



รักแท้ มีจริง

และหนังสือเล่มนี้จะทำให้คุณเชื่อ!



รักแท้
มีครึ่งเดียว



เขียน : ดั่งตฤณ
อำนาจการผลิต : พญ.ณัฐชญา ไมตรีเวช
บรรณาธิการ : อลิสา ฉัตรานนท์
ปกและรูปเล่ม : ศรัณย์ ไมตรีเวช

รักแท้ มีครึ่ง

ผลิตและจัดจำหน่าย : สำนักพิมพ์ฮาวฟาร์
๗/๕ หมู่ ๑ อาคารสยามพิวเจอร์ ชั้น ๒ ห้อง ๑ บี
ถนนรามคำแหง เขตสะพานสูง กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐
แฟกซ์ (๐๒) ๗๒๙-๖๙๔๑

ผู้จัดพิมพ์ : บริษัท ยูไนเต็ด โปรดักชั่น เพรส จำกัด
๒๘๕ หมู่ ๑๓ ซอยเพชรเกษม ๙๓
ถนนเพชรเกษม ตำบลอ้อมน้อย
อำเภอกระทุ่มแบน
สมุทรสาคร ๗๔๑๓๐

ราคา ๑๔๐ บาท

บุคคลหรือองค์กรใดสนใจสั่งซื้อหนังสือเล่มนี้จำนวนมาก
โปรดติดต่อ บริษัท ซีพี ออลล์ จำกัด (มหาชน) เลขที่ ๑ อาคารลิเวอร์พูล ชั้น ๔
ถนนคอนเวนนต์ สีสม บางรัก กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐
โทร. (๐๘) ๓๖๘๘-๕๐๕๖, (๐๘) ๓๖๘๘-๘๒๓๒
ร่วมแสดงความคิดเห็นได้ที่ csbooksmile@cpall.co.th
<http://www.booksmile.co.th>



<http://howfarbooks.com>

ข้อมูลทางบรรณานุกรมหอสมุดแห่งชาติ
ดั่งตฤณ.

รักแท้มีครึ่ง.--กรุงเทพฯ : ฮาวฟาร์, ๒๕๕๕
๒๔๘ หน้า.

๑.จิตวิทยาประยุกต์ ๒.จิตวิทยาความรัก
I.ชื่อเรื่อง

ISBN 978-616-7743-00-4



คำนำสำนักพิมพ์

โยยหาความรักกันบ้างไหม?

ไม่ต้องสันนิษฐาน ก็รู้ว่าส่วนลึกของทุกคนปรารถนาให้อุ่นในรัก แต่คล้ายความรักจะประกาศกับโลกว่าถ้าอยากได้อุ่น ก็ให้อุ่นน้ำตา มาแลก!

ความเซ็ดหลาบนะหรือ? เมินเสียเถิด กลิ่นหอมหวานเย้ายวน แห่งรักเหมือนมนต์มายา ที่ครอบงำและสะกดจิตมนุษย์ให้หลงเวียนวน ปรารถนาไม่รู้เลิก จินตนาการอ่อนละไมไม่เคยหายไปจากใจคน จะนานจนเข้าใกล้วัยชราก็ได้โรยแรงวาดฝันไม่

ทุกครั้งที่เจอใครสะดุดตาผ่านเข้ามาในชีวิต จะชวนให้ออดถามตัวเองไม่ได้ ว่าคนนี้ใช่ไหม?

ใช่หรือไม่ใช่ เอาอะไรมาวัดกัน?

มีรักไม่ได้หมายความว่า จะสมหวังในรัก ไม่แม้แต่จะประกันว่าได้ลิ้มรสแห่งรักแล้ว กระทั่งพิธีสมรสก็ไม่แน่ ว่าเป็นงานประกาศข่าวมงคลอย่างเป็นทางการ หรือเป็นแค่งานหลอกตามหาชนให้หลงร่วมแสดงความยินดี โดยไม่เคยมีความสุขอย่างแท้จริงอยู่ที่ตั้งรับน้ำสังข์เลยด้วยซ้ำ!

หันไปทางไหน ก็ชินตากับการเห็นคนร้องโอดโอย แขนขา
ถูกกับดักแห่งรักตรึงแน่น ยากขนาดไหนกับการเจอคนยิ้มหวาน
แหวกว่ายสำราญในทะเลอมฤตอันขุดสร้างขึ้นด้วยสองหัวใจ

แล้วเราจะทำอย่างไรกันดี?

ถ้าความเข้าใจอันใดจะนำไปสู่คำตอบทั้งหมด พวกเราก็แสวงหา
ความเข้าใจนั้น เช่นเดียวกันกับทุกคนบนโลก

งานเขียนของคุณดังตฤณให้ความเข้าใจหลากหลาย และหนึ่ง
ในนั้นก็เป็เหตุผลที่ตรงไปตรงมา ทดลองและเห็นตามได้จริง ไม่ได้
เป็นแค่ปรัชญาที่เอาไว้แขวนผนังคู่กับรูปสวยเพื่อยื่นแขนงหน้าดู
อย่างเดียว

พวกเราเคยคัดข้อเขียนของคุณดังตฤณเกี่ยวกับความรัก และ
ได้จัดพิมพ์เป็นเล่มแจกฟรีมาก่อน ได้แก่ 'วาทะดังตฤณ' ฉบับ
ความรักหลากสี และ 'ดังตฤณวิไลสนา' ฉบับรู้จักรัก พบว่าได้ทำ
ความเข้าใจให้เกิดขึ้นในวงกว้าง เป็นประโยชน์อย่างที่พวกเราเองก็
คาดไม่ถึง

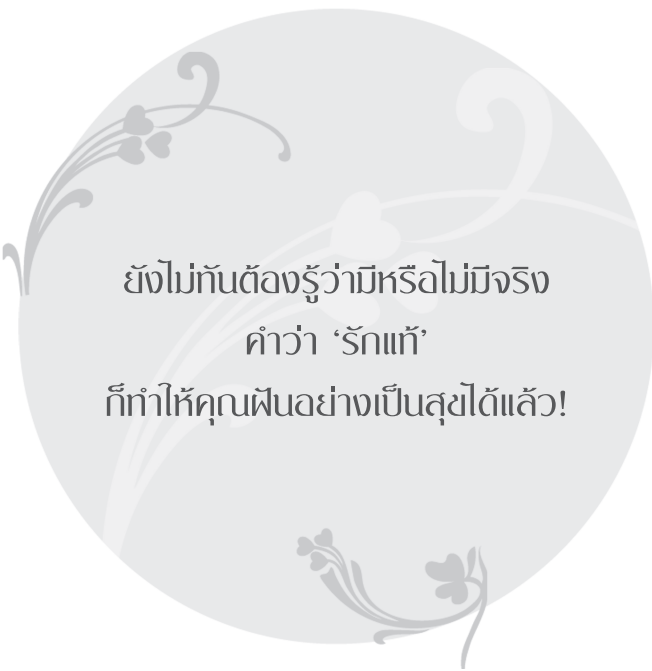
คุณดังตฤณเองก็แสดงความชื่นชมกับการคัดสรรของพวกเรา
และได้เห็นผลตอบรับจากคนอ่านหน้าใหม่ๆ ว่าเกิดแรงบันดาลใจ
อยากเปลี่ยนแปลงตัวเองเพียงใด ฉะนั้น คุณดังตฤณจึงดำริจะ
เขียนหนังสือเกี่ยวกับความรักขึ้นมาใหม่โดยเฉพาะ ให้ครอบคลุม
ที่มาที่ไปของความรักอย่างครบถ้วนในเล่มเดียว ไม่กระจัดกระจาย
เหมือนชิ้นงานเกี่ยวกับความรักอื่นๆ

และด้วยคำรื้อนี้ของคุณดังตฤณ พวกเราจึงเห็นควรที่จะร่วมมือ
ร่วมใจกัน ก่อตั้งสำนักพิมพ์ฮาวพาร์ขึ้นมา โดยมี **‘รักแท้มีจริง’** ซึ่ง
คุณกำลังถืออยู่นี้ เป็นการประเดิม และจะได้ทยอยจัดพิมพ์งานใหม่
ที่ทรงคุณภาพอื่นๆออกมาต่อไป โดยมีความมุ่งหวังสำคัญ คือจะได้
มีส่วนในการเปลี่ยนโลกนี้ให้ดีขึ้นบ้าง

ชายหญิงไม่ได้มาจากดาวคนละดวง คนทั้งปวงเกิดจากความ
ไม่รู้อันเดียวกัน ตลอดจนมีเหตุผลในการดำเนินชีวิตเหมือนกัน
นั่นคือกิเลสสั่งให้ทำอะไรก็ทำ สำนักพิมพ์ฮาวพาร์หวังว่าหนังสือ
‘รักแท้มีจริง’ จะช่วยให้ทุกคนเข้าใจเหตุผลที่ถูกต้องของการพบรักแท้

หนังสือเล่มนี้อาจไม่ใช่มนต์เรียกความรักให้มาหาคุณใน
สามวันเจ็ดวัน เพื่อจากคุณไปในสามวันเจ็ดวัน แต่หนังสือเล่มนี้จะ
ทำให้คุณใจเย็นลง ตลอดจนเต็มใจเปลี่ยนแปลงตัวเอง เพื่อพร้อม
จะพบชีวิตคู่ที่เป็นสุข ไม่ใช่ยอมลงทุนลงแรง เสียเวลาคอย เสียเวลา
คบ เพียงเพื่อได้อยู่กับรักที่เป็นทุกข์เหลือทน

สำนักพิมพ์ ฮาวพาร์



ยังไม่กันต้องรู้ว่ามิหรือไม่มีจริง
คำว่า ‘รักแท้’
ก็ทำให้คุณฝันอย่างมีความสุขได้แล้ว!



สารภักบทแห่ง รักแท้

ยังไม่ทันต้องรู้ว่ามิหรือไม่มีจริง คำว่า 'รักแท้' ก็ทำให้คุณฝัน
อย่างเป็นสุขได้แล้ว!

ระหว่างรักแท้กับนิทานรัก บางทีเรามักเอามาปนกัน ถ้าได้ยิน
ได้ฟังนิทานโรแมนติกหรือนิยายรักอมตะเรื่องใดแล้วเกิดความ
ประทับใจมากๆ ส่วนลึกของเราก็มักรอความรักแบบนั้นๆโดยไม่รู้ตัว

ตัวอย่างประสบการณ์ส่วนตัวของผมเองนะครับ มีรักแท้ใน
นิทานอยู่สองเรื่องที่น่าประทับใจ และคาดว่าคงยังฝังแน่นอยู่ในความ
ทรงจำไปจนตาย วันนี้จะเล่าให้ฟัง

นิทานรักเรื่องแรกเล่าผ่านเสียงเพลง Tie a Yellow Ribbon
Around the Old Oak Tree (ผูกริบบิ้นเหลืองรอบต้นโอ๊คทีนะ)
เนื้อหาของเพลงกล่าวถึงรักแท้ที่ไม่แพ้กาลเวลา และเป็นรักที่ชนะ
แม้ความน่ารังเกียจเดียดฉันท์ของอีกฝ่าย

เรื่องมีอยู่ว่านักโทษคนหนึ่งเพิ่งออกจากคุก หลังจากติดอยู่
นานสามปี และก่อนพ้นเขตทัณฑสถาน ก็ได้เขียนจดหมายถึงคนรัก
ว่าตอนนี้เขาเป็นอิสระแล้ว และสิ่งเดียวที่อยากรู้คือมีสิ่งใดที่ยังเป็น
หรือไม่เป็นของเขาอยู่

หากเธอยังต้องการเขา ก็ขอให้ผู้กริบบิ้นสี่เหล็องไว้อันหนึ่ง บนต้นไฉ้คใในสนามหน้าบ้าน หากนั่งรถบัสผ่านมาแล้วไม่เห็นริบบิ้น บนต้นไฉ้ค เขาก็จะไม่ลงจากรถบัส และผ่านเลยไปเพื่อลืมเรื่องราว แต่หนหลังเสีย กับทั้งจะตำหนิตนเองที่ก่อเหตุให้ต้องลงเอยอย่างนี้ ไมโทษเธอเลยที่ตัดสินใจอย่างนั้น

ทว่าเอาเข้าจริงพอใกล้จะถึงบ้าน เขากลับไม่กล้ามองคำตอบที่ รออยู่ ได้แต่ให้ว่วานคนขับรถให้ช่วยมองแทน ว่ามีสิ่งใใดอยู่บน ต้นไฉ้คระหว่างริบบิ้นกับความว่างเปล่า เขาได้รำพึงรำพันจนคนในรถ ใได้ยินอย่างหมดเปลือก ว่าที่แท้เขาเป็นนักโทษที่เพิ่งได้รับอิสรภาพ แต่เหมือนยังคงติดคุกอยู่ และมีเธอในบ้านหลังนั้นถือกุญแจดอกที่ จะปลดปล่อยเขาออกมาจากกรงขัง

กุญแจดอกนั้นก็ือริบบิ้นสี่เหล็องบนต้นไฉ้คซึ่งเขาเขียนมา ขอใไว้ เพียงมีริบบิ้นสี่เหล็องอันเดียวบนต้นไฉ้ค เขาจะเป็นอิสระ ทัณฑ์...

เมื่อรับทราบความนัย คนทั้งรถเลยพลอยเป็นหูเป็นตาแทน ให้พร้อมกัน ซึ่งหลังจากผ่านเวลาระทึก ทุกคนก็มาถึงเขตพิพากษา และบัดนั้นเองคนในรถก็พากันไซโยให้ร้องลั่น ทำให้หนุ่มผู้รอคอย คำตอบต้องลืมตาขึ้น และแทบไม่เชื่อสายตากับภาพที่เห็น เพราะ มีริบบิ้นนัรบร้อยทอประกายเหล็องอร่ามตอบรับสายตาอยู่บนต้นไฉ้ค!

ริบบิ้นหนึ่งอันจะน้อยไปกรรมัง คนรักของเขาคงเกรงจะไม่เห็น จึงสู้อุตส่าห์ให้คำตอบที่หนักแน่นออกมาจากหัวใจที่ยังเปี่ยมด้วยความรักท่วมทันขนาดนั้น!

เป็นความรักที่ยินยอมรอคอยด้วยความเชื่อลึกลับมั่นคง ไม่แปรใจเป็นอื่นทั้งรู้ว่าความรักของตนกลายเป็นไอซ์คิวบ์ไปแล้ว...

เมื่อเนื้อร้องมาประกอประกบกับท่วงทำนองและจังหวะที่รื่นรมย์ ผสมเศร้าได้อย่างลงตัว ทำให้นี่เป็นเพลงกินใจขนาดที่เกือบทุกคนฟังแล้วสะอึกอึ้งด้วยความตื่นตัน ถึงไม่เห็นตัวเธอ ก็เห็นภาพรักแท้ของเธอแจ่มชัดผ่านริบบิ้นนํ้าร้อยที่ถูกบรรจุผูกไว้ รวากับรักนั้นจะเข้ามาแบ่งบานเป็นนิรันดร์ในหัวใจคุณไปด้วย

เรื่องราวช่างน่าปลื้มจนอาจสะกดคุณให้ลืมนึกไปด้วยซ้ำใช่ไหมครับ ว่าอดีตหวานซึ่งชวนฉงนปานใด จึงบันดาลให้หญิงสาวปักใจรักชายสักคนได้มากมายปานนี้?

เพลงนี้โดนใจแฟนเพลงระดับโลกเลยละ เริ่มต้นความยิ่งใหญ่ในเดือนพฤษภาคม ๒๕๑๖ ด้วยยอดขายแผ่นเสียง ๓ ล้านชุดภายใน ๓ อาทิตย์ แถมออกอากาศอย่างต่อเนื่องแบบฮอตฮิตเป็นเวลา ๑๗ ปี! แม้กระทั่งถึงวันนี้ก็ยังมีเปิดให้ฟังประปรายที่โน่นที่นี้ ทุกวันนี้คุณเองก็ฟังได้จากอินเทอร์เน็ตทันที โดยใช้ชื่อเพลง Tie a Yellow Ribbon Around the Old Oak Tree ค้นหาได้จากเว็บแจกคลิปเช่น <http://youtube.com>

ความจริงก็คือเพลงนี้เสกสรรค์ปั้นแต่งขึ้นโดย เออร์วิน ลีไวน์ กับ รัสเซล บราวน์ ซึ่งกล่าวว่าได้ไอเดียเพลงจาก ‘เรื่องเล่าต่อๆกันมาอีกที’ ทว่านี่จะเป็นนิทานหรือตำนานปรัมปรามาแต่ไหนก็ตาม เพลงผูกริบบิ้นรอบต้นโอ๊คก็สะท้อนว่ามนุษย์ส่วนใหญ่ยอมฟังนิทานเรื่อง ‘รักอมตะชะกาลเวลามีจริง’ ด้วยกันทั้งนั้น

เมื่อชื่นชอบก็แปลว่าส่วนลึกของทุกคนหวังจะให้รักแท้มีจริง และอาศัยเพลงนี้เป็นเครื่องวัด รักแท้ในใจคนก็น่าจะหมายถึงความพิศवास ความผูกพัน ความมีใจเดียวทนทานและทำทลายกาลเวลา โดยไม่ยี่หระว่าจะมีเรื่องเลวร้ายขนาดไหนดาหน้ามาพิสูจน ขอเพียงมีตัวตนของคนรัก ขอเพียงได้มาซึ่งตัวตนนั้น ที่เหลือจะดีหรือร้ายเพียงใดก็ไร้ความหมายสิ้นเชิง

จบนิทานรักเรื่องแรก มาถึงนิทานรักเรื่องที่สอง เรื่องนี้เล่าผ่านภาพยนตร์โทรทัศน์ชุด Twilight Zone (แดนสนธยา) ชื่อเรื่องคือ To See the Invisible Man (เพื่อจะเห็นมนุษย์ล่องหนได้) ถ่ายทำตั้งแต่ปี ๒๕๒๘ ดัดแปลงมาจากเรื่องสั้นของ โรเบิร์ต ซิลเวอร์เบิร์ก

ตัวหนังบอกแต่แรกว่าเป็นโลกสมมุติ เป็นแดนสนธยา ซึ่งโลกนั้นผู้คนเต็มไปด้วยความโอบอ้อมและมีมนุษย์สัมพันธ์อันดีกับทั้งรังเกียจพวกทำตัวแปลกแยกจากสังคมเป็นอย่างยิ่ง คณะผู้ปกครองจึงตรากฎหมายโหดๆออกมาข้อหนึ่ง คือให้ถือว่าความเห็นแก่ตัวไม่เอาใคร ไม่ยิ้ม ไม่ทักทาย ไม่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเด็กสตรี และคนชรา จัดเป็นอาชญากรรมที่ต้องถูกลงทัณฑ์ ๑ ปี โดยที่ระหว่างการต้องทัณฑ์นั้น ห้ามใครพูดคุยกับอาชญากร ไม่ว่าจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน คนเดินถนน ตลอดไปจนกระทั่งเหล่ามนุษย์ล่องหนด้วยกัน หากใครคุยด้วยจะพลอยได้รับโทษ ต้องกลายเป็นมนุษย์ล่องหน ๑ ปีโดยไม่มีข้อยกเว้น!

งานนี้แอบคุยก็ไม่ได้นะครับ เพราะในแดนสนธยาจะมีหุ่น
สอดแนมทรงกลมลอยมาตักเตือน และถ้ายังขึ้นพูดคุยต่อจ้อไม่หยุด
ก็เสร็จเลย จะพลอยโดนลากตัวไปปรับโทษตามกันทันที

ตัวละครเอกมีนามว่า มิทเชล แชนพลิน เริ่มเรื่องขึ้นมาคือ
ฉากที่แชปพลินกำลังถูกตรึงข้อมือทั้งสองไว้กับแขนเก้าอี้ และโดน
ศาลไร้หน้าพิพากษาให้เป็นมนุษย์ล่องหนในข้อหา 'ซาเย้นต่อสังคม'
ซึ่งโดยนิสัยของแชปพลินแล้ว เขาไม่ได้สำนึกผิดหรือกระทั่งแคร์กับ
บทลงโทษนั้นแม้แต่น้อย แถมยังแค้นหัวเราะเอื่อยเย้ยศาลเสียอีกว่า
ศาลเป็นบ้าหรือไง ที่คิดว่าทัศนกรรมพรรคนี้จะทำอะไรคนอย่าง
เขาได้

เครื่องหมายของมนุษย์ล่องหนคือแผลเป็นน่าเกลียดกลาง
หน้าผาก ใครก็ตามเห็นแผลเป็นนี้เข้าเป็นต้องหลีกเลี่ยงกันกระเจิด-
กระเจิง เพราะเกรงกลัวโทษของการเข้ามาสูงลิ้นกับมนุษย์ล่องหน
ดังนั้นหลังกลับออกสู่โลกภายนอกพร้อมหน้าผากประทับตราบาป
ก็ไม่มีใครกล้าหยุดท้าทายเสวนากับแชปพลินเลย แม้แต่คนรู้จัก
ที่เคยสนิทสนมกัน

ช่วงแรกแชปพลินออกจะสบายอารมณ์ด้วยซ้ำที่ผู้คนแก่งไม่เห็น
เขา ปล่อยให้เขาทำอะไรลำเส้นแคไหนก็ได้ เช่น เมื่อพนักงาน
ตักอาหารทำเป็นเมิน เขาก็กระโดดข้ามเคาน์เตอร์ไปเลือกตักอาหาร
เอาตามใจชอบ หรือเมื่อพนักงานสปาทำเป็นไม่สน เขาก็เข้าไปดู
ผู้หญิงแก้ผ้าในห้องอบไอน้ำ พร้อมกระเช้าเหย้าเหย้านานา โดย
ไม่มีสาวโฉบตาหรือแม้แต่จะกล้ากระโตกกระตากไวยวายเลยสักนาง

ทว่าวันเวลาผ่านไป ความครึกครื้นของการทำเรื่องเล็กๆก็ค่อยๆ หดหาย กลับกลายมาเป็นความรู้สึกว่าโลกเงียบเหงา ยิ้มเยาะโลก ของแซปพลินค่อยๆ หุบลงทีละน้อย เพราะไม่มีใครคุยกับเขาจริงๆ ไม่แม้แต่จะแสดงที่ท่าว่าเห็นเขา เหมือนเขาแปรสภาพเป็นอากาศธาตุ ไปแล้ว นั่นเองบีบให้แซปพลินเริ่มหาคนคุยด้วย โดยเริ่มจากมนุษย์ ล่องหนที่มีผลเป็นหน้าเกลียดบนหน้าผากเหมือนกัน แต่ไม่สำเร็จ เพราะทุกคนต่างหวาดกลัวการได้รับโทษเพิ่ม โอกาสเป็นอิสระจะ กลับถูกยึดให้ห่างออกไปอีก

แซปพลินยิ่งรู้สึกแย้ขึ้นเรื่อยๆ แม้แต่ชายตาบอดที่หลงทัททาย เขา ให้โอกาสเขาเอ่ยนามแนะนำตัวหลังจากไม่ได้ยินชื่อตนเองมา เนิ่นนาน ก็ลุกหนีทันทีที่มีคนมากระซิบบอกว่ากำลังคุยอยู่กับใคร แถมด่าฟากทั้งทำโทษฐานที่แซปพลินเกือบทำให้ตนพลอยช่วย ไปด้วย

เมื่ออดรนทนไม่ได้ พอเจอเพื่อนมนุษย์ล่องหนด้วยกันเป็น สาวน้อยหน้าตาบอบบางไม่รับคนหนึ่ง แซปพลินก็กล้าเข้าไปอ้อนวอน แบบลื่นท่า เหมือนขอทานไร้ศักดิ์ศรีที่ขอรับเพียงการพูดจาสนทนา กับเขาสักแค่นั้นทีเดียว

แต่สาวน้อยหน้าบูดนางนั้นก็ตัดใจปฏิเสธโดยไม่เอ่ยอะไร ลักคำ เดินหนีท่าเดียว ทั้งที่เห็นแซปพลินร้องไห้คร่ำครวญขอความ เมตตาอยู่เช่นนั้น นั่นเพราะเธอกลัวบทลงโทษที่จะเพิ่มขึ้นเกินกว่า จะเห็นแก่มนุษยธรรมใดๆ

คืนหนึ่งขณะที่แซปพลินกำลังเดินโดดเดี่ยวไปตามทางนั้นเอง เขา เห็นวัยรุ่นนกรวมเมืองกำลังขโมยรถคันหนึ่ง และเมื่อพวกนั้นเห็น รอยแผลเป็นบนหน้าผากของแซปพลิน ก็ขับรถที่ขโมยมานั้นเอง ไล่ชนแซปพลินเปรี้ยงเข้าให้ ผลคือแซปพลินขาหัก แต่หมอไม่รับ รักษา และถูกปล่อยให้อยู่ในอนนิตตัวไปมาด้วยความเจ็บปวด ส่งเสียง ร้องโหยหวนทั้งคืนโดยปราศจากคนเหลียวแล เพราะความเป็น ความตายของนักโทษล่องหนมีค่าเท่ากับศูนย์ ไม่มีใครต้องรับผิดชอบ หากมนุษย์ล่องหนต้องเสียชีวิตลงด้วยการถูกทอดทิ้ง

วันคืนอันเหน็ดหนาวทฤโหดผ่านไป แล้วในที่สุดวันรับอิสรภาพ ก็มาถึง ใบหน้ากระด้าง แหวดสาเหี้ยนเห็นแก่ตัว กับรอยยิ้มเย้ย โลกแบบเดิมๆหายไป แซปพลินกลายเป็นอีกคนที่แค้นคน ยิ้มเป็น อากัปกริยาอ่อนโยนลง และพูดคุยกับคนรู้จักด้วยท่าที่เป็นมิตร มากมาย

เรื่องน่าจะจบด้วยดีสำหรับชายหนุ่มผู้ได้รับบทเรียนอย่างสาสม รายนี้ แต่ก็ไม่ง่ายเช่นนั้น เมื่อแซปพลินเดินไปบนฟุตบาทอยู่ดีๆ ก็ปะเข้ากับเด็กสาวล่องหนที่เขาเคยอ้อนวอนขอคุยกับเธอ ที่แรก แซปพลินเบือนหน้าหนีแสดงท่าเพิกเฉยทันที เพราะไหนจะยังสยอง กับโทษทัณฑ์ที่เพิ่งผ่านมายกๆไม่หาย และไหนจะแค้นเคืองที่ ครั้งหนึ่งเคยถูกเธอปฏิเสธอย่างไร้เยื่อใยมาก่อน

แต่เธออยู่ในช่วงทรมานเกินทน จนยอมเป็นขอทานไร้ศักดิ์ศรี ที่เรียกร้องคำสักคำหนึ่งจากเขา เธอวิ่งไล่ฮือ วอนขอไม่ให้เขาหันหนี

เขาจะพูดอะไรก็ได้ เธออยู่ตรงนั้น และไม่อยากจะเป็นมนุษย์ล่องหนอีกแล้ว

น้ำเสียงขมขื่นที่เกิดจากการผ่านคืนวันอันโหดร้าย ประกอบกับการหยุดยั้งกัมหนำร่องให้อย่างสิ้นท่าของเธอ ทะลวงผ่านปราการแห่งความกลัวและความผูกใจเจ็บของแซปพลินได้สำเร็จ แม้เขาจะได้ยินหุ่่นสอดแนมบินมาหึ่งๆ ชายหนุ่มก็ปลงตก ทิ้งกระเป๋าลือลงกับพื้นและเป็นฝ่ายหันกลับไปสวมกอดเด็กสาว ด้วยท่าทีของผู้พร้อมจะอยู่ตรงนั้นเพื่อให้ความอบอุ่นกับเธอ

เธอร้องไห้โฮและกอดตอบด้วยความขอบคุณ แซปพลินพร่ำบอกเธอด้วยถ้อยคำที่ครั้งหนึ่งเขาเคยโยยหา นั่นคือเธอไม่ใช่มนุษย์ล่องหน เขาเห็นเธอ เธอมีเลือดเนื้อและตัวตนให้เขาแคร์...

หุ่่นสอดแนมก็ลอยต่ำลงมาสู่เป็นครั้งสุดท้าย ว่าหากไม่ออกห่างมนุษย์ล่องหน เขาจะต้องกลายเป็นมนุษย์ล่องหนอีก แต่แซปพลินก็ไม่ได้คลายอ้อมแขนออก และยังคงปักหลักเป็นที่พึ่งให้แก่เธอ ทั้งรู้ชะตากรรมว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับตนต่อไป

หลังจากชดใช้บาปแห่งการเป็นคนเห็นแก่ตัวมาหนึ่งปีเต็ม แซปพลินไม่ใช่แค่ดีขึ้น แต่กลายเป็นใครอีกคนที่ไม่อาจหาใครดีเท่าหน้าที่แห่งการเสียสละที่ยิ่งใหญ่ของแซปพลินประทับอยู่ในใจผมไม่รู้เลือน ขอเพียงคุณเข้าถึงความรู้สึกของแซปพลิน ก็เท่ากับคุณเข้าถึงชั่วขณะแห่งรักแท้อันอบอุ่นและงดงามยิ่งแล้ว

ในความเป็นจริง จะมีใครหน้าไหนยอมเป็นความมอບอู่ให้กับคนที่เคยทอดทิ้งตนไว้กับความเย็บเย็นเล่า?

หากดูเรื่องนี้อย่างพยายามถอดรหัสสัญลักษณ์ ก็พบว่าผู้ประพันธ์พยายามบอกว่าพวกเราเป็นมนุษย์ มีหัวใจและจิตวิญญาณที่น่าจะสูงส่ง แต่ก็มักละเลยหรือดูดาต่อเสียงร้องขอความช่วยเหลือจากมนุษย์ที่ด้อยโอกาสกว่า รวากับพวกเขาไม่มีตัวตน หรือเป็นเพียงอากาศธาตุ

เรื่อง To See the Invisible Man ฉายให้เห็นว่า ‘เพื่อจะเห็นคนไร้ค่าและได้ยินเสียงร้องขอความช่วยเหลือจากพวกเขา คุณต้องมีน้ำใจยิ่งใหญ่ผิดมนุษย์ธรรมดา และเพื่อมีน้ำใจยิ่งใหญ่ได้ขนาดนั้น คุณอาจจำเป็นต้องผ่านความทุกข์แบบเดียวกันมาเสียก่อน’

ประเด็นนี้สอดคล้องกับธรรมชาติกรรมวิบากอย่างดีทีเดียว **คือถ้าคุณเห็นแก่ตัว วันหนึ่งคุณจะไร้ค่าและไม่มีใครเหลียวแล**

ยิ่งไปกว่านั้น เรื่องนี้ยังให้บทสรุปทางความรักที่มีค่า น่าจดจำทีเดียวครับ นั่นคือ **‘ความอยากช่วยนั้นแหละ คือต้นทางของรักแท้!’** คุณจะเข้าถึงรักบริสุทธิ์ที่ไม่เจือด้วยเหยื่อล่อใดๆแม้กระทั่งเซ็กซ์ได้ก็ต่อเมื่อ ‘ใจดี’ มากพอเท่านั้น คุณสามารถดูคลิปได้ที่ <http://youtube.com/watch?v=JSKKppfQx0> นะครับ หนึ่งจะตัดหลายฉากหน่อย แต่ก็รู้เรื่องตลอดตั้งแต่ต้นจนถึงฉากสำคัญสุดท้าย

เอาละ! กล่าวถึงรักแท้ในนิทานพอเป็นกระสายไปแล้ว คราวนี้คงถึงเวลากล่าวถึงรักแท้ในโลกความเป็นจริงบ้าง

หนังสือเล่มนี้ตั้งใจบอกคุณว่า รักแท้ไม่ได้มีอยู่ก่อน และไม่เคยหายไปไหนเลย มันขึ้นอยู่กับว่าเมื่อไหร่ใครจะสร้างสำเร็จเท่านั้น

และเมื่อสร้างรักได้แล้ว คุณต้องรู้วิธีรักษาด้วย โดยการเข้าใจ กฎธรรมชาติที่สำคัญประการหนึ่งคือ ถ้าไม่สร้างอนิจจังขึ้น คุณจะต้องประสบกับอนิจจังขาลงเป็นธรรมดา

แม้จะยังไม่พบรักแท้ในระหว่างอ่านหนังสือ อย่างน้อยก็ขอให้ คุณสงบพอจะเป็นคนรอได้ เป็นสุขอยู่กับตัวเองได้ ไม่ปมปามตาม อารมณ์ และถ้าวันหนึ่งมีใครเคียดขี้ข้าง ก็ไม่สร้างทุกข์ให้กับเขาด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์เหมือนที่ผ่านมารับ

ณ ย่อหน้าจบนี้ อยากเปิดเผยว่าที่เล่านิทานรักสองเรื่องให้ฟัง ก็เพราะอยากให้คุณอ่านหนังสือจบอย่างคนที่กำอำนาจสร้างรักแท้ไว้ในมือ ส่วนจะสามารถสร้างรักหวานซึ่งตรึงตราทำกาลเวลาได้อย่างใน เพลง Tie a Yellow Ribbon Around the Old Oak Tree หรือสร้างรักที่ยิ่งใหญ่ขนาดสอนโลกได้เหมือนในหนัง To See the Invisible Man อย่างไรไม่สำคัญ สำคัญที่ขอให้เป็นรักแท้ก็แล้วกัน เพราะนั่นจะทำให้โลกที่กำลังขาดความรักอย่างรุนแรงใบนี้ ดูดีขึ้นกว่าเดิมเสียทีครับ

ดังตฤณ

พฤษภาคม ๒๕๕๑



สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์	๓
อารัมภบทแห่งรักแท้	๗
บทที่ ๑ รักแท้คือ...	๒๑
บทที่ ๒ สร้างเสน่ห์	๒๙
เสน่ห์จากบุญเก่า	๓๐
เสน่ห์อย่างชาย	๔๕
เสน่ห์อย่างหญิง	๕๒
เสน่ห์แห่งความคิด	๕๘
บทที่ ๓ เลือกคนที่ใช่	๖๗
ความรู้สึกในช่วงแรกคบ	๗๐
ความสามารถในการพูดคุยกัน	๑๐๔
ความสามารถในการทำเรื่องดี ๆ ร่วมกัน	๑๑๙

บทที่ ๔ รักษาความรู้สึก	๑๒๙
ทำอะไรจะอยู่ด้วยกันตลอดไป?	๑๖๔
ทำอะไรจะรู้ใจกันได้?	๑๗๕

บทที่ ๕ จากเป็นจากตาย	๑๙๕
จากเป็น	๑๙๗
จากตาย	๒๐๕

บทที่ ๖ รักเหนือรัก	๒๑๑
ยกระดับรัก	๒๒๕
ยกระดับบุญ	๒๓๔





รักแท้จะมีจริง
แต่ที่จริงกว่าคือกิเลส!



บทที่ ๑ รักแท้คือ...

รักแท้ในความรู้สึกของคนทั่วไป หมายถึงรักจริงหวังแต่ง แต่งแล้วอยู่กันยืดยาวจนถือไม้เท้ายอดทองกระบองยอดเพชร ที่สำคัญคือต้องมีความสุขกับการอยู่ร่วมกัน ไม่รังเกียจกันเลยตั้งแต่ต้นจนปลาย ทั้งนี้เพราะรักแบบชายหญิงหมายถึงความรู้สึกยินดีในอีกฝ่าย ส่วนคำว่า 'แท้' หรือ 'จริง' นั้นหมายถึงยืนยงคงกระพันไม่กลับเปลี่ยนเป็นอื่น

ที่กล่าวได้เต็มปากเต็มคำว่ารักแท้มีจริง ก็เพราะเมื่อกวาดตามองบรรดาผู้เฒ่าผู้แก่ตามงานศพคนชรา คุณสามารถหาตัวอย่างคู่ครองที่เข้าช่วยข้างต้นได้ไม่ยากจนเกินไป

แต่ถ้าพยายามถามไถ่ ว่าทำไมจึงมีรักแท้เช่นนั้นได้ ก็อาจพบว่าพวกท่านไซ้จะตอบให้คุณหายสงสัยง่าย

ยกตัวอย่างเช่นเมื่อแอบซูดค้อยเอาความจริงแบบเปิดอก ฝ่ายชายอาจบอกว่าฝ่ายหญิงเหมือนเทพธิดาในฝัน อยู่ใกล้แล้วทำให้รู้สึกแสนดีอย่างประหลาด และความรู้สึกแสนดีนั้นก็ไม่เคยเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพร่างกายเลย กลับจะดีขึ้นทุกวันเสียอีก

ส่วนฝ่ายหญิงอาจเปิดอกในอีกห้องหนึ่ง ว่าอันที่จริงแล้วฝ่ายชายน่ารำคาญออกจะตาย เธอต้องปรับตัวเป็นลิปปีกว่าจะชินกับการอยู่ร่วมกับเขา แต่ความอบอุ่นและเสน่ห์จากฝ่ายชายก็มีพลังดึงดูดอย่างลึกลับ อย่างน้อยก็ไม่เคยทำให้เธออยากห่างเขาไป แม้จะเบื่อหน่ายระอิดระอากับความเป็นเขามิใช่น้อยก็ตาม

ลองถามคู่รักวัยชราที่อยู่กันมาหลายสิบปีให้ได้หลายๆคู่ แล้วคุณจะสับสนว่าเหตุผลของการอยู่กันได้ตลอดรอดฝั่งคืออะไรกันแน่ คำตอบอาจเป็นอะไรที่แม่แต่คู่แท้ก็นึกไม่ถึง หรือตอบถูกเพียงบางส่วน

เพื่อจับจุดให้ถูกว่ารักแท้เกิดจากอะไร ก็อย่าเริ่มมองสิ่งที่ไม่ให้เห็น แต่ให้หันหนึ่งกันจากสิ่งที่จับต้องได้เสียก่อน ดังเช่นร่างกายอันเป็นพื้นยื่นของการมีชีวิตมนุษย์ **เริ่มต้นที่สุดเลยกายเปล่าๆไม่รู้จักความรัก ร่างกายรู้จักแต่ราคา**

หมายความว่าถ้าเอาร่างกายชายหญิงมาอยู่ใกล้กัน ความดึงดูดทางเพศจะเกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องมีใครบงการ เพราะกายเป็นวัตถุทางเพศโดยตัวเอง มีพลังขับเคลื่อนทางเพศในตนเอง ทำให้คุณ

เกิดสัญชาตญาณทางเพศเองโดยไม่ต้องเรียนรู้จากไหน รวากับร่างกายเป็นวัตถุดิบปลั่งตึงดูดีกันได้ และพลังที่ตัวเองก็รบกวนจิตให้เกิดราคะกระสันอยาก กระทั่งต้องยอมโอนอ่อนผ่อนตามไปทำเรื่องบนเตียงในที่สุด

หากเป็นเหล่าสัตว์เดรัจฉานก็คงไม่ต้องมีพิธีรีตองกันมาก ถึงฤดูอยากเมื่อไรก็สมสู่กันให้เสร็จๆ ไม่ต้องเจรจากันมากความ **หว่า มนุษย์เป็นสิ่งที่ชีวิตที่รู้สึกได้ว่าเซ็กซ์เป็นเรื่องต่ำ เป็นเรื่องของสัญชาตญาณดิบ ไม่ใช่สำนึกรู้สึกอันประณีต มนุษย์จึงต้องสกัดกันตนเองมิให้ตกต่ำด้วยการมีเซ็กซ์ไม่เลือกหน้าแบบสัตว์**

โดยธรรมชาติมนุษย์เป็นผู้มีใจสูง มนุษย์จึงต้องการแสดงให้เพื่อนร่วมเผ่าพันธุ์เห็นว่าตนมีจิตสำนึกมากพอจะควบคุมสัญชาตญาณดิบ ยิ่งใครแสดงว่าควบคุมได้มากเพียงใด ใครๆก็จะยกย่องว่ามีจิตใจสูงส่งขึ้นเพียงนั้น **แต่ถ้าไม่มีเอาเสียเลย ก็ถูกเพื่อนร่วมเผ่าพันธุ์หว่า ‘ผิดปกติ’ เข้าให้อีกเหมือนกัน**

ทางออกที่เหมาะสมคือ ‘มนุษย์ปกติ’ จะต้องมีความสามารถแปลงสัญชาตญาณดิบให้กลายเป็นจิตสำนึกที่สูงงอมแล้ว คือมีเพศสัมพันธ์เฉพาะกับคู่ครองในที่ลับ ไม่มีใครรู้เห็นหรือได้สิทธิ์ร่วมสนุกด้วย

ธรรมเนียมของการมีคู่ครองในหมู่มนุษย์นั้น เป็นเรื่องของภาพลักษณ์อันสง่าผ่าเผย ก่อให้เกิดความรู้สึกอันประณีตและมีศักดิ์ศรี นับแต่การสู่ขอหญิงสาวจากเจ้าของเดิมคือพ่อแม่ ไปจนกระทั่งจัดทำ

พิธีหมั้นเพื่อเป็นสัญญาระหว่างครอบครัว แล้วลงเอยด้วยพิธีแต่งงาน ประกาศให้โลกรู้ว่าจะมีการส่งตัวเข้าเรือนหอในที่สุด หาได้จุดกันมา หรือพากันหนีแต่อย่างใด

พูดให้สั้นที่สุด โดยศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ เช็กซ์ต้อง ถูกเก็บไว้ท้ายสุด ศักดิ์ศรีต้องนำมาข้างหน้าสุด แต่ที่สุดของที่สุดคือ เริ่มต้นด้วยเช็กซ์ และลงท้ายด้วยเช็กซ์อยู่นั่นเอง

บางคนอาจเถียงว่าไม่จริงเลย ตนเองไม่ใช่คนชอบเช็กซ์ การแสวงหาคู่ครองของตนเป็นไปเพื่อให้ได้เพื่อนแก้เหงาเท่านั้น แต่ถ้าถามกลับว่า 'แล้วความเหงามันมาจากไหน? ทำไมต้องเอาเพศตรงข้าม มาเคียงกัน?' อันนี้คงทำเอาคนเถียงอ้าอึ้งและอ้อมแอ้มตอบทำนอง 'ก็เพื่อให้เป็นไปตามธรรมชาติ'

ธรรมชาติคืออย่างไร? ธรรมชาติคือทุกคนต้องมีเพศประจำตน ไม่หญิงก็ชาย **ความเป็นเพศหนึ่งๆนั้นแหละ คือที่มาของความรู้สึกขาด ต้องการคู่ประกบ ต้องการส่วนเติมเต็มเต็มที่หายไปของเพศตน**

หากคุณเป็นคนหนึ่งที่มีเพศ ก็ขอให้ทราบว่ามันมาจากตรงนั้นแหละ ที่ตัวคุณถูกออกแบบให้เหงา และความเหงาจะเป็นตัวการบีบให้คุณ คิดถึงการแสวงหาคู่ ส่วนจะเจอคู่แบบไหน เพศเดียวกันหรือตรงข้าม อันนี้ก็ต้องว่ากันไปตามชะตากรรม

สรุปคือก่อนมีความรักทุกคนมีราคะ ราคะเป็นของติดตัว ไม่ใช่สิ่งที่ต้องสร้างขึ้นภายหลัง รักแท้อาจมีจริงหรือไม่มีอยู่เลย ยังต้องพิสูจน์หรือถกเถียงกัน แต่กิเลสราคะนี้ไม่ต้องพิสูจน์หรือ

ตกเตียงที่ไหนให้เสียเวลา ทุกคนมีราคะหมด และสัญลักษณ์ของราคะก็คือการมีเพศนั่นเอง พอตายแล้วเกิดใหม่คุณอาจหลงลืมรักแท้ไปเสียสนิท แต่คุณจะไม่มีทางลืมราคะ トラบเท่าที่ต้องอาศัยเพศชายหรือเพศหญิงเป็นเครื่องปรากฏในภพชาตินั้นๆ

และเมื่อความรักมีรากมาจากราคะ ความรักก็พังได้เพราะราคะเช่นกัน **คู่รักจะเลิกกันก็ด้วยเหตุใหญ่สองประการ หนึ่งคือหมดความยินดีในคู่ของตน สองคือเกิดความยินดีในคนอื่นยิ่งกว่าคู่ของตน**

รักแท้แม้ไม่จริงเท่ากิเลส แต่ก็สูงส่งเหนือกิเลสได้ ขอเพียงคุณเข้าใจและรู้วิธีสร้างความรักที่เป็นอิสระจากราคะ และเมื่อเป็นอิสระจากราคะก็ย่อมไม่พังเพราะราคะ กล่าวคือต่อให้คู่ของคุณหมดสมรรถภาพทางเพศ คุณก็จะยังคงรักเขาหรือเธอไม่เปลี่ยนแปลง หรือต่อให้ใครที่เลิศเลอกว่าคู่ของคุณผ่านเข้ามารบกวนจิตใจให้ไขว่ไขว ในที่สุดคุณก็จะเห็นคู่ของคุณมีค่าเหนือกว่าอยู่ดี จะมีสัมพันธ์ทางเพศก็เฉพาะกับคู่ของคุณเพียงคนเดียว

โจทย์คือทำอย่างไรจะสร้างรักอันทรงพลังและมีอายุยืนให้เกิดขึ้น คำตอบคือเนื้อหาที่เหลือของหนังสือเล่มนี้ครับ

หวังว่าบทนี้คงช่วยให้คุณตื่นจากฝันส่วนตัว
ที่เอาแต่นึกว่ารักแท้ไม่มี
หรือมีก็เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์สูงส่งเกินเอื้อม
เพราะแท้จริงความรักก็คือกิเลสดี ๆ นี่เอง

เมื่อคุณมีความเข้าใจที่ถูกต้อง
ก็ถึงเวลาพร้อมจะยอมเล่นตามเกมของความรัก
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือรู้ให้ชัดว่า
ความรักเรียกร้องสิ่งใดเป็นอันดับแรก

รักแท้จะตามหาความถูกต้อง
เป็นอันดับแรก
ฉะนั้นก้าวแรกของคุณ
จึงไม่ใช่การกวาดตาหาคนถูกต้อง
แต่เป็นการรู้จักทำตัว
ให้นำถูกต้องเสียก่อน!



บทที่ ๒ สร้างเสน่ห์

วิธีที่คุณจะพลาดรักแท้ไปจนตายนั้นง่ายนิดเดียว คือทำอะไรตามใจตัวเองไปเรื่อยๆ

ต่อเมื่อทำความเข้าใจอย่างถูกต้องว่ารักแท้ก็คือกิเลสอย่างหนึ่ง คุณคงเลิกหลงสำคัญผิดคิดว่ารักแท้ไม่ต้องการอะไรเลย **คุณจำเป็นต้องลงทุนออกแรงตามใจรักแท้บ้าง ไม่ใช่เอาแต่ตามใจตัวเอง**

เมื่อกิเลสต้องการแรงดึงดูดใจ รักแท้ก็ต้องการแรงดึงดูดใจเช่นกัน ถ้าคุณไม่มีแรงดึงดูดใจอยู่ในตัว ก็อย่าไปถามหารักแท้ให้เหนื่อยเปล่า

แรงดึงดูดให้ติดใจ หรือเครื่องเร้าใจให้หลงรักนั้น เราเรียกกันว่า ‘เสน่ห์’ ใครมีเสน่ห์มากแปลว่าคนนั้นน่าติดใจมาก หรือเข้ายวนชวนให้ใครต่อใครตกหลุมรักได้ยิ่งกว่าคนทั่วไป

คนส่วนใหญ่เชื่อว่าเสน่ห์เป็นสิ่งที่สร้างไม่ได้ เพราะเป็นของติดตัวมาแต่เกิด ซึ่งก็เป็นความเชื่อที่ครึ่งผิดครึ่งถูก **ขอเพียงรู้เหตุผลอย่างแท้จริงว่าเสน่ห์เกิดจากกรรมและจิตแบบไหน คุณก็อาศัยกรรมและจิตแบบนี้สร้างเสน่ห์ขึ้นมาในตัวได้**

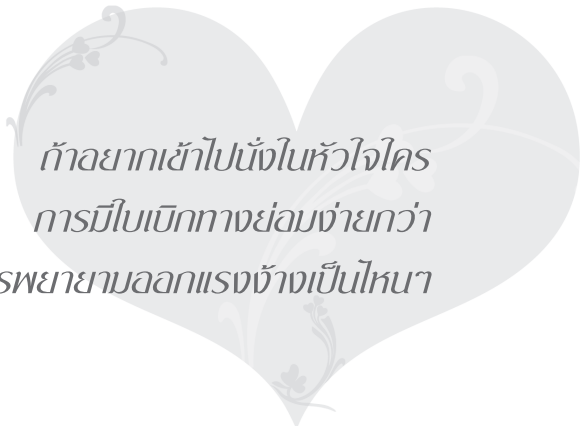
บทนี้เรามาทำความรู้จักกับเสน่ห์ที่มนุษย์ ในแบบที่จะรู้ลู่วางสร้างเสริมให้คุณพร้อมเป็น ‘แม่เหล็กดึงดูดความรัก’ จะได้ไม่ต้องออกทะเลจนพลิกแผ่นดินหาเองให้เหนื่อยเปล่า

เสน่ห์จากบุญเก่า

มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่บ้ำรูป บ้ำเสียง บ้ำกลิ่น บ้ำรส บ้ำสัมผัส ดังนั้นความมีรูปร่างและเนื้อหอมจึงเป็นข้อได้เปรียบ นี่เป็นสิ่งที่รู้ๆกัน แต่ที่**ไม่รู้เลยคือสิ่งใดเป็นตัวกำหนดให้คนเราต่างกันดังเช่นที่เห็นๆอยู่**

คนที่รู้นั้นแหละครับได้เปรียบอย่างแท้จริง เพราะต่อให้เดิมทีมีเสน่ห์ทางรูปร่างน้อย ก็เพิ่มให้มากขึ้นได้ด้วยความรู้ความเข้าใจที่ตรงทาง และในทางตรงข้าม คนไม่รู้ก็อาจลดเสน่ห์ที่เคยมากให้น้อยลงได้อย่างน่าใจหาย

สิ่งปรุงแต่งให้รูปร่างดูดีมีเสน่ห์คือ ‘บุญ’ และบุญเก่าก็เป็นยิ่งกว่าเวทมนตร์ เพราะเวทมนตร์เนรมิตรูปลงตาได้เพียงชั่วคราว แต่บุญเก่าบันดาลรูปจริงเป็นหน้าเป็นตาให้คุณได้ทั้งชาติ!



ถ้าอยากเข้าไปนั่งในหัวใจใคร
การมีใบเบิกทางย่อมง่ายกว่า
การพยายามออกแรงข้างเป็นไหนๆ

บุญเก่าทำงานอย่างไร? ก็ปรุงแต่งของน่ารักน่าใคร่ให้เกิดขึ้น
ในคุณใจครับ!

สัดส่วนที่ลงตัวของรูปพรรณสัณฐานจะเตะตาให้ ‘อยากมอง’
แก้วเสียงที่นุ่มนวลกระจ่างซัดจะสะกดหูให้ ‘อยากฟัง’ ความน่ามอง
น่าฟังจะดึงดูดีใจให้ไหลหลง แล้วนำไปสู่ความ ‘อยากเป็นเจ้าของ’
ในที่สุด

ดังนั้นถ้ามีคนอยากเป็นเจ้าของคุณทันทีเพียงเมื่อเห็นคุณ
ปรากฏตัว ก็แปลว่าเสน่ห์จากบุญเก่าของคุณแรงไม่เบา และยัง
จำนวนคนอยากเป็นเจ้าของคุณมากขึ้นเท่าไร ก็พิสูจน์ว่าเสน่ห์จาก
บุญเก่าของคุณไม่ธรรมดาอย่างยิ่งขึ้นเท่านั้น

เมื่อโตขึ้นมา แต่ละคนย่อมรู้ว่าตนเองมีรูปร่างหน้าตาเป็น
‘ใบเบิกทาง’ หรือ ‘ใบสละสิทธิ์’ สำหรับผู้ที่ตระหนักชัดว่ามีหน้าตา
เป็นใบสละสิทธิ์ก็อย่าเพิ่งเสียกำลังใจ ขอให้จำไว้ว่า **ใบสละสิทธิ์มิใช่**
สิ่งที่คุณเต็มใจถือมาแต่แรก แล้วก็**ไม่มีใครห้ามคุณยกระดับมันขึ้น**
เป็นใบเบิกทางด้วย ขอให้รู้วิธีเถอะ!

