

๕

สุขใจเพราะมีธรรม

ไม่ว่าวันอะไรก็สุขใจเพราะมีธรรม (ไม่ใช่มีเธอ)
ธรรมะมีอยู่แล้วในตัวของคน
แต่การเข้าถึงธรรมภายในต้องทำให้เป็น
ด้วยวิธีที่ง่าย ตรง ลัด ประหยัดสุด ประโยชน์สูง คือ
ทำใจให้หยุดนิ่ง เพราะ “หยุดเป็นตัวสำเร็จ”
หยุดตั้งแต่เบื้องต้นจนกระทั่งเป็นพระอรหันต์
คือ ทำใจให้หยุดนิ่งอย่างเบา ๆ สบาย ๆ
ทำอย่างง่าย ๆ ทำเพลิน ๆ

ทุกคนมีธรรมะอยู่ภายในตัวอยู่แล้ว
ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งความสุข
แต่ถ้ายังเข้าไม่ถึง สิ่งนี้แน่นมือผูกก็เหมือนไม่มี
ถ้าเราไปแสวงหาความสุขที่นอกเหนือจากนี้
ก็จะมีวันพบ เพราะภายนอกไม่มีความสุขที่แท้จริง
มัวไปหาในสิ่งที่ไม่มี มันก็ไม่เจอ
เพราะความสุขอยู่ภายในตัว

๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๑