไปในตัวด้วย ไม่เพียงมุ่งกำจัดกิเลสโดยถ่ายเดียว เพราะธาตุขันธ์เป็นเครื่องมือทำประโยชน์จำต้องมีการรักษา เช่นการเปลี่ยนอริยาบถทำต่าง ๆ เป็นความเหมาะสมสำหรับธาตุขันธ์ที่ใช้งานอยู่เป็นประจำ ถ้าไม่มีการรักษาด้วยวิธีต่าง ๆ ธาตุขันธ์ต้องกลับมาเป็นข้าศึกแก่เจ้าของจนได้ คือต้องพิกุลพิการไปต่าง ๆ สุดท้ายก็ทำงานไม่ถึงจุดที่มุ่งหมาย

พระอรุณคำท่านถือการเดินจงกรมเป็นงานประจำชีวิตจิตใจจริง ๆ โดยมากท่านเดินครั้งละหนึ่งชั่วโม่งขึ้นไป ตอนเช้าหลังจ้งหันแล้วท่านเริ่มเข้าทางจงกรม กว่าจะออกมาก็ ๑๑ นาฬิกา หรือเที่ยง แล้วพักเล็กน้อย บ่ายหนึ่งโม่งหรือสองโม่งก็เข้าทางและเดินจงกรมต่อไป อีกจนถึงเวลาปิดกวาดที่พัก อาบน้ำ เสร็จแล้วเข้าเดินจงกรมอีกจนถึงหนึ่งถึงสองทุ่ม ถ้าไม่ใช่หน้าหนาวก็เดินต่อไปจนถึงสี่ถึงห้าทุ่ม ถึงจะเข้าที่พักทำสมาธิภาวนาต่อไป อย่างไรก็ดี

ตามการเดินจงกรมกับนั่งสมาธิ ท่านต้องเดินนานนั่งนานเสมอเป็นประจำไม่ว่าจะพักอยู่ในที่เช่นไรและฤดูใด ความเพียรท่านเสมอตัวไม่ยอมลดหย่อนผ่อนตัวให้กิเลสพ่นพ่นก่อวนทำความรำคาญแก่ใจท่านนัก ท่านพยายามทำหั้นอยู่ทุกอิริยาบถ จึงพอเห็นผลจากความเพียรบ้าง ต่อไปก็เห็นผลไปโดยลำดับ

ชั้นเริ่มแรกที่ฤทธิ์กิเลสกำลังแข็งแรงนี้ลำบากอยู่บ้าง ดีไม่ดีถูกมันจับมุดลงหมอนสลบครอกไปไม่รู้รู้สึก กว่าจะรู้สึกตัวขึ้นมามันเอาเครื่องในไปกินจนอึดและหนีไปเที่ยวรอบโลกได้หลายทวีปแล้ว จึงจะจ้วงเจียตื่นขึ้นมาและบ่นให้ตัวเองว่า เผลอตัวหลับไปจีบหนึ่ง วันหลังจะเร่งความเพียรให้เต็มที่ วันนี้ความโง่งมงายทำพิษจึงทำให้เสีย ความจริงคือกิเลสทำพิษนั่นเอง วันหลังยังไม่มองเห็นหน้ามันเลย ถูกมันจับมัดเข้าอีกแต่ไม่เช็ด เจ็บก็เจ็บแต่ไม่เช็ด คือกิเลสเมียนคนนี่แล นักภาวนาเคยถูกมันดัดมาพอแล้ว บ่นกันยุ่งว่าลวดลายไม่ทันมัน สมกับมันเคยเป็นอาจารย์ของคนและสัตว์ทั้งโลกมาเป็นเวลานาน

ตอนเริ่มฝึกหัดความเพียรที่แรกนี้แลตอนกิเลสโมโห พยายามบีบบังคับหลายด้านหลายทาง พยายามทำให้ขี้เกียจบ้าง ทำให้เจ็บที่นั่นปวดที่นั่นบ้าง ทำให้วังเหงหาชวนอนบ้าง ทำหาเรื่องว่ายุ่งไม่มีเวลาภาวนาบ้าง จิตกระวนกระวายนั่งภาวนาไม่ได้บ้าง บุญน้อยวาสนาน้อยทำไม่ได้มากนักงั้นไม่ได้นานบ้าง ทำให้คิดว่ามัวแต่นั่งหลับตาภาวนาจะไม่แย้ไปละหรืออะไร ๆ ไม่ทันเขา รายได้จะไม่พอกับรายจ่ายบ้าง รวากับว่าก่อนแต่ยังไม่ได้อีกหัดภาวนาเคยมีเงินเป็นล้าน ๆ พอจะเริ่มภาวนาเข้าบ้าง ตัว “เริ่มจะ” เอาไปกินเสียหมด ยิ่งถ้าได้ภาวนาเข้าจริง ๆ ตัวกิเลสจะไม่ท้องใหญ่ปากกว้างยิ่งกว่ายักษ์ใหญ่เอาไปกินหมดละหรือพอถูกกิเลสเท่านั้นเข้าเกิดคันคายนั่งปวดระบมไปทั้งตัว สุดท้ายยอมให้มันพาเลลไกลไปทางที่เข้าใจว่าไม่มียักษ์มีมาร แต่เวลากลับกระเป๋ามีเท่าไรเรียบบูธ ไม่ทราบอะไรมาเอาไป

คราวนี้ไม่บ่นเพราะไม่รู้จักตัวผู้มาขโมย ไม่ทราบว่าเป็นใคร เพราะกระเป๋าก็ติดอยู่กับตัวไม่เผลอเผลอวางทิ้งไว้ที่ไหนพอขโมยจะมალักไปได้ เป็นอันว่าเรียบตามเคยโดยไม่รู้จักต้นสายปลายเหตุ วันหลังไปใหม่ก็เรียบกลับมาอีก แต่จับตัวขโมยไม่ได้ นี่แลทางเดินของกิเลสมันชอบเดินแต่สูง ๆ อย่างนี้แล จึงไม่มีใครจับตัวมันได้ง่าย ๆ แม้พระธุดงค์ไม่มีสมบัติอะไรก็ยังถูกมันขโมยได้ คือขโมยสมาธิจิตจนไม่มีสมาธิวิปัสสนาติดตัวนั้นแล ท่านเคยถูกมาแล้ว

จึงได้รับเตือนพี่น้องชาวพุทธทั้งหลายโปรดพากันระวังตัวเวลาเริ่มเข้าวัดเข้าวาหาศีลหาธรรมหาสมาธิภาวนา กลัวว่ามันจะมาขโมยหรือแย่งเอาตัวไปต่อหน้าต่อตาแล้วจับตัวไม่ได้ไล่ไม่มีวันจน ดังพระท่านถูกมาแล้ว ถ้าทราบไว้ก่อนบ้างจะพอมีทางระวังตัว ไม่สิ้นเนื้อประดาตัวไปเปล่าแบบไม่มีปี่มีขลุ่ยขับกล่อมให้อาณัติสัญญาญาณว่า กิเลสมากอบโกยเอาของดีไปใช้ไปทานเสียจนหมดตัว

