

ฝึกตน ทนหิว
บำเพ็ญตบะ เป็นพระแท้

อาจจะได้รับความยากลำบากบ้าง
แต่ยังดีกว่าที่ต้องไปทุกข์ทรมาน
ในนรกอีกยาวนาน

๑๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๕