

คำนำ

ตำราวิชา PY 316 การเจริญสมาธิตามแนวทางพุทธศาสนามีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ แก่ผู้ที่สนใจในการเจริญสมาธิซึ่งมีถึง 40 วิธี ให้เลือกให้เหมาะสมกับอัธยาศัย

หลักการของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมอำนวยการผลจริงแก่ผู้ปฏิบัติจริง หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวถึงวิธีระดับทุกขั เสริมสร้างความสุขตามแนวทางพุทธศาสนา จึงหวังว่าผู้อ่านจะได้นำไปปฏิบัติ เพื่อความสุขตามกำลังของแต่ละบุคคล

อาจารย์นฤมล มารคแมน

23 กุมภาพันธ์ 2541