ส่วนพวกที่มีไบเบิกทางหลายไบก็อย่าชะล่า เพราะแม้ไบเบิกทางทำให้คุณได้เปรียบ แต่ก็ไม่ประกันว่าจะรักษาความพิศวาสของใครไว้ได้นาน

ช่องทางสร้างไบเบิกทางอยู่ที่ไหน? ก็อยู่ที่การพูดคุยกันตามธรรมดาเนี่ยแหละครับ สิ่งที่คุณควรทำความเข้าใจคือ **รักแท้เกิดขึ้นจากการสื่อสาร ไม่ใช่การจ้องหน้ากัน**

พูดให้ฟังง่ายคือความหลงรักอาจเกิดจากการจ้องหน้า แต่ถ้าหวังรักแท้ก็ต้องคุยกันให้เกิดความประทับใจและอยากใกล้ชิดได้ด้วย **เมื่อใดเข้าใจลึกและมีโอกาสพูดคุยกัน คนจะไม่ได้มองรูปทรงองค์เอวของคุณ ส่วนใหญ่สิ่งที่จะกระทบใจพวกเขาคืออากัปกริยานัยน์ตา และน้ำเสียง ฉะนั้น ถ้าคุณปรับปรุงเครื่องมือสื่อสารในตัวเองให้จับตาพวกเขาได้ ก็เท่ากับคุณมีไบเบิกทางไม่น้อยหน้าใครอยู่เหมือนกัน**

ต่อให้คุณมีไบเบิกทางระดับเฟิร์สคลาสในมือ แต่ดันมีอากัปกริยานัยน์ตา และน้ำเสียงเป็นไบสลละสิทธิ์ ก็เท่ากับตัดอายุไบเบิกทางลงไม่อาจถ่างทางไปสู่รักแท้ได้ถึงไหน

วิธีเพิ่มเสน่ห์ทางอากัปกริยา นัยน์ตา และน้ำเสียงนั้น มีมากมายร้อยแปดพันประการ แต่ในที่นี้ผมจะให้ทางลัดชนิดที่เห็นผลทันใจ และไม่ต้องเดินทางไปยังศูนย์พัฒนาบุคลิกภาพแห่งใดในโลกทั้งสิ้น

มาว่ากันเป็นอย่างไรเลยนะครับ

๑) อากัปกิริยา

อากัปกิริยาที่เป็นเสน่ห์ ไม่ใช่การพยายามดัดจริตเคลื่อนไหวให้โก้เก๋ แต่เป็นการเคลื่อนไหวที่แสดงถึงความรู้สึกตัว รู้จักจังหวะจะโคน จับไวในเวลาที่เหมาะสม จับเข้าในเวลาที่เหมาะสม และที่สำคัญคือมีความนุ่มนวลสง่างามในที่ แบบที่ทำให้คนมองพลอยเกิดแรงบันดาลใจจะมีสติรู้สึกตัวตาม

บุญที่ทำให้เป็นผู้มีอากัปกิริยาทำที่งามสง่าและเต็มไปด้วยความรู้สึกตัว คือการเป็นผู้รู้จักสำรวมในกาละเทศะอันควร โดยเฉพาะกับบุคคลและสถานที่อันเป็นมงคล อาศัยความรู้นี้ คุณก็สามารถทำบุญสร้างเสน่ห์ทางอากัปกิริยาได้ โดยเริ่มจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ชั้นสูง เช่น ทำความเคารพพระปฐิมาบนโต๊ะหมู่บูชาในบ้านด้วยกิริยาประณีต หรือเดินเข้าไปในวัดวาอารามด้วยความสำรวมกายสำรวมใจ

สำรวมไม่ได้แปลว่าเกร็งนะครับ แต่หมายถึงตามสบายอย่างมีสติรู้ทุกการเคลื่อนไหว ไม่กะเบี๊ยะกะป๊าบด้วยความฟุ้งซ่านกระเจิดกระเจิง

ใจนั่นเองเป็นผู้ปรุงแต่งกายให้เกิดความประณีตและสำรวม ถ้าใจคุณเคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์จริง ก็ไม่ใช่เรื่องยากที่จะแสดงกิริยาอันเป็นการเคารพ และกิริยาอันเป็นไปเพื่อความเคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์ก็มีอยู่แค่นี้แบบ นับเริ่มตั้งแต่ไม่เอะอะมะเทิงใกล้เขตพระพุทธรูป เวลาข้ามลงกราบมีความนอบนอบศิโรราบ ตอนสวดมนต์ตั้งตัวตรง ไม่โยกไปเยกมา เมื่อเหม่อลอยหรือฟุ้งซ่านก็ยอมรับว่าเหม่อลอย

และค่อยๆ หันเหกลับมาอยู่กับทสวด เป็นต้น **กิริยาอันเป็นบุญเหล่านี้** รวมกันแล้วจะทำให้คุณรู้สึกถึงความสว่างทางกายขึ้นมาทีละน้อย

ความรู้สึกว่าสว่างนั้นแหละตัววัดว่าเกิดบุญ ไม่ใช่ช่อกของหลอก ไม่ใช่ช่ออุปาทาน เพราะเมื่อบุญเกิดใจย่อมเป็นสุข แต่ถ้ายังเกร็งหรือต้องแก่งฝืนทน คุณก็จะไม่รู้สึกรู้สึกถึงความสว่างและความเป็นสุข นั้นแปลว่าบุญยังไม่เกิดเต็มเม็ดเต็มหน่วย

เครื่องวัดว่าเป็นบุญติดตัวแน่แล้ว คือการเข้าสู่ภาวะสำรวมเรียบร้อยโดยอัตโนมัติเมื่ออยู่ต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ กับทั้งมีความสม่ำเสมอ คืออยู่ในภาวะนั้นได้นานโดยไม่กระสับกระส่าย เช่น ตั้งแต่เริ่มสวดมนต์จนจบไม่กวัดแกว่งเลย แม้จะต้องกระดุกกระดิกแก้มือบ้างก็ไม่ทำให้รู้สึกว่หลุกหลิก ยังคงความนิ่งทางใจไว้ได้สม่ำเสมอ

จากนั้นคุณจะรู้สึกว่าเป็นการง่ายที่จะสงบสำรวมต่อหน้าผู้ใหญ่หรือบุคคลผู้ควรให้ความนับถือ ไม่ว่าจะเป็นผู้ทรงศีลในจีวร ตลอดจนบิดามารดาผู้ให้กำเนิดคุณมา และโดยไม่ต้องฝึกพัฒนาบุคลิกตามขั้นตอนใดๆ บุญจะปรุงแต่งให้ทุกอิริยาบถของคุณงามขึ้นมาเอง คือเกิดสัญชาตญาณในการเคลื่อนไหวใหม่ๆ ในแบบที่ทราบได้จากข้างในว่าน่าดู น่ามอง

ถึงจุดหนึ่งคุณจะรู้เอง ว่าความเคลื่อนไหวของกายมนุษย์เป็นเครื่องล่อตาชนิดหนึ่ง เป็นแม่เหล็กดึงดูดสายตาคนได้ และถ้าเนิบนิ่งก็จงจิตคนเห็นให้นิ่งตามได้ แต่หากคุณลอกแลกหลุกหลิกอยู่ตลอด จะเคลื่อนไหวแต่ละทีกระโดดกระเดกไร้สติ อันนั้นจะเป็นแรงผลัก

ให้คู่สนทนาอยากเป็นหน้าหนี เพราะผู้คนมีจิตฟุ้งซ่านยุ่งเหยิงอยู่แล้ว จึงไม่ยอมรับภาพกระทบตาที่ชวนให้ปั่นป่วนหนักเข้าไปใหญ่

แน่นอนว่าบุญใหม่ไม่อาจตกแต่งอากัปกิริยาของคุณให้ส่งผ่านฝ่าเผยที่สวยที่สุดในโลก เนื่องจากจะไปติดเพดานจำกัดที่สัดส่วนรูปพรรณสัณฐานซึ่งบุญเก่าให้มา แต่อย่างน้อยบุญใหม่ก็จะขับให้ออกทำออกทางที่เหมาะสมที่สุด เท่าที่หัวตัวและแขนขาของคุณจะแสดงได้

อีกสิ่งหนึ่งที่ควรระลึกในะครับ คืออากัปกิริยาต่างๆควรมากับกลิ่นตัวที่สร้างสรรค์หน่อย ไม่ใช่ขยับแต่ละทีเหมือนโยนสลึงใส่หน้าคนดู เป็นเหตุให้พวกเขาต้องเบนหน้าหลบอย่างไม่เกรงใจ หากอาบน้ำบ่อยยังไม่พอ ก็อย่าปล่อยเลยตามเลย ร้านสะดวกซื้อมีคำตอบให้สารพัด ทั้งโรลออนและสเปรย์ดับกลิ่น หากใครแพ้หรือรู้สึกยิ่งแยะหนักเข้าไปใหญ่ ลองซื้อแอลกอฮอล์ใส่ขวดสเปรย์ฉีดก็พอได้ผลเหมือนกัน อย่างน้อยช่วยลดความหมักหมมของแบคทีเรียที่รักแฉะตลอดจนชอกอับที่หมักดองเหี่ยวต่างๆได้บ้างครับ

๒) นัยน์ตา

นัยน์ตาที่เป็นเสน่ห์ ควรฉายแววแจ่มชัด ถ้าสาดประกายจับตาคคนมองด้วยยิ่งดี **แต่ทั้งหมดนั้นไม่สำคัญเท่ามนต์สะกดที่ตรึงคู่สนทนาให้อยู่กับคุณได้** ด้วยการทำให้เขารู้สึกว่าคุณมองเขาอยู่คนเดียว และจะไม่ละสายตาไปไหน

บุญที่ทำให้เป็นผู้มีประกายตาเงางาม คือการรู้จักมองผู้อื่นด้วยความเมตตาเอ็นดู หรือเล็งแลสิ่งศักดิ์สิทธิ์ด้วยความเลื่อมใสบูชา

อาศัยความรู้นี้ คุณก็สามารถทำบุญสร้างเสน่ห์ในปรกาศตาได้ โดยเริ่มจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ชั้นสูง เช่น หาพระพุทธรูปที่เห็นแล้วรู้สึกเลื่อมใส จับตาคุณมากมายมาประดิษฐานในห้องพระที่บ้าน แล้วหมั่นแลมองด้วยสายตาตรงให้เห็นถนัดชัดทั้งองค์ แต่ละครั้งให้หนึ่งและนานจนกว่าคุณจะรู้สึกได้ว่าปรกาศศรัทธาสาดออกมาจากนัยน์ตาตัวเองอย่างคงเส้นคงวา

ระหว่างอยู่ในชีวิตประจำวัน พยายามมองผู้คนแบบที่จะเห็นความดีงาม ความน่ารักของพวกเขา กระทั่งคุณสามารถมองพวกเขาด้วยความเลื่อมใสคุณงามความดี และอยากมอบความรู้สึกดีๆ ให้กับพวกเขา อย่าไปจดจ้องอะไรที่เป็นเรื่องแย่ๆ หรือคุณสมบัตินั้นเป็นโทษ เพราะนัยน์ตาคุณจะขุ่น ใจคุณจะเจือด้วยโทสะยามมอง

ส่วนการสร้างมนต์สะกดที่จะตรึงคู่สนทนาไว้ด้วยสายตาของคุณนั้น อยู่ที่วิธีฝึกมองเป็นหลัก ขอให้จำไว้ว่า **การสบตาเปรียบเหมือนการเชื่อมกระแสสื่อสารระหว่างจิต การสื่อสารจะราบรื่นถ้ากระแสตาเรียบ แต่จะสะดุดเมื่อคุณลอกแลอกอยู่ตลอด**

การสบตาจะทำให้คู่สนทนาระลึกได้ในภายหลังว่าคุณทำอะไรกัน และการสบตาก็มีบทบาทสำคัญยิ่งเมื่อต้องชักชวนหรือโน้มน้าวให้ใครคล้อยตามเหตุผลของคุณ

ขอให้สังเกตว่าคนส่วนใหญ่ชอบเลียงหลบไม่ยอมสบตาคู่สนทนา พวกนี้ถึงตาสวยก็มีเสน่ห์ทางตาน้อย ส่วนอีกพวกหนึ่งแม้สบตาคู่สนทนาบ้าง แต่ก็ขาดๆ เกินๆ เช่น บางทีสู้ตาแบบฉับไม่กลัวแก บางทีมองแนวคุกคามข่มขวัญ บางทีมองแบบเสียไม่ได้ บางทีมองแบบฝันๆ ไม่ให้เกียรติอีกฝ่าย

คุณต้องฝึกความนิ่งในการมอง ยิ่งน้อยตาคุณนิ่งอยู่กับคู่สนทนาเท่าไร อีกฝ่ายจะรู้สึกว่าคุณให้ค่า ให้ความสำคัญกับเขาเท่านั้น และที่จะฝึกให้เป็นนิสัยก็ไม่ใช่ด้วยการเลือกที่รักมักที่ชัง คุณต้องฝึกความนิ่งในการมองทุกคน มนต์สะกดจากสายตาของคุณ ถึงจะอิมพลิงอยู่ตัว

เริ่มต้นขึ้นมาขอให้ฝึกกับกระจกเงา สบตาตัวเองจะดีที่สุด เพราะได้เห็นทุกอันเลยว่าคุณออกแรงน้อยเกินไปจนเหมือนครึ่งกล้าครึ่งแหย หรือว่าออกแรงมากเกินไปจนเหมือนแกลิ่งเพ่งให้อึดอัดกัน คุณควรเริ่มฝึกจากการมองธรรมชาติที่สุด แต่ให้หนึ่งนาน กระจกเงาจะฟ้องเลยว่าสายตาคุณແฉลบซ້ายແฉลบขวาวบ่อยแค้น โฟกัสเหมาะหรือไม่เหมาะ

โฟกัสที่พอดีที่สุด คือการมองตรงแล้วเห็นใบหน้าทั้งหมด ปกติเรามองเงากระจกเพื่อดูความเรียบร้อยเดียวเดียว แต่ในการฝึกมองนี้ คุณต้องเห็นทั้งใบหน้าของตัวเองให้นานขึ้น กับตั้งใจว่าต่อไปคุยกับใครจะเห็นทั้งหน้าของเขาให้ได้แบบนี้

โฟกัสที่ตรงลงมา คือการมองตรงแล้วเห็นสองตาพร้อมกัน ทั้งแนว การเล็งແฉลบแบบนี้เป็นการปะทะสายตาโดยตรง ถ้าเป็นกระแสตาตัวเองที่ตอบมาจากกระจกคุณจะรู้สึกว่ามันเป็นไร แต่ถ้าเป็นกระแสตาคนอื่น จะขึ้นอยู่กับการวางสีตาระหว่างคุณกับคู่สนทนา มีความกลมกลืนหรือขัดกัน การมองคลุมเฉพาะแนวตาจึงอาจหมายถึงการทำทนายให้ลองกำลัง หรือหมายถึงการประสานสัมพันธ์ทางใจ ให้แนบแน่นเป็นพิเศษ ถ้ารู้สึกเป็นลบก็ควรเปลี่ยนไปมองทั้งหน้าจะดีกว่า และเห็น้อยน้อยลงด้วย

โฟกัสที่ไม่ค่อยดีนัก คือการมองตรงบ้าง เหล้มมองบ้าง แล้วเห็นได้เพียงตาข้างเดียว การเล็งแลแบบนี้คับแคบ และดูเหมือนเพ่งพินิจมากไป การมองของคุณอาจให้ความรู้สึกแปลกๆ คล้ายไม่เต็มใจ หรือว่าแหงนครึ่งๆกลางๆชอบกล

เมื่อแน่ใจว่าสามารถมองตรงด้วยโฟกัสที่เหมาะสมแล้ว ขั้นต่อไปคือทำตาให้ยิ้มได้ เหมือนมียิ้มอยู่ในตา **เพราะการยิ้มหมายถึงกระแสดความชอบใจ หากนัยน์ตาของคุณยิ้มขณะมองใคร ก็แปลว่าการสบตาระหว่างคุณกับเขาเป็นเรื่องน่าชอบใจ และจะดึงดูดให้เขาพลอยรู้สึกชอบใจตามไปด้วย**

เริ่มฝึกคือสบตาตัวเองในกระจกพร้อมทั้งยิ้มมุมปากไปด้วย แล้วสังเกตดูว่าความรู้สึกจากดวงตาเปลี่ยนไปแค่ไหน โดยธรรมชาติกระแสดาจะแปรไปตามวิธีที่ปากของคุณยิ้ม **แต่ถ้าปากยิ้มแล้วดวงตาไม่เปลี่ยนแปลงแม้แต่อ่อนโยนลง ก็แปลว่าคุณแค่จิกยิ้ม โดยไม่ได้ยิ้มออกมาจากใจเลย**

กระจกเงาจะฟ้องให้คุณรู้ตัว และปรับวิธียิ้มเสียใหม่ โดยเริ่มเปลี่ยนที่ใจ **แววตาที่อ่อนโยนลงคือหลักฐานว่าใจคุณยิ้มจริง**

คุณควรฝึกพิจารณาทั้งการจิกยิ้มกว้างจนสุด และการยิ้มละมั้งเพียงน้อย การสนทนาที่ดีควรเริ่มต้นและจบลงด้วยยิ้มกว้างสุด แต่ระหว่างสนทนาควรยิ้มละมั้งเป็นระยะ

และที่สุดของการสร้างเสน่ห์ในดวงตา คือการพูดโดยไม่ละสายตาไปจากใบหน้าของคุณสนทนา ไม่ว่าเขาจะสบหรือหลบตาคุณ เริ่มต้น

ฝึกกับกระจกแบบสบายๆด้วยการเตรียมบทพูดอธิบายอะไรก็ได้สักย่อหน้าหนึ่ง ซึ่งอาจหมายถึงย่อหน้าที่คุณกำลังอ่านอยู่นี้เลยก็ได้ โดยทำความเข้าใจแล้วคิดคำอธิบายเอง

เมื่อได้บทพูดแล้ว ให้ค่อยๆพูดเหมือนตอนคุณพยายามทำให้ใครสักคนเข้าใจสิ่งที่คุณต้องการสื่อ ขณะเดียวกันก็สังเกตเป็นจังหวะ ว่าสายตาของคุณแข็งหรืออ่อน ทอดเหม่อหรือว่ายังตรงนึ่ง นัยน์ตาที่สะท้อนความมีสติในการอธิบาย จะมีความตรงนึ่ง กระจ่างชัด และอยู่ในโฟกัสเดิมก่อนข้างคางเส้นคาง

เคล็ดลับว่าคุณมีเสน่ห์ทางตาแล้ว คือแม้กำลังโกรธก็ไม่อยากส่งตาชุนซึ่งคุกคามใคร ต่อให้เล็งแลศตรูอยู่ ก็เป็นไปในลักษณะอ่อนโยนประนีประนอม ไม่ใช่มองอย่างจะกินเลือดกินเนื้อตามกิเลส ขับตัน จะสังเกตลมหายใจไปด้วยก็ได้ ถ้ามองใครแบบผื่นๆ ลมหายใจของคุณจะติดขัด แต่ถ้ามองด้วยความเต็มใจ ลมหายใจจะยาวและนุ่มนวลราบรื่น

และถ้าคุณสามารถถ่ายทอดความรู้สึกใดๆให้คนอื่นเข้าใจได้ทั้งยังสบตาตลอด คุณจะพบว่าสติในการเรียบเรียงคำพูดแข็งแรงขึ้นทุกที และมีคนอยากฟังคำอธิบายจากคุณมากขึ้นเรื่อยๆด้วย นั่นเพราะนอกจากคำอธิบายของคุณจะสื่อออกมาจากจิตที่อยู่ในภาวะแจ่มชัดที่สุดแล้ว ตัวตนทั้งหมดของคุณยังเข้าไปประทับอยู่ในความทรงจำของผู้คน คล้ายมีมนต์เรียกให้อยากกลับมาฟังคุณพูดใหม่อีก

เสน่ห์ทางตาที่อิมตั้วจะทำให้คุณมั่นใจว่าตัวเองมีมนต์สะกดให้ทุกคนรู้สึกดี สงบเย็นลง ตลอดจนชอบที่จะสบตาอย่างเป็นมิตร

กับคุณ แน่แน่นอนว่าบุญใหม่ไม่อาจตกแต่งนัยน์ตาของคุณให้เงางาม
 นำมองที่สุดในโลก เนื่องจากจะไปติดเพดานจำกัดที่คุณภาพของ
 แก้วตาซึ่งบุญเก่าให้มา แต่อย่างน้อยบุญใหม่ก็จะฉายรังสีที่นำดูที่สุด
 เท่าที่แก้วตาของคุณจะเปล่งประกายออกมาได้

แล้วก็อย่าลืมสังเกตด้วยนะครับว่ามีขี้ตาติดอยู่หรือเปล่า จะ
 หมดท่าเลยละถ้าอุดสำหมีมนต์สะกดทางตา แต่ปล่อยไว้ให้คู่สนทนา
 จับได้ว่าขี้ตาไหลไม่ยอมเช็ด

๓) น้ำเสียง

น้ำเสียงที่เป็นเสน่ห์ ควรมีความแจ่มชัดเป็นกังวานนุ่มนวล
 แต่ละคำถูกเปล่งออกมาเต็มปากเต็มคำโดยไม่มีการตัด และดีที่สุด
 คือมีชีวิตชีวา เสียงขึ้นสูงลงต่ำอย่างเหมาะสมกับจังหวะจะโคนตาม
 ธรรมชาติ สามารถกล่อมอารมณ์คนฟังให้เพลิดเพลินราวกับเสียง
 เครื่องดนตรีที่เล่นโดยมืออาชีพ

บุญที่ทำให้เป็นผู้มีกังวานเสียงนำฟัง คือการมีใจเป็นสุขกับการ
 พูดจาด้วยถ้อยคำที่เป็นจริง ที่สุภาพไพเราะ ที่ประสานสัมพันธ์
 และที่ฟังแล้วเกิดสติทั้งเราทั้งเขา ตลอดจนมีปีติกับการสรรเสริญ
 ผู้ควรสรรเสริญเช่นพระพุทธเจ้าและผู้ทรงคุณประเสริฐทั้งหลาย
 อาศัยความรู้นี้ คุณก็สามารถทำบุญสร้างเสน่ห์ให้กับน้ำเสียงได้
 โดยเริ่มจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ชั้นสูง เช่น กล่าวสรรเสริญพระพุทธเจ้า
 พระธรรมคำสอนของท่าน และพระสงฆ์สาวกของท่าน ด้วยถ้อยคำที่
 เป็นจริง ด้วยความไพเราะ ด้วยความเข้าใจอันดี และด้วยความมีสติ

การกล่าวสรรเสริญพระรัตนตรัยมีมานาน ผ่านรูปแบบของการสวดมนต์นั่นเอง บทสวดอันเป็นที่นิยมที่สุดมาจากการจาระในคุณสมบัติอันเป็นจริงของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ หรือที่เรียกกันสั้นๆว่าบท 'อิติปิโส'

สิ่งที่เกิดขึ้นอย่างเห็นได้ชัดกับ 'ผู้สรรเสริญสิ่งศักดิ์สิทธิ์ด้วยใจ' คือประกายแก้วเสียงที่สดใสเสนาะใสตื้นขึ้นกว่าเดิมอย่างเห็นได้ชัด อาจจะเป็นทันทีที่สวดจบ และแก้วเสียงจะยกระดับขึ้นถาวรเมื่อสวดต่อเนื่องอย่างมีสมณัสทุกวัน **ถ้าคุณจะคิดว่านี่คือคาถาเปลี่ยนเสียง ก็ไม่น่าจะเกินจริงนัก ขอเตือนไขเพียงต้องท่องคาถาด้วยใจสมณัส ด้วยนะครับ ไม่ใช่ท่องแบบนกแก้วนกขุนทอง**

บทสวดภาษาบาลีอาจเป็นอุปสรรคกับความเข้าใจ ซึ่งจะมีส่วนลดทอนความรู้ลึกซึ้งใดๆลงได้ ผมจึงขอเอาบทอิติปิโสพร้อมคำแปลมาให้คุณไว้ ณ ที่นี้เลย จะได้ไม่ต้องตามหาที่อื่นอีก เวลาสวดเอาเฉพาะคำบาลี แต่ให้ห่อมือใจไปตามประมาณคำแปลนะครับ

**อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระณะสัมปันโน
สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสสะธัมมะสาระถิ สัตถาเทวะมนุสสานัง
พุทโธ ภะคะวาติ**

(ส่วนนี่เป็นการกล่าวตามลัจจะความจริงที่ว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ไกลจากกิเลส เป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยความรู้อันพิเศษและความประพฤติชอบ เป็นผู้ไปดี เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง เป็นผู้สามารถฝึกผู้ควรฝึกได้อย่างไม่มีใครเสมอเหมือน

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
ในธรรม เป็นผู้มีความสามารถจำแนกธรรมสิ่งสอนสัตว์)

**สวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิลโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก
โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ**

(ส่วนนี้เป็นการกล่าวตามลัจจะความจริงที่ว่า พระธรรมคำสอน
เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ
ตามพึงเห็นจริงได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องให้ผู้อื่นบอกหรือยืนยัน เป็น
สิ่งที่ปฏิบัติได้จริงโดยไม่จำกัดกาล เป็นสิ่งที่ควรชักชวนผู้อื่นให้มา
เห็นตามกัน เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว และเป็นสิ่งที่ผู้รู้พึงรู้ได้
เฉพาะตน รู้เผื่อคนอื่นไม่ได้)

**สุปะฏิปันโน ภาวะวะโต สวาระกะสังโฆ อุษุปฏิปันโน ภาวะวะโต
สวาระกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภาวะวะโต สวาระกะสังโฆ สามิจิ-
ปะฏิปันโน ภาวะวะโต สวาระกะสังโฆ ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสสะ ยุคานิ
อัญญะ ปุริสสะปุคคะลา เอสะ ภาวะวะโต สวาระกะสังโฆ อาหุเนยโย
ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชะสิกะระณีโย อะนุตตะรัง ปุญญะเขตตัง
โลกัสสาติ**

(ส่วนนี้เป็นการกล่าวตามลัจจะความจริงที่ว่า สงฆ์สาวกของ
พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ปฏิบัติดี ผู้ปฏิบัติตรง ผู้ปฏิบัติสมควร ผู้
ปฏิบัติเพื่อรู้จักธรรมอันนำออกจากทุกข์ได้แล้ว ย่อมได้ชื่อว่าเป็น
อริยบุคคล มีโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหันต์ อัน
นับเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าอย่างแท้จริง เป็นผู้สมควรแก่
เครื่องสักการะที่เขานำมาบูชาหรือต้อนรับ เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรประณามมือไหว้ เป็นเพื่อนาบุญของโลก ไม่มี
นาบุญอื่นยิ่งไปกว่า)

ย่ำว่าเสียงที่ไพเราะที่สุด เกิดขึ้นเมื่อคุณมีความสุขที่จะพูดให้
เต็มเสียง โดยถ้อยคำพรึ่พรูออกมาจากหัวใจที่ชื่นบาน และบุญ
แบบลัดๆที่จะสร้างความมั่นใจว่าคุณสามารถพูดแบบสายน้ำไหลริน
ได้ ก็คือท่องบทสวดให้ชื่นใจ แล้วเปล่งเสียงอย่างต่อเนื่องเป็น
จังหวะจะโคน ไม่ช้าเกินไป ไม่เร็วเกินไป กับทั้งระวังอย่าให้มีการ
กระแทกเสียง นอกจากนั้นคุณต้องคั่นให้พบบัวว่าระดับเสียงควร
สูงหรือต่ำเพียงใดจึงฟังแจ่มชัดที่สุด

เลือกเวลาเช้าหรือเย็นก็ได้ สวดอิติปิโสสักสองสามจบ หรือ
สวดจนกว่าจะรู้จักความสุขอันเกิดจากการเปล่งเสียงสรรเสริญอย่าง
ต่อเนื่อง ถ้าฟังเสียงสวดของตัวเองแล้วใจเย็นลง มีความสงบและ
อบอุ่นผาสุก คล้ายปากกำลังยิ้มอยู่น้อยๆตลอดเวลาที่สวด นั่นแหละ
ใช้ได้แล้ว

หลังจากนั้นพอออกไปพูดคุยกับใคร ให้ใช้ใจอันเบิกบานแบบ
เดียวกันในการขับเสียง และเปล่งเสียงออกมาให้ชัดถ้อยชัดคำที่สุด
**บุญอันเกิดจากการใช้เสียงสรรเสริญพระรัตนตรัย จะช่วยให้คุณ
เกิดสัญชาตญาณในการพูดให้นำฟังไปเอง**

คุณบางคนอาจเป็นพวกขาดความมั่นใจในการพูดคุย แค่นี้เริ่มต้น
ก็หงอแล้ว ทำท่าเหมือนพะอืดพะอมที่จะต้องตั้งหลักเจรจาแล้ว ถ้า
เป็นเช่นนั้นต่อให้แก้วเสียงล้ำเลิศเพียงใดก็คงเปล่าประโยชน์

เคล็ดลับการเพิ่มความมั่นใจให้อยากคุยมืออยู่นิดเดียว คือ ตั้งต้นเจรจา หรือ 'ทักทาย' ให้มีพลัง คือทำให้คู่สนทนารู้สึกว่าคุณดีใจที่เห็นเขา และเต็มใจที่จะเปล่งเสียงขานชื่อของเขา เมื่อเริ่มต้นดี การพูดคุยที่ตามมาจะแตกต่างกันไปเอง

เพื่อฝึกทักทายให้เป็นนะครับ ไปยืนหน้ากระจกที่เห็นได้ทั้งตัว เสมือนกำลังเผชิญหน้ากับคนอื่นอยู่ แล้วเปล่งเสียงว่า สวัสดี! (แล้วเอ่ยชื่อตนเองตามหลัง) เมื่อได้ยินเสียงทักตัวเองแล้วก็ให้สำรวจดู หากรู้สึกแจ่มใส รู้สึกสดชื่นขึ้นกว่าเดิม หรือรู้สึกว่าคุณมีค่า ควรเรียกขานให้เต็มเสียง ก็ให้จำไปทักคนอื่นแบบเดียวกันทุกประการ แต่หากรู้สึกหะแมงๆ หรือกระทั่งรู้สึกห่อเหี่ยว มีอาการคล้ายกลักริ่น ก้อนผืนอยู่ในอก อันนี้ก็ขอให้ปรับแต่งเสียใหม่ เอาให้รู้สึกว่าคุณในกระจกมันทักคุณเหมือนดีใจที่ได้เห็นคุณ และเหนี่ยวนำให้คุณพลอยดีใจที่ได้เห็นมัน

คุณจะพบว่าถ้าตั้งใจจริงๆ การฝึกทักทายให้คนดีใจจะใช้เวลาแค่ ๕ หรือ ๑๐ นาทีเท่านั้น แต่สามารถจำเอาไปใช้ได้ตลอดชีวิตที่เหลือ ซึ่งเท่ากับมีกระสุนเชื่อมไมตรีไว้ยิงเข้าหัวใจคนได้ทุกครั้งที่ทักทายพวกเขา **การทักทายให้คนดีใจได้สำเร็จ จะนำมาซึ่งความเชื่อมั่นในการพูดคุยได้ออกрасไปเอง**

และยิ่งถ้าบวกบุญอันเกิดจากการพูดคุยกับผู้คนอย่างมีสติ มีเจตนาดี พูดแต่คำที่เป็นจริง พูดแต่คำที่เป็นประโยชน์ คุณก็จะยิ่งเห็นผลอันน่าอัศจรรย์ แม้บุญใหม่ไม่อาจตกแต่งเสียงของคุณให้เพราะพริ่งที่สุดในโลก เนื่องจากจะไปติดเพดานจำกัดที่คุณภาพของ

แก้วเสียงซึ่งบุญเก่าให้มา แต่อย่างน้อยบุญใหม่ก็จะขับเสียงที่ไพเราะที่สุด เท่าที่แก้วเสียงของคุณจะเปล่งออกมาได้

แล้วก็อย่าลืมอีกนิดหนึ่ง น้ำเสียงเพราะๆควรมากับกลิ่นปากหอมๆนะครับ ถ้าพูดแต่ละทีมีกลิ่นเหม็นคุณอมหนูตายไว้ในปาก ก็คงไม่มีใครอยากฟังเป็นแน่ ถ้าใช้ยาสีฟันยี่ห้อดีแล้วไม่เวิร์ก ก็ต้องปรึกษาหมอฟันเพื่อรักษาแก้กันไป

เสน่ห์อย่างชาย

เสน่ห์อย่างชายหมายถึงแรงดึงดูดที่ทำให้เพศหญิงสะดุดตาหรือสะดุดใจ เมื่อพูดถึงเสน่ห์อย่างชาย เกือบร้อยทั้งร้อยมักคิดถึง ความกำยำล่ำสัน และผู้หญิงนั้น ถ้าไม่แก๊งอายก็ต้องยอมรับว่าสนใจองค์ประกอบสำคัญทางกายแห่งชายชาติตรีมากโขอยู่

แน่นอนว่าเครื่องเพศเป็นตัวดึงดูดสายตาได้ เป็นเครื่องกระตุ้นให้เพศตรงข้ามอยากขึ้นเตียงด้วยได้ ตลอดจนเป็นผงชูรสของสำคัญของรักแท้ได้ อันนี้เป็นความจริงประจำโลกรู้ แต่เสน่ห์ชายไม่ได้มีแค่นี้ที่กายอย่างเดียว ไม่ว่าจะสมัยนี้หรือสมัยไหนนะครับ ถ้าเอาหนุ่มน้อยอายุ ๒๐ สูงล่ำดำดกแต่ตงงาน มายืนคู่กับชายวัย ๔๐ พุงพลุ้ยหัวเถิกแต่เบิกให้ทีละเสน รับรองว่าสาวๆกรี๊ดหนุ่ม ๒๐ แต่เลือกจดทะเบียนกับชาย ๔๐ เกือบยกบาง!

นี่แปลว่าอะไร เสน่ห์แห่งความเป็นชายมีหลายแบบ และแต่ละแบบก็มีน้ำหนักให้ชั่งวัดกันด้วยหรือ? ใช่แล้ว! ก็เช็ทซ์นั้น พอ

เคยๆ แล้วก็รู้ครับว่าเป็นเรื่องเดียวเดียว แต่เงินนี่สิเรื่องยาวกันทั้งชีวิต อันไหนสำคัญกว่าไม่ต้องนั่งเถียงกันหรอก

ยุคอินเทอร์เน็ตนี้คนส่วนใหญ่ไม่เลือกมาก คือถ้ารู้ว่ารายก็เลือกเลย องค์กรประกอบอื่นไม่ต้องพูดถึง ประมาณว่ามีเงินแล้วค่อยหาซื้อ แต่ต้องอยู่กับคนมีเงินให้ได้ก่อน!

ด้วยค่านิยม 'เลือกเงินก่อน' ของคนยุคเรา จึงเป็นเหตุให้เกิดคติ 'รักแท้แพ้เงินสด' แล้วก็พูดกันติดปากเสียด้วย เพราะเหตุนี้เอง คนยุคเราจึงศรัทธาในรักแท้้น้อยลงทุกที ค่าของหัวใจถูกตีค่าเป็นเงิน แล้วเสน่ห์อย่างชายก็ถูกมองเป็นความสามารถในการควักกระเป๋า ใครควักได้มากกว่าแปลว่าเสน่ห์แรงกว่าชายอื่นหมด

แต่ความรวยอย่างเดียว

*ก็อาจเป็นแรงกดดันให้หลายคนเข่าอ่อน
ยอมกายโดยง่าย แต่ความรวยอย่างเดียว*

ไม่เคยมีพลังมากพอจะบีบใคร

ให้ใจอ่อนยอมรักได้เลย

ข้อเท็จจริงก็คือถ้ามี ๕๐ ล้านเป็นเศษเงิน คุณอาจซื้ออสังหาริมทรัพย์ประเทศไหนก็ได้ แต่ต่อให้ทุ่มตั้ง ๕๐๐ ล้าน คุณก็จะมีไม่มีทางซื้อแม่รักจากใจของสาวบ้านนา! หรือมีเงินแคร์้อยเดียว อาจจ้างให้สาวขี้เล่นที่เหน็ดได้พูดว่า ‘ฉันรักคุณ’ แต่ต่อให้เงินตั้งร้อยล้าน คุณก็ไม่อาจละลายความโลภที่ห่อหุ้มหัวใจผู้หญิง เพื่อฉายแสงรักออกมาให้คุณรู้สึกได้จริงๆเลย!

นั่นเพราะรักแท้ไม่ได้สร้างด้วยเงิน แต่ด้วยความพอใจ!

สรุปคือทั้งเซ็กซ์และเงินไม่ใช่เสน่ห์อย่างชายที่จะดึงดูดรักแท้ มาหาคุณ ตรงข้าม พวกมันเป็นเพียงเหยื่อล่อให้คุณวิ่งเตลิดออกห่างจากรักแท้ และยากจะหาทางกลับได้เจอ เพราะใจที่ก้าวนโลกจะทำให้คุณเห็นไปว่าโลกนี้มีแต่การแลกซื้อเซ็กซ์กันด้วยเงิน และความรักเป็นเพียงนิทานหลอกเด็กเท่านั้น แถมคุณก็จะเจอแต่ผู้หญิงที่ช่วยยืนยันความเชื่อพรรคินั้นไปตลอดชีวิต ไม่มีโอกาสรับรู้เลยว่าโลกนี้ยังมีผู้หญิงอีกพวกหนึ่งอยู่

คุณลักษณะเด่นแห่งความเป็นบุรุษมีอยู่มากมายหลายหลาก แต่ขอเพียงคุณมี ‘รากฐานความเป็นวีรบุรุษ’ เพียงสองข้อ ก็จะสามารถจูงคุณลักษณะอื่น ๆ เข้ามาเองในภายหลัง ดังนี้ครับ

๑) ความเป็นที่พึ่ง

ความเป็นที่พึ่งเป็นภาวะที่สอดคล้องกับเพศชาย เพราะธรรมชาติให้ความแข็งแกร่งกับร่างกายมากกว่าฝ่ายหญิง หมายความว่าถ้ามองที่ร่างกาย ยิ่งใครสูงใหญ่ลำสันและสง่างามเท่าไร ก็จะมียิ่งดูเป็นที่

เกาะที่พึ่งมากขึ้นเท่านั้น แต่ถ้ามองกันที่จิต ก็ต้องดูกันตรงความหนักแน่นมั่นคงเป็นหลัก **เพราะความหนักแน่นมั่นคงคือลักษณะของคนที่เขาตัวรอดได้ แก้ปัญหาได้ ตลอดจนพร้อมจะช่วยเหลือคนอื่นได้**

ภาวะแกร่งกล้าที่เห็นกันง่ายๆด้วยตาเปล่าในแวบแรก คือ เสน่ห์จับตาชั่วคราว ต้องรู้จักและเห็นพฤติกรรมกันสักระยะหนึ่ง คุณจึงรู้ว่าภาวะแกร่งกล้าที่เห็นคือไม้หลักปักขี้เลน หรือเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรอย่างแท้จริง ภาวะที่เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรนั้นแหละ คือเสน่ห์จับใจถาวร

เสน่ห์อย่างชายในข้อนี้จึงเป็นสิ่งที่ดูยาก ถ้าคุณเล่นกีฬาเก่ง ขยันฟิตซ้อมทุกวัน ร่างกายและจิตใจก็ดูแข็งแกร่งมั่นคงพอจะเตะตาสาวๆให้นึกอยากกรี๊ดได้ ต่อเมื่อพวกเธอลองมาอยู่ใกล้สักพัก แล้วพบว่าคุณอ่อนไหว ขึ้น้อยใจ ถือสาเอาเรื่องหยุ่มหยุิมมาเป็นอารมณ์ แถมในกระเป๋าแทบไม่มีเงินสักบาท อีกทั้งยังเห็นแก่ตัว ไม่ยอมแม่จะช่วยเธอถือของหนักให้ อย่างนี้เจอสองสามที่เธอก็รู้แล้วว่า คุณเป็นแค่ไม้หลักปักขี้เลน ไม่น่าเล่นด้วยหรอก

แต่บางคนมีนะครับ ที่ทำบาปไว้ในปางก่อน เช่น ชอบทำตัวกว้างอวดคักตาไปทั่ว ซาติปัจจุบันจึงถือกำเนิดในร่างอ้วนเตี้ย ขาสั้น เหมือนขาตั้งโต๊ะสนุ๊ก หรือไม่ชาติก่อนก็เคยกดขี่ข่มเหงเพศหญิงเป็นอาจึณ ซาติปัจจุบันจึงถือกำเนิดด้วยรูปร่างเล็กบางน่ารังแก ทว่านิสัยใจคอในชาตินี้เป็นพวกชอบช่วยคน เป็นที่พึ่งได้เสมอมาและเสมอไป พอสนิทกับเขาสักพัก ทำยสุดเราจะเลิกขำบุคลิกภายนอก แต่จะอยากสรรเสริญหัวใจพ่อพระของเขาไม่ขาดปากไปแทน

เพื่อสร้างความเป็นที่พึ่งให้เกิดขึ้นในตนเองอย่างครบวงจร คุณจึงจำเป็นต้องหมั่นออกกำลังกาย **รวมทั้งสร้างความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเองด้วยการบำเพ็ญตนเป็นผู้อุปการะสังคม จะมากหรือน้อยก็ตาม ขอเพียงให้สม่ำเสมอเป็นพอ**

เริ่มต้นขึ้นมาไม่ต้องคิดอะไรยากๆ ทำอะไรยากๆหรือท้อคร่ำครึ แค่ทำหน้าที่ตรงหน้าของตัวเองให้เสร็จ รู้สึกว่าเอาตัวรอดได้ เป็นที่พึ่งของตัวเองได้ ก็นับว่าจุดชนวนเสน่ห์อย่างชายได้แล้ว **เพราะคนเราจะเป็นที่พึ่งให้คนอื่นได้ ต้องมีความรู้สึกขั้นพื้นฐานว่าเป็นที่พึ่งของตนเองได้เสียก่อน**

จากนั้น พอได้ยินเสียงขอความช่วยเหลือเมื่อไรก็อย่าดูตาย โลกนี้เต็มไปด้วยเสียงขอความช่วยเหลือ ใช้ชีวิตอยู่ดีๆ เดี่ยวคุณก็ต้องได้ยินเอง พอมองแล้วเห็นเป็นคนที่สมควรได้รับการช่วยเหลือ และก็ไม่เหลือปากว่าแรงของคุณ ก็ช่วยไปเถอะ

สำคัญคือ **อย่าหวังผลตอบแทนจากพวกเขา ให้หวังผลตอบแทนจากธรรมชาติ คือถ้าช่วยสำเร็จแต่ละครั้ง ก็เท่ากับสร้างเสริมภาวะที่พึ่งในตนเองให้แกร่งขึ้นทีละหน ความภาคภูมิใจกับการเป็นที่เกาะเป็นที่พึ่งให้คนอื่นได้นั้นแหละ คือรางวัลอันคุ้มค่าเหนื่อยแล้ว**

เมื่อทำบุญจนเกิดภาวะความเป็นที่พึ่งขึ้นในคุณ ไม่ว่าจะเดิมทีคุณจะรูปร่างหน้าตาเปราะบางหรือบึกบึน จิตใจคุณจะทำว้าวุ่นขึ้น มีความหนักแน่นมั่นคงขึ้น เต็มใจฝ่าอุปสรรคมากขึ้น จนผู้หญิงรู้สึกได้ถึงความเป็นเกราะกำบังคุ้มแดดคุ้มฝน หรืออย่างน้อยที่สุดคือเห็นคุณมีดีพอจะปกป้องเธอ ให้ความอบอุ่นกับเธอได้

๒) ความเป็นผู้นำ

ความเป็นผู้นำคือสิ่งที่พัฒนาต่อยอดมาจากความเป็นที่พึ่ง ถ้าคุณยังเป็นที่พึ่งให้ตนเองและคนอื่นไม่ได้ ก็ยากมากหรือเป็นไปได้เลยที่คุณจะเป็นผู้นำ

และภาวะผู้นำก็เป็นภาวะที่สอดคล้องกับเพศชายเช่นกัน เพราะธรรมชาติให้สัญลักษณะทางเพศเป็นฝ่ายเริ่มต้นก่อน ไม่ใช่ฝ่ายตาม หมายถึงถ้าเรามองที่ร่างกาย ยิ่งใครมีโหนวแข็งดูเด็ดเดี่ยวเป็นตัวของตัวเองมากขึ้นเท่าใด ก็จะยิ่งดูเป็นผู้นำมากขึ้นเท่านั้น แต่ถ้าเรามองกันที่จิต ก็ต้องดูกันตรงความมีสติอยู่กับเนื้อกับตัวเป็นหลัก เพราะความมีสติอยู่กับเนื้อกับตัว คือลักษณะของคนที่คิดเองได้ รู้ผิดรู้ชอบเองได้ ไม่ตามคนอื่นด้วยเหตุผลทางอารมณ์ ตลอดจนไม่เอาแต่ตามใจตนด้วยอัตตามานะ

ความเป็นผู้นำไม่ได้ตั้งต้นจากการเป็นหัวหน้าคนอื่น เพราะตำแหน่งหัวหน้าไม่ได้ประกันว่าคุณจะนำใครได้ โดยที่แท้แล้ว ความเป็นผู้นำตั้งต้นจากการเป็นผู้ริเริ่มก่อน และสิ่งที่ริเริ่มนั้นต้องเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ไม่ใช่ประโยชน์เฉพาะตน

ถ้าจะแสดงความเป็นผู้นำ คุณต้องกล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าแน่ใจว่าดีแล้ว ถูกแล้ว อย่าได้หันรีหันขวางถามใครว่าควรทำไหม ให้ลงมือทำเลย กับทั้งทำอย่างมีพลังมากพอจะก่อกระแส กระทบหูกระทบตาคนอื่นให้เกิดแรงบันดาลใจใครทำตามหรือกรูมาช่วยเหลือคุณคนละไม้คนละมือโดยไม่ต้องบีบบังคับกัน

ความเป็นตัวของตัวเอง อาจนำคุณไปสู่ความเก่งกล้าสามารถ ยากจะหาใครเสมอเหมือน หรือดีกว่านั้นคือมีความริเริ่มสร้างสรรค์ โลกใหม่ที่แตกต่าง เพราะตั้งต้นขึ้นมาคุณจะไม่กลัวการทุ่มเทชีวิต ทั้งหมดให้กับงานที่คุณพอใจ ไม่กลัวที่จะต้องใช้ชีวิตแตกต่างจากคนอื่น หรือได้รับผลประโยชน์น้อยกว่าคนอื่น จึงไม่ค่อยมีเส้นทาง ทับกับคนอื่นเขา หาใครมาแข่งด้วยยาก

บุญที่จะทำให้เกิดลัทธิชาตญาณผู้นำนั้น เกิดจากการเป็นผู้คิด ริเริ่มในการบุญและทำสำเร็จ เป็นไปตามเป้าหมาย ตลอดจดจูงใจ คนรอบข้างให้เห็นดีเห็นงาม ยอมให้ความร่วมมือ และเชื่อมั่นว่าคุณ รู้จักทิศทางไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง

การเริ่มทำบุญเพื่อสร้างภาวะผู้นำนั้นง่ายกว่าที่คิด **แค่หัดเริ่ม ชักชวนคนใกล้ตัวให้เห็นดีเห็นงามตามคุณในทางที่ชอบที่ควร ก็นับ เป็นบุญที่จุดชนวนภาวะผู้นำขึ้นมาได้แล้ว**

และโลกนี้ก็เต็มไปด้วยสถานที่ที่พร้อมจะให้คุณบำเพ็ญบารมี ผู้นำ อย่างเช่นตามสถานสงเคราะห์ คุณมีสิทธิ์เปลี่ยนชีวิตของเด็กก่อนอกจากภาวะไม่รู้หนังสือ ให้กลายเป็นคนอ่านออกเขียนได้ เพียงอาสาไปเป็นครูสอนเพียงอาทิตย์ละวัน แต่ละวันใช้เวลาไม่นาน การตั้งใจเดินทางไปเปลี่ยนชีวิตคนอื่นให้ดีขึ้น โดยไม่มีใครขอ โดยไม่มีใครชักชวนนั้นแหละ จุดเริ่มต้นของความเป็นผู้นำที่ยิ่งใหญ่

ผู้หญิงจะรู้สึกดีที่สุดกับผู้ชายที่นำเธอได้ หมายถึงว่านำได้ใน ระดับของความคิด เปลี่ยนความเข้าใจ เปลี่ยนวิธีมอง ตลอดจน

เปลี่ยนแปลงนิสัยบางอย่าง ฉะนั้น ชายที่ทอดอาลัยตายอยากกับชีวิต กระทั่งลุกขึ้นประกาศหาหญิงสาวสักคนที่จะมาทำให้ชีวิตของตนเปลี่ยนแปลงไปในทางดีขึ้น จึงไม่รู้ตัวว่าได้มอบเสนห์อย่างชายให้กับฝ่ายหญิง ตลอดจนนำความเป็นหญิงมาสู่ตนเสียแล้ว!

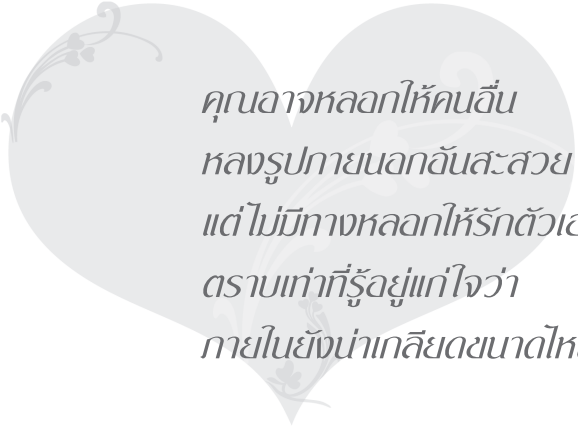
เสนห์อย่างหญิง

เสนห์อย่างหญิงหมายถึงแรงดึงดูดที่ทำให้เพศชายสะดุดตาหรือสะดุดใจ และเมื่อกล่าวถึงเสนห์อย่างหญิง ก็อบรื้อยทั้งรื้อยมักคิดถึงดวงหน้า ทรวงอก สะโพก เรียวแขน ปลีขา กับอื่นๆที่เป็นความเย้ายวนล่อตาให้น้ำลายหก

และนั่นเอง ผู้หญิงส่วนใหญ่จึงคิดว่าหมดสวยเมื่อไรก็ได้ค่าเมื่อนั้น อายุยิ่งมากขึ้นเท่าไร เหมือนยิ่งมีความผิดติดตัวที่ต้องปิดบังอำพรางซ่อนพิรุณกันมากขึ้นทุกวัน

নারীมีรูปเป็นทรัพย์สิน และรักแท้ก็ต้องการ ‘ทรัพย์สิน’ ดังกล่าวของผู้หญิงไม่มากก็น้อย ยิ่งรูปทรัพย์สินของฝ่ายหญิงมากขึ้นเท่าใดแรงดึงดูดก็มากขึ้นตามส่วน หากปฏิเสธข้อเท็จจริงนี้ ก็เท่ากับไม่พยายามทำความรู้จักกับรักแท้ให้ถึงแก่น

ผู้ชายบางคนอุตส่าห์ฉลาดมาทุกเรื่อง แต่พอเจอสาวสวยที่เดี๋ยวก็เข้าโหมดโง่ทันที ขออะไรให้หมด ถ้าโชคดีเธอรักผู้ชายคนนั้นจริงก็ลงเอยสวยเหมือนรูปร่างหน้าตาของเธอ แต่ความจริงมักไม่ใช่เช่นนั้น ผู้หญิงสวยจะรู้สึกอยู่ลึกๆว่าผู้ชายที่มาหลงรูปเธอเป็นพวกหน้าโง่ ไม่มีค่าพอให้เทใจไปรักจริง



คุณอาจหลอกให้คนอื่น
หลงรูปภายนอกอันสะสวย
แต่ไม่มีทางหลอกให้รักตัวเองได้เลย
ตราบนาทีรัฐอยู่แก่ใจว่า
ภายในยังนำเกลียดขนาดไหน

มันเป็นอย่างนั้นจริงๆ ผู้หญิงสวยจะพบอย่างรวดเร็ว ว่าเมื่อใด
ผู้ชายหลงใหลเสน่ห์แห่งรูปกายเธอ ใจเขาจะเหม่อลอยไร้สติ เหมือน
เจอมนต์สะกดหรือถูกสาปให้ไม่เป็นตัวของตัวเอง ภาวะเหม่อลอย
ขาดสติมันเข้ากันได้กับความฉลาดเสียที่ไหน เสนอหน้าให้เห็นเมื่อไร
คุณจะคิดทันทีว่าหน้าโง่ๆนี้โผล่มาอีกแล้ว เหมือนตัวคุณเป็นกับดัก
และเขาก็เป็นกวางน้อยที่เข้ามาติดกับอย่างง่ายดาย

แล้ววัดจากความรู้สึกของตัวเอง คุณชอบอยู่กับคนโง่กว่าหรือ?
ก็อาจจะชอบอยู่หรอก แต่เอาไว้หลอกใช้นะครับ ไม่ใช่เอาไว้เป็นคู่ชีวิต!

แม้จะรำคาญพวกหน้าโง่และแอบต่ออายุในใจแค่ไหน ผู้หญิง
ก็ยังภูมิใจที่มีทาสความงามเป็นบริวารเยอะๆอยู่ดี **หลายคนรู้ตัวดีว่า
ความภูมิใจในตนจะพอกพูนขึ้นพร้อมกับความรังเกียจตัวเอง มอง
กระจกแล้วหลงรักเงสะท้อนที่อ่อนหวานงดงามไร้ที่ติ แต่ปิดไฟมืด
เมื่อไรเป็นต้องอึดอัดกับความคิดร้ายๆที่หาดีไม่ได้รำไป**

ความขัดแย้งในตัวเองมักดำเนินไปเรื่อยๆ ผ่านเดือนผ่านปี
ไปถึงจุดหนึ่ง ที่ต้องยอมรับว่าเกลียดตัวเองจนเบื่อแม่แต่เงาใน

กระจก ในกระจกไม่มีอะไรมากกว่าผู้หญิงหน้าตาอยู่ยี่ ขี้รำคาญ ไม่สบอารมณ์ไปหมด **แต่ทำให้สวยด้วยเครื่องสำอางยี่ห้อไหน ก็ลบรอยยับอันเกิดจากโหระไม่ได้อยู่ดี**

อยู่กับผู้ชายที่ทำให้เธอเกลียดตัวเอง ในที่สุดเธอจะเกลียดผู้ชายคนนั้นเข้าไป!

ฟังอย่างนี้แล้ว ผู้หญิงที่หน้าตาธรรมดาลงไปจนถึงขี้เหร่จึงไม่น่าไปตั้งความอิจฉาริษยาอะไรกับผู้หญิงสวยเกินเหตุทั้งหลาย เพราะส่วนใหญ่พวกคุณเธอก็มีปัญหาอันเกิดจากความสวยให้ต้องสะสางกันจนกว่าจะหมดสวยนั้นแหละ **สำคัญคือถ้าไม่สร้างเสน่ห์อย่างหญิงที่แท้จริงไว้แต่เนิ่นๆ พอหมดเสน่ห์ทางกายเมื่อไรก็ไร้ค่าขึ้นมาจริงๆเมื่อนั้น**

คุณลักษณะเด่นแห่งความเป็นสตรีมีอยู่มากมายหลายหลาก แต่ขอเพียงคุณมี 'รากฐานความเป็นเทพธิดาในฝัน' เพียงสองข้อ ก็จะทำให้คุณคุณลักษณะความเป็นสตรีอื่นๆเข้ามาเองในภายหลัง ดังนี้ครับ

๑) ความเป็นที่ฝากใจ

ความเป็นที่ฝากใจเป็นภาวะที่สอดคล้องกับเพศหญิง เพราะธรรมชาติให้ความละมุนละไมกับร่างกายมากกว่าฝ่ายชาย หมายความว่าถ้ามองที่ร่างกาย ยิ่งใครมีส่วนโค้งงอนชวนมองมากขึ้นเท่าไร ก็จะยิ่งดูน่าเอาใจไปฝากไว้มากขึ้นเท่านั้น แต่ถ้ามองกันที่จิต ก็ต้องดูกันตรงความอ่อนโยนเป็นหลัก **เพราะความนิ่มนวลอ่อนโยนคือลักษณะของคนที่เป็นสุขกับตัวเองได้ เพื่อแผ่ความสุขให้คนอื่นได้ตลอดจนปลอบใจให้ใครๆหายว้าวุ่นได้**

ความอ่อนโยนจะทำให้สีหน้าของผู้หญิงสงบเยือกเย็นลง ธรรมชาติ ออกแบบให้ผู้หญิงดูดีที่สุดในเมื่ออ่อนโยน แต่ก็ธรรมชาติเช่นกันที่ เหมือนจะให้จิตผู้หญิงโน้มเอียงไปในทางแข็งกระด้างหรืออยาก อาละวาดเกรี้ยวกราด ขนาดอยู่ดีก็แก้มองให้ร่างกายผิดปกติ มี เลือดไหลได้ทุกเดือน ฮอร์โมนเปลี่ยนแปลงชวนให้เห็นอะไรขวางหู ขวางตา ขนาดหมาบิตซีก็เลยยังผิด!

