

ตอบเรื่อง

สี่ลัทธิพศุภพราสาท วินัย ตุใจ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต)

วันวิสาขบูชา ๒๕๕๗

ตอบเรื่อง สิ้นชีพตปราสาท วินัย คูใจ

© พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

พิมพ์ครั้งแรก - เมษายน ๒๕๕๗ ๕,๐๐๐ เล่ม

- ทุนพิมพ์หนังสือธรรมทาน วัดญาณเวศกวัน ๕,๐๐๐ เล่ม

ได้รับไฟล์ข้อมูลเมื่อวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๗

ถอดความจากเครื่องบันทึกเสียงด้วยลายมือ โดย พระมาโนช รมมครุโก
พิมพ์เป็นข้อมูลดิจิทัล โดย คุณวิชัย นิลคำแหง และคุณวิภา บุญยรัตนากุล
ตรวจทานและจัดย่อหน้าก่อนนำถวาย โดย พระชัยยศ พุทธิวิโร
ชำระเสร็จ ๒๘ มีนาคม ๒๕๕๗

แบบปก พระชัยยศ พุทธิวิโร

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

หากท่านใดประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่
วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐
<http://www.watnyanaves.net>

พิมพ์ที่ สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด
๒๓ ซอย ๖ หมู่บ้านสวนแหลมทอง ๒ ถนนพัฒนาการ ซอย ๒๘
แขวงสวนหลวง เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ โทร. ๐๒ ๗๕๐ ๗๗๓๒

คำปรารภ

หนังสือ *ตอบเรื่อง สิลัพพตปริมาส วินัย ตูใจ* นี้ มีที่มาจากเรื่องที่พระเดชพระคุณพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ตอบคำถามของพระที่วัดญาณเวศกวัน เมื่อคืนวันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๗ แม้ร่างกายจะอิดโรย และอ่อนแรงจากโรคาพาธเรื้อรังอย่างหนัก

เมื่อพระกับโยมช่วยกันถอดความจากเครื่องบันทึกเสียงออกมาแล้ว ท่านได้อธิบายขยายความเพิ่มเติมเพื่อความชัดเจนมากขึ้นอีกทางวัดเห็นว่าเหมาะที่จะนำมาจัดพิมพ์เป็นหนังสือ เพื่อแจกเป็นธรรมทานให้กับพุทธศาสนิกชน ในวาระสำคัญแห่งวันวิสาขบูชาปีนี้ ซึ่งตรงกับวันอังคารที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๗

พุทธศาสนา เป็นศาสนาแห่งปัญญา หากพุทธบริษัททั้งหลายมีความตระหนักในการที่จะทำกิจต่างๆ ด้วยความรู้ความเข้าใจ แม้ในเรื่องเล็กน้อย ก็จะเป็นความเจริญก้าวหน้า บนมรรคาแห่งความรู้แจ้งของผู้ใฝ่ในไตรสิกขาอย่างแท้จริง

ขอกุศลจริยาเพื่อประโยชน์ทางการศึกษาในแนวแห่งไตรสิกขานี้ จงเป็นปัจจัยแห่งความเจริญแพร่หลายของพระสังฆธรรม เพื่อความเกษมศานต์แห่งมหาชน ตลอดกาลยาวนานสืบไป

วัดญาณเวศกวัน

๑๙ เมษายน ๒๕๕๗

ถาม ๒ ข้อ - ตอบยาวแยกหลายข้อ

สีลัพพตปรามาส วินัย คูใจ

ฯลฯ

พระเกจาถามพระพรหมคุณาภรณ์ที่กุฎี
หลังอุโบสถ วันศุกร์ที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๗



ถาม

ระยะปีสองปีมานี้ ได้ยินพระบ้าง โยมบ้าง คอยกัน
เรื่องแนวการปฏิบัติที่มุ่งเน้นในเรื่องการดูจิตรักษาใจตัวเอง
โดยไม่ต้องสนใจปฏิภิกิริยาของบุคคลที่มาเกี่ยวข้องสัมพันธ์
ด้วย คำอธิบายของพระโยมเหล่านั้น ฟังแล้วเห็นว่าไม่น่าจะ
ถูกต้อง ซึ่งหลักที่ได้ยินมา คือ

- การที่บุคคลตั้งใจทำกิจวัตรให้ตรงต่อเวลาอยู่เป็น
ประจำสม่ำเสมอ นั้น จัดอยู่ในจำพวกสีลัพพตปรามาส
อันเป็นกิเลส จึงไม่ควรกระทำ ที่ถูกคือ บุคคลควรจะทำ

กิจต่างๆ นั้นตามความพอใจ ไม่ใช่เพราะถูกกะเกณฑ์ หรือ ต้องทำเพราะเป็นระเบียบกติกาที่ตกลงร่วมกัน?

- เมื่อพบเห็นคนทำผิดกฎระเบียบ เราไม่ควรแสดงความโกรธ หรือพูดจาทักเตือนว่ากล่าว แต่เราควรรักษาใจตัวเองโดยการนิ่งเฉยเสีย เพราะถ้าเราโกรธ แล้วแสดงออกมาทางกายวาจา เท่ากับว่าเรากำลังประพาศพิณพิณคี่ล ขณะที่ยกฝ่ายแค่ประพาศพิณคี่ลวินัยเท่านั้น ใครจะทำผิดก็ ชั่งเขา ให้รักษากิจเราเอาไว้ก่อน?

(โดยนัยกลับกัน หากเราทำผิดกฎระเบียบ ก็ไม่ต้องใส่ใจว่าจะมีคนไม่พอใจหรือไม่ เขาจะดูค้ำว่ากล่าวก็ชั่งเขา เพราะถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่บุคคลอื่นจะต้องดูแลจิตของตนเอง ไม่ให้เศร้าหมองชุ่มมัวเป็นอกุศล หน้าที่เราคือทำในสิ่งที่พอใจเท่านั้น)

หลักคิดข้างต้น ดูเหมือนว่าน่าจะถูกต้อง แต่ที่จริงยัง ครึ้งๆ กลางๆ ข้างๆ คุๆ และแฝงนัยของการพยายามหา แกมมุมที่คิดว่าชอบธรรมมากลบเกลื่อนความผิดตามสมมติ ฉะนั้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการปฏิบัติตามการตีความธรรม วินัยที่ผิดเพี้ยนนี้ จึงใคร่กราบขอความเมตตาจากท่านเจ้า คุณอาจารย์ ได้ให้แนวทางที่ถูกต้องด้วย

ดอบ

ความหมายของสัทพตปรัมมาส

คำสอนที่เล่ามาในคำถามนั้น ไม่ใช่แค่ครั้งๆ กลางๆ ซ้ำๆ คุๆ เท่านั้น แต่จะพาออกนอกกลุ่มนอกทาง ถึงกับออกนอกพระธรรมวินัยไปเลยทีเดียว จึงขอให้ช่วยกันทำความเข้าใจ เข้าใจให้ชัด และช่วยคนที่หลงผิดไปให้ทำความเข้าใจ และปฏิบัติให้ถูกต้อง หรืออย่างน้อยให้ใกล้หลักเข้ามา

เรื่องที่ถามนี้นี้ ไม่ใช่เรื่องสัทพตปรัมมาสอะไรหรอก เป็นเพียงเรื่องของความเข้มแข็งหรือความอ่อนแออย่างธรรมดาๆ เท่านั้นเอง

ต้องเข้าใจก่อนว่า สัทพตปรัมมาส แปลว่า ความถ่อมมั่นในศีลพรตจนเลยเถิด ควรแยกศัพท์ดูกันนิดหนึ่ง

“สัทพต” = ศีลและพรต; สัท ก็คือ ศีล, พต มาจาก วต; เอา วต ตัวนี้เป็น พต เพราะในบาลี ว เป็น พ ได้, วต จึงเป็น พต, แต่ไทยเอาเป็นพรต โดยใช้คำสันสกฤต คือแปลจากบาลีไปเขียนอย่างสันสกฤต กลายเป็น พรต,

สัท + พต = (ซ้อน “พ” เข้าไปตามหลักภาษาของเขา) ก็เป็น สัทพต แล้วก็แปลว่า ศีลและพรต

กำหนดไว้ให้ดีกว่า *วต* นี้แปลว่า พต แล้วเป็น พรต ไม่ใช่ *วัตต* (*วัตต* ที่แปลว่า *วัตร*) คนละคำ (กิจวัตร เป็นต้น ไม่อยู่ใน *วต* หรือ พรตนี้) *ซิลัพพต* จึงไม่ใช่ *ศีลและวัตร*

(ขอเล่าแถมแทรกไว้ชนิดหนึ่งว่า ในเมืองไทยเรานี้ใช้ ผิดเยอะ ผมเองตอนแรกก็พลอยเขียนตาม เช่น เราชอบพูดกันว่า “อุตงควัตร” แต่พอตรวจสอบกันจริงๆ *อุตงควัตร* ไม่มีหรอก แล้วแถมอรรถกถาบาลีฉบับไทยนี้ชำระกัน ก็ไม่แน่ลงไป เป็น *อุตงควตฺต* บ้าง เป็น *อุตงควต* บ้าง คำนี้ ในฉบับพม่าเขาเสมอต้นเสมอปลายแน่นอนลงไปเลย คือของเขา เป็น *อุตงควต* อย่างเดียว ไม่มี *อุตงควตฺต* เลย แต่ฉบับของไทยเราเนี่ยยังยุ่ง มีปนๆ กันไป ควรจะต้องค้นตรวจสอบให้ลงกันทั้งหมด เป็นอันว่า เป็นคนละคำ *วต* ก็คำหนึ่ง *วตฺต* อีกคำหนึ่ง, *วต* เป็นพรต *วตฺต* เป็นวัตร)