ท่านที่เริ่มฝึกหัดใหม่ กรุณากำหนดเวลาในการเดินจงกรมเอาเอง แต่กรุณากำหนดเพื่อไว้บ้าง เวลาที่เลสเตี้ยวรอยเลห์พันลงมาแอบขโมยเอาสิ่งของ จะได้เหลือคำภาวนาติดตัวไว้บ้าง ขณะเดินจงกรมพึงกำหนดสติกับคำบริกรรมให้กลมกลืนเป็นอันเดียวกัน ประคองความเพียรด้วยสติสัมปชัญญะ มีใจแน่วแน่ต่อธรรมที่บริกรรม เช่น กำหนดพุทโธให้จิตรู้อยู่กับพุทโธทุกระยะที่ก้าวเดินไปและถอยกลับมา เชื่อว่าผู้มีความเพียรในท่านั้น ๆ ไม่ขาดวรรคขาดตอนไปในระหว่างตามที่ตนเข้าใจว่าบำเพ็ญเพียร ผลคือความสงบเย็น ถ้าจิตไม่เผลอตัวไปสู่อารมณ์อื่นในระหว่างเสียก่อน ผู้ภาวนาต้องหวังได้ครองความสุขใจในขณะนั้นหรือขณะใดขณะหนึ่งแน่นอน ข้อนี้กรุณเชื่อไว้ก่อนก็ได้ว่า พระพุทธเจ้าและครูอาจารย์ที่ท่านสอนจริง ๆ ด้วยความเมตตาอนุเคราะห์ ท่านไม่โกหกให้เสียเวลาและเปล่าประโยชน์แน่นอน

ก่อนท่านจะได้ธรรมมาสั่งสอนประชาชน ท่านก็คือผู้ล้มลุกคลุกคลานมาด้วยความลำบากทรมานผู้หนึ่งก่อนเราผู้กำลังฝึกหัด จึงไม่ควรสงสัยท่านว่าเป็นผู้ล้างมือคอยเปิบมาก่อนทำเดี่ยวโดยไม่ลงทุนลงรอนมาก่อน ทุนของพระพุทธเจ้าก็คือความสลบไสลไปสามทุนของพระสาวกบางองค์ก็คือฝ่าเท้าแตกและเสียจักขุไปก็มีต่าง ๆ กัน แต่ได้ผลที่พึงหวังเลิศทั้งประเสริฐทั้งอัศจรรย์เหนือโลก เป็นเครื่องสนองตอบแทนสิ่งที่เสียไปเพราะความเพียรอันแรงกล้านั้น ๆ ท่านข้ามโลกไปได้โดยตลอดปลอดภัยไว้ทุกซั่มมวล ทั้งนี้เพราะการยอมเสียสละสิ่งที่โลกรักสงวนกัน ถ้าท่านยังมัวหึงหวงความทุกข์ความลำบากอยู่ ก็คงต้องมมทุกข์บุกโคลนโดนวิญญูอยู่เช่นเราทั้งหลายนี้แล จะไม่มีใครแปลกต่างกันในโลกมนุษย์

เราจะเอาแบบไหนดีวิธีใดบ้าง จึงจะหลุดพ้นจากสิ่งไม่พึงปรารถนาทั้งหลายที่มีเกลื่อนอยู่ในท่านในเราเวลานี้ ควรฝึกหัดคิดอ่านตัวบ้างในขณะที่พอคิดได้อ่านได้ เมื่อเข้าสู่ที่คับขันและสุดความสามารถจะดิ้นรนได้แล้ว ไม่มีใครสามารถเข้าไปนั่งทำบุญให้ท่านรักษาศีลทำสมาธิภาวนาอยู่ในกองฟืนกองฟอนในเตาแห่งเมรุได้ เห็นมีแต่ไฟทำงานแต่ผู้เดียวจนร่างกายเป็นเถ้าเป็นถ่านไปถ่านเดียวเท่านั้น เราเคยเห็นอยู่ต่อหน้าต่อตาด้วยกัน ซึ่งควรสลดสังเวชและน่าฝังใจไปนาน

การเดินจงกรมนั่งสมาธิภาวนาคือการกลั่นกรองหาสิ่งที่เป็นสารคุณในตัวเรา ซึ่งเป็นงานสำคัญและมีผลเกินคาดยิ่งกว่างานอื่นใด จึงไม่ควรยอมให้กิเลสตัณหาอวิชชามาหลอกล่อให้เห็นเป็นงานล่อลวงลุ่มจมปั่นป่วนไม่มีขึ้นดี ความจริงก็คือตัวกิเลสเสียเองนั่นแลเป็นผู้ทำคนและสัตว์ให้ฉิบหายปั่นป่วนเรื่อยมา ถ้าหลงกลอุบายมันจนไม่สำนึกตัวบ้าง การกลั่นกรองจิตด้วยสมาธิภาวนาก็คือการกลั่นกรองตัวเราออกเป็นสัดเป็นส่วน เพื่อทราบว่ามันไหนจริงอันไหนปลอม อันไหนจะพาให้เกิดทุกข์ อันไหนจะพาให้เกิดสุข อันไหนจะพาไปนรก อันไหนจะพาไปสวรรค์ และอันไหนจะพาไปนิพพานสิ้นทุกข์ทั้งมวลนั่นเอง

ความจำเป็นที่เราทุกคนจะต้องเผชิญนี้มีใช้งานของพระพุทธเจ้า มีใช้งานของพระสาวกองค์ใด และมีใช้งานของศาสนาจะพึงโฆษณาให้คนเชื่อและนับถือเพื่อหวังผลจากการนั้น ธรรมประเสริฐสามดวงที่กล่าวถึงนั้นเป็นความสมบูรณ์ตลอดกาลอยู่แล้ว ไม่มีส่วนใดส่วนเสียจากใครและอะไรแม้แต่น้อย งานนั้นจึงตกเป็นงานของเราของท่านผู้ต้องเผชิญกับความจำเป็นอยู่เฉพาะหน้า จะพึงแสวงหาทางหลบหลีกปลีกตัวเต็มสติกำลังความสามารถของแต่ละราย เพื่อแคล้วคลาดไปได้เป็นพัก ๆ มิใช่จะนั่งนอนคอยสิ่งน่ากลัวทั้งหลายอยู่โดยไม่คิดอ่านอะไรบ้างเลย รวากับหมุ่คอยขึ้นเขียงด้วยความเพลิดเพลินในเกลabra เพราะเห็นแก่ปากแก่ท้องเพียงเท่านั้น เพราะชาติมนุษย์กับชาติสัตว์ตัวไม่รู้จักคิดอ่านไตร่ตรองอะไรเลยนั้น ผิดกันลิบลับราวกับฟ้ากับดิน ไม่ควรอย่างยิ่งที่จะปล่อยให้ร่างกายจิตใจ ไปทำหน้าที่ระคนคละเคล้ากันกับสัตว์ที่ไม่มีความหมายในสารคุณอะไร นอกจากกระเทียมและหัวหอมที่เป็นของคู่ควรกันกับสัตว์เหล่านั้นเท่านั้น

การกล่าวทั้งนี้มิได้มุ่งติเตียนทำลายท่านสุภาพชนทั้งหลาย ด้วยอรรถธรรมที่กล่าวมา แต่กล่าวมาเพื่อช่วยพยุ่งส่งเสริมจิตใจกายวาจาที่กำลังถูกล้างลามกตกโคลนมาทำหน้าที่เป็นนายเขียงสับยาเป็นอาหารอันอร่อยของมันต่างหาก เพื่อสติปัญญาจะได้สะดุดตัวทราบ ว่าเวลานี้เรากำลังอยู่ในสภาพเช่นไร จึงพยายามด้วยอุบายที่เห็นว่าจะพอเป็นเครื่องช่วยให้พ้นภัยจากมันบ้างสมเป็นพุทธศาสนิกชน ทางที่พอจะทราบได้ก็คือการหัดอ่านตัวเองด้วยสมาธิภาวนา ซึ่งเป็นอุบายที่ควรทราบได้ง่ายกว่าวิธีอื่น เพราะกิจนี้อยู่กับตัวทำหน้าที่อยู่ในตัว และคิดอ่านเรื่องของสัตว์โลกไปในตัวโดยตรง ผิดกับถูก ตีกับชั่ว สุขกับทุกข์ก็มีอยู่กับตัว เมื่ออ่านบ่อย ๆ ก็ค่อยทราบไปเอง เมื่อทราบตัวเองก็ต้องทราบเรื่องทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตัว จิตใจก็นับวันจะเด่นดวงและมีคุณค่าขึ้นราวกับสินค้าขึ้นราคานั้นแล

