

มรรคผลนิพพานอยู่ในตัวเรา
เริ่มต้นที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗
ด้วยวิธีการหยุดนิ่งเฉยที่ศูนย์กลางกาย
ซึ่งเป็นปากทางที่จะเข้าไปถึงพระในตัว
พอถึงพระในตัวแล้ว
จะเปลี่ยนแปลงจากผู้ไม่รู้มาเป็นผู้รู้
คนโง่กลายเป็นคนฉลาด
สิ่งที่ถูกปกปิดก็จะถูกเปิดเผย
เมื่อเข้าถึงพระในตัว

๒๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๖