

ใครที่นั่งกรรมะแล้วยังติด ๆ หลุด ๆ
พอหลุดจากพันธนาการนั้น
ก็ไปพันธนาการนี้
หลุดจากความคิดนั้นก็ไปความคิดนี้
ช่างมัน! อย่าไปรำคาญ
ทำใจสบาย ๆ ...เดี๋ยวก็หายไปเอง

๒๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๓