ใครหัดคิดหัดอ่านตัวเองมาก ๆ ผู้นั้นจะทราบหนทางหลบหลีกปลีกทุกขที่ไม่เหมือนกันไปตลอดกาลดังที่เคยเป็นมา ความเห็นภัยในทุกข์ที่มีอยู่กับตัวก็นับวันจะเห็นไปโดยสม่าเสมอ มีหนทางหลบหลีกภัยไปเรื่อย ๆ พ้นไปได้โดยลำดับ การเห็นทุกข์ก็เห็นอยู่กับตัวไปทุกระยะที่ทุกข์เกิดขึ้น แม้การพ้นทุกข์ก็ทราบว่าพ้นอยู่กับตัวด้วยกำลังสมาธิสติปัญญา พุดถึงความทุกข์ ความเป็นความตาย และภพชาติที่จะเผชิญกันมากน้อยเพียงไรก็ไม่วิตกกังวล เพราะได้ประมวลมารู้เห็นในชั้นนี้เฉพาะหน้าที่รวมรับรู้อยู่กับดวงใจเดียวที่กำลังฝึกซ้อมตัวอยู่ขณะนี้แล้ว ยังเป็นอยู่ก็เย็นใจเพราะคุณธรรมอยู่กับตัว แม้ตายไปก็มีสุคติเป็นที่อยู่สววย นี่คือผลของการทำสมาธิเจริญกรรมภาวนา สามารถยังผู้บำเพ็ญให้เกิดความรื่นเริงอาจหาญได้ผิดคาดผิดหมาย จึงเป็นกิจที่ควรทำเพื่อตัวเราเองไม่ควรประมาทซึ่งอาจเป็นภัยอย่างคาดไม่ถึง

การกำหนดจิตตั้งสติในเวลาเดินจงกรมกรุณาทำเป็นลำเป็นสัน สมที่เจตนามุ่งหน้า
หาของดี การเดินจงกรมภาวนาเป็นการแสวงหาของดีที่ถูกทางไม่มีข้อควรตำหนิ
นักปราชญ์ชมเชยกันทั่วโลก ควรพยายามทำจิตใจให้สงบในเวลานั้นจนได้ อย่าสักแต่ว่าทำ
จะเห็นความประเสริฐอัศจรรย์ของตัวเอง คือจิตที่ถูกห่อหุ้มด้วยของเศษเดนทั้งหลาย จน
ขาดความสนใจว่าสิ่งที่ถูกห่อหุ้มนั้นไม่สำคัญ ยิ่งกว่าสิ่งเศษเดนที่ห่อหุ้ม จึงมักพากันหลงไป
กับสิ่งนั้นจนลืมสำนึกตัว

ความจริง พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่กระเดื่องเลื่องลือในไตรภพตลอดมานั้น
ก็ออกจากใจที่เป็นทั้งเหตุและผลอัศจรรย์ดังกล่าวมา คือใจดวงหลุดลอยจากของเศษเดน
ทั้งหลายออกมาแล้วนั้นแลที่มีพระนามว่าพระพุทฺธบ้าง พระสงฆ์บ้าง ตามอาการของผู้ทรง
เมื่อปราศจากผู้ทรงแล้วก็เป็นธรรมล้วน ๆ ไม่มีคำว่าจิตว่าพระพุทฺธเจ้าอันเป็นสมมุติขึ้น
สูงสุดอยู่ในนั้นอีกเลย เหลือแต่คำว่า “ธรรม” พระนามนี้ก็เป็สมมุติขึ้นสูงสุดอีกพระนาม
หนึ่ง แต่จำต้องทรงพระนามนี้ไว้เป็นหลักใหญ่ของโลกผู้หวังพึ่งธรรม จนกว่าได้บรรลุถึง
ความไม่หวังพึ่งสิ่งใดแล้ว คำว่าธรรมกับผู้นั้นก็ทราบกันเองไม่มีทางสงสัยแม้ไม่เคยทราบ
มาก่อน

ดังนั้นคำว่า “จิต” ทั้งจิตท่านจิตเราย่อมเป็นเช่นเดียวกันทั้งโลก แต่สิ่งที่ทำให้จิต
ผิดกันไปต่าง ๆ จนคาดไม่ออกบอกไม่ถูก มองไม่เห็น พิสูจน์ไม่ได้ในสังคมสามัญของคนมี
กิเลส นั้น เพราะสิ่งแวดล้อมทั้งหลายซึ่งมีมากและต่าง ๆ กันจนพรรณนาไม่จบเข้าเกี่ยวข้อง
พัวพัน จิตที่ถูกสิ่งเหล่านั้นปกคลุมคละเคล้าจนเป็นอันเดียวกันจึงเป็นจิตที่ผิดกันมาก จน
ไม่อาจทราบได้ว่าจิตนั้นมีความหนาบางจากสิ่งดังกล่าวมาน้อยเพียงไร และพิสูจน์ไม่ได้ว่า
จิตของผู้นั้นเดิมมาจากภพชาติอะไรบ้าง มีอะไรปกคลุมห่อหุ้มมากที่สุด บรรดาที่มีนามว่า
กิเลสหรือของเศษเดนแห่งท่านผู้พิเศษทั้งหลาย

ท่านผู้ใดพยายามชำระแก้ไขสิ่งดังกล่าวออกได้มากน้อยเพียงไร ย่อมได้รับความสุข
มากน้อยตามเหตุที่ชำระได้ ถึงขั้นบริสุทธิ์ก็เป็นผู้สิ้นทุกข์ทางใจในท่ามกลางแห่งขันธที่กำลัง
ครองอยู่ ดังพระพุทฺธเจ้าและพระอรหันต์ท่านที่ตรัสรู้และบรรลุธรรมแล้ว ย่อมทรงเสวย
และเสวยวิมุตติสุขในขณะนั้นโดยไม่อ้ากาสถานที่เลย ขอแต่กิเลสที่เป็นตัวข้าศึกแก้จิตใจ
ได้สิ้นสูญไปก็พอแล้ว ฉะนั้นจึงมีเพียงกิเลสอย่างเดียวกันทางมรรคผลนิพพานไม่ให้จิต
บรรลุถึงได้ นอกนั้นไม่มีอะไรหรือผู้ใดมีอำนาจกันทางได้ การสอนธรรมจึงสอนลงที่จิตซึ่ง
เป็นที่ซ่อนสมุขของกิเลสทั้งมวล ด้วยธรรมปฏิบัติ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นหลักใหญ่ใน
บรรดาธรรมแก้ไขบุกเบิก

การเดินจงกรม จึงเป็นวิธีหนึ่งที่จะสามารถทำกิเลสให้หลุดลอยออกจากใจได้เช่นวิธี
ทั้งหลาย มีการนั่งสมาธิภาวนา เป็นต้น จึงควรสนใจฝึกหัดทำแต่บัดนี้เป็นต้นไป

เช่นเดียวกับงานทางโลกอันเป็นงานอาชีพ และงานเพื่อเกียรติแห่งสังคมมนุษย์ที่นิยมกัน ส่วนงานคือการทำความดีมีการเดินจงกรมเป็นต้นดังกล่าวมา เป็นงานพยุ่งตนทั้งภายในและภายนอก และเป็นงานพยุ่งเพื่อนมนุษย์และสัตว์ในโลกอีกด้วย ตามแต่กำลังความดีของแต่ละท่านแต่ละคนจะแผ่ความสุขให้โลกได้รับมากน้อยเพียงไร เช่น พระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ทรงทำความร่มเย็นแก่โลกทั้งสามได้มากมามาก ไม่มีท่านผู้ใดกล้าเป็นคู่แข่งได้ พระอรหันต์แต่ละองค์ทำความร่มเย็นให้แก่โลกได้มากพอประมาณรองพระพุทธเจ้าทั้งหลายลงมา และมากกว่าสามัญชนทำต่อกัน