ความอ่อนโยนที่เห็นกันง่าย ๆ ด้วยตาเปล่าในแวบแรก จึงถือเป็นเสน่ห์ที่จับตาชั่วคราว ต้องรู้จักและเห็นพฤติกรรมกันสักระยะ หนึ่ง คุณจึงรู้ว่าผู้หญิงแต่ละคนควบคุมความโยกเยกทางอารมณ์ ได้เพียงใด ความอ่อนโยนที่เห็นคือลมอ่อนต้นพายุร้าย หรือเป็น สายลมรำเพยเย็นสบายหายห่วงอย่างแท้จริง ความเป็นสายลมรำเพย นั้นแหละ คือเสน่ห์ที่จับใจถาวร

เสน่ห์อย่างหญิงในข้อนี้อาจดูยาก เรือนกายที่แบบบางน่า ทะนุถนอมของเธอบางคนอาจหลอกตา เห็นยิ้มละไมแล้วชวนให้ ทุกคนนึกว่าเธออ่อนหวานน่ารัก น่าหุนตัก แต่ที่ไหนได้ เข้าใกล้ เดี่ยวเดียวนางมารร้ายเริ่มออกจากที่ซ่อน ถึงแม้ไม่มีเขี้ยวไพล่ออกมา จากเหงือก คุณก็นึกออกอยู่ในใจชัดเลยล่ะว่าเขี้ยวยักษ์และเล็บมาร เป็นอย่างไร

แต่บางคนมีนะครับ ที่ทำบปไว้ในปางก่อน เช่น ชอบอาละวาด ฟาดวงฟาดงากับคนสนิท อย่างเช่นสามีหรือลูกหลาน ชาติปัจจุบัน จึงถือกำเนิดในร่างร้าย หน้าตาดูต้นเหมือนนางโจร ทว่านิสัยใจคอ ในชาตินี้เป็นพวกไม่ชอบมีเรื่องมีราว หน้าหนีเบาหน้อยอภัยได้ อยู่

ใกล้แล้วสบายใจเสมอ พอสนิทกับเธอสักพัก ทำยสุดคุณจะเลิก
เบะปากให้กับความ 'ไม่สวยอย่างแรง' ของเธอ เมื่อใดอยากเข้าหา
ศาลาพักใจ ใบหน้าของเธอจะลอยเด่นขึ้นมาก่อนใครเพื่อน

เพื่อสร้างความเป็นที่ฝากใจให้เกิดขึ้นในตน เริ่มต้นขึ้นมาก็แค่
หัดคอยให้ เป็น อย่าเก็บเรื่องที่แล้วไปแล้วมาคิดมาก อย่าเอาเรื่อง
ไม่เป็นเรื่องมาเป็นเรื่อง แล้วที่สำคัญอย่าหาเรื่องก่อน เพศชายรบ
กันเองมากพอแล้ว พวกเขาจึงต้องการเซตปลอดภัยไว้พิทักษ์
บ้าง ผู้หญิงคนไหนทำตัวเป็นเซตปลอดภัยไว้พิชสง หรือดีกว่านั้น
คือเป็นเซตอภัยทานสำหรับเขา เขาก็จะรู้สึกถึงเสน่ห์หน้าเข้าใกล้ ร้อน
เมื่อใดเป็นต้องหนีอยากมาหาความเย็นอย่างคุณเมื่อนั้น

เขียบขึ้นมาอีกชั้นหนึ่งคือหัดรับฟังปัญหาของคนอื่น รู้จัก
ปลอบด้วยน้ำเสียงเยือกเย็นเป็นเหตุเป็นผล อย่าถือโอกาสสั่งสอน
หรือเผลอตัวใช้น้ำเสียงกดขี่ให้เขารู้สึกโง่งนะครับ อันนั้นนอกจาก
ไม่สร้างแล้วยังทำลายเสน่ห์อย่างแรงด้วย

เมื่อทั้งตัวของคุณกลายเป็นเครื่องผลิตความเย็น แถมเห็น
ช่องทางที่จะปลอบคนอื่นให้รู้สึกดีขึ้นได้ คุณจะเป็นที่คิดถึงของคน
หลายคน ความเป็นที่คิดถึง ความเป็นที่อยากฝากใจของหลายคน
นั่นเอง คือเสน่ห์อย่างหญิงที่สำคัญยิ่ง

๒) ความเป็นผู้ดูแล

ความเป็นผู้ดูแลคือสิ่งที่พัฒนาต่อยอดมาจากความเป็นที่ฝากใจ
**ถ้าใจคุณแคร์คนน้อย ก็ยากมากหรือเป็นไปได้เลยที่คุณจะมีความ
เป็นผู้ดูแล**

และภาวะผู้ดูแลก็เป็นภาวะที่สอดคล้องกับเพศหญิงเช่นกัน เพราะธรรมชาติให้สัญลักษณ์ทางเพศเป็นฝ่ายรับฝากชีวิต หมายความว่าถ้ามองที่ร่างกาย ยิ่งใครมีเนื้อหนังอิมเต็มมากขึ้นเท่าใด ก็จะมียิ่งเหมือนผู้ดูแลมากขึ้นเท่านั้น แต่ถ้ามองกันที่จิต ก็ต้องดูกันตรง ความมีสติอยู่กับเนื้อกับตัวเป็นหลัก **เพราะความมีสติอยู่กับเนื้อกับตัว คือลักษณะของคนที่มีจิตสำนึกเอาใจใส่ผู้คนและสิ่งรอบข้างได้อย่าง ถูกจังหวะ ถูกเวลา กับทั้งมีความรอบคอบ ไม่ดูตาย ไม่ละเลย**

ความเป็นผู้ดูแลไม่ได้ตั้งต้นจากการเป็นแม่คน เพราะการให้กำเนิดทารกไม่ได้ประกันว่าคุณจะเลี้ยงใครได้ โดยที่แท้แล้ว **ความเป็นผู้ดูแลตั้งต้นจากการเป็นผู้มีใจเมตตาการุณย์ ปรารถนาการให้ ความอนุเคราะห์แก่คนและสัตว์จากใจจริง**

ในขั้นของการเป็นผู้ดูแลจึงไม่ใช่แค่พูดปดลอบ คุณต้องลงมือช่วยในทางใดทางหนึ่งอย่างเป็นรูปธรรมได้ด้วย ธรรมตามนุษย์ไม่ได้ อยู่คนเดียว อย่างไรต้องมีพ่อแม่หรือญาติผู้ใหญ่ให้ฝึกปรนนิบัติดูแล เช่น หาน้ำทำหรือเตรียมหยูกยาไว้รอบริการ แต่หากคุณถูกเลี้ยง มาให้เป็นคุณหนู หยิบจับเป็นแต่แห่งลิปติกหรือขวดน้ำหอมมา ตกแต่งตนเองให้ดูดี ก็คงสร้างเสน่ห์อย่างหญิงข้อนี้ได้ยากหน่อย

ความมีใจเป็นห่วงเป็นใย เต็มใจดูแลคนรอบข้างนั้น อาจ นำคุณไปสู่จิตวิญญาณแบบหมอหรือพยาบาล ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลมีเกียรติที่โลกนี้ขาดไม่ได้ ฉะนั้นอย่าแปลกใจว่าคุณไม่ได้เป็นหมอ แต่คนที่เห็นเขานึกว่าเป็นหมอ

ผู้ชายจะรู้สึกดีที่สุดในกับผู้หญิงที่ดูแลเขาได้ เป็นพลังผลักดันให้เขาพุ่งไปข้างหน้าได้ มีหัวใจสร้างครอบครัวให้เป็นปีกแผ่นได้ ฉะนั้นหญิงที่คิดว่าสวยอย่างเดียวก็พอ รอผู้ชายรวยๆมาเนรมิตข้าทาสให้ไม่ต้องทำอะไร ไม่ต้องดูแลความเป็นไปในชีวิตของเขา จึงไม่รู้ตัวว่าได้มอบเสน่ห์อย่างหญิงให้กับฝ่ายชายไปเสียหมด

เสน่ห์แห่งความคิด

ไม่มีใครที่ไม่คิด แต่คิดแล้วเกิดอะไรขึ้นบ้าง นั่นแหละที่ไม่รู้กัน **เกือบร้อยทั้งร้อยเข้าใจว่าแค่คิดคงไม่เป็นไร เพราะมันอยู่ในหัวเรา ไม่ได้รบกวนใคร**

แท้จริงแล้วผิดถนัด! แต่คุณคิดฟุ้งซ่าน ก็มีคลื่นความปั่นป่วนกระจายออกมาแล้ว **แต่คุณคิดอาฆาตพยายบาท ก็มีคลื่นความร้อน**

*คนที่เขาแต่คอยความรัก
จะไม่เจอความรักไปจนตาย
ส่วนคนที่เฝ้าแต่สร้างความรัก
จะรู้จักความรักในสามวันเจ็ดวัน!*

ผะผ่าวออกมาแล้ว ความปั่นป่วนและความร้อนล้นเป็นคลื่นรบกวน คนรอบข้างทั้งสิ้น

เคยไหม เห็นใครเดินเข้ามาแล้วคุณนึกรำคาญทันที ทั้งที่เขา
ยังไม่ทันพูดจากรบกวนคุณสักคำ? นั่นแหละอาจเป็นตัวอย่างของพวกเขา
ฟุ้งซ่านจัด เขาพาคลื่นรบกวนติดตัวไปด้วยทุกหนทุกแห่ง และทันที
ที่คุณมอง หรือทันทีที่คุณรู้สึกถึงเงาร่างของเขาในระยะใกล้ แค่นั้น
ก็เป็นความระคายพองจะทำให้เกิดความกระวนกระวายขึ้นมาได้แล้ว

ทุกคนอยากหลีกเลี่ยงหนีออกจากความฟุ้งซ่านและความร่ำร้อน
ไม่อยากจะให้มันเกิดกับใจตนเอง และไม่อยากจะอยู่ใกล้คนที่ปล่อยคลื่น
แย่งๆอย่างนี้ออกมา แต่ก็นั่นแหละครับ **เกือบทุกคนบนโลกใบนี้
ต่างพากันขยันสร้างเหตุแห่งความปั่นป่วนและความร่ำร้อนกันทุกวัน**

บางคนตั้งแต่เกิดมาหาความชำนาญเรื่องอื่นไม่ได้ เพราะชำนาญ
อยู่เรื่องเดียวคือฟุ้งซ่าน ถ้าจัดประกวดคงหาแชมป์ยาก เพราะหา
มือโปรง่าย

ความฟุ้งซ่านมาจากไหนกัน? คำตอบที่ฟังง่ายเหมือนเอา
กำปั้นทุบดินคือ ‘มาจากความไม่สงบใจ!’

แล้วที่ไม่สงบใจเพราะอะไร? คำตอบคือเพราะความอยากโน่น
อยากนี่ไม่รู้จบ!

ที่นี่ลองตรองดูนะครับ ถ้าวันๆคุณเอาแต่รอคอยความรักด้วย
ความทรमानใจ คอยจ้องแต่จะอิจฉาริษยาคนที่เขาควงคนหล่อ
คนสวยไปดูหนังและเที่ยวทะเลกัน อะไรจะเกิดขึ้น?

แน่นอน! สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือคลื่นรบกวนที่กระจายออกมาอย่างเข้มข้น และยิ่งคุณเสพติดนิสัยคิดมาก เอาแต่จ้องริษยาคนอื่น ความปั่นป่วนร้อนๆก็จะยิ่งทวีตัวหนาแน่นขึ้นเรื่อยๆตามวันเดือนปีที่ผ่านมา ซึ่งเมื่อเป็นเช่นนั้น เพียงเดินเหยียดคนที่คุณบึ้ง เขาก็อยากเบือนหน้าหนี ‘ของร้อน’ แล้วจริงไหม?

ต่อให้คุณคบใครอยู่นะครับ ความอิจฉาริษยาและความไม่พอใจในสิ่งที่ตนมี ก็จะทำให้คุณติดอยู่ในวังวนของการรอคอยไม่รู้จบ **พูดง่าย ๆ คือทั้งชีวิตของคุณจะไม่รู้จักรสแห่งความรัก มีอยู่รอสแต่วที่ รู้จักดีคือการรอคอยที่ไม่เคยสมหวัง!**

ความจริงก็คือพวกเราลิ้มรสแห่งความรักได้โดยไม่ต้องรอคอยให้ใครมาถึงตัวเสียก่อน **เพียงคุณตั้งความคิดไว้ในทิศทางที่จะปรารถนาดีกับคนอื่นได้ คุณก็อยู่กับความรักเดี๋ยวนั้นแล้ว**

หลายคนฟังแล้วส่ายหน้าพะอืดพะอม เพราะแค่นี้ก็รู้สึกแล้วว่าตนเองคงคิดปรารถนาดีกับใครไม่ลง ในเมื่อผู้คนเต็มไปด้วยความน่าหมั่นไส้ น่าโกรธ และกระทั่งน่าเกลียดชังปานนี้ แถมตัวเองก็สะสมความหมั่นไส้ ความโกรธ และความเกลียดมาแต่เกิด จะให้แกลังคิดปรารถนาดีกับใครต่อใคร คงเหลือวิสัยที่จะทำ

ก็นั่นแหละซีครับ อย่าไปแกลังปรารถนาดีซี! ผมกำลังพูดถึงการมีความปรารถนาดีจากใจจริงอยู่ต่างหากละ และต่อไปนี่ก็จะเป็นวิธีฝึกปรารถนาดี โดยอาศัยความเป็นคนซีหมั่นไส้ มักโกรธ และเกลียดง่ายของคุณนั่นแหละ เอามาเป็นตัวตั้งในการเริ่มฝึก!

๑) เมื่อหมั่นใส่

ทันทีที่รู้สึกตัวว่าหมั่นใส่ใคร ให้หมั่นใส่ต่อไป! แต่ให้เลิกใช้สายตามองบุคคลผู้เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความหมั่นใส่ แล้วใช้ใจทำความเข้าใจกับความรู้จักกับภาวะหมั่นใส่จริงๆ คือดูว่าความหมั่นใส่ให้ความรู้สึกทางใจอย่างไร ช่วงหนึ่งคุณจะรู้สึกเหมือนคนเพ็งกินน้ำมันหมูเถื่อนๆ หรือเกิดความอึดอัดแบบที่น่าระอา ตรงนั้นใจคุณจะเลิกยึดความหมั่นใส่ ทั้งความหมั่นใส่ไปเองโดยไม่แกล้ง ยิ่งทำบ่อยก็จะยิ่งเห็นความหมั่นใส่หายไปเร็วขึ้นทุกที **ย้ำว่าอย่าไปพยายามทำให้มันหายไปนะครับ ปล่อยให้ใจหมั่นใส่ไป เราแค่ทำความรู้สึกถึงมันตรงๆ เท่านั้น**

๒) เมื่อโกรธ

ทันทีที่รู้สึกตัวว่าโกรธใคร ให้ดูว่าโกรธแรงแค่ไหน ถ้าถึงขั้นอยากด่าหรืออยากทุบสักอึกก็ให้ห้ามใจไว้ อย่าด่า อย่าลงมือ เก็บไว้ในอกนั่นแหละ ทำอกให้เหมือนตู้นิรภัยที่ระเบิดลั่นก็ไม่มีเสียง เล็ดรอดออกมาถึงข้างนอก จากนั้นให้นับดูสนุกๆ แบบรู้ว่าคุณคนเดียวที่เกิดการระเบิดอยู่ในอกก็ครั้ง **แต่ละครั้งแรงหรือเบาต่างกันเพียงใด**

ถ้าปล่อยให้ระเบิดมันดังเปรี้ยงปร้างออกมาทางปากหรือทางมือไม้ คุณจะไม่เหลือสติไว้ดูอะไรเลย แต่ถ้ามันระเบิดอยู่ในอก คุณจะค้นพบว่ามันไม่ทำให้คุณถึงตาย **และที่สำคัญคือสติที่รู้เห็นระเบิดในอก จะช่วยให้คุณไม่ต้องเก็บกดด้วย**

แต่หากความโกรธของคุณไม่แรงนัก เพียงอยู่ในระดับหงุดหงิด คิดต่ออยู่ในใจ ยังไม่อัดอั้นขนาดต้องทำปากขมขมิบหรือซักสีหน้าใส่เขา อันนี้ให้ดูเฉยๆ อย่าห้ามใจไม่ให้หงุดหงิด อย่าไปเร่งให้หายหงุดหงิดเร็วๆ แล้วก็อย่าเผลอคิดถึงเรื่องต้นเหตุ กระทั่งความหงุดหงิดมันกระพือขึ้นเป็นพินเป็นไฟใหญ่โต **เริ่มต้นมีควันไฟ แคะไทรก๊อปปล่อยให้มันคลั่งอยู่แค่นั้น แล้วในที่สุดมันจะหายไปให้ดู**

ฝึกอยู่อย่างนี้ ไม่ว่าจะโกรธหนักหรือโกรธเบา จิตของคุณจะกลายเป็นนักดูความโกรธ คุณสมบัติเด่นของนักดูความโกรธคือไม่ถูกความโกรธครอบงำ แล้วก็ไม่พยายามครอบงำความโกรธด้วย กระทั่งเหมือนแยกกันเป็นคนละฝ่าย ฝ่ายหนึ่งโกรธให้ดู อีกฝ่ายหนึ่งรู้ความโกรธไป

สรุปให้ง่ายๆคือ ถ้าอยากพูดคำหรืออยากลงมือทำร้ายใคร **ตอนนั้นความโกรธมีไว้ห้าม ไม่ใช่มีไว้ดู** แต่ถ้าแค่หงุดหงิดคิดไม่ดีกับใคร **ตอนนั้นความโกรธมีไว้ดู ไม่ใช่มีไว้ห้าม**

๓) เมื่อเกลียด

ทันทีที่รู้สึกตัวว่าเกลียดใคร ให้ระลึกว่าคุณผูกใจเจ็บแล้วนะ คุณเก็บเชื้อโรคทางวิญญาณไว้กัดกินตัวเองแล้วนะ มองให้เห็นโทษของความเกลียด **มองให้เห็นว่าผูกใจเจ็บแปลว่าเจ็บที่ใจตัวเองนาน แล้วคุณจะตระหนักว่าความเกลียดเป็นโรคทางใจโรคหนึ่ง**

คุณกำลังเป็นโรค!

บอกตัวเองซ้ำๆไปอย่างนี้เลยครับ จะพูดออกปากให้ชัดถ้อยชัดคำเลยก็ดี พูดจนกว่าใจจะได้ยินจริงๆ

ชีวิตเป็นของยากครับ วันๆเจอแต่คนทำเรื่องไม่น่าพอใจให้เก็บมาคิด แต่ต่อให้คิดถึงขั้นจ้ำม่ำปล่อยของเข้าห้องศัตรู ก็ไม่แน่ว่าจะทำให้ศัตรูเป็นทุกข์หรือเปล่า ที่แน่ๆคือสุขภาพของคุณจะเลวลงทุกที โดยเฉพาะถ้าเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจและระบบประสาทอยู่ ไม่ว่าจะอาฆาตมากหรือน้อยก็จัดเป็นของแสลงทั้งนั้น เพราะมันทำให้ความดันโลหิตและอัตราการเต้นของหัวใจสูงขึ้น แม้กระทั่งกล้ามเนื้อก็พลอยเกร็งและบั่นทอนความสามารถในการควบคุมตนเองลง

หลักฐานแสดงอยู่หนโ้ โรคทางใจลามเป็นโรคทางกายได้ เพียงเท่านี้ก็ควรที่ว่าคุณจะฉุกละหุกได้ว่า **ศัตรูของคุณไม่ใช่คนอื่นที่คิดร้ายกับคุณ แต่เป็นความคิดร้ายของคุณเองที่มีต่อคนอื่นต่างหาก!**

ความตระหนักรู้จะทำให้คุณเลิกเข้าใจผิดคิดว่าความแค้นอยู่ส่วนหนึ่ง หัวใจและกล้ามเนื้ออยู่อีกส่วนหนึ่ง เป็นต่างหากจากกัน เหมือนคุณตกเข้ามาอยู่ในเครื่องลงทนต์เครื่องหนึ่ง ซึ่งพร้อมจะบีบให้คุณร้อง หรือกระทั่งบดขยี้ให้คุณตาย ขอเพียงทำผิดกติกาปล่อยความแค้นให้ครอบงำจิตใจนานพอ

เมื่อเป็นโรคแล้วทำไมไม่อยากหายจากโรค? คุณหวังโรคด้วยหรือ? ไม่เลย! ทุกคนอยากหายจากโรค อยากกลับมีกำลังวังชากันมิใช่หรือ? **ตรงจุดของการเห็นเช่นนี้แหละที่จิตจะมีพลังแห่งเหตุผลมากพอจะวางความแค้นลงเสียได้**

ช่วงเวลาที่จิตของคุณวางความผูกพันบาทอาฆาตลง คุณจะรู้สึกดี รู้สึกสบาย หรืออาจจะถึงขนาดปลงใจโหลีกกับศัตรูคู่แค้น ยิ่งแค้นหนักแล้วภัยได้เร็วเท่าไร ก็จะมีประมาณความรู้สึกคล้าย ยกภูเขาออกจากอกเร็วขึ้นเท่านั้น

ฝึกแค่ ๓ ชั่วโมงแค่สักอาทิตย์สองอาทิตย์ ถึงจุดหนึ่งคุณจะรู้สึก 'โล่งอก' ขึ้นมาอย่างน่าอัศจรรย์ เป็นความโล่งอกสบายๆอยู่เรื่อยๆ ไม่อยากเอาเรื่องเอาราวกับใคร มีความสุขกับใจของตนเอง สบายใจกับความไม่หมั่นไส้ ไม่โกรธ ไม่เกลียดของตนเอง **ตรงนั้นขอให้ทราบเถิดว่าเส้นทางจิตเริ่มเปล่งประกายแล้ว**

และ ณ จุดนั้นเช่นกัน ที่คุณสามารถเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างจิตกับความคิดได้ดีขึ้น **ความคิดสามารถยกระดับจิตได้ และเมื่อจิตถูกยกระดับแล้ว วิธีคิดก็จะเปลี่ยนไปอีกแบบหนึ่ง**

ขอเพียงจิตของคุณไม่ยอมเป็นที่เกาะของความหมั่นไส้ ความโกรธ และความเกลียด คุณจะเห็นโลกต่างไปอย่างน่าแปลกใจ ตรงนั้น คุณจะพบว่า **ความคิดที่ดีที่สุดไม่ใช่การคิดพยายามเปลี่ยนโลกทั้งใบให้ดีขึ้น แต่เป็นการยอมคิดเปลี่ยนแปลงตัวเองจากร้ายให้กลายเป็นดีต่างหาก**

บนเส้นทางแห่งความพยายาม วิธีคิดทั้งหมดของคุณจะยืนพื้นอยู่บนความไม่อยากเบียดเบียนใคร แม้เขาจะมาเบียดเบียนคุณก่อน คุณก็ไม่อยากเบียดเบียนตอบ **และเมื่อความคิดของคุณยืนพื้นอยู่บนความไม่อยากเบียดเบียนอย่างถาวร แต่ละคลื่นความคิดที่ส่งออกมาเป็นห่วงๆจะกระทบใจคนอยู่ใกล้ให้พลอยรู้สึกดีตาม**

คุณคงเคยมีประสบการณ์มองใครสักคนแล้วทราบว่าเขากำลังคิด และแม้ความคิดของเขายังคงเป็นเพียงคลื่นลมเร้นลับอยู่ในหัว คุณก็แน่ใจว่าเขากำลังคิดในเรื่องดีงาม นั่นแหละคือตัวอย่างของคลื่นความคิดที่ส่งเสน่ห์ออกมาได้ ทั้งที่เจ้าตัวยังไม่ขยับปากพูดหรือลงมือทำอะไรเลย

หมั่นสังเกตคลื่นความคิดในหัวของคุณ ว่ากำลังเป็นไปในทางสว่างหรือทางมืด แล้วคุณจะยอมรับอย่างไม่มีข้อกังขา ว่าแค่คลื่นความคิดในหัว ก็เพียงพอแล้วที่จะเป็นแรงดูดหรือแรงผลักรักแท้ให้มาหา

เมื่อพบความรักในจิตของตนเอง คุณจะแทบไม่แคร์แล้วว่าเมื่อใดรักแท้ถึงจะมา แต่ใครต่อใครจะเริ่มแคร์มากขึ้น ว่าเมื่อใดคุณจะรับรักพวกเขาเสียที!

หวังว่าบทนี้คงทำให้คุณเลิกคร่ำครวญ
ถามหาความรักจากฟากฟ้าด้วยความสิ้นหวัง
และหันกลับมาทวงถามหาเสน่ห์ทางกายกับเสน่ห์ทางใจจากตนเองแทน

เมื่อคุณมีเสน่ห์ คุณจะมีตัวเลือกมาวางเรียงตรงหน้าเสมอ
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือเมื่อเหล่าตัวเลือกมายืนอยู่ตรงหน้า
คุณจะเลือกอย่างไรให้ได้คนที่ใช่

ถ้าคู่ยังไม่ใช่
ใจก็คงจริงยาก!



บทที่ ๓ เลือกคนที่ใช่

หากคุณเป็นคนหลายใจ คนโน้นก็ชอบ คนนี้ก็เอา แบบนี้เรียกว่า 'ไม่มีใจจริง'

แต่ถ้าในทางกลับกัน แม้คุณจริงจังกับทุกคนที่คบ แต่ปีแล้วปีเล่าเอาแต่เจอคนไม่ถูกใจหรือเข้ากันไม่ได้ พยายามทำดีแค่ไหนก็ต้องเลิกกันวันยังค่ำ แบบนี้เรียกว่าเจอแต่ 'ตัวปลอม'

เออละสิ! คุณจะไปบอกใครอย่างไรดี ว่าที่เปลี่ยนบ่อยนั้น เพราะคุณดีแต่เจอตัวปลอม หรือว่าเหล่าตัวปลอมดีแต่คุณยังไม่มีใจจริงให้ใคร?

ตกลง ‘ตัวจริง’ กับการมี ‘ใจจริง’ อันไหนมาก่อนอันไหน
มาหลัง? มันจะเหมือนปัญหาโลกแตกอย่าง ‘ไต่กับไขอันไหนเกิด
ก่อนกัน’ หรือเปล่านี้?

ใจของคนและสัตว์ทั้งหลายพร้อมจะแปรเปลี่ยนไปเรื่อยๆ รัชมองเป็นเหตุเป็นผลง่าย ๆ **ถ้าเจอคนที่ใช่ ใจคุณก็พร้อมจะจริง
แต่ถ้ายังไม่ใช่ ใจคุณก็พร้อมจะแวง**

คุณรักเดียวใจเดียวได้ตลอดชีวิต แต่จะบังคับใจตัวเองให้
‘รักจริง’ ไม่ได้เลย ถ้าเขาหรือเธอไม่มีความน่าให้รัก หรือน่าให้รัก
แต่ไปกันไม่ไหว

คุณคงไม่อยากสงสารตัวเองไปตลอดชีวิต ที่ต้องกัดฟันฝืน
ปฏิบัติหน้าที่สามีหรือภรรยาแสนดีอย่างไม่ขาดตกบกพร่อง ทั้งที่
หัวใจเต็มไปด้วยความแค้นแค้น อ่อนล้า และเหน็ดเหนื่อย มันคงจะ
ดีกว่ากัน ถ้าคุณมีความรักจริงเป็นแรงบันดาลใจให้ซื่อสัตย์และแสนดี
ไม่ใช่ฝืนแสนดีและซื่อสัตย์ไปเพื่ออะไรก็ไม่รู้

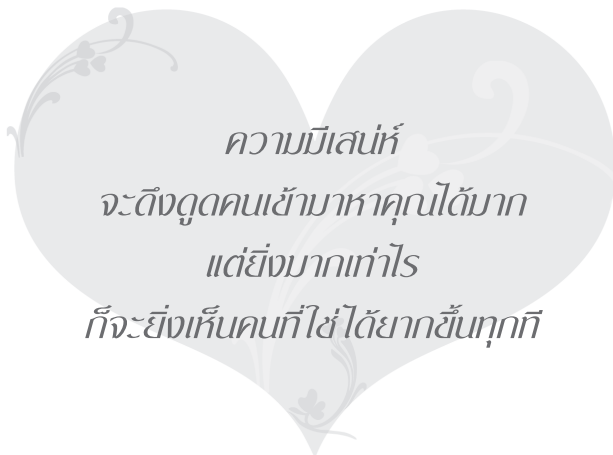
บทนี้จะเริ่มจากการแสดงภาพรวมว่าคนเราชอบรีบร้อนด่วนได้
หรือไม่ก็อยากได้อะไรที่เกินตัว รู้ทั้งรู้ว่า ‘คนที่ใช่’ หมายถึง ‘คนที่
เหมาะ’ แต่ใจจะไม่รอคนเหมาะ เพราะกิเลสสั่งให้หาคนที่ดีที่สุดใน
เร็วที่สุด ซึ่งก็นั่นแหละครับ เป็นสาเหตุว่าทำไมถึงไม่เจอคนที่ใช่กัน
สักที

เมื่อได้ข้อคิดที่ช่วยกระทุ้งให้หลุดจากความลัษณแล้ว ค่อย
ไปดูคุณสมบัติของคนที่ใช้กัน **ขอบอกไว้แต่เนิ่นๆว่าหลักการคือ**

หลักการ ซึ่งให้แนวคิดหรือข้อสังเกตในการมองคน มองตน และมองอนาคต ลงเอยใจคุณต้องเป็นผู้เลือกในขั้นสุดท้ายว่าจะเชื่อหลักการหรือเลือกเอาตามความพอใจของตน

อนึ่ง บทนี้เขียนอยู่บนการสันนิษฐานว่าคุณมีอิสระพอจะดูเองเลือกเอง หากคุณติดหนี้กรรมเก่าให้ต้องถูกคลุมถุงชน หรือต้องแต่งงานด้วยเหตุจำเป็นอันใดก็ตามที่ ขอให้ถือว่าบทนี้อาไว้เป็นมาตรวัดว่าคุณพร้อมจะรัก ‘คนของคุณ’ ลักแค่นั้น ด้วยปัจจัยอันใดบ้างนะครับ

ถ้าคุณอ่านบทก่อนอย่างเข้าใจและทำตาม กระทั่งอย่างน้อยเป็นคน ‘มีเสน่ห์ทางความคิด’ ภายในสองอาทิตย์เป็นอย่างซ้ำ คุณก็น่าจะมีคนอยากเข้ามาใกล้ อยากเข้ามาพูดคุยด้วยบ่อยๆบ้างแล้ว เพราะโลกมันร้อน ใครๆก็อยากเจอศาลาริมน้ำไว้พักผ่อนเย็นใจกันทั้งนั้น



ประเด็นคือยิ่งเสน่ห์แรงเท่าไร ตัวคุณก็จะยิ่งกลายเป็นแม่เหล็กดึงดูดทั้งคนที่เหมาะและไม่เหมาะเข้ามาหา จนโลกปรากฏคล้ายตลาดสดทางความรัก คือตัวเลือกเยอะ ข้อเปรียบเทียบเยาะ และใจก็อาจรักที่เสียดายน้อง **คุณจำเป็นต้องมองย้อนกลับมาที่ตัวเอง รู้ให้ได้ก่อนว่าตัวเองเป็นใคร เข้ากับคนแบบไหนได้บ้าง ตลอดจนอยู่กับใครได้ดีที่สุด**

คุณเป็นใคร คำตอบอยู่ที่เข้ากับคนแบบไหนได้ และการจะรู้ว่าเข้ากับคนแบบไหนได้ ก็จำเป็นต้องคบคนให้มาก แล้วใช้ใจตัวเองตัดสิน ไม่ใช่เข้าไปขอปรึกษานักจิตวิทยาหรือหมอดูที่ไหน

การคบหลายคนไม่ใช่เรื่องน่าเกลียด **ทราบเท่าที่คุณตั้งระยะห่างไว้ดีพอ ไม่ได้ให้ความหวังใครเกินเพื่อน และขณะเดียวกันก็อาศัยพวกเขาหรือพวกเขาในการสำรวจตนเอง ทำความรู้จักตัวเองไปด้วย**

ขอยกตัวอย่างให้เห็นภาพอย่างนั้นะครับ การเลือกฟังเพลงคนเดียว จะทำให้คุณรู้จักตัวเองดีว่าต้องการฟังเพลงแบบไหน **แต่การเลือกฟังเพลงกับใครอีกคน จะทำให้คุณรู้จักตัวเองว่ามีความสุขกับใครในบรรยากาศดนตรีแบบใด**

เกือบๆกล่าวได้ว่าบรรยากาศดนตรีแบบที่คุณชอบฟังกับเขาหรือเธอ ก็คือความรู้สึกที่คุณมีต่อเขาหรือเธอนั่นเอง เช่น ถ้าเพลงหวานทำให้คุณซาบซึ้งละมุน ก็แปลว่าคุณมีอารมณ์โรแมนติกกับเขาหรือเธอได้ และถ้ายิ่งเพลงคึกคักสามารถเร้าใจให้คุณตื่นเพร็ดไปกับเขาหรือเธอได้ ก็แปลว่าคุณมีอารมณ์สนุกพร้อมกับเขาหรือเธอไหว

การที่ใจบอกว่าชอบใคร ก็เปรียบเหมือนบอกว่าอันใดคือ ‘เพลงโปรด’ ในโลกดนตรีคุณมีเพลงโปรดในสต็อกได้เป็นร้อยเป็นพัน โดยไม่มีใครว่า แต่ในโลกความรักคุณต้องเลือกเพลงโปรดไว้ฟังเพียงหนึ่งเดียว จึงจะไม่ใช่ที่ครหา

การหว่านเสน่ห์ด้วยความนึ๊กสนุกหรืออยากลองของใหม่เหมือนเปลี่ยนเพลงตามใจชอบ จะทำให้คุณเปลี่ยนเป้าหมายจากการแสวงหาคนที่ใช่ ไปเป็นคึกคะนองกับการล่าคนที่ดีกว่ายิ่งขึ้นเรื่อยๆ คุณจะรู้สึกเบื่อง่ายแบบเดียวกับเบื่อเพลง เห็นว่าคนที่คบอยู่ไม่ใช่ ไม่น่าพอใจอยู่รำไป แล้วกลายเป็นคนเลือกมาก ความมอดทนต่ำ ไม่อยากง้อใคร และถึงขั้นอยากเปลี่ยนใจเพียงด้วยเหตุเล็กน้อย คิดว่าตัวเองแน่ จะเอาแค่นั้นเมื่อไรก็ได้ไม่จำกัด

มีเสน่ห์ไม่ใช่เพื่อหว่านเสน่ห์ไปเรื่อย เพราะการหว่านเสน่ห์ไม่เลือกหน้าจะเป็นการสังขมิณล้ายเพื่อหันหลังให้กับรักแท้ ต้องเร่งบอกตนเองว่าคุณกำลังมาผิดทางที่จะพาไปหารักแท้แล้ว **ต่อให้คนที่ใช่ยืนอยู่ตรงหน้า แต่ปะปนกับเหล่าตัวเลือกอีกเยอะแยะ สายตาของคุณก็จะเหมือนพร่าเลือนไป แม้แต่คนที่ใช่ก็ถูกมองเป็นหนึ่งในตัวเลือกเหมือนกันหมด**

เลือกคนที่จะทำให้ใจคุณนิ่ง เพราะความนิ่งจะอยู่กับคน อย่าเลือกบางคนหรือหลายคนที่ทำให้คุณกระเจิง เพราะความกระเจิงจะหลอกให้คุณหลงความต่อไม่รู้จบรู้อึน

แล้วก็ท่องจำให้ขึ้นใจนะคร้าบ **อย่าเพิ่งให้ความหวังใครก่อนจะรู้จักธาตุแท้ความเป็นเขา และรู้ว่าเขา ‘ใช่’ พอจะทำให้ใจคุณ ‘จริง’**

อำนาจที่ทำให้ลุ่มหลง
ส่งมาจากส่วนสกลปรกตของไทย
ของร่างกายก็ได้
แต่แรงบันดาลใจที่ทำให้รักจริง
ต้องมาจากกลางใจที่ใสพลเท่านั้น

มีฉะนั้นอาจเกิดปัญหาในภายหลัง ตั้งแต่โศกนาฏกรรมทางหัวใจ
ไปจนกระทั่งอาชญากรรมทางเพศก็ได้อายุคนอ่านหนังสือพิมพ์กัน

แล้วถ้าความใกล้ชิดบังคับให้เปลวใจละ จะทำอย่างไร? จะให้ดู
อย่างไรในเมื่อธาตุแท้ของคนมักปรากฏก็ต่อเมื่อสนิทกันแล้ว?

คำตอบคือ รู้จักกันอย่างเพื่อนสนิทที่ไม่มีสิทธิ์ตะเนื้อต้องตัว
เขาก็จะไม่มีสิทธิ์หึงหวง แล้วคุณก็จะได้มีสิทธิ์เห็นธาตุแท้จากความ
เป็นเพื่อนสนิทนั้นด้วย!

สรุปคือในขั้นนี้ ยึดหลักให้แม่นๆคือ ถึงมีตัวเลือกมาก ก็ต้อง
เลือกเพียงหนึ่งเดียว ไม่เช่นนั้นจะลงเอยคือทุกตัวเลือกเป็นปัญหา
ทั้งหมด ไม่ใช่รักแท้ทั้งหมด!

มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่บ้ากามกว่าเพื่อน เพราะบนโลกนี้นอกจากมนุษย์ก็มีแต่ปลาโลมาเท่านั้น ที่มีเซ็กซ์เพื่อความบันเทิงได้โดยไม่ต้องเลือกฤดู

เมื่อพื้นฐานของเราเป็นพวกโรคจะจัดเสียอย่างนี้ ก็ควรเข้าใจตนเองไว้แต่เนิ่นๆว่า **คุณมีสิทธิ์หน้ามืดตามัว แยกแยะไม่ออกว่าระหว่างอยากได้กายเขามาเสพกาม กับอยากได้ตัวเขามาเป็นคู่ นั้นแตกต่างกันอย่างไร**

น้อยเสียเมื่อไหร่ ที่ผลลืลามจับคู่เพียงเพราะเสพสมเสร็จแล้วติดใจกัน ทั้งที่ยังไม่ทันดูความเข้ากันได้ ในรายละเอียดอื่นๆเอาเลย การจับคู่กันด้วยเหตุผลทางกามารมณ์ หรือเพียงเพราะติดใจรูปร่างหน้าตาอย่างรุนแรง มักลงเอยเป็นโศกนาฏกรรมทางความรู้สึก คือ ผิดหวังที่เลือก เสียใจที่ไม่ดูให้ดีเสียก่อน

ที่แรกได้มานี้กว่าโชคดี ที่ไหนได้ กลายเป็นเคราะห์ร้ายกว่าใครเพื่อน!

คนเรามักมองที่สัญญาณบอกเหตุง่ายๆ ดึ้นๆ แบบเดียวกับคนติดละครเพราะคลั่งไคล้ความสวยหล่อจัดจ้านของดารานำ ขอให้รูปร่างหน้าตามีอำนาจพอจะสะกดให้แพ้ได้เถอะ เป็นสำคัญไปว่าตัวเองถูกศรัทธาปักอกเข้าให้แล้ว แล้วหลังจากนั้นค่อยค้นหาเหตุผลต่างๆนานามารองรับ ว่าคนนี้แหละใช่ คนนี้แหละคือที่สุด เรียกว่ามีแต่อารมณ์ทั้งนั้นที่เป็นตัวบอกว่าเหมาะ ใช่ ดี เอาเลย!

เข้าใจไว้นะครับว่าถ้าคุณแค่อายกถึงที่สุดทางกาย ไม่ใช่
ปรารถนาจะถึงที่สุดทางใจ **พอจับปลัดจับผลูถึงที่สุดทางกายกับเขา
หรือเธอได้ ใจคุณจะไม่เหลือเยื่อใยใดๆอีก!**


ที่สุดของความรู้สึกทางกายนะครับ ก็คือเบื่อกายนั้นแหละ
อยากทิ้งไปให้พ้นๆ ส่วนที่สุดของความรู้สึกทางใจ จะเป็นความ
ผูกพันลึกซึ้ง ไม่อยากทอดทิ้งกันไปจนชั่วชีวิต

มองแบบนักเสกงาม คนๆหนึ่งจึงเป็นได้แค่เพียงวัตถุงาม
แต่หากมองแบบผู้แสวงหารักแท้ คนๆหนึ่งคือเหตุการณ์ ไม่ใช่
ร่างกาย **ฉะนั้นถ้าเพิ่งแค่เห็นใครปรากฏตัว ยังไม่ถือว่าคุณเห็นเขา
หรือเธอเลย อย่าเพิ่งตัดสินใจว่าคุณชอบหรือชังเด็ดขาด จนกว่าจะ
เห็นเหตุการณ์อันเกิดจากเขามากพอ**

ตอนกำลังจ้องมองสีหน้าสีตาหรือท่าทางของใครสักคน คนเรา
ชอบถามตัวเองนะครับว่านี่ใช่คู่ของเราไหม เรารู้สึกดีกับเขาได้แค่ไหน
สารพันจะเอาคำตอบจากใจตัวเองแบบปุปปั๊บปลิ้นเดี่ยวนั้น

ที่ถูกคือควรถามใจตัวเองว่ารู้จักเขาดีหรือยัง รู้ว่าเขาทำ
อะไรมาบ้าง เจอปัญหาแล้วเขาแก้ด้วยความรุนแรงหรือละม่อม เป็น
พวกไวไฟหรือติดไฟยาก **กว่าจะเห็นเหตุการณ์ที่เกิดจากเขา คุณ
ต้องใจเย็น ใช้เวลามากกว่าเห็นการปรากฏกายหลายเท่าตัว**

เมื่อตระหนักว่าคนๆหนึ่งคือบ่อเกิดของเหตุการณ์ นั้นหมายความว่า
ว่าเมื่อคุณคบกับคนๆหนึ่ง ก็คือการเอาตัวเข้าไปพัวพันกับเหตุการณ์
ที่คนๆนั้นสร้างไว้ และกำลังจะสร้างขึ้น



รู้สึกว้าใจ ไม่จำเป็นต้องว้าใจ
โดยเฉพาะถ้าได้ความรู้สึกว้าใจ
มาจากการเอาแต่มองด้านดีทำเดียว

เฝ้ามองเหตุการณ์เหล่านั้นให้ชัด แล้วค่อยถามตัวเองว่า **ใจ**
ของคุณเข้ากับเหตุการณ์เหล่านั้นได้ไหม?

ตัดสินใจในตอนที่เราใจคุณสะอาดจากกาม ไม่ถูกอวัยวะน้อยใหญ่
ในเขาส่งแรงดึงดูดล่อตาล่อใจ ให้ความรักเกิดขึ้นท่ามกลางเหตุการณ์ดีๆ
ร่วมกับเขา อย่าต้องมาเรียนรู้เมื่อสายไปแล้วว่า **การเลือกคบคน**
แบบใด ก็เท่ากับเลือกใจแบบนั้นด้วย

สรุปคือความลุ่มหลงรูปกายจะทำให้หน้าตาของเราโง่งง ส่วน
การเห็นเหตุการณ์ตามจริงจะทำให้หน้าตาฉลาดขึ้นเป็นคนละคน **สิ่ง**
ที่ทำให้คนเราโง่งเรื่องความรัก ก็ไม่มีสิ่งใดเกินไปกว่ากาม ส่วนสิ่งที่
จะทำให้คนเราฉลาดเรื่องความรัก ก็ไม่มีสิ่งใดเกินไปกว่าใจที่ใสและ
เย็นลงแล้ว

คนเราชอบรักแท้ในฝัน ประเภทแรกพบสบตาตะลึงงันเหมือนต้องมนต์สาปให้แน่นิ่ง อันนี้ต้องระวังเลยนะครับ มีคนหล่อคนสวยที่เจอเวทียู่พวกหนึ่ง สามารถสร้างมายาจิต คือทำจิตแบบหนึ่งที่ทำให้เกิดกระแสพาฝัน คุณจะรู้สึกว่าคุณนี่งันเพื่อเป็นนาฬิกาพิเศษสำหรับการพบคู่แท้

แต่ที่จริงไม่ใช่อะไรเลย เขาหรือเธอเจอใครน่าสนใจหน่อยก็แพ้วพลังพาฝันอย่างนี้กับทุกราย โดยมีความงามแห่งรูปเป็นศูนย์กลางพิธีสะกดจิต ถ้าใครรู้ไม่ทันก็เสร็จ เจอบ่วงเสน่ห์คล้องคอหนีไปไหนไม่รอด ต้องเผ้าคิดถึงอย่างทรนทรายตั้งแต่ซ้ายันค่า!

ชีวิตคนบางคนเหมือนความฝัน ไม่ควรที่จะเอาความจริงในชีวิตคุณไปยุ่งด้วย เพราะจะลงเอยเป็นชีวิตครึ่งหลับครึ่งตื่น หาความสุขที่แท้จริงไม่เจอ

สิ่งที่ทำให้คนเรา 'ติดกับ' ตั้งแต่เริ่มต้นนั้น นอกจากความงามแห่งรูปแล้ว ก็เห็นจะได้แก่ความ 'ดูดีไปหมด' หรือคุณสมบัติที่ถูกต้องอะไรๆแบบที่เคยอยากได้มารวมอยู่ในเขาหรือเธอ

ในโลกความจริง อะไรที่ดูดี ดูเกินๆจริงนั้น มักเป็น 'กับดัก' มากกว่า 'รางวัล' คุณหลงดีใจว่าตะครุบรางวัล แต่ที่สุดอาจต้องแหกปากร้องด้วยความเจ็บปวด เมื่อพบในภายหลังว่าที่แท้มันเป็นเพียงกับดัก!

ถ้าถูกใจเสียอย่าง คนเราพร้อมจะเชื่ออย่างอยู่แล้ว เขาสร้างภาพอะไรให้มองก็เชื่อว่าเห็นตัวจริงของเขาแล้วจากภาพนั้น **เหล่ามนุษย์**

มักتابอดเพราะชอบที่กหักเอาเองว่าเห็นอะไรมา และที่ตาจะสว่าง ได้ก็เพราะยอมทบทวนดีว่ามีอะไรให้เห็นบ้าง

ความไม่มีญาณหยั่งรู้จะทำให้คุณมองคนจากหน้าตาและวาจาในช่วงแรกคับ ซึ่งถ้ากรรมเก่าในชาติก่อนของเขาดี เกิดมาชาตินี้ก็ดูดีน่าเชื่อถือ แต่คุณจะทราบว่าการใหม่ของเขาเหมือนเดิมหรือต่างไป ก็ต้องคุยกันนานๆ เห็นพฤติกรรมไปนานๆ อย่าเพิ่งด่วนสรุปตั้งแต่ช่วงต้น

การจะดูว่าใครเป็นนักสร้างภาพ ชอบพูดอะไรให้ตัวเองดูดีนั้นไม่ยาก เพราะนักสร้างภาพมักพูดไม่เป็นธรรมชาติ อยู่ใกล้แล้วอึดอัดหรือแสดงพฤติกรรมขัดแย้งกับคำพูดอันสวยหรูของตนเสมอๆ

แต่ความเข้าข้างตัวเองของคุณอาจช่วยให้งานของนักสร้างภาพราบรื่นขึ้น ยกตัวอย่างง่ายๆที่เห็นกันมาก คือถ้าคนเจ้าชู้มาบอกว่าจะเลิกเจ้าชู้เพื่อคุณ ความโน้มเอียงก็คือคุณจะภูมิใจและอยากเชื่อเขา ในขณะที่คนทั้งโลกเห็นอย่างชัดเจนว่าไม่มีทางเป็นไปได้

และที่สุดของที่สุดนะครับ เขาสร้างภาพไม่น่ากลัวเท่าคุณสร้างภาพให้เขาเอง อย่างเช่นไปเหมามาเขาเสนอแบบนี้ ที่กหักว่าเธอสูงส่งปานนั้น คุณสมบัติแบบเทพบุตรเทพธิดาในฝันอันใดที่คุณอยากเจอ คุณประเคนให้ใครคนหนึ่งหมดสิ้น แบบนี้จะตาสว่างยากเพราะต่อให้เขาสารภาพกับปากว่าตนเองเลวทรามต่ำช้าสามัญปานงูเห่า คุณก็จะชมว่าเขาช่างถ่อมตัวไปเสียนั้น

เมื่อทำความรู้จักกับใครคนหนึ่ง ให้ตั้งการ์ดไว้เลยว่าตัวตนของคนๆ นั้นสร้างขึ้นจากกรรมขาวและกรรมดำ ถ้าใครสามารถทำแต่กรรมขาวอย่างเดียว ไม่ต้องทำกรรมดำเลย ก็คงไม่ต้องมาเกิดเป็นมนุษย์แล้ว หลุดพ้นจากความเป็นมนุษย์แล้ว เมื่อคิดได้อย่างนี้คุณจะได้ไม่ต้องความคาดหวังในคนๆ หนึ่งไว้สูงจนเกินจริง และที่สำคัญคือจะได้ไม่ต้องหลงภาพฝันที่วาดขึ้นเอง หลงหัวปักหัวปำเอง แล้วผิดหวังซ้ำใจเอง

สรุปคือถ้าบ๊วกใจว่าใครใช้เพราะ 'ดีไปหมด' ให้ชะลอการตัดสินใจไว้ก่อน และบอกกับตัวเองว่าถึงตอนนี้คุณเห็นสิ่งดีๆ ที่ทำให้รู้สึกว่าเขาใช่แล้ว ขอเวลาอีกสักนิดเพื่อมองให้เห็นข้อดีที่จะทำให้รู้สึกว่าเขาไม่ใช่เสียก่อน **เพื่อที่แม้ภายหลังจะรู้ว่าเลือกพลาดก็จะได้ไม่เสียใจมาก เพราะเห็นทั้งด้านดีด้านร้ายของคนรักตามจริงแล้วเตรียมใจไว้ล่วงหน้าแล้ว ไม่ใช่ลุ่มหลงมัวเมาแบบลุ่มหลุมตาไม่ขึ้นทำเดียวเสียเมื่อไหร่**

ความรักมากมายล้มเหลวก่อนที่จะเริ่มต้นจริงจังด้วยซ้ำ เหตุผลคือไม่อาจทนข้อเสียใหญ่ๆ น้อยๆ ของอีกฝ่ายไหว

ธรรมดาของคนเรานี้แหละ ขอให้อยู่ใกล้ใครเถอะ จะจระไนได้หมดแหละว่าเขาหรือเธอมีข้อเสียอันใดบ้าง แต่ให้เจอข้อดีเพียงหนึ่งเดียวที่แสนล้ำค่า นั่นก็เพราะข้อดีเป็นสิ่งที่ต้องค้นหา ส่วนข้อเสียไม่ต้องหากก็เห็นได้ตั้งแต่เจอหน้าตาหรือมองเนื้อตัวแล้ว

หากคุณเป็นพวกรู้สึกว่าคุณเองเลิศเลอสมบูรณ์แบบ ก็เท่ากับยืนอยู่ตรงใจกลางปัญหาเลยทีเดียว เพราะแนวโน้มคือคุณจะมามองหา

**คนที่เลิศเลอสมบูรณ์แบบ ไร้ที่ติไปทุกด้าน เพื่อพบว่าคนแบบนั้น
ไม่เคยมีอยู่ในโลก!**

ทุกคนเป็นไปตามกรรม กรรมบันดาลทุกสิ่ง ทีนี้ลองดูว่ามี
ใครบ้างที่ทำดีได้ตลอดเวลา พุดดีได้ตลอดเวลา คิดดีได้ตลอดเวลา
และเพราะไม่อาจคิดดี ไม่อาจพุดดี ไม่อาจทำดีได้ตลอดเวลา คนเรา
จึงต้องมีข้อบกพร่องทางกายบ้าง มีข้อเสียทางนิสัยบ้าง ตลอดจน
กระทั่งมีชะตากรรมแยๆบ้าง

พุดอีกอย่างหนึ่งคือหากอยากรู้ว่าทำไมคนดีพร้อมสมบูรณ์ถึง
หายากนัก ก็ให้พยายามสักอาทิตย์ ลองทำดีให้ถึงพร้อมดู ห้ามใจไว้
อย่าได้คิดแยๆ อย่าได้พุดแยๆ อย่าได้ทำแยๆเลยสักนิด

*การพยายามค้นหาคนไร้ที่ติ
ไร้ข้อเสียใด
คือการหลงงมเข็ม
ที่ไม่เคยตกลงไปในมหาสมุทร*

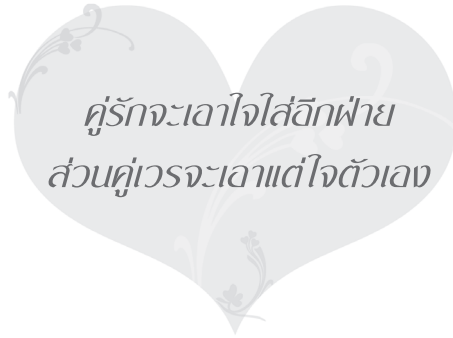
ถ้าทำได้ก็นั่นแหละครับ เมล็ดพันธุ์แห่งความเป็นคนครบสูตร
ไว้ที่ตีในชาติหน้า **แต่ถ้าทำไม่ไหว ก็ต้องถามตัวเองว่าจะให้ไม่มี
ส่วนแยะในคุณหรือคนอื่นเลยอย่างไรได้?**

และอันที่จริงก็ไม่มีใครตอบถูกด้วยซ้ำ ว่า ‘ดีไว้ที่ตี’ เป็น
อย่างไร เพราะทั้งหลายทั้งปวงขึ้นอยู่กับ ‘ความพอใจ’ เป็นหลัก
สมมุติว่าคุณพบคนที่หล่อสวย รวย เก่ง ใจดีมีเมตตา แต่ดัน
นับถือคนละศาสนากับคุณ เท่านี้คุณก็อาจยึดข้อหา ‘งมงายหลงทาง
ผิด’ ให้เขาหรือเธอได้แล้ว

ข้อเสียที่เป็นข้อเสียจริงๆนั้น ถึงอยู่ด้วยกันนานแค่ไหน พลิก
มุมมองอย่างไร มันก็เป็นข้อเสียวันยังค่ำ เพราะรบกวนหรือเบียดเบียน
กันอย่างชัดเจน ยกตัวอย่างเช่นขี้เมาอาละวาด ดิตพินันทมงาม
ไม่ยอมทำงาน ริดไถ่ผิวเมีย อะอะด่ากันก็ส่งเสียงดังแปดบ้าน ขูด
พ่อล่อแม่หรือกระทั่งตบตีกันแบบไม่ยั้งมือ เหล่านี้ทุกชาติทุกภาษา
ยอมรับตรงกัน ไม่อาจเห็นเป็นอื่น

แต่ยังมีข้อเสียอีกแบบหนึ่งที่ไม่ใช่ข้อเสียจริงๆ ทว่าเป็น ‘ข้อด้อย’
ที่คุณไม่อยากจะยอมรับ เช่น โครงสร้างร่างกายบางส่วนดูผิดฝาผิดตัว
ไม่สมส่วน หรือกระทั่งไม่สมประกอบ ทำให้คุณเกิดความอับอาย
ขายหน้าในที่สาธารณะ ต้องเดินคองไปกับคนตัวอ้วนไม่สง่าผ่าเผย
พยายามยัดหลังให้ตรงก็ได้เดี๋ยวเดียว เป็นต้น

โทษภัยคงไม่ใช่เห็นข้อเสียหรือข้อด้อยอย่างไรโดยหนึ่งแล้ว
คิดว่าจะเอาดีหรือไม่เอาดี **แต่คุณต้องรวมข้อเสียและข้อด้อยใหญ่ๆน้อย**



**ทั้งหมดของเขามาซึ่งน้ำหนัก ว่าผลักดันให้คุณอยากออกห่าง หรือว่า
ยังไม่อาจเทียบกับความรู้สึกดีๆที่เขาดึงดูดคุณไว้ได้**

เอาง่ายๆ ตอนคุณคิดถึงเขา คุณคิดถึงข้อดีหรือติดข้องอยู่กับ
ข้อเสียของเขามากกว่ากัน นั่นแหละคือน้ำหนักที่ใจคุณซึ่งเอาไว้ตอบ
ตัวเองแล้ว โดยไม่ต้องมานั่งแยกแยะเป็นข้อๆด้วยซ้ำ

สรุปคือไม่ว่ากับใคร คุณก็ต้องมานั่งชั่งน้ำหนักข้างดีข้างร้าย
เช่นนี้เสมอ **ส่วนคุณจะเลือกใคร คำตอบอยู่ที่หัวใจของคุณ ไม่ใช่
ข้อเสียของเขา!**

สิ่งที่คนเพิ่งรักกันดูเหมือนน่าจะมีคือความพร้อมจะรัก แต่สิ่ง
ที่ทุกคนมีอยู่แน่คือความพร้อมจะร้าย!

