

ภาวนาไปเรื่อย ๆ ก็ครั้งก็ได้
จนกว่าอยากจะอยู่เฉย ๆ
หยุดกับนิ่งอย่างเดียว
ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วเราก็
ไม่ต้องหวนกลับมาภาวนาใหม่นะ

๓๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๔๘