สุภาพชนถ้าเป็นผู้ใหญ่มีอำนาจวาสนามาก ก็ทำประโยชน์แก่ประชาชนราษฎรได้มาก ราษฎรเคารพนับถือและยกย่องเป็นพ่อพระแม่พระผู้หนึ่ง และรักมากราวกับพ่อแม่ของตนจริง ๆ ยังมีผู้ใหญ่เป็นคนดีจำนวนมากเพียงไร ก็เป็นการแสดงออกแห่งความเจริญรุ่งเรืองของหมู่ชนมากเพียงนั้น ศาสนาและผู้ประกาศสอนธรรมการสงเคราะห์โลกด้วยวิธีต่าง ๆ โดยไม่คิดค่าตอบแทนในทางอาภิสและสินจ้างรางวัลใด ๆ เชื่อว่าผู้สร้างความกระหึ่มปรีมด้วยความเมตตาวิหการธรรม และจงรักภักดีแก่ประชาชนได้รับไม่มีวันจืดจาง อิ่มพอ หลับและตื่นเขาย่อมระลึกบูชาเป็นขวัญตาขวัญใจอยู่ตลอดเวลา ไปที่ไหนไม่เป็นภัยแก่โลก นอกจากสร้างบุญสร้างคุณแก่ผู้อื่นให้เต็มตื่นไปด้วยความปิติยินดีโดยทั่วกัน ถ้ายาวเต้านั้น

ศาสนากับผู้สงเคราะห์โลกด้วยธรรมและอาภิส จึงเป็นเหมือนนายแพทย์และนางพยาบาลที่มีความสงสารเมตตาเทียวแจกยา และรักษาโรคให้หมู่ชนผู้จำเป็นที่ชีวิตอยู่กับยาและหมอ แม้เขาหายโรคแล้วแต่บุญคุณที่เขาระลึกต่อหมอผู้มีคุณนั้นจะไม่วันลืมเลย นี่แลอำนาจของความดี ไม่เลือกชาติชั้นวรรณะ ย่อมมีความปรารถนาทั่วหน้ากัน ความดีและศาสนาจึงมิได้เป็นของล้าสมัยดังที่บางคนเข้าใจ ทั้งที่เขาก็กังหวั่งพึงผู้อื่นอยู่ด้วยความกระหายต่อความเมตตาอารีของท่านผู้ใจบุญทั้งหลาย อันมีศาสนาเป็นแหล่งผลิตคนดี เพราะศาสนาเป็นแหล่งแห่งความดีทั้งมวล ถ้ามีใช้คนดีจะนำศาสนาออกสอนโลกไม่ได้แน่นอน หลักศาสนาอย่างน้อยก็คือหัวใจของคนดีนั้นแล ยิ่งกว่านั้นก็คือหัวใจของท่านที่บริสุทธิ์วิมุตติธรรมทั้งดวง ดังศาสตาของศาสนาพุทธเป็นต้น

จะเป็นใครอื่นมาจากที่ไหนที่จะมีแก้ไขและความสามารถ ใครบ้างที่มีแก้ไขเสียสละเพื่อหมู่ชนเหมือนหัวใจของเจ้าของศาสนาผู้นำธรรมออกสอนโลก ดังพระพุทธเจ้าทั้งหลายที่ทรงเสียสละเต็มพระทัยแล้ว และพระสาวกอรหันต์ของพระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ที่ทำประโยชน์แก่หมู่ชน ถ้าไม่ใช่ท่านผู้มีใจขาวสะอาดปราศจากความเห็นแก่ตัวแล้ว จะยอมเสียสละทุกอย่างเพื่อโลกไม่ได้เลย ข้อนี้เชื่อเหลือเกิน แม้ไม่มีใครเชื่อกด้วยก็ยอมเฝ้าเชื่อคนเดียว เพราะเราท่านเกิดมาในโลกนี้ก็นานพอจะทราบความคับแคบ ความกว้างขวาง

ความเห็นแก่ตัว ความเห็นแก่ผู้อื่น เพื่อนฝูงที่เป็นมนุษย์ด้วยกันได้ดี เพราะต่างก็อยู่โลกอันเดียวกัน ความทุกข์สุขดิบเกี่ยวเนื่องกันอยู่ทุกวันเวลาอย่างแยกไม่ออก จะไม่ทราบเรื่องของกันนั้นเป็นไปไม่ได้ ต้องทราบแน่นอน

คนที่เบื่อหน่ายเกลียดชังกันก็เพราะทราบเรื่องของกัน คนที่รักชอบชอบใจตายใจ เชื้อสนิทต่อกันก็เพราะทราบเรื่องของกัน การแสดงออกแห่งศาสนาของศาสดาแต่ละองค์ ซึ่งเป็นการสะท้อนโลกธาตุ เพราะการปลุกปลอบใจสัตว์ทั้งหลายให้ตื่นจากหลับ ที่เคยจมอยู่ในกองกิเลสทั้งหลายให้ฟื้นตื่นตัวด้วยธรรมจักร ที่หมุนไปด้วยอริยสัจของจริงอันประเสริฐ ทำไมจะทราบไม่ได้ว่าบุคคลเช่นไรเป็นผู้ประกาศ และประกาศด้วยอภัยาศัยที่สัมปยุตด้วยอะไร ถ้าไม่สัมปยุตด้วยพระเมตตาตามหาคุณล้นโลกแล้ว ผู้เขียนก็ไม่ทราบจะเรียนอย่างไรจึงจะสมใจของท่านผู้อ่านทั้งหลาย ถ้าท่านเป็นเหมือนเรา ๆ ท่าน ๆ ที่ซัดคั่นดูในตัวในใจเห็นแต่ความคับแคบตีบตัน ความเห็นแก่ตัวแบบเข้ากับใครไม่ได้แล้ว ศาสนาและศาสดาจะไม่มีวันอุบัติขึ้นมาให้โลกได้กราบไหว้บูชาเป็นขวัญตาขวัญใจได้เลย

เท่าที่โลกยังเป็นโลกและมีคนดีคนชั่วสลับปนกันอยู่ ไม่สูญปรารภราชบัณฑิตไปจากพันธุ์มนุษย์ ก็เพราะอาศัยร่มเงาแห่งใจที่ชาวสวดของ ท่านผู้ไม่เห็นแก่ตัวกลัวคนอื่นจะดีกว่า มาซบเลี้ยงขโลมไว้ด้วยด้วยศาสนธรรมนั่นเอง จึงพอมีคนดีไว้ประดับโลก การเกิดมาเป็นมนุษย์จึงไม่ควรคิดเอาง่าย ๆ ว่าเป็นภพที่เกิดได้ง่ายและตายยาก แต่อาจเป็นภพที่เกิดง่ายตายง่าย และเกิดยากตายง่ายเช่นเดียวกับสัตว์ทั่วไป เพราะชีวิตเป็นอยู่กับธาตุชั้นธี่เหมือนกัน ลมหายใจหยุดหมดความสืบทอดก็คือคนตายสัตว์ตายนั้นแล จะเรียกอย่างไรให้ยิ่งกว่านั้นไปอีกได้ จะมีความเที่ยงทนถาวรที่ไหนพอจะประมาทนอนใจไม่คิดอ่านเรื่องของตัว พอเป็นสุดดินสยสยไปในอนาคต

