

## ละอย่างไร

พระอาจารย์สงบ มนฺตสนฺโต

เทศน์เช้า วันที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๔๓

ณ วัดสันติธรรมาราม ต.คลองตากต อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มันน่าสงสาร มันน่าสงสารชาวพุทธนะ ชาวพุทธ พุทธศาสนานี้ของสูงมากเลย ของละเอียดอ่อน ขนาดพระพุทธเจ้าบอก “กว้างขวาง กว้างมากจนไม่มีขอบไม่มีเขต ถึงจนสามารถหยั่งรู้ไม่ได้เลย” แล้วพระพุทธเจ้าพอตรัสรู้ขึ้นมา มันมีศรัทธาขนาดนั้น แล้วถึงว่าตั้งมาเป็นบัญญัติขึ้นมาไง สอนออกมาเป็นบัญญัติเป็นพระไตรปิฎกให้เราศึกษากัน

พอเราศึกษากันเข้าไป ตรงนี้มันผิดพลาดเราผิดพลาดตรงนี้ ตรงที่เอาตาเราไปจับใจ เอาความเห็นเราเข้าไปจับ พอศึกษาเล่าเรียนมาเอาความเห็นของเราเข้าไปจับ ทำไมมันมีสุตมยปัญญาล่ะ? จินตมยปัญญาล่ะ? ภวานามยปัญญาล่ะ?

แต่นี้พอว่าความเข้าใจ พอความเข้าใจแล้วว่ามันนี่เป็นปัญญาแล้ว เป็นปัญญานี้มันเป็นสุตมยปัญญา มันเป็นเรื่องของโลกๆ เขา เรื่องของโลกๆ เขาหมายถึงว่าเหรียญ ๒ ด้านไง เหรียญด้านหนึ่งมันเป็นความหมายอีกด้านหนึ่ง พลิกเหรียญอีกด้านหนึ่งเป็นความหมายอีกด้าน แต่มันอยู่ในเหรียญเดียวกัน

สุตมยปัญญา จินตมยปัญญา ภวานามยปัญญาก็เหมือนกัน มันเป็นปัญญานั้นละ มันเป็นเรื่องที่ปรุงนั่นละ แต่ถ้ามีสมาธิอยู่ เหรียญพลิกไปอีกด้านหนึ่ง จะเอาเหรียญอีกด้านหนึ่งออกใช้ ถ้าไม่เป็นอย่างนั้น มันจะเหรียญอีกด้านหนึ่งออกใช้

ฉะนั้น ถ้าเราเข้าไปแล้วเราเป็นเหรียญด้านเดียว เราไม่สามารถพลิกเหรียญอีกด้านหนึ่งได้ไง เราไม่สามารถพลิกใจเราได้ นี่เหมือนกับภาชนะคว่ำไว้ เห็นไหม ฝนตกขนาดไหนมันก็ไม่เข้า แต่มันได้รับความเย็น เพราะมันรู้เวลาฝนตกลงมา ของมันตากแดดมันร้อนอยู่ พอโดนความเย็น มันก็เป็นความเย็น อันนี้ก็เหมือนกัน พอเริ่มศึกษาศาสนา เห็นไหม พอเราเข้าไปสัมผัสเท่านั้นนะ อ้อ...มันซึ่งใจมากๆ ว่าอันนี้เป็นผลแล้ว โอ้ย...พอผลอย่างนี้นะ คนเรามันก็จินตนาการได้ดี

ธรรมะพระพุทธเจ้าถึงบอกว่า “คั่นเคาเอาไม่ได้ ตรีกระไม่ได้ ทุกอย่างเข้าไม่ถึงธรรม ทั้งหมดเลย แต่ต้องอาศัยอันนี้” ฟังนะ! มันแปลกตรงนี้ ตรงถ้าไม่มีการก้าวเดินอันนี้ขึ้นมา เราจะศึกษาธรรมอย่างไร? ถ้าไม่เปิดช่องปากประตูเข้าไป เราจะเข้าไปหาธรรมไม่ได้เลย มันก็ต้องอาศัย อันนี้เป็นปากประตูเข้าไป คือความสนใจ คือความศรัทธาความเชื่อ แล้วศึกษาเข้ามา

