

ต้องเอ็นดูใจ เมตตาใจ ให้ใจสบาย
อย่าให้ใจไม่สบาย
เพราะถ้าใจสบาย
เดี่ยวกายก็สบาย จะแข็งแรงอายุยืน

๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๓