วิธีนั่งสมาธิภาวนา

การกล่าววิธีเดินจงกรมมาก็มากพอควร จึงขอเริ่มอธิบายวิธีนั่งสมาธิภาวนาต่อไป พอเป็นหลักฐานของผู้เริ่มฝึกหัด เพราะงานทุกแขนงทุกชนิดย่อมมีแบบฉบับเป็นเครื่องดำเนิน งานสมาธิภาวนาก็จำต้องมีแบบฉบับเป็นหลักเกณฑ์ วิธีนั่งสมาธิภาวนาท่านสอนไว้ว่า พึงนั่งขัดสมาธิ คือนั่งขัดสมาธิตามแบบพระพุทธรูปองค์แทนศาสดา เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย วางมือทั้งสองไว้บนตักหรือบนสมาธิ ตั้งกายให้ตรงธรรมดา อย่าให้ก้มนักเงยนัก อย่าให้เอียงซ้ายเอียงขวาจนผิดธรรมดา ไม่กอดหรือเกร็งอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งอันเป็นการบังคับกายให้ลำบาก ปล่อยวางอวัยวะทุกส่วนไว้ตามปกติธรรมดา

แต่เวลาทำหน้าที่ภาวนาต่อไปแล้ว กรุณาทำความเข้าใจกับหน้าที่นั้นอย่างเดียว ไม่พังกลับมาทำความเข้าใจการรักษาทำสมาธิที่กำหนดไว้เดิม โดยเกรงทำนองนั้นจะเคลื่อนจากอาการเดิม เป็นการก้มเกินไปหรือเงยเกินไป เอียงซ้ายเกินไป เอียงขวาเกินไป ซึ่งเป็นการกังวลกับอาการทางกายมากกว่าทางจิต สมาธิภาวนาจะดำเนินไปไม่สะดุด ดังนั้นพอเริ่มต้นทางจิตตภาวนาแล้ว จึงไม่ควรเป็นกังวลกับทางกาย ตั้งหน้าทำงานทางจิตต่อไป จนถึงวาระสุดท้ายแห่งการออกจากที่สมาธิภาวนา

การเริ่มต้นทางจิตตภาวนาพึงตั้งความรู้สึก คือ จิตลงเฉพาะหน้าที่เรียกว่าปัจจุบันธรรม อันเป็นทางรู้ความเคลื่อนไหวของจิตของธรรมารมณ์ต่างๆ ดีชั่วได้ดีในเวลานั้น มากกว่าเวลาอื่น ๆ คือ ตั้งจิตลงเฉพาะหน้า มีสติ คือ ความระลึกอยู่กับใจอันเป็นการเตือนตนให้รู้ว่าจะเริ่มทำงานในขณะนั้น กรุณาระวังไม่ให้จิตส่งออกไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ ทั้งอดีต อนาคต ทั้งดีและชั่ว ที่นอกจากงานบริกรรมภาวนาซึ่งกำลังทำอยู่ในเวลานั้น

วิธีตั้งสติเฉพาะหน้า จิตเป็นผู้รู้โดยธรรมชาติเท่านั้น ไม่มีความแยกคายใคร่ครวญในตัวเอง เป็นเพียงรู้คิด รู้นึก รู้เย็น รู้ร้อน จากสิ่งสัมผัสต่าง ๆ เท่านั้น ไม่มีความแยกคายใคร่ครวญ ไม่รู้การพิจารณาและตัดสินใจอะไรถูกอะไรผิดลงไปได้ คือ ไม่รู้จักผิดถูกชั่วดีโดยลำพังตนเอง จึงต้องอาศัยสติและปัญญาตัวรู้ตัววินิจฉัยใคร่ครวญกำกับรักษา เพราะสติปัญญามีอำนาจเหนือจิต สามารถรู้เท่าทันจิตที่คิดไปในอารมณ์ต่างๆ ได้ดี ฉะนั้น พึงกำหนดเอาสติ คือ ความระลึกขณิกหนึ่งที่มีอำนาจเหนือจิตนั้นมาไว้เฉพาะหน้า ทำหน้าที่กำหนดรู้และรักษาจิตไม่ให้ส่งไปอื่นจากอารมณ์ที่ภาวนา การมีสติรักษาจิตอยู่ทุกระยะนั้น สติสัมปชัญญะจะพึงเป็นสมบัติที่ควรได้รับในวาระนั้นหรือวาระต่อไปแน่นอน การภาวนาด้วยบริกรรมกับธรรมบทใดบทหนึ่งนั้น พึงให้เป็นไปตามจริตไม่ควรฝืน ธรรมบทใดเป็นที่สบายใจในเวลานั้น พึงนำธรรมบทนั้นมาบริกรรมภาวนาสืบต่อไปดังที่เคยอธิบายมาแล้ว

วิธีนึกคำบริกรรมภาวนา การนึกคำบริกรรมภาวนานั้น จะนึกกับธรรมบทใดบทหนึ่งตามนิสัยชอบดังกล่าวก็น่าจะได้ เช่น พุทโธ อัมโม สังโฆ ฯ ๓ จบ แล้วกำหนดเอาเพียงบทเดียวติดต่อกันไปด้วยความมีสติ แต่จะกำหนดธรรมบทใดก็ตามนอกจากสามบทนี้ ก่อนจะเจริญธรรมบทนั้น ๆ ทุกครั้ง ควรเจริญรำลึกธรรมสามบท คือ พุทโธ อัมโม สังโฆ ๓ ครั้ง อันเป็นองค์พระรัตนตรัยก่อน จากนั้นค่อยบริกรรมบทที่ตนต้องการต่อไป เช่น อา นานาสติ หรืออัฐิ หรือตโจ เป็นต้น การที่ท่านให้มีคำบริกรรมภาวนาเป็นบท ๆ กำกับใจในเวลานั้นหรือเวลาอื่น ก็เพื่อเป็นอารมณ์เครื่องยึดของใจในเวลาต้องการความสงบ เพราะใจเป็นของละเอียดตามธรรมชาติ ทั้งยังไม่สามารถพึ่งตัวเองได้ เนื่องจากจิตยังไม่เป็นตัว

ของตัวโดยสมบูรณ์ดังพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ท่าน จำต้องมีบทเป็นคำบริกรรมเพื่อผูกใจหรือเพื่อเป็นอารมณ์ของใจเวลานั้น

การบริกรรมภาวนาในธรรมบทใดก็ตาม กรุณาอย่าคาดหวังผลที่จะพึงเกิดขึ้นในเวลานั้น เช่น ความสงบจะเกิดขึ้นในลักษณะนั้น นิमितต่าง ๆ จะเกิดขึ้นในเวลานั้น หรืออาจจะเห็นนรกสวรรค์ขุมใดหรือชั้นใดในเวลานั้น เป็นต้น นั้นเป็นการคาดคะเนหรือดันเตา ซึ่งเป็นการก่อความไม่สงบให้แกใจเปล่า ๆ ไม่เกิดประโยชน์อะไรจากการวาดภาพนั้นเลย และอาจทำใจให้ห่อถอยหรือหวาดกลัวไปต่าง ๆ ซึ่งผิดจากความมุ่งหมายของการภาวนา โดยถูกทางที่ท่านสอนไว้

ที่ถูกควรตั้งจิตกับสติไว้เฉพาะหน้า มีคำบริกรรมเป็นอารมณ์ของใจเพียงอย่างเดียวเท่านั้น โดยมีใจกับสติสืบทอดอยู่กับคำบริกรรม เช่น พุทโธ ๆ สืบเนื่องกันไปด้วยความมีสติ และพยายามทำความรู้สึกตัวอยู่กับคำบริกรรมนั้น ๆ อย่าให้จิตเผลอตัวไปสู่อารมณ์อื่น ระหว่างจิตสติกับคำบริกรรมมีความสืบทอดกลมกลืนกันได้เพียงไร ยิ่งเป็นความมุ่งหมายของการภาวนาเพียงนั้น ผลคือความสงบเย็นหรืออื่น ๆ ที่แปลกประหลาดไม่เคยพบเคยเห็น อันจะพึงเกิดขึ้นให้ชมตามนิสสัยवासนาในเวลานั้น จะเกิดขึ้นเอง เพราะอำนาจของการรักษาจิตกับคำบริกรรมไว้ได้ด้วยสตินั้นแล จะมีอะไรมาบันดาลให้เป็นขึ้นไม่ได้