พอความเชื่อความศึกษาเข้ามาแล้วก็ยึดอันนั้นเป็นผล เห็นไหม มันถึงกับตรงนี้ที่อาจารย์ บอกว่า “ต้องคิดอาจารย์” ถ้าคนที่ผ่านมาแล้วจะชี้หน้าตรงนี้ได้ไง ว่าตรงนี้มันเป็นเริ่มต้นเป็นบาท เข้าไปเฉยๆ เป็นปากทาง เป็นบาทฐานที่เข้าไปหาธรรม แต่มันยังไม่ใช่ธรรม เพราะกิเลสเป็น นามธรรม กิเลสไม่ใช่วัตถุ วัตถุเราทำลายได้

เราอธิบายให้เขาฟัง อย่างเช่นถ้าเราอย่างอื่น อย่างแขนเวลามันเกิดธรรมะ พระพุทธเจ้า บอก “ดั่งแขนขาด” เห็นไหม ความว่าดั่งแขนขาดมันตัดออกไป มันแขนไม่มีเลย มันดั่งแขนขาด แต่ขาดไปแล้วมันมีอยู่ แต่มันแขนขาดออกไป

กับความเห็นของเรา เอามือเข้าไปจับ จับสิ่งใดๆ แล้วปล่อย เราปล่อย เห็นไหม เราปล่อย ต่างๆ เราปล่อยออกไป มือเราจับวัตถุอะไรแล้วแต่แล้วเรากลายออก เราทิ้งไป เราสลัดไป มือยังอยู่ ไหม? ยังอยู่ มือนั้นสามารถไปจับอย่างอื่นได้ต่อไปได้ไหม? ได้ มันจับอีก

มันถึงบอกว่ามันเป็นนามธรรมไง มันปล่อยขนาดไหนนะมันก็มีอยู่ สิ่งที่มีอยู่ มันปล่อยคือ ว่ามันปล่อยอารมณ์ แต่ตัวมันเองมันไม่ได้ปล่อยตัวมันเอง มันสกปรกที่ตัวมันเองไง อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา ผังอยู่ที่ใจ พอผัสอยู่ที่ใจ ใจเห็นไหม ใจกับขันธคนละอัน ขันธ ๕ นี้เป็นอาการของใจ ไม่ใช่ใจ เป็นเครื่องมือ แต่ถ้ามีกิเลสอยู่ ใจกับขันธมันเป็นเนื้อเดียวกัน มันสกปรกไปด้วยกัน

ทีนี้พอมันปล่อยอารมณ์ ปล่อยความรู้สึกนั้นนะ แต่ใจมันปล่อยไหม? มันไม่ปล่อย

นี่ไง ในหยคน้ำนี้ก็ว่า ของอาจารย์สุวัจน์ คิดใจของอาจารย์มหาบัวมากเลย เพราะว่าทำให้ ได้มีกำลังใจ ท่านฟังเทพแล้วท่านได้กำลังใจมาก ท่านจะยกอาจารย์นี้เป็นครูบาอาจารย์ ท่านบอก “มีกำลังใจขึ้นมามากเลย มันแปลกประหลาดมหัศจรรย์”

ฟังสิ! ท่านบอก “ได้กำลังใจแล้วยังแปลกประหลาดมหัศจรรย์นะ แม้แต่...ทั้งหมด”

ท่านบอก “อารมณ์นี้จะทิ้งหมดเลย อากาสนัญญาตนะ เป็นอากาศธาตุทั้งหมด ใจนี้ก็ป็นอากาศธาตุ แต่มันก็ติดอยู่ เป็นอากิญจัญญาตนะมันก็ติดอยู่ มันว่างหมดขนาดไหน มันก็ติดอยู่ มันถึงไม่ใช่ทาง”

นี่เห็นไหม ความเป็นความสงบมันไม่ใช่ทาง ต้องพลิกกลับมาขิ้นวิปัสสนา เห็นไหม ทีนี้วิปัสสนา คำว่า “วิปัสสนา” อันคำว่า “ละ” เขาบอกว่า เขาละกาย ละหู ละตา ละจมูก ละใจ ละจรรูป รส กลิ่น เสียง เขาละๆ

