나를 사랑해야 남도 사랑할 수 있다

자기 자신을 주인으로 삼아라. 그대 자신 이외에 별도로 주인이 없다. 조련사가 말을 잘 다루듯이 자기 자신을 잘 다스려라.

- 어느 누구도 그대 인생을 대신해 주지 않는다. 그러니 먼저 자신부터 챙겨라. 진정 자신이 건강하고 행복해야 가족들과 지인들에게 사랑과 행복을 줄 수 있다.