เมื่อใดคนสองคนเริ่มรักกัน ก็แทบรอดูได้เลยว่าใครจะเป็นฝ่ายเอาเปรียบ และใครจะเป็นฝ่ายเสียเปรียบ หรือหนักกว่านั้นคือรอดูไปเถอะว่าใครจะรังแกใคร

พฤติกรรมที่เห็นได้ทั่วไปเมื่อตกลงปลงใจเป็นคู่รักกันแล้ว จะประมาณว่า...

ข้าทำกร่างได้ แต่แกห้ามทำ!

ข้าพูดบ่นได้ แต่แกห้ามพูด!

ข้าคิดนอกใจได้ แต่แกห้ามแม้จะแอบคิด!

เหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น? นั่นเป็นเพราะหญิงชายส่วนใหญ่มักเป็นคู่รักกันแต่ในนาม **ที่ถูกต้องเรียกว่าเป็นคู่เวรมากกว่า คืออยู่กันเพื่อผูกเวร หรืออยู่กันเพื่อเป็นภัยต่ออีกฝ่าย** อย่างมากก็แค่เอาความรักความหวานชื่นนิดๆหน่อยๆมาบังหน้าพอเป็นพิธี

คู่เวรเกือบร้อยทั้งร้อยแทบจะก๊อปปี้มาจากพิมพ์เดียวกัน นั่นคือแรกๆอะไรดูดีไปหมด จะจำตลอด แต่เมื่อไรชักเริ่มชิน กลายเป็นของตายในมือแล้ว ฝ่ายที่ถือไฟในมือเหนือกว่าจะเริ่มออกลายก่อน!

พูดให้ฟังง่ายนะครับ **ส่วนที่ดีในตอนแรกมักแยลงในตอนหลัง แต่ส่วนแยที่แพลงๆไว้ตั้งแต่ในช่วงแรก** มักยิ่งแยหนักขึ้นอีกในช่วงต่อมา

ฉะนั้น ถ้าจะดูคนก็ให้จับตาดูตั้งแต่ช่วงแรกนั่นแหละ เขาเอาเปรียบคุณอย่างไรบ้าง? คุณทนให้เขาเอาเปรียบแบบนั้นได้ไหม?

อย่าฟังคำสัญญาสัญญาว่าจะค่อยๆปรับปรุงตัวให้ดีขึ้น เพราะจากสถิติแล้วน้อยมากที่จะทำได้ตามสัญญา

แท้จริงแล้ว ‘คู่รัก’ ตามความหมายดั้งเดิม คือคู่หญิงชายที่หาได้ยาก มีความเสมอต้นเสมอปลายที่จะเอาใจกันตั้งแต่เริ่มคบหาจนตายจาก แน่نونครับว่าไม่มีใครทำอะไรให้กันเท่าเทียมเบี๊ยะๆ แต่อย่างน้อยก็ต้องเท่าเทียมทางความรู้สึก คือทำให้แต่ละฝ่ายรู้สึกว่าเป็นคนรักของกันและกัน ไม่ใช่ปล่อยให้ฝ่ายรู้สึกว่าจะเอาแกเป็นขี้ข้าล่ะ! ฉันจะเอาเธอเป็นนางบำเรอล่ะ!

แล้วขอทีนะครับ เรื่องล่องใจ อยากทดสอบดูว่าเขาหรือเธอจะห่วงคุณแค่ไหน ทำอะไรเพื่อคุณได้มากเพียงใด ประเภทจะดูว่ายอมทิ้งเพื่อนเพื่อไปกับคนสำคัญอย่างคุณหรือเปล่า อย่านำได้ทำเลยเป็นอันขาด เพราะค่าของคุณจะค่อยๆหมดไปกับความเห็นแก่ตัวที่คุณแสดงออกมาแต่ละครั้ง อยากให้เขาเอาใจ แต่ไม่เคยเอาใจเขา มาใส่ใจตน อยากให้เขาเห็นค่าของคุณเกินใคร แต่ไม่เคยเห็นค่าของเขาเกินคนใช้ที่ต้องคอยกุมเป่าฝ้าบริการ!

สรุปคือหาคนที่เขาเอาใจใส่เทคแคร์คุณตั้งแต่เริ่มคบกันก็ดี เพราะถ้าตั้งต้นขึ้นมาไม่เอาใจ แนวโน้มคือเขาจะไม่เอาใจคุณเลยตลอดไป และในทางกลับกัน คุณสามารถรู้ใจตัวเองว่า ‘จริง’ กับเขาแค่ไหน ก็ตรงความเอาใจใส่ที่มีให้เขานี้แหละ เพราะความรักจะขับเคลื่อนให้คุณอยากเอาใจใส่เสมอ ถ้าไม่มีแกใจอยากทำอะไรให้เขาหรือเธอเลย ก็แปลว่าความรักอาจไม่ได้อยู่ตรงนั้นตั้งแต่ต้นแล้ว



รักคนมีเจ้าของอย่างองหน้า
อยากหายบ้าให้จงเท่า

ถ้าตัวเลือกของคุณมากนัก การเจอคนมีเจ้าของแล้วนับว่าดีเหมือนกัน คือสบายใจได้เลยว่าไม่มีสิทธิ์แน่ คัดออกไปไม่ต้องเอามาเป็นหนึ่งในตัวเลือกได้เลยแน่ๆ!

อย่าตั้งความหวังรอ อย่าให้ความหวังเขา และอย่าทำตัวเป็นตัวแปร คุณกำลังหาคนที่ใช่ ฉะนั้นอย่าหลงหวังรอแบบผิดๆ ตอกย้ำทำความเข้าใจกับตนเองว่า **คนที่ใช่จะมาเจอกันในเวลาที่คุณไม่มีสิทธิ์ได้อย่างไร?**

คบไปรังแต่จะมุ่งหน้าสู่ดวงใจกันเปล่าๆ!

จริงอยู่ครับ มีอยู่จริง ๆ ที่เป็นคู่บุญติดตามกันมาหลายภพหลายชาติ แต่ดันไปเป็นของคนอื่นเสียก่อน แล้วก็ต้องเกิดความทรมานใจกัน แต่ขอให้จำไว้เถิด ต่อให้ครองคู่กันมาเป็นล้านชาติ ก็หาได้ทำให้ชาตินี้ 'ใช่' เหมือนชาติอื่นๆไม่ ในเมื่อพลัดไปมีเจ้าของเสียก่อนแล้ว

ให้เรารู้ตัวไว้เสียว่าบาปบางอย่างที่ทำไว้ร่วมกัน สักดักันไว้ไม่ให้
ร่วมเรียงเคียงกันอีกในชาตินี้ **เพื่อล่อลวงให้พวกคุณประพาศผิดผิด
ประเวณีกัน หรืออ้อนวอนให้อีกฝ่ายทรยศคู่ครอง ซึ่งเท่ากับเป็น
การเพิ่มน้ำหนักบาปให้ความสัมพันธ์ข้ามภพข้ามชาติเข้าไปใหญ่**

คนเราเข้าคู่กันก็ด้วยกำลังบุญ แล้วก็แยกคู่กันด้วยกำลังบาป
คุณจะครองคู่กันเป็นสุขด้วยหนทางแห่งบาปเวรได้อย่างไร

วันแต่พวกเขาจะเลิกกันเอง โดยคุณไม่มีส่วนเกี่ยวข้องใดๆ
แม้ส่งสัญญาณยกคิ้วหลิวตาใดๆ อันนั้นค่อยเป็นอีกเรื่อง นอกเหนือ
จากนั้นแล้วนะครับ ใส่เกียรติยลลูกเดียว ห้ามลวงล้าไปข้างหน้าอีก
แม้แต่หนึ่งคืบ!

หากปวดแสบปวดร้อน ทรมานใจเพราะต้องเจอหน้ากัน ก็ให้
พิจารณาว่าใบหน้าคนเราเป็นศูนย์กลางความดึงดูด จ้องมองใกล้ๆ
หรือแอบมองห่างๆรังแต่จะทรมานเปล่า ให้เปลี่ยนเป็นจดจ้องเท้าเขา
หรือเธอให้มากๆ ภาพที่กระทบตาจะได้กระทบหัวใจบ่อยๆว่าคุณกำลัง
ไฝต่ำ หาเรื่องใส่ตัว และอาจโดนอวยวะเบื้องล่างของใครกระที่บเอา

นานไปพอไม่เห็นหน้า เห็นแต่เท้าอยู่เรื่อย ใจคุณก็เลิกยึดมั่น
ถือมั่น คลายมนต์สะกดแห่งบาปเวรที่ผูกมัด กลายเป็นอิสระโล่งอก
ไปได้เองครับ

สรุปคือคนมีเจ้าของไม่ใช่คนที่ใช่แน่ๆ ถ้าคุณฝันจะยื้อมา ก็
เท่ากับเอาคนที่ไม่ใช่มาดบังคนที่ใช่ ซึ่งอาจกำลังเดินตามหลังมา
แค่นี้ก็ก้าวก็ได้

ถ้าคุณเคยอ่านหนังสือเล่มเดียวสองรอบแล้วรู้สึกต่างกัน
ราวกับอ่านหนังสือคนละเล่ม รอบแรกรู้สึกว่าจะไม่เห็นจะเอาไหน
แปลกใจทำไมใครต่อใครถึงชอบกัน แต่รอบที่สองกลับรู้สึกมีอารมณ์
ร่วม ยิ่งอ่านยิ่งตาสว่าง ประสบการณ์ทำนองนี้แหละที่เป็นตัวอย่าง
บอกคุณได้ว่า **คนเราไม่พร้อมจะรับสิ่งมีค่าเสมอไป**

ถ้าเห็นค่าของคนที่มีค่าไม่ได้ คุณก็จะไม่มีวันเจอคนที่ใช่เลย
ต่อให้เขาหรือเธอนั่งอยู่ตรงหน้าก็ตาม และนั่นก็ทำให้คนจำนวนมาก
ต้องมานั่งเสียดายอดีต ฝ้าย้ำคิดอยู่เสมอว่าขอเพียงเจอคนบางคน
อีกครั้ง จะเทคแคร์เขาหรือเธอสุดชีวิต จะไม่ปล่อยให้หลุดมือไป
ซ้ำสองอีกอย่างเด็ดขาด

แต่นั้นแหละ เวลาเป็นสิ่งย้อนทวนไม่ได้ เมื่อครั้งนั้นไม่
พยายามรักษาเขาหรือเธอไว้ ปล่อยให้หลุดมือไปแล้ว ก็สายไปแล้ว
นี่คือข้อคิดควรจำที่จะทำให้คุณปลงตกนะครับ **ถึงคนใช่ แต่เวลา
ไม่ใช่ ก็แปลว่าไม่ใช่!**

เวลาที่ใช่ของแต่ละคนต่างกัน หากคุณเป็นเด็กหนุ่มที่หาเงิน
ใช้เองได้ตั้งแต่อายุ ๑๗ ก็แปลว่าคุณพร้อมจะรับผิดชอบครอบครัว
ตั้งแต่ยังวัยรุ่น แต่หากคุณเป็นชายวัย ๔๐ แล้วยังต้องแบมือ
ขอตั้งค์พ่อแม่ ไม่มีหลักแหล่งพักพิงอาศัยของตนเอง ต้องอาศัย
บ้านญาติอยู่ แถมยังชี้แจงจตัวเป็นชน อย่างนี้แปลว่านานแค่ไหน
คุณก็ไม่พร้อมจะพบรักแท้เอาเลย เพราะแม้มีเมีย เมียก็จะอยู่กับ
คุณแบบหมดอาลัยตายอยากไปวันๆ ไม่อาจอยู่ร่วมกันด้วยความรู้จัก
รักเป็นแน่

คู่เทียมเจอเมื่อไหร่ก็ได้
แต่คู่แท้ต้องเจอในจังหวะ
ที่พร้อมจะรักกันจริงเท่านั้น



หรือถ้าคุณเป็นผู้หญิงที่กำลังอยู่ในช่วงกรำโลก คบทั่วแล้วแหละ ไม่มีแก่นใจมองโลกในแง่ดี อารมณ์แปรวนแปรผันผวน เอาแต่ใจตัวสุดๆ เห็นบรรดาชายหน้าโง่เป็นตุ้เอที่เอ้มอย่างเดียว แบบนี้อยู่กับใครเขาก็อยากทิ้งภายในสามวันเจ็ดวันครึ่ง ต่อให้แรงดึงดูตทางเพศสูงขนาดไหนก็เถอะ

ผู้หญิงดีๆ ส่วนใหญ่ฝันอยากมีรักเดียว เป็นของผู้ชายคนเดียว ไปตลอดชีวิต ไม่อยากเป็นของเล่นที่ถูกเปลี่ยนมือไปเรื่อย แต่ในโลกความเป็นจริง ความขาดประสบการณ์ในเรื่องรักๆ ใดๆ จะทำให้ทั้งชายทั้งหญิงไม่รู้ประสีประสา คือยังดิบๆ อยู่ นึกว่ามีอีกฝ่ายไว้เอาใจตัวเอง ผ่อนปรนประนีประนอมไม่เป็น เห็นอะไรขัดหูขัดตาจะดูคอกขาดบาดตายไปหมด

ฉะนั้น ควรทำใจยอมรับความจริงกัน น้อยเท่าน้อยครึ่งในโลกนี้ ที่เจอแล้วบึงกันตั้งแต่เด็ก อยู่คู่ไม่แยกจากกันเลยจนตาย คือมีนะครึ่ง ไม่ใช่ไม่มี แต่อย่าหวังว่าจะเจอก็พอตเป็นคุณกับคนรักทำนองเดียวกับที่ไม่ควรหวังให้มากนักกว่าจะถูกลือตเตอร์นั้นแหละ

ประสบการณ์ทางความรักในอดีต จะเป็นทั้งบทเรียน เป็นทั้งแบบฝึกหัด หรือเป็นทั้งการสอปลั้เพื่อผ่านมาถึงตัวจริง กล่าวคือพอถึงเวลาเจอตัวจริง คุณจะเป็นผู้ใหญ่พอ หรืออย่างน้อยต้องมีความคิดอ่านมากพอจะรู้ว่าคนที่มีค่าสำหรับคุณ คือคนที่เหมาะสมกับคุณ และจะทำให้คุณเป็นสุขในระยะยาว ไม่ใช่เอาแต่ฝันแบบเด็กวัยรุ่นว่าคู่ของฉันท้องจ้บสุด เดินควงแล้วเพื่อนๆ อิจฉาตาร้อนกันใหญ่อะไรทำนองนั้น

สรุปนะครับ ถ้าคุณกำลังเป็นลูกแห่ง กำลังเป็นเด็กขี้แย กำลังช่างฝันจะเอาแต่อะไรดี ๆ กำลังใจแหว่งง่ายเห็นใครดีก็ชอบกว่า กำลังเหี่ยวแหมมือขอตั้งค้ใครต่อใคร หรือหนักกว่านั้นคือกำลังเป็นบ้า กำลังขี้เมา กำลังอยู่ในบ่อนพนันไม่เห็นตะวันและดาวเดือน อย่างนี้ไม่ใช่จังหวะเหมาะจะเจอคนที่ใช่หรอกครับ **คนที่ใช่อาจเป็นแรงบันดาลใจให้คุณเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ แต่เขาจะไม่มาในเวลาที่คุณยังอยากย่ำอยู่กับที่เป็นอันขาด**

ถึงตรงนี้ คุณคงพอเห็นเป็นแนว ว่าเขาหรือเธอที่คุณรักอาจไม่ตรงกับเจ้าชายเจ้าหญิงในความฝันของคุณเลยแม้แต่นิดเดียว เพราะฉะนั้นอย่าเริ่มกวาดตาหาคนที่เหมือนฝัน แต่ให้มองดูคนที่มาในเวลาเหมาะสมด้วยความใจเย็น

แล้วที่สำคัญนะครับ อย่าให้เสียงนกเสียงการอบข้างมีอิทธิพลกับการตัดสินใจของคุณ **แต่ขณะเดียวกันก็อย่าละเลยเสียงทักของเพื่อนแท้ ให้รับฟังและเก็บไว้เป็นข้อมูลภายนอก แล้วนำมาเปรียบเทียบกับข้อมูลอันได้จากประสบการณ์ตรง จึงค่อยซึ้งใจ กับทั้งตัดสินใจด้วยตนเองว่าคุณจะเอาแน่ไหม**

เพราะที่เหลื่อต่อจากนั้น คุณเองนั่นแหละที่จะต้องรับผิดชอบทั้งหมด!

ที่กำลังจะกล่าวต่อไป น่าจะช่วยให้คุณซึ่งใจได้อย่างมีหลักเกณฑ์มากขึ้นครับ



*แรกพบสบตาแค่มายา
ปัญหาที่ตามมาคือของจริง*

ความรู้สึกในช่วงแรกคบ

คนเราใช้ชีวิตตามความรู้สึก ไม่ได้ใช้ชีวิตกันด้วยความรู้ตัว ถ้าอยากทำอะไร น้อยคนจะยังคิดถึงเหตุผลควรไม่ควร โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อสิ่งที่กระตุ้นให้อยากนั้น มีพลังดึงดูดของราคะเข้ามาเกี่ยวข้อง

เรามองกันง่ายๆว่าช่วงที่เป็น ‘คนเพิ่งรู้จักกัน’ จะก่อความรู้สึกขึ้นได้สองอย่าง คือ ‘ดึงดูด’ หรือไม่ก็ ‘ผลักออก’

ความรู้สึกดึงดูดหมายถึงความชื่นชม อยากมอง อยากฟัง อยากอยู่ใกล้ชิด ตลอดจนอยากมีความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้งด้วย ส่วนความรู้สึกผลักออกหมายถึงความรังเกียจ อยากเมิน อยากห่าง ตลอดจนปั่นป่วนมวนท้องเพียงแต่คิดว่าจะต้องมีอะไรทางเพศกัน

ความจริงก็คือแต่ละคู่มีแรงดูดและแรงผลักปนอยู่ด้วยกัน ทั้งสองแรง คงจะดีถ้าทราบเบื้องหลังให้ละเอียด เพราะเมื่อเข้าใจว่า ‘ทำไม’ คุณถึงรู้สึกกับใครคนหนึ่งอย่างที่กำลังเป็น ก็จะช่วยลดความสับสนลง ตลอดจนมีสายตากว้างไกล เห็นเหตุผลว่าปัจจุบันมาจากไหน และมีแนวโน้มแบบไหนต่อไปในอนาคต

๑) ความดึงดูดระหว่างธาตุ

ชายมีความเป็นธาตุดินและธาตุไฟโดยฐาน คือแข็งและร้อน ส่วนหญิงมีความเป็นธาตุน้ำและธาตุลมโดยฐาน คือเย็นและอ่อนไหว ชายหญิงจึงเป็นขั้วตรงข้ามกัน และธรรมชาติของขั้วตรงข้ามก็ก่อให้เกิดแรงดึงดูดเป็นธรรมดา เช่นเดียวกับแม่เหล็กต่างขั้ว เข้าใกล้กัน จะดึงดูดกัน

เหตุนี้ ชายหญิงจึงเกิดความรู้สึกทางเพศได้แม้ไม่เคยรู้จักกัน กับทั้งไม่จำเป็นต้องมีคุณสมบัติหรือรูปสมบัติใดๆที่เหมาะสมกันเลย

ความเป็นธาตุชายธาตุนั้น ไม่ได้เน้นเอาเฉพาะสิ่งที่จับต้องได้ทางกายอย่างเดียว แต่ยังหมายรวมเอาแบบแผนทางความรู้สึกนึกคิดเข้าไปด้วย เช่น ชายมักเอาดีทางศาสตร์ที่ต้องใช้เหตุผลและความคิดเป็นระบบ ส่วนหญิงมักเอาดีทางศาสตร์ที่ต้องใช้อารมณ์และจินตนาการเป็นสำคัญ

ฉะนั้น ในทางความรู้สึกโดยทั่วไป ชายหญิงจึงเป็นเสมือนส่วนเสริมเติมของกันและกัน เป็นความรู้สึกครบของกันและกัน ความแข็งแรงที่ถูกเติมเต็มในฝ่ายหญิง กับความอ่อนโยนที่ถูกเติมเต็มใน

ฝ่ายชาย จะทำให้พวกคุณรู้สึกพอดี ไม่ขาดเหมือนตอนอยู่ตามลำพัง และไม่เกินเหมือนตอนอยู่กับเพื่อนเพศเดียวกัน

หากฝ่ายชายมีธาตุแห่งความเป็นบุรุษมาก เช่น บีกบีนลำสัน ทรหดอดทน มีไฟในการเอาชนะ และฝ่ายหญิงมีธาตุแห่งความเป็นสตรีมาก เช่น แบบบางเน่งน้อยน่าทะนุถนอม เย็นและโอนอ่อนได้ เหมือนน้ำในยามเกิดเรื่อง เมื่อพบกันย่อมดึงดูดกันด้วยความรู้สึกทางเพศที่ลุกกลามรวดเร็วเกินธรรมดา กับทั้งดึงดูดใจกันและกันได้ นานกว่าพวกมีธาตุประจำเพศน้อย

สรุปคือแค่เป็นชายเป็นหญิง ก็มีแรงดึงดูดเข้าหากันอยู่แล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเจอพวกเสน่ห์เร้าใจสูง ความหน้ามิดจะทำให้คุณแยกไม่ออก และอาจโหมเมท์กั๊กว่าเป็นคู่บุญของคุณอย่างไร้ความกังขา ทั้งที่ความจริงอาจไม่ใช่หรือไม่ใช่ก็ได้

๒) ความไม่เข้ากันระหว่างธาตุ

ด้วยความเป็นธาตุดินกับธาตุไฟของชาย และด้วยความเป็นธาตุน้ำกับธาตุลมของหญิง ตามธรรมชาติจึงมีความเข้ากันไม่ได้ อยู่โดยเดิม ความไม่กลมกลืนนี้เองส่งผลให้เกิดแรงผลักดันเมื่อเข้าประชิดติดพันนานเกินไป

ร่างกายชายหญิงจึงเป็นแม่เหล็กที่มีความพิสดารกว่าแม่เหล็กธรรมดา กล่าวคือแม้จะเป็นแม่เหล็กที่ดึงดูดกันในเบื้องต้น แต่ก็อาจกลับผกผัน ผลักดันกันในเบื้องปลาย คือจะเบือนหน้าร่างกาย

กันและกันในเวลาไม่นานหลังการได้เสีย หากรูปทรงไม่เข้ายวนชวน รัญจวนใจ ก็แทบไม่อยากแม้ชายตามองด้วยซ้ำ

และด้วยความที่ฝ่ายชายมักมุ่งคิดแบบเป็นเหตุเป็นผลแจ่มชัด ส่วนฝ่ายหญิงมักมุ่งคิดแบบอิงอารมณ์ละเอียดอ่อนยืดหยุ่นได้นานไปย้อมทวีความเข้ากันยาก ไม่สอดคล้องกันมากขึ้นทุกที กระทั่งไม่อยากแม้แต่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันสักคำเดียว

หากมีธาตุทางความรู้สึกนึกคิดต่างกันมากๆ เช่น ฝ่ายชายเอาแต่เหตุผลตรงไปตรงมาเชื่อว่า แข็งที่อู่ไร้อารมณ์เป็นไม้กระดาน ส่วนฝ่ายหญิงจะเอาอารมณ์ความรู้สึกมาเป็นแกนนำ แอมนอนเอนไปมาง่ายยิ่งกว่ายอดหญ้า เมื่อพบปะพูดคุยกันเพียงไม่นานก็จะรำคาญกันและกัน ไม่ต้องรอให้คบหนาก็อ้าลวด่วนแล้ว

สรุปคือแค่เป็นชายเป็นหญิง ก็มีแรงผลักรอกจากกันแฝงอยู่แล้ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าธาตุนิสัยแตกต่างกันแบบสุดขั้วราวกับยืนอยู่คนละข้างเวทีมวย คุณก็อาจเมินไม่รับไว้พิจารณาเอาเลย แม้ในความเป็นจริงถ้าคุยกันดีๆแค่รอบเดียว ความรู้สึกก็อาจพลิกจากหลังมือเป็นหน้ามือไปเลยก็ได้

๓) ความดึงดูดกันด้วยอำนาจบุญ

บุญเป็นธรรมชาติด้านสว่าง บันดาลให้เกิดผลด้านดี ฉะนั้นคู่ที่เคยร่วมบุญกันมากมายในชีวิตก่อน ย่อมได้ร่างกายและจิตใจในชีวิตนี้ที่ดึงดูดกันและกัน พอใจกันและกัน กับทั้งเป็นสุขเมื่อมีกันและกัน

อำนาจของบุญมีพลังยิ่งกว่าพลังใดๆในจักรวาล อะไรอื่นเช่นพลังจากอาหารอาจสร้างเลือดสร้างเนื้อ ตลอดจนช่วยให้เราขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวได้ แต่บุญนั้นถึงขั้นบันดาลรูปชีวิตใดๆได้ หรือขับเคลื่อนรูปชีวิตให้พัฒนาขึ้นได้ จนกว่าจะหมดกำลัง

นั่นหมายความว่าบุญที่เคยทำมาร่วมกัน ย่อมบันดาลให้บุญรู้สึกดีต่อกันตั้งแต่แรกคบ ตลอดจนบันดาลให้พบเจอแต่เรื่องดีๆร่วมกัน มีผลให้เป็นสุขและอยากอยู่ใกล้ชิด ไม่อยากจากไปไหน และไม่อยากมีอะไรอื่นมากกว่านั้น ชวนไปไหนไปกัน นึกครีမ်และคุ้นเคยกับบรรยากาศร่วมกันยิ่งกว่าเมื่ออยู่กับใครอื่นทั้งหมด

และเหนือสิ่งอื่นใด อำนาจของบุญเก่าจะบันดาลให้นี่อยากทำอะไรดีๆร่วมกันอีก ทั้งในแง่ของการช่วยคิด ช่วยพูด และช่วยแก้ปัญหาของอีกฝ่ายให้หมดไป ตลอดจนริเริ่มช่วยคนอื่น ช่วยสังคม ช่วยศาสนาช่วยกันด้วย

บุญที่ใหญ่ยิ่งย่อมก่อให้เกิดความรักที่ยิ่งใหญ่ ในทางพุทธแล้วบุญอันยิ่งใหญ่ที่ประกันความผูกพันไว้ที่ล้นสุด คือการมีโอกาสเกิดร่วมชาติกับพระพุทธรูปเจ้าหรือพระอรหันตสาวก แล้วมีจิตเลื่อมใสถวายสิ่งจำเป็นในการดำรงชีพแต่พวกท่าน **กับทั้งอธิษฐานร่วมกัน สนับสนุนกันและกันให้ได้ไปถึงความสิ้นสุดกิเลส สิ้นสุดทุกข์ด้วยกัน ในอนาคตกาล**

เหตุใดจึงตัดสินใจว่าเป็นบุญยิ่งใหญ่อันให้ผลผูกพันไว้ที่ล้นสุด? เพราะความผูกพันจะมาในรูปของปฏิกิริยาลูกโซ่ ไม่มีการขาดตอนบนเส้นทางสู่จุดหมายสุดท้าย

อันนี้ต้องเข้าใจด้วยนะครับ ว่าพระพุทธเจ้าและพระสาวกผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ย่อมเป็นที่น่าเลื่อมใส กับทั้งสามารถช่วยให้ผู้คนเชื่อเรื่องกรรมวิบาก การเวียนว่ายตายเกิด ตลอดจนการเพียรเจริญสติเพื่อดับกิเลสดับกองทุกข์ **เมื่อมีวาสนาพบพวкт่าน กับทั้งเชื่อถือเลื่อมใส ก็ย่อมมีกำลังใจเปล่งวาจาอธิษฐานต่อหน้าพระผู้ทรงคุณ และเมื่ออธิษฐานมุ่งประโยชน์สูงสุด ก็ย่อมเดินทางไปในสังสารวัฏอย่างมีทิศทางชัดเจน ว่าเจอกันแต่ละครั้งจะโน้มเอียงไปในทางบุญแน่นอน**

พระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกเป็นผู้ถึงนิพพาน ผู้ถึงนิพพานแล้ว ย่อมเปรียบเสมือนประตุนิพพานแก่ผู้ยังไม่พบนิพพาน เพียงได้กราบพวक्त่านย่อมเทียบเท่ากราบพระนิพพาน การทำบุญกับพวक्त่านย่อมเป็นการสั่งสมกำลังเพื่อให้พอแก่การเดินทางสู่นิพพานนี้เอง จึงเป็นที่มาของการกล่าวว่ถ้าทำบุญกับพระพุทธเจ้าหรือพระอรหันต์แล้วอธิษฐานถึงนิพพานร่วมกัน ย่อมให้ผลเป็น ความผูกพันในทางเกื้อกูลตลอดไป จะสิ้นสุดก็ต่อเมื่อถึงนิพพานด้วยกันนั่นเอง

เปรียบเหมือนการวางรากฐานของตึกหลายร้อยชั้น เมื่อวางรากฐานเสร็จ คุณจะต่อยอดขึ้นไปเป็นหลายสิบชั้นก็ได้ หรือเป็นหลายร้อยชั้นก็ได้ตามปรารถนา **หากในอดีตเคยมีวาสนาได้พบและทำบุญกับพระพุทธเจ้าหรือเหล่าพระอรหันต์ คุณย่อมได้รากฐานใหญ่ที่ต่อยอดบุญสูงขึ้นอย่างไรชอบเขตจำกัด จนกว่าจะถึงซึ่งพระนิพพาน**

คู่ที่ทำบุญร่วมกันระดับนี้ ย่อมได้ชื่อว่ามีความเป็นที่สุดสำหรับกันและกัน **เมื่อพบกันในแต่ละชาติ จึงไม่เป็นที่สงสัยในความเป็น**

ตัวจริงตั้งแต่ต้น กับทั้งไม่มีทางทอดทิ้งกันได้ลงไปจนตาย แม้ในชาติ
ที่ไม่รู้เรื่องนิพพาน อย่างน้อยก็ต้องรู้สึกผูกพัน อยากรช่วยให้อีกฝ่าย
พ้นทุกข์พ้นภัยจนถึงที่สุด

ความตึงตึงที่เกิดขึ้นในช่วงแรกคงจะไม่ธรรมดา เหมือนมีความ
สลดใจระจ่าง เป็นความรู้สึกที่ยิ่งใหญ่ และบันดาลให้หนีออก
ทันทีว่าหน้าตาของรักแท้เป็นอย่างไร พบกันแล้วเกิดรักมีบางชนิด
คล้ายเกราะแก้วล้อมรอบ กันเขตีให้รู้ว่านี่คือที่ที่สองคนเท่านั้น
มีสิทธิ์ทราบว่าเป็นอย่างไร และถัดจากนั้นจะมีแต่เรื่องดีกับดีประดัง
เข้ามาช่วยให้แน่ใจ ว่าสมควรยินยอมเป็นสามีภรรยากันแต่โดยดี

ไม่กี่คู่หรือครอบครัวที่ได้พบกับประสบการณ์ประมาธนั้น นั่นก็
เพราะโอกาสพบพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์เป็นเรื่องยากยิ่ง และ
แม้พบแล้วก็ไม่แน่ว่าจะมีบุญพอให้เกิดความเลื่อมใสพวกท่าน หรือ
ถึงแม้มีบุญพอให้เกิดความเลื่อมใสพวกท่านก็ไม่แน่ว่าจะมีคู่รักดีๆ
ไปทำบุญกับพวกท่านร่วมกันหรือเปล่า

บุญใหญ่ที่รองลงมา ได้แก่การเคยอยู่ได้ชายคาเดียวกันแบบ
คู่ผัวตัวเมีย มีรักเดียวใจเดียว ไม่แยกจากกันจนตาย เหตุการณ์
ทั้งหมดนับแต่ร่วมเตียง ร่วมโต๊ะกินข้าว ร่วมเสพความบันเทิง
ตลอดจนร่วมเลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน จะรวมกันถักทอเป็นสายใยผูกพัน
ที่มองไม่เห็น

ที่ต้องบอกว่า ‘มองไม่เห็น’ เพราะคู่รักอาจไม่รู้ถึงสายใย
ผูกพันด้วยซ้ำในยามเฉยชิน เหมือนตื่นมาเจอหน้าและร่วมกิจวัตร
ประจำวันกันไปอย่างนั้นเอง ต่อเมื่อพบกันในอีกชีวิตหนึ่ง ทุกอย่าง

แปลกใหม่ไปหมดแล้ว สายใยอันเหนียวแน่นจึงปรากฏอย่างเด่นชัด ความรู้สึกที่ไม่อาจตีหนึ่งกันและกันพัวพันนั้นแหละ การแสดงตัวของสายใยข้ามชาติ ทั้งสองฝ่ายจะยอมรับประมาทว่าใช่เลย เคยอยู่ด้วยกันมา

อย่างไรก็ตาม ‘คู่ที่ใช่ไปเรื่อยๆ’ ประเภทนี้อาจไม่ได้รู้สึกหิวหว่าเท่า ‘คู่แท้ไปนิพพาน’ คือแค่ตะลึงๆหน่อย ไม่ได้มีรัศมีบุญเก่ามา กั้นเขตหยุตโลก แล้วเหตุการณ์ระหว่างกันในช่วงแรกคบก็เรื่อยๆมาเรื่อยๆ ชุ่มชื่นใจบ้าง สบายใจบ้าง แห้งเหี่ยวบ้าง น่าหงุดหงิดบ้าง แสดงผลของกรรมชาวมรดมาที่เคยทำร่วมกันมาแบบลุ่มๆดอนๆไม่ถึงกับอะไรก็ดีไปหมด สนับสนุนให้อยู่ร่วมกันไปหมด

ถ้าเคยปรองดองกันมาก เจอกันใหม่ก็เหมือนเข้ากันได้ง่ายคุยกันได้ทุกเรื่อง สนับสนุนกันเอง ไม่เป็นอื่นต่อกันเลย พุดไปในทางเดียวกันหมด แต่ถ้าเคยทะเลาะเบาะแว้งบ่อย เจอกันใหม่ก็จะออกแนวขิงก็ราขาก็แรง จิกกัดทิ่มตำกันแบบพองแองแงอง แต่ก็รู้สึกหวานและแสนคิดถึง โดยเฉพาะตอนกลางคืนก่อนหลับไปเดี่ยวๆ

บุญที่รองลงไปกว่านั้น ได้แก่การเคยเป็นญาติสนิทมิตรสหายที่รักกัน เคยช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ตอบแทนกัน ไม่หวังผลประโยชน์จากกัน ในชาติใหม่สายสัมพันธ์ฉันญาตินั้นจะเตือนให้รู้สึกผูกพันและไว้วางใจกัน เหมือนคนในครอบครัวเดียวกัน จะขอความช่วยเหลือหรือไหว้วานอะไรก็เกรงใจน้อยกว่าคนอื่น

ความรู้สึกเล็กๆจะเป็นไปตามศักดิ์ที่เคยนับญาติ หรือคุ้นศักดิ์ คุ้นนิสัยกันมา เช่น ถ้าเคยเป็นพี่เป็นน้อง ก็จะรู้สึกเหมือนพี่เหมือนน้อง หัวเราะเล่นหัวได้โดยที่ฝ่ายน้องไม่ถือสา กับทั้งมีความนับถือยำเกรงฝ่ายพี่อยู่ในที ขณะที่ฝ่ายพี่ก็ให้ความเอ็นดู เป็นห่วงและอยากดูแลโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน

แรกเริ่มที่คบหาจะมีความเอ็นดูนำมาก่อน จากนั้นเมื่อใกล้ชิดกันมากขึ้น ก็ค่อยๆแปรเป็นความรู้สึกทางเพศ อันเป็นไปตามความดึงดูดของกายที่กำเนิดมาจากคนละพ่อคนละแม่ แต่กรณี ทำนองนี้ก็ไม่แน่นอน ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งปักใจกับความรู้สึกแบบญาติ ก็อาจไม่อยากเล่นด้วย หรือกระทั่งพลอยเกลียดอีกฝ่ายไปเลย ที่มาความรู้สึกเชิงชู้สาวกับตน

สรุปแล้วความดึงดูดกันด้วยอำนาจบุญ ไม่จำเป็นต้องหมายถึงเคยเป็นสามีภรรยากันมาก่อนเสมอไป แม้ความรู้สึกแรกจะอยากเข้าหากันเป็นพิเศษ ก็ต้องดูด้วยว่าพื้นฐานความรู้สึกที่มีต่อกันเป็นแบบไหน ถ้าขยับความสัมพันธ์ไปในเชิงชู้สาวแล้วจะมีฝ่ายใดเดือดร้อนไหม บางคู่มีอันต้องเลิกคบกันตั้งๆ เพียงเพราะฝ่ายหนึ่งเปิดเผยความในใจแบบไม่ทันให้ตั้งตัว ก็นับว่าน่าเสียดายมิตรภาพไม่น้อย



๔) ความผลักรัดกันด้วยอำนาจบาป

บาปเป็นธรรมชาติด้านมืด บันดาลให้เกิดผลด้านร้าย ฉะนั้น คู่ที่เคยร่วมกันทำบาปหรือผูกเวรกันมามากในชาติก่อน ย่อมได้ร่างกาย และจิตใจในชีวิตนี้ที่ผลักรัดกันออกห่าง ไม่พอใจกันและกัน กับทั้ง เป็นทุกข์เมื่อต้องอยู่ใกล้กัน

แต่การจองเวรนั้นพิสดารนัก **ถ้ารูปแบบของการจองเวรกัน เป็นไปในแบบผิวเมีย ชาติปัจจุบันจะเริ่มความสัมพันธ์ด้วยแรงดึงดูด ทางเพศเกินห้ามใจก่อน แล้วจึงตามมาด้วยแรงผลักรัดทางอารมณ์ที่ นำรุ่มร้อนในภายหลัง**

มันเป็นวงจรเวรต่อเวรไม่รู้จบไม่รู้สิ้นครับ เคยดี เคยร้าย ลงท้าย ไม่ปรองดองกันอย่างถาวร แล้วจบลงด้วยความวิปโยคหรือโศก-นาฏกรรมถึงเลือดถึงเนื้อ ผ่านภพผ่านชาติหนึ่งกว่าจะจบ กลับต้องมา เจอกันใหม่ คบกันใหม่เพราะจำกันไม่ได้ รู้เท่าไม่ถึงการณ์ว่าเข้าทาง วงจรอุบาทว์อีกแล้ว

เวลาฝ่ายหญิงเผลอทำให้เพื่อนฟังก็มักบ่นว่าไม่รู้เป็นอะไร กับคนนี้ ขนลูกแบบกล้าๆกลัวๆอย่างประหลาด ว่าจะไม่ๆ แต่ก็เหมือนเจอ หลุมดำลึกกลับที่สู้อยู่ไม่ไหว คล้ายเจอเสน่ห์ยาแฝดลากให้ถลาเข้าไปหา ทุกที

หรือบางกรณีนะครับ กลกรรมบวกกลกรรมก็แนบเนียนกว่า นั้น ๖ ไม่มีสิ่งหรือร้ายใดๆให้เฉลียวใจทั้งสิ้น หลงนึกว่ารักแท้คือ แรงดึงดูด ภายหลังถึงค่อยรู้ว่าดึงดูดให้มาต่อบกัน!

หลักสังเกตคู่เวรง่าย ๆ คือคุณจะเหมือนมีสองความรู้สึกที่ขัดแย้งกัน อาจสลับๆหรือควบคู่กันไป เช่น เวลาอยู่ห่างจะคิดถึงกัน ถวิลหาอยากอยู่ใกล้คล้ายมีแรงดึงดูดเกินต้าน แต่พอมาอยู่ใกล้กันจริงๆ กลับอึดอัดแปลกๆ มองหน้าไม่เต็มตา ไม่นึกอยากคุย หรือหนักกว่านั้นคือคุยกันมีแต่ทะเลาะ

อีกหลักสังเกตหนึ่งคือพวกคุณจะคิดบุญร่วมกันยาก คิดเมื่อไรเป็นต้องเจอเหตุหน่วงเหนี่ยวหรืออุปสรรคขัดขวางอย่างใด อย่างหนึ่งเสมอ เรียกว่าเวรที่มีร่วมกันจะไม่ยอมให้รู้สึกดีต่อกันง่ายๆ จะแก้งให้อยู่บนเส้นทางบาปเวรเรื่อยไปนั่นแหละ

เวลากรรมเก่าจะให้ผลแบบมึตๆนะครับ มันมาได้ทุกท่าเลย ต่อให้ไม่มีสถานการณ์เลวร้ายใดๆ แค่เรื่องซี้ปะตี๋วอย่างเช่นมาสายไปหน่อยเดียว ก็ทำเอาของขึ้นได้ คือพายุความโกรธที่กระโชกขึ้นมาจะไม่สมเหตุสมผล เหมือนแค้นอะไรหนักหนา แรกๆแค่อาละวาดเกรี้ยวกราดแบบพอทำใจภัย แต่หลายครั้งเข้าพอถึงขีดสุดความอดทน ก็จะวกกลับไปหาวงจรอุบาทว์ในชาติก่อนเต็มรูปแบบ คือลงมือลงไม้ ทุบ ถอง ตีเข้าเขย่าตอก หรือถึงขั้นตายเป็นตายหยิบอาวุธขึ้นมาประหัตประหารกัน

สิ่งที่น่ากลัวจริงๆในการต้องมาอยู่ร่วมกับคู่เวรนั้น ไม่ได้อยู่ที่การทะเลาะเบาะแว้งหรือกระทั่งการฆ่าแกงกัน แต่เป็นรูปชีวิตใหม่ที่ถูกันดาลขึ้นด้วยบาป หลังตายจากโลกนี้ไปแล้ว

หลักการดูคดีอันเป็นที่เกิดใหม่นั้น ผู้รู้จักธรรมชาติดีที่สุด
เช่นพระพุทธเจ้าตรัสไว้ให้ฟังง่าย คือถ้าสิ่งสมการคิดร้าย พุดร้าย
ทำร้าย อันเป็นเหตุให้จิตเศร้าหมองก่อนตาย อบายย่อมนั้นที่หวังได้
เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ลองตรองดูเถิดว่าถ้าชีวิตคู่ของคุณคือความอึดอัด
คัดแน่น ชวนให้คิดร้าย พุดร้าย และทำร้าย อะไรจะเกิดขึ้น?

ความจริงก็คือ **ถ้าคุณดับไฟในครัวเรือนไม่ได้ทันก่อนตาย
ก็จะต้องเจอไฟในอบายกันต่อไป**

มีคนตายไปอบายให้ดูทุกวัน เสียตายคนดูไม่มีความสามารถ
จะเห็น เพราะเห็นได้ก็แค่ศพที่ไร้ลมเข้าลมออก อย่างอื่นที่นอกเหนือ
จากนั้นถูกปิดกั้นไว้ มิฉะนั้นพวกเราทุกคนคงตั้งหน้าตั้งตาสอบให้
ผ่านด้านชีวิตคู่กันทั้งหมด

กันไว้ดีกว่าแก้ครับ ดูให้ดีว่าระหว่างคุณกับคนที่อยู่ตรงหน้า
คุณ เป็นพวกที่จับคู่กันเพื่อกุศลหรืออกุศล อย่าปล่อยให้สายเกินไป
เพราะไม่มีใครกลับไปแก้ไขอดีตได้

ท่องไว้นะครับ **วิธีดับไฟที่ง่ายที่สุด คือดับมันเสียก่อนจะเริ่มไหม้**

สรุปแล้วความดึงดูดกันในเบื้องต้นไม่ได้เป็นประกันว่าคุณกับ
เขาเป็นคู่บุญ โดยที่แท้อาจเป็นคู่เวรก็ได้ **ฉะนั้น ถ้ารู้ตัวว่าเจอคู่เวร
และไม่อาจหนีพลังดึงดูดอันมหาศาลของหลุมดำได้ ก็ให้เลือกว่าเจอ
ครั้งนี้เพื่อยุติศึก อย่าได้เจอกันเพื่อต่อเวรอีกเลย**

๕) ความรู้สึกเฉยต่อกัน

เมื่อบุญและบาปที่ทำร่วมกับใครมีกำลังอ่อน ก็อาจให้ผลเป็นเศษหลงเหลือเพียงน้อย เมื่อพบกันก็อาจไม่มีอิทธิพลเป็นดูตเข้าหรือผลักออก เป็นอิสระต่อกันมากพอจะดูตามเนื้อผ้า ว่าอีกฝ่ายเป็นอย่างไร ก็ค่อยรู้สึกเอาตามนั้น และโดยมากที่ค่อยๆยอมให้ความสนิททวีขึ้นก็เพราะเหตุผลคือ 'เห็นเป็นคนดี'

ส่วนที่ว่าจะดีตามที่เห็นหรือไม่ ก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยอีกหลายต่อหลายอย่าง เช่น บางคนตอนไม่สนิทด้วยก็แสนดี แต่พอเริ่มให้ความสนิทสนม ยอมรับเป็นแฟนขึ้นมาเมื่อไร ก็เริ่มทำตัวตามสบาย นี่ก็อยากพูดอะไรก็พูด นี่ก็อยากทำอะไรก็ทำ โดยไม่ค่อยสนใจนัก ว่าอีกฝ่ายจะรู้สึกอย่างไร

นั่นเพราะคนธรรมดาจะเอากิเลสเป็นแรงขับเคลื่อนให้แสดงพฤติกรรมต่างๆ แม้เมื่อมาอยู่ร่วมกับคนอื่น ก็ยังคงคงชินกับความอยากเอากิเลสของตนเป็นศูนย์กลาง **คนส่วนใหญ่จึงอยู่กันแบบครึ่งดีครึ่งร้าย เอาแน่เอาอนไม่ได้**

บางคนชี้ระแวง ชี้หึง เป็นนิสัยส่วนตัว ไม่ว่าจะอยู่กับใครก็แสดงพฤติกรรมตามโทระ.จิก.โทระ.เซ็ดตลอด อย่างนี้หมายความว่าความน่ารำคาญเป็นนิสัยประจำตัว ไม่ใช่แค่เคยผูกเวรกับใครเป็นพิเศษ

กับคนที่คุณไม่ได้ผูกบุญผูกบาปมาเป็นพิเศษ คุณจะความรู้สึกดีใจหรือเสียใจมากมาย เอาก็ได้ ไม่เอาก็ไม่เดือดร้อน และเช่นกัน

เมื่อไม่มีบุญบาปเป็นหัวขบวนนำความรู้สึก ก็นับเป็นโอกาสให้คุณกับเขาหรือเธอสามารถสร้างความรู้สึกดีร้ายขึ้นได้ใหม่ไม่จำกัด

ตามธรรมชาติแล้ว คู่ที่ไม่มีรักเก่าของทั้งบุญทั้งบาปยึดเหนี่ยวกันไว้ โดยมากจะคบกันอย่างผิวเผินแล้วจากกันอย่างรวดเร็ว กับทั้งสามารถลืมกันและกันได้อย่างสนิทภายในเวลาเพียงไม่กี่ปี ในทางกลับกัน คู่ประเภทรักก็อาจนับชาติปัจจุบันเป็น ‘ก้าวแรกที่เริ่มเดินไปในทิศเดียวกัน’ ได้ เช่น ถ้าไม่เคยทำบุญในพุทธศาสนาร่วมกันมาก่อนเลย แล้วมีโอกาสร่วมกันทำสักครั้ง ต่อให้จากกันไปตามวิถีแห่งชะตาที่ถูกกรรมเก่ากำหนดมา ก็จะได้เจอกันอีกในชาติต่อไป และมีโอกาสร่วมทางกันนานขึ้นครับ

กล่าวมาทั้งหมดนี้ยืนอยู่บนความจริงที่ว่าทุกคนเคยผูกกรรมกันไว้ก่อน และกรรมที่ทำร่วมกันจะเป็นตัวกำหนดความรู้สึกช่วงแรกคบ กับทั้งจะเป็นตัวกำหนดเส้นทางชะตาการครองคู่ ว่าเป็นเส้นตรงราบเรียบหรือพลิกผันกลับไปกลับมาอย่างไร **ไม่สำคัญว่าคุณจะเคยผูกกรรมกับใครไว้ตั้งแต่เมื่อที่ร้อยชาติก่อน ต่อให้ไม่เจอกันร้อยชาติ พอมาจับคู่กันก็ต้องรับผลเท่ากับเพิ่งทำเมื่อชาติที่แล้วหยกๆอยู่ดี**

นั่นเพราะกรรมไม่เหมือนความทรงจำนะครับ ความทรงจำยิ่งนานยิ่งเลือนไป ส่วนกรรมนั้นจะนานแค่ไหนก็อยู่ยั่งยืนงเช่นเดิมจนกว่าจะให้ผล เหมือนกับสัจจะความจริง ที่เมื่อเกิดสิ่งใดขึ้น ความจริง

ก็ยอมเป็นความจริงว่าสิ่งนั้นเคยเกิดขึ้น จะบอกว่าไม่เกิดขึ้น หรือ
ลดปริมาณ ลดคุณภาพของการเกิดขึ้นไม่ได้

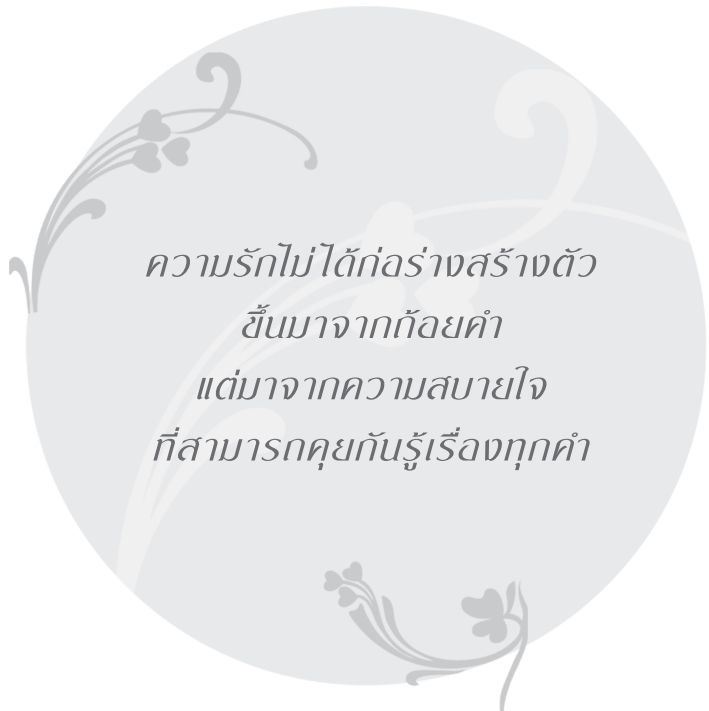
กรรมจะจัดสรรทุกอย่าง นับแต่ดึงดูดคู่กรรมมาพบกัน บันดาล
ให้เกิดความรู้สึกคุ้นเคย ตลอดจนส่งแรงดึงดูดหรือแรงผลักดัน
โดยไม่สนใจว่าคู่กรรมต้องการให้เป็นไปเช่นนั้นหรือไม่

จะนั้นนะครับ การเลือกคบคนไม่ว่าเป็นใคร ก็คือการเลือก
คู่กรรมเก่า เลือกคนที่เคยผูกกรรมกันไว้แบบไหนนั่นเอง เกือบทุก
ขั้นตอนถูกวางแผนไว้แล้ว **เว้นไว้ก็แต่ให้ออกาสคุณมีส่วนตัดสินใจ
ว่าจะพยายามทำอะไรดีขึ้นด้วยการเพิ่มแรงบุญให้เข้มข้น หรือ
ปล่อยเลยตามเลยตามเส้นทางที่ถูกวางแผนไว้ทำเดี๋ยว**

ถ้าคุณเสน่ห์แรงขนาดมีหลายตัวเลือกที่น่าสนใจเข้ามาติดพัน
แถมแต่ละคนยังให้ความประทับใจดี ๆ เมื่อแรกคบไม่ยิ่งหย่อนกว่ากัน
สักเท่าไร ก็สมควรมีเกณฑ์เลือกไว้ช่วยตัดสินใจอีกหลายๆข้อ ซึ่ง
นั่นก็คือเนื้อหาที่เหลือของบทนี้ครับ

ความสามารถในการพุดคุยกัน

กล่าวได้เต็มปากว่าการพุดคุยกันคือกระดูกสันหลังของรักแท้
ต่อให้เป็นใบ้ทั้งคู่ก็ต้องสื่อสารพุดคุยกันผ่านภาษาเขียนหรือภาษามือ
คู่ที่ไม่คุยกันคือคู่ที่เลิกกันแล้ว



ความรักไม่ได้ก่อสร้างตัว
ขึ้นมาจากถ้อยคำ
แต่มาจากความสบายใจ
ที่สามารถคุยกันรู้เรื่องทุกคำ

แต่ขณะเดียวกันก็พึงระลึกไว้ด้วยนะครับว่า **คู่ที่คุยกันด้วยความเข้าใจผิดเสมอ คือคู่ที่ไม่เคยคุยกันเลย**

การพูดคุยเป็นอะไรที่มากกว่าการแลกเปลี่ยนคำพูด **แท้จริงเราต่างก็หาใครสักคนมาคุยเพื่อที่จะทำให้ตัวตนของเราปรากฏชัดขึ้น หรือดูมีตัวตนเป็นที่เข้าใจอย่างแท้จริง**

มาพิจารณาองค์ประกอบของการสนทนาประสานดูใจกัน เป็นข้อๆนะครับ พอได้หลักสังเกตแล้วคุณจะทราบว่าการพูดคุยนี้แหละ คือเครื่องมืออันดับต้นๆในการเลือกคนที่ใช่

ส ร ร พ น า ม

เคยสงสัยไหมว่าแต่ละคำที่เราใช้ๆกันอยู่นี้มาจากไหน ใครเป็นคนบัญญัติ?

