

๓๒. ทางมาแห่งบาร์มี

วันนี้เราพึงพอใจในการนั่งธรรมะได้ ๕ นาที

วันพรุ่งนี้ฝึกใหม่ ฝึกไปเรื่อย ๆ

แม้วันพรุ่งนี้จะดีไม่เท่าวันนี้ก็ช่าง หรือดีกว่าวันนี้ ก็ช่าง

ให้เฉย ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ ล้มลุกคลุกคลานกันไป เราก็ฝึกไป

นี่เป็นทางมาแห่งบาร์มีของเรา

ความเจริญงอกงามของจิตใจเกิดขึ้นทุกวินาที

แม้เราว่าไม่เห็นจะก้าวหน้าอะไร ไม่เห็นมีอะไรใหม่

แม้เราจะรู้สึกลักษณะนี้ก็ตาม

แต่ความละเอียดก็ถูกสั่งสมเอาไว้ในใจ

บุญเกิดขึ้นทุกครั้งที่เราลงมือปฏิบัติอย่างที่เราไม่รู้ตัวเลย

จะเกิดขึ้นทุกอนูวินาทีเลย

กาย วาจา ใจของเราจะถูกกลั่นให้สะอาดแล้ว สะอาดเล่า

บริสุทธิ์แล้ว บริสุทธิ์เล่า เพิ่มขึ้นทุกวัน

๑๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๕