

在任何狀況下皆知滿足，確實
極爲必要，這會保護人免於諸般病
態和倦怠。莫屈服於憂傷與悲哀，
它會招致最大的不幸。嫉火焚身，
怒火灼肝，當避之如猛獸。

——巴哈歐拉——