

ฟังเพลงเพราะๆ..ผ่อนคลาย..อารมณ์

นำเสนอเมื่อ : 15 ส.ค. 2552

.....ฟังเพลงให้สบายๆ..
ผ่อนคลายไม่เครียด...เสียงเพลงเสียงดนตรีเป็นตัวช่วยที่ดีแก่สุขภาพจิตและทำให้สุขภาพกายดีด้วยนะค่ะ.....



มองดูน้ำที่ไหลไป มันไหลไปไม่มีวันย้อนคืน

จากตรงนี้ที่ฉันยืน มองเห็นเธอไม่มีวันย้อนมา

จะบอกกับเธอว่าเสียใจ ขอแก้ไขที่ทำแต่ปัญหา

แต่ว่ามันก็ช้า รักคงไหลเลยไปไกล ได้แค่ฝัน

อยากรยืนตรงนั้นที่ฉันเคยยืน ที่มีคนอื่นอยู่เคียงเธอข้างกาย

อยากเป็นคนนั้น ครึ่งวันก็ดีใจ ได้เอาใจใส่ ได้ชดใช้เรื่องที่ผ่าน

ได้บอกว่าฉัน...รักเธอ

จากตรงนี้ ยังพบเจอ ยังเห็นเธอ ยังคงได้ทักทาย

แต่วันนี้ มันเหมือนไกล มันแสนไกล และมองได้แค่ตา

จะบอกกับเธอว่าเสียใจ ขอแก้ไขที่ทำแต่ปัญหา

แต่ว่ามันก็ชั่ว รักคงไหลเลยไปไกล ได้แค่ฝัน

อยากรื่นตรงนั้นที่ฉันเคยยืน ที่มีคนอื่นอยู่เคียงเธอข้างกาย
อยากเป็นคนนั้น ครึ่งวันก็ดีใจ ได้เอาใจใส่ ได้ซดใช้เรื่องที่ผ่าน
ได้บอกว่าฉัน...รักเธอ

อยากรื่นตรงนั้นที่ฉันเคยยืน ที่มีคนอื่นอยู่เคียงเธอข้างกาย
อยากเป็นคนนั้น ครึ่งวันก็ดีใจ ได้เอาใจใส่ ได้ซดใช้เรื่องที่ผ่าน
ได้บอกว่าฉัน...รักเธอ

ใกล้กันแค่นี้ ใกล้กันแค่นี้เดียว
แต่ไม่รู้ทำไม เหมือนฉันยังคงโดดเดี่ยวเดียวดาย
เอื้อมมือเท่าไร ยิ่งคว้าเท่าไร ยิ่งเหมือนยิ่งไกลออกไป
ไม่รู้ทำไม และไม่เคยเข้าใจ

คืบเดียวเท่านั้น แต่มันดูแสนไกล
อยู่ตรงนี้ข้างข้างกัน ฉันยังรู้สึกไม่มีใคร
เจ็บเหงาเหลือเกิน อ้างว้างเหมือนคนที่หัวใจมันสลาย
อยู่ใกล้เพียงใด เหมือนกับไม่มีเธอ

อย่าทำร้ายฉัน ด้วยการหันหลังไม่พูดไม่จา
ยิ่งเธอเฉย เธอทำเย็นชา ฉันยิ่งปวดใจ
ต้องการแก้แค้นกัน ด้วยการทรมานจนตาย
ฉันยอม.. ถ้าเธอไม่รัก บอกกับฉันคำเดียวก็พอ
บอกกับฉันตรงตรง ว่าเธอไม่รัก คำเดียว ก็พอ

อดีตของฉัน ที่เธอยังฝังใจ
อยากให้รู้ว่าฉัน ไม่ได้ตั้งใจให้เป็นเช่นนั้น
หากฉันย้อนวันเวลา ลบอดีตได้ก็คงจะดี

