

# ๕๗

## อานิสงส์

### การแปะภาพไว้กลางกาย

ถ้าเราแปะภาพติดกลางกายได้ จะช่วยบรรเทาความ  
หยาบที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวัน จากกิจวัตร  
กิจกรรมต่างๆ ได้ เพราะยังมีที่ยึดแบ่งไว้ข้างใน คือที่ภาพ  
ที่เราตรึงไว้ครึ่งหนึ่ง ออกไปข้างนอกครึ่งหนึ่ง

จากครึ่งหนึ่ง ข้างใน ๕๐ เปอร์เซ็นต์ นี่จะเกื้อกูล  
ให้ชีวิตประจำวันเราสมบูรณ์ขึ้นอย่างที่เรานึกไม่ถึงเลย  
จะช่วยปรับระบบความคิด คำพูด และการกระทำของเรา  
ให้มีประสิทธิภาพ มีพลังที่จะนำไปสู่ความสุขและความ  
สำเร็จในชีวิต ในธุรกิจการงานได้ง่ายกว่าที่ปล่อยให้มัน  
หลุดออกไปเลย อย่างที่เราเคยเป็นมาก่อนที่เราจะฝึกเจริญ  
สมาธิภาวนา จะมีบุญละเอียดที่เรายังไม่เห็นส่งกระแส  
ไปจัดอุปสรรคของชีวิต หนักเป็นเบา เบาเป็นหาย ร้ายกลายเป็นดี ดีเป็นดีเลิศเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ



ถ้าเราทำได้แบบนี้ พอถึงเวลาที่เรามาหลับตาเจริญสมาธิ การเข้าไปสู่ภายในก็จะง่ายขึ้น คือจะใช้เวลาน้อยลงในการเข้าไปสู่ภายใน โดยมีจุดเริ่มต้นจากภาพภายใน ดวงสีองค์พระสีๆ ที่เราตริ้งเอาไว้ แปะติดเอาไว้ มันจะดูดเข้าไปเลย และก็สงบนิ่ง นุ่ม นาน ชัดในชัด สใในใส สว่างในสว่างเพิ่มขึ้น

๓๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๒