วตฺต คือ วัตร เป็นพวกขนบธรรมเนียมในการปฏิบัติ แต่ละกิจแต่ละเรื่อง เช่น จะปฏิบัติตัวในการเข้าส้วมเข้าห้องน้ำ ก็มีวัจจกุกุวัตร อาคันตุกะมาจะปฏิบัติหรือต้อนรับอย่างไร ก็มีอาคันตุกวัตร จะไปอยู่อาศัยไปนอนไปนั่งจะปฏิบัติต่อที่นั้นอย่างไร ก็ทำตามเสนาสนวัตร นี่คือ *วตฺต* (วัตร)

ส่วน *วต* คือ พรต เป็นหลักการที่ถือปฏิบัติ ที่เรียกว่า บำเพ็ญพรต เช่น ถืออดอาหาร ถือโหนกไม้ ถือยืนขาเดียว มีมากนอกพุทธศาสนา ในพุทธศาสนาทำนุให้ปฏิบัติได้ใน ขอบเขตหนึ่งโดยมีความเข้าใจที่จะทำให้ถูกต้อง ไม่ให้ กลายเป็นการทรมานตนของคนขาดปัญญา

ตัวอย่างที่ชัด คือ รุ่งงค์ ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่ยกขึ้นมา ถือ คือ เป็นพรตชุดหนึ่ง แต่อย่างที่ว่าแล้ว ของเราไม่รุนแรง อย่างเขา แค้ใช้ขัดเกลากิเลส เช่น นอกพุทธศาสนา เขาถือ พรตอดอาหาร เราถือรุ่งงค์แค้ฉันมื้อเดียว นอกพุทธศาสนา เขาถือไม่นุ่งผ้า หรือนุ่งแบบคนป่า ปิดข้างหน้า เปิดข้างหลัง หรือปิดข้างหลัง เปิดข้างหน้า เราถือรุ่งงค์แค้ นุ่งห่มจีวร บ้างสัก

เป็นอันว่า พรต คือ *วต* เป็นหลักใหญ่ของชีวิตที่ถือไว้ โดยเข้าใจว่าจะทำให้หลุดพ้น ไม่ใช่เป็นธรรมเนียมวิธีปฏิบัติ ในแต่ละกิจแต่ละเรื่อง อย่างที่ว่าแล้ว กิจวัตรก็อยู่ใน *วตฺต* คือ *วัตร* ไม่ใช่ *พรต* แยกให้ได้นะ ในอรรถกถาบาลีของไทย เรา คำนี้สับสนพลาดไป

เป็นอันว่า ในคำว่า “ศีลัฑพต” ได้แก่ ศีลและพรต นั้น คือ *ศีล* และ *วต* (พรต ไม่ใช่วัตร)

ที่นี้ “ปราสาท” แปลว่า การยึดถือมั่นจนเลยเถิด ถือเลยเถิดเป็นอย่างไร ที่ว่ายึดถือศีลพรตเลยเถิด ก็คือ ไม่ถือให้ตรงตามจุดมุ่งหมาย ก็เลยไม่ตรง ไม่พอดี จึงเลยเถิดไปเสีย

ยึดถือตามจุดมุ่งหมาย คือ ถือปฏิบัติโดยมีความรู้เข้าใจด้วยปัญญา ถ้าไม่มีปัญญาจะรู้จุดหมายได้อย่างไร พุดสั้นๆ ก็คือว่า ถือปฏิบัติด้วยปัญญาที่รู้ความมุ่งหมาย เมื่อรู้ความมุ่งหมาย ก็ปฏิบัติถูกต้องได้ เมื่อเราจะปฏิบัติอะไร เราศึกษาไต่ถามให้รู้ชัดลงไปว่า อันนี้มีความหมายอย่างไร มีความมุ่งหมายอย่างไร เราก็ปฏิบัติให้ถูกต้องตามความมุ่งหมาย เวลาทำอะไร ก็มองไปที่จุดหมาย อย่างนี้ไม่เป็นสิ้นชีพตปราสาท

การยึดถือปฏิบัติที่เป็นสิ้นชีพตปราสาทนั้น เป็นความผิดพลาดเลยเถิดไปเพราะเจตนาของใจที่ขุ่นมัวโง่เลอะ ก็เลยยึดถือไปตามกิเลสที่เป็นเหตุต่างๆ คือ

๑. สิ้นชีพตปราสาทด้วยโมหะ คือยึดถือด้วยโมหะถือโดยหลงโง่มงาย ปฏิบัติตามๆ เขาไปอย่างนั้นๆ โดยไม่รู้เรื่อง โดยไม่รู้ความหมาย ไม่รู้ความมุ่งหมาย อย่างที่ว่าแล้ว

เขาสอนมาอย่างนั้น อาจารย์ทำมา ก็ทำตามกันไป อย่างนี้เป็นกันมาก เป็นศีลัพท์ตปราคมาสด้วยโมหะ

๒. ศีลัพท์ตปราคมาสด้วยโลภะ ข้อนี้อ่านยกตัวอย่างบ่อยๆ เช่น ถือกีฬโดยอยากไปเป็นเทวดา คิดว่า เราถือกีฬอย่างนี้แล้ว จะได้เป็นเทวดาองค์นั้นองค์นี้ จะได้มีอำนาจฤทธิ์เดชอย่างนั้นๆ เรียกว่า ยึดถือด้วยโลภะ ที่จริงนั้น การไปเป็นเทวดา ไปสวรรค์อะไรๆ นั้น เป็นเรื่องของผลพลอยได้ เป็นผลพ่วง เมื่อปฏิบัติถูก ก็ไปเอง เป็นธรรมดาของมัน ไม่ต้องไปอยาก

๓. ศีลัพท์ตปราคมาสด้วยโทสะ เช่น ยึดถืออย่างเป็นปฏิกริยา ได้ยินเขาว่าแล้วจิตใจขึ้นมา ฮึดฮัดบอกว่า ข้าจะถือของข้าอย่างนี้แหละ ใครจะว่าอย่างไรก็ว่าไป โกรธ อย่างนี้ก็โทสะ

ที่กล่าวมานี้เป็นการยกตัวอย่าง รวมความว่าศีลลัพท์ตปราคมาสด จะเกิดขึ้น เมื่อไม่ปฏิบัติด้วยปัญญา พุดสั้นๆ เองง่ายๆ ก็ว่าปฏิบัติด้วยกิเลสคือ โลภะ โทสะ โมหะ แม้จะทำด้วยวิษยาหรือกิเลสอะไร ก็อยู่ในนี้

เอาเป็นอันว่า นี่คือความหมายของคำ ยุติที่ว่าให้ปฏิบัติด้วยปัญญา โดยรู้ความหมายและความมุ่งหมาย

พอใจจึงควรทำ ก็มี ไม่ต้องพอใจ แต่ใจเข้มแข็ง ควรจะทำ ก็มี สำคัญที่ฝึกตน โดยรู้จักใช้ปัญญา

ตามคำถามข้างต้น มีการสอนว่า การที่บุคคลตั้งใจ ทำกิจวัตรให้ตรงต่อเวลาอยู่เป็นประจำสม่ำเสมอ นั้น จัดอยู่ในจำพวกศีลัพตปรมาส อันเป็นกิเลส จึงไม่ควรกระทำ ที่ ถูกคือ บุคคลควรจะทำกิจต่างๆ นั้นตามความพอใจ ไม่ใช่ เพราะถูกกะเกณฑ์ หรือต้องทำเพราะเป็นระเบียบกติกาคือ ตกลงร่วมกัน

อันนี้ต้องระวังจะกลายเป็นการสอนให้เข้าใจ ผิดพลาด เป็นการสอนโดยไม่รู้จักแยกแยะ แทนที่จะเป็น ธรรม ก็จะไปออกนอกธรรม

ตามที่พูดให้ฟังแล้ว คงรู้เข้าใจแล้วว่า สีลัพต-ปรมาส คือการยึดถือหลักการและข้อปฏิบัติต่างๆ เลยเถิด ไป ไม่ตรงตามความหมายและความมุ่งหมายของมัน เพราะขาดปัญญา ไม่รู้ไม่เข้าใจความหมายและความมุ่ง หมายของการปฏิบัตินั้น โดยเป็นการปฏิบัติเพราะงมงาย ง่ายบ้าง เพราะโลภะบ้าง เพราะโทสะบ้าง

แต่ถ้ารู้เข้าใจความหมายและความมุ่งหมายของการปฏิบัตินั้นชัดเจนดีแล้ว มองเห็นเหตุผลที่ตนจะปฏิบัติว่า ถูกต้องมั่นใจแล้ว จะต้องปฏิบัติจริงจั่งเต็มที่ จึงจะถูกต้อง เป็นการปฏิบัติด้วยฉันทะ ด้วยวิริยะ เป็นต้น โดยคนที่เข้มแข็งและมีปัญญา การไม่ปฏิบัติจริงจั่ง ตามใจตัวเองเพราะเกียจคร้าน เป็นต้น จึงจะเป็นกิเลส และถึงขั้นเป็นความประมาท

