

เวลาเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิต
ต้องสงวนเวลาไว้เพื่อการปฏิบัติธรรม
ฝึกใจให้หยุดนิ่ง
ให้เข้าถึงที่พึ่งที่ระลึกภายในให้ได้

๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๖