

ต้องปฏิบัติธรรมให้ได้ทุกวัน

แม้ว่า ยังมีเรื่องที่เราไม่รู้จะเอาอย่างไรอยู่
ให้คิดว่า อย่างไรเราก็ต้องตาย
ถ้าตายตอนนี้ไม่มีใครช่วยเราได้
เราต้องช่วยตัวเอง
ต้องเอาตัวเองให้รอดก่อน

๓ สิงหาคม ๒๕๔๘

อย่าขาดการปฏิบัติธรรมแม้แต่เพียงวันเดียว

เพราะขาดแค่เพียงวันเดียว
ใจเราจะหยาบ ทำให้ผิงวิตกกังวลได้ช่อง

๗ สิงหาคม ๒๕๔๘

ถ้าเราปฏิบัติธรรมทุกวัน

แม้ว่าจะมีดบ้าง มีเหยียบบ้าง ฟุ้งบ้าง
หยุดบ้าง ไม่หยุดบ้างก็ตาม
แต่บุญจากการฝึกหยุดฝึกนิ่งทุกวัน
พระนิพพานที่ละเอียดๆ ท่านจะได้ช่อง
สอดบุญศักดิ์สิทธิ์มาปรับ มาแก้ไขเราได้
แต่ถ้าเราไม่ให้โอกาสตัวเอง
นำใจมาอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ แล้ว
การที่ท่านจะมาเชื่อมกับเรามันก็ยาก
เพราะพญามารเขาบดบัง
แล้วจริงเราไปติดในสิ่งอื่นๆ
ทำให้ใจเราหยาบ

๗ สิงหาคม ๒๕๔๘

นึกถึงความตาย แล้วจะทำให้ขยันนั่งธรรมะ

๕ สิงหาคม ๒๕๔๘