

การรู้จักให้อภัยตนเอง
และให้อภัยผู้อื่น
จะทำให้ใจเป็นสุข
และสมาธิตั้งมั่นได้ง่าย

๑๓ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๖