



สามเกลอทหารแก้ว

สติ สบาย อีกทั้ง สม่่าเสมอ
คือทแก้วสามเกลอ ทหารแก้ว
หากทำอย่างนี้เจอ ธรรมแน่
จิตพร่างสว่างแพรว มันแล้วกลางกาย

สุนทรพื่อ



การวางใจ

ศรีทอย่างไร

ศรีทแก้วต้องนิกน้อม เบาเบา
แคว่ว่ามีในเรา อยู่แล้ว
อย่าศรีทเพ่งเขม็งเอา จริงน้อ
เดี๋ยวเครียดเพราะศรีทแก้ว เพ่งแล้วกลางกาย

สุนทรพื่อ

