

๗๐

ใจละเอียดยิ่งเห็น

อย่าคาดหวังว่า เราจะต้องเห็นโน้น เห็นนี้
หรือเห็นอะไรอย่างที่เราเคยได้ฟังมา
ตอนนี้ในเบื้องต้นแค่
ให้ใจคุ้นกับศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗
แล้วก็ทำหยุดทำนิ่งให้เป็นเสียก่อน
ให้ได้ปีติสุขที่เกิดจากสมาธิ ให้ได้ตรงนี้เสียก่อน
แล้วสิ่งที่เราจะเห็นภายในก็จะเป็นขึ้นมาเอง

เพราะว่าสิ่งทั้งหลายมีอยู่แล้วในตัวเรา
ไม่ต้องไปแสวงหาหรือไปควานหาอะไร
เพียงแต่สิ่งเหล่านั้นเป็นของละเอียด
ใจเราต้องละเอียดเท่ากับสิ่งนั้น จึงจะเห็นกันได้

๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๙





