

อย่าแข่งกับใคร
หรือแข่งกับเวลา
ไม่เกิดประโยชน์
มันเสียเวลา
แล้วยังเกิดโทษด้วย
โทษที่เกิดขึ้นคือ “ความเครียด”

๒๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๕