แค่ขอได้มี เธอที่เหมือนคนเดิม

อย่าทำร้ายฉัน ด้วยการหันหลังไม่พูดไม่จา

ยิ่งเธอเฉย เธอทำเป็นชา ฉันยิ่งปวดใจ

ต้องการแก้แค้นกัน ด้วยการทรมานจนตาย

ฉันยอม.. ถ้าเธอไม่รัก บอกกับฉันคำเดียวก็พอ

บอกกับฉันตรงตรง ว่าเธอไม่รัก คำเดียว ก็พอ

บอกกับฉันตรงตรง ว่าเธอไม่รักคำเดียวเท่านั้น

เธอไม่รัก คำเดียว ก็พอ

```
body{background: white url(http://img99.imageshack.us/img99/2918/15aq4.gif) no-repeat  
fixed left center}
```

ไม่เคยได้เห็นน้ำตาที่เป็นของฉันไซ้ไหม

ที่ต้องคอยแต่แอบเอาไว้และไม่เคยร้องมันออกมา

ที่เธอไม่รักแม้เธอไม่เคยได้เห็นในสายตา

สิ่งดีที่บอกกันมาแต่ไม่เคยได้ไกลกว่านี้

สิ่งที่เธอเคยได้เห็นฉันคือ ฉันคนเดิมอยู่ตรงที่เก่า

แบ่งปันอารมณ์ที่เหงาที่ซึมเซา แต่ไม่ใช่คนที่เธอรัก

ไม่เคยขอ ไม่เรียกร้องอะไรเอะไรกว่านี้

ไม่ใช่คำว่า อ่อนและวอนเพื่อได้อย่างนี้

แค่มองตรงนี้ก็พอให้อุ่นใจ

ให้เธอรู้คนอย่างฉันแม้จะยืนอยู่ไกล

แต่ว่าฉันยังไม่เคยคิดจะจากไป

อยากให้เธอรู้ว่ามียกใจที่รักเธอ

อีกคนที่รัก รักเธอคนเดียวเท่านั้นหมดใจ

ไม่ต้องการคำตอบใดๆ แค่อย่าทำร้ายใจก็พอ

อาจมีสักครั้งที่เธอต้องทนอ้างว้างไม่เหลือใคร
แต่อย่าลืมอีกหนึ่งคนไกลคนที่ใจไม่ไกลจากเธอ

บอกให้เธอรู้ไกลๆ หนึ่งใจยังรักเธอ

ความจริงที่เธอต้องฟัง ความจริงที่เธอแกล้งลืมมัน
ถึงฉันยังใจสั้นๆ แต่คงต้องพูดมันไป
เธอมีอีกคนที่ดี เธอมีอีกคนที่จริงจัง
ถึงแม้ไม่อยากจะรับฟัง จงฟังและควรทำใจ

(ว่า/แต่)ฉันไม่อาจมีใจให้เธอ เป็นแค่คนอื่นคนไกลของเธอ
แค่ผ่านมาเจอ จากนั้นเธอควรกลับไป

บอกจริงๆ ว่าฉันไม่อยากทำตัวไม่ดี และฉันไม่อยากเป็นคนไม่ดี
ทุกอย่างลงตา อย่าคิดไปเกินกว่านี้ อย่าทำอีกเลย

อารมณ์ที่เราปล่อยใจ มันเป็นอะไรแค่ข้ามคืน
ฉันแค่เป็นคนอื่นๆ ที่เธอว่าน่าพอใจ
บางทีถ้าเธอหันไป ทำดีกับเขาให้เพียงพอ
รักแท้ที่เธอเฝ้ารอ มันคงไม่ใช่คนไกล

ชีวิตมันเดินต่อไป เธอรู้ต้องทำเช่นไร
ส่วนฉันก็คงต้องอยู่แบบเดิมอย่างนี้ เข้าใจใช่ไหม

คนใจเหงามาได้แต่ทนเหงาใจ วันวันก็ยังคิดถึงแต่เธอ
ย้ายต้นไม้ จัดห้องนอน ซ่อนความซ้ำไม่อยากจะเจอ
แต่ก็ฝืนหลอกใจได้ชั่วคราว