คำว่า “ละ” มันกำปั้นทุบดินไง ละ...คำว่า “ละ” ละไปเฉยๆ เห็นไหม ละไปก็เหมือนกับปล่อยเข้ามา พอปล่อยเข้ามาที่ว่างหมด ปล่อยเข้ามาที่ว่างหมด พอปล่อยเข้ามาว่างหมดมันก็เข้ากันได้กับไอ้สิ่งนี้ไง เข้ากันได้กับสมถกรรมฐาน เห็นไหม ถ้าสมถกรรมฐาน คำว่า “ละ” อย่างนั้นมันเหมือนกับปัญญาอบรมสมาธิ ปฏิเสขเข้ามาไง ปฏิเสขคือทำให้เห็นโทษเข้ามา ปฏิเสขเข้ามา มันจะปล่อยเข้ามา มันปล่อยอยู่ มันปล่อยว่างอยู่ แต่มันไม่ใช่วิปัสสนาตรงไหน?

เราบอกว่า “วิปัสสนามันต้องเห็นด้วย...ถ้าเห็นกายเห็นด้วยตาใน เห็นด้วยตาในมันจะเห็นกาย เห็นกายตรงนั้นมันไม่มีมิติ”

เขายอมรับตรงนี้ไง ถ้าจิตมันสงบมันไม่มีมิติ มันไม่มี ๔๕ ชั่วโมง มันไม่มีอายุเวลาของเรา พอมันเห็นนะ ความเห็นมันเป็นสายตรงด้วยกันระหว่างจิตที่มันเห็นด้วยเร็ว มันจะเห็นเร็ว พอเห็นเร็วมันจะแปรสภาพได้เร็ว พอแปรสภาพได้เร็ว พอกำหนดนี่มันจะแปรสภาพทันที มันเห็นแจ้งในปัจจุบันธรรมอันเดียวกันไง เห็นแจ้งในปัจจุบันที่ว่ามันแปร คือว่ามันแปรสภาพ เหมือนของที่อยู่ในมือเราแล้วมันชูคานำไปในพริบตาเดียวคามือเรา เราจะชอบอย่างนั้นไหม?

ทีนี้มันไม่อย่างนั้น อยู่กับมือเรามันจะสวยงามก่อน กว่ามันต้องใช้กาลเวลา ต้องใช้ออกซิเจนทุกอย่างเผาไหม้มัน มันถึงจะย่อยสลายไป เห็นไหม มันเป็นเวลานาน แต่ถ้ามันไหม้อยู่คามือเรา มันเน่ามันเหม็นอยู่คามือเรา เราจะรับไว้ได้อย่างไร? เราก็ต้องสลัดทิ้งไป

ความเห็นด้วยวิปัสสนาจากเรื่องของกายจะเป็นอย่างนั้น เว้นไว้เฉพาะเห็นของกายคือการดูเฉยๆ ดูแล้วใช้วิภาคะ คือโน้มนำไป

แต่ถ้าเป็นวิปัสสนาของขั้นของจิตแล้วไม่เป็นอย่างนั้นเลย ปล่อยละไม่ได้เลย ละมันก็ว่างมาๆ พอละมันก็ปล่อยวาง ปล่อยละ เห็นไหม คำว่า “ละ” มันเป็นพักหนึ่งที่ทำให้ใจเข้าไปพักใจ ใจ

เข้าไปพักหมายถึงว่าเวลามันหนักหน่วงมา ให้มาพักอยู่ตรงที่ว่าละ คือปล่อยวาง คือว่าเราทำไม่ได้ เราค้างไว้เฉยๆ นี่ละๆ คำว่า “ละ” คือว่าปล่อยสละไว้ ปล่อยสละไว้เฉยๆ

แต่ถ้ามันเป็นวิปัสสนา มันปล่อย มันสละ มันจะขาดไปได้ได้อย่างไร?

จากว่างสิ่งหนึ่งก็ไปเกิดสิ่งใหม่ ว่างสิ่งหนึ่งก็เกิดสิ่งใหม่ สสารนี้ไม่เคยย่อยสลาย มันแปรสภาพเฉยๆ จากวัตถุมันยังว่ามันแปรสภาพไป มันเป็นจากวัตถุ พอเผาไหม้ไปมันก็เป็นเคมีไป ทุกอย่างเป็นไป เห็นใหม่ มันจะละไปได้ได้อย่างไรในเมื่อมีเชื้ออยู่?

อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้าละเฉยๆ นี่ปล่อยละ ถ้าเราปล่อยละอย่างนั้น ปล่อยละอย่างนั้นมันก็กำปั้นทุบดิน มันเป็นวิปัสสนาตรงไหน? มันไม่เป็นวิปัสสนาเพราะว่างานไม่ชอบ การทำงานนั้นไม่ชอบ เห็นใหม่ งานชอบในสมถกรรมฐาน ไม่ชอบในวิปัสสนา

สมถกรรมฐานกับวิปัสสนากรรมฐานต่างกันอย่างไร? ต่างกันด้วยสมถะนี้หลบเข้ามา พักเข้ามา ถ้าทำสมถกรรมฐานได้จิตมันจะสงบมาก ความว่าจิตสงบอันนี้ ความมหัศจรรย์อันนี้เราเข้าใจว่าเป็นผล มหัศจรรย์นะ ความมหัศจรรย์อันนี้เกิดขึ้นจากจิตมันสงบเข้ามา จิตมันปล่อยวาง มันโล่งใจ ความโล่งนั้นมันไม่มีจุดหมายปลายทาง มันไม่รู้จักตัวเองใจ

แต่ถ้าเป็นวิปัสสนานะ จับต้องได้ ละวางได้ ละสิ่งใดออกไป? พื้นฐานของใจที่ละอะไรออกไป? พื้นฐานของใจรับรู้สิ่งใด? เห็นใหม่ นี่มันบอกตัวเองได้ใจ

แต่ถ้าเป็นสมถกรรมฐานนี้สักแต่ารู้ ว่างหมด สักแต่ารู้ ลึกที่สุดนะ อปปนาสมาธินี้สักแต่รู้ว่ารู้ รู้ก็ไม่มี แต่รู้อยู่ ตอบได้แค่นี้ใจ สมถกรรมฐานตอบตัวเองได้แค่นี้ รู้ว่าตัวเองมีอยู่ มีสติสัมปชัญญะพร้อมอยู่ ไม่หลงไหลใดๆ มีความสุขมาก มันจะปล่อยเว้งว่างหมดเลย แต่ไม่สามารถตอบตัวเองได้ว่าได้ชำระสิ่งใด ได้พิจารณาสิ่งใด ได้ทำอะไร

นี่ถึงบอกว่าขณะขาดไปก็ต้องรู้ว่าขาด ขาดแล้วยังรู้ว่าขาดออกไปแล้ว นี่รู้ว่าขาดขาดในอะไร?

ถึงรู้ว่าขาดในขั้นกับใจ ขั้นกับใจที่ว่าเป็นเนื้อเดียวกัน เห็นใหม่ พอเป็นเนื้อเดียวกันทำไมมันขาดออกจากกันได้? ขาดออกจากกันโดยวิปัสสนาญาณ วิปัสสนาญาณ ความสกปรกของใจคือมันเกาะเกี่ยว ความสกปรกคือกิเลสใจ อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา มั่นนอนเนื่องอยู่ในใจ ความ

นอนเนื่องในใจมันจะไหลออกไป กับขั้นนี้เป็นเนื้อเดียวกัน มันสมานจนเป็นอันเดียวกันเลย เรา  
จะมองไม่เห็นว่ามันจะขาดอย่างไร?

แต่วิปัสสนามันวิปัสสนาตรงนี้ไง การเกิดดับ การเกิดดับของมัน มันต้องอาศัยสิ่งเกิดดับ  
ทั้งหมด วิปัสสนาจะจับได้ตรงนี้ ตรงนี้เริ่มต้นจับแล้ววิปัสสนาไป คือก๊วยไปว่าเกิดดับมีเชื้อ  
อย่างไร? ตัวอะไรเป็นตัวสอดรับ? ตัวสอดรับ ตัวรับผล ตัวหมุนเวียนไป ตัวปรุง ตัวแต่ง ตัว  
จับเคลื่อนไถ มันจะมีขนาดนั้นนะ ถึงว่าเป็นวิปัสสนา แล้วว่าจะละๆ

