

รักษาใจอย่าให้ชอกช้ำ  
แม้บางครั้งจะได้รับ  
ความอยู่ติธรรม

ความสุขไม่ได้วัดที่ทรัพย์  
ไม่ได้อยู่ที่ลาภ ยศ สรรเสริญ  
แต่อยู่ที่ใจหลุดจากการยึดมั่นถือมั่น

จิตที่ไม่มีความสุข  
คือ  
ชีวิตที่ขาดทุน

ยึดมั่นถือมั่น  
ในคน สัตว์ สิ่งของ  
ทำให้เป็นทุกข์

๒๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๑