ที่ว่า บุคคลควรจะทำกิจต่างๆ ตามความพอใจนั้น ก็ถูกชนิดหนึ่ง แต่คำว่าตามความพอใจนั้น มีแง่พิจารณาหลายอย่าง “ตามความพอใจ” แบบที่ว่าเอาแต่ใจของตัวเอง ตามที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจนั้น ก็คือทำตามกิเลส และไม่รู้จักฝึกตน ความเลื่อมจะรออยู่ข้างหน้า

คนควรทำการต่างๆ ด้วยความพอใจ ที่มากับความเข้าใจ หรือเกิดจากความเข้าใจ คือมีปัญญา รู้ว่า การนี้ทำแล้วดีงามเป็นประโยชน์อย่างไร เป็นความพอใจที่เป็นฉันทะ

เรื่องนี้เราไม่ยากทำ ไม่มี ความพอใจ แต่พอพิจารณาด้วยปัญญา หรือมีผู้ปรารถนาดีอธิบายให้ฟังว่าทำแล้วจะดีงามเป็นประโยชน์อย่างไร เดิมไม่ยากทำเลย แต่พอรู้เข้าใจเห็นเหตุผล ก็เกิด ความพอใจ เกิดฉันทะขึ้นมา นี่ คือความพอใจทำให้เกิดขึ้นได้ ควรทำด้วยความพอใจอย่าง

นี้ไม่ใช่ทำตามพอใจ ที่เพียงว่ามีความรู้สึกชอบใจหรือไม่ชอบใจ ต้องแยกแยะ

ที่ไม่ให้ทำเพราะถูกกะเกณฑ์นั้น ก็ต้องแยกแยะเหมือนกัน การบังคับให้ทำนั้นตามปกติก็ไม่ถูกต้อง แต่ในบางกรณี ก็ไม่ใช่การบีบบังคับด้วยจิตโทสะเป็นต้น ต้องใช้ปัญญาพิจารณา ถ้ารู้ว่าเป็นเรื่องดีมีประโยชน์ และเขาหวังดี ก็รู้จักปฏิบัติให้เหมาะสม ไม่ใช่ตัดสินพรวดไปทีเดียว

โดยเฉพาะการที่ต้องทำเพราะเป็นระเบียบกฏกติกาที่ตกลงร่วมกันนั้น นอกจากเป็นเรื่องของเหตุผลทางสังคมแล้ว ถ้าเราพิจารณาแล้วมองเห็นด้วยปัญญา ว่าเรื่องนี้ควรทำเพราะดีงามเป็นประโยชน์ แต่ยากสำหรับเรา เราอ่อนแอ ไม่อยากทำ ใจป้อแป้ ไม่สู้ ในกรณีอย่างนี้ ระเบียบกฏกติกา วินัยก็เป็นเครื่องช่วยให้เราได้ฝึกตน ทำให้มีความเข้มแข็ง แล้วเราก็จะก้าวหน้าไปได้ สิ่งที่ไม่เคยทำได้ ก็จะได้ทำ ที่ทำไม่ได้ไม่ดี ก็จะได้ดี ชำนาญแคล่วคล่องง่ายดายขึ้น ทีนี้ พอฝึกดีแล้ว ถึงไม่มีระเบียบกฏกติกา ก็อยากทำ และนำคนอื่น ๆ ให้ทำได้ด้วย

จุดสำคัญอยู่ที่เป็นการฝึกตน มีความเข้มแข็ง และตั้งอยู่บนฐานของปัญญา เมื่อทำด้วยมีปัญญารู้เข้าใจ เกิด

ฉันทะขึ้นๆ หรือด้วยวิริยะ ก็เข้มแข็งก้าวไป การฝึกตนก็เกิดขึ้น และก็จะเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป

ไม่ใช่ว่า เมื่อไรๆ ก็อยู่แค่ความชอบใจและไม่ชอบใจ มีจิตใจอ่อนแอ งอกองอชิง จมอยู่ในความประมาท

ควรรู้จักใช้ปัญญา ปลูกฉันทะขึ้นๆ ทำการด้วยความเข้มแข็ง ฝึกตนยิ่งขึ้นไป

เมื่อปฏิบัติถูกชัดเจนแล้ว ก็เข้มแข็งจริงจั่งแน่ไปเลย

ตอนนี้ ถ้าชัดเจนแล้ว เรารู้ความหมายและความมุ่งหมายเข้าใจถูกต้อง ที่นี้ก็ปฏิบัติด้วยความเข้มแข็งจิตใจก็จะเข้มขึ้นเบิกบาน มีความมั่นใจ ก็เอาจริงเอาจังเต็มทีเลย จะเหยาะแหยะไม่ได้ พอรู้แน่แล้ว ก็มุ่งแน่ไปเลย ไม่มัวละล้าละลัง

ศีลและพรตที่ขยายออกไปนี้ ก็เป็นข้อปฏิบัติขั้นศีลนั้นแหละ เป็นแค่ขั้นต้น อะไรกัน ถ้าแค่ข้อปฏิบัติขั้นต้น แค่นั้นพฤติกรรมภายนอกนี้ยังทำไม่ไหวแล้ว ถึงขั้นจิตใจ จะไปสู่อะไรได้

ต่อจากศีล ก็คือขั้นสมาธิ ขั้นจิตใจ ที่จะต้องชนะจิตใจของตนได้ จนเป็นเจโตวิสี คือมีอำนาจเหนือจิตใจของตนได้ จึงจะเป็นความสำเร็จ จึงต้องมีความเข้มแข็ง

เมื่อมั่นใจว่าถูกต้องแน่ชัดแล้ว ก็ทำเต็มที่เลย ตอนนั้นก็จะได้ฝึกจิตใจไปด้วย ข้างนอกทำจริงจัง ในใจก็มีความเข้มแข็งมันแน่น แล้วก็ก้าวต่อไปในขั้นสมาธิของจิตจุดสำคัญอยู่ที่นี้ ไม่ใช่มัวอ่อนแอบ่อยๆ ถ้าถือศีลและพรตที่ถูกต้อง เช่นอย่างถืออุตุงค์ แล้วไปมัวอ่อนแอ จะทำสำเร็จได้อย่างไร อุตุงค์ทุกข้อนั้นก็ชัดอยู่แล้ว ท่านวางไว้เป็นพรตให้เป็นเรื่องที่ทำได้ยาก จะทำสำเร็จได้ ก็ต้องเข้มแข็งอย่างมากเท่านั้น ถ้าไม่เข้มแข็ง จะถืออุตุงค์ได้อย่างไร ไม่มีทาง

อะไรจะละจะเว้น ก็ละก็เว้นได้จริง อะไรตกลงให้ทำ ก็ทำให้จริง ไม่ใช่เหยาะเหยะเหลาะแหละไปหมด กลายเป็นคนที่ล้มเหลว ไม่ได้เรื่องได้ราวอะไรสักอย่าง นี่คือการฝึกในทางตรงข้ามกับที่ท่านสอน ปล่อยตัวให้เรื่อยเปื่อยต่อไปก็จะกลายเป็นคนอ่อนแอจนเคยชินเป็นนิสัย

ข้อสำคัญอยู่ที่ต้องรู้ว่าเราปฏิบัติเพื่ออะไร จึงจะไม่เป็นสัตว์พศปรามาต ต้องมีปัญญารู้ความหมายความมุ่งหมาย เช่นว่า อุตุงค์นี้เพื่ออะไร เพื่อขัดเกลากิเลส เออ เรา

เป็นคนขี้เกียจ ความขี้เกียจนี้เป็นกิเลสตัวร้าย เราจะต้องขัด
เกลากิเลสตัวขี้เกียจนี้ เราก็ต้องเข้มแข็ง เอาชนะไล่ความ
ขี้เกียจไปได้ นี่คือปฏิบัติตรง

ถ้าเราเป็นคนอ่อนแอ คอยตามใจอยากของตัวเอง
อยากอย่างไร ก็จะเอาอย่างนั้น เช่น อยากฉันทันฉันทันนี้อยู่
เรื่อย ฉันทตามเวลาตามกติกาแล้วไม่พอ ในระหว่างมีอ
ยังอยากฉันทอีก นี่ก็อยากจะฉันทอะไร ก็ฉันทอีก อย่างนี้ไม่ได้
นี่เป็นความล้มเหลวในธรรมวินัย

ท่านจึงให้ฝึก เมื่อรู้ตัวว่าเรานี้ชอบตามใจตัวในเรื่อง
การฉันทโน่นฉันทนี้ เราก็จะฝึกตัว เอาละ เราจะฉันทมีอเดียวละ
ก็เอาจริงโดยสมาทานมันเลย สมาทานว่าเราถืออตุตงค์ฉันทมีอ
เดียว โดยมีความตระหนักรู้ความมุ่งหมายว่า เราทำเพื่อฝึก
ตน เพื่อขัดเกลากิเลส จะได้ไม่อ่อนแอแม้แต่ตามใจตัว ไม่ไป
ไหนสักที

เมื่อรู้ความมุ่งหมายแม่นแก่ใจอย่างนี้แล้ว ก็ต้อง
เข้มแข็งใจสู้เต็มที่ ไม่ยอมตามใจกิเลส นี่แหละมันอยู่ที่นี้ มัน
เป็นเรื่องของความเข้มแข็ง กับความอ่อนแอ ไม่ใช่เรื่อง
สีลัพพตปรามาสอะไรเลย มันคนละชั้นคนละตอน คนละ
เรื่องกัน

