

## พอดี พอดี

การจัดอาหาร  
หรืออะไรก็แล้วแต่  
มากเกินไปก็ไม่ดี  
น้อยเกินไปก็ไม่ดี  
ต้องให้พอดี ๆ  
เอาพอดี ๆ ถึงจะดี

คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง  
ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย