

ดึงใจให้มาหยุด

ทำสมาธิ “สัมมา อะระหัง” ก็ได้บุญแล้ว
การได้ธรรมกายไม่ใช่ของง่ายๆ
ใจเรามันวิ่งไปทั่วรอบโลก ต้องดึงมันเข้ามา
ให้หยุดให้นิ่ง อยู่ที่ศูนย์กลางกาย
เหนือสะดือ ๒ นิ้ว
เรื่องอื่นอย่าไปคิด ทิ้งมันไปให้หมด
พอใจหยุดใจนิ่ง มันก็จะสว่างในทอง
ทำใจให้หยุดให้นิ่ง นึกถึงองค์พระให้ใส