

๔๖. ทำใจให้ปล่อยไป

ทำใจให้ปล่อยไปอยู่เสมอ อย่าให้ใจเศร้าหมอง
สิ่งใดที่ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจของเรา
ต้องกลั่นกรองให้เหลือแต่สิ่งดี ๆ
ที่จะอยู่ในใจอันสุขใสสว่างไสวของเรา
เพราะไม่วันใดวันหนึ่งเราก็ต้องไปสู่ปรโลก
วันนั้น...เราจะต้องไปด้วยใจที่สว่างสุขใส...
ไม่มีมลทินเลย

๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๕