

๑๐๐. ทำการบ้าน

การบ้าน* ที่หลวงพ่อกำลังให้ต้องทำนะลูกนะ
ทำแล้วจะช่วยตอกย้ำความเข้าใจ
เกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติธรรม
และการสร้างบารมีของเรา
ทำไปวันละเล็กละน้อย
คุณเณร ๆ ไม่น่าจะมีอานิสงส์ใหญ่
เหมือนเราหายใจทีละน้อย ๆ ไม่น่าจะมีอานิสงส์ใหญ่
แต่ทำให้เราสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้
หรือทานข้าวทีละคำน้อย ๆ
ตัวไม่น่าจะโต แต่มันก็โตได้

การบ้านก็เหมือนกัน
ทำทีละเล็กละน้อย ค่อย ๆ ทำ
เดี๋ยวจะมีอานิสงส์ใหญ่
ตอนที่เรารู้ได้เข้าถึงธรรมนั้นแหละ

๒๓ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕

*การบ้าน ๑๐ ข้อ

๑. เมื่อกลับไปถึงบ้าน ให้เอาบุญไปฝากทุกคนที่บ้าน
๒. ให้จดบันทึกผลการปฏิบัติธรรม
๓. ก่อนนอนให้นึกถึงบุญ ที่ได้สั่งสมมาทั้งหมด
๔. ให้หลับอยู่ในอู่แห่งทะเลบุญ
๕. ตื่นก็ตื่นอยู่ในอู่แห่งทะเลบุญ
๖. เมื่อตื่นแล้วให้รวมใจเป็นหนึ่งกับองค์พระ ๑ นาติ ใน ๑ นาทีนั้น ให้เรานึกว่าเราโชคดีที่รอดมาอีกหนึ่งวัน ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุขอันตัวเรานั้นตายแน่ ตายแน่
๗. ทั้งวันให้ทำความรู้สึก ว่า ตัวเราอยู่ในองค์พระ องค์พระอยู่ในตัวเรา เราเป็นพระ พระเป็นเรา
๘. ทุก ๑ ชั่วโมงขอ ๑ นาติ เพื่อหยุดใจนึกถึงดวง องค์พระ หรือทำใจนิ่ง ๆ ว่าง ๆ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗
๙. ทุกกิจกรรมตั้งแต่ตื่นนอน ไม่ว่าจะเป็นการล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ขับรถ ทำงาน ให้นึกถึงดวง นึกถึงองค์พระไปด้วย
๑๐. สร้างบรรยากาศที่ดี สดชื่น ด้วยรอยยิ้ม และปิยวาจา