เวลามนุษย์จะศึกษาอะไร ก็มักมองออกนอกตัว อย่างเช่นที่มาของภาษานั้น นักภาษาศาสตร์เชื่อว่าเราจะสืบได้ก็จากการ ‘ถอดรหัส’ หลักฐานเท่าที่มีอยู่ เช่น ภาษาลัทธิลักษณะบนผนังถ้ำ เป็นต้น

และโดยการพยายามถอดรหัสดรหส์จากหลักฐานภายนอกนี้เอง ทำให้นักภาษาศาสตร์จำต้องยอมรับแบบเห็นพ้องต้องกันโดยคุณที่ว่า ‘ภาษาดั้งเดิมแรกสุด’ ของมนุษยชาติโดยรวมนั้นไม่มี แกรมภาษาพูดนี้ไม่มีร่องรอยที่มาที่ไปเอาเลย ขนาดพูดกันเป็นตุเป็นตะ บัญญัติกติกาการใช้ภาษาเป็นหลักไวยากรณ์อย่างดิบดี แต่กลับหาต้นกำเนิดที่มาแรกสุดไม่เจอ รวากับอยู่ๆมนุษย์ก็พูดขึ้นมาได้เองอย่างนั้นแหละ

แท้จริงแล้ว มันจะง่ายขึ้นถ้าเรามองย้อนกลับมาที่จิต คุณจะพบต้นเค้าของภาษาตั้งแต่จำความได้นั้นแหละครับ **ก่อนมีภาษาพูด มนุษย์ทั้งหลายมีภาษาคิดเป็นอันดับแรก และความรู้สึกในตัวตนนั้นแหละ คือรากของภาษาคิด**

หลักฐานเกี่ยวกับคลื่นสมองยืนยันว่าเด็กทารกคิดได้ตั้งแต่วันแรก แล้วทายซิว่าเด็กทารกแรกเกิดคิดถึงอะไร? ก็คิดถึงตัวเองยังงี้ล่ะ!

‘ตัวกู’ และ ‘ของกู’ นั้นแหละ คือต้นตอของภาษา คนเราอยากเรียกร้องความสนใจให้ตัวเองเป็นอันดับแรกเสมอ ลองเงี่ยหูฟังดีๆ นะครับ ตอนเด็กแพดเสียงร้องไห้จ้าจะเอาอะไร ในเสียงร้องนั้นมี ‘กู’ ดิบๆ แฝงอยู่อย่างเต็มเปี่ยม ถ้าเด็กพูดได้คงประมาณว่า ‘กูจะเอา!’ นั่นแหละ แต่เมื่อพูดไม่ได้ ก็ต้องใช้เสียงที่ตะเบ็งออกมาสุดหลอดแทน

สรุปแล้วต้นกำเนิดภาษาก็มาจากความรู้สึกในตัวเอง ภาษามีขึ้นเพื่อสื่อความรู้สึกของตัวเอง ทำให้ตัวเองปรากฏและมีความหมายขึ้นมาในโลก **ภาษาจิตหรือภาษาทางความคิด จึงมาก่อนภาษาพูดและภาษาเขียน ภาษาจิตมาจากโครงสร้างของกรรมเก่า กรรมเก่าจะเป็นตัวจำแนกว่าใครควรไปอยู่เผ่าพันธุ์ไหน ลักษณะการพูดจาเป็นอย่างไ**

สังเกตง่ายๆ ในขั้นพื้นฐานที่สุดนะครับ แต่ละเผ่าพันธุ์มีความรู้สึกเกี่ยวกับตัวเองต่างกัน หลายภาษามีสรรพนามแทนตัวเองเพียงหนึ่งคำ เช่น ในภาษาอังกฤษเราจะแทนตัวเองว่า ‘ไอ’ ไม่มีการแยกเพศ ไม่มีการแบ่งชั้นวรรณะใดๆ จะที่ปีกี่ยุคผ่านไปก็มีแต่บอก ว่า ‘ไอ’ นี่แหละฉันล่ะ

แต่ก็มีบางภาษาเช่นภาษาไทย ที่มีสรรพนามแทนตัวเองมากมาย เช่น คำว่า ‘กระผม’ และ ‘ดิฉัน’ เอาไว้บ่งเพศ คำว่า ‘ข้าพเจ้า’ เอาไว้บ่งความเป็นทางการและเป็นกลางทางเพศ คำว่า ‘หนู’ เอาไว้แสดงความนอบน้อมต่อผู้ใหญ่ คำว่า ‘กู’ เอาไว้บ่งอารมณ์ดิบหรือสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดสนิทสนม

คนไทยจึงเป็นพวกที่รู้สึกถึงฐานะของตนผ่านสรรพนามหลากหลาย บางทีถ้าจะเลื่อนระดับความสนิทสนมก็อาศัยสรรพนามนี้แหละเป็นตัวบอก เช่น อาทิตย์ก่อนแทนตัวเองว่า ‘ผม’ วันนี้สนิทขึ้นเลยแทนตัวเองว่า ‘กู’ เป็นต้น

แถมนะครับ สรรพนามแทนตนยังดัดได้ เพิ่มเติมได้ตามยุคสมัย เช่น คำว่า ‘เค้า’ นี้ไม่ทราบเริ่มตั้งแต่เมื่อใด ใครเป็นคนนำแต่ก็ใช้กันเป็นปกติ คนไทยจึงมีโอกาสแสดงออกถึงความเป็นตัวตนได้พิสดารมาก ช่วงก่อน พ.ศ. ๒๕๐๐ ยังมีการแบ่งเพศอย่างชัดเจนผ่านคำเป็นทางการ เช่น ‘ผม’ หรือ ‘ดิฉัน’ แต่ยุคปัจจุบันวัยรุ่นจะใช้คำเป็นกลางๆ ไม่แยกเพศ เช่น ‘เรา’ ซึ่งอาจสะท้อนถึงความเสมอภาคทางเพศที่มากขึ้น

สรรพนามที่แสดงความเคารพอาวุธโส นับพินับน้องเป็นสิ่งที่ยังไม่เปลี่ยนแปลง และนั่นก็ทำให้เกิดความประดักประเดิดได้หากฝ่ายชายต้องเรียกหญิงคนรักว่า ‘พี่’ ในขณะที่ฝรั่งไม่ค่อยแคร์เพราะอย่างไรก็เรียก ‘ยู’ เหมือนกันหมด

สรรพนามนับพินับน้อง ยังส่อได้ด้วยว่าอยากนับถือกันแค่ไหน วันใดหญิงเรียกชายว่า ‘พี่’ หมายถึงยังนับถือกันอยู่ แต่วันไหนถ้าเรียก ‘คุณ’ หรือ ‘มึง’ ขึ้นมา นั่นอาจแปลว่ามีเรื่องกันแล้ว

ความพอใจในตัวตนของคนไทยเมื่อคุยกับคนรัก จึงอาจเริ่มต้นจากสรรพนามนี้เอง ผู้ชายที่ต้องการเป็นใหญ่กว่าผู้หญิง ชอบเป็น

หัวหน้าครอบครัว จะอยากให้คนรักเรียกตนว่า ‘พี่’ ส่วนผู้ชายที่ชอบ
หารสองเรื่องค่าใช้จ่าย อาจอยากได้คนรักที่เรียกตนว่า ‘เธอ’ หรือ
‘นาย’ หรือตามสมัยนิยมของวัยรุ่นอาจเป็น ‘มิ่ง’ ไปเลย และ
ถ้ายังเป็นผู้ชายที่มีความสุขกับการให้ผู้หญิงเลี้ยงดูปุ๊บเสี๊ยะ ก็อาจอยาก
ได้คนรักที่เรียกตนว่า ‘น้อง’ จึงจะสมใจ

ผู้หญิงส่วนใหญ่จะรู้สึกดีกับผู้ชายที่ทำให้เธอเรียกตัวเองว่า
หนูอย่างสนิทใจ น้อยคนจะอยากได้แฟนที่ทำให้เธอจำต้องเรียก
ตนเองว่า ‘พี่’ แต่หากจำเป็นจริงๆผู้หญิงก็มักมีทางออกเสมอ พวก
เธอสามารถเรียกชื่อเล่นของตัวเองเพื่อให้ดูเด็กลงได้อย่างสะดวกปาก
อยู่แล้ว

เมื่อเข้าใจว่าสรรพนามมีส่วนเกี่ยวข้องกับความรู้สึกในตัวตน
คุณจะเข้าใจและสังเกตตัวเองมากขึ้น **คนที่ใช่สำหรับคุณ คือคนที่
ทำให้คุณเรียกตนเองด้วยความพอใจ เพราะการเรียกตนเองด้วย
ความพอใจ จะทำให้คุยกับคนรักได้โดยไม่รู้สึกสะดุด**

แล้วสังเกตด้วยว่าถ้าเขาหรือเธอเรียกเปล่งเสียงขานชื่อคุณ
แล้วคุณรู้สึกว่าคุณชื่อของตัวเองมีค่า มีความหมาย คนๆนั้นก็แทบเข้ามา
ยึดที่นั่งในหัวใจคุณเกินครึ่งแล้ว!



ส ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ ๑๑ ๑๒ ๑๓ ๑๔ ๑๕ ๑๖ ๑๗ ๑๘ ๑๙ ๒๐ ๒๑ ๒๒ ๒๓ ๒๔ ๒๕ ๒๖ ๒๗ ๒๘ ๒๙ ๓๐ ๓๑ ๓๒ ๓๓ ๓๔ ๓๕ ๓๖ ๓๗ ๓๘ ๓๙ ๔๐ ๔๑ ๔๒ ๔๓ ๔๔ ๔๕ ๔๖ ๔๗ ๔๘ ๔๙ ๕๐ ๕๑ ๕๒ ๕๓ ๕๔ ๕๕ ๕๖ ๕๗ ๕๘ ๕๙ ๖๐ ๖๑ ๖๒ ๖๓ ๖๔ ๖๕ ๖๖ ๖๗ ๖๘ ๖๙ ๗๐ ๗๑ ๗๒ ๗๓ ๗๔ ๗๕ ๗๖ ๗๗ ๗๘ ๗๙ ๘๐ ๘๑ ๘๒ ๘๓ ๘๔ ๘๕ ๘๖ ๘๗ ๘๘ ๘๙ ๙๐ ๙๑ ๙๒ ๙๓ ๙๔ ๙๕ ๙๖ ๙๗ ๙๘ ๙๙ ๑๐๐

ถ้าให้อธิบายว่าทำไมคุณถึงคุยกับบางคนแล้วสบายใจ คุณอาจงงๆและจับต้นชนปลายไม่ถูก บอกได้แต่ว่าสบายใจก็แล้วกัน

มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่ทราบความรู้สึกของตัวเอง แต่มักอธิบายที่มาที่ไปไม่ถูก และนั่นก็เป็นเหตุให้เกิดความสับสน บางครั้งก็ทรมานใจ เผื่อถามตัวเองว่าทำไมจึงสบายใจกับคนที่ไม่ควรจะสบายใจ แต่คนที่ควรสบายใจด้วยกลับไม่สบายใจเสียนี้

มนุษย์ต้องการคุยกับใครสักคนที่กระตุ้นให้รู้สึกถึงความเป็นตัวเองอย่างแจ่มชัด คือถ้าคุยแล้วเป็นตัวของตัวเองก็จะชอบ แต่ถ้าคุยแล้วไม่เป็นตัวของตัวเองหรือทำให้ตัวเองบิดเบี้ยวไป ก็จะไม่โอเคและอยากหลีกเลี่ยง

ยุคนี้ผู้คนสามารถพูดคุยผ่านอินเทอร์เน็ตได้ และการพูดคุยผ่านอินเทอร์เน็ตก็สถิติให้เราดูว่าถ้าจะคุยให้สบายใจ กับทั้งเป็นตัวของตัวเองอย่างน่าพอใจต้องแบบนี้

แบบนี้คือแบบไหน? มาชำแหละกันให้กระจ่างครับว่า ‘การพูดคุยเพื่อความสบายใจ’ เป็นอย่างไร หากจับจุดถูก คุณก็สามารถนำมาพิจารณาคนที่อยู่ตรงหน้า ว่าใช้คนที่จะคุยด้วยอย่างสบายใจไปนานๆไหม

๑) การไม่รู้จักตัวตนของอีกฝ่ายมาก่อน ทำให้คุณคุยกับเพื่อนทางเน็ตได้โดยไม่มีหัวชน มีแต่คำพูดที่บอกว่าคุณกับคู่สนทนา

เป็นใคร ให้ความสำคัญหรือแ่งคิดได้ถึงใจปานไหน ไม่ต้องสนใจ
รายละเอียดมากกว่านั้น

การคุยแบบไม่ต้องมีความผูกพัน ทำให้คุณรู้สึกว่าจะต้องระวังตัว
น้อยลงและเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น ความสบายใจกับการเปิดอก
แสดงความคิดเห็นได้อย่างหมดเปลือกนี้แหละ คนเราชอบนัก ยิ่งถ้า
ได้คู่สนทนาคนเดียวกัน จะยิ่งมันเข้าไปใหญ่ **เพราะนั่นคือโอกาส
ให้แสดงตัวตนอย่างหมดเปลือก**

การเปิดเผยความรู้สึกนึกคิด ก็คือการกระตุ้นให้ตัวตนปรากฏ
แจ่มชัดนั่นเอง ต่อให้เป็นพวกไม่ชอบปรากฏตัวต่อสังคม ก็ต้อง
ชอบคิดมากอยู่ดี เพราะการคิดมากคือการคุยกับใจตัวเอง ทำให้
ตัวตนยังคงอยู่ แม้ไม่มีใครเห็นก็ไม่หายไปไหน เมื่อสามารถคุยกับ
คนถูกคอได้คล้ายคุยกับความคิดของตัวเอง ก็ย่อมดีกว่าคิดมากอยู่
คนเดียวแน่นอน

ในโลกความเป็นจริง บางคนหาเพื่อนคุยถูกคอได้ง่าย แต่
บางคนก็พบบยากครับ ซึ่งพวกหลังนี้ก็มักจะไปจับคู่คุยกันในเน็ตอย่าง
เป็นล่ำเป็นสัน เพียงแค่ค้นหาว่ามีกระดานสนทนาใดเข้ากับอัธยาศัย
ของตน อย่างไรก็ตามเจอคอเดียวกันแน่ๆ ไม่มีทางไม่เจอ และเช่นกัน
ถ้าคุณคิดว่าคุยกับคนรอบตัวแล้วไม่ใช่ ก็หน้าทดลองเอาตัวเองเข้าไป
ชุลุกกับกระดานสนทนาที่ถูกจริตหลายๆเดือนหลายๆปี จนแน่ใจ
ว่ารู้จักกันจริงไม่ใช่หลอกกันด้วยอารมณ์เหงา ก็คงมีใครสักคนที่ยัง
โสดและเข้าหากับคุณได้บ้างล่ะ

๒) การไม่เคยเห็นหน้าค่าตากันมาก่อน ทำให้คุณมีทางเดียวคือจินตนาการเอา และจินตนาการจะมาจากไหนถ้าไม่ใช่วิธีการพูดของคุณสนทนา คำพูดจะเป็นตัวสร้างจินตนาการว่าเขาหล่อหรือเธอสวยเพียงใด

การที่คุณเริ่มรู้จักใครสักคนแบบไม่รู้หน้า แต่รู้ความคิดของเขามันทำให้คุณข้ามขั้นการตัดสินคนอย่างผิวเผินด้วยตาเปล่า ตัดตรงเข้าไปถึงเนื้อแท้ทางจิตใจของคุณสนทนาโดยตรง คุณจะเข้าใจหลักกรรมวิบากประการหนึ่ง คือถ้าพูดดี พูดฉลาด พูดคม พูดให้คนฟังเป็นสุข ผลจะเป็นใบหน้าโสภาน่าพิสมัย นั่นหมายความว่าถ้าเขาทำให้คุณติดใจในคำพูดได้ก่อนใบหน้า เวลาคุณนึกถึงเขา ก็จะนึกถึงใบหน้าในจินตนาการมากกว่าใบหน้าในความเป็นจริง

รู้อย่างนี้แล้ว คุณก็ควรให้โอกาสกับคนที่อยู่ตรงหน้า อย่าเพิ่งตัดสินเขาด้วยรูปร่างหน้าตา แต่รอฟังซิว่าคำพูดของเขาจะทำให้คุณเกิดจินตนาการดีๆเกินใบหน้าเจ้าตัวมากน้อยแค่ไหน **คนที่พูดได้ อับลักษณ์กว่าใบหน้า นานไปจะทำให้คุณนึกถึงใบหน้าอับลักษณ์กว่าตัวจริง ส่วนคนที่พูดได้สง่างาม นานไปจะทำให้คุณนึกถึงใบหน้าที่สง่างามเกินใคร**

๓) การขยับนิ้วพิมพ์ต้องอาศัยการทำงานของสมองมากกว่าตอนขยับปาก ฉะนั้นการคุยผ่านตัวอักษรจึงวกวนน้อยกว่า ส่วนปากคนเราเคยชินกับการขยับหมับๆตามอารมณ์ ฉะนั้นการคุยผ่านปากจึงวกวนได้มาก พูดไปแล้วก็วกกลับมาพูดซ้ำอีก โดยไม่ทันคิดว่าน่าเบื่อแค่ไหน

เวลาคุณคุยปากเปล่ากับคนน่าเบื่อ บางทีไม่ใช่คำพูดของเขา หรือกริยา แต่เป็นความคิดวกไปวนมาในหัวของเขาต่างหาก แต่คุณเข้าไปนั่งใกล้คนประเภทนี้ ก็เหมือนเอาตัวไปอยู่กลางพายุความฟุ้งซ่าน ลับสน หรือเหม่อลอยไร้จุดหมาย จนอยากออกมาห่างๆแล้ว

ถ้าคุณเลือกคนฟุ้งซ่านจัดหรือเหม่อลอยเก่งเป็นคู่ครอง สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับคุณในระยะยาวคืออาการปั่นป่วนวอกวน จับต้นชนปลายไม่ติดตามคู่ครองไปด้วย **ฉะนั้น หลีกให้ห่างคนฟุ้งซ่านจัดและเหม่อลอยเก่ง เลือกคุยกับคนที่พูดจาเป็นเส้นตรงหาเป้าหมาย ไม่วอกวนกลับมาเรื่องเดิมซ้ำแล้วซ้ำเล่า แล้วคุณจะรู้สึกว่าการคุยก็ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นได้ง่ายๆเลย**

๔) การคุยกับคนแปลกหน้าในเน็ตทำให้คุณเตรียมใจไว้แต่เนิ่นๆ ว่าคู่สนทนาไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยหรือเออออห่อหมกกับคุณไปทุกเรื่อง บางทีจะพร้อมกับการโต้ตอบอภิปราย หรือกระทั่งถกเถียงกันอย่างมีเหตุผล คือไม่ใช่ขัดแย้งกันด้วยอารมณ์แบบอยู่ดีไม่ว่าดี เอาเวลาไปทะเลาะกับคนแปลกหน้าเสียอย่างนั้น

ความจริงคนเราไม่ว่าการศึกษาระดับไหน จะชอบนะครับถ้าเจอคนที่พูดให้ขอมฟัง หรือกระทั่งเปลี่ยนใจเราได้ พวกผู้บริหารระดับโลกจะยอมเสียเวลาคุยกับคนแปลกหน้าที่ทำให้เกิดไอเดียใหม่หรือเปลี่ยนใจพวกเขาได้เท่านั้น เพราะเปล่าประโยชน์กับการคุยที่ทำให้ไอเดียเท่าเดิม หรือความรู้ความคิดย่ำอยู่กับที่ ไม่ช่วยให้ธุรกิจก้าวหน้าไปไหน

คุณควรเลือกคนที่คุณฟังคำโต้แย้งของเขาได้ และขณะเดียวกัน เขาก็ไม่ถือสาหาความกับคำพูดเล็กๆน้อยๆของคุณ **เพราะถ้าขึ้นสื่อสารกันคลาดเคลื่อนบ่อยๆ ก็อาจต้องผัดใจหรือฆ่ากันตายเพราะคำพูดนี้แหละ**

น้ำ เ ลี ย ง

ตั้งแต่กลางศตวรรษที่ ๑๙ เป็นต้นมา มนุษย์มี ‘อุปกรณ์ถ่ายทอดสัญญาณจิต’ ขึ้นดีไว้ใช้กัน แล้วคุณก็ใช้มันอยู่ทุกเมื่อเชียววัน อุปกรณ์นั้นก็คือโทรศัพท์นี่เอง! โทรศัพท์นั้นแหละครับ อุปกรณ์ถ่ายทอดสัญญาณจิตได้ชัดกว่าอะไร **เพราะมันส่งเสียงของผู้พูดที่ปลายสายมาเข้าหูคุณเพียวๆ ไม่ได้ส่งใบหน้ามาด้วย นั่นบังคับให้คุณต้องใช้เพียงประสาทหู ไม่ถูกประสาทตาแยงการรับรู้ไปเหมือนตอนคุยอยู่ต่อหน้า**

ถ้าเพียงคุณเป็นคนช่างสังเกต ก็จะทราบเองว่าเสียงจากโทรศัพท์นั้น ส่งออกมาจากอารมณ์หรือสภาวะทางใจของผู้พูดที่ปลายสายตรงๆ ไม่ว่าจะกำลังลงหรือกำลังขึ้น **แม้ขณะเขาไม่ได้เปล่งเสียงพูด ก็มีความรู้สึกขึ้นๆลงๆที่เปล่งออกมาให้คุณสำเหนียกได้ด้วยหู**

การฝึกฟัง ‘สัญญาณที่ส่งมาจากจิต’ นั้น ไม่ใช่เรื่องยากเย็นอะไรเลยครับ ถ้าไม่สังเกตคุณก็จะนึกว่าตัวเองทำไม่ได้ ไม่อาจสัมผัสรู้ แต่ขอให้ลองเถอะ ครั้งสองครั้งจะทราบเองว่าไม่ต้องมีอิทธิฤทธิ์ ไม่ต้องมีอภิญา คลื่นโทรศัพท์ก็ช่วยพาสัญญาณทางจิตมาให้สัมผัสได้โดยแทบไม่ต้องใช้ความพยายามใดๆแล้ว

เริ่มต้นฝึกก็ให้คุยไปตามปกติเท่าที่เคยคุยมานั้นแหละ แค่อย่าเอาแต่คิดจะพูด หรือหวังว่าจะให้เขาตอบอย่างใจคุณ ให้ฟังเสียงเขาด้วยความตั้งใจจะรู้เรื่องตลอด แล้วสังเกตว่าเมื่อสิ้นเสียงของเขาแต่ละครั้ง **คุณรู้สึกว่าเขากำลังสบายหรืออึดอัด**

ความสบายและความอึดอัดเป็นคลื่นทางจิตชนิดหนึ่ง คุณสัมผัสได้มาตั้งแต่เกิด แต่คุณถูกหลอกให้เชื่อเฉพาะสิ่งที่เห็นด้วยตาเปล่า เช่น ท่าที สีหน้า และประกายตา หากไม่เห็นตัว คุณก็นึกว่าคงไม่มีทางรู้ได้ว่าใครกำลังรู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์แค่ไหน

ความสุขที่มากับคลื่นจิต จะมีลักษณะให้สัมผัสได้ คือ เบิกบาน เปิดกว้าง สว่างใส ส่วนความทุกข์ที่มากับคลื่นจิต จะมีลักษณะให้สัมผัสได้ คือ หดหู่ ปิดแคบ มีดหม่น

เมื่อสังเกตและเก็บเกี่ยวลักษณะทางนามธรรมต่างๆไว้ทีละครั้งที่ละหน ในที่สุดคุณจะพบว่าสภาพอารมณ์ของคนมีอยู่มากมาย กายกอง **แต่ก็จำแนกได้หลักๆแค่สองอย่างคือเป็นสุขหรือเป็นทุกข์เท่านั้นเอง**

คนที่กำลังตื่นเต้นปีติกับความรัก ในอกในใจอาจเหมือนมีน้ำพุแห่งความหรรษาพวยพุ่ง หรือเหมือนมีทะเลแห่งความปรีดาเอ่อล้น **หากสัมผัสความสุขของคนที่อยู่ปลายสายได้ คุณก็จะเปรียบเทียบได้ด้วยว่าความสุขของฝ่ายใดมากหรือน้อยกว่ากัน**

แต่อารมณ์ปกติของคนเราทั่วไปนั้น ไม่ค่อยจะได้เป็นสุขกันสักเท่าไรหรอกครับ เป็นทุกข์เสียมากกว่า ฉะนั้น ในสนามฝึกจริง

คุณน่าจะได้เห็นทุกซอกมากกว่าสุข ซึ่งก็สนุกอยู่ดีถ้าเห็นจริงๆ เริ่มจากอะไรง่าย ๆ ก่อน เช่น พอเขานึกไม่ออกว่าจะพูดอะไรต่อ จังหวะที่เสียงชะงักค้างไป คุณจะสัมผัสได้ถึงอาการสะดุด หรืออาการอึ้งตรงนั้นคือตัวอย่างของความรู้สึกรู้สึกอึดอัด กัดดัน หรือพยายามเค้น

เมื่อคุ้นกับสภาพของคลื่นจิตง่าย ๆ ทำนองนั้น ให้ฝึกดูต่อไป อย่างเช่นตอนคนเราโกรธหรือหงุดหงิด จะคล้ายน้ำเดือดปุด โกรธมากเดือดแรง โกรธน้อยเดือดอ่อนๆ แต่ถ้าเป็นความเคียดแค้น อาฆาตนี้ คุณจะสัมผัสไปอีกอย่าง คือเหมือนคลื่นความกดดันขนาดใหญ่ มีดครีมี ทะมึน น่ากลัว เป็นต้น

คุณอาจพบว่าช่วงกำลังพูดนั้นคนเราอาจตั้งใจตัดเสียงหลอกได้ แต่พอหยุดพูด ทุกอย่างจะกลับเป็นปกติตามสภาวะของใจจริงๆ เช่น ถ้าเขาหรือเธออึดอัดไม่เอายากพูดด้วย แต่ต้องการรักษาหัวใจคุณ ก็อาจพยายามทำเสียงปกติ ซึ่งก็จะมีผลให้จิตเป็นปกติไปด้วย ต่อเมื่อหยุดพูด คุณจะสัมผัสได้ถึงความอึดอัด กัดดัน ชุ่นมัว หรือกระทั่งกระแสความคิดกระวนกระวายไม่สงบอารมณ์ อยากรางสายเต็มแก้ว

การฝึกฟังเสียงจนเห็นเข้าไปถึงจิตจะมีความหมายมาก คุณจะได้ผลรวม เห็นออกมาเป็นภาพใหญ่ภาพหนึ่ง ว่าคุยกับเขาหรือเธอแล้วหนักไปทางสุขหรือทางทุกข์ มีดหรือสว่าง กระจ่างเปิดเผยหรือคลุมเครือหมกมืด และที่สำคัญเหนือสิ่งอื่นใด **น้ำเสียงของคนที่ไม่จำเป็นต้องออกประกายกังวานแบบดีใจล้นเหลือที่ได้คุยกัน แต่อย่างน้อยต้องสะท้อนถึงความเต็มใจพูดกับคุณ ทำให้ตัวตนของคุณเท่าเดิมหรือสูงขึ้น ไม่ใช่แพลงทุกทีๆ**

นอกจากคุณจะรู้ว่าคนๆนี้เป็นคู่สนทนากับคุณได้หรือไม่ ยังอาจชัดเจนลึกซึ้งไปถึงขั้นที่ตอบตัวเองถูกเลยก็ได้ยวบยว่าคนนี้ใช่หรือไม่ใช่สำหรับคุณ!

ส า ย ต า

สายตาเป็นองค์ประกอบสำคัญของการสื่อสาร แต่มักถูกละเลยเป็นประจำ หญิงชายหลายคู่คบกันแทบไม่สบตากัน ซึ่งนานไปจะเหมือนกับเอาก้อนหินสองก้อนมาตั้งอยู่ใกล้กัน หากความรู้สึกในกันและกันแทบไม่เจอ

การสบตาแทบจะเป็นศาสตร์ได้ศาสตร์หนึ่ง มีอะไรในนั้นมากกว่าการเอานัยน์ตาสองคู่มาแล้งแล้งกัน **ขณะพูดคุยนั้น คนที่พร้อมสื่อสารกับคุณ คือคนที่ยินดีสบตากับคุณ ไม่ใช่คนที่หลบตา**

คนเราถ้ายินดีสื่อสารกัน จะประสานตากันได้อย่างสนิทใจ การสบตาคู่กันในระยะยาว จะทำให้คุณทราบได้ว่ารู้สึกดีกับเขาหรือเธอแค่ไหน ส่วนลึกของหัวใจเข้ากันได้เพียงใด

คู่ที่ใช่ นั้น อย่างน้อยควรมองกันและกันได้เต็มตา โดยไม่รู้สึกขัดแย้งหรือมีกระแสความเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน แม้ในช่วงแรกที่เพิ่งรู้จักกัน ก็ควรมีช่วงขณะหนึ่งที่มองกันเต็มตาแล้วเกิดความรู้สึกคุ้นเคย ไม่เป็นอื่น นั่นเพราะอำนาจบุญเก่าที่ทำร่วมกันด้วยดี หรือภาวะคู่อันปรองดองในอดีต น่าจะช่วยตกแต่งกระแสตาให้ประสานกันสนิท เป็นมิตร และปราศจากความรู้สึกสะดุด

แต่ถ้าคนเราไม่ยินดีสื่อสารกัน การสบตาก็เป็นตัวบอกได้ระดับหนึ่ง สบกันที่โรมิ่จุดสะกดุค อยากหลบตากัน หรือบางคู่ที่เคยเป็นศัตรูคู่อาฆาตกันมาแต่ปางก่อน แค่สบตาก็ไม่สบอารมณ์ได้หรือกระทั่งอยากหาเรื่องกันแบบอันธพาลไร้เหตุผลได้

ถ้าผู้ชายสู้ตาผู้หญิงไม่ได้ เหมือนแพ้อำนาจสายตากันอยู่ ทั้งที่เธอก็ไม่ตั้งท่าขู่แต่อย่างใด ก็ขอให้แรงตระหนกว่าโอกาสที่จะทำให้เธอเชื่อถือในเวลาต่อมานั้น ก็คงยากครับ

ส่วนผู้ชายที่ทำตัวน่าเกรงขาม ชอบส่งสายตาสะกดให้ใครต่อใคร อยู่ใต้อำนาจนั้น ถ้าเจอคนที่ใช่จริงๆ และเคยทำบุญมาก่อน อยู่ร่วมกันอย่างปรองดองมาก่อน ก็จะไม่รังสีข่มขู่หรือผลักดันเหมือนตอนสบตากับคนอื่น

ผู้หญิงที่ไม่ชอบสบตากับผู้ชาย อาจเป็นเพราะขี้อาย หรืออาจเป็นเพราะมีปมปัญหาทางเพศอันเป็นแผลทางใจ ถ้าคุณทำให้เธอสบตาดูด้วยไม่ได้ก็แปลว่ายังพูดหรือแสดงพฤติกรรมให้เธอไว้ใจไม่ได้ แล้วก็อย่าเพิ่งทักท้วงนะครับว่าถ้าผู้หญิงกลัวตาผู้ชาย หมายความว่าไม่แผลงฤทธิ์ในภายหลัง ผู้หญิงที่ขี้อายบางคน บทจะเลือดขึ้นหน้าก็แปลงร่างจากแมวขี้อ่อนเป็นนางเลือดดาวเอาได้ดื้อๆ

ส่วนผู้หญิงที่ชอบทำตาดู บางทีอาจไม่ดูจริง เธอแค่จะดูว่าคุณเอาเธออยู่ไหม ส่วนลึกของผู้หญิงที่ชอบทำตาดูจะโหยหาใครบางคนที่มาหาเธอได้ และเธอก็ใช้วิธีส่งกระแสตาขู่ฟอเป็นเครื่องมือค้นหา หากคุณพิศวาสเธอจริงๆ ก็ต้องเตรียมตัวไว้ด้วยว่าจะหลุด

ความเป็นแมนไม่ได้ อ่อนแอให้เธอเห็นไม่ได้ หรืออาจจะกระทั่ง
เก่งน้อยกว่าเธอก็ไม่ได้ด้วย

ถ้าหากทั้งชายและหญิงมีกำลังสายตาเสมอกัน ก็อาจสบตา
แบบลองกำลังกัน ซึ่งถ้าเกิดขึ้นแค่หนสองหนแล้วเลิกเขาก็ถือเป็น
เรื่องธรรมดาได้ แต่หากสบกันแบบ ‘ประสานงา’ ทุกครั้งไม่เลิก
ก็อาจเป็นलगบอกเหตุได้ว่าอยู่กันไปจะไม่มีใครยอมใคร ตลอดจน
มีสิทธิ์ขยับขึ้นเป็นการทุ่มเถียงเอาแพ้เอาชนะ หรือเอาเป็นเอาตาย
ทีเดียว

สรุปแล้วความสามารถในการคุย หรือแลกเปลี่ยนสื่อสารกันนั้น
บอกอะไรได้มากกว่าที่หลายคนคิด ขอเพียงคุณช่างสังเกต จะ
ยกเรื่องใดมาเป็นประเด็นสนทนา หรือจะคุยเก่งแค่ไหนไม่สำคัญ
คุยไปเถอะ คุยมากมายจนกว่าจะรู้จักตัวตนของอีกฝ่ายจริงๆ ก็
ใช้เป็นเครื่องมือชี้ว่าใช่หรือไม่ใช่คนของคุณได้ครับ

ความสามารถในการทำเรื่องดีร่วมกัน

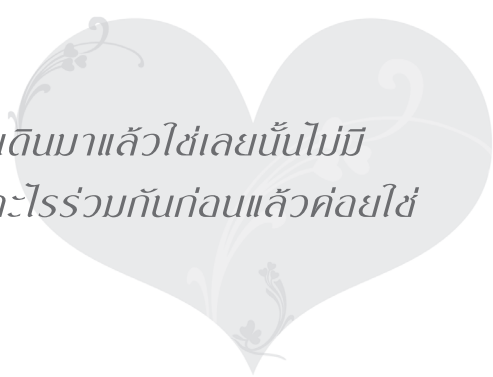
รักแท้ไม่ได้ฝากไว้ที่กาย แต่เอากายมาผูกติดกันมันจุตได้แต่
ไฟราคะ ส่วนไฟแห่งรักต้องจุดขึ้นด้วยจิต

ขอให้อำไว้แมนๆว่า **รักแท้จะอยู่คู่กับจิตใจที่สว่างสดใส** เต็ม
ไปด้วยกำลังวังชาและความเคลื่อนไหวที่รวดเร็ว

จิตที่สว่างสดใส นั้น เป็นภาวะทางธรรมชาติอย่างหนึ่ง ซึ่งเราเรียกกันมาช้านานว่า ‘กุศลจิต’ กุศลจิตเป็นอะไรอย่างหนึ่งที่เกิดได้ดับได้ไม่ต่างจากเปลวเทียน เปลวเทียนมีเหตุให้เกิด กุศลจิตก็มีเหตุให้เกิดเช่นกัน เปลวเทียนดับได้เมื่อหมดเหตุ กุศลจิตก็ดับได้เมื่อหมดเหตุเช่นกัน

ภาวะทางธรรมชาติที่ตรงข้ามกับกุศลจิตคือ ‘อกุศลจิต’ อกุศลจิตคือจิตที่มีดหม่น เกิดขึ้นด้วยเหตุ และดับเพราะหมดเหตุเช่นกัน **รักแท้ไม่อาจยืนอยู่บนจิตที่มีดหม่น ไร้เรี่ยวแรง และเต็มไปด้วยความหดหู่เฉื่อยชา**

ที่เราพูดกันในหนังสือเล่มนี้ทั้งหมด ก็มุ่งประเด็นที่ว่าทำอย่างไร จะสร้างเหตุให้เกิดจิตที่สว่างสดใสร่วมกันระหว่างคุณและคนที่คุณรักนั่นเอง



ที่จะเดินมาแล้วใช่เลยนั้นไม่มี
มีแต่ทำอะไรร่วมกันก่อนแล้วค่อยใช่

คุณคงเคยได้ยินมานานว่าคุณแม่ที่มาพบและรักกันได้ นั่น ก็ด้วยอำนาจบุญเก่าที่เคยทำร่วมกันมา หนังสือเล่มนี้ไม่เพียงยอมรับความจริงดังกล่าว แต่ยังจะเจาะลึกให้เห็นด้วยว่าทำบุญแบบคู่รักเขาทำกันอย่างไร

ส่วนท้ายของบทนี้ เรามา ‘คัดคน’ กันด้วยความจริงที่ว่า **คนที่ใช่ต้องพร้อมทำเรื่องดี ๆ ร่วมกับคุณ**

การทำอะไรดี ๆ ร่วมกันได้ตั้งแต่ต้น จะมีความหมายมากกว่าให้เกิดความประทับใจในช่วงแรกคอบ คือจะจุดชนวนความสุขใสสว่างให้กับจิตของกันและกันอีกด้วย

ควา ม บั น เ ทิง ร ่วม กั น

เคยลองนั่งคิดดูดี ๆ ใหม่ครึบว่า ‘การอยู่ร่วมกัน’ คืออะไร?

ใจจริงนะ คนเราชอบความบันเทิงครับ มาอยู่ด้วยกันก็หวังความบันเทิงนั่นแหละ ไม่มีใครอยากอยู่กับคนแปลกหน้าเพราะปรารถนาภาระหนักหรือ

และความบันเทิงร่วมกันระหว่างชายหญิงที่ธรรมชาติให้มา ล่อใจก็คือเซ็กซ์!

นี่แปลว่าเหตุผลง่าย ๆ ของการหาคนแปลกหน้ามาอยู่ร่วมกัน คือคุณจะได้มีเซ็กซ์กับเขาหรือเธอได้ทุกวันกระนั้นหรือ?

เออละ! มามองกันตามจริงให้เห็นเป็นภาพใหญ่กัน เช็kszไม่ใช่สิ่งเดียวที่เราต้องการหรอก ขนาดบางคู่แทบไม่มีเช็kszกัน พวกเขา ยังมีใบหน้าเปื้อนรอยยิ้มเจิดจรัสกันได้เลย

มนุษย์เราหาคู่เพื่อแก้เหงา และเพื่อทำชีวิตให้เป็นไปตามที่ธรรมชาติสั่งมา คือ สร้างบ้าน ดูแลบ้าน สร้างลูก ดูแลลูก ทำไปโดยไม่ต้องสงสัยว่าทำไปทำไม เพราะไหนๆก็มีชีวิตแล้ว หลีกหนีไม่ได้อยู่แล้วจนกว่าจะตาย

มองอย่างนี้ก็ได้ข้อสรุปว่าคนเราอยู่ร่วมกันไม่ใช่เพื่อเอาตัวมาอยู่ใกล้กัน แต่เพื่อ ‘ทำอะไรด้วยกัน’ **ทว่าในทางปฏิบัติแล้ว บางคนประพาดิตนราวกับเชื่อว่าการอยู่ร่วมกันคือการเอาตัวมาอยู่ใกล้กันตามหน้าที่เฉยๆ**

การอยู่ร่วมกันอย่างแท้จริงคือการทำความรู้จักตัวตนของกันและกัน ตัวตนของคนเรามีหลายแง่มุม และคุณจะไม่มีความรู้จักแต่ละแง่มุมของคนรักผ่านการบอกเล่าว่าเขาหรือเธอทำอะไรเป็นบ้าง คุณต้องเห็นกับตา ร่วมสนุกด้วยกันกับตัว จึงจะลงเอยเป็นความ ‘รู้จักกันดี’ จริงๆ

เมื่อคนเรารู้จักกันดี ก็จะยอมรับได้ถูกว่าตรงไหนเข้ากันได้ ตรงไหนเข้ากันไม่ได้ และความรู้จักกันดีนั่นเอง ทำให้ตกลงกันถูกว่าจะไม่ฝืนใจอยู่กับตัวตนด้านนี้ แต่เลือกไปอยู่กับอีกตัวตนที่เข้ากันได้ของคนรัก

ตัวตนที่เข้ากันได้คืออะไร? คือตัวตนแบบเดียวกัน เช่น ถ้าคุณเป็นนักเทนนิสด้วยกัน ก็ยอมไปสูสนามเทนนิสเพื่อมีความสุข สนุกสนานกับการหวดแร็กเก็ตร่วมกันได้ แล้วนั่นก็จะทำให้ใจคุณ นึกถึงและอยากเจอกันอีกเรื่อยๆ

ตัวตนที่เข้ากันไม่ได้คืออะไร? คือตัวตนคนละแบบ หรือเป็น ปฏิปักษ์กัน เช่น ถ้าคุณผู้ชายชอบตกปลา แต่คุณผู้หญิงเกลียด การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต อย่างนี้คงเป็นที่รำคาญของกันและกัน ไม่อาจ ร่วมกิจกรรมเทือกนี้ด้วยกัน ซึ่งก็คงไม่ต้องเดานะครับ ถ้ามีใคร เข้ามาในชีวิตแล้วทำให้รู้สึกว่าคุณเป็นลึกลับน่ารำคาญ คุณคง ไม่อยากเจอเขาหรือเธอบ่อยนัก

เมื่อความจริงเป็นเช่นนี้ คุณก็มองหาคนที่สามารถทำกิจกรรม ร่วมกันได้มาก คือไม่ใช่ทำทุกอย่างได้เหมือนกันหมดนะครับ แต่ ขอให้ทำได้มากหน่อย การเลือกอยู่กับคนที่เข้าหากับคุณได้ใน กิจกรรมหลากหลายชนิด เป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตคู่ที่มีสีสันไม่ซ้ำซากจำเจ ส่วนการเลือกอยู่กับคนที่ทำอะไรร่วมกับคุณได้ยากหรือกระทั่งชอบแต่ กิจกรรมที่เป็นตรงข้ามกัน ย่อมเป็นลางบอกเหตุของชีวิตคู่ที่จะค่อยๆ เเหินห่างกันออกไปวันละคืบ วันละศอก

ย้ำว่าสำคัญและจำเป็นครับ อะไรก็ตามที่ทำได้ทั้งคู่ เช่น เล่น เกมคอมพิวเตอร์ ไปวิ่งออกกำลังกาย ไปร้องคาราโอเกะ ไปฟิตเนส ไปเรียนทำขนม ไปเข้าคอร์สโยคะ ฯลฯ ขอเพียงทำให้ร่างกายและ จิตใจสดชื่นเป็นดีทั้งนั้น เพราะถือว่าสามารถทำอะไรเป็นสุขร่วมกัน ได้แล้ว

อย่างที่เกริ่นไว้ก่อนนั้นแหละ ร่างกายที่เคลื่อนไหว และจิตใจที่เข้มแข็ง เป็นสิ่งที่รักแท้ชอบ โดยเฉพาะถ้าร่างกายและจิตใจดังกล่าวได้มาจากการทำกิจกรรมร่วมกัน

ถ้าไม่มีกิจกรรมใดที่ทำร่วมกันได้เลย ก็อย่าเลือกมาเป็นคู่เด็ดขาด **เพราะแปลว่าในส่วนลึกของพวกคุณไม่ได้ต้องการอยู่ร่วมกัน แม้แต่น้อย ถึงขนาดสร้างข้ออ้างว่าทำอะไรง่าย ๆ ด้วยกันไม่ได้เลยสักเรื่องเดียว!**

ค ก ย ภ า พ ใน ก า ร ท า บ ุ ญ ร ่วม กั น

กิจกรรมที่ดีที่สุดในโลกมนุษย์คือการทำบุญ **เพราะการทำบุญด้วยความเลื่อมใสบริสุทธิ์ คือการเพิ่มความสุขให้แก่จิตโดยตรง**

จิตที่มีความสุขจากบุญ จะมีความรื่นเริงเหมือนเข้าร่วมงานฉลองที่น่าเพลินใจยินดี **แต่ที่ดีกว่านั้นคือมีสติรู้ตัวรู้ชั่ว เห็นอะไรก็ตามจริงได้ถนัดชัดเจน**

หมายความว่ายิ่งฐานของบุญหนาแน่นขึ้นเท่าไร โอกาสที่ใจจะเป็นทุกข์ และโอกาสจะทำอะไรพลั้งพลาด ก็ยิ่งน้อยลงเท่านั้น

ผลอันมหัศจรรย์ของบุญที่เห็นได้ทันตามีอยู่ เช่น หากทำบุญด้วยความมีปิติสุข ต่อให้เป็นคนโง่ทึบก็จะมีสติเหมือนฉลาดขึ้นชั่วขณะ หรือต่อให้กำลังเคี้ยวจัดแทบอยากฆ่าตัวตาย ก็จะกลับรู้สึกดีขึ้นอย่างประหลาดจนอยากมีชีวิตต่อ รวามนต์สาปของสิ่งชั่วร้าย

คล้ายลงพักหนึ่ง กล่าวได้อีกอย่างว่าจิตที่มีคุณภาพนั้นแหละ คือผลอันเป็นปัจจุบันแห่งบุญ

ที่พิเศษสำหรับนักเลือกคู่ก็คือ บุญเป็นเครื่องชี้ได้ว่าพอจะไปได้ไหม ถ้าทำบุญด้วยกันแล้วเป็นสุขทั้งคู่ก็เรียก ‘ไปกันได้’ แต่ถ้าทำบุญด้วยกันแล้วฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นทุกข์ หรือเป็นทุกข์ทั้งสองฝ่าย ก็ควรจะเข้าข่าย ‘ทางใครทางมัน’

ฉะนั้น อาศัยการทำบุญร่วมกันนี้แหละ เป็นหนึ่งในเครื่องมือเลือกคู่ คบใครอยู่ก็ให้ชักชวนไปทำบุญด้วยกันบ่อยๆ ที่ไหนอย่างไรก็ได้ อาจเป็นริมคลองใกล้บ้านเพื่อปล่อยนกปล่อยปลา อาจเป็นสถานสงเคราะห์ผู้ด้อยโอกาสเพื่อทำให้พวกเขามีเสื้อผ้าดีๆ ใช้สักชุด หรืออาจเป็นวัดที่มีพระดีเพื่อนำของจำเป็นในการดำรงชีพไปถวายพวกท่าน

ถ้าทำครบวงจร ทั้งสงเคราะห์สัตว์ ทั้งให้ความอนุเคราะห์คนยากไร้ กับทั้งถวายเป็นสังฆทานด้วย อย่างนี้ไม่ก็ครั้งก็จะรู้ผลแล้วครับ หากพวกคุณเป็นคู่บุญกันมา บุญใหม่จะเป็นตัวอย่างให้เข้าใจว่าการจะอยู่กับใครสักคนอย่างมีความรัก มีความสุข มีความเข้าใจ ก็ต้องด้วยการร่วมกันทำอะไรๆ ทำนองนี้ และไม่ควรร้อยไปกว่านี้

ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะการทำบุญเป็นสิ่งมีอาถรรพณ์ หากเคยร่วมบุญกันไว้มากกว่าร่วมบาป บุญเก่าจะพยายามรักษาเส้นทางเดิมของตนไว้ โดยช่วยสนับสนุนให้รู้สึกดี ตลอดจนขจัดปัดเป่าอุปสรรค

ทั้งมวลในวันทำบุญออกไป เมื่อทำบุญได้สำเร็จตามความตั้งใจ จึงบังเกิดความเบิกบานร่วมกันเต็มที่ เป็นกำลังใจให้รู้สึกว่าจะสามารถร่วมทำอะไรดี ๆ ด้วยกันต่อไปได้อีก

แต่หากพวกคุณเป็นคู่เวรกันมาก่อน **บาปเก่าจะตัดหน้า มาเป็นมารขวางไม่ให้**ได้ทำบุญกันอย่างราบรื่น โดยอาจแทรกแซงด้วยสารพัดวิธีที่นึกไม่ถึง และไม่ทันเตรียมตัวรับได้ถูก เช่น อยู่ดี ๆ ก็แก๊งดลใจให้หงุดหงิดจ้องแ้งใส่กันจนรุ่มร้อนไปหมด บั่นทอนความเชื่อมั่นว่าจะอยู่กันได้ตลอดรอดฝั่ง **ไม่กี่ครั้งคุณจะนึกเข็ดขยาด ไม่อยากทำบุญด้วยกันอีก หรือหนักกว่านั้นบางคู่อาจนึกรังเกียจกัน และกันไปเลย**

ที่รังเกียจก็เพราะความรู้สึกแย่ๆที่เกิดขึ้นระหว่างเส้นทางทำบุญ จะปรากฏเสมือนร่องรอยน่าเกลียดบนผ้าขาว หรือรอยแผลเป็นบนหน้าผากสะอาด ย่อมน่ารังเกียจกว่าปกติ เพราะถูกขับให้เห็นเด่นชัดเหลือเกิน **ตรงนี้ถ้าคิดในทางดีก็คือบุญใหม่ช่วยสงเคราะห์พวกคุณ โดยการส่งสัญญาณเตือนให้รีบถอยเสียก่อนจะสายเกินกว่านี้**

สรุปคืออย่าสนับสนุนให้คู่ที่กำลังเริ่มๆดูใจกัน **ไปทำบุญด้วยกันบ่อยๆ** ยิ่งเริ่มทำกันได้เร็วขึ้นเท่าไรก็ยิ่งรู้ตัวเร็วขึ้นเท่านั้น **ย้ำว่าต้องหลายครั้งนะครับ** คู่กันครั้งเดียวไม่พอ คู่ที่ 'ทำบุญขึ้น' จะมีจิตสว่างสดใสไปด้วยกันยิ่งขึ้นเรื่อยๆ บุญพื้นเย็นของรักแท้ให้เป็นปีกแผ่นขึ้นทุกทีครับ

หวังว่าบทนี้คงลบความคิดเดิมๆ
ที่ว่าคู่แท้หมายถึงคนที่ตรงตามสเปค
เจอปั๊บทุกอย่างลงตัวปั๊บไปหมด
ตรงข้ามคนที่คุณหมายมั่นปั้นมือว่าต้องเอาให้ได้
แท้จริงอาจเข้ามาเพื่อเล่นเกมจองแวกกันต่อเท่านั้น

เมื่อคุณมีเสน่ห์และเจอคนที่ใช่
ก็แทบประกันได้ตายตัวว่าความรักอยู่ที่นั่นแล้ว
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือพอความรักอยู่ในมือ
คุณจะรักษาไว้ไม่ให้หลุดหายไปได้อย่างไร

คนที่ใช้ไม่ได้แปลว่าของตาย
ถ้าพฤติกรรมของคุณไม่ใช่
ก็เปลี่ยนเขาหรือเธอ
จากใช่เป็นไม่ใช่ได้เสมอ



บทที่ ๔ รักษาความรู้สึก

ความรักคืออารมณ์ คือความรู้สึกชนิดหนึ่ง ถ้าต้องการรักษาความรัก สิ่งที่ต้องรักษาก็คือความรู้สึกดีๆ หรืออารมณ์ดีๆ ewise ให้ได้นั่นเอง

การนั่งกอดคือนกอดกันทั้งชาติไม่มีทางหล่อเลี้ยงความรู้สึกระหว่างกันไว้ การรักษาความรู้สึกต้องใส่ใจ ไม่ใช่มือเท้า ฉะนั้นก่อนอื่นท่องไว้ให้แม่นเลยว่า **ความเอาใจใส่คือสัญญาว่าวันนี้ยังมีใจ ส่วนการตายใจคือสัญญาเริ่มตายไปของความรัก**

คนส่วนใหญ่แทบร้อยทั้งร้อย ยังไม่ทันหมั้นหรือแต่งงานขอเพียงไปมาหาสู่คุ้นเคยกัน ก็พร้อมจะเห็นกันและกันเป็นของตายหรือกระทั่งเห็นคนรักเป็นถึงขยะทิ้งอารมณ์ส่วนตัว

โลกนี้เต็มไปด้วยสิ่งล่อใจให้คิดอยากได้ และพวกเราที่ตั้งหน้าตั้งตาแต่จะเอามาให้ได้ ทว่าไม่มีความตระหนักรู้ว่ายิ่งได้มาเท่าไร ก็ยิ่งต้องพยายามรักษาไว้เท่านั้น **โดยเฉพาะความรัก ซึ่งเปรียบเหมือนสิ่งมีชีวิตที่หิวเก่ง ขาดเจ็บง่าย และตายไว**

เพียงชะล่าใจไม่นาน หันมามองที่คุณจะพบว่าในบ้านเหลือแต่ชายหญิงคู่หนึ่งที่ได้เดินไปมาสวนกัน ส่วนความรักหนีออกจากบ้านไปตั้งแต่เมื่อไหร่ก็ไม่รู้

ถ้ารักแท้ได้มาง่าย คุณก็คงรักษามันไว้ได้ง่ายๆ เหมือนปล่อยให้ไก่หากินตามลานดินเอาเองก็ไม่ตาย แต่หากประสบการณ์บอกคุณว่ารักแท้เป็นสิ่งที่ได้มาโดยยาก คุณก็ควรรู้ว่าไม่อาจใช้วิธีทิ้งขว้างปล่อยย้ให้มันเลี้ยงดูตัวเองแล้วจะรอด

สำหรับบทนี้ก็จะครอบคลุมตั้งแต่อาหารหล่อเลี้ยงขั้นพื้นฐานไปจนถึงน้ำพุอมฤตที่บันดาลให้ความรักเป็นอมตะ อยู่เหนือความตายของคุณรักได้

อารมณ์หวานกับความรู้สึกนี้รักมักมาด้วยกัน จะแค่นี้รักเดียวเดียว จะหลงรักนานหน่อย หรือจะแสนรักเหมือนชะกาลเวลาต่างก็ยืนพื้นอยู่บนอารมณ์อ่อนหวานด้วยกันทั้งสิ้น

แต่อารมณ์หวานที่น้อยลง ก็ไม่ได้แปลว่าคุณหรือคนรักแปรใจ บางคนสำคัญผิดคิดว่าอารมณ์หวานที่ลดลง หมายถึงไม่ได้รักกันแล้ว ความจริงคือพวกคุณไม่รู้จักรักษาให้อารมณ์หวานเติบโตขึ้นตามวันเวลาที่อยู่ด้วยกันต่างหาก มันจึงตกตะกอนนอนกัน หรืออยู่ในสภาพมีเหมือนไม่มี

ช่วงเริ่มปลื้ม

อารมณ์หวานคือพยานให้กับความรัก
แต่ช่วงเริ่มซน อารมณ์หวาน
จะเป็นหลักฐานให้กับความไม่เที่ยง

สังเกตเถิด อารมณ์หวานจะมากับการกระทำ เช่น ในช่วงต้น คนที่ไฉ่มักเป็นแรงบันดาลใจให้อยากทำอะไรหวานๆบ้าง ต่อให้คุณเคยเป็นพวกเย็นชามานานแค่ไหน ทุกครั้งที่เห็นหน้าคนรัก อย่างน้อยก็ต้องอยากเรียกขานชื่อของเขาหรือเธอด้วยอารมณ์หวานบ้าง ซึ่งก็อาจออกแนวขี้เล่นก๊ากกักขำๆอย่างเช่น ‘สุดที่รักจ๋า!’