ใจดวงน้อย ได้แต่แอบน้อยใจ
เมื่อเธอผลักไสให้เป็นแค่แฟนเก่า
ไม่ยากโทรมารบกวน แต่ใจก็แพ้ความเหงา
จึงขอใช้สิทธิ์ที่เคยรักกัน

บอกคนใหม่ของเธอให้เข้าใจ
ว่าคนใจสลาย โทรมาเพื่อยืนยัน
จากที่เคยคบ แคंपบไม่ผูกพัน
ใช้เวลาไม่นานก็จากไป

บอกแฟนใหม่ของเธอ..เจ้าของเดิม
แะมาเติมรอยชำ แผลในหัวใจ
บอกลาความรัก น้ำตาหยดสุดท้าย
แต่ความจำไว้ เป็นเครื่องหมายว่าเคยพบเจอ

คนใจเหงา..ก็ต้องทนเหงาใจ
ทำตัวให้ชินกับการไม่มีเธอ
ผู้แพ้ก็ต้องทำใจ อธิบายกับใจเสมอ
อย่าเผลอคิดถึงคนที่ทิ้งกัน

บอกคนใหม่ของเธอให้เข้าใจ
ว่าคนใจสลาย..โทรมาเพื่อยืนยัน
จากที่เคยคบ แคंपบไม่ผูกพัน
ใช้เวลาไม่นานก็จากไป

บอกแฟนใหม่ของเธอ เจ้าของเดิม
แะมาเติมรอยชำ แผลในหัวใจ
บอกลาความรัก น้ำตาหยดสุดท้าย
แต่ความจำไว้ เป็นเครื่องหมายว่าเคยพบเจอ

ฝากเธอเก็บไว้คือตา จากน้ำมือเธอ

คลิกฟังเพลง <http://charyen.com/jukebox/play.php?id=8475>

เกิดมาเป็นดาว พรางพรานภา

เหล่าดวงดารา เจ้าส่องประกาย

ผ่านวันพันปี ไม่มีวันหน่าย

เหนื่อยไหมดาว

ฉันอยาก ถามไถ่ อยากรู้ เมื่อมาเป็นดาว

ท้อแท้ บ้างหรือเปล่า บอกเหนื่อยได้ไหม

เกิดมาเป็นคน ฉันทนทุกอย่าง

สู้ตามลำพัง โดดเดี่ยวเดียวดาย

ผ่านความสำคัญ ร้อนเย็นมากมาย

เหนื่อยเหลือเกิน

ฉันอยาก ถามไถ่ อยากรู้ เมื่อมาเป็นดาว

ท้อแท้ บ้างหรือเปล่า บอกเหนื่อยได้ไหม

(เพราะทางเดิน ชีวิตยังไกล)

(ทุกข์เพียงใด ยังไม่รู้)

ฉันจะอยู่ จะสู้ยังไ้ อยากถามดวงดาว

(เพราะทางเดิน ชีวิตยังไกล)

(ทุกข์เพียงใด ยังไม่รู้)

ฉันจะอยู่ จะสู้ยังไ้

อยากถาม ดวงดาว

ฉันอยาก ถามไถ่ อยากรู้ เมื่อมาเป็นดาว

ท้อแท้ บ้างหรือเปล่า บอกเหนื่อยได้ไหม

(เพราะทางเดิน ชีวิตยังไกล)

(ทุกข์เพียงใด ยังไม่รู้)

ฉันจะอยู่ จะสู้ยังไย อยากถาม ดวงดาว
(เพราะทางเดิน ชีวิตยังไกล)
(ทุกข์เพียงใด ยังไม่รู้)
ฉันจะอยู่ จะสู้ยังไย อยากถาม ดวงดาว
เกิดมาเป็นดาว พรางพราวนภา
เหนื่อยไหมดาว

