

เมื่อเราปฏิบัติธรรมอย่างกังวลว่า  
ประสบการณ์ภายใน  
จะดีขึ้น คงที่ หรือหายาลง  
ไม่คาดหวังว่า  
อะไรจะเกิดขึ้น  
ทำหน้าที่แค่...  
หยุด นิ่ง เเฉ อย่างมีความสุข

๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๕