

อย่าท้อหรือเลิกกลางคันกันเสียก่อน
หมั่นทำความเพียรไป

เราต้องยอมรับว่า
เราเป็นมนุษย์ธรรมดา ไม่ใช่เทวดา
ฝึกใหม่ๆ มันก็มีฟุ้งบ้าง
มึดบ้าง เมื่อยบ้าง เบื่อบ้าง ท้อบ้าง
ก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา
อย่าท้อ ให้ทำความเพียรกันไปนะ

๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๓