๒๐
ทำไมต้องฝึกใจให้หยุดนิ่ง

เราฝึกใจให้หยุดนิ่ง
เพื่อความสุขทั้งในปัจจุบัน
และเป็นความปลอดภัยในชีวิต ในสังสารวัฏ

เมื่อใจหยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ สติก็เกิดขึ้น เมื่อสั่งสมมากเข้าก็เป็นมหาสติ สติมีที่ใด ปัญญาก็เกิดขึ้นที่ตรงนั้น เมื่อสั่งสมมากเข้าก็เป็นมหาปัญญา มหาปัญญาบังเกิดขึ้นก็จะทำให้เราดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ไม่ผิดพลาด จะมีความสุข ปีติ และภาคภูมิใจอยู่ตลอดเวลา

บุญก็จะบังเกิดขึ้นควบคู่กับภารกิจในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะครองเรือน ทำมาหากิน เรียนหนังสือ หรือจะไปทำอะไรก็แล้วแต่

จะทำให้มโนปณิธานของเราที่ตั้งมั่นดีแล้วมั่นคงยิ่งขึ้น

พระอริยเจ้าทั้งหลาย ท่านเป็นสุขด้วยตัวของตัวเอง ด้วยใจหยุดนิ่งอย่างนี้แหละ ท่านจะไปอยู่ที่ไหนก็ได้ เพราะ

ใจหยุดแล้ว ไปอยู่ป่า อยู่เขา ห้วย หนอง คลอง บึง ที่ไหน ๆ ก็อยู่ได้

การฝึกใจให้หยุดนิ่งสำคัญ ทุกคนต้องให้ความสำคัญกับตรงนี้ให้มาก ๆ เพราะยังมีสิ่งที่เราจะต้องศึกษาเรียนรู้อีกเยอะ ที่นอกเหนือจากความรู้ปกติที่เราได้อ่าน ได้ยิน ได้ฟัง หรือได้ตรึกนึกคิด เป็นความรู้ที่สิ่งเหล่านี้ไปไม่ถึง ความคิดจินตนาการไปไม่ถึง ที่สำคัญเป็นเรื่องราวความเป็นจริงของชีวิต เกิดประโยชน์ด้วย และถูกวัตถุประสงค์ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ด้วย

๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๐