

พุทธพันลัทธิ

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันศุกร์ที่ 04 ตุลาคม 2013 เวลา 09:58 น. -



200028

ชื่อหนังสือ พุทธพันลัทธิ

ชื่อเรื่อง ความตาย

ผู้แต่ง สตีเฟน แบทซ์เลอร์

สถานที่พิมพ์ กรุงเทพฯ

พิมพ์ครั้งที่ 1

พุทธพันลัทธิ

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันศุกร์ที่ 04 ตุลาคม 2013 เวลา 09:58 น. -

ปีที่พิมพ์ 2545

จำนวนหน้า 183 หน้า 45

ราคา 170 บาท

หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือเกี่ยวกับพระพุทธเจ้าที่มีได้เปิดเผยข้อมูลแห่งความจริงอันลึกลับแก่เราแต่เราสามารถที่จะเลือกเชื่อหรือไม่เชื่อก็ได้

แต่ท้าทายให้มนุษย์หันมาทำความเข้าใจในธรรมชาติของความทุกข์ ละวางรากเหง้าของความทุกข์ เข้าถึงความดับทุกข์

ผมอยากให้ผู้ที่สนใจได้อ่านหนังสือเล่มนี้มาก เราไปรู้จักหนังสือเรื่อง พุทธพันลัทธิ ตอน ความตาย มากันเลยครับ

ความตาย

ดูจเดียวกับความฝัน

สิ่งใดก็ตามที่เราชื่นชอบ

ย่อมกลายกลับเป็นความทรงจำ

อดีตอันล่องไป ย่อมไม่อาจพบได้อีก

หาที่สบายๆเพื่อนั่งนิ่งๆ อีกครั้ง ตัวตั้งตรง ถายน้าหนักให้ได้สมดุล จากนั้นหลับตาลงแล้วสังเกตดูลมหายใจ
ทำความรู้สึกกับลมกระทบของจมูกที่ทำให้ปวดและกะบังลมของคุณขยายออก

หยุดชั่วขณะ หายใจออก รู้สึกถึงกะบังลมและปอดยุบลง สัมผัสถึงลมอ่อนๆ ที่ผ่านออกทางรูจมูกอีกด้วย ประคองสติให้อยู่กับลมหายใจเช่นนี้สักสิบนาที
พยายามตามดูลมหายใจแต่ละครั้ง

ตั้งแต่เริ่มต้นจนสุดท้าย ลองพิจารณาถึงความปรารถนาที่คุณมี อะไรทำให้เรามาถึงจุดนี้ ทำไมเราจึงมานั่งอยู่ที่นี่
พยายามอย่าห้งเข้าไปติดในกระแสความคิดที่ซบวิเคราะห์หาเหตุผลที่จะทำให้จิตของคุณฟุ้งซ่าน เมื่อจิตสงบระงับและมีความจดจ่อ