ธรรมวินัยนี้เป็นของผู้มีวิริยารัมภะ ที่ว่าปรารภความเพียร ถูกใหม่ คือ รำแต่จะเพียร จะเพียรพยายามอยู่รำไป จึงเรียกว่า วิริยารัมภะ ซึ่งอยู่ที่เข้มแข็ง ถ้ามัวไปตามใจตัวเองอยู่ เป็นคนอ่อนแอ ก็ไปไม่รอด มีแต่จะต้องมีความเพียร จะมาขึ้นก็เกียดผัดผ่อนอ่อนแอเหยาะเหยะได้อย่างไร ถ้าเป็นอย่างนี้ ขอรภัยใช้คำไม่ค่อยเพราะหน่อย ก็เรียกว่า “ใจหงิก”

คนที่ร่างกายเป็นง่อย ยังดีกว่าคนใจหงิก ทำไม่เป็น อย่างนั้น คนง่อยนั้น ร่างกายเป็นง่อย จึงทำอะไรไม่ค่อยไหว ไซ้ใหม่ แต่ถ้าเขามีใจเข้มแข็ง ถึงกายจะง่อย เขาก็ยังพยายามสู้กระเสือกกระสนไป อันไหนทำได้ พอไปได้แค่ไหน ก็พยายามทำมันไปจนสุดเต็มทีแค่นั้น ยังมีทางก้าวไปได้ แต่ถ้าคนใจหงิกเสียแล้ว มันไม่เอาเลย แย่ยิ่งกว่าคนเป็นง่อย เพราะฉะนั้นจึงไปไม่รอด

ถ้าจะอยู่ในธรรมวินัยนี้ ต้องมีใจเข้มแข็ง มีอะไรต้องทำ เมื่อมันถูกต้อง เมื่อมันตรงจุดมุ่งหมาย แน่ใจแล้ว ก็ทำเต็มที่เลย เมื่อพระพุทธรูปเจ้าทรงบำเพ็ญเพียรนั้น แม้แต่ทั้ง

ชีวิตก็ทรงยอมทุ่ม ถูกไหม เมื่อทรงทราบว่าผิด ก็ทรงละเลิก
ได้เลย ไม่ใช่ครึ่งๆ กลางๆ นี่คือความถูกต้องจริงจัง

จุดของเรื่องที่เป็นปัญหา อยู่ที่ทำความไม่เข้าใจ
ทำความความไม่รู้ อันนั้นเป็นขั้นที่ ๑ ทีนี้ ขั้นต่อไป พอรู้แล้ว
กลับอ่อนแอเสียอีก ก็เลยไปไม่รอด จุดสำคัญอยู่ที่นี้ จึงได้
บอกว่า ประเด็นของเรื่องนี้อยู่ที่ความเข้มแข็ง กับความ
อ่อนแอ ไม่เกี่ยวอะไรกับศีลทัณฑ์ประมาศ

วินัยมาช่วยให้ปฏิบัติธรรมได้จริง ย้ำให้ยิ่งต้อง เข้มแข็งในการฝึก

กิจวัตรเป็นต้นนั้น เป็นส่วนหนึ่งของวินัย ว่าโดย
ความหมายทั่วไป วินัยนี้มุ่งในแง่สังคม มันเป็นเกณฑ์
มาตรฐาน เพื่อให้ชุมชนมีความประพฤติเสมอกัน เป็น
อันหนึ่งอันเดียวกัน ช่วยรักษาสามัคคี

แต่วินัยมีความหมายในแง่ส่วนตัวด้วย คือเป็นเครื่อง
ฝึก ตามศัพท์ท่านแปลว่า “เครื่องนำไปให้วิเศษ” ก็คือฝึกนั้น
แหละ ฝึกเป็นการทำให้ดีขึ้น หรือทำให้วิเศษขึ้นไป เมื่อเรา
จะทำตัวให้ดีขึ้น จะทำอะไรให้เป็น ให้เก่ง ให้ชำนาญขึ้น เรา
ก็ฝึก คนจึงต้องมีการฝึกตัวเอง

ในพระพุทธศาสนา เฉพาะอย่างยิ่งในวัด ในสังฆะ คือในหมู่พระนี้ บวชเข้ามาก็เพราะเห็นด้วยอย่างที่ท่านสอนแล้ว จึงตั้งใจว่าจะเอาจริงกับเรื่องที่พระพุทธเจ้าสอน ท่านจึงมีวินัยไว้ให้ วินัยนั้นเพื่อช่วยคนที่เขาจริง และเพื่อให้ทำจริงจัง

ท่านจัดตั้งวางวินัยให้มา เพราะว่า คนเรานี่ ถึงจะมาบวชเป็นพระแล้วก็เถอะ ทั้งๆ ที่รู้ตามธรรมว่า อันนี้ดี ควรจะทำ แต่ใจมันไม่เข้มแข็ง มันไม่ค่อยจะสู้ บางทีบางคนนั้นก็ถึงกับเหวอะเหยะ มันอ่อนแอป้อแป้วกเปี้ยก หรือคอยจะท้อ

คนอย่างนี้ก็จะได้มาเจอกับวินัย นี่ก็คือมีเกณฑ์มาตรฐานวางไว้ให้แล้ว ก็เหมือนกับบังคับมันแหละ พอเจอกับวินัย ก็บอกตัวเองได้เลยว่าต้องทำ

ถ้าไม่เจอวินัย ทั้งที่ธรรมบอกไว้แล้วว่าเป็นดี ควรจะให้เห็นด้วย แต่ก็ยังรีรอ คิดจะผัดไว้ก่อน พอวินัยมากำกับ มากำกับให้ต้องทำ การปฏิบัติธรรมก็เลยได้มีเป็นจริงเป็นจังขึ้นมา เพราะวินัยมาช่วยให้เขาจริงกับการปฏิบัติธรรมนั้น นี่คือการฝึกเข้ามาแล้ว

คนไหนไม่เอากับวินัย ไม่เห็นประโยชน์ของวินัย ไม่เอากับวินัย การมาบวชอยู่ในสังฆะก็แทบไม่มีประโยชน์ ไม่รู้จะอยู่ในสังฆะหรืออยู่ในวัดไปทำไม ถ้าจะอ้อแอ้ ก็ไปหาที่นอนแน่

วินัยมาทำให้เรากวดขันตัวเอง ช่วยให้เราบังคับตัวเองให้ทำได้ ดังนั้น วินัยจึงเป็นเครื่องฝึกตัวเอง คอยสำหรับให้เราต้องฝึกตัวเองให้ก้าวต่อไป เพราะฉะนั้น วินัยจึงมีประโยชน์ที่ว่ามาเสริมธรรม อย่างที่ว่าแล้ว ถ้าฟังธรรมอย่างเดี๋ยวนี้ ทั้งที่เราได้เรียนได้รู้มาว่าควรจะทำ ควรปฏิบัติอะไร แต่ใจมันอ่อนแอ ไม่ยอมเริ่ม ไม่ยอมลงมือ ไม่ยอมก้าวไป วินัยก็มาเข้าคู่กับธรรม มากำกับสำหรับให้คนปฏิบัติธรรม แล้วก็เลยปฏิบัติจริงจังต่อมา ก็จึงได้ผลขึ้นมา มีฉะนั้นก็จะนอนรอนอยู่นั่นเอง เมื่อคนนอนรอนใจ ธรรมก็นอนรอนคน แต่วินัยไม่ยอมให้รอน

ที่นี้ วินัยก็มาเชื่อมคนเข้ากับสังคัม เมื่อคนมาเป็นส่วนร่วมในสังคัม เมื่อตัวพระมาเป็นส่วนร่วมในวัดในสังฆะ วินัยก็เป็นมาตรฐานที่บอกแจ้งไว้ว่า คนอื่นเขาทำอย่างนี้ เราก็ต้องทำเหมือนเขานั้นแหละ คือเป็นเรื่องของทุกคน เพื่อให้สังคัม ให้หมู่คณะอยู่กันด้วยดีเป็นอันเดียว แล้วก็อยู่ได้ นี่คือวินัยรักษาสังคัม

แต่ที่นี้ เราพูดแคในแง่ตัวเองนี่แหละ เอาแค่ส่วนตัว ในแง่ส่วนตัวก็คือ วินัยมาทำให้เกิดความเข้มแข็ง และมีเครื่องกำกับให้ปฏิบัติตามธรรม อย่างที่พูดแล้วว่า ธรรมอยู่ที่นี่แล้ว แต่ใจเราไม่แข็งแรงพอ วินัยจึงมาช่วยเสริมย้ำกำกับให้เราต้องทำ วินัยมากำกับความประพฤติ กำกับกิริยาอาการ ชับเคลื่อนรูปธรรมให้ต้องทำด้วย ให้ต้องทำตามบังคับรูปธรรมคือร่างกาย ได้แก่กายวาจา ให้ประสานกับใจ แล้วใจนี้ก็อาศัยทางกายวาจาด้วย

