

ทำไมจึงเกิดความท้อแท้ในการปฏิบัติ

เขียนโดย Administrator

วันอังคารที่ 23 กุมภาพันธ์ 2010 เวลา 01:33 น. -



เพราะเราไปเข้าใจว่า การปฏิบัติต้องนั่งสมาธิ ต้องเดินจงกรมเพียงอย่างเดียว
การปฏิบัติคือฝึกสติให้รู้อยู่กับเรื่องชีวิตประจำวัน

เรา ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด ให้มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา

ครูบาทั้งหลายนี้ มาชักนำไปให้ญาติโยมเข้าใจผิด เดินทางผิดหมด

เด็กน้อยเรียนหนังสือ ก็ปฏิบัติสมาธิได้

ผู้ใหญ่ทำงาน ก็ปฏิบัติสมาธิได้

ฝึกสติลูกเดียว

ถ้าจะเอาให้ดีขึ้นจริงๆ ศีล ๕ ข้อเป็นหลัก

จะละบาป ก็อยู่ที่ศีล ๕ ข้อ จะละกิเลส ก็ศีล ๕ ข้อ
