

ลูกนัยน์ตาเราอยู่ในระดับองศาเดิม
ไม่ต้องเหลือบลงต่ำไปดู

ให้ทำเหมือนเราแอบ ๆ
มองดูดวง ดวงค์พระนิค ๆ
เหมือนไม่ได้ตั้งใจดู

นี่คือวิธีดูเข้าไปในกลางกายอย่างถูกวิธี
ถ้าเหลือบตาลงไปดู ก็เท่ากับกดลูกนัยน์ตา
อย่างนี้ผิดวิธี จะทำให้ปวดตา ปวดกระบอกตา
เมื่อย ตึง นั่งไม่มีความสุข

๒๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๕