เมื่อการประพฤติทางกายวาจาโน้มไปอย่างไร ใจก็จะโน้มตามไปด้วย เหมือนเราไปให้ทาน ใจก็ต้องบอกต้องสั่ง มือจึงให้ทานได้ และเรารู้หลักอยู่แล้วว่าให้มีเมตตา ถ้าคนรู้หลัก พอไปให้ทาน มันก็ทำให้เมตตาเพิ่มขึ้นง่าย ถ้าเรามีแต่เมตตา แผ่เมตตาแล้วไม่ทำอะไรสักที เมตตาในใจไม่แสดงออกไป มันก็ไม่เข้มแข็ง มันต้องออกไปเป็นรูปธรรมด้วย ไปให้เขา ไปทำการสงเคราะห์ และใจรู้หลักอยู่แล้ว ก็คือมีปัญญามาบอกใจ ใจที่รู้ก็ได้เรียกเอาเมตตา เรียกเอากรุณา มา ที่จะคิดหาทางช่วยเหลือเกื้อกูลให้เขาพ้นทุกข์ เป็นต้น นี่ก็คือประสานกันไป ทานจึงให้ปฏิบัติโดยมีศีลสมาธิ และปัญญา เกื้อหนุนกันไป อย่างนี้จึงจะเจริญ

ในเรื่องที่พูดกันอยู่นี้ พอเริ่มต้นก็ต้องมีปัญญาอยู่บ้าง พอให้รู้ว่า นี่เราปฏิบัติศีลและพรตอันนี้ เพื่ออะไร ทำเพื่ออะไร เมื่อมีปัญญาพอรู้เข้าใจแล้ว ใจเอาด้วย ใจก็บอกตกลงจะทำ แล้วเราก็กปฏิบัติไปตามนั้น และเมื่อจะให้มันให้แน่ ก็เอาวินัยมาช่วยกำกับให้ทำให้ได้ ใจก็เข้มแข็งเพราะวินัยมากำกับกายวาจาให้เอา ก็ประสานไปด้วยกัน ได้ครบศีล สมาธิ ปัญญา จึงเป็นกระบวนการที่ประสานเสริมกันไป

เอาละนะ ทวนว่า พวกกัจจัตถะนั้นเป็นเรื่องของวินัย ข้อกัจจัตถ์ทั้งหลายเป็นส่วนหนึ่งของวินัย พรตก็พวกหนึ่งใหญ่ๆ วัตรก็พวกหนึ่ง ย่อยๆ อย่างที่ย้ำว่า วัตรเป็นข้อปฏิบัติปลีกย่อยเล็กน้อย ที่ท่านเรียกว่าขนบธรรมเนียม แล้วทั้งหมดนั้นก็จัดเข้าในศีล พูดว่าศีลคำเดียว ก็คลุมหมด แต่ต้องพูดด้วยรู้ด้วยเข้าใจ คือ คำว่าพรตก็อยู่ในศีลด้วย วัตรหรือวัตรก็อยู่ในศีล

การที่เราต้องปฏิบัติวัตรต่างๆ ก็เพราะว่า วัตรเป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้เราต้องทำอย่างนั้นๆ เป็นประจำ มันก็เลยเป็นวินัยที่มาหนุนมากำกับมาบังคับควบคุมตัวเองให้เราต้องทำจริงจังจนเป็นแบบแผนเคยชิน เพราะต้องทำตลอดเวลา ทำสม่ำเสมอ เช่น ทุกวันลงทำวัตรสวดมนต์ เข้า-คำ ทำได้จนทำเป็นธรรมดา จึงเป็นวินัยช่วยให้เข้มแข็งเป็นจริงเป็นจัง

ถ้าไม่มีวัตรตั้งไว้ เราก็ไม่รู้จะจับจุดที่ไหน พอมีวัตรไว้ ก็คือท่านบอกแล้วว่าให้ทำนั้นๆ เราก็ไปทำตามนั้นไป เราก็มีใจเข้มแข็งด้วย เพราะต้องเอาจริงเอาจริงจังทำได้ พอเราทำตามตามวัตรนั้น วินัยก็ได้ผลขึ้นมา

เพราะฉะนั้น ท่านจึงว่า วัตรเป็นส่วนย่อยของความประพฤติประจำตัว ติดตัว พอประพฤติได้อย่างนั้นๆ เป็นคุณสมบัติของเรา อยู่ในตัวเรา มันก็เป็นศีล นี่แหละมันมาช่วยหนุนให้คนมีศีล ท่านจึงบัญญัติวัตรไว้เป็นส่วนหนึ่งของวินัย เราจะได้มีเครื่องกำหนดหรือจุดจับในชีวิตความเป็นอยู่ ไม่ใช่อยู่ๆ จะมีศีลขึ้นมาได้ มันต้องมีข้อปฏิบัติเหล่านี้มาช่วย ทำให้มีจุดกำหนดว่าจะทำอะไร แล้วทำไปตามนั้น พอทำได้อยู่ตัว เข้าในตัว เป็นปกติของเรา ก็คือมีศีล

เป็นอันว่า ในวินัยที่กว้างใหญ่นั้น วัตรเป็นข้อปฏิบัติปลีกย่อย แม้กระทั่งหุยมหิม ในชีวิตประจำวัน หรือประจำชีวิต ซึ่งช่วยให้เราฝึกตัว ทำให้มีโอกาสเกิดศีลได้ง่ายขึ้น ช่วยให้เราไม่ต้องไปนั่งคิดนั่งคลำว่าจะเจริญศีลตรงไหนดี ภาวจาอาศัยข้อปฏิบัติที่กำหนดไว้เป็นวัตรนี้แหละ เราทำ เราพูดให้ถูกตามวัตรที่ท่านวางไว้ เช่น จะทำอะไรในที่ประชุม เราบอกขอโอกาส ก็เป็นวัตรอย่างหนึ่ง เราปฏิบัติต่อ

อาคันตุกะ ปฏิบัติต่อเสนาสนะให้เหมาะสม ก็เป็นวัตรทั้งนั้น
แม้แต่หุยมๆ หิมๆ พอเราทำ ก็คือทำในส่วนของวินัย ก็เป็น
วินัย พอวินัยมา ก็นำศีลให้เกิดขึ้น

ดูใจ ขึ้นไปห้ถึงปัญญา ไม่ใช่ปล่อยใจให้จมอยู่ใต้สิ่งๆ

ที่นี้ก็มาดูใจ ดูใจนี้ ถ้าว่าถึงหลักเดิมก็คือ จิตตานุ
ปััสสนา ในสติปัฏฐาน ๔ เมื่อปฏิบัติในระยะแรกๆ บาง
สำนักก็จะเน้นการดูจิต มันเป็นเทคนิคของสำนักนั้นๆ

สติปัฏฐานนั้น ๔ อย่าง กายานุปัสสนา เวทนา
นุปัสสนา จิตตานุปััสสนา ธรรมานุปััสสนา เวลาปฏิบัติจริงก็
คือ ในชีวิตที่เป็นอยู่เป็นไปตลอดเวลา ชีวิตก็อยู่ใน
อนุปัสสนา ๔ เมื่อปฏิบัติครบ ๔ อันนี้ ก็คือครบทั้งชีวิต แต่
พอเริ่มต้น จะทำให้ครบทั้ง ๔ มันไม่ค่อยจะไหว

ที่นี้ สำนักทั้งหลายก็มีเทคนิคของตัวเอง คือ ตอนแรก
ตอนเริ่ม เอาหมดทั้งสิ้น ยังไม่ไหว จะเริ่มที่อันไหนดี ตาม
โบราณสืบมา มักเอากายานุปัสสนาเป็นตัวเริ่ม แต่บาง
สำนักอย่างโกเอนก้าหรือโคเองก้า ท่านว่าเวทนา เรื่อง
เจ็บปวด เรื่องสุข-ทุกข์ นี่ชัด มันเด่น ก็เอาเวทนานุปัสสนา
เป็นจุดเปิดการปฏิบัติ เอาเวทนานุปัสสนาเป็นที่เริ่ม บาง
สำนักก็เริ่มที่จิตตานุปััสสนา เน้นการดูจิต

สำหรับโบราณนั้น เขามองว่าร่างกายเป็นของหยาบ ดูขัดจับง่ายหน่อย จึงเอากายานุบัติสสนาเป็นจุดเริ่ม แล้วค่อยๆ ขยายไปถึงอนุปัสสนาอย่างอื่นในสติปัฏฐาน ๔ แต่ในที่สุดแล้ว ต้องมาประสานกันหมด คือในที่สุด เมื่อปฏิบัติได้จริง ก็พร้อมเลย หมายความว่า ไม่ว่าจะด้านไหนไหลมา ต้องได้หมด ต้องทั้งหมด แต่ตอนเริ่มแรกมันทันไม่ไหว ก็เลยเอาอันไหนที่ท่านเห็นว่าง่ายหรือได้ผลไว

ทีนี้ เรามาดูเรื่องจิต ดูจิตดูใจ ก็ดูไปตามที่มันเป็นแล้วในการดูตามที่มันเป็นนั้น จะทำอย่างไร การปฏิบัติในการดู ก็ก้าวไปในหลักศีล สมาธิ ปัญญานั้นแหละ แล้วตอนที่ปฏิบัติอยู่นะ มันเป็นศีล สมาธิ ปัญญาอย่างไร