ถึงคำพูดคล้ายจะเหยยให้หัวเราะหรือแก้งให้เลียนเล่น แต่อารมณ์หวานก็เกิดขึ้นในใจจริงๆ และพวกคุณก็จะสัมผัสความจริงนั้นได้ด้วยใจ

อย่างไรก็ตาม อารมณ์หวานของคุณจะผูกติดอยู่กับคนรักเพียงในระยะแรกๆที่ความปลื้มยังไม่จาง นานไปพอความปลื้มจางลง ซึ่งอาจเร็วกว่าสี่บ้าน อารมณ์หวานของคุณก็จะไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แม้จะรู้ว่าตัวยังคงปักใจอยู่กับเขาหรือเธอเช่นเดิมก็ตาม

แล้วจะทำอย่างไรให้อารมณ์หวานยังคงอยู่คู่ชีวิตรักของพวกคุณ? คำตอบคือต้องทำอะไรหวานๆบ้าง อย่าเอาแต่มองหน้าหรือพูดจាកันด้วยความเคยชิน เพราะความเคยชินจะเหมือนแกงจืดที่เพิ่มปริมาณขึ้นทุกที กระทั่งความหวานถูกเจือจางจนไม่เหลือรสชาติ

การทำอะไรบ้างที่หวานๆ? คำตอบเป็นที่รู้ที่อยู่ แต่คนสมัยนี้ชอบแกงจืดทำเป็นแห้วใส อย่างเช่นการให้ดอกไม้ไม้กัน การใช้คำพูดคำจาเป็นศัพท์แสงลึกลับเป็นครั้งคราว ตลอดจนพูดง่ายๆแต่ซัดถ้อยซัดคำ ว่า ‘ผมรักคุณ’ หรือ ‘เค้ารักตัวเองนะ’ แค่นี้ก็เรียกหวานแล้ว ไม่ใช่ต้องสร้างฉากวิเศษมาหลอกล่อยเกินจินตนาการใดๆเลย

ถ้ากระดากที่จะพูดคำว่ารัก แต่ร้องเพลงรักได้เก่งก็เอาเลย ร้องมันเข้าไป ยิ่งถ้ามีฝีมือแต่งเพลงเองได้ก็ยิ่งแจ่ม แต่งให้คนรักแบบอุทิศให้เขาหรือเธอคนเดียว แบบนี้เรียกหวานอย่างมีเอกลักษณ์ คนรักจะประทับใจความคิดสร้างสรรค์ที่คุณทำให้โดยเฉพาะเหนือสิ่งอื่นใด แม้วินหนึ่งคุณหลงๆลืมๆแล้ว คนรักของคุณก็จะยังคงจดจำได้อย่างแม่นยำเสมอไป คำโบราณเขาเรียกซาบซึ่งตรึงตรา ซึ่งสมัยนี้หายากแล้ว

วันเกิดก็เป็นวันรักษาอารมณ์หวานประจำปีด้วยนะครับ เป็นวันที่ห้ามลืมเด็ดขาด สั่งให้มีถือเดือนแบบประจำทุกปีไว้เลย เพราะนั่นเป็นวันแห่งตัวตน ถ้าจำวันเกิดไม่ได้ คนรักก็อาจเข้าใจว่าคุณจำตัวตนของเขาไม่ได้เช่นกัน

ถ้าเคยสร้างบรรยากาศน่าประทับใจในวันเกิดไว้แค่ไหน ก็ให้รักษาระดับความพิเศษนั้นไว้ให้ดี มิฉะนั้นคนรักจะรู้สึกว่าคุณให้ความสำคัญกับเขาน้อยลง ทางที่ดีทำให้เป็นกลางๆตั้งแต่แรก ของขวัญ

ซื้อแบบที่มีความหมาย ราคาไม่ถูกจนน่าอึดใจ แล้วก็ไม่แพงจนคุณต้องหนักใจทุกปี และอย่าสร้างสรรค์บรรยากาศเสียจนลวงให้คนรัก รู้สึกว่าตัวเองเป็นเจ้าของหญิงหรือเจ้าชาย เสร็จแล้วในปีหลังๆโดนลดบรรดาศักดิ์ ค่อยๆเลื่อนลงมาเป็นสามัญชน แล้วอาจตกฮวบลงมาคล้ายไพร่ เพราะทำนั้นไม่มีใครทนไหวหรอกครับ

หากมีเงินพอ การไปเที่ยวทางไกลด้วยกัน เอาแบบสถานที่ที่หน้าประทับใจมากๆ ก็นับเป็นการสร้างอารมณ์หวานไม่รู้สึกฝืน ฝรั่งเขาถึงเรียกรถเที่ยวทางไกลด้วยกันว่าไป ‘ดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์’ หรือฮันนีมูนไงครับ

แต่การเดินทางที่ดีที่สุด หวานที่สุด ชนิดเงินอย่างเดียวซื้อไม่ได้ คือการเดินทางไปทำบุญ! คุณไม่จำเป็นต้องมีเงินมากนัก ขอแค่รู้จักวัดดี ขอแค่รู้จักเลือกของดีไม่กี่ชิ้นไปถวายพระ แค่นั้นก็พอๆกัน หรือเลิกทว่าไปฮันนีมูนแล้ว

ลองถวายสังฆทานด้วยความมีใจเลือกใส่ศรัทธาร่วมกัน เอาให้ได้ ๔ วัดภายในวันเดียว ระวังอย่าให้เกิดการทะเลาะเบาะแว้งในวันนั้น แล้วดูว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับความรู้สึกของคุณ ความสบายใจอย่างประหลาด หรือความสุขอันโอฬาร หรือปีติเย็นชานไปทุกทิศ หรือโสมนัสจนต้องฉีกยิ้มค้างไว้อย่างนั้น

แล้วลองถามคนรักด้วยว่ารู้สึกอย่างเดียวกันไหม

ปีติสุขที่เกิดขึ้นไม่สามารถอธิบายด้วยเหตุผลทางวัตถุ เพราะข้าวของที่ถวายสงฆ์เป็นเพียงรูปธรรม แต่ความรู้สึกของพวกคุณเป็นนามธรรม คุณรู้ว่ามันเวิร์ก รู้แต่ว่านี่แหละเขาเรียก ‘บุญ’

แล้วในที่สุดก็ได้ซื้อสรูปแบบรู้อยู่เต็มอกว่า **บุญร่วมกันนั้นแหละ
ตัวเสกอารมณ์หวาน**

ชีวิตแต่งงานมักนำมาซึ่งรสขมหลายรูปแบบ คุณต้องสู้กับ
กองทัพรสขมด้วยสายน้ำแห่งอารมณ์หวาน พยายามให้มันไหลริน
ไม่หยุดทุกวัน แล้วจะอัศจรรย์ใจว่าอารมณ์หวานกับโลกที่สว่างสวย
ยังคงอยู่กับพวกคุณ ไม่ว่าจะกี่เดือนกี่ปีผ่านไปก็ตาม

สรูปคือทางเดียวที่จะรักษาน้ำหวานที่ลดระดับลง คือต้องเติม
ของใหม่เพิ่มลงไปทุกวันนะครับ

วิตามินคือสารสำคัญที่ร่างกายของคุณต้องได้รับ มิฉะนั้น
ก็อาจเจ็บป่วย ฉันทิดก็ฉันนั้น **รอยยิ้มและเสียงหัวเราะคือวิตามิน
ที่รักแท้ต้องได้รับ มิฉะนั้นอาจทรุดโทรมลงอย่างรวดเร็ว**

คนเราใช้ชีวิตระมัดระวังอย่างไร ก็ต้องเจอดีได้แปลบนเนื้อตัว
เข้าสักวัน ซึ่งหมอกก็ปรุงยารักษาหรือสมานแผลไว้หลายขนาน แม้แต่



เสียงหัวเราะเป็นได้ทั้งวิตามิน
และยาสมานแผล

น้ำผึ้งหวานๆก็มีสรรพคุณสมานแผลได้ดี เนื่องจากความเข้มข้นของน้ำผึ้งจะทำให้เชื้อโรคฝ่อตาย และนั่นก็เช่นกัน **รอยยิ้มกับเสียงหัวเราะเปรียบเสมือนน้ำผึ้งที่สมานแผลให้รักแท้ได้ เมื่อเกิดอุบัติเหตุทางอารมณ์จนได้แผลทางใจระหว่างคุณกับคนรัก**

วิตามินเป็นสิ่งที่ควรกินทุกวัน ส่วนยาสมานแผลก็ควรมีประจำบ้านไว้ก่อนเกิดแผล ไม่ใช่เกิดแผลแล้วค่อยวิ่งหาซื้อ มันอาจช้าไปหน่อย

ถ้าคุณเลือกได้คนที่ใช่ตามแนวทางในบทก่อน แนวโน้มคือคุณกับคนรักจะพูดจกกันด้วยความเข้าใจ อยู่ร่วมกันด้วยรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ ทั้งนี้เพราะความรักทำให้ใจเปิดและสมองเบา ดังนั้นอะไรที่เกิดขึ้นกับความรักจึงมักเป็นเรื่องเบาสมองได้หมด

แต่คนเรามักหัวร่อต่อกระซิกกันแค่นั้นในช่วงต้น พอเข้ามาอยู่บ้านเดียวกันก็ซัดลิ้มๆ คล้ายต่างคนต่างต้องแอบไปหัวเราะกับเพื่อน นั่นถือเป็นความผิดอย่างใหญ่หลวงร่วมกัน ต้องมีสักคนพาเสียงหัวเราะกลับมาซะครับ

หากรู้ตัวว่าคุณเป็นเสื่อขี้มยากหรือสิ่งทีเสี้ยนลึกที่หัวเราะไม่ค่อยเป็น อันนี้น่าปรับปรุง ผมไม่ได้จะให้พวกคุณแกล้งขำโดยไม่มีเหตุผลเหมือนคนบ้า แต่อยากให้คุณใช้ความเครียดหรือความขี้โมโหของคุณนั้นแหละ เป็นสนามฝึกปล่อยอารมณ์ขัน

วิธีนั้นไม่ยาก แต่ต้องจำขึ้นตอนให้แม่น และตั้งสติให้ทันเท่านั้น

ตอนคุณกำลังตั้งเครียดหรือเผชิญปัญหากับคนรักด้วยความรู้สึกอึดอัด ใจคุณจะหนักอึ้ง ความคิดวนเวียนอยู่แต่ว่านี่เป็นเรื่องแย คุณจำเป็นต้องรู้สึกแยๆ และแบกความอึ้งหนักนั้นเอาไว้ มิฉะนั้นจะเหมือนไม่ให้ความสำคัญกับปัญหา

แต่ถ้าพลิกมุมมองใหม่แค่นิดเดียว ถามตัวเองว่า ‘ทำไมต้องให้ความสำคัญกับปัญหามากกว่าใจด้วยล่ะ?’

เมื่อเห็นค่าของใจ เมื่อเห็นแก่จิตมากกว่าเรื่องนอกตัว คุณจะฉลาดขึ้นทันที **อย่างน้อยก็เลิกสำคัญผิดคิดว่ามีปัญหาต้องทำใจหนักๆ จึงจะสมควร**

ใจหนักๆ ต้นๆ นะ คิดไม่ค่อยออกนะครับ ไม่ใช่คิดได้แคล่วคล่องว่องไว ทองไว้เป็นคาถาประจำตัวก็ได้ **ยิ่งหนักอกเท่าไร ยิ่งโง่หนักขึ้นเท่านั้น**

ขอให้อกใสใจเบาขึ้นหน่อยเถอะ ถอยออกมาจากตรงนั้นแล้ว คุณจะเห็นเลยว่าความหนักอกทำให้คิดช้าลง ตัดสินใจผิดพลาดง่ายขึ้น

หลังจากพลิกมุมมองได้จริงๆ แล้ว ต่อไปพอเกิดเรื่องกดดันให้เครียด หรือส่อเค้าว่าจะมีปากเสียงกัน คุณจะไม่ส่งสายตาดูหน้าคนรักอย่างเดียว แต่จะเหลียวหนีขึ้นได้ว่าเอาแล้ว หนักอกแล้ว และกำลังจะพุดอะไรโง่ๆ แล้ว

ทันทีที่รู้สึกตัว จิตจะเริ่มฉลาดขึ้นทันที และคลายอาการยึดมั่นถือมั่นออกได้เอง ดูๆ เดียวกับการปลดตะขอปล่อยถุงชยะทิ้งพิน

การปลดตะขอแห่งความยึดมั่นออก จะทำให้ใจคุณโล่ง และเข้าสู่ภาวะรับความจริงได้ พร้อมจะแก้ปัญหาได้ ตลอดจนพร้อมจะพูดอะไรฉลาดๆออกไปอย่างทันการณณ์ **ที่เด็ดคือความเบาสมองจะช่วยให้คุณคิดมุขตลกออก ไม่เอาแต่ทำหน้าที่เครียดตีบตันอันตู่**

ยกตัวอย่างนะครับ ตอนสมองชั้นหนัก คุณอาจอยากร้องอุทานว่า ‘เฮ้ย! ทำไมเป็นอย่างนี้วะ?’ แต่ถ้าคุณมีอารมณ์ขันเป็นฐานแข็งแรงพอ ใจจะคลายได้ในพริบตาและเปลี่ยนเป็น ‘โอ้! ทำไมเป็นอย่างนี้ได้ละจ๊ะ... สุดที่รัก?’

ทั้งสี่หน้าสี่ตา ท่าทาง ตลอดจนน้ำเสียงของคุณ รวมกันอาจบ่งได้ว่าคุณยังไม่โห่อยู่นั้นแหละ คำว่า ‘สุดที่รัก’ อาจถูกเค้นออกมาด้วยน้ำเสียงขึ้นหรือซึ่งเคียด แต่ไม่ใช่แบบขาดสติ แล้วก็ไม่มีความคิดประทุษร้ายคนรักเจืออยู่ด้วยเลย ยิ่งไปกว่านั้น ตัวถ้อยคำที่เกินๆ ยังแฝงแววตลก ดูออกว่าอีกไม่กี่พริบตาคุณก็หัวเราะได้ และนั่นก็อาจทำให้คนรักของคุณซึ่งหัวเราะตัดหน้าเสียก่อน

ถ้าตั้งต้นอยู่ด้วยกันเป็นอย่างนี้ ยิ่งเกิดเรื่องน่าโมโหบ่อยขึ้นเท่าไร ระหว่างคุณกับคนรักก็จะยิ่งบอวลด้วยบรรยากาศขำขันมากขึ้นเท่านั้น

และเช่นกัน หากเกิดเรื่องร้ายแรงให้ต้องทะเลาะเบาะแว้งหนักๆ ชนิดที่ตอนแรกยังจุกอก หัวเราะไม่ออก หรือกระทั่งรู้สึกเหมือนเกิดรอยร้าวขึ้นในหัวใจ ต้องเมินๆหรือเหินห่างกันสักพัก ถึงจุดหนึ่งเมื่อพอที่จะหันหน้าเข้าหากัน เสียงหัวเราะและรอยยิ้มจะมา มีบทบาทสำคัญในการช่วยประสานสัมพันธ์ได้


อย่าไปเชื่อใครนะครับว่าความรักเหมือนแก้วเปราะบาง ร้าวแล้วไม่อาจประสาน เพราะความจริงก็คือคุณอาศัยเสียงหัวเราะและอารมณ์ขันประสานรอยร้าวได้สนิทดังเดิม หรืออาจจะแนบเนียนยิ่งกว่าเดิมเสียอีก

แล้วถ้าเลือกได้ หมั่นดูหนังตลกหรือที่ทำให้หัวเราะครึกครื้นร่วมกัน มากกว่าหนังสยองขวัญหรือหนังเศร้าโศกหดหู่ก็จะได้ ความจริงถึงเป็นหนังประเภทไหน ถ้าได้ดูกับคนรักก็มีความสุขทั้งนั้น **แต่หนังตลกหรือหนังน่ารักที่พวกคุณดูแล้วยิ้มหรือหัวเราะร่วมกันบ่อยๆ จะสร้างแนวโน้มทางอารมณ์ให้พวกคุณอยากคุยกันในเรื่องเฮฮามากกว่าเรื่องเคร่งเครียด**

หัวข้อนี้อาจไฉนคิดเดียวก็ได้ วิตามินยังต้องกินวันละหน ฉะนั้นพวกคุณก็ต้องหัวเราะร่วมกันให้ได้อย่างน้อยวันละครึ่ง แล้วซ้ำแบบผิดๆกับซ้ำแบบไม่จริงใจนี่ไม่ถือเป็นวิตามินนะครับ!

สรุปคือทำใจเบาๆ ทำสมองเบาๆ เข้าไว้ให้ชินแต่เนิ่นๆเถิด แล้วจะรู้ว่าทุกปัญหาในโลกนี้เบาเหมือนบุงุ่นได้หมด แต่ถ้าคุณมองอย่างยึดมั่นถือมั่นเป็นจริงเป็นจังไปทุกเรื่อง โลกนี้ทั้งใบก็คือลูกเหล็กให้คุณอึด!

ความรู้สึกลึกๆน้อยๆที่ดูเหมือน 'ไม่มีอะไร' หรือเหมือนชินๆ ผ่านๆไปนั้นแหละครับ พอผ่านเดือนผ่านปีสะสมรวมตัวกันแล้ว จะกลายเป็นความรู้สึกที่แท้จริงที่มีต่อกัน



ความรู้สึกเล็กน้อยคือเรื่องใหญ่ที่สุดในชีวิตคู่
เพราะไม่มีความรู้สึกใดเกิดขึ้นบ่อยเท่านี้อีกแล้ว

คิดให้ดี คนเราคบหาและอยู่ร่วมกัน ส่วนใหญ่จะมีแต่ความรู้สึกเล็กๆน้อยๆ นานที่ปีนหนอรอกถึงจะเกิดความประทับใจใหญ่ๆ ขึ้นมา **และเวลาคนเราระลึกถึงกัน ก็จะมีถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างอยู่ด้วยกันตามปกติ ไม่ใช่ความรู้สึกแสนพิเศษในเทศกาลไหน**

ฉะนั้น เร่งสำรวจเถิด...

วิธีที่กทหายยามเจอกัน คุณยิ้มให้หรือเมินเฉย?

วิธีใช้คำทัก คุณพูดที่เล่นที่จริงเช่น 'หวัดดีอีแก่' บ่อยแค่ไหน?

วิธีใช้ทางเสียง คุณออกหัวนตลอดหรือทอดเสียงอ่อนโยนบ้าง?

วิธีเจรจาปัญหา คุณใช้เสียงกระด้างหรือนุ่มนวลเป็นเหตุเป็นผล?

วิธีแสดงความไม่เห็นด้วย คุณใช้โทสะหรือเมตตา?

วิธีพูดว่า 'ไม่ให้' คุณอธิบายเหตุผลอย่างดีหรือมีเพียงคำปฏิเสธ?

วิธีแสดงความไม่พอใจ คุณใช้ท่าทีกระแนะกระแหนหรือรอให้
หายชุ่นแล้วค่อยพูด?

เวลาอยู่ท่ามกลางเพื่อนฝูง คุณจิกกัดแบบขายกันเองหรือยกยอ
ปอปั้นกันดี ๆ?

เวลาเห็นอีกฝ่ายเหนื่อย คุณเอาเรื่องเย็นไปลูบหรือเอาเรื่อง
ร้อนไปช่วยซ้ำ?

เวลาอีกฝ่ายเข้ามาสัมผัส คุณเบี่ยงหลบหรือสัมผัสตอบ?

เวลาไปเที่ยวกัน คุณคุยโทรศัพท์กับเพื่อนเป็นชั่วโมงหรือรีบ
ขอวาง?

เวลาเดินไปด้วยกัน คุณเหล่หนุ่มเหล่สาวอย่างเปิดเผยหรือ
ขอแค่ตอนคนรักเปลอ?

เวลาป่วยไข้ คุณอยู่ตรงนั้นเนิ่นนานหรืออ้างธุระขอตัวเร็ว?

เวลาร้องไห้ คุณเป็นความอบอุ่นหรือตัวเพิ่มความเหน็บหนาว?

คนเราจะทำตามอำนาจความเคยชิน แล้วทุกคู่จะครบ ถ้าผ่าน
เดือนผ่านปีไปนานๆ ถึงเวลานั่งปรับความเข้าใจครั้งใหญ่กันเมื่อใด
ก็มักอ้าปากหวอดด้วยความงงว่าเรื่องแค่นี้คิดด้วยหรือ?

ทุกสิ่งที่คุณทำกระทบหุกระทบตาคนรัก มันกระตุ้นให้คิดหมด
แหละครับ ถ้านึกว่ามีสิ่งใดเป็นเรื่องเล็ก ขอให้คิดใหม่ และให้ถาม
ตัวเองว่า **ถ้าจะให้เรื่องเล็กๆนั้นแปรเป็นความทรงจำด้านดี คุณจะ
ต้องลงทุนอะไรบ้าง?**

ส่วนใหญ่ นะครับ ก็แค่เปลี่ยนคำพูดบางคำ หรือกระทั่งเปลี่ยนน้ำเสียงเสียใหม่ ในระยะยาวคุณ จะอยู่ในความทรงจำของคนรักเป็นอีกแบบหนึ่งอย่างสิ้นเชิง

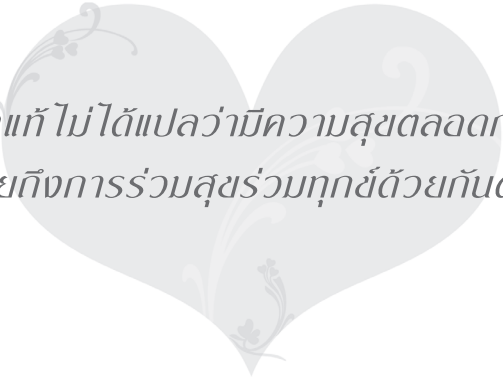
ตัวตนของคุณใน ความทรงจำของคนรักนะ เรื่องใหญ่หรือเรื่องเล็กละครับ?

สรุปคือต้องให้ค่าความสำคัญเป็นอันดับหนึ่งกับความรู้สึกเล็กๆน้อยๆ นะครับ ไม่ใช่ให้เป็นอันดับสุดท้ายอย่างที่ทักันผิดๆ เกือบทุกคู่

ทุกครั้ง ที่เอ่ยถึงความรัก สิ่งแรกที่คนส่วนใหญ่จะนึกถึงคือ ความสุขหวานแหวว พอพบรักที่กำลังสดชื่นตื่นใจก็ลิ่งโลด หัวใจพองโตราวกับขึ้นสวรรค์ และปักใจว่านี่แหละ รางวัลทางความรู้สึกที่คนๆหนึ่งควรได้รับจากความรัก

แต่พออยู่กับความรักไปได้สักพัก พบว่ารักไม่ได้มีให้แต่ความสุข แต่ยังพ่วงทุกข์มาด้วยอีกเป็นขบวนยาว สีหน้าสีตาคุณ จะเปลี่ยนไป เป็นผิดหวัง ซมเศร้า และอยากถอยหนี แต่ก็ เป็นไปแบบกลืนไม่เข้า คายไม่ออก เพราะซักสับสนว่าที่เผชิญอยู่นั้น เป็นสุขหลอกๆ ทุกข์จริงๆ หรือว่าสุขจริงๆ ทุกข์หลอกๆ กันแน่

ความอ่อนแอทางกายจะทำให้คุณมีภูมิต้านทานโรคต่ำ ส่วนความอ่อนแอทางวิญญาณจะทำให้คุณมีภูมิต้านทานความทุกข์น้อย ถ้าพื้นฐานของคุณเป็นคนมีความอดทนสูง ความรักก็จะไม่ถูกรกระทบ-กระเทือนให้สิ้นคลอนง่ายนัก



รักแท้ไม่ได้แปลว่ามีความสุขตลอดกาล
แต่หมายถึงการร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วยกันตลอดไป

แล้วก็ขึ้นอยู่กับว่าคุณเข้าใจความจริงข้อนี้ได้แค่ไหนด้วยครับ
ความจริงคือ เหตุการณ์ภายนอกไม่ใช่ทั้งสุข ไม่ใช่ทั้งทุกข์ สุขและ
ทุกข์เป็นของจริงที่เกิดขึ้นจริงในใจคุณ แล้วก็จะหายไปจากใจคุณ
จริงๆเช่นกัน สุดแต่ว่าจะช้าหรือเร็วเท่านั้น

คุณไม่ได้กำลังหายใจอยู่บนสวรรค์ คุณกำลังปักหลักยืนอยู่
บนพื้นดิน และบนพื้นดินนี้ก็มีทั้งเรื่องน่าชอบใจและไม่น่าชอบใจ
เรียงรายหลายหลาก ฉะนั้น อย่าหวังว่าจะไม่เป็นทุกข์เลยอย่าง
เด็ดขาด แม้จะได้รับการคุ้มครองจากคนรัก คุณก็มีสิทธิ์แค่คาดหมาย
ว่าคนรักจะอยู่เคียงข้างคุณเสมอ ไม่ว่าจะกำลังเป็นสุขหรือเป็นทุกข์
และในทางกลับกัน คุณเองก็ต้องเป็นความคาดหวังให้คนรักเช่นเดียว
กันด้วย

เวลาคนรักเป็นสุข คุณอยู่ที่นั่นไหม?

แล้วเวลาที่คนรักเป็นทุกข์ล่ะ คุณอยู่ด้วยหรือเปล่า?

ขณะกำลังเสวยสุข คนรักจะเป็นสุขยิ่งขึ้นถ้ามีคุณร่วมสุขด้วยอีกคน เหมือนเทียนสองดวงย่อมสว่างกว่าเทียนดวงเดียว และการประสานแสงสุขคู่กันย่อมให้รสดูดีเต็ม แตกต่างจากการส่องแสงสุขของจิตเพียงโดดเดี่ยวเอกา

และขณะกำลังเสวยทุกข์ ความรู้สึกของคนรักเหมือนเปลวเทียนดับ ก็อาจกลับส่องสว่างได้ใหม่ถ้าแสงสุขของคุณยังไม่มอด การมีคุณอยู่ข้างเคียงย่อมเปรียบเหมือนการต่อเทียนให้ใหม่แทนเปลวเดิมที่ดับแล้ว

สำคัญคือพวกคุณต้องไม่เป็นเปลวเทียนที่ดับพร้อมกัน เมื่อเห็นทำท่ารีบหรือจะดับรอมร่อทั้งคู่ ต้องปลุกปลอบกันและกัน เป็นกำลังใจให้กันและกัน เราจะทำอดคอกันลูก ไม่ใช่เหนี่ยวตัวกันล้ม

คนในโลกเป็นความห่อเหี่ยวให้แก่กันและกันอยู่แล้ว ทุกคนจึงต้องการใครสักคนที่ไว้ใจได้ว่าจะเป็นความชุ่มชื้นให้ และนั่นก็คือความหมายของการพบรักและมีคนรักไว้เคียงกัน **เพียงเริ่มต้นด้วยความตั้งใจจะเป็นความชุ่มชื้น อุบายวิธีจะหลั่งไหลมาเหมือนน้ำรินเหมาะกับการดับไฟในแต่ละสถานการณ์ไปเอง**

ช่วงเวลาที่มึนกันและกันทั้งยามสุขและยามทุกข์ จะประทับลงในความทรงจำของคุณไปจนตาย ฉะนั้นจึงคุ้มที่จะอยู่ที่นั่น แม้คุณจะต้องแลกกับอะไรบ้าง ก็เชื่อเถอะว่ามีไม่กี่ย่างในโลกนี้หรอก ที่คุ้มกว่าความทรงจำยามได้ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับคนรัก

คู่รักที่มีความทรงจำร่วมกันน้อย จะมีความเดียวดายติดอยู่ในความทรงจำมากเกินไป จนกระทั่งจำได้แม่นยำเพียงคนเดียว คือความสูญเสียเปล่าของการมีกันและกัน

สรุปคือเมื่อคนรักเป็นทุกข์ อย่าทิ้ง เมื่อคนรักเป็นสุข ให้รีบเสนอหน้าก่อนใคร!

เพราะโลกนี้มีโจร ตำรวจจึงเป็นความอุ่นใจ

เพราะชีวิตนี้มีโรค หมอจึงเป็นความอุ่นใจ

และเพราะการครองเรือนเต็มไปด้วยปัญหา คนรักจึงเป็นความอุ่นใจยิ่งกว่าอะไรทั้งหมด!

คิดให้เห็นคู่ตรงข้ามเช่นนี้แล้ว ความรู้สึกที่มีต่อปัญหานั้นจะเปลี่ยนไปได้บ้างนะครับ **แม้ว่าปัญหาจะไม่ใช่สิ่งดีที่นำรอคอย แต่**

ไม่สำคัญว่าพวกคุณแก้ปัญหาอย่างไร

มันสำคัญที่พวกคุณ

พยายามแก้ปัญหาด้วยกันหรือเปล่า

ก็เป็นสิ่งน่าสนใจไม่น้อย ถ้าคิดว่ามันเป็นเหตุให้คุณกับคนรักรู้จัก ความอ่อนใจในการมีกันและกัน

แต่ละคนมีดี มีสิ่งที่อีกฝ่ายขาดอยู่เสมอ ขอเพียงเปิดโอกาส
ให้ปัญหามาเป็นเครื่องพิสูจน์เถอะ ทุกครั้งที่ช่วยกันปิดเป่าปัญหา
ใหญ่หน่อยให้ผ่านพ้นไปได้ พวกคุณจะรู้สึกอ่อนใจกับการมีกันและกัน
มากขึ้นทุกที อาจเพราะได้เห็นเปรียบเทียบว่าดีกว่าแก้ปัญหาด้วย
ความเหินห่างตามลำพังเพียงใดนั่นเอง

สำคัญคืออย่าปล่อยให้เขาแสร้งของแต่ฝ่ายมาซ้ำเติม
ปัญหาเท่านั้น!

จุดเริ่มต้นของการรู้จักร่วมกันแก้ปัญหา อาจเป็นอะไรที่
ง่ายดาย แลกของหนักด้วยกัน แคล้งงานด้วยกัน แต่ทำความ
สะอาดบ้านด้วยกัน แลช่วยทำครัวด้วยกัน ลองสำรวจเถอะว่า
อย่างไรให้ความรู้สึกดีกว่า ระหว่างทำคนเดียวกับมีอีกคนช่วย

การหัดทำภาระเล็กๆน้อยๆให้ลุล่วง จะจุดชนวนให้ระบบความคิด
ของคุณทั้งสองสามารถประสานงานกัน เห็นการจัดอุปสรรคคือเรื่อง
เป็นไปได้อย่างดีด้วยการร่วมแรงร่วมใจ แต่ถ้างานไหนต้องการสองแรง
ร่วมกันแล้วมีฝ่ายหนึ่งผละหนึ่ด้วยความคิดเอาเปรียบ ก็จะเป็น
ชนวนความคิดทำนอง ‘เรื่องของแก!’ และ ‘ฉันไม่เกี่ยว!’ จนติดเป็น
นิสัย แล้วกลายเป็นชีวิตคู่แบบต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างพยายาม
ผลักราะ

ทั้งนี้ทั้งนั้น ก็ต้องดูตามจริงด้วยนะครับ ว่าขอบเขตความ
สามารถในการแก้ปัญหาหนึ่งของคุณ มีมากหรือน้อยกว่าคนรัก

บางคนเป็นพวกไฮเปอร์จัด อยากแสดงให้เห็นว่าช่วยคนรักแก้ปัญหาได้ทุกอย่าง อาจกลับกลายเป็นเพิ่มปัญหาอย่างบริสุทธิ์ใจไปโน่น

สรุปคือเมื่อปัญหามา ทำอะไรได้ให้รีบทำ และเป็นการทำงานร่วมกันด้วย แต่ถ้าทำไม่ได้ก็อย่าเพิ่งเข้าโหมดขยัน ปล่อยให้ฝ่ายที่ถนัดกว่าแก้ปัญหาไป แค่คุณคอยเอาใจช่วย หรือคอยอยู่ฝ่ายสนับสนุนเมื่อคนรักขอ ก็นับว่าดีพอแล้ว


แต่แต่ละคนมีปัญหาติดตัวมาเสมอ เช่น ปัญหานอนห้องแอร์แล้วแพ้ ปัญหาฟังเพลงลูกทุ่งได้แนวเดียว ปัญหากรนดัง ปัญหานิยมดูตบหูหรือก่อนนอน ปัญหาเข้าผู้ใหญ่ไม่ค่อยเก่ง ฯลฯ

ปัญหาส่วนใหญ่จะไม่ใช่ปัญหาถ้าอยู่คนเดียว แต่จะเริ่มเป็นปัญหาทันทีเมื่อมาอยู่ร่วมกับใครอีกคน!

คิดไปคิดมาคุณอาจมองก็ได้ว่า **คนเราแตกต่างกัน การเอาความแตกต่างมาอยู่ร่วมกันนั้นแหละคือตัวปัญหา**

เมื่อปัญหามันเริ่มส่อเค้ามาตั้งแต่ตอนจับคู่กัน คุณก็ต้องเตรียมใจไว้ว่า **คู่รักเริ่มต้นจากความเข้ากันได้เป็นบางส่วน และเข้ากันไม่ได้เป็นบางส่วนเสมอ ต่อเมื่อได้อยู่ด้วยกัน ลงท้ายจะพบว่าคุณกับคนรักเข้ากันได้เป็นบางส่วน และเข้ากันไม่ได้เป็นบางส่วนอยู่ดี!**

การเตรียมใจจะนำไปสู่ความพร้อมในการยอมรับความจริงตลอดจนยอมปรับตัวบางอย่าง ไม่ใช่จะเอาแต่พยายามปรับทุกอย่างให้มาเข้ากับตัวทำเดียว



ปัญหาที่น่าหนักใจที่สุดของชีวิตคู่
คือการเอาคนมีปัญหาสองคน
มาอยู่ด้วยกัน

เมื่อความรักถูกสร้างขึ้นจากคนสองคนที่ไม่เหมือนกัน ความรักจึงคล้ายการประกบประกอบของวัตถุดิบสองชิ้นที่ต่างเหลี่ยมต่างทรง คุณจำเป็นต้องหาจุดที่เชื่อมต่อกันได้มาเป็นศูนย์กลางยึดเหนี่ยวไว้ และปล่อยให้เหลี่ยมมุมที่เหลือหันไปอยู่ด้านนอกไกลๆ ไม่ต้องมาโดนกัน

อยู่กับสิ่งที่พอใจร่วมกันให้มาก จับตามองจุดนั้นให้ชัด แล้วความไม่น่าพอใจจะดูพราวเลื่อนไปเอง เช่น พวกคุณชอบพรรคการเมืองคนละฟากพรรค คนหนึ่งเข้าข้างรัฐบาล อีกคนเข้าข้างฝ่ายค้าน ก็อย่าคุยเรื่องการเมือง หันหัวข้อเกี่ยวกับการเมืองออกไปห่างๆ ไม่ว่าจะนึกคึกกืออยากด่านักการเมืองแค่ไหน พยายามเหวี่ยงสนทนาไปหาเรื่องที่ชอบด้วยกัน เป็นต้นว่ารายการทีวีสุดโปรด หนังสือใหม่ประจำสัปดาห์ เบื้องหลังการถ่ายทำ ฯลฯ ขอให้ชอบด้วยกัน ใจตรงกันเถอะ ยิ่งคุยเรื่องที่ใจตรงกันบ่อยขึ้นเท่าไร คุณจะรู้สึกกว่าส่วนที่ต่างกันลดน้อยถอยลงเรื่อยๆ เท่านั้น

ตอนอยู่บ้าน บางทีคุณต้องพูดบางเรื่องที่ชอบใจให้น้อยลง เพื่อเพิ่มความชอบใจในการอยู่บ้านร่วมกับคนรักให้มากขึ้น!

สรุปนะครับ การเตรียมใจไว้ล่วงหน้าเป็นที่มาของการปรับตัว ปรับความรู้สึก และปรับวิถีชีวิตให้เข้ากับ ‘ตัวจริง’ ของคนรัก แต่การคาดหวังว่าทุกอย่างจะเป็นดั่งเดิมเหมือนเมื่อครั้งเป็นโสด ก็คือการนับถอยหลังเข้าสู่ภาวะรับไม่ได้ หนีไม่ไหวแน่นอน

การเรียนรู้จากความผิดพลาด คือคุณสมบัติเด่นที่มนุษย์ทำได้เหนือกว่าสัตว์อื่น

และยิ่งกว่านั้นนะครับ **การเปลี่ยนความผิดพลาดให้เป็นความถูกต้อง หรือกลับร้ายให้กลายเป็นดี พลิกวิกฤตให้เป็นโอกาส คืออาวุธชิ้นเดียวที่มนุษย์จะชนะกรรมเก่าต่างๆของตัวเองได้**

คุณๆที่เชื่อหมอดูนะครับ ถ้าหมอดูระดับประเทศทายหักว่าดวงต้องเลิกกัน คุณจะทำนายได้ก็ด้วยอาวุธชิ้นนี้แหละ!



คนเราจะทำผิดกี่ครั้งก็ถูกหมด
ถ้าพยายามแก้ไข

หมอดูแม่นยำอาจทายถูกว่าคุณกับคนรักจะลงเอยดีหรือร้าย ก็เพราะกรรมเก่าของพวกเขาคุณถูกฟ้องไว้หมดแล้วบนดวงดาว แต่ **หมอดูไม่มีทางบอกว่าคุณจะเปลี่ยนร้ายให้กลายเป็นดีด้วยท่าไหน เพราะกรรมใหม่ของพวกเขาอยู่ที่การตัดสินใจ ซึ่งยังไม่เคยเกิดขึ้น ที่ไหนมาก่อนเลย**

สาเหตุของการเลิกร้างกันจะว่าไปก็เป็นเรื่องตื้นๆแต่แก้ยาก ของมนุษย์ นั่นคือทำผิดแล้วไม่รับผิด อย่าว่าแต่จะพยายามแก้ไข จากผิดให้เป็นถูกเลย อัดตาของคนเราจะบีบให้รู้สึกว่าคุณตัวเองคืออยู่ แล้ว ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงอะไรอีกแล้ว คนอื่นนั่นแหละต้องเปลี่ยน ให้เหมือนกับที่เราคิด!

การฝึกนิสัยเปลี่ยนผิดให้เป็นถูกนั้น เริ่มง่ายๆจาก ‘ตัว’ ของคุณนี่แหละ ถ้ารู้ว่าเหม็นก็หมั่นอาบน้ำให้บ่อยขึ้น ลงทุนซื้อยาสีฟัน ดีๆมาฆ่าแบคทีเรียในปากเพื่อยับยั้งกลิ่นหืน ผมเผ้าอย่าปล่อยรุงรัง เป็นทาร์ซานเข้าเมือง ฯลฯ

นิสัยปล่อยตัวตามสบายนี้ถ้าอยู่คนเดียวในห้องเล็กๆตามลำพัง ก็เรื่องของคุณ แต่เมื่ออยู่ร่วมบ้านกับคนอื่น มันคือการรบกวน มันคือความผิด มันคือความไม่เห็นอกเห็นใจคนอื่น

มันคือความเห็นแก่ตัว!

กระโดดจากความผิดเล็กๆขึ้นไปหาความผิดใหญ่ๆกันเลย อย่างเช่นเรื่องชู้สาวที่มักเป็นตัวการเรียกใบหย่าอันดับต้นๆนั้น ไม่ได้แค่ทำทลายความรู้สึกผิดชอบชั่วดีอย่างเดียว **แต่ยังเป็นบทพิสูจน์ด้วยว่าคุณมีความพยายามแก้ไขความผิดสักแค่ไหน**

หากคุณหน้ามืดถล่ำเข้าห้องลับกับใครที่ไม่ใช่คู่ผัวตัวเมีย คุณได้ชื่อว่าผิดแล้วว่า ‘ตั้งใจ’ ละเมิดศีลข้อกาเม แต่ยังแก้ไขได้ทัน ถ้ากลับลำเดินพรวดพรวดออกจากห้องเสียก่อนจะเกิดการเข้าด้ายเข้าเข็ม

การแก้ไขข้อผิดพลาดของคุณ จะยังไม่ทำให้คุณทำผิดสำเร็จ แค่มัวหมองไปบ้าง ศีลต่างพร้อยไปหน่อย **แต่จุดใหญ่ใจความคือ คุณพูดได้เต็มปากว่าคุณยังไม่ได้ทำผิด คุณยังเป็นคนถูกอยู่**

คุณยังไม่ทำศีลขาด!

แต่หากคุณหน้ามืดตามัวขนาดทุกระบวนกรดำเนินไปเอง จนเสร็จสิ้น ราวกับนักบินเข้าโหมดบินอัตโนมัติ ประทับตรา ‘เข้าคือชู้’ ไว้ในวิญญาณเรียบร้อยแล้ว คุณก็ได้ชื่อว่าผิดศีลข้อกาเม ทำศีลขาดทะลุอย่างสมบูรณ์ **แต่คุณยังไม่ตาย ยังมีโอกาสกลับตัว ยังทันเปลี่ยนแปลงตนเองไม่ให้ตายเยี่ยงคนทุศีลได้!**

การกลับตัวกลับใจไม่ได้เริ่มขึ้นบนเตียง **แต่เริ่มขึ้นได้ที่นี้ เดี่ยวนี้ ในใจคุณ!**

แค่ตั้งใจเด็ดเดี่ยวว่าจะไม่เอาอีก เป็นตายอย่างไรไม่มีการทำอีก นั่นแหละครับ รอดจากการเป็นคนทุศีลมาครั้งหนึ่งแล้ว **และมีตัวยั่วมาล่อให้เข้าห้องแห่งความลับอันดำมืดอีกครั้ง หรือหลายๆ ครั้ง นั่นแหละคือโอกาสพิสูจน์ตัวเองว่าเลิกเป็นคนทุศีลเด็ดขาดแล้ว ขอเพียงคุณปฏิเสธ หรือปฏิเสธจนไว้วางยอมตายดีกว่าเสียสัตย์เสียศีล!**

นะครับ! ถ้ามีมันจุกอก กดดันจนเลือดกำเดาออกตาย ก็ให้ตายไปเลย! ตายเพื่อรักแท้หรือตายเพื่อรักษาศีล ก็ได้ชื่อว่าตายอย่างคนถูกคนดีทั้งสิ้น

นอกจากเรื่องขี้สาวที่ถือเป็นความผิดขั้นอนุญาตอรักแท้ ยังมีความผิดอีกชนิดหนึ่ง ที่แม่ไม่ผิดขั้นอุกฉกรรจ์เยี่ยงการมีขี้ ก็ถือว่าฆ่ารักแท้ให้ตายแบบผ่อนส่งได้

ความผิดชนิดนี้ เป็นผิดซ้อนผิด และจัดเป็นโรคชนิดหนึ่งของมนุษย์เรา นั่นคือโรคยึดเยียดความผิดให้คนอื่น!

ความผิดหนึ่งๆนี่นะครับ ส่วนใหญ่แเคยมารับก็สิ้นเรื่องแล้ว ให้อภัยได้แล้ว แต่เพราะคนเรามีโรคบ้าอึดตทา มีทิวี่มานะอยากปกป้องตนเอง แทนที่ผิดแล้วจะยอมรับผิด ก็กลับไปยึดเยียดให้คนอื่นดูชั่ว แล้วตัวเองดูดีไปเสียหมด

คนเป็นโรคพรรคนี้ถ้าเข้าขั้นเรื้อรัง ชนิดเอาตะปุตอกหน้าไม่เป็นรูแล้วล่ะก็ ไม่ทราบจะอภัยทำไหนดีเลยครับ ในเมื่อเจ้าตัวยังไม่รู้ด้วยซ้ำว่าตนผิด แล้วจะให้ไปรับการอภัยจากใครได้

ขอให้ระลึกไว้ว่าเวลาเกิดกรณีใครผิดใครถูกขึ้นมา มีคุณคนเดียวที่รู้อยู่แก่ใจว่าทำอะไรหรือไม่ทำอะไรลงไปบ้าง ตลอดจนถึงใจหรือไม่ตั้งใจไว้แค่ไหน **ฉะนั้นมีแค่คุณเองที่พิพากษาได้เที่ยงธรรมคนอื่นได้แค่ปรักปรำตามที่เห็นหรือคาดเดาเอา**

ถ้าคุณยืนยันจะไม่พิพากษาให้ตัวเองผิด ยืนกระต่ายขาเดียวจะยึดข้อหาให้คนอื่น แม้รู้ทั้งรู้อยู่แก่ใจว่าตัวเองคือต้นเหตุ บ้านจะ

เริ่มเบียดบีบตีรูปไปทีละน้อย จริ่งๆนะครับ พุดเหมือนหนังการ์ตูน แต่ลองสังเกตดูจะทราบว่าเป็นอย่างนั้นแหละ หากคุณทำผิดแล้วไม่รับ ตัวเองทำบอกว่าคนอื่นทำ กล้าโกหก กล้ากลับดำให้เป็นขาว ข้าวของจะขวางหูขวางตาถ่าย คนในบ้านจะเป็นเป้าให้เพ่งโทษง่าย รวกับบ้านหลังไม่สมประกอบ ผิดสัดส่วน ผิดปกติไปหมด ไม่น่าพอใจไปหมด

โลกไม่ได้เบียดบีบ แต่จิตของคุณนั่นแหละบีบเบียด!

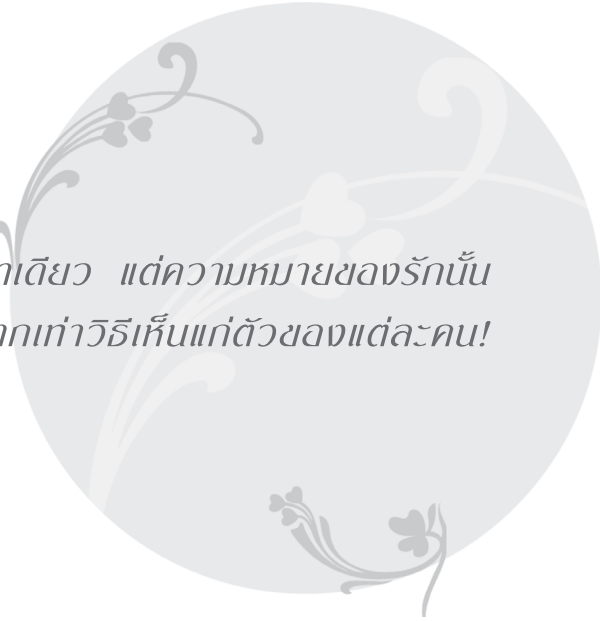
นิสัยเอาดีเข้าตัว โยนชู้ให้คนอื่นนั้น เมื่อเป็นแล้วแก้ยากมาก นับวันจะทวีขึ้นเรื่อยๆ มีวิธีเดียวคืออย่าเริ่มเป็นมันเลย อย่าให้มีก้าวแรกเป็นนับหนึ่งขึ้นมาได้ เพราะคุณอาจได้นับถึงสิบภายในเวลาอันสั้น และถึงตรงนั้นคุณจะลืมวิธีคิดอย่างมีเหตุผล รูปความคิดจะวิกลวิการ ผิดจากเดิมจนไม่เหลือความน่ารักแล้ว

ทุกคนเริ่มจากความไม่รู้และการถูกกิเลสจูงจุมูก ไม่มีใครเริ่มต้นชีวิตได้ด้วยคามไม่ผิด **ฉะนั้นให้มีความรักเป็นกำลังใจในการเปลี่ยนผิดเป็นถูกเสีย แล้วคุณจะได้จำว่าความรักทำให้คุณเป็นคนดีขึ้น**

ความรักเปลี่ยนแปลงชีวิตคุณได้!

ถึงเวลานั้นจะได้รู้เียงครับว่าความรักมีค่าขนาดไหน

สรุปคือปากที่แก้ตัวเก่ง อาจพาคุณรอดตัวครั้งแล้วครั้งเล่า แต่มือทำที่ไม่ชอบแก้ไข จะพาชีวิตคู่ของคุณไปสู่หายนะอยู่ดี คนเราจะอยู่กันให้ยืดยาวได้ไม่ใช่ด้วยการพยายามทำทุกอย่างให้ถูกหมด ต้อง



*รักมีคำเดียว แต่ความหมายของรักนั้น
มีได้มากเท่าวิธีเห็นแก่ตัวของแต่ละคน!*

ได้รับคำชมไปหมด แต่เป็นการรู้ตัวว่าผิดแล้วเร่งคิดแก้ไข ได้รับ
เสียงติแล้วย้อนดูตัวโดยพลัน!

ความเห็นแก่ตัวและความเสียสละนั้น เมื่อสั่งสมสิ่งใดให้มาก
แล้ว จะฉายออกมาทางตาได้นะครึบ คิดดูว่าจริงไหม **อำนาจนัยน์ตา**
ของคนที่รักคุณจริง อาจทำให้คุณสงบลงได้ทั้งที่กำลังวุ่นวายสิ้นดี
แต่อำนาจนัยน์ตาของคนที่เอาแต่เรียกร้องให้คุณรัก อาจทำให้คุณ
วุ่นวายสิ้นดีทั้งที่กำลังสงบอยู่แท้ๆ

ตั้งคำถามขึ้นพื้นฐานง่ายๆดู **ระหว่างความเห็นแก่ตัวกับความ**
เสียสละ อันไหนทำหน้าที่รักษาความรู้สึกได้ดีกว่ากัน?

ตอบนะตอบได้ แต่จะมีสักกี่คนที่เอา ‘คำตอบที่ถูกต้อง’ ไปใช้
ประคบประหงมรักแท้

มาตรฐานความรักกันดีกว่า **นิยามใดทำให้คุณรู้สึกว่าตรงกับตัว**
ก็โปรดพิจารณาเถิดว่าควรรักษาไว้หรือได้เวลาเปลี่ยนแปลงนิยามเสียที

ต่อไปนี่คือความหมายของรักที่เต็มไปด้วยความเห็นแก่ตัว

ถ้าต่างฝ่ายต่างจ้องจะเอาเปรียบด้วยกันทั้งคู่ คู่รักนั้นย่อมกล่าวว่าการรักคือ ‘ผลประโยชน์’

ถ้ามีฝ่ายหนึ่งจ้องจะเอาเปรียบ แต่อีกฝ่ายพร้อมจะให้เปล่า คู่รักนั้นย่อมกล่าวว่าการรักคือ ‘ความไม่เสมอภาค’

ถ้าทั้งสองฝ่ายผลัดกันเอาเปรียบและผลัดกันให้เปล่า คู่รักนั้นย่อมกล่าวว่าการรักคือ ‘การใช้หนี้’

แล้วความหมายของรักที่เจืออยู่ด้วยความเสียสละคืออะไร?

