

เราจะไม่นึกภาพนิมิต
แต่จะวางใจให้หยุดนิ่งเฉย ๆ ก็ได้
จะภาวนา สัมมาอะระหัง ด้วยก็ได้
ไม่ภาวนาก็ไม่เป็นไร

๑๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๕