การที่เราดูไปนั้น ก็เหมือนอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงดูจิตของพระองค์นั้นแหละ พระองค์ทรงเล่าในพระสูตรว่า เมื่อประทับอยู่ ทรงเกิดความรู้สึกอย่างนี้ขึ้นมา พระองค์ก็สืบสาว ก็ตามดูเจ้าความรู้สึกนี้ที่เกิดขึ้นนั้น ก่อนมันจะเกิดอะไรเกิดขึ้น มีความรู้สึกอะไรก่อน แล้วความรู้สึกนี้จึงเกิดขึ้น สืบสาวตามดู อ้อ อันนั้นเกิดขึ้นแล้ว อันนี้จึงเกิด แล้วอันนั้นละ ก่อนที่อันนั้นจะเกิด อะไรเกิดขึ้น อย่างนี้ ก็ตามดู ก็ตามสังเกตนั่นเอง อนุปัสสนา ฝรั่งแปลกันว่า

observation ก็คือสังเกตดูความเป็นไป ดูของจริงนะ ดูตามที่มีมันเกิด ตามที่มีมันเป็นไป

ที่นี้ ดูจิตของเรา ก็ดูตามที่มีมันเป็น ถ้าเราฝึกปฏิบัติอะไรอยู่ ก็ดูไปตามนั้น แล้วก็ก้าวไปในการปฏิบัติด้วย ถ้าดูจิตดูใจ ก็ดูแล้วก็รู้ตามที่มีมันเป็นอยู่นั้นแหละ ที่นี้ การดูก็ไปพร้อมอยู่ในการปฏิบัติ การปฏิบัติก็คือการฝึกใช้ใหม่ ก็คือการฝึกตน

เราฝึกตนอยู่ ก็ดูใจในขณะที่แห่งการฝึกของเรานั้นแหละว่า เรากำลังฝึกกำลังปฏิบัติในเรื่องนี้ แล้วจิตในเวลา นั้น เป็นอย่างไร นี่รู้ เป็นขั้นหนึ่งละ

ที่นี้ การดูใจนั้น ไม่ใช่การปล่อยใจหรือตามใจ มันคนละเรื่องกัน การดูใจ คือดูตามที่มีมันเป็น แล้วก็รู้ตามที่มีมันเป็น เป็นเรื่องของความ “รู้” เป็นเรื่องของปัญญา จบตอนของมันแล้ว ไม่มีเรื่องของการปล่อยใจ หรือไม่ปล่อยใจ ไม่มีเรื่องของการตามใจ หรือไม่ตามใจ เป็นคนละขั้นคนละตอนกัน

การปล่อยใจ หรือไม่ปล่อยใจ และการตามใจ หรือไม่ตามใจนั้น เป็นเรื่องของความ “ตั้งใจ” คือเป็นเจตนา ไม่ใช่เป็นเรื่องของปัญญา แม้ว่าอาจจะจะเป็นเจตนาอย่างอ่อนจนไม่รู้ตัว แต่ก็คือเจตนาที่นั่นแหละ

พอเป็นเจตนา ก็เป็นสังขาร ที่นี้แหละ กุศล หรือไม่กกุศล ย่อมแทรกย่อมปนเข้ามา คือก็จะเป็นกุศล หรือไม่ก็เป็นอกุศล ก็ให้พิจารณาเองว่าจะเป็นกุศล หรือเป็นอกุศล ที่จริงก็ง่ายๆ เจตนาที่ปล่อยตัวตามใจ ก็คือขี้เกียจ ไปจนถึงประมาท ก็เป็นอกุศลนั่นเอง ที่นี้ก็ซับซ้อนขึ้นละ ก็คือดูใจที่ขี้เกียจ หรือดูใจที่มีกิเลสหรือดูจิตที่ถูุกกิเลสครอบงำนั่นเอง

ที่นี้ ถ้าดูจิตในการปฏิบัติ ความตั้งใจในการปฏิบัติ หรือเจตนาในการฝึกนั้น ก็ชัดแล้วว่าเป็นกุศล ที่นี้ ก็กลายเป็นว่า ดูจิตแล้ว แทนที่จะปฏิบัติคือฝึกให้ไปทางกุศล นี้กลับให้เป็นอกุศล ตรงข้ามกับการปฏิบัติ

ยิ่งกว่านั้น พอตามใจ ปล่อยใจไปตามอำนาจกิเลส ก็เสื่อมจากการปฏิบัติ ที่จริง การดูจิตดูใจในขณะที่ปฏิบัติ ก็เพื่อรู้แล้วจะได้ทำให้ดี คือ ถ้าดูแล้วรู้ว่า จิตเป็นอกุศลอยู่ มีเจตนาอกุศลแทรกอยู่ จะได้ละ จะได้แก้ไข ถ้ารู้ว่าเป็นกุศล จะได้เจริญ แต่ที่นี้ดูแล้วรู้ว่า จิตเกียจคร้าน เป็นอกุศล แทนที่จะปฏิบัติ แทนที่จะฝึก คือแก้ไข ละอกุศลนั้นเสีย ก็ไม่ทำการปฏิบัติก็เหลวหมด แทนที่จะลดละอกุศล และเจริญกุศล ก็กลับตรงข้าม การปฏิบัติ หรือการฝึกก็เหลวหมด

หน้าซ้ำ เมื่อปล่อยตัวปล่อยใจอย่างนี้ ยอมให้อกุศล
ครอบงำหรือให้มันหมักหมมอยู่ โดยไม่จัดการแก้ไข และไม่
พยายามหันไปทำให้เป็นกุศลขึ้นมา ก็คือการตกอยู่ในความ
ประมาท เลยยิ่งเป็นการปฏิบัติที่ผิดไปไกล ไม่รู้ว่าปฏิบัติ
อะไร ไปจบไปตันอยู่แค่นี้ได้เป็นคนงอแงอึ้ง อึ้งอยู่ในความ
ประมาท

ขอให้จับจุดว่า จะปล่อยใจ จะตามใจไม่ได้ มันไม่ใช่
เป็นการดูจิตดูใจอะไรเลย มันผิดขั้นผิดตอนไปแล้ว
แยกแยะให้ถูก ถ้ามั่นใจตัวเองว่า ดูใจ ให้รู้จักใจ แล้วจะได้
ตามใจอย่างนั้นหรือ หรือว่าจะดูใจ ให้รู้จักใจ แล้วจะได้ก้าว
ไปในการปฏิบัติ ด้วยการละและการเจริญให้ตรงเรื่องกัน

เมื่อดูจิต ได้รู้จิตตามที่มันเป็นแล้ว เวลานั้นเรา
ปฏิบัติอะไรอยู่ ถ้าเราดูใจ รู้สภาวะของใจในขณะนั้นแล้ว ก็
เป็นการให้โอกาสแก่การปฏิบัติหรือแก่การฝึก

ที่นี่ ถ้าฝึกใจไปตามปกติ มันก็เป็นสมณะ ดูจิตนี้เป็น
สมณะหรือไปวิปัสสนาก็ได้ ที่นี่ เมื่อดูจิตดูใจ ก็ฝึกไปด้วย
เช่นว่า จิตเรายังมีโทสะมาก เราก็รู้ว่าควรเจริญเมตตา เราก็
เจริญเมตตาดูซิ แล้วดูความเป็นไปของจิต จิตที่มีเมตตา
เปลี่ยนจากโทสะนี้ มันมีอาการอย่างไร ดูจิตอย่างนี้ ดูตามที่

มันเป็น แล้วควบประสานไปกับการฝึกอย่างนี้ ก็เจริญสมณะ
ควบไป

ส่วนวิปัสสนาก็คือว่า ไม่ใช่แค่ดู แล้วฝึกให้จิต
เข้มแข็ง ให้มีเมตตา หรืออะไรอย่างนั้น นั่นสมณะ ที่นี้ เราก็ดู
จิตดูใจตามที่มันเป็นอย่างนั้น ดูว่ามันเปลี่ยนแปลง
เป็นไปอย่างไร ดูแล้วก็รู้ตามที่มันเป็นๆ ต่อไปๆ อย่างที่
พระพุทธเจ้าตรัสเมื่อกี้ จิตมีความรู้สึกอย่างนี้เกิดขึ้น เมื่ออัน
นี้เกิดแล้วอันนั้นก็เกิดขึ้น เมื่ออันนั้นเกิดแล้ว อันโน้นเกิด
เมื่ออันนี้เกิดแล้ว อันนั้นจึงเกิด เมื่ออันนี้ไม่เกิด อันนั้นก็
ไม่เกิด ตามดูไปอย่างนี้ ก็ให้เห็นเหตุปัจจัย ที่นี้การเห็น
ปฏิจจสมุปบาทก็จะมา

ดูตามที่มันเป็น อ้อ จิตนี้ดับไปแล้ว จิตนี้เกิดมา จิตที่
มีอารมณ์แบบนี้ ที่มีความรู้สึกอย่างนี้แต่ก่อนไม่มี แต่บัดนี้มี
ขึ้นแล้ว แล้วเดี๋ยวมันก็หายไปอีก ดูไปๆ รู้ไปๆ ตามที่มัน
เป็นไปอย่างนั้น ก็เห็นความเกิดดับ การดูอย่างนี้ ก็เป็น
วิปัสสนาแล้ว

เป็นอันว่า ดูจิตนี้ก็ไปได้ ๒ ทาง ดูแบบสมณะก็ได้ฝึก
จิต เราต้องการให้คุณธรรมความดี กุศลธรรมอะไรเกิด
ขึ้นมา เราดูไป พร้อมกันนั้นเราก็ได้ฝึกละอกุศลฝึกเจริญ

กุศลไปด้วย ในแบบของสมณะ หรือดูแบบวิปัสสนา ก็ดูตามที่มีมันเป็นนั่นแหละ ดูความเป็นไปของจิตที่มีมันมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป อันนี้เกิด อันนั้นดับ อันนี้ดับ แล้วอันนั้นเกิด อันนี้มีแล้ว อันนั้นจึงมี นี่ก็ฝึกไปด้วย คือฝึกปัญญาวิปัสสนาก็มา