ถ้าต่างฝ่ายต่างจ้องจะให้เปล่าด้วยกันทั้งคู่ คู่รักนั้นย่อมกล่าวว่าการรักคือ ‘ความเอื้ออาทร’

ต่างฝ่ายต่างเอื้ออาทรนั้นแหละ ความรู้สึกแบบรักแท้!

มนุษย์เราอยากมีคนรักไว้เป็นพวกเดียวกัน แต่ในความเป็นจริง คู่รักมักแบ่งข้างกันโดยไม่รู้ตัว และคนส่วนใหญ่ก็ไม่ทราบไปจนตาย ว่าสิ่งเดียวที่จะทำให้การแบ่งข้างลงได้ ก็คือความพร้อมใจเสียสละ ไม่ใช่กะเกณฑ์ให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีน้ำใจคิดให้อยู่ข้างเดียว

เรามีคนรักไว้รบกวนกันหรือเป็นกำลังหนุนแก่กันก็ได้ แน่แน่นอนว่าถ้าคุณเลือกคนที่ใช่มาเป็นคู่ ก็ต้องดูดีแล้ว ว่ามีพื้นฐานของความพร้อมจะเสียสละเพื่อกันและกันไม่มากก็น้อย แต่ขอให้ทราบเถิดว่า ยากที่จะมีความเท่าเทียมในการอยู่ร่วมกัน และเพียงอยู่ร่วมกันไม่นานนัก ความไม่เท่าเทียมก็มักเป็นแรงกระตุ้นความเห็นแก่ตัวให้กำเริบได้โดยไม่มีใครทันสังเกต

เพื่อให้ความรักของคุณเป็นไปตามความหมายของการเอื้ออาทร คุณต้องไม่ลืมกฎสำคัญ คือ **เมื่อได้รับ อย่าลืมขอบคุณ เมื่อได้ให้ อย่าลืมมอมยิ้ม**

นอกจากนั้น พวกคุณต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับ ‘เวลาของครอบครัว’ ให้ดี ครอบครัวเริ่มตั้งต้นขึ้นเมื่อชายหญิงมาอยู่ร่วมกัน ถ้ายังหาเวลาให้ครอบครัวได้ไม่มากพอ ก็อย่าเพิ่งริมีครอบครัว เพราะครอบครัวต้องการเวลาจากสมาชิกทุกฝ่าย เหมือนร่างกายต้องการลมหายใจ ขาดลมหายใจแล้วตายฉับไฉน ครอบครัวขาดเวลาจากสมาชิกก็ต้องล่มสลายฉับนั้น

ถ้าชีวิตมาถึงความเป็นภาวะคู่จริง ชีวิตต้องให้ความรู้สึกที่แตกต่างจากภาวะเดี่ยว ถ้าคุณยังรู้สึกเหมือนเป็นโสด ทำตัวตามสบาย ไม่ต้องแคร์ใคร เวลาทั้งหมดอุทิศให้แก่ตัวเองแต่เพียงผู้เดียว ก็แปลว่าคุณยังมาไม่ถึงภาวะคู่ แถมใบสมรสของคุณยังอาจกำลังทำให้ใครบางคนเศร้า เหงา และทนทุกข์อย่างมากมายเสียด้วย

การพูดแล้วไม่ทำตามที่พูด สัญญาไม่เป็นสัญญา นัดไม่เป็นนัด ถ้าหากไม่มีเหตุผลภายนอกบีบ ก็เหลือเหตุผลภายในอันเดียว คือคุณเห็นแก่ตัวมาก!

ในทางกลับกัน เวลาของครอบครัวไม่ใช่ ‘เวลาทั้งหมด’ ที่คนในครอบครัวจะถือสิทธิ์เอาแค่นั้นก็ได้ ต่างคนต่างต้องทำหน้าที่สร้างบ้านและรักษาบ้าน **ขณะเดียวกันต่างคนต่างก็ต้องการเวลาส่วนตัว เพื่อพักวางภาระจากภาวะคู่บ้าง ได้สูดกลิ่นอิสระภาพคล้ายในภาวะเดี่ยวบ้าง**

การได้เวลาในชีวิตของเขาหรือเธอไว้ทั้งหมด ไม่ได้ทำให้คุณมี
คนรักหรือภรรยา แต่เป็นนักโทษต่างหาก!

ถ้าเป็นเช่นนั้น ก็เท่ากับว่าความรักช่วยให้คุณได้นักโทษมา
คนหนึ่ง และต้องทำให้คุณเป็นทุกข์กับฐานะผู้คุมนักโทษ ที่ระวางอยู่
ตลอดเวลาว่าวันหนึ่งนักโทษจะหนีไม่ได้ และหาทางแหกคอกหนีไป

เคยสัมผัสใช่ไหม ตอนที่ใครได้ทำอะไรตัวเอง มีเวลาเป็น
อิสระบ้าง เขาเต็มไปด้วยความสุข ความยินดี และหายใจหายใจ
ได้ด้วยตัวเองแน่ใจว่าตนไม่ใช่ นักโทษ

ถ้าดีใจเวลาเห็นใครเป็นสุข คุณอาจไม่จำเป็นต้องรักเขาเสมอไป
**แต่ถ้าอ้างว่าคุณรักใครแล้วไม่ยินดีกับความสุขของเขา แปลว่าคุณ
เห็นแก่ตัวและดีแต่พูดเท่านั้น**

จำไว้ว่าการอยู่ใกล้กันเกินไป จะพลิกผันเป็นแรงผลักดันให้คนรัก
อยากออกห่างมากขึ้นทุกที ความหึงหวงและการบังคับหนองเหนียว
กักกัน อาจทำให้คุณพอใจที่ได้เห็นกับตาว่าได้คนรักไว้ใกล้ตัวเกือบ
ตลอด แต่คุณจะรู้ได้ด้วยใจ ว่าใจของเขาหรือเธอไม่ยอมอยู่ตรงนั้น
หรือกระทั่งหนีหายไปอันนานแล้ว

รักแท้ไม่ใช่การอยู่ใกล้กันตลอดเวลา แต่คือการยอมรับกฎ
ธรรมชาติระหว่างชายหญิงที่มีทั้งแรงดึงดูดและแรงผลัก

ห่างกันบ้างเพื่อให้อิทธิพลถึง และเติมแรงดึงดูดเข้ามาหากันใหม่
ดีกว่าเอาแต่อยู่ใกล้แล้วสะสมแรงผลัก หรือเก็บกดกระทั่งระเบิด
แตกกระจายออกจากกันเป็นเสี่ยงๆอย่างถาวร

ใกล้ชิดกันบ้างเพื่อให้อบอุ่นกายอบอุ่นใจ และสร้างแรงผลักดันให้
ออกไปหาอิสระบ้าง ดึกว่าเอาแต่อยู่ห่างแล้วสะสมความโหยหา จน
แปรเป็นการไปหาคนอื่นแทนอย่างไม่มีวันได้กลับมาใกล้กันอีกเลย

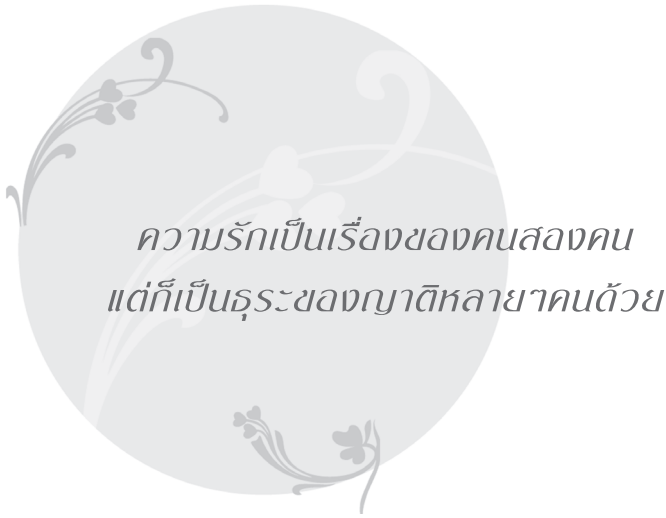
รูปแบบความรักในชีวิตหลังแต่งงานนั้น จะไม่เป็นไปตามข้อ
ตกลงหรือคำมั่นสัญญาใดๆก่อนแต่งงาน มนุษย์มีคำพูดในวันก่อน
เอาไว้ลืมน แต่มีความเห็นแก่ตัวเฉพาะหน้าไว้จำ ถ้าอยากรักษา
ความรู้สึกดีๆก่อนแต่งงานไว้ พวกคุณต้องให้ความร่วมมือด้วยกัน
ทั้งสองฝ่าย **ทำเหตุของผลที่อยากได้ อย่าอยากได้ในสิ่งที่เคยสัญญา
กันด้วยปากแบบลมๆแล้งๆ**

ถามตัวเองสั้นๆนะครับ ระหว่างยอมเหนื่อยกับยอมเสียความรัก
คุณเลือกอันไหน คำตอบจะเป็นตัวชี้ชะตาความรักของพวกคุณ!

สรุปคือรักที่ตายได้คือรักแต่จะเอา ส่วนรักอมตะคือรักการ
สละความเห็นแก่ตัว

คุณคาดหวังได้ว่าจะอยู่กับคนรักเพียงสองคน แต่อย่า
คาดหวังว่าจะไม่ต้องข้องเกี่ยวกับญาติพี่น้องของคนรัก

ทุกคนมีฐานของความรู้สึกในชีวิต ซึ่งดั้งเดิมจะอยู่กับผู้ให้
กำเนิด ญาติผู้ใหญ่ ญาติพี่น้อง ตลอดจนวงค์วานานเครือ ความ
เป็นเลือดเนื้อเชื้อไขเดียวกันทำให้มนุษย์รู้สึกที่ตนมีที่มาที่ไป แน่ใจ
ว่าไม่ได้ถูกคนแปลกหน้าเก็บมาเลี้ยง ตนเองยังมีหน้ามีตาคล้ายคลึง
กับใครอยู่ มีความผูกโยงทางกายใจกับใครอยู่



ความรักเป็นเรื่องของคนสองคน
แต่ก็เป็นธุรกิจของญาติหลายคนด้วย

เมื่อจะมีคู่ชีวิต ฐานของความรู้สึกในชีวิตอาจแตกต่างกันบ้าง คล้ายขาข้างหนึ่งก้าวออกมาเหยียบยืนอยู่บนฐานใหม่ที่สร้างเอง **แต่ขาอีกข้างของคนส่วนใหญ่ ยังคงต้องปักหลักอยู่บนฐานเดิมที่พ่อแม่ให้มาอยู่ดี จะเต็มเท้าหรือแค่แตะไว้หน่อยเดียวก็น่าตาม**

คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าแค่แค่ความรู้สึกของคนรักก็น่าจะพอแล้ว คนอื่นแม่ไม่เอาใจใส่ให้มากก็ไม่น่าจะถือว่าบกพร่อง แต่ขอให้ลองเอาใจเขามาใส่ใจเรา ถ้าพ่อแม่พี่น้องมาฟ้องว่าคนรักของคุณดูถูกพวกเขา ไม่ให้เกียรติพวกเขา คุณจะรู้สึกอย่างไร?

รักแท้ไม่ได้อยู่ข้างการกระทำลวกๆที่ขาดพิธีรีตอง รักแท้เป็นอะไรที่ต้องมีฐาน มีราก ไม่น้อยหน้าน้อยตา ไม่หลบลกซ่อนๆ จึงจะตั้งอยู่ได้อย่างมั่นคง ถ้าคุณยังเห็นพิธีหั้นและพิธีแต่งเป็นส่วนเกินของชีวิต ทำให้ชีวิตไม่ปราดเปรียวตามสมัยนิยม ก็ขอให้มองย้อนกลับมาที่ใจตัวเอง **เอาใจของคุณเองเป็นที่ตั้งว่าการอยู่ด้วยกันเฉยๆ เข้าฝ่ายไหนระหว่างความรู้สึกผิดกับความรู้สึกถูกต้อง**

การทำความรู้จักกับญาติของคนรัก เท่ากับการยอมรับรากของความเป็นคนรัก การแสดงความรังเกียจญาติของคนรัก ก็คือรังเกียจรากแห่งตัวตนของคนรักนั่นเอง มันอาจเจ็บได้เท่ากับหรือยิ่งกว่าแสดงความรังเกียจตัวคนรักเองก็ได้

นอกจากญาติก็ยังมีเพื่อนและผู้คนในสังคมของคนรักรวมทั้งของคุณเอง ทุกคนเป็นส่วนประกอบใหญ่บ้างเล็กบ้าง ขอให้จำไว้ว่า ถ้าคนรักแค้นใคร คุณก็จงแค้นคนนั้นด้วย ไม่ว่าใจส่วนลึกจะชอบหรือชัง อย่างน้อยคุณต้องระลึกให้ดีกว่าคนๆนั้นสำคัญกับความรู้สึกของคนรัก คุณปฏิบัติต่อคนๆนั้นอย่างไร ก็เหมือนกระทำกับความรู้สึกของคนรักอย่างนั้น

การพูดถึงคนรักให้เพื่อนๆหรือญาติๆของคุณฟัง เป็นสิ่งควรระมัดระวัง อย่าเอามันปากเข้าว่า เพราะสังคมมนุษย์เป็นสังคมกระจายข่าว พูดกระซิบข้างหูบางคน ไม่ได้แตกต่างอะไรกับพูดใส่โทรโข่งให้คนฟังกันเป็นพัน ขอให้ถามตัวเองว่าแต่ละคำที่คุณคุยให้คนอื่นฟัง ถ้าคนรักได้ยินกับหูจะเกิดอะไรขึ้น ไม่ว่าจะพูดกับคนที่คุณรู้สึกไวใจขนาดไหน ขอให้นึกถึงความเป็นไปได้ว่านั่นจะไปถึงหูคนรักได้เสมอ

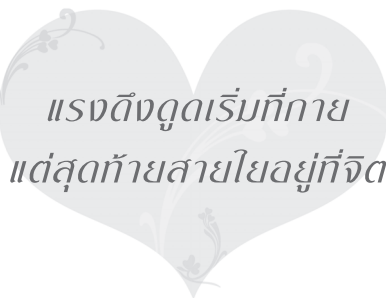
แค่อย่านำไฟในออก อย่านำไฟนอกเข้ายังไม่พอ เสียงชมต้องดังกว่าเสียงติด้วยนะครับ ตีอย่างมีเหตุผลในห้องนอน แล้วชมอย่างสบายอารมณ์ในห้องรวมญาติ แล้วคุณจะรักษาความรู้สึกดีๆที่มีต่อกันไว้ได้เสมอไป

สรุปคือเวลาคุยกับญาติของคนรัก ให้นึกถึงหน้าของคนรัก แล้วคุณจะไม่เผลอนึกว่ากำลังคุยกับคนแปลกหน้า

อย่างที่กล่าวแล้วแต่ต้น ความรักคือกิเลสทางเพศ กิเลสทางเพศก็คือกามราคะ และสิ่งเร้ากามราคะได้แก่ความน่าพอใจทางรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ตลอดจนความตริกนึกถึงเพศสัมพันธ์กับใครสักคนที่คุณเบิ่ง

หากปราศจากแรงดึงดูดทางกาย หรือหากคนเราปราศจากกามราคะ เนื้อหนังมังสาของมนุษย์ก็คงถูกเห็นว่าเป็นธาตุไม่ต่างจากก้อนดิน ผืนน้ำ ไอแดด และสายลม ที่เอามาผสมรวมกันชั่วคราว หากความน่าสนใจมิได้

กามราคะทำให้ร่างกายของมนุษย์เป็นวัตถุกาม และมีกระบวนการวิเสพกาม แบบที่เราเรียกกันสั้นๆทุกวันนี้ว่า ‘มีเซ็กซ์กัน’ เซ็กซ์ในหมู่มนุษย์แตกต่างจากเซ็กซ์ในสัตว์อย่างเห็นได้ชัด คือมนุษย์มีอารมณ์หวานและพิศการนำมาก่อน ส่วนสัตว์นั้นเป็นไปตามฤดู ไม่ต้องมีอารมณ์หวาน ไม่ต้องมากเรื่องมากพิศ คำล่ำลือทางเป็นใช้ได้



ธรรมชาติของเช็ทซ์เป็นเรื่องเล็กซึ่งเกินกว่าจะพูดง่ายๆว่า มีเช็ทซ์คือการมีความสุข **เพราะเช็ทซ์เป็นได้ทั้งตัวการทำให้รักกัน หวานชื่น เป็นได้ทั้งตัวการทำให้เกลียดกันเข้าไส้ หรือเป็นได้กระทั่ง วิธีทำร้าย วิธีลงโทษ และวิธีสั่งสอนกัน**

มันตั้งต้นกันที่ใจ ใจจะนำไปสู่การปฏิบัติทางกาย ที่ให้ความรู้สึกว่าเช็ทซ์เป็นแค่ของต่ำ หรือเป็นสัมผัสแห่งรักอันจัดจ้านถึงใจ เป็นตั๋มย่ำรสสะเด็ดสะเด๋า หรือเป็นเนื้อเน่าชวนคลิ้นเหยียน

ว่ากันโดยความรู้สึกเลยนะครับ...

เช็ทซ์ที่ปราศจากความรักรองรับ คือเช็ทซ์จากสัญชาตญาณดิบ ให้ความรู้สึกลำบาก

เช็ทซ์ที่ปราศจากพิธีการนำหน้า คือเช็ทซ์ที่ก่อให้เกิดความรู้สึกผิด

นั่นเพราะโดยจิตสำนึกแล้ว สิ่งมีชีวิตระดับมนุษย์จะมีเช็ทซ์ เพื่อแสดงว่ายอมรับกันและกันเป็นคู่ครอง ยอมเปิดเปลือกออกหมดแล้ว พร้อมจะร่วมทุกข์ร่วมสุขโดยปราศจากเครื่องท้อหุ้มปิดซ่อนแล้ว มีเพียงคู่ครองเท่านั้นที่มีสิทธิ์ได้เห็นและสัมผัสเนื้อแท้ของกันและกัน

การเปิดเปลือกออกโล่งใจเร็วเกินไป หรือขาดพิธีการที่ให้เกิดรักกัน ย่อมนำมาซึ่งความรู้สึกไม่มีค่า ไม่มีความหมาย ไม่ต้องใช้ความพยายาม ซึ่งหมายความว่าเมื่อพบตำหนิเพียงน้อยในสิ่งไร่นั้น ใจคุณย่อมพร้อมจะผลจากหรือทิ้งขว้างอย่างไม่แยแส

คราวนี้มาดูในทางตรงข้ามนะครับ...

เช็ทซ์ที่ตามหลังความรักมา คือเช็ทซ์จากสำนักที่สูงงอม ให้ความรู้สึกเป็นเจ้าของสมใจ

เช็ทซ์ที่มีพิธีเป็นหน้าเป็นตาให้สังคมนยอมรับ คือเช็ทซ์ที่มาพร้อมกับความรู้สึกถูกต้อง

นั่นเพราะโดยธรรมชาติแล้ว มนุษย์เราต้องการความชอบธรรม ไม่ต้องทำอะไรหลบๆซ่อนๆเหมือนคนผิดอยู่ตลอดเวลา แล้วก็ปรารถนาความสง่างาม ไม่เป็นที่ติฉินนินทา

ความพร้อมจะรับผิดชอบชีวิตคู่ ทำให้คุณรู้สึกเกี่ยวกับเช็ทซ์ไปอีกแบบ คือเห็นเช็ทซ์เป็นเพียงองค์ประกอบส่วนหนึ่ง ซึ่งหมายความว่า **ถ้าผิดหวังจากเช็ทซ์ ก็จะไม่อยากทิ้งขว้างกันทันที**

เช็ทซ์ที่มีฐานรองรับแน่นอน ให้ความรู้สึกอุ่นใจว่าถึงแม้ขาดเช็ทซ์ไป ก็ยังมีอะไรเหลืออยู่อีกมาก ภาวะคุณจะไม่ขาดสะบั้นไปตามเช็ทซ์

ถามตัวเองง่ายๆว่ากับคู่ของคุณ **เมื่ออารมณ์เพศหายไป แล้วอะไรที่มาแทน?**

หากนึกออกเป็นบัญชีหางว่าว นั่นแปลว่าเช็ทซ์ของคุณมีฐานรองรับแน่นอนเหลือเกิน แต่หากนึกไม่ออกสักข้อเดียว ก็ขอแสดงความเสียใจด้วย ที่คุณคิดว่าใช่ มันใช่แค่เรื่องเช็ทซ์ชั่วคราว นอกนั้นไม่มีอะไรเลยที่ใช่จริง!

สรุปคือถ้ามีแต่แรงดึงดูดทางกาย รับรองว่าพวกคุณอยู่กัน
เดี่ยวเดี่ยวจบ แต่ถ้ามีสายใยทางใจมาร้อยรัดกันและกันไว้ ก็อยู่กัน
ไปได้เรื่อยๆครับ เพราะสายใยทางใจไม่ใช่สิ่งเหม็นเน่าเหมือนกาย
มนุษย์ แล้วก็ไม่น่าเหนื่อยน่าอึดอัดระคายเคืองเหมือนเชือกมนิลา
คุณอาจเปรียบสายใยทางใจ เทียบได้กับผืนแพรในจินตนาการที่ให้
สัมผัสแสนละมุน น่าติดใจกับการตกอยู่ในพันธนาการอย่างไรวันจบ
วันสิ้น

ที่กล่าวมาข้างต้นทั้งหมด เป็นเพียงสายใยแห่งความผูกพัน
ที่ประกันว่าพวกคุณจะอยู่กันยืดยาว ไม่ทิ้งขว้างกันง่ายๆ แต่ถ้าจะเอา
แบบเข้ากันได้อย่างสนิท อยู่ด้วยแล้วสบายใจไปจนชั่วชีวิต กับทั้ง
ประกันว่าต้องได้พบกันอีกในชาติหน้า อันนี้ก็ต้อศึกษาส่วนที่เหลือ
ของบทครับ

ทำอย่างไรจะอยู่ด้วยกันตลอดไป?

คำว่า ‘ตลอดไป’ ในที่นี้ ขึ้นอยู่กับรากฐานความเชื่อของคุณ
ด้วยครับ **ถ้าคุณเชื่อว่ามีแค่ชาตินี้ชาติเดียว** คำว่าตลอดไปก็หมายถึง
‘ความพอใจ’ จะอยู่กับคนรักจนกว่าจะตายจาก แต่ถ้าคุณเชื่อว่ามีชาติ
หนัารออยู่ คำว่าตลอดไปก็หมายถึง **‘ความแน่นอน’** ที่จะได้พบกับ
คนรักอีกในชาติหน้า

ถามว่าทำอย่างไรภาวะคู่จึงเสถียร? คำตอบนั้นแน่นอนว่าไม่ได้
อยู่ที่กาย เพราะกายเป็นแค่กระบวนการทางชีวเคมีที่ไวใจไม่ได้

ดึงดูดเร็วและผลออกไวเสมอ สิ่งเดียวที่เหลือให้เป็นคำตอบได้คือ 'ใจ' เท่านั้น เพราะใจเป็นสิ่งที่เชื่อได้ว่าจะมั่นคง ถ้ามีปัจจัยเพียงพอ

เพื่อให้เห็นภาพชัด ต่อไปนี้ผมขอเปรียบเทียบว่าใจของคุณกับคนรักกำลังอยู่ใน 'รถยนต์' คันหนึ่งซึ่งแล่นไปข้างหน้าเรื่อยๆ การจะไปด้วยกันได้ตลอดสายนั้น **ใจของคุณทั้งสองต้องมีพื้นฐานของความสามารถร่วมทางกัน ไม่อยากแยกทางกัน**

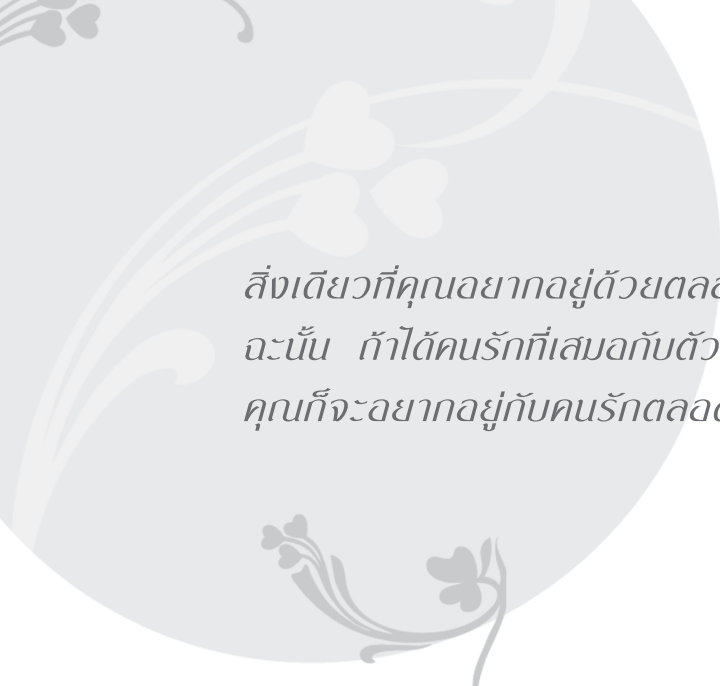
ใจที่สามารถเดินทางไปด้วยกัน มีคุณสมบัติใหญ่ๆ ๔ ประการ ดังนี้ครับ

๑) มุ่งไปในทางเดียวกัน

ข้อนี้หมายถึงใจที่มีจุดหมายปลายทางร่วมกันอย่างแน่ชัด ถ้าใจคุณจะขึ้นเสียงราย แต่ใจคนรักจะลงทุก็เกิด ก็ต้องมีใครสักคนขึ้นรถผิด หรือไม่ก็ผิดทั้งคู่ที่มาขึ้นรถคันเดียวกัน

ใจที่มุ่งทางเดียวกัน ก็คือการมีศรัทธาแบบเดียวกัน อย่างน้อยถ้าคุณและคนรักนับถือความรัก ราวกับความรักเป็นศาสนาหนึ่ง ศาสนาของพวกคุณก็ต้องยึดหลักเดียวกัน เช่น จะรักเดียวใจเดียว ไปจนกว่าจะหาไม่ ซาติน้ำมีจริงก็จะจงรัก จงภักซ์เกิดร่วมชาติ อย่างนี้อีก เป็นต้น

นอกจากนั้น คุณและคนรักจะศรัทธาศาสนาใดคงไม่สำคัญเท่าที่ว่า ต้องเป็นศรัทธาแบบเดียวกัน จึงจะพาใจให้แล่นไปบนทางเดียวกัน มิฉะนั้นก็ต้องถึงจุดตัดทางแยกเข้าจนได้



สิ่งเดียวที่คุณอยากอยู่ด้วยตลอดไปคือตัวเอง
ฉะนั้น ถ้าได้คนรักที่เสมอกับตัวเอง
คุณก็จะอยากอยู่กับคนรักตลอดไปเช่นกัน

เรื่องของศรัทธา เรื่องของศาสนานั้น จบไปมีแต่เสีย คือมีแต่คนตายไม่มีคนเกิด หากต่างฝ่ายต่างปักใจยึดมั่นความเชื่อไปคนละทิศ
ชนิดที่จิตวิญญาณฝังรากลงในศาสนาหนึ่งๆมันคงแล้ว ก็อย่าพยายามเสียเวลาเปลี่ยนแปลงคนรักให้มาเชื่อแบบตน เพราะมีแต่ความแตกแยก
รออยู่

อย่างเช่นคนหนึ่งนับถือศาสนาที่สอนให้กล้าคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล และกล้าที่จะฝึกจิตให้รู้ตามจริง ส่วนอีกคนหนึ่งนับถือศาสนาที่สอนให้กล้าเชื่อ กล้าไว้ใจ ตลอดจนห้ามค้านสิ่งที่พระคัมภีร์บอกก็จะขัดแย้งกันอย่างสุดขีดโดยรากของความคิด เมื่อเริ่มคบกันยังหวานอยู่อาจมองไม่เห็น ต่อเมื่ออยู่ด้วยกันนานเข้า หลักการต่างๆของศาสนาจะเริ่มมีบทบาทในชีวิตประจำวันมากขึ้นเรื่อยๆ ตัวอย่างที่เห็นชัดคือการยินยอมให้ลูกเข้าร่วมกิจกรรมกับศาสนาใด เป็นต้น

คนสมัยนี้ไม่ค่อยจริงจังกับศาสนาเต็มร้อย เพราะเข้ามาถึง ศรัทธาแบบเชื่อครึ่งไม่เชื่อครึ่ง ซึ่งก็มีข้อดีคือยังพอคุยกันรู้เรื่อง ไม่ต่างฝ่ายต่างสุดโต่งเถียงคอบเป็นเอ็นครีบ เมื่อไม่ยึดมั่นว่าต้องเอา วิธีชีวิตในชาตินี้และชาติหน้าตามศาสนา ‘ของกู’ ให้ได้ ก็ยอมคุย ด้วยเหตุด้วยผลเหมือนคนปกติ **หากใครประพடுத்தหน้าเลื่อมใสกว่า หรือโหม่นหัวใจเก่งกว่า ก็มีสิทธิ์เอาคนรักมาร่วมฟังสู่จุดหมายปลายทาง เดียวกันได้**

ศรัทธาตามความหมายของพระพุทธศาสนาคือความเชื่อมั่น ในสิ่งที่ดีงาม เชื่อในกรรมที่เป็นประโยชน์ ไม่เป็นโทษ และไม่ใช้ บักใจยอมรับเพียงเพราะใครต่อใครรอบข้างบีบให้ยอมรับ

ศรัทธาที่ดีคือศรัทธาที่ไม่เอาแต่คิดตามคนอื่น แต่ต้องทำจริง ด้วยตนเองจนเห็นแจ่มถ่องแท้ และมั่นใจในเส้นทางที่คุณเดินมากพอ จุดการขับรถไปตามแผนที่ เมื่อผ่านเส้นทางแล้วพบว่าแผนที่ถูกต้อง มาเรื่อยแต่ต้น ก็ยอมเชื่อว่าแผนที่จะพาตัดตรงสู่เป้าหมายอันถูกต้อง ด้วยเช่นกัน

พุทธศาสนาไม่นิยมปาฏิหาริย์แห่งศรัทธาและการร้องขอ เพราะการร้องขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ไม่เห็นตัวตนนั้น ถ้าได้ตามต้องการ ทันใจก็ดีไป แต่ถ้าไม่มาตามคำขอ ก็อาจดับไฟศรัทธาให้มอดลงใน ชั่วข้ามคืน

พุทธศาสนาแสดงความจริงตามเหตุตามผล กรรมเป็นพร กรรมเป็นคำสาป ใครทำอะไรก็ได้สิ่งที่สอดคล้องกันอย่างนั้น กรรม ขาวย่อมบันดาลชีวิตสว่าง เป็นสุข กรรมดำย่อมบันดาลชีวิตมืด เป็นทุกข์

และพุทธศาสนาก็ช่วยให้เข้าใจว่าบนเส้นทางแห่งศรัทธาเดียวกัน พวกคุณจะผลัดกันขับหรือผลัดกันนั่งข้างก็ไม่ใช่เป็นไร ในเมื่อตกลงกันแล้วว่าพร้อมทางสู่จุดหมายเดียวกัน อย่างไรก็ตามได้นั่งคู่กันเคียงบ่าเคียงไหล่ รถมจะแล่นเร็วหรือช้า พวกคุณก็ไปในทิศเดียวกัน ไม่เร็วและไม่ช้าไปกว่ากันอยู่ดี

๒) มีความสะอาดเสมอกัน

ข้อนี้หมายถึงใจที่มีความ ‘รักสะอาด’ เหมือนๆกัน ถ้าคนรักของคุณชอบทำความสะอาดรถให้น่านั่ง ไม่ต้องห่วงหน้าพะวงหลังว่าจะติดเชื้อโรคให้เดือดเนื้อร้อนใจ แต่คุณดันชอบดมเสลดลงพื้น แคะขี้มูกติดใส่กระจกเป็นประจำ แบบนี้คนรักคงโบกมือลา ไม่อยากอาศัยรถคันเดียวกับคุณในการเดินทางอีกต่อไป

ใจที่รักสะอาดเหมือนกัน ก็คือการมีศีลมีธรรมระดับเดียวกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งศีลในข้อที่ว่าด้วยการประพฤตินิสิตทางกาม

หากคุณกับคนรักทำบุญเก่ามาด้วยกันดี มีวาสนาได้พบรักแท้ ก็นับว่าเหมาะครับ เพราะจะเป็นปัจจัยสำคัญให้คิดซื้อกับคู่ครองของตนอยู่แล้วโดยพื้นฐาน เรียกว่าได้รักษาศีลข้อกามอย่างเป็นธรรมชาติ เพราะมีใจจริงคอยช่วยค้ำจุนอยู่ก่อน

แต่ให้ดีกว่านั้นคือควรตั้งใจดเว้นขาด ต่อให้มีใครเอานื้อหน่งมายั่วใจ ต่อให้ใครเอาผลประโยชน์มาล่อ ก็คิดไว้ล่วงหน้าเลยว่า ‘ไม่!’

การตั้งใจดูวันชาดนั้นแหละเรียกว่าการถือศีล ถ้ายังยกแยะ ยกยั้นว่าเอาดีหรือไม่เอาดี นั้นไม่เรียกว่าเป็นคนถือศีล คุณแค่ได้ ชื่อว่ายังมีโนธรรมสู้กับกิเลสฝ่ายต่ำอยู่บ้างเท่านั้น

การถือศีลเพียงข้อเดียวก็อาจมีพลังลากจูงศีลข้ออื่นๆให้ ตามมา ด้วยความเห็นตามจริงว่ารักษาศีลได้แค่ไหน ศีลก็รักษาเรา ให้อยู่สบายไม่เดือดร้อนเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง **ธรรมดาของผู้ ตั้งใจรักษาศีล ๕ ด้วยกันนั้น ย่อมไว้วางใจกัน และอบอุ่นใจว่าจะซื่อสัตย์ ต่อกัน ไม่เป็นภัยต่อกัน**

ลองดูก็ได้ ถ้าคุณเป็นคู่ที่ระแวงกันและกันนะครับ ลองมา ตั้งสัตย์อธิษฐานต่อหน้าพระปฏิมา ว่าวันนี้จะรักษาศีล ๕ ให้ได้ โดยเปล่งเสียงออกมาให้เต็มปากเต็มคำว่า

พวกเราจะไม่ฆ่าสัตว์ไหนๆ

พวกเราจะไม่ลักทรัพย์ใคร

พวกเราจะไม่นอกใจกัน

พวกเราจะไม่โกหกกัน

พวกเราจะไม่กินเหล้าเมายา

วันเดียวคงต้องทำได้แน่ วันต่อมาก็เอาอีก ตั้งปณิธานทีละวัน ก่อนสวดมนต์ทุกครั้ง และทุกๆครั้งให้ดูกันจะจะเลย ว่าเกิดผลเป็น ความเชื่อมั่นในกันและกันเพิ่มเรื่อยๆขึ้นใหม่ **คุณจะพบว่า การตั้งใจ ดูวันพฤติกรรมผิดๆ ก็คือการสร้างความสบายใจขึ้นพื้นฐานให้ชีวิตคุณ นั้นเอง**

อย่าใช้วิธีสาบาน อย่าตั้งเป้าสาปแช่งไว้ว่าถ้าทำไม่ได้ขอให้ตาย
ไม่ดี เพราะนั่นจะเป็น ‘สัญญาเลือด’ ที่เขียนขึ้นด้วยจิตอันเจือด้วย
โทสะ อาศัยความกลัวเป็นตัวชู จึงย่อมมีความไม่สบายใจระหว่างกัน
อยู่ไม่มากก็น้อย

ทางที่เหมาะสมคือให้อธิษฐานเป็นคำสัตย์ด้วยจิตที่แน่วหนึ่งมั่นคง
มีความเป็นกุศล มีความเมตตา ยังผลให้รู้สึกเป็นมงคล และเกิด
กำลังใจในทางที่สว่าง ทางที่ดีขึ้นร่วมกัน นั่นจะบริสุทธิ์มั่นคงกว่า
วิธีใช้คำสาบานเป็นไหนๆ

โลกเต็มไปด้วยเครื่องล่อให้ผิดศีล อย่างกลัวไม่ได้เจอแบบ
ทดสอบ และแต่ละครั้งที่สอบผ่าน คุณก็จะรู้สึกว่าการรักษาศีล
ไม่เห็นจะยากอะไร ทำไปๆก็เกิดอำนาจความเคยชินที่จะปฏิบัติความ
อยากผิดศีล คือตอนแรกปฏิบัติด้วยความคิด ต่อมาปฏิบัติเอง
ออกมาจากใจ สำคัญคือหากผ่านด่านได้ตลอด เหล่าแบบทดสอบ
จะค่อยๆถอยทัพทีละน้อย กระทั่งเหมือนหายไปเลย นานที่ปีหน
ถึงจะโผล่มาทดสอบใหม่

ศีลที่สะอาดหมดจดจะบันดาลหน้าตาที่หมดจดสดใส ยัง
ไม่ตายก็เห็นได้ทันตา แต่เมื่อเกิดใหม่จะเห็นชัดขึ้น พวกคุณจะดู
คล้ายคลึงกัน กับทั้งฉายรัศมีสนน้ำสนเนื้อกัน เห็นกันและกันแล้ว
ต่างตะลึงแลวางตาไม่ลง กับทั้งรู้สึกถึงความสวยหล่อดูจิ่งทองใบหยก
มีไว้เป็นอภิสิทธิ์ให้กันและกันชื่นชมเท่านั้น คนอื่นไม่มีสิทธิ์!

พอศีลสะอาด ใจจะถึงใจมากขึ้น ลองคิดง่ายๆนะครับ **ถ้าตัว
อยู่ห่างแล้วยังรู้สึกอบอุ่นและไว้ใจกัน ก็แน่ใจได้ว่าพวกคุณรักกัน
ด้วยใจ ไม่ใช่หลงติดกันด้วยกาย**

เห็นหรือยังว่าศีลมีส่วนสร้างรักให้เป็นของแท้ได้อย่างไร?

๓) เปี่ยมหัวใจไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน

ข้อนี้หมายถึงใจที่รู้จักเสียสละ ถ้าคุณขับรถจนเหนื่อยอยากพัก นึกอยากหลับบ้าง หรืออย่างน้อยอยากได้ผ้าเย็นลูบหน้าบ้าง แต่คนรักปฏิบัติเสธทำเดียว ไม่ช่วยเหลือใดๆทั้งสิ้น ด้วยเหตุผลสั้นๆคือ 'ซีเกียจ!' อย่างนี้คุณคงถอดใจ และรู้สึกว่าการเดินทางมากับพวกชอบเอาเปรียบอย่างน่าเกลียด

ผู้ที่อยู่ร่วมกันโดยต่างฝ่ายต่างมีน้ำใจมาก ย่อมไม่มีวันหิว กระจายเลยตลอดเส้นทาง ส่วนการเดินทางไปกับผู้มีความตระหนี่ถี่เหนียวไร้น้ำใจ ย่อมทำให้คุณรู้สึกฝืดคอก เหมือนรอบตัวแห้งแล้ง นำหน้ายหนีเสียเหลือเกิน

เมื่อมีน้ำใจไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน เป็นที่พึ่งให้แก่กันและกันได้ กระทั่งอาจกระตือรือร้นมากพอจะแผ่เผื่อเจือจานไปถึงสังคมรอบข้าง ถึงตรงนั้นพวกคุณจะเริ่มเป็นสองแรงแข็งขัน ร่วมกันช่วยคนอื่นได้ ดุจเดียวกับงานอดิเรกที่น่ารื่นเริง **ความรื่นเริงที่จะช่วยสังคมร่วมกัน นั้นแหละ คือที่มาของการอยู่ร่วมกันด้วยความหลุดพ้นสุดยอด**

การร่วมมือกันช่วยคนแปลกหน้าี่นะครึบ จะบอกได้ระดับหนึ่งว่ามีลูกแล้วพวกคุณจะมีแก็ใจช่วยกันเลี้ยงแก่ไหน ใครจะเป็นคนออกแรงมากกว่ากัน!

ไม่ว่าตายแล้วเกิดชาติไหนภพใด คุณจะไม่มีพบใครที่อยู่ด้วยแล้วบันเทิงเท่าคนรักที่เคยมีน้ำใจต่อสังคมเสมอกันเลย

ความคิดยกให้ ความคิดบริจาค และความคิดช่วยเหลือ เรา
รวมเรียกว่า ‘จาคะ’ จาคะจึงหมายถึงการสละออก นับตั้งแต่การ
แบ่งปันสิ่งของ ช่วยออกแรงช่วยงานกับผู้สมควรได้รับการช่วยเหลือ

นอกจากนั้น จาคะยังเหมารวมไปถึงการสละสิ่งที่เป็นโทษ
ทิ้งไป เพื่อเอาสิ่งใหม่ที่เป็นประโยชน์เข้ามาแทน ดังเช่นการให้อภัย
เป็นทาน ที่ยกความแค้นออกไป เพื่อเอาไมตรีคืนมา โลกนี้เต็มไปด้วย
เรื่องน่าถือสา ถ้าคุณวางเสียได้ ไม่ถือสา ก็จะไม่เป็นคนขี้หงุดหงิด
กระแเสจิตของคุณจะเย็น และถ้าพวกคุณเย็นด้วยกันทั้งคู่ ต่อให้
ต้องวิ่งผ่านทะเลทรายก็จะเย็นหล่ออยู่ข้างใน ประดุจเป็นแอร์ให้แก่กัน
และกันตลอดเส้นทางไกล ไม่ต้องแวะซ่อมที่ไหน

จาคะคือสิ่งเปิดจิตให้กว้างขวาง อย่างที่เรียกกันว่า ‘ใจกว้าง’
ยิ่งมีจาคะมากเท่าใด ใจยิ่งกว้างขึ้นเท่านั้น ทีนี้ก็ดูว่าระหว่างคุณกับ
คนรักใจกว้างพอๆกันหรือไล่เลี่ยกันไหม **สังเกตเถิดว่าคนใจแคบจะ
ไปด้วยกันกับคนใจกว้างไม่ได้ ถึงแม้จับพลัดจับผลูต้องทนอยู่ร่วมกัน
ก็ จะไม่มีความสุขเลย**

ภพที่คนใจแคบกับคนใจกว้างไปเสวยก็ผิดกันลิบลับนะครับ
คนใจกว้างย่อมเหมาะกับพื้นที่กว้างขวาง สุขสบายไม่อึดอัด ขณะที่
คนใจแคบย่อมเหมาะกับพื้นที่คับแคบ ทุกข์ทรมานไม่มีดี ถ้าคนหนึ่ง
ตายอย่างคนใจกว้าง อีกคนตายอย่างคนใจแคบ แน่วโน้มคือ
สองคนนั้นจะไม่ได้เจอกันในชาติต่อไป หรือแม้ต้องเจอกันอีกใน
ชาติถัดๆไป ก็ยากที่จะมาอยู่ร่วมกันโดยง่าย เพราะใจสอดคล้องกับ
ลักษณะภพที่ต่างกันเกินไป

๔) คิดอ่านได้ไม่น้อยหน้ากัน

ข้อนี้หมายถึงใจที่ 'เข้าถึงคำตอบ' หรือ 'เห็นทางออก' ได้ทันทีทันใด หรือช่วยเป็นกำลังทางความคิดเสริมกันและกัน เหมือนถ้าขับรถหลงทาง คุณคงไม่อยากจะคิดแก่สถานการณ์อยู่คนเดียว แต่จะอยากได้เพื่อนคู่คิด ต่างฝ่ายต่างออกความเห็นได้ว่าควรทำเช่นไรดี หรืออย่างน้อยก็น่าจะรู้จักเจียบในเวลาที่เหมาะสม ไม่แสดงความโง่เขลาทำนองมือไม่พายเอาเท้าราน้ำให้คุณนี้กรำความใจ

ปัญญาเชิงพุทธจะออกไปในทางคิดเป็น เห็นตามจริง แสวงหาเหตุผลต้นปลาย ถ้ากำลังหลงทางต้องรู้ทันว่าหลงทางและเร่งหาทางออก ไม่ใช่หลงทางแล้วยังเพลिनเที่ยวไกล ยิ่งไกลจากจุดหมายไปทุกที

ระบบความคิดที่ถูกฝึกมาให้แก้ปัญหาร่วมกัน จะทำให้ปัญญาของพวกคุณเขยิบเข้าใกล้กันมากขึ้นทุกทีตามวันเวลาที่ผ่านไป อย่างน้อยก็ในแง่ความสามารถในการเห็นทางออกของปัญหา จะไม่แตกเป็นคนละทางสองทาง

ส่วนในทางธรรมนั้น ปัญญาจะมุ่งเอาความสามารถในการเห็น ว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ สิ่งใดเป็นโทษ บางคนมีนะครับ แสนฉลาดทางโลก เรียบเก่งขั้นเกียรตินิยม แต่ทั้งชีวิตดำเนินไปในแบบโยนประโยชน์ทิ้งน้ำ มัวแต่ไปเก็บเกี่ยวโทษเข้าตัวแทบล้นๆ ประเภทฉลาดแบบผู้ก่อการร้ายนั้นแหละ

ถ้าฝ่ายหนึ่งทำก่อนคิด อีกฝ่ายคิดก่อนทำ หรือฝ่ายหนึ่งเอา
อารมณ์พูด อีกฝ่ายพูดด้วยสติปัญญา มาอยู่ด้วยกันก็วิบัติเห็นๆ
เพราะพูดและทำบนฐานของปัญญาคนละแบบ

ลึกไปกว่านั้น ถ้าฝ่ายหนึ่งเห็นชัดตามจริงว่าอะไรๆไม่เที่ยง
กายใจก็ไม่เที่ยง กระทั่งความยึดมั่นถือมั่นเหลือน้อย แต่อีกฝ่ายหนึ่ง
แค่เรื่องน้อยก็ยึดมั่นมาก เหตุเล็กนิดเดียวแต่ขยายให้เป็นผลใหญ่โต
อย่างนี้คงนี้กระอาหรือหมั่นไส้กันและกันเป็นอย่างยิ่ง

ปัญญาที่เสมอกันย่อมสร้างความรุ่งเรืองในการสนทนา และ
ย่อมเป็นความอุ่นใจไม่พรั่นพรึงที่จะต้องฝ่าฟันอุปสรรคร่วมกัน จึง
ย่อมเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญที่จะทำให้อยู่ร่วมกันได้ตลอดไป

คงเห็นแล้วนะครับว่าถ้าศรัทธา ศील จาคะ และปัญญาเสมอกัน
จะทำให้พวกคุณหนึ่งไปในรถคันเดียวกันตลอดรอดฝั่งได้ทำไหน **คู่ที่
เสมอกันทุกด้าน จะอยู่ร่วมกันอย่างกลมกลืนเสมือนเป็นคนเดียว
ที่แบ่งเป็นภาคชายและภาคหญิง**

และนี่คงเป็นคำตอบให้กับหลายคำถามที่น่าปวดหัว เช่น

ทำไมคูรักริในอุดมคติจึงหาได้ยากนัก?

เหตุใดคูรักริส่วนใหญ่จึงไม่รู้ลึกแต่ต้นว่าเป็นพวกเดียวกัน?

นั่นก็เพราะคนเราอย่างเก่งก็เต็มใจแค่ ‘ปรับตัว’ เข้าหากัน แต่
ที่จะปรับศรัทธา ศील จาคะ และปัญญาให้เสมอกันนั้น พวกคุณ
ต้องมีกำลังใจมหาศาลจากรักแท้เสียก่อน!

ชาติก่อนบำเพ็ญมาอย่างไรไม่รู้ แต่ชาตินี้รู้ และสุดท้ายพวกเขา
คุณจะช่วยกันลงทุนลงแรงเพียงใด เพื่อเส้นทางร่วมกันทั้งชีวิตนี้และ
ชีวิตหน้า

สรุปคือการปรับจิตวิญญาณให้เสมอกันจะทำให้ได้สวยงาม
เดียวกัน ทั้งภพปัจจุบันและภพในอนาคต ฟังง่าย ทำยาก แต่
บรรลุลผลได้จริงครับ!

ทำอย่างไรจะรู้จักกันได้?

ในกายมนุษย์นี้ ที่น่าอายเหนือสิ่งอื่นใดคืออะไร? อวัยวะเพศ
ไงครับ! คนเราอาบน้ำเสร็จก็ต้องซ่อนอวัยวะไว้ใต้ร่มผ้าเป็น
อันดับแรกละ

แล้วในความเป็นมนุษย์นี้ สิ่งที่น่าอายกว่าอวัยวะเพศคืออะไร?
ความคิดไงครับ! คนบางคนไม่อายที่จะเปิดเผยอวัยวะต่อสาธารณะ
ขนาดแสดงหนังอย่างรู้ทั้งรู้ว่าจะมีคนเห็นกันเป็นล้านยงกล้าเลย แต่
ความคิดนี่สิ รู้เมื่อไรอายจนต้องแทรกแผ่นดินหนีเมื่อนั้น!

นี่แสดงว่าทั้งกายทั้งใจมนุษย์เต็มไปด้วยสิ่งซ่อนเร้น **และสิ่งที่
มนุษย์ต้องการฝังให้เร้นลึกที่สุดก็คือความคิด!**

ไม่ใช่เรื่องเล่นๆที่ปราศจากความสัมพันธ์กันนะครับ ตามหลัก
กรรมวิบากแล้ว **ยิ่งความคิดที่ซ่อนเร้นเป็นไปในทางร้ายขึ้นเท่าไร
รูปกายใต้ร่มผ้าในชาติต่อไปก็ยิ่งน่าเกลียดขึ้นเท่านั้น และกลับกัน**

ยิ่งมีความคิดแอบทำดีไม่ยากได้หน้ามากขึ้นเท่าไร ส่วนของกายอันเป็นความลับก็จะยิ่งบาดตาน่าดูน่าชมปานกันในชาติหน้า

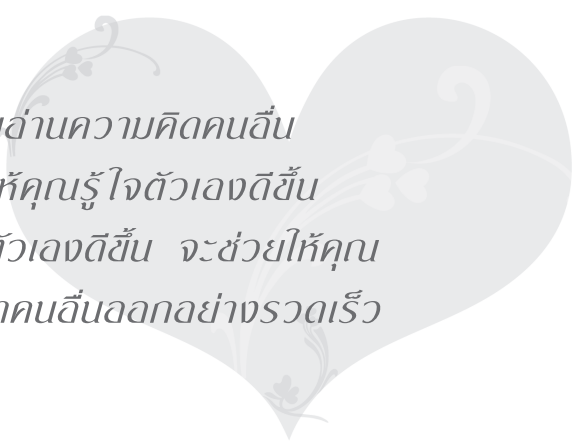
ของเร้นลับย่อมสัมพันธ์กันทั้งฝ่ายรูปและฝ่ายนามด้วยประการฉะนี้ จิตสร้างเหตุคือความคิดอันเร้นลับเอาไว้ ธรรมชาติจึงแสดงผลออกมาให้เห็นเป็นรูปธรรม ผ่านร่างกายภายในอันรู้กันว่าเป็น ‘ของลับ’ ซึ่งทุกคนเห็นตัวเองถนัดว่าเป็นเช่นไร อีกทั้งต้องเก็บๆแม้มๆให้ดีไม่ว่าจะงามตาหรือน่าเกลียดแค่ไหน

ทว่ายิ่งปิดเท่าไร ยิ่งน่าดูเท่านั้น และถ้าใครดูได้ ก็แปลว่าคนนั้นสนิทใกล้ชิดเป็นกันเองยิ่ง คนกันเองเท่านั้นมีสิทธิ์รู้ว่าเนื้อแท้ที่ถูกปิดซ่อนของคุณตน น่าชื่นชมหรือชวนเสียดาย

แต่ถึงคู่รักจะไม่อายที่จะเปิดเผยเขตแดนสนธิยาได้ร่วมผ้าต่อกัน ก็ยังอาจความคิดได้ทะโหลกอยู่ดีนะครั้น แม้ร่วมเตียงกันมาสามสิบสี่สิบปียังซ่อนความคิดบางอย่าง ไม่เปิดเผยให้กันและกันรู้ตัววจาเลย **ตราบเท่าที่ยังรู้ลึกว่าความคิดนั้นเทียบเท่าแผลอัปลักษณ์เอกจากใด ก็คงไม่มีใครอยากให้หลุดรอดไปสู่การรับรู้ของผู้อื่น**

ไม่มีใครไม่อายความคิด และไม่ต้องถึงขั้นความคิดอุบาทว์อะไรหนักหนาหรรอก ทุกคนจะตื่นตกใจเสมอหากถูกจับได้ว่ากำลังคิดอะไรอยู่ เว้นแต่สักครึ้มหรืออยากบ้ารระทำ ประภาศความคิดเป็นวจาออกไปเอง อันนั้นไม่เป็นไร แต่ที่จู้จี้ใครมารู้ความลับในหัวทั้งที่ไม่เต็มใจเปิดเผยนี้แยเลย แยกว่าแก้ผ้าล่อนจ้อนเสียอีก!

อ้าว! ไหนใครต่อใครบ่นกันว่าอยากมีคนรู้ใจไม่ใช่หรือ?



การพยายามอ่านความคิดคนอื่น
อาจไม่ช่วยให้คุณรู้ใจตัวเองดีขึ้น
แต่การรู้ใจตัวเองดีขึ้น จะช่วยให้คุณ
อ่านความคิดคนอื่นออกอย่างรวดเร็ว

มนุษย์เรานี้แหละครับ ที่อยากให้รู้ใจนะ เอาเฉพาะใจตอนที่
คิดดี ๆ หรอก แต่ถ้ามารู้ใจตอนที่กำลังคิดร้าย ๆ หรือน่าอัปอาย ละก็อีก
เรื่องหนึ่งเลย

ที่ตรงนี้เรามักวิเคราะห์กันก่อน ว่าการมี ‘คนรู้ใจ’ ไปหมด
ทุกเรื่องนั้น เป็นสิ่งน่าพอใจหรือน่าหลีกเลี่ยงกันแน่?

