



๖...ถ้าเราฟังสมาธิหรือดูอารมณ์เกิดดับ
อย่างเตี้ยวปัญญาจะเกิดน้อย เมื่อเรา
ออกจากสมาธิแล้ว เราจะเจอ
สิ่งแวดळ็อมเมื่อไร เมื่อเราเผลอ จิตใจ
ของเราก็จะจวักจ้วงไปกับสิ่งแวดळ็อม
เพราะเราไม่ได้ถอนรากเหง้า

ความยึดถือ...๑๑

พระอาจารย์กัมเฆา สุขกาโม

วัดพระธรรมาราม (หนังสือธรรมะดลใจ หน้า 21)

เผยแพร่เป็นสาธารณชน
www.jaiphensook.net
www.SEAL2thai.org/etc/watphrae