แต่ถ้าเราดูโดยปล่อยเรื่อยเปื่อย เราปล่อยใจ ใจมันก็เป็นไปอย่างใดอย่างหนึ่ง คือเมื่อมันไม่ดำเนินไปในการฝึก มันก็เป็นไปตามกิเลส เมื่อมันไม่ไปในทางที่ปัญญาเป็นใหญ่ มันก็ไปตามทางของเจตนา

ในขั้นหนึ่ง การดูเป็นการปฏิบัติ คือดูก็ได้รู้ แต่ที่นี้รู้มันเกี่ยวอะไรกับการปฏิบัติที่ดำเนินไป มันจะเสริมการฝึก ละอกุศลเจริญกุศลใหม่ หรือจะได้เสริมการดูรู้เห็นตามความเป็นจริงของวิปัสสนาใหม่

ที่นี้ ถ้าเราดูโดยไม่มีการปฏิบัติต่อไป จิตมีกิเลสอะไรเกิดขึ้น ก็เห็นกิเลสนั้น ถ้าเป็นคนปัญญาไว ก็แล้วไป ก็จะไปต่อได้ อย่างที่ว่า คนที่แม้แต่ที่กำลังจะตาย ก็ยังตรัสรู้เป็นพระอรหันต์ได้ อันนี้หมายความว่า ตัวเองปฏิบัติมาไม่ถูกใจเกิดมีกิเลส ก็เห็นกิเลสอะไรต่ออะไร ใจก็เศร้าหมอง แต่พอดีเกิดจิตสำนึกวาบขึ้นมา เกิดความรู้ทันกิเลสขึ้น ก็อาจจะพลิกที่เดียวเลย คือเกิดความรู้เข้าใจเห็นโพลงสว่าง

ตามความเป็นจริง มองเห็นสภาวะ ก็ไปวิปัสสนาได้ โดยเกิดโยนิโสมนสิการมาช่วย แต่นั่นไม่ใช่การปฏิบัติตามปกติ

การปฏิบัติตามปกติก็คือว่า จะเอาสมณะก็ฝึกจิตไป ด้วย โดยการดูรู้เห็นช่วยให้ก้าวไปในการปฏิบัติที่ละอกุศลเจริญกุศลนั้น หรือเอาวิปัสสนาก็ดูตามที่มันเป็น เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จิตอะไรเป็นอย่างไรๆ ก็รู้ตามที่มันเป็น อย่างที่ท่านบรรยายว่า จิตมีราคะ ก็รู้ว่าจิตมีราคะ จิตมีโทสะ หรือไม่มีโทสะ ก็รู้ตามที่มันเป็นอย่างนั้น จิตมีโมหะ จิตไม่มีโมหะ จิตเศร้าหมอง จิตผ่องใส ก็รู้ตามที่มันเป็น แต่ไม่ใช่ปล่อยเรื่อยเปื่อย คือมันมาในการฝึก มีการฝึกไปด้วย โดยละอกุศลเจริญกุศล หรือก้าวไปในการรู้เห็นตามเป็นจริง ไม่ใช่ปล่อยใจไปตามกิเลสเรื่อยเปื่อย รวมความว่า หลักใหญ่คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ไปด้วยกัน มาหนุนกัน

ในกระบวนการนี้ ถ้าปฏิบัติถูก ก็ตรวจสอบได้ เอ นี่เรามีศีลหรือเปล่า ถ้าไม่มีศีล ก็คงจะไม่ค่อยถูกแล้วนะ เรามีความรู้เข้าใจปัญญาเจริญขึ้นไหม ถ้าปัญญาก็มีดๆ มั่วๆ มีแต่ใจที่ปล่อยไปตามกิเลส อย่างนี้จะไปรอดอะไร ต้องตรวจสอบได้ ต้องมีทั้งศีล สมาธิ และปัญญา เมื่อถูกหลักแล้ว ไม่ว่าจะปฏิบัติอะไร มันก็คือการฝึกนั่นแหละ

คำว่า**ปฏิบัติ**นั้น แปลว่าดำเนิน เดิน ก้าว ก็คือ การไปข้างหน้า เดินต่อไป เป็นศัพท์หนึ่งที่ท่านใช้ควบคู่หรืออยู่ในกลุ่มพวกคำว่าฝึก ฝึกไปก็คือศึกษานั้นเอง **ศึกษา** ก็ฝึก **ทมะ** ก็ฝึก (ทมะ กับ ทนตะ ก็อันเดียวกัน ทมะเป็นนาม และเป็นต้นเดิมของกิริยาศัพท์ ทนตะคือคนที่ฝึกแล้ว) แล้วก็**ภาวนา** ก็ฝึกปรือให้เป็นที่ให้มีให้เจริญขึ้นไป ศึกษา ภาวนา ทมะ เป็นหลักกรรมการปฏิบัติ คุณและคุณหมด เวลาเราปฏิบัติ ก็คือดำเนินไปในหลักรวมที่ว่านี้

ในศึกษา ก็มีการปฏิบัติ ปฏิบัติ แปลว่าเดิน ดำเนินปฏิบัติ ปฏิบัติอะไร ดำเนินเดินไปไหน ก็ปฏิบัติดำเนินไปในไตรศึกษา ทำอย่างไรศึกษาจะเกิดขึ้น ก็ปฏิบัติดี ปฏิบัติแล้วศึกษาก็เกิดขึ้น ก็คือต้องเดิน ไม่ใช่อยู่เฉยๆ เมื่อคุณเดินไปศึกษาจึงจะเดินหน้าไปได้ ทมะจึงไปได้ ภาวนาจึงเป็นไปได้อะไร และจะเดินไปได้ ก็ต้องเข้มแข็ง ต้องมีกำลัง มีเรี่ยวแรง

ไม่ว่าอะไรเกิดขึ้น ปัญญาต้องรู้ ข้อปฏิบัตินี้มีจุดมุ่งหมายเพื่ออะไร ก็ต้องรู้ ต้องชัด เราทำอันนี้เพื่ออะไร ดูจิต ดูเพื่ออะไร ดูใจ ดูเพื่ออะไร ต้องตอบตัวเองได้ ดูว่าเราฝึกได้ผลไหม หรือดูให้รู้ตามที่มันเป็น ให้เห็นตามเป็นจริง เข้าไปถึงปฏิจักษุสมบัติ เห็นไตรลักษณ์ ไปในวิปัสสนา

อย่างน้อยก็อย่างที่ว่าแล้ว ดูรู้ว่าจิตของเราขณะนี้ มีกิเลสใหม่ นี้อู้อัน แล้วเมื่อมีกิเลส เราตระหนักว่ากิเลสเป็นของไม่ดี มีโทษ ต้องละ ก็ละได้ การรู้ตามเป็นจริง จึงช่วยในการละกิเลส นั้น และเมื่อรู้ว่าจิตมีกุศล เราอยู่อย่างกุศล ต้องเจริญ คือต้องภาวนา เราก็เจริญกุศลนั้นได้ แต่ถ้าเราไม่ได้ดู ไม่ได้รู้ ไม่ได้เห็น ก็ไม่ได้ทำอะไร การดู รู้ เห็น จึงมาช่วยในการฝึก ในการปฏิบัติ

กระบวนการเหล่านี้เป็นปัจจัยแก่กันและกัน แล้วก็เดินหน้าไปเรื่อยๆ รวมแล้วหลักการทั่วไปคือ ต้องฝึก ต้องเดินหน้า แล้วก็ต้องมีความเข้มแข็ง

พุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งความเข้มแข็ง ศัพท์ธรรมะทุกคำบอกให้เข้มแข็งทั้งนั้น นี้ก็ให้ติดใจไว้ วิริยารัมภะนี่ตรัสเรื่อย วิริยารัมภะ แปลว่า ปรารภความเพียร หมายความว่าใจปรารภๆ จะเพียร มุ่งเอาอันนี้ ไม่ไปไหน คือใจมันเอา รำแต่จะเพียร จะเพียรอยู่รำไป เพียรพยายาม เต็มที่เลย สู้ ไม่มีถอย ถ้ามีวิริยารัมภะ ก็เดินหน้าอย่างเดียว นี่คือต้องเข้มแข็ง

พระพุทธานุชาตินาไม่ใช่ศาสนาของคนอ่อนแอ พระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่างของผู้เข้มแข็ง มีแต่เดินหน้า ตอน

บำเพ็ญเพียร ทรงสู้ทุกอย่าง แม้แต่แทบจะแยะอยู่แล้ว พระพุทธเจ้าก็ไม่ทรงถอย แต่อันไหนรู้ว่าผิด อย่างการอดอาหาร บำเพ็ญทุกริกิริยา นั่นแหละพรต และเป็นพรตที่พระองค์ทรงทราบว่ามันผิด คือปัญญาารู้แล้ว ก็เลิก

