

อายตนะเป็นจุดเริ่มต้น
และเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของทางแยกระหว่างกุศลกับอกุศล
ทางสายหนึ่งนำไปสู่ความประมาทมัวเมา ความชั่ว
และการหมกตึดยอยู่ในโลก
อีกสายหนึ่งนำไปสู่ความรู้เท่าทัน การประกอบกรรมดี
และความหลุดพ้นเป็นอิสระ ...
ท่านมักสอนย้ำให้ใช้วิธีระวังหรือป้องกันตั้งแต่ช่วงแรกที่สุด
คือ ตอนที่อายตนะรับอารมณ์ที่เดียว
เพราะจะทำให้ปัญหาไม่เกิดขึ้นเลย จึงเป็นการปลอดภัยที่สุด ...
องค์ธรรมสำคัญที่ใช้ระมัดระวังตั้งแต่ต้น ก็คือ สติ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)