คำตอบว่าดีหรือไม่ดี แปรไปตามสถานการณ์ครับ

หากคุณครึ่งรักครึ่งชัง ยังเล่นบทพ่อแม่แม่แ่มอง หรือเอาเถิด
เจ้าล่อ ผลัดกันเมินผลัดกันมอง แบบนี้ให้เขารู้แม่แต่ชนิดเดียวก็ไม่ได้
เพราะแค่เขาทราบว่าคุณมีใจให้หรือใครมีเซ็กซ์ด้วย คุณคงอยาก
มุดท่อนั้นหายไปเดี๋ยวนี้แหละ และอาจไม่อยากจะเจอกันอีกเลยตลอด
ชีวิตด้วย!

แต่หากคุณรักแสร้งรักใคร่สักคนจนรู้สึกราวจะควักหัวใจมาให้ เขากำเล่นได้ แบบนั้นจะมีสิ่งใดเล่าที่คุณไม่ยอมให้เขารู้ได้อีก ยิ่งเขารู้ทะลุทะลวงสิ้นไส้สิ้นพุงเพียงใด ก็ยิ่งทำให้คุณดีใจที่เขา รู้จักคุณมากขึ้นเท่านั้น

บทนี้เรามุ่งให้คนรักได้รู้จักรักษาความรู้สึกที่ดีต่อกันไว้ ฉะนั้นต้องบอกว่า 'ดีเหมือนกันถ้ารู้ใจคนรักเสียบ้าง' เพราะการรู้ใจจะทำให้คุณปฏิบัติตัวถูก แบบทราบทางลมว่าควรไปทางไหนอย่างไร

จะดีไหมถ้าคุณพูดกับคนรักดีๆ แต่อีกฝ่ายกลับทำหน้าบึ้งใส่ คุณไม่ต้อง 'ทำความเข้าใจ' ให้เหนื่อย ก็แค่รู้ว่าคนรักกำลังอารมณ์บ่จอยเรื่องเพื่อน เรื่องงาน เรื่องเงิน ฯลฯ **ไม่ใช่เรื่องคุณ!**

จะดีไหมถ้าคุณอยากมีเซ็กซ์ แต่เห็นเข้าไปในสภาพร่างกายและจิตใจของคนรัก แล้วรู้ว่ากำลังเหนื่อยอ่อนเกินกว่าจะมารับศึกกับคุณไหว คุณจึงเข้าใจและไม่อยากรบกวน ไม่เริ่มรุกให้คนรักรำคาญใจตั้งแต่ต้น

เมื่อคำนึงว่าเมื่อคนเราตกลงปลงใจร่วมหอลงโรงกันแล้ว ความรู้สึกนึกคิดในหัวคงเป็นอะไรที่ 'ปิดแบบอยากเปิด' ไม่ต่างจากของลับทางกายสักเท่าใด เห็นครั้งแรกอาจเหนียมมอยู่บ้าง แต่ดูบ่อยเข้าก็เฉยๆ ไม่ตื่นเต้นอะไรอีก แล้วจะรู้สึกดีด้วยถ้าเอาใจของกันและกันมาใส่ใจกัน

พอไม่ตื่นเต้นกับการรู้จักกันและกันนั้นแหละ แปลว่าสนิท ยิ่งกว่าสนิท มีความแน่นแฟ้นเหนือคู่รักอื่นอย่างเทียบกันไม่ติด ลอง

คิดว่าคนเราถ้าเปิดอกเผยใจกันเต็มร้อย ไม่ต้องกลัวอีกฝ่ายจะดูแคลนหรือเกลียดกลัว สามารถพูดปรึกษาตรงไปตรงมาแบบคิดอย่างไรพูดอย่างนั้น ราวกับคุยอยู่กับตัวเอง มันจะวิเศษขนาดไหน?

เมื่อต่างฝ่ายต่าง ‘เห็นใจ’ กันจริงๆ คุณจะรู้สึกเหมือนบ้านเป็นวิมาน และไม่ต้องการความเห็นใจจากใครอีกทั้งโลก!

แล้วอันที่จริงก็ไม่น่าตื่นกลัวอะไรมากหรอกครับ เพราะที่จะให้ล່วงรู้เข้าไปละเอียดเป็นคำๆนั้น ใ้จะหาคนทำได้ง่ายๆ คนทำได้นี่ยากที่จะอยากใช้ชีวิตคู่ เนื่องจากต้องไม่ฝึกฝึกมารมณต้องไม่มีอคติหยาบๆ ต้องสะอาดด้วยศีลระดับสูง ต้องปราศจากความฟุ้งซ่านซัดสาย จิตจึงเสถียรพอจะอยู่ในภาวะเป็นใหญ่สงบเงียบ ผ่องใส สามารถรับคลื่นความคิดของใครต่อใครได้แบบเป็นคำๆ

จุดมุ่งหมายหลักสำหรับส่วนที่เหลือของบทนี้ คือการแนะนำให้คุณรู้เฉพาะสิ่งที่ควรรู้ เพื่อเอาไว้รักษาความรู้สึกต่อคนรักไปนานๆ และเป็นอะไรง่ายๆที่คนรักควรรู้กันอยู่แล้ว เช่น จิตกำลังมีราคะหรือไม่มีราคะ จิตกำลังมีโทสะหรือไม่มีโทสะ จิตกำลังมีความหลงผิดหรือไม่มีความหลงผิด เป็นต้น

ผมจะทำให้คุณรู้สึกวาระหว่างเล่นกับความรัก คุณสามารถเล่นกับจิตไปด้วยพร้อมกัน พุดง่ายๆคือเอาความรักที่มีอยู่นั้นแหละ มาทำความรู้จักกับจิตตัวเองและคู่ครองให้รู้ตัวรู้แวงกันไป แล้วคุณ จะรู้ว่าความรักที่เพิ่มพูนขึ้นอย่างล้นหลามนั้น เกิดขึ้นขณะฝึกรู้ใจนั้นแหละ ไม่จำเป็นต้องรู้ใจกันได้จริงๆเสียก่อนเลย **เพราะวิธีฝึกรู้ใจนั้นเองจะทำให้คุณเกิดนิสัย ‘เอาใจเขามาใส่ใจเรา’ มากขึ้น**

สรุปคือการเอาใจเขามาใส่ใจเรานั้นแหละครับ ตัวการสำคัญที่จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างคุณกับคนรักแน่นเหน็บขึ้น

ฝึกรู้จักกระแสความรักของตนเอง

ลองถามตัวเองว่าคุณ ‘รักเขาไหม?’ ถ้าต้องซึ้งใจหาคำตอบเกินพริบตาเดียว แปลว่าดีกรีความรักที่คุณมีต่อเขาคนนั้นยังต่ำอยู่ คุณอาจรู้สึกถึงอาการชงัก อาการอึดอัด อาการสับสน อาการความหาคำตอบจากกันบ้าง

แต่ถ้าตอบสวนทันทีด้วยความเต็มใจสุดๆว่า ‘รักแน่นอน’ ก็ลองสังเกตดูเถิดว่าอาการทางจิตแตกต่างกันไปขนาดไหน ทันทีที่คุณนึกถึงเขาหรือเธอ จะเกิดความสุขสว่างหวานหนุนขึ้นมาทันที ชับดันให้ตอบทันทีว่ารักซัวร์

แค่ ‘รัก’ หรือ ‘ไม่รัก’ ก็ทำให้คุณสังเกตอาการทางจิต รู้จักจิตของตัวเองได้แล้ว ไม่ใช่เรื่องยากเย็นอะไรเลย ถ้ารักมากจะมีแรงดึงดูดสูงจนอยากเอื้อมแขนไปดึงเข้ามาอกอด ถ้ารักน้อยจะมีแรงดึงดูดต่ำจนน่าสงสัย ถ้าเฉยๆจะไม่มีทั้งแรงดึงดูดและแรงผลักออก แต่ถ้าเกลียดหน้อยๆจะมีแรงผลักออกเล็กน้อย และถ้าเกลียดมากจะมีแรงผลักออกแทบบันดาลให้อยากยกเท้าถีบส่ง

เอาคนรักเป็นตัวตั้ง ตอนเจอกันให้สังเกตใจตัวเองเป็นขณะๆ คุณจะพบรายละเอียดต่างๆมากมาย ภายใน ๑๐ นาทีอาจมีแรงดึงดูดไม่เท่ากันหลายระดับ บางช่วงมีแรงดึงดูดมาก พอเพลอ็ก็คลายไป แล้วอาจกลับมาดึงดูดใหม่ แต่แรงไม่เท่าเดิม

ถ้าคุณรักเขาหรือเธอจริง สิ่งที่จะคงเหลือยาวนานกว่าความ
ดึงดูดก็คือความสบายใจ **ตราบนานเท่าที่ยังเห็นหรือนึกถึงคนที่คุณรัก**
ตราบนานคุณจะมีความสบายใจเป็นตัวยืน แม้จะไม่รู้สึกถึงแรงดึงดูด
ให้อยากใกล้หรืออยากกอดเลยก็ตามที่

หากความรักมีกามราคะเจืออยู่ คุณจะรู้สึกถึงกระแสความคัน
ในกาย และจิตจะพุ่งแนวไปที่คนรักด้วยความโลภอยากครอบครอง
กายใจไว้ในมือคุณคนเดียว แต่หากไม่มีกามราคะเจืออยู่เลย คุณจะ
ไม่รู้สึกถึงอาการผิตปกติทางกาย แต่จะรู้สึกชัดเข้ามาที่กลางใจ ใจจะเบา
เนื้อตัวเหมือนโปร่งแสงไปชั่วขณะ ยิ่งถ้ารู้สึกสว่างโล่ง จิตไร้อาการ
เกี่ยวกระหวัดรัดรั้อย อันนั้นแหละครับ ความรู้สึกรักที่อยู่เหนือ
กามารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นได้เป็นบางครั้งบางคราวกับรักแท้ของคุณ

บางขณะความรักทำให้จิตของคุณกระวนกระวาย โดยที่ไม่รู้
เหมือนกันว่าจะเอาอย่างไรกับเขาหรือเธอดี อันนี้แปลว่าทั้งดึงดูดและ
ผลักออกปะปนระคนกันจนน่าสับสน

สภาพต่างๆ ที่ถูกสังเกตและถูกจดจำได้จากตัวเองนั้น ก็เป็น
สภาพอันเดียวกับของคนอื่นนั่นแหละ **ถ้าคุณสัมผัสรู้สึกถึงภาวะ**
ทางใจของตัวเองได้ คุณก็จำไว้ไปเทียบเคียงกับของผู้อื่นได้เช่นกัน

ฝึกรู้จักกระแสความรักของคนอื่น

เมื่อเริ่มฝึกดูใจคนอื่นนะครับ อย่าจ้องหน้า อย่าใช้สายตา
เวลายืนอยู่ต่อหน้าเขาหรือเธอ ให้ถามตัวเองว่าปฏิกิริยาทางใจที่มีต่อ
คุณขณะนั้น เป็นไปในทางพอใจหรือไม่พอใจ สบายใจหรือซุ่นซ้อง

ถ้าเป็นไปได้ในทางพอใจ คุณจะรู้สึกถึงสภาพดีดังดูตเหมือนจะเห็นียวคุณไว้ แต่หากเป็นไปได้ในทางไม่พอใจ คุณจะรู้สึกถึงสภาพผลึกออกเหมือนพยายามยันไม่ให้มาใกล้ **ความรู้สึกที่ออกมาในช่วงแรก ที่สบตาหรือทักทายกันจะเด่นชัดที่สุด แสร้งปลอมแปลงกันได้ยากที่สุด**

ถัดจากช่วงแรกจะเป็นความรู้สึกขั้นพื้นฐาน คือสบายใจหรือ ชุ่นชองที่จะอยู่กับคุณ ถ้าเป็นไปได้ในทางสบายใจ คุณจะรู้สึกถึงความโปร่งเบา เปิดอกไม่คับแคบ แต่หากเป็นไปได้ในทางชุ่นชอง คุณจะรู้สึกถึงความทึบตัน หรืออึ้งๆหนัก หรือเป็นกระแสความระคายรังไป วิ่งมาวนเวียนอยู่ในใจฝ่ายนั้น

สังเกตใจตนเองควบคุมไปด้วย ก็ให้เห็นความพิสดารระหว่าง ใจมนุษย์ด้วยกันมากขึ้น หากเขากับคุณต่างสนใจกันและกันอย่างเท่าเทียม จะรู้สึกราวกับเป็นคุณแม่เหล็กที่ส่งแรงกระทำตึงดูตต่อกัน อยู่อย่างหนักหน่วง แพบเปลลอกอดจับลูบคลำต่อหน้าธารกำนัลได้ ความตึงดูตแบบนี้ไม่ต้องสอนก็รู้สึกเอง เพียงแต่ยากหน่อยที่จะเจอ คนที่สนใจคุณเท่ากับที่คุณสนใจเขาพอดี

แต่หากเขากับคุณต่างหมั่นไส้ไม่อยากคุยกัน จะรู้สึกเป็นแม่เหล็กอีกแบบที่ส่งแรงกระทำเป็นผลึกกันออกห่างอย่างแรง ความรู้สึกผลึกใสหรือต่อต้านไม่ใช่ของหายาก เจอตามถนนหนทาง ได้ถมไป

หากฝึกสังเกตไปเรื่อย คุณจะค่อยๆแยกแยะถูกว่ามีองค์ประกอบ แยกย่อยใด ร่วมอยู่กับแรงตึงดูตและแรงผลึกออก เช่น ในความตึงดูตระหว่างกันนั้น มาจากกามราคะเป็นหลัก หรือมีความชื่นชม

จากใจที่ใสสะอาด และในแรงผลักดันไต่ระหว่างกัน มีอารมณ์พยาบาลแฝงอยู่ หรือมีแต่ความซุ่มเคืองเล็กๆน้อยๆที่ไร้รากแก้ว

เดิมทีคุณอาจเคยชินกับการสังเกตแค่อสีหน้าและท่าทาง เช่น เมื่อใครดีใจ เขาจะเบิกตาโตยิ้มกว้างและเสียงใส แต่ถ้าเย็นชาจะคอแข็ง ไม่ยิ้มไม่สนใจ แต่พอฝึกสัมผัสจิตใจ คุณอาจเห็นไปอีกแบบ คือสภาพจิตคนอาจขัดแย้งกับสีหน้าท่าทางอย่างรุนแรง อาจถึงขั้นเป็นตรงกันข้ามกันเลยทีเดียว

นั่นเพราะมนุษย์เป็นนักซ่อนอารมณ์ โดยเฉพาะผู้หญิงบางคนนะครับ แอบหลงรักผู้ชายคนหนึ่งหลายปี แต่กลับแกล้งทำเป็นไม่สนหรือกระทั่งแสดงสีหน้ารังเกียจ กลัวเพื่อนล้อ หรือเกรงใครจะว่าตามอดมาหลงคนไม่เอาไหน หรือไม่ก็อายที่รู้สึกอย่างนั้นเป็นครั้งแรก แต่ใจนี้หลอกกันไม่ได้หรอก ถ้าสนใจต้องมีแรงดึงดูดออกมาให้รู้แน่ๆ

ทั้งนี้ทั้งนั้น ขอบอกว่ากระแสความดึงดูดหรือผลักรอกนี้ จัดเป็นของตื้นนะครับ สัมผัสได้ง่ายๆ แต่ไม่ประกันว่าบอกอะไรลึกซึ้งแค่ไหน คุณต้องเก็บข้อมูลสังเกตเอา โดยอาศัยใจตนเองเป็นหลัก แล้วจะพบว่าความดึงดูดแบบต่างๆ มีลักษณะวิถีตรพิศดารหลากหลายขนาดไหน

เอาหลักสังเกตไปคร่าวๆแค่ ๓ ข้อก่อน แล้วคุณก็จะเจาะรายละเอียดลึกกลงไปตามลำดับได้ในภายหลัง

๑) ความรักฉันทนิมิตรทำให้จิตของคุณและอีกฝ่ายมีแรงดึงดูดอ่อนๆ ให้ความรู้สึกอบอุ่นเป็นกันเอง

๒) ความนิยมชมชอบดูเหมือนใกล้เคียงกับอารมณ์รัก เพียงแต่ความนิยมจะมีเพียงจิตที่สดีใส อาจมีแรงดึงดูดบ้าง แต่ก็ไม่ถึงขนาดวาบหวาม

๓) ความเมตตาอยู่เหนือกามารมณ์ เพราะรู้สึกดี เหมือนส่งสุขให้กันด้วยใจ แต่ไม่แวะมาข้องเกี่ยวกับกามารมณ์ ไม่เกาะเกี่ยวกระทั่งดรั้ดริง ไม่มีความกระสับกระส่ายกระวนกระวายภายในกาย ให้รู้สึกเลย เปรียบเหมือนคนรดน้ำต้นไม้โดยหวังเพียงความง้าขึ้น ตอบแทนกลับมาในขณะที่กำลังรินน้ำอยู่นั่นเอง

ฝึกจำกระแสจิตประกอบคำพูด

ตอนคนรักคิดอะไรในหัว ถ้าไม่พูดคุณก็ไม่รู้ว่าเขาคิดอะไร และต่อให้เขาพูดอะไรออกมา ก็ไม่แน่ว่าสิ่งนั้นจะตรงกับความคิดที่แท้จริงหรือไม่

ยกตัวอย่างนะครับ ถ้าคุณอุตุสำห้ไปเลือกดอกไม้มาทำนัลเมื่อถามคนรักว่า ‘สวยไหม?’ แน่อนต้องมีการตอบตามธรรมเนียมทันทีว่า ‘สวย!’

คำตอบหรือคำอุทานสั้นๆนี้จะเป็นแบบฝึกหัดให้เข้าไปรู้ความคิดข้างในได้อย่างดี อย่างเช่นคำว่า ‘สวย’ คำเดียว คุณฟังแล้วบอกได้ว่าอะไรเป็นตัวขับออกมา

ถ้าออกมาจากหัวใจที่ฟองโต คุณจะรู้สึกถึงแรงปัดตีในอากาศกลางอกของคนตอบจะเปิดโล่งเบ่งบาน แล้วก็เนิ่นนานพอสมควร

ถ้าออกมาจากความยินดีธรรมดาๆ คุณจะรู้สึกถึงความเปลี่ยนแปลงจากก่อนหน้าที่เคยๆ กลายเป็นสุขสุดชั้นเล็กน้อย แล้วจางลงอย่างรวดเร็ว

แต่หากออกมาจากการเล่นละคร คุณจะรู้สึกถึงความว่างเปล่า มีแต่การฉีกยิ้มหรือส่งเสียงกรีดกรีดภายนอก ไร้ปิติสุขภายในอย่างสิ้นเชิง

และหากถึงขั้นออกมาจากการฝัน ‘กัณฑ์พญุต’ คุณจะรู้สึกถึงอาการกลั่นใจและอึดอัดกลางอกหน่อยๆ กับทั้งคาอยู่อย่างนั้นค่อนข้างนานกว่าจะหายไป

การสังเกตความรู้สึกของอีกฝ่ายขณะตอบคำถามหรืออุทานสั้นๆ จะพาคุณเข้าไปลึกกว่านั้น คุณจะสังเกตเห็นว่าก่อนเปิดปากพูดทุกคนจะมีห้วงความคิดหนึ่งเกิดขึ้นก่อน และส่งเป็นคลื่นไร้รูปออกมาให้คุณสัมผัสได้ คล้ายคลื่นกระแทกที่มีความแรงหรือความเบาต่างกัน **คุณไม่ต้องพยายามแปล ไม่ต้องตีความใดๆ ทั้งสิ้น แค่สังเกตและจดจำ ‘กระแสแบบนั้น’ ที่ส่งออกมาจากฝ่ายนั้นเอาไว้เฉยๆ**

ความคิดในหัวของทุกๆ คนหนึ่ง ก็คือคำพูดของเขาที่คุณได้ยินอยู่เรื่อยๆ นั้นแหละครับ ใช้คำพูดไหนเป็นประจำ คำพูดนั้นก็จะมีอยู่ในหัวของเขาบ่อยหน่อย **หากคุณจับกระแสจากใจในขณะที่เขาพูดได้ คุณก็จะจำได้เมื่อมันเกิดขึ้นอีก แม้เขาจะไม่เปิดปากเปล่งเสียงออกมาเลยก็ตาม**

ยกตัวอย่างเช่นถ้าเขาเป็นคนชอบพูดคำว่า ‘บ้าจริงๆ!’ คุณจะไต่ยินเขาทุกครั้งที่อยากด่าใคร แต่หากอยู่ต่อหน้าผู้ใหญ่ที่เขาเกรงใจ ก็จะมีแต่คำว่า ‘บ้าจริงๆ!’ หรืออะไรคล้ายๆอย่างนั้นอยู่ในหัว โดยไม่เล็ดรอดออกมาทางปาก ทว่าคุณก็จะจับได้ว่ามันอยู่ในหัวเขา เพราะจำแบบแผนคลื่นความคิดเดียวกันได้

ความคิดที่ประกอบด้วยอารมณ์จะถูกเห็นง่ายกว่าความคิดประเภทหลักแต่คิด ยกตัวอย่างง่ายที่สุดเช่นคำว่า ‘เอา’ ของแต่ละคนจะไม่เหมือนกัน บางคนตอบว่า ‘เอา’ จะเจ็ด้วยกระแสความรู้สึกเต็มใจ จริงจัง ในขณะที่อีกคนพูดคำเดียวกันนี้จะเบาโหวง เรื่อยเฉื่อย ไม่หนักแน่นคล้ายเอาก็ได้ไม่เอาก็ไม่เป็นไร

หากยินดีจะฝึกหัวใจกันจริงๆ เพื่อให้เชื่อมั่นว่าไม่ใช่อุปาทานหลอกลวง ก็ให้เอาเศษกระดาษเล็กๆมาสามชิ้น เขียนเลข ๑ ถึง ๓ ลงไป จากนั้นลุ่มเลือกขึ้นมาชู เพื่อให้คนรักอ่านเลขนั้นๆออกเสียงอย่างเต็มปากเต็มคำ เลือกสลับไปสลับมา ระหว่างนั้นคุณก็จับตาดูสบายๆ และพยายามจำให้ได้ว่ามีลักษณะคลื่นจิตแบบไหนปรากฏพร้อมคำพูด หากแยกแยะได้ว่าแต่ละเลขมีคลื่นประจำที่แตกต่างกัน **วนเวียนที่ที่คุณก็สัมผัสได้เป๊ะๆแบบนั้น นั่นแสดงว่าคุณสัมผัสเข้าไปถึงคลื่นความคิดของคนรักแล้ว**

ที่จะหมดความสงสัย คือให้คนรักนึกถึงตัวเลขระหว่าง ๑ ถึง ๓ ในหัวโดยไม่ต้องพูดบอก แล้วคุณใช้ความรู้สึกเอา ว่าสัญญาณคลื่นความคิดของคนรักตรงกับเลขใด อันนี้ต้องตกลงกันดีด้วยนะครับ ถ้าแกลังคิดเป็นเลขอื่นหลอกกัน คุณจะสับสนและเสียกำลังใจ

**ต่อจิตกันไม่ติดไปเลย และสำคัญคือห้ามใช้วิธีดูตาแล้วคาดเดา ย้ำว่า
คุณต้องสัมผัสถึงคลื่นความคิดที่ส่งออกมาจากหัวของอีกฝ่ายเท่านั้น**

อ่านให้เข้าใจและลองทำตามขั้นตอนข้างต้นอย่างใจเย็น หาก
ทายสิบครั้งคุณถูกเกินห้าครั้งขึ้นไป ให้ถือว่าเริ่มสัมผัสคลื่นความคิด
ของคนรักได้ และก็อาจจะถึงตาคนรักให้ลองสลับข้างกับคุณบ้าง

หากต่างฝ่ายต่างทายถูกอย่างแม่นยำ ให้เพิ่มเลขขึ้นทีละหนึ่ง
คือเป็น ๔, ๕, ๖ ไปเรื่อยๆ ถึงจุดหนึ่งจะพบว่าไม่ต้องให้คนรักอ่าน
เลขออกเสียงให้ฟังก่อน คุณก็อาจทายถูก และที่ตรงนั้นคุณจะเริ่ม
จำคลื่นความคิดที่ซับซ้อนของคนรักมากขึ้นเรื่อยๆได้ โดยเฉพาะ
ความคิดสั้นๆที่เขาหรือเธอชอบพูดให้คุณได้ยินติดหู

นี่เป็นคำอธิบายว่าคู่รักบางคู่พออยู่กันนานๆแล้วทำไมจึงรู้
ความคิดกันได้โดยไม่ต้องพูด คำพูดที่ตรงไปตรงมาต่อกัน ย่อม
ก่อกระแสความคิดเป็นคลื่นแบบเดิมๆให้คุ้นเคย ซึ่งสัมผัสแล้วจำได้
ทันทีว่าแบบนี้ เอา ไม่เอา ชอบ ไม่ชอบ ผิดกับคู่รักส่วนใหญ่ที่แม่
อยู่กันมาทั้งชีวิต เห็นกันมาทั้งชีวิต ก็ไม่เคยรู้จักกันเลย นั่นก็เพราะ
ไม่เคยเอาใจเขามาใส่ใจตน หรือไม่เคยแม้กระทั่งสังเกตว่าอีกฝ่าย
กำลังพอใจหรือชุ่นเคือง มีแต่ใส่ใจว่าตนอยากได้สิ่งใด พอใจหรือ
ไม่พอใจอย่างไรเท่าเดียว

ฝึกรู้สึกถึงกันจากทางไกล

หากฝึกรักษาความรู้สึกกันและกันตามที่กล่าวแล้วทั้งหมดใน
บทนี้ ก็เท่ากับพวกคุณถูกจิตให้ตรงคลื่นกันได้อย่างยากจะหาคู่ใด

เสมอเหมือน พวกคุณจะรู้สึกที่กำลังมองไปในทางเดียวกันตลอดเวลา เดินควบคู่อยู่บนดิน ก็เหมือนโอบยบินไปในฟ้ากว้างด้วยการเป็นปีกซ้ายและปีกขวาให้กับรักแท้

จิตที่ประณีตเสมอกันด้วยบุญ คือมีศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญาเสมอกัน คลื่นจิตโดยรวมจะมีความใกล้เคียงกันมาก ยิ่งหากฝึกรู้ใจ เล็งจิตกันและกันเข้าไปอีก พวกคุณจะพบกับความอัศจรรย์ใจว่าสิ่งที่กลับในหัวของคนเรา อาจถูกรู้กันได้ง่ายๆแค่นี้เอง

ความเพลินในกันและกันจะมีรสหลากหลาย ทั้งทางกายและทางใจ **แม้กายห่างกัน ก็เหมือนใจสัมผัสกันได้คล้ายอยู่ใกล้**

ค้นหาความมั่นใจได้ตั้งแต่ตอนอยู่ในบ้าน ใช้ชีวิตตามปกติ ไม่ต้องนัดแนะกันเป็นพิเศษ เมื่ออยู่ต่างห้องกันให้นึกถึงคนรัก ถามตัวเองว่าคนรักกำลังสบายใจหรืออึดอัดใจ กำลังเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ หันที่นั่นเอง กระแสความผ่อนคลายหรืออึดอัดจะมาปรากฏในใจคุณทันที

ถ้าเป็นสุขสบายใจเต็มที่ จะเห็นเหมือนเกิดแสงสว่างเต็มดวงขึ้นในใจคุณ และพลอยทำให้คุณเกิดความเบิกบานตามไปด้วย

ถ้าแค่สบายใจธรรมดา จะเห็นเหมือนแสงสว่างครึ่งๆ ซึ่งอาจไม่มีผลใดๆกับความรู้สึกของคุณ

ถ้าอึดอัดใจมาก จะเห็นเหมือนเกิดความมืดขึ้นในใจคุณ และพลอยทำให้คุณเกิดความคับข้องตามไปด้วย

ถ้าแค่อดีตธรรมดา จะเห็นเหมือนความมืดสลัว ซึ่งอาจ ไม่มีผลใดๆกับความรู้สึกของคุณ

สำรวจดูดีๆว่าคุณแค่ทำความรู้สึกถึงเขาธรรมดาๆ หรือ ‘มีความอยาก’ ให้เขาเป็นสุขเป็นทุกข์แบบหนึ่งๆ ถ้าจับได้ไล่ทันตัวเอง ว่าตั้งความอยากไว้ ก็ให้ทราบเลยครับว่าความอยากคือตัวเบี่ยงเบน สัมผัสให้บิดเบี้ยวและผิดพลาด

เพื่อพิสูจน์ว่าคุณรู้สึกถูกต้อง ให้เดินหาคนรักจนเจอ แล้วถามตัวเองซ้ำอีกครั้ง ว่าด้วยอิริยาบถปัจจุบันของคนรักนั้น เขาหรือเธอ กำลังรู้สึกอย่างที่คุณสัมผัสได้จากอีกห้องหนึ่งหรือเปล่า

และเพื่อยืนยันให้เกิดความมั่นใจชนิดไม่มีทางพลาด ให้ทักถามคนรักไปตรงๆว่ากำลังรู้สึกประมาณนั้นประมาณนี้อยู่ไหม ถ้าคำตอบออกมาถูกหลายๆครั้ง คุณจะเชื่ออย่างไม่สงสัยอีกต่อไปว่า ตนสัมผัสจิตคนรักจากทางไกลได้จริง ไม่ใช่ซออุปาทานไปเอง

จิตไม่มีระยะทาง เพราะอยู่ในอีกมิติหนึ่งที่เป็นต่างหากจาก กว้าง ยาว ลึก ฉะนั้นแม้พวกคุณอยู่ห่างกันถึงดาวพระศุกร์ คุณภาพของจิตสัมผัสก็จะไม่ลดทอนลงตามระยะทางแม้แต่น้อย

จิตสัมผัสของรักแท้ เป็นของเล่นชิ้นหนึ่งที่นำสนุก และความสนุกนั้นก็จะทำให้คุณติดใจในกันและกันมากขึ้นเรื่อยๆ กับทั้งอยากสื่อสารกันให้รู้ซึ่งยิ่งๆขึ้นไป ราวกับเป็นคนเดียวกันจริงๆ ไม่เป็นอื่นต่อกันจริงๆ และจิตสัมผัสจะไม่มีผลกระทบข้างเคียง หากคุณหมั่นพิจารณาว่าสิ่งที่สัมผัสได้ เป็นเพียงภาวะหนึ่ง เกิดขึ้นเดี่ยวหนึ่งแล้ว ก็ดับ ไม่ต่างจากลมฟ้าอากาศ ที่มีร้อนบ้างเย็นบ้างสลับกัน

ความไม่ยึดมั่นถือมั่นจะทำให้คุณยังคงเป็นตัวของตัวเองไม่ติดค้างคาใจ ไม่ถือสาความคิดหมุมหมิมของใคร **แต่ด้วยความยึดมั่น ถือมั่น ต่อให้ไม่รู้จริงว่าใครคิดอย่างไร คุณก็จะทักท้วงและปกป้องเชื่ออยู่อย่างนั้น ว่าเขากำลังคิดอย่างที่คนสำคัญผิดว่าเขาคิด**

หากคลื่นจิตเท่ากัน เล็งตรงกัน ผูกพันกันอยู่เสมอๆ ก็อย่าแปลกใจเมื่อถึงเวลาหนึ่งมีเสียงของคนรักดังขึ้นในหัว ได้ยินชัดๆ เหมือนหูฟังเสียง เพียงแต่เป็นเสียงที่คุณรู้ว่าเกิดขึ้นกระทบใจ ไม่ใช่ความสั่นสะเทือนผ่านอากาศมากระทบแก้วหู

การมีเสียงของคนรักดังขึ้นในหัวไม่ใช่ปาฏิหาริย์ แต่เป็นธรรมชาติของจิตที่ทำตัวเป็นคลื่นรับส่งย่านเดียวกัน หลายคู่ก็เกิดประสบการณ์ทำนองนี้หรือยิ่งกว่านี้โดยไม่ต้องฝึก เพียงแต่ไม่ถึงระดับสื่อสารสองทางราวกับคุยโทรศัพท์ เพราะถึงขั้นนั้นต้องเรียกว่าเป็น 'โทรจิต' แล้ว

การมีโทรจิตต้องอาศัยความนิ่งและคุณภาพของจิตอีกระดับหนึ่ง ใจคุณต้องคิดน้อยลงกว่าธรรมดาเกิน ๙๐% ด้วยการเอาใจไปเกาะอยู่กับเครื่องทำความสงบเช่นลมหายใจหรือกสิณ ซึ่งยากที่ชาวบ้านทั่วไปจะทำ เอาแค่สัมผัสใจตอนตัวห่างไกลได้ก็สนุกพอแล้ว แน่นแน่นกว่าคู่อื่นไม่รู้เท่าไรแล้วครับ อย่าไปไกลถึงขั้นโทรจิตเลย

ฝึกฝนร่วมกัน

การฝึกฝนร่วมกันแทบเป็นประสบการณ์สามัญสำหรับคู่รักที่นอนพร้อมกัน และก่อนนอนคุยกันไปจนหลับ ทั้งนี้เนื่องจากจิตก่อนหลับ

จะถูกโยงเข้าหากัน หรือกระทั่งเล็งตรงกัน โดยมีข้อเรื่องที่อยู่ด้วยกัน เป็นตัวเหนี่ยวนำ พอหลบลงไปจึงมีคลื่นจิตของอีกฝ่ายมากระทบใจ ทำให้เห็นนิมิตฝันเป็นกันและกันในเรื่องราวคล้ายคลึงกัน

ฝันร่วมกันของคู่รักธรรมดา มักจะตรงกันเพียงบางส่วน เช่น ฝันว่าไปเที่ยวน้ำตกด้วยกันก็จริง แต่สอบถามดูจะพบว่าฝ่ายหนึ่งไปเที่ยวน้ำตกในแอการา ส่วนอีกฝ่ายไปเที่ยวน้ำตกที่ไหนไม่รู้ รู้แต่ไม่ได้ใหญ่เหมือนขนาดในแอการาแน่นอน

หากอธิบายตามหลักจิตวิทยาขั้นพื้นฐาน ก็คือทั้งสองอาจคุยกันในแบบที่ทำให้รู้สึกชุ่มฉ่ำ ประมาณเดียวกับไปเที่ยวน้ำตก แต่น้ำตกในความประทับใจอยากไปเที่ยวของฝ่ายชายอาจเป็นในแอการา ในขณะที่ฝ่ายหญิงไม่มีความปรารถนาหรือประทับใจในแอการาเป็นพิเศษมาก่อน

แต่ยังมีฝันอีกแบบหนึ่ง ซึ่งพ้นไปจากฝันธรรมดา แต่เป็นการ ‘ร่วมฝัน’ ในความหมายของการร่วมสร้างนิมิตฝันขึ้นมาด้วยกันจริงๆ กับทั้งฝึกบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาได้ด้วย เช่น ตกลงกันไว้ล่วงหน้าว่าถ้าเจอกันในฝัน จะบินไปด้วยกัน หรือไปดำน้ำเล่นกัน

การฝึกถ้าให้ลัดที่สุดนะครับ ต้องการคู่รักที่มีศรัทธา คีลจาละ และปัญญาเสมอกันดีแล้ว รู้วาระจิตกันพอสมควรแล้ว คลื่นจิตอยู่ในย่านเดียวกันแล้ว

ที่เหลือจากนั้นก็เล่นไม่ยาก ทำอย่างไรก็ได้ให้จิตไปจดจ่อกับความฝันของอีกฝ่าย เช่น หมั่นถามว่าเมื่อคืนฝันถึงกันและกันบ้าง

หรือเปล่า ผันว่าอะไร และตั้งข้อสงสัยเกตอย่างเป็นกิจจะลักษณะ คุณเฟื่อง
กันไปเลยว่าคุณอยู่ในความผันของคนรักโดยมีความหมายแบบใด

ชุดคัศจรรย์ผันๆมาคุยกันให้เยาะๆ แล้วจิตจะเล็งอยู่กับความผัน
ของกันและกันไปเอง พอก่อนนอนให้ตกลงกันธรรมดาๆ อย่าตั้งใจ
มาก เอาแค่ถ้าถ้าเจอกันในฝันคืนนี้นะ ลองจับมือกันบินจากพื้นขึ้น
ฟ้าไปในแนวตั้ง แล้วมองลงมาว่าเห็นอะไร ช่วยกันจำไว้ตรวจดูกัน
ตอนเช้าว่าตรงไหม

หากคืนนั้นต่างคนต่างผันไปคนละเรื่องก็ไม่เป็นไร ให้ทำความ
ตกลงกันอีกทุกคืน จะเปลี่ยนแนวไปทางไหนก็ได้ เพราะบางที่จิต
ต้องเจอเรื่องที่สนใจพร้อมกันจริงๆ จึงจับติด เอาไปเป็นนิมิตผันได้

ประสบการณ์แรกๆในการเจอกันในฝัน อาจนำหน้าด้วยฝันมั่ว
เลอะเทอะทั่วไป แต่พอเกิดนิมิตของคนรัก ก็จะกระตุ้นเตือนความ
ทรงจำ ว่าเจอกันในฝันจะทำอะไรบ้าง และนั่นแหละ นิมิตผันจะเป็น
ไปตามที่ถูกโปรแกรมไว้ก่อนหลับ

คลื่นจิตเป็นสิ่งอ่อนไหว ไม่มีทางที่คุณจะบังคับตั้งใจว่าต้อง
เกิดผันร่วมกันในคืนนั้นคืนนี้ แต่ที่แน่คือถ้าคืนไหนจับปลัดจับผลู
มีกันและกันในฝันขึ้นมา คืนนั้นพวกคุณจะสนุกมาก อาจเหมือน
ตะลุยผจญภัยอย่างน่าตื่นเต้นไปในนิทานอาหรับราตรีด้วยกัน ซึ่ง
ไม่มีทางจะเกิดขึ้นจริงเลยในชีวิตคนธรรมดาเดินดิน

ถ้าจุดเครื่องติดแค่ครั้งเดียว คุณจะร่วมผันด้วยกันได้อีกบ่อยๆ
โดยอาจไม่ต้องสร้างข้อตกลงเป็นพิเศษ เพราะจิตขณะหลับจะทำงาน

เอง จูณกันติดเองเป็นอัตโนมัติ พวกคุณจะได้ทำความรู้จักกันมากขึ้น
เข้าถึงกันมากขึ้น เพราะความฝันคือส่วนสำนึกครั้งดิบครั้งแรก ทุกสิ่ง
จะไม่เหลือเป็นที่ปิดบังกันอีกเลย

และถ้าต้องฝันร้ายด้วยกัน จิตสำนึกของความเป็นคู่แท้ที่
สร้างกันมา จะบันดาลนิมิตไปในทำนองจุดมือช่วยกันอยู่ กอดคอ
ร่วมกันตาย แน่นอนตื่นขึ้นมาพวกคุณอาจอยากร้องไห้กอดกันแน่น
ด้วยความดีใจที่เป็นเพียงฝัน กับทั้งเห็นใจกันลึกซึ้งขึ้น เชื่อมันว่า
ถ้าเป็นอย่างในฝันจริงก็จะไม่ทอดทิ้งกันแน่นอน

หวังว่าบทนี้คงช่วยให้คุณเห็นแนวทาง
ที่จะเป็นสุขกับการมีรักเดียวใจเดียวได้ตลอดไป
แน่นอนว่าไม่ง่าย แต่เป็นไปได้แน่ถ้าเอาจริง

เมื่อคุณสามารถรักษาความรู้สึกไว้ได้ตลอดรอดฝั่ง
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือพอถึงเวลาต้องจากกัน
คุณจะทำอย่างไรดี

จากกันให้เป็น
แล้วความรักจะไม่ตาย



บทที่ ๕ จากเป็นจากตาย

รักแท้ไม่ได้มีแต่การอยู่ร่วมกัน การอยู่ร่วมกันตลอดไปไม่อาจเป็นรักแท้ เหมือนกับเพลงที่บรรเลงอย่างไม่รู้จบรู้สิ้น ย่อมไม่อาจได้ชื่อว่าเป็นเพลง เพราะหากปราศจากจุดจบของเพลง เราก็ไม่รู้ขอบเขตเนื้อหาของเพลง ไม่รู้ว่าเพลงต้องการบอกอะไร ลงเอยสุขหรือเศร้า ฉันใดก็ฉันนั้น **วิธีจากลาก็เป็นเครื่องบอกว่าคุณรักของพวกเขาคุณงดงามที่สุดได้แค่ไหน ไม่เช่นนั้นพวกคุณก็แค่อยู่กันไปเรื่อยๆ อย่างปราศจากบทสรุปอันใด**

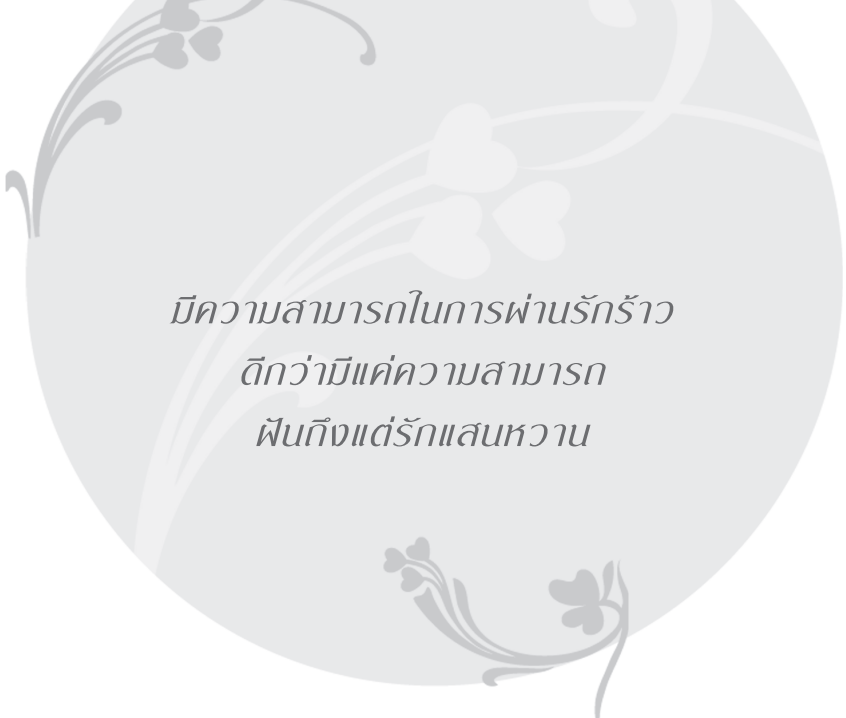
ถ้าคุณทำตนให้เป็นคนมีเสน่ห์ เจอคนที่ใช่แล้ว และพยายามรักษาความรู้สึกให้ตลอดรอดฝั่งได้แล้ว แนວโน้มคือความรักของคุณจะเป็นอมตะ แม้ต้องเกิดตายครั้งแล้วครั้งเล่า ความรักอันสว่างหวานก็ยังคงบันดลชีวิตคู่ใหม่ให้ไม่รู้จบ ความเกิดและความตายจะเป็นเพียงอุบายทางธรรมชาติที่รักษาความรักไว้ให้สดใหม่อยู่เสมอ

แต่ถ้าคุณพยายามแล้ว และไม่อาจเจอคนที่ใช่จริง หรือไม่สามารถรักษาความรู้สึกไว้ได้ตลอดรอดฝั่ง อย่างน้อยก็ไม่มีใครว่าคุณได้ ว่าไม่พยายามทำให้ดีที่สุดเสียก่อน

จุดลงเอยของความรักมีทั้งจากเป็นและจากตาย มีทั้งบอกได้ว่า เป็นรักแท้หรือรักเทียม ถึงเป็นรักเทียมคุณก็ต้องดีใจที่ไ้รู้ เพราะจะไม่ต้องหลงเสียเวลาเปล่า และเริ่มต้นแสวงหารักแท้กันเสียที

บทนี้จะชี้ให้เห็นว่าเพียงทำความเข้าใจ เพียงไม่มองแค่จากหลอกในยามจาก คุณก็จะเห็นกระบวนการทั้งหมดตั้งแต่เริ่มต้น ดำเนินไป และมาถึงจุดจบ กระทั่งกลายเป็นภาพรวมแห่งความรักที่สมบูรณ์ **ไม่ว่าจะสมบูรณ์ในทางสำเร็จหรือล้มเหลว คุณก็ได้ชื่อว่ารู้จักรักอย่างถ่องแท้และไม่ขาดสติ**





มีความสามารถในการผ่านรักร้าย
ดีกว่ามีแค่ความสามารถ
ฟื้นถึงแต่รักแสนหวาน

จากเป็น

หลังจากจับคู่ เกิดภาวะคู่รักขึ้นมา คุณควรมองว่านั่นเป็น ภาวะหนึ่ง มีความผูกพันระดับหนึ่ง มีความทนต่อการแตกร้างระดับ หนึ่ง **ไม่ใช่ความเป็นเนื้อเดียวกันดุจธาตุกายสิทธิ์ที่ไม่มีทางพังพินาศ**

ในอีกทางหนึ่ง ภาวะคู่ถูกผูกไว้ด้วยสายใย **จึงเป็นไปได้ที่จะ สร้างเสริมสายใยขึ้นใหม่ไม่จำกัด**

เดิมมีสายใยที่คุณมองไม่เห็นด้วยตาเปล่าอยู่ก่อน จากบุญเก่า ในอดีตที่ทำได้ระหว่างกัน คุณจะรู้สึกว่ามีพันธะหนาแน่นแข็งแรง เพียงใด ก็ด้วยการลองเจอปัญหา หรือเจอสิ่งที่ไม่ชอบในตัวอีกฝ่าย จริงๆ ดูว่าสามารถรับได้แค่ไหน โดยเฉพาะที่ต้องเจอซ้ำๆ ถ้าความอดทนต่ำก็แปลว่าสายใยผูกพันไม่ได้เหนียวแน่นหรือแข็งแรงอะไรเลย

ยิ่งรักมากเท่าไร ใจคุณจะยิ่งสู้มากขึ้นเท่านั้น!

แต่ความจริงก็มีอยู่อีกอย่าง คือ **นักสู้ที่เก่งที่สุดในโลก ก็ต้อง
หมดแรงเข้าสักวัน หากต้องสู้เรื่อยไปไม่หยุดหย่อน**

เช่นกัน หากหมดแรงที่จะรัก ก็ไม่มีเหตุผลใดในโลกที่จะต้อง
ฝืน เพราะถ้าฝืนแล้วเป็นประสาท คุณก็ต้องตกนรกทั้งเป็นหลังจาก
ความรักตายไปอยู่ดี ตัวตนของคนที่ใช้อาจเพียงออกลายเต็มร้อย
หลังจากร่วมชายคากัน ตรงนั้นคุณต้องเชื่อสามัญสำนึกแล้วว่า
'รับได้ไหม'

หลังจากพยายามอดทนกล้ำกลืนระยะหนึ่งแล้วไม่มีอะไรดีขึ้น
บางทีการลองห่างกันไปบ้างเพื่อรักษาสุขภาพจิต ก็อาจเป็นหนึ่งในวิธี
รักษาความรักไว้ครับ

คุณค่าของการจากเป็น

เคยนึกถึงคุณค่าของการจากกันเป็นๆบ้างไหม?

การจากกันเสียก่อนตาย บางครั้งดีกว่าอยู่กันไปเรื่อยๆนะครับ
เพราะอาจเป็นทางเดียวที่ทำให้คุณค้นพบว่าเคยมีความรักอยู่ตรงนั้น
ขนาดไหน

พฤติกรรมที่น่ารำคาญบางอย่างของคนรัก ตอนอยู่ด้วยกัน
คุณจะรำคาญไม่เลิก ต่อเมื่อจากกันไป คุณจะลืมความรู้สึกรำคาญ
เหลือแต่ความอาลัยและอยากมีโอกาสสัมผัสพฤติกรรมน่ารำคาญ
เหล่านั้นอีก

บางคู่อยู่อย่างซังกะตาย แล้วคุณจะรักษาความซังกะตายไว้เพื่อใคร แทนที่จะลองให้การจากกันสร้างความแปลกใหม่ น่าค้นหา และให้มันบอกว่าคุณซังกะตายของการอยู่ร่วมกันทั้งหมดนั้น ตกลงเรียกว่า 'รัก' ได้ไหม

ความซังกะตายอาจกลายเป็นภาพแห่งความทรงจำที่คุณเพิ่งรู้ค่า การเพิ่งได้สำนึกรู้ค่าจะตามมาด้วยความคิดถึงแทบขาดใจ การต้องทนนอนร้องไห้คนเดียว และการอยากกลับมาอยู่ด้วยกันอีกถึงกับอาจทำให้คุณแทบกินไม่ได้ นอนไม่หลับ

นี่คือความจริง **คนบางคนอาจทำให้คุณนับวันรอว่าเมื่อไรจะถึงเวลาสิ้นสุด แต่เมื่อสิ้นสุดเข้าจริงๆ เขาหรือเธอก็จะทำให้คุณนับวันรอว่าเมื่อไรจะถึงเวลาเริ่มต้นใหม่**

ตอนอยู่ด้วยกัน ผู้หญิงอาจกักขังผู้ชายไว้ด้วยความน่ารักหรือความน่าสงสาร ส่วนผู้ชายก็อาจกักขังผู้หญิงไว้ด้วยอำนาจเงินหรืออำนาจความป่าเถื่อน **แต่สุดท้ายทุกคนก็กักขังตัวเองไว้ด้วยอำนาจกรรมที่ทำไว้กับคนอื่นนั่นเอง**

ความรุนแรงของความรู้สึกผิดจะเป็นตัวฟ้องว่าคุณเคยเลวร้ายกับเขาหรือเธอมาอย่างน้อยแค่ไหน เวลาผ่านไป ผันร้ายของคุณอาจผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนหลากหลายรูปแบบ **แต่ทั้งหมดก็คือการวนเวียนซ้ำซาก ตอกย้ำความรู้สึกผิดเดิมๆที่มีต่อคนรักอยู่นั่นเอง**

เมื่อใดที่เกิดมโนภาพคนรักตกอยู่ในสภาพน่าสงสารเข้าไปซ้ำมา ทั้งที่คุณก็ไม่ได้ตั้งใจให้เกิด หรือกระทั่งพยายามลืมแต่ก็ยิ่งจำ นั่นแหละ

ขอให้ทราบว่าการเริ่มเล่นงานคุณทางใจแล้ว **เมื่อใดมีใจตัวเองเป็น
กรง เมื่อนั้นจะรู้ว่ากายดินแคไหน หรือต่อให้เตลิดไปไกลสุดขอบโลก
ก็ไม่มีประโยชน์เลย ไม่อาจพ้นจากสภาพถูกคุมขังเลย**

บางคู่หน้าสงสารมาก ที่เป็นคู่เวรกันอย่างไม่รู้ คู่เวรนี้ต้องเข้าใจ
ว่าไม่ใช่ไม่เคยทำบุญร่วมกันมานะครับ เคย... แต่ก็ทำบาปและ
จองเวรมากกว่า

เรื่องของเรื่องคือเคยทำบุญ เคยอธิษฐานขอเกิดร่วมกัน แต่
ลืมนึกอยู่ร่วมกันแบบปรองดอง ลืมช่วยกันรักษาศีลข้อกาเม พอมีผู้
ให้จับได้ไล่ทันก็เจ็บใจกันแทบต้องฆ่าแกง เสร็จจากนั้น เจอกันใหม่
ก็รักกันใหม่ แล้วก็ทะเลาะกันใหม่ หรือนอกใจกันใหม่ พอห่างหาย
ไปพักหนึ่ง เพียงเขาหรือเธอกลับมาหาด้วยท่าทีหยอหยงเส่ๆ ก็
ทนสงสารไม่ได้ และเลือกจะทนต่อ ทั้งที่ไม่เหลือกำลังจะให้ทนอีกแล้ว

ถ้ารู้ทางกรรมเสียหน่อย ตอนกลับมาต่อกันอีกที ให้ต่ออายุรัก
ด้วยความตั้งใจร่วมกันที่จะละบาป ละเวร เลิกแล้วต่อกัน เปลี่ยน
เป็นตั้งหน้าตั้งตาคิดดี พุดดี ทำดีต่อกัน **การจากกันชั่วคราวของ
พวกคุณ จะเท่ากับเป็นการปล่อยให้ความรักตายไป เพื่อให้มันเกิดใหม่
อย่างไร้มลทินในวันหนึ่ง**

ความเข้ากันไม่ได้โดยธาตุ

คนเราอยู่กับอะไรซ้ำซากจำเจ ก็ต้องเบื่อบ้างเป็นธรรมดา แต่
จะดูว่า ‘เมื่อจริง’ หรือเป็นเพียงอารมณ์หนึ่ง ก่อนอื่นคุณต้องทำ
ความเข้าใจว่าจิตเป็นสิ่งบังคับไม่ได้ว่าจะให้รู้สึกอย่างไร แต่ละความ

รู้สึกเกิดขึ้นเพราะมีเหตุปัจจัย ซึ่งเหตุปัจจัยทางความรู้สึกไม่ได้มาจากคนรักเสมอไป ชีวิตของคุณต้องเกี่ยวข้องกับอะไรมากกว่านั้น

อย่างเช่นคุณกำลังเซ็งงาน เงินน้อย อยากลาออก หันหน้าไปพึ่งใครไม่ได้แม้แต่คนร่วมเตียง แนนอนคุณต้องเกิดอารมณ์พาล และสำคัญว่าตนเองเมื่อคนรักเต็มประดา ทั้งที่จริงตัวตนของเขาเป็นที่รักมาแต่ต้น แล้วยังไม่เปลี่ยนแปลงไปเลยแม้แต่หย่อม

เป็นใจคุณเองที่เปลี่ยนไปตามเวลาและเหตุการณ์ อย่างนี้ถือว่าไม่เมื่อจริง แต่ถูกกิเลสบีบให้เมื่อชั่วคราว

สำหรับการเมื่อจริงนั้น ผู้ร้ายที่เป็นต้นเหตุของความสุดทน มักจะเป็น ‘ความเข้ากันไม่ได้’

ความเข้ากันไม่ได้ หรือความมีเรื่องมีราว มีปากมีเสียงไม่รู้จักจบสิ้น เกิดจากเหตุหลายประการ ทั้