

“เมื่อใด สติตามทัน ทำงานสม่ำเสมอต่อเนื่องอย่างชำนาญ
คนไม่ปิดบังตัวเอง ไม่บิดเบือนภาพที่มอง
และพ้นจากอำนาจความเคยชิน หรือนิสัยเก่าของจิตแล้ว
เมื่อนั้น ก็พร้อมที่จะมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมัน
และรู้เข้าใจความจริง”

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)