

แค่เราปล่อยวาง
ไม่ไปคิดคำนึงถึงเรื่องอะไรเลย
ทำกายสบาย ใจสบาย
เราก็เข้าถึงความสุขภายในได้แล้ว

๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๗