ละน้ำมันเหมือนกับเราเป็นโรคอยู่ แล้วเราบอกว่าหายๆ โรคจะหายไหม? แต่บางอย่างก็  
หาย เพราะโรคนี้มันเป็นโรคที่งัดแล้วไม่รักษาก็หายไง จับหัวตัวร้อนนี่บางทีมันต้องหายไป  
แต่ถ้าเป็นโรคด้วยร่างกาย ด้วยที่ว่าต้องทำการผ่าตัด ต้องการรักษา เชื้อโรคมันรุนแรง ถ้าปล่อยจะ  
ลามถึงตาย อันนั้นจะละได้ไหม? ละไม่ได้ แล้วกิเลสคือโรคที่ร้ายแรงนั้นนะ กิเลสมันฝังอยู่ที่ใจ  
มันไม่ใช่อาการภายนอก อารมณ์ที่มันเปลี่ยนแปลงสภาพ

นี่เหมือนกัน ถ้ามันละได้มันละตรงนั้น ละเปลือกๆ ได้ เปลือกๆ สมถกรรมฐานไง ทำใจ  
ให้สงบ แต่จะไปละเชื้อโรคของโดยธรรมชาติของใจตัวนั้นละไม่ได้ ฉะนั้น ละไม่ได้แต่ก็เป็น  
เครื่องมือไฉน

ถึงบอกว่าสุตมยปัญญา จินตมยปัญญา ภาวนามยปัญญา สิ่งนี้มีถึงมีสิ่งนั้น ไม่มีสุตมย  
ปัญญาก็จะไม่มีจินตมยปัญญา ไม่มีจินตมยปัญญาก็จะไม่มีภาวนามยปัญญา มรรคหยาบฆ่ามรรค  
ละเอียด เห็นไหม มรรคมันหยาบๆ ต้องก้าวเดินขึ้นไปให้มันละเอียดขึ้นไป ก้าวเดินให้มันละเอียด  
ขึ้นไป ความที่เป็นละเอียดเข้าไปอันนั้นมันถึงเข้าไปชำระกิเลสได้

ถ้า! ถ้าเป็นมรรคหยาบๆ อยู่ มันก็วนอยู่นั้น อย่างเช่นเราเข้ามาในศาสนา ศรัทธาเข้ามาก่อน  
เห็นไหม มีศรัทธาเข้ามา ทำทาน มีธรรมเป็นทาน มีศีลแล้วมีภาวนา เรามีภาวนาเข้าไป มันจะเอา  
แต่ผลจากภายใน คือจะสูงขึ้นๆ ความเห็นที่สูงขึ้นไปๆ มันก็มีหยาบ มีกลาง มีละเอียดเข้ามา  
ขนาดว่าเรานี้เป็นเรื่องของเปลือกนะ

แต่เรื่องของใจมันยิ่งกว่านั้น ถ้าไม่ทำอย่างนั้น ไม่วิปัสสนา ไม่เชื่อนะ ไม่เดินตามมรรค  
ตามองค์ ๘ เห็นไหม องค์ ๘ ที่ว่ามักคอรียสังจังเดินตามทางอันเอกอันนี้ มันจะไม่ใช้วิปัสสนา มัน  
เป็นของที่มีอยู่ดั้งเดิม

เราก็บอกเขาว่า “มันมีอยู่ดั้งเดิมใช่ไหม? ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ ไปศึกษากับอาพาธดาบส มันมีอยู่ดั้งเดิมอยู่แล้ว นั่นเขาก็ว่าละ” เห็นไหม อย่างสัญญาชยันนะ สิ่งนั้นจนจบตำราของเขา จนจบหลักสูตรแล้ว “สิ่งนั้นก็ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี ถอยเข้าไปเรื่อย ปฏิเสธทุกอย่าง ปฏิเสธว่าไม่มี ใจก็ไม่มี อะไรก็ไม่มี อยู่กับความว่าง เขาอยู่กับความว่างหมดเลย”

พระโมคคัลลานะกับพระสารีบุตรนั่งกันเฉยนะ “เราจะหาครูหาอาจารย์ ถ้าเราเจอเราจะบอกกัน”

แต่พอมาเจอพระอัสสชิ เห็นไหม “พระพุทธเจ้าสอน สิ่งที่เกิดขึ้น อารมณ์ทุกอย่างหรือว่าวัตถุต่างๆ เกิดขึ้นมามันเป็นผล เย ธมมางิ ต้องสาวไปหาเหตุ พระพุทธเจ้าสอนให้ดับเหตุนี้” เห็นไหม จากผลก็สาวไปหาเหตุ

