

ต้องหมั่นสังเกตด้วยว่า
สติกับสบายมาพร้อมกันไหม
อยู่ด้วยกันไหม
ถ้าสังเกตออก
คตินี้เราก็สมหวัง
>>>>>>

พอสังเกตได้ว่า
สถิติกับสบายยังมาไม่พร้อมกัน
เราต้องพร้อมเสมอที่จะ set zero

คือเริ่มต้นใหม่อย่างง่าย ๆ
ต้องสังเกต...แล้วก็ทำซ้ำ ๆ

๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๘