

มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑
อยู่ภายในตัวเรา
เข้าถึงได้ด้วยการฝึกใจให้หยุดนิ่ง

๒๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๘