ข้อควรสังเกตและระวังในขณะภาวนา โดยมากมักคิดและพูดกันเสมอว่าภาวนาดู นรกสวรรค์ ดูกรรมดูเวรของตนและผู้อื่น ข้อนี้ท่านที่มุ่งต่ออรรถธรรมสำหรับตัวจริง ๆ กรุณาสังเกตขณะภาวนาว่า จิตได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับเรื่องดังกล่าวเหล่านั้นบ้างหรือไม่ ถ้ามีควรระวังอย่าให้มีขึ้นได้สำหรับผู้ภาวนาเพื่อความสงบเย็นเห็นผลเป็นความสุขแก่ใจ โดยถูกทางจริง ๆ เพราะสิ่งดังกล่าวเหล่านั้นมิใช่ของดีดังที่เข้าใจ แต่เป็นความคิดที่ริเริ่มจะไปทางผิด เพราะจิตเป็นสิ่งที่อ่อนน้อมกับสิ่งต่าง ๆ ที่ตนชอบได้แม้ไม่เป็นความจริง นานไปสิ่งที่อ่อนน้อมนั้นอาจปรากฏเป็นภาพขึ้นมาราวกับเป็นของจริงก็ได้ นี่รู้สึกแกล้ง แม้ผู้สนใจในทางนั้นอยู่แล้วจนปรากฏสิ่งที่ตนเข้าใจว่าใช่และชอบขึ้นมามากแล้ว ก็ยังทำความมั่นใจหนักแน่นขึ้นไม่มีทางลดละ จะไม่ยอมลงกับใครง่าย ๆ เลย

จึงได้เรียนเผด็จไว้ก่อนว่าควรสังเกตรวังอย่าให้จิตนี้ก็น้อมไปในทางนั้น จะกลายเป็นนักภาวนาที่น่าทุเรศเวทนา ทั้งที่ผู้นั้นยังทะนงถือความรู้ความเห็นของตัวเองว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องอยู่ และพร้อมจะสั่งสอนผู้อื่นให้เป็นไปในแนวของตนอีกด้วย จิตถ้าได้นึกน้อมไปในสิ่งใดแล้ว แม้สิ่งนั้นจะผิดก็ยังเห็นว่าถูกอยู่นั่นเอง จึงเป็นการลำบากและหนักใจแก่การแก้ไขอยู่ไม่น้อย เพราะจิตเป็นของละเอียดมากยากที่จะทราบได้กับบรรดาอารมณ์ที่จิตเข้าเกาะเกี่ยว ว่าเป็นอารมณ์ดีหรือชั่วประการใด นอกจากท่านที่เชี่ยวชาญทางด้านภาวนา ซึ่งเคยผ่านเหตุการณ์ต่าง ๆ มาแล้วอย่างโชกโชก เช่น อาจารย์มั่นเป็นต้นนั้น ท่านพอตัว

เสียทุกอย่างไม่ว่าภายในภายนอก ท่านคลี่คลายดูโดยละเอียดทั่วถึงไม่มีทางสงสัย จึงสมนามที่ท่านเป็นอาจารย์หรือครูชั้นเอกในการสอนธรรมกรรมฐานแก่บรรดาศิษย์

ท่านผู้ใดจะมีความรู้ความเห็นในด้านภาวนามากน้อย ทั้งภายในภายนอกมาเพียงไร เวลาเล่าถวายท่านจบลงแล้ว จะได้ยินเสียงท่านแสดงออกด้วยความเข้มข้นมั่นใจในความรู้ความเห็นของท่านเองอย่างจับใจและหายสงสัย ทั้งท่านที่มาเล่าถวายและบรรดาศิษย์ที่แอบฟังอยู่ที่นั่น ทั้งเกิดความรื่นเริงในธรรมนั้นสุดจะกล่าว แม้ผู้นั้นจะยังสงสัยในบางแขนง ขณะท่านอธิบายจบลงแล้ว ได้แยกแยะเรียนความรู้ความเห็นของตนให้ท่านฟังซ้ำอีก ท่านจะชี้แจงเหตุผลของสิ่งนั้น ๆ ให้ฟังทันทีด้วยความมั่นใจที่ท่านเคยผ่านมาแล้ว

ท่านจะว่าท่านองค์นั้นว่าท่านลงไปมกongsuตรกองอยู่ทำไม ผมเคยมามาก่อน ท่านแล้ว และล้างมือด้วยสิ่งซักฟอกต่าง ๆ ตั้งสามวันก็ยังไม่หายกลิ่น และท่านยังขยันท่าสิ่งนั้นมาทาดัวชโลมศีรษะโดยเข้าใจว่าเป็นน้ำหอมอยู่หรือ นั่นคือมกongsuตรกองที่เขาถ่ายมาได้สองสามวันแล้วซึ่งกำลังส่งกลิ่นฉุนเต็มที ท่านอย่ากล่าวหาญอวดเก่งไปสุดดมเล่นเดี๋ยวน้ำในบ่อจะหมด แต่สิ่งที่ท่านนึกว่าหอมนั้นจะยังไม่หายกลิ่นจะว่าผมไม่บอก ผมเคยโดนมาแล้วจึงได้เข็ดและรีบบอก กลัวท่านจะโดนเข้าไปอีก ถ้าไม่มีน้ำล้างอาจร้ายกว่าผมที่เคยโดนมา ทั้งที่มีน้ำล้างยังแฉะและเข็ดอยู่จนป่านนี้ ดังนี้ ซึ่งเป็นคำที่ออกกรสอย่างยิ่งสำหรับผู้เขียนซึ่งมีนิสัยหยาบ ท่านผู้มีนิสัยละเอียดอาจเกิดความขะเขวี่ยงไม่น่าฟัง แต่การที่ท่านแสดงเช่นนั้นเป็นคำยืนยันอย่างหนักแน่นแม่นยำในใจ ทั้งทางผิดและทางถูกที่ท่านเคยผ่านมาให้ผู้มาศึกษาฟัง และหายสงสัยในสิ่งที่ตนยังเห็นว่าถูกว่าดีนั้น แล้วพยายามติดตามท่านด้วยความแน่ใจ จะไม่โดนมกongsuตรกองอีก ซึ่งร้ายกว่าคำที่ท่านชี้แจงให้ฟังที่คิดว่าเป็นคำหยาบเสียอีก

การยกกรรมท่านมาแทรกบ้าง ก็เพื่อท่านนักรบมทั้งหลายจะได้นำไปเป็นข้อคิดความรู้ทางด้านภาวานานี้ไม่สิ้นสุดอยู่กับผู้ใดที่พอจะยืนยันได้ทีเดียว โดยมีได้ไตรงหรือได้ถามผู้รู้มาก่อนเสียก่อน นอกจากท่านที่ชำนาญมาอย่างเต็มภูมิแล้ว นั้นไม่นับเข้าในจำพวกที่กำลังเห็นมกongsuตรกองที่ท่านดำนิว่าเป็นของดี แล้วชื่นชมในความรู้ความเห็นของตน แม้ผู้เขียนเองก็เคยอวดเก่งในความหางอึ่งของตนและถกเถียงท่านแบบตาแดงมาแล้ว จนไม่อาจนับได้ว่าก็ครั้งก็หนเพราะทำอยู่เสมอ รู้ขึ้นมาอยู่เสมอและสำคัญตัวว่าถูกอยู่เสมอ คำถกเถียงท่านทุกประโยคที่ตนเข้าใจว่าถูกต้องดีแล้ว เหมือนยืนไม้แต่ละชิ้นให้ท่านตีเอา ๆ จนแทบศีรษะไม่มีผมเหลือค้างอยู่นั้นแล จึงจะได้ความฉลาดอันแหลมคมและความดีจากปัญหาขุขุไม้ไผ่ (ปัญหาส่วนตัว) ของตนที่ถือว่าถูกว่าดีมาจากที่ไหน นอกจากท่านตีเอาอย่างถนัดมือ แล้วก็ยื่นยาใส่แผลที่ถูกตีมาให้ไปใส่แผลเอาเองเท่านั้น จะได้ดีกรีอะไรมาจากความฉลาดทางอึ้งนั้นเล่า

