

ใจสบายคือใจที่ปล่อยวาง  
ไม่เกาะ ไม่เกี่ยว ไม่เหนียว  
ไม่รังเรื่องอะไรเลย  
เรื่องคน สัตว์ สิ่งของ  
ทิ้งไปให้หมดเลย

๑๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