

ไม่ว่าเราจะปฏิบัติธรรม
ด้วยวิธีการอย่างไร
จะปฏิบัติแบบไหนก็ตาม
หลักมีอยู่ว่า
จะต้องให้ “สติ” กับ “สบาย”
ไปคู่กันตลอดเส้นทาง

๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๖