ที่ว่าท่านยืนยามาให้ไปใส่แผลเอาเองนั้น ได้แก่ท่านแก้ความรู้ความเห็นทางด้านภาวณาที่ตนสำคัญผิดไปนั้น แล้วเรากลัวยอมเห็นตามท่าน กว่าจะยอมลงได้ด้วยเหตุและผล ก็ถูกท่านเช่นเอาเจ็บพอเช็ดหลายที่เรียกว่าถูกตื้นนั้นแล ฉะนั้นจึงเรียนไว้เพื่อทราบว่าคุณที่รู้แล้วกับคนที่ยังหลงอยู่ในกองกิเลสนั้นผิดกันอยู่มาก ถ้าไม่ใช่ผู้รู้มาแก้ความรู้ความเห็นผิดนั้น ปล่อยให้เฉพาะพวกที่เก้ง ๆ แก้งกันเอง ที่นั้นจะต้องกลายเป็นเวทีมวยฝีมือที่ไม่ยอมลงกันได้ แบบไม่มีใครกล้าจ้องตัวเข้าฟังด้วยได้แน่นอน เพราะกลัวจะไปเหยียบน้ำลายของนักมวยฝีมือบนเวทีเสียจนสิ้น และเลอะไปทั้งตัวโดยไม่มีผลดีอะไรติดตัวมาบ้างเลย

ทั้งนี้เพราะความรู้ภายในจากการภาวนาเป็นความสลับซับซ้อนมาก ยากจะกำหนดได้ว่าอันไหนถูกอันไหนผิด ผู้ปฏิบัติที่ไม่มีครูอาจารย์คอยอบรมสั่งสอนต้องลุ่มคลำ ผิดก็คลำ ถูกก็คลำ คลำทั้งน้ำทั้งเนื้อ ทั้งเปลือกทั้งกระพี้ ทั้งรากแก้วรากฝอย ทั้งกิ่งทั้งใบเอาไปทำบ้านเรือน คือเครื่องอยู่ของจิตที่ภาคภูมิใจด้วยไม้ทั้งต้น แล้วก็ชมว่าสวยงามเอาเองทั้งที่คนอื่นดูไม่ได้ การปฏิบัติภาวนาที่ไม่ใช้วิจารณ์ญาณก็เป็นทำนองนี้เหมือนกัน อะไร ๆ ก็จะเหมาเอาเสียว่าถูกไปหมด เวลาบรรยายออกมาให้ผู้อื่นฟังกับปากกับหูตัวเองซึ่งอยู่ใกล้ ๆ แทะติดกัน ก็ไม่ยอมฟังว่าที่พูดไปนั้นถูกหรือผิดประการใดบ้าง แต่จะเข้าใจว่าถูกและพูดฟังไปที่เดียว ความเสียหายจึงไม่เบือนเฉพาะผู้ไม่พิจารณาสำรวจให้รอบคอบและรู้จักประมาณเพียงเท่านั้น ยังมีส่วนแปดเปื้อนเลอะเลือนแกว่งพระศาสนาอันเป็นจุดส่วนรวมอีกด้วยจึงควรสำรวจระวังไว้ให้มากเป็นการดี

ขณะนี้คำบริกรรมภาวนาที่เป็นความถูกต้อง ท่านนักภาวนาควรสนใจกับคำบริกรรมของตน โดยเฉพาะในขณะนั่งบริกรรมภาวนาไม่ควรเป็นกังวลกับท่านั่งที่กำหนดไว้ถูกต้องแต่ต้นแล้ว คือขณะภาวนาที่กำลังทำความกำหนดจดจ่อกับงานที่ท่านั้น ภายอาจเอียงหน้าเอียงหลังเอียงซ้ายเอียงขวาไปบ้าง เพราะขาดความสนใจกับกาย เวลานั้นมีความสนใจกับการภาวนาโดยเฉพาะ ดังนั้นแม้กายจะเอียงไปบ้างก็ตาม แต่จิตขออย่าให้เอียงไปจากอารมณ์ภาวนาเป็นการดี เพราะจุดสำคัญที่ต้องการจริง ๆ อยู่กับภาวนา ถ้าจิตมากังวลกับกายอยู่เรื่อย ๆ กลัวจะเอนหน้าเอียงหลัง ทำให้จิตเผลอตัวจากคำภาวนา ไม่อาจเข้าสู่ความละเอียดเท่าที่ควรได้ตามกำลังของตน

เพื่อให้จิตได้ทำหน้าที่เต็มความสามารถของตนในเวลานั้น จึงไม่ควรกังวลกับกายภายนอก แต่ควรทำความจดจ่อต่อคำภาวนาอย่างเดียว จนจิตสงบและรู้เหตุรู้ผลของตนได้ตามความมุ่งหมาย แม้ขณะที่จิตสงบรวมลงสู่ภวังค์คือที่พักผ่อน ตัวหมดความรู้สึกกับสิ่งภายนอกมีกายเป็นต้นก็ตาม เวลาจิตถอนขึ้นมาแล้วเห็นกายเอนเอียงไปในลักษณะต่าง ๆ ก็ไม่ควรสงสัยข้องใจว่ากายนั้นไม่เที่ยงตรงตามที่กำหนดไว้ การกังวลทางกายและกังวลทางใจ นอกจากก่อความวุ่นวายให้แก่จิตที่ไม่รู้หน้าที่ของตนแล้ว ผลที่จะพึงได้รับเวลานั้นจึงไม่

มีอะไรปรากฏยิ่งไปกว่า กายกับใจเกิดยุ่งกันในเวลาภาวาโดยไม่รู้สีกตัว จึงควรทำความเข้าใจไว้แต่ขณะเริ่มลงมือภาวา

ที่ตั้งฐานสูงต่ำแห่งอารมณ์ของจิต กรรมฐานบางประเภทอันเป็นอารมณ์ของจิตย่อมมีฐานเป็นตัวอยู่แล้ว เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน มีฐานเป็นของตัวอยู่โดยเฉพาะ ส่วนหนึ่งบางส่วนที่ถูกกำหนดเป็นฐาน ย่อมทราบว่ายู่ในที่เช่นไร สิ่งที่ถูกกำหนดนั้น ๆ พึงทราบไว้ว่ามีอยู่ อารมณ์แห่งกรรมฐานในที่เช่นนั้น ๆ สูงหรือต่ำประการใด สิ่งนั้น ๆ มีฐานของตนที่เป็นอยู่ตายตัว เช่น ฟันมีอยู่ใน मुखทวาร ผมตั้งอยู่บนศีรษะมีส่วนสูงเป็นที่อยู่ นอกนั้น เช่น หน้ ผม ขน เอ็น กระดูก มีอยู่ในที่ทั่วไปตามแต่จะกำหนดเอาอาการใดเป็นอารมณ์แห่งกรรมฐาน และอาการนั้น ๆ ตั้งอยู่ในที่เช่นไร เวลากำหนดสิ่งนั้น ๆ เป็นอารมณ์ตามฐานของตนที่ตั้งอยู่สูงหรือต่ำประการใด กรุณาทราบไว้ตามฐานของสิ่งนั้น ๆ