<http://www.ijigg.com/songs/V2A0747PD>

เมื่อความรักมันพังลง เราเหมือนคนไม่เต็มคน

เหมือนครึ่งหนึ่งชีวิตนี้หล่นหาย
แบ่งชีวิตให้เขาแล้ว เขาก็พามันจากไป
ไม่มีทางจะทำใจได้เลย

ไม่เคยหันมองดูตัว มัวเสียดายวันเวลา
ฝันว่าอาจจะคืนมาเหมือนเคย
เพิ่งจะรู้ว่ารักแท้ มันไม่ไกลไม่ห่างเลย
แค่เพียงกลับมาสนใจตัวเอง

ครึ่งหนึ่งของชีวิต ที่เราทำหายไป
ต่อให้นอนเสียดายไปจนตายมันก็เท่านั้น
เหลืออีกครึ่งชีวิต ที่มันยังต้องการ
ความรักตัวเองกลับมา ชีวิตมันมีคุณค่ากว่านี้

นั่งดูแขนมองดูมือ ดูหน้าตามองตัวเอง
จงกระจุกดูสักครั้งนั้นใคร
เก็บชีวิตที่เหลือๆ ทำให้ดีจะได้ไหม
แล้วไม่นานจิตใจจะเต็มเหมือนเดิม

ครึ่งหนึ่งของชีวิต ที่เราทำหายไป
ต่อให้นอนเสียตายไปจนตายมันก็เท่านั้น
เหลืออีกครึ่งชีวิต ที่มันยังต้องการ
ความรักตัวเองกลับมา ชีวิตมันมีคุณค่ากว่านี้

นั่งดูแขนมองดูมือ ดูหน้าตามองตัวเอง
จงกระจุกดูสักครั้งนั้นใคร
เก็บชีวิตที่เหลือๆ ทำให้ดีจะได้ไหม
แล้วไม่นานจิตใจจะเต็มเหมือนเดิม

เก็บชีวิตที่เหลือๆ ทำให้ดีจะได้ไหม
แล้วไม่นานจิตใจจะเต็มเหมือนเดิม

ฟังเพลง รอเธอหันมา

รู้ะไรรีเปล่า ว่ามีใครอีกคนเฝ้ามอง มองดูเธอและรักเธอจนสุดหัวใจ

ฉันตะโกนชื่อเธอ ที่มันดังก้องไปทั้งใจ มีบางที่ที่เธอได้ยินบ้างมั๊ย

* อาจไม่กล้าพอพูดว่าฉันรักเธอ ได้แต่บอกรักเธอเพียงในใจ

ได้แต่รักเธอเพียงข้างเดียวเรื่อยไป แต่ยังไงฉันก็จะรอ

** รอสักวันให้เธอหันมา รอสักวันทั้งที่ไม่รู้ว่าเมื่อไร

รอแต่เธออยากให้เธอรู้ เธอได้เข้าใจเห็นใจกันบ้างมั๊ย ฉันรักเธอ

รู้ะไรรีเปล่า ว่ามีใจอีกใจเฝ้าคอย คงเป็นความรักที่เลื่อนลอยไม่เห็น.. ทาง

หวังให้เธอหันมา และมันจะเปลี่ยนแปลงทุกอย่าง เธอจะเต็มรักในช่องว่างให้ฉัน

ซ้ำ * , **

หว่า ย่ง ชิน คั่น นี ฮว่าน หนี
เต็ง เจอะ หนี เตอะ เซิน หยิ่ง เชียง หว่า โจว ไหล
ซี ได้ เจอะ โห่ยว อี้ เทียน หนี สู้ย คั่น เต้า หว่า
หว่า ย่ง ชิน คั่น หนี หว่า อ้าย หนี
หว่า ย่ง ชิน คั่น หนี หว่า อ้าย หนี

ขอบคุณมากมายสำหรับที่มาบทเพลง Nilz.bloggang.com ขอขอบคุณนะค่ะ

