

วันนี้เราหยุดนิ่งได้แค่ ๑ นาที
ก็ให้จิตใจไว้อะ เราสมหวังแล้ว
หยุดนิ่งได้แล้ว ๑ นาที
หรือหยุดนิ่งยังไม่สมบูรณ์ก็ไม่ใช่ไร
แค่รู้สึกตัวโล่ง ว่าง โปร่ง เบา สบาย
ก็ถือว่า...เราสมหวังแล้ว

>>>>>

บางคนเกิดมาในโลกนี้อายุตั้งร้อยปี
ยัง 모르จักเลยว่า

โล่งใจ โปรงใจ เป็นอย่างไร
ใจใสๆ ใจหยุด ใจนิ่ง เป็นอย่างไร

เพราะฉะนั้นเราได้แค่

๑ หรือ ๒ นาที ดีใจเถอะ
แล้วต่อไปมันก็จะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

๑๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๕