เวลากำหนดอาการใดอาการหนึ่งทีกล่าวมาเป็นอารมณ์ในขณะภาวา พึงกำหนดเฉพาะอาการนั้นเป็นสำคัญกว่าความสูงหรือต่ำที่กำหนดไว้เดิม เช่นเดียวกับทำนองสมาธิที่เอนเอียงไปบ้างไม่สำคัญ ความสูงหรือต่ำที่เรากำหนดไว้เดิมอย่างไร ก็ปล่อยตามสภาพเดิมอย่ายกกรรมฐานที่เคยกำหนดแล้วว่าอยู่ในที่เช่นนั้นมาตั้งใหม่เรื่อย ๆ โดยเข้าใจว่าเคลื่อนจากที่เดิม ถ้ายกมาตั้งใหม่ตามความสำคัญของใจ จะทำให้เป็นกังวลไปกับฐานนั้น ๆ ไม่เป็นอันกำหนดภาวากับกรรมฐานบทนั้นได้อย่างถนัดชัดเจน เช่น กำหนดกระดูกศีรษะและเพ่งสิ่งนั้นเป็นอารมณ์ จนปรากฏเห็นเป็นภาพชัดเจนเหมือนกับดูด้วยตาเนื้อ แต่แล้วเกิดความสำคัญขึ้นว่ากระดูกศีรษะนั้นได้เคลื่อนจากฐานบนมาอยู่ฐานล่างซึ่งผิดกับความจริง แล้วกำหนดใหม่ ดังนี้ เป็นต้น ซึ่งเป็นการสร้างความลบล้างสยให้แก้ไขอยู่เสมอ ไม่มีเวลาพิจารณาอาการนั้น ๆ ให้แนบสนิทลงได้

ที่ถูกควรกำหนดอาการนั้น ๆ ให้อยู่ในความรู้สึกหรือความเห็นภาพแห่งอาการนั้น ๆ ด้วยความรู้สึกทางสติไปตลอดสาย แม้ภาพของอาการนั้น ๆ จะแสดงอาการใหญ่ขึ้นหรือเล็กลงหรือแสดงอาการแตกสลายไป ก็ควรกำหนดรู้ไปตามอาการของมัน โดยไม่คำนึงถึงความสูงต่ำที่เคยกำหนดไว้เดิม การทำอย่างนี้จะทำให้จิตแนบสนิทและเกิดความสลดสังเวชไปกับอาการที่กำหนด ซึ่งแสดงอาการแปรสภาพให้เห็นอย่างเต็มที่

การกำหนดลมหายใจและฐานที่ตั้งของลมก็เหมือนกัน เมื่อกำหนดลมที่แรกได้กำหนดไว้ในที่เช่นไร เช่น กำหนดที่ตั้งจุมุกเป็นต้น เวลาดูลมเพลินไปด้วยความสนใจอาจเกิดความสงสัยขึ้นมาในเวลานั้นได้ว่า ลมได้เคลื่อนจากตั้งจุมุกไปอยู่ในฐานอื่นเป็นต้น แล้วตั้งลมที่ตั้งจุมุกใหม่ดังนี้ เรียกว่าก่อกวนตัวเองด้วยความสำคัญ จะไม่เกิดผลได้เลย เพราะความสงสัยมาแย่งเอาไปเสียหมด เพื่อความถูกต้องและหายกังวลในฐานต่าง ๆ จึงควรปฏิบัติตามทีกล่าวมาในอาการอื่น ๆ คือพึงทำความรู้ชัดในกองลมที่ผ่านเข้าผ่านออกด้วย

สติทุกระยะไปจนถึงที่สุดของลม แม้ฐานของลมจะปรากฏว่าสูงต่ำ หรือผิดฐานเดิมไปตามความเข้าใจก็ตาม จะไม่ทำให้การกำหนดนั้นเสียไปแม้แต่น้อยเลย ยิ่งจะทำให้จิตกับลมสนิทแนบต่อกันไปตลอดที่สุดของการภาวนาหรือที่สุดของลม

ลมหายใจดับไปในความรู้สึก ขณะภาวนาอานาปานสติในบางครั้ง ที่สุดของลมคือดับไป ที่สุดของใจคือรวมลงสนิท หหมดความรับผิดชอบกับลม ตั้งอยู่เป็นเอกจิตคือมีอารมณ์เดียว เพียงรู้อย่างเดียวไม่เกี่ยวกับสิ่งใดต่อไปอีก ที่เรียกว่าจิตรวมสนิททางสมาธิภาวนา แต่ผู้ภาวนาอานาปานสติ เมื่อเข้าถึงลมละเอียดและลมดับไปในความรู้สึกขณะนั้น เกิดตกใจด้วยความคิดหลอกตัวเองว่า “ลมดับต้องตาย” เพียงเท่านั้นลมก็กลับมีมา และกลายเป็นลมหายาไปตามเดิม จิตก็หายา สุดท้ายการภาวนาก็ไม่ก้าวไปถึงไหน คงได้เพียงชั้นกลัวตายแล้วถอยจิตถอยลมขึ้นมาหาที่ที่ตนเข้าใจว่าจะไม่ตายนี้เท่านั้น การภาวนาแบบนี้มีมารายในวงปฏิบัติ จึงได้เรียนไว้บ้าง เพราะอาจเกิดมีแก่ท่านที่ภาวนาอานาปานสติเป็นบางราย แล้วอาจเสียทำให้กับความหลอกหลวงนี้ได้

การภาวนาเพื่อเห็นความจริงกับลมในอานาปานสติ กรุณากำหนดลมด้วยสติจนถึงที่สุดของลมและของจิต จะเห็นความอัศจรรย์อย่างเด่นชัดขณะผ่านความกลัวตายในระยะที่เข้าใจว่าลมดับไปแล้วด้วยความกล้าหาญ คือ ขณะเจริญอานาปานสติไปถึงลมละเอียดและลมดับไปในความรู้สึกขณะนั้น โปรดทำความเข้าใจว่า แม้ลมจะดับไปจริง ๆ ก็ตาม เมื่อความรู้สึกคือใจยังครองตัวอยู่ในร่างนี้ อย่างไม่ตายแน่นอน ลมจะดับก็จึงดับไป หรืออะไร ๆ ในกายจะดับไปตามลมก็จึงดับไปตามธรรมชาติของตน สำหรับใจผู้ไม่ดับไม่ตายไปกับสิ่งเหล่านั้น จะกำหนดดูให้รู้ทุกอย่างบรรดาที่ผ่านเข้ามาในความรู้สึกขณะนี้ แต่จะไม่เป็นกังวลกับอะไรที่เป็นสภาพเกิด ๆ ดับ ๆ

เพียงเท่านั้นจิตจะตัดความกลัวและกังวลต่าง ๆ ที่เคยสั่งสมไว้ออกได้อย่างไม่คาดฝัน และสงบลงถึงฐานของสมาธิโดยไม่มีอะไรมาคิดขวางได้เลย สิ่งที่เป็นอุปสรรคก็ดขวางขณะลมจะดับหรือขณะลมดับไป ก็มีเฉพาะความกลัวตายเท่านั้น พอผ่านอุปสรรคนี้ไปได้ด้วยอุบายดังกล่าวเพียงครั้งเดียวเท่านั้น ครั้งต่อไปความกลัวหายหน้าไปเลยไม่อาจกลับมาหลอกได้อีก เราจึงพอมองเห็นเล่ห์เหลี่ยมของกิเลสได้ชัดเจนนี้แล ครั้นแล้วเราก็ไม่เห็นตายดังความคาดคิด ก็ยิ่งทำให้เห็นตัวมารที่แสนปั่นเรื่องขึ้นหลอกได้ชัดเจน ฉะนั้นท่านที่ภาวนาอานาปานสติ กรุณาจำนำมารตัวนี้ไว้ด้วยดี เวลาเจอกันในวันข้างหน้าจะได้ทราบวิธีหลบหลีกแก้ไข และดำเนินไปได้โดยสะดวกจนถึงฝั่งแห่งความปลอดภัยไร้ทุกข์ทั้งมวล ดังองค์ศาสดาท่านที่ทรงดำเนินธรรมบทนี้มาก่อนจนได้ตรัสรู้และนิพพานด้วยธรรมบทนี้เป็นบาทฐาน