พระสารีบุตรขนาดว่าใคร่ครวญอยู่ตลอดเวลา จับตรงนี้แล้วย้อนกลับไป เป็นพระโสดาบันขึ้นมาทันทีเลย สาวเข้าไปหาเหตุ เหตุมันอยู่ที่ใจเพราะอะไร? เพราะมันปล่อยว่างอยู่แล้ว ไม่มีว่างไปหมด แล้วมันว่าง ตัวอะไรมันว่าง? นี่ก็ย้อนกลับเข้าไปสิ ย้อนกลับเข้าไปที่ว่างเพราะมันตัวเกิดจากความว่าง ความว่างเป็นตัวคืนรนขึ้นมาตัวแรก ตัวจذب่อขึ้นมาตัวแรก

เหมือนอันเดียวกับโมฆราชเลย ไปถามพระพุทธเจ้าไป “โลกนี้ว่างหมด คุณโลกละว่างหมดเลย แล้วให้ทำอย่างไรต่อไป?”

พระพุทธเจ้าบอกว่า “ดูให้โลกนี้ให้ว่างหมด แล้วย้อนกลับมาถอนอรรถานุกิฎฐิที่ว่าคนอื่นว่างไป” เห็นไหม ย้อนกลับมาถอนอรรถานุกิฎฐิที่ตัวเอง ย้อนกลับมาถอนที่ใจของตัวเอง ย้อนกลับมาถอนที่กิเลสของตัวเอง ย้อนกลับมาถอนตรงนั้น ถอนอรรถานุกิฎฐิที่ฝังอยู่ที่ใจนี่ออกไป เหตุมันอยู่ตรงนั้น ถ้ามันว่างก็ว่างข้างนอก

ถึงว่ามันเป็นสมถกรรมฐาน แต่ถ้าเขาพูดนะ เราไม่มีหลักเกณฑ์ที่ไปจับเขา ก็ปล่อยเขาไปสมถกรรมฐาน แต่นี่พูดเพื่อให้ความถูกต้องไง ว่าถ้าวิปัสสนาแล้วมันต้องจับมีเหตุมีผล จับต้องเรื่องกายเรื่องใจได้ ไม่ใช่จับต้องสิ่งใดไม่ได้เลย แล้วว่างไป มันตอบตัวเองไม่ได้

ความลับไม่มีในโลก คนอื่นทำกันอยู่ ๒-๓ คนมีพยาน แต่ไม่มีใครทำอะไรเลย เราทำของเราคนเดียว เราก็ต้องรู้ของเราคนเดียว เห็นไหม เราตอบตัวแล้วมันสำคัญตรงนี้ อตุตา หิ อตุตโนนาโถ ทุกข์เกิดขึ้นที่ใจ เหตุหลอกหลวงขึ้นมาที่เหตุหลอกหลวงขึ้นมาที่ใจ แล้วถ้าเราตอบใจของเรา

เองไม่ได้ว่าสิ่งนั้นเกิดเพราะอะไร สิ่งที่เราใคร่ครวญในใจคลี่คลายออกมาทั้งหมดเลย ใคร่ครวญ  
ออกไปทั้งหมด นี่มันถึงจะตอบตัวเองได้ไง ตอบตัวเองสำคัญที่สุด

กิเลสเกิดจากเรา เราต้องแก้ไขชำระเรา แล้วขณะตนเองแล้วขณะคนอื่นทั้งหมดทั้งโลกเลย  
เพราะอะไร? เพราะว่ามันไม่ไปขวางใครทั้งหมด โลกเขาจะเป็นไปอย่างไรมันก็เป็นไปตามเขา นี่  
มันต้องย้อนกลับมาตรงนี้ อตุตา หิ อตุตโน นาโถ คนเป็นที่พึ่งแห่งตนนี้ถูกต้อง หนึ่ง แถมยังว่า  
ต้องตอบตัวเองได้อีก หนึ่ง

ถึงว่ากิเลสเกิดที่ใจ ชำระที่ใจ หมุนกลับมาที่ใจ ไม่ใช่ปฏิเสธละไปเรื่อยๆ ละไปเรื่อยๆ นั่น  
มันไม่มีที่สิ้นสุด เอวัง