

52

สมาธิ

สมาธิ เป็นบุญพื้นฐานที่จะทำให้เราพ้นทุกข์
ที่จะช่วยให้เราหลุดพ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของกิเลส
บุญมีฤทธิ์สำคัญมากนะ ยายจะบอกไว้
ที่เรานั่งธรรมะก็เพื่อตอนเตรียมตัวจะลาโลก จะได้ไปสู่ที่ดี

การนั่งธรรมะ ต้องนั่งเหมือน ไก่กกไข่
มันจะไม่ยอมลุกไปไหนเลย

จะนั่งกกไข่อย่างนั้น จะเดินไปหาอาหารก็ชั่วประเดี๋ยวเดียว
แล้วรีบกลับมา นั่งกกต่อ ไม่ว่าจจะร้อนหนาวก็ตาม

เวลานั่งธรรมะ ให้ทิ้งทุกสิ่งทุกอย่าง ทุกเรื่องออกไปให้หมด
นึกเข้าไปที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ของเรา ทำใจให้หยุดนิ่ง
นึกให้เห็นดวงแก้วให้ชัดเจน ให้ใสที่สุดเท่าที่จะใสได้
หรือนึกให้เห็นองค์พระองค์ไหนก็ได้
นึกเรื่อย ๆ นึกบ่อย ๆ ให้เห็นองค์พระชัด ๆ ใส ๆ

27 สิงหาคม 2525