ถ้ารู้แล้วว่าผิด หรือยังไม่รู้ แต่ถือไปโดยงมงาย ก็เป็นศีลผิดพลาดพรามาส ถ้าพระองค์ไปกลั่นหายใจ อดอาหาร โดยทำไปตามที่เชื่อว่า อย่างนี้จะทำให้หลุดพ้นได้ ทำไปโดยโมหะ ไม่มีปัญญา ก็เป็นศีลผิดพลาดพรามาส แต่พระองค์รู้ทันแล้ว อันนี้ไม่ถูกแล้ว ไม่เอา เลิก ไม่ยอมตกอยู่ใต้ศีลผิดพลาดพรามาส ข้อปฏิบัติใดถูก มีความมุ่งหมายอย่างนี้ อยู่ในขั้นตอนนี้ เช่น อดงค์ ก็ปฏิบัติไปตามตรงตามความหมาย และความมุ่งหมายของมัน แค่ว่าดี ตรงไปตรงมา

อดงค์ไม่ได้พาไปถึงนิพพาน แต่เป็นขั้นตอนเบื้องต้น ซึ่งเลือกได้ด้วย เป็นขั้นตอนในการช่วยกำจัดขัดเกลากิเลส การขัดเกลากิเลสนั้นช่วยเรา เพราะว่าใจเราไม่เข้มแข็ง เรานี้ช่างอ่อนแอเหลือเกิน ตามใจตัวเองอยู่เรื่อย ไม่ได้เรื่องได้ราวสักที เราสู้ตัว เราจึงสมาทานอดงค์

สมาทาน คือรับหรือจับเอามาทำอย่างจริงจัง การที่จะถืออดงค์ได้ ต้องเข้มแข็งจริงๆ เราก็เลยสมาทานอดงค์นั้น เราจะเอาข้อไหนดี อดงค์ไม่ได้จำเป็น ไม่ได้บังคับใคร แต่

ท่านให้ดูว่า ข้อนี้ถ้าเราฝึกนาคจะดี จะได้แก้ความขี้เกียจ แก้ความตามใจตัวเองเสียที ชูดวงค์ก็จะมาบังคับ เช่น ถือบิณฑบาตประจำทุกวันไม่ขาด ถือแค้ไตรจีวร ถือผ้าบังสุกุล เป็นพรต (ไม่ใช่เป็นวัตร) เอาแต่ผ้าบังสุกุลจีวรอย่างเดียว ชูดวงค์นี้ชัด ทุกข้อมาช่วยเสริมกำลังจิตให้เข้มแข็ง ไม่ยอมให้เราตามใจกิเลส ไม่ยอมให้เราปล่อยจิตปล่อยใจของเราให้อ่อนแอ ท่านจึงจัดหาพรตมาให้เราฝึก เพื่อจะได้เข้มแข็ง ให้ก้าวไปได้ ไม่อย่างนั้นมันก็จะมัวแต่อ่อนแอ เหยาะเหยาะ ปวกเปียก ป้อแป้

เพราะฉะนั้น อย่าให้ใจหงิก แล้วมัวแต่หงอกแห้งก ไม่ไปไหน เดี่ยวจะสู้คนเป็นง่อยไม่ได้ ต้องเข้มแข็ง ไม่ว่าจะทำอะไรก็ต้องเข้มแข็งทั้งนั้น เมื่อเราฝึกปฏิบัติธรรมด้วยความเข้มแข็ง ต่อไปไม่ว่างานอะไรก็ไม่ต้องกลัว สู้ได้หมด

ถ้าแค้ในจิตใจตัวเอง จะปฏิบัติธรรมยังเข้มแข็งไม่ได้ แล้วต่อไปจะสู้งานอะไรข้างนอก ถ้าแพ้ใจตัวเองเสียแล้ว จะไปเอาชนะมารที่ไหน ท่านให้เอาชนะมาร พระพุทธเจ้าสำเร็จก็ด้วยชนะมาร ท่านจึงบอกว่าต้องเอาชนะใจตัวเองให้ได้ ผู้ที่เอาชนะใจตัวเองได้ คือมีชัยชนะสูงสุด

พระพุทธรูปเจ้าเน้นให้เอาชนะใจตนเอง ไม่ใช่ให้ยอมแพ้ ถ้าใจปวกเปียกอ่อนแอ จะเอาอย่างนั้นอย่างนี้ ก็ต้องตรวจสอบว่ามันถูกต้องหรือเปล่า ถ้าไม่ถูกต้อง ข้าไม่เอากับแกจิตของเราอ่อนแอ มันจะเอาอย่างนั้น เรามีปัญญา เราก็บอกว่าแกไม่ถูกต้องแล้ว ข้าต้องบังคับแก แล้วเราก็ชนะใจตัวเองได้ พอชนะใจได้ เราก็เดินหน้า ถ้ามีชนะนั้นก็ไม่ต้องไปไหนแล้ว ได้แต่วนเวียนจมอยู่แค่ความประมาทนั้นแหละ

พูดตักเตือนว่ากล่าว ไม่จำเป็นอะไรที่จะด้วยความโกรธ หวังดีก็เตือนได้

อีกข้อหนึ่งบอกว่า เมื่อพบเห็นคนทำผิดกฎระเบียบ เราไม่ควรแสดงความโกรธ หรือพูดจาทักเตือนว่ากล่าว แต่เราควรรักษาใจตัวเองโดยการนิ่งเฉยเสีย เพราะถ้าเราโกรธแล้วแสดงออกมาทางกายวาจา เท่ากับว่าเรากำลังประพฤติผิดศีล ขณะที่อีกฝ่ายแค่ประพฤติผิดวินัยเท่านั้น ใครจะทำผิดก็ช่างเขา ให้รักษาจิตเราเอาไว้ก่อน

ถ้าสอนอย่างนี้จริง ก็แสดงว่าคนที่สอนนั่นเองสับสน เมื่อพบเห็นคนทำผิดกฎระเบียบ เราไม่ควรแสดงความโกรธ ตอนนั้นถูกต้อง แต่ที่ไม่ให้พูดจาทักเตือนว่ากล่าวนั้น ยังไม่ถูกต้อง

ควรพูดเสียใหม่ว่า เมื่อพบเห็นคนทำผิดกฎระเบียบ เราไม่ควรแสดงความโกรธ แต่ควรพูดจาทักเตือนว่ากล่าว ด้วยเมตตา ด้วยกรุณา คือไม่ต้องไปตำหนิว่าเขาด้วยความโกรธหรือด้วยโทสะ แต่ควรมีความปรารถนาดีต่อเขา แล้วก็ว่ากล่าวตักเตือนเพื่อให้เขาไม่จมอยู่ในความผิดในความชั่ว

ควรจะสอนว่า ถ้าเราเห็นคนทำผิด แล้วเราโกรธ อยากจะตำหนิตักเตือนเขา นี่คือถึงโอกาสที่จะได้ฝึกตัวเราเองแล้ว จะได้ทำประโยชน์แก่คนที่ทำผิดนั้นด้วย แล้วก็จะได้ทำประโยชน์แก่ส่วนรวมด้วย คือ ตัวเราเองก็จะได้ฝึกใจให้เปลี่ยนจากโกรธเป็นเมตตากรุณา คืออยากช่วยให้เขาพัฒนาเป็นคนที่ดีขึ้น ให้เป็นคนรู้จักระเบียบวินัย แล้วเราก็ฝึกวาจาของตน แทนที่จะใช้คำหยาบ ก็จะได้พยายามใช้คำพูดที่สุภาพอ่อนโยน ทำให้พูดเป็น ถ้าพูดให้เขารู้ตัวได้ โดยเขาไม่โกรธ ให้เขาเชื่อและทำตามได้ ทั้งเราและเขา ก็จะมีเจริญในธรรมยิ่งขึ้นไปด้วยกัน ส่วนด้านสังคมหรือส่วนรวม นั้นก็จะดีขึ้น ได้ประโยชน์แน่นอนชัดอยู่แล้ว ไม่ต้องอธิบาย

โดยเฉพาะพระสงฆ์ ที่ท่านให้อยู่ร่วมกันเป็นสงฆ์ อยู่กันเป็นชุมชนเป็นวัด ก็เพื่อให้มาช่วยบอกกล่าวแนะนำ

ตักเตือนสั่งสอนกัน ทุกคนจะได้เจริญงอกงามไปในธรรมวินัย จึงมีอุปัชฌาย์อาจารย์ มีการปวารณา ฯลฯ

การนั่งเฉยเสีย ไม่ใช่การรักษาใจ แต่เป็นการดูดายข้างนอก เป็นการไม่ฝึกตนข้างใน และเป็นความประมาทในธรรม

ถ้าจะนั่งไว้ก่อน ยังไม่ว่ากล่าวตักเตือนเขา ก็ต้องทำด้วยเหตุผลอย่างอื่น ไม่ใช่เรื่องที่จะมารักษาใจ แต่ต้องฝึกตั้งใจและใช้ปัญญา คือ พิจารณาเห็นเหตุผล เช่นว่า กาลเวลายังไม่เหมาะ หรือตัวเราตัวเขายังไม่พร้อม พุดไปเวลานี้ อาจเกิดผลเสีย เราก็คิดหาทางแก้ปัญหาคือจะช่วยเขา ฝึกตัวเรา และทำประโยชน์ของส่วนรวมให้สำเร็จนั้นแหละ แต่หาวิธีอื่น เช่นเอาไปปรึกษาหาหรือผู้สมควร หรือรอเวลาที่เหมาะ เป็นต้น ไม่ใช่จมอยู่ในความประมาท แล้วอ้างว่ารักษาใจ

พึงตระหนักว่า การทำที่เรียกว่ารักษาใจกำกวมอย่างนี้ ในระยะยาว จะเสียหายมาก เป็นทางมาของความเสื่อมอย่างเดียว