

เวลาลืมตัวลงนอน อย่างนอนเฉยๆ  
ให้มององค์พระของเราเรื่อยไป

หมั่นหยุดนิ่งอยู่ในกลางท่าน  
ท่านจะขยายครอบคลุมตัวเราไปเลย  
เราก็จะได้หลับอยู่ในกลางองค์พระ  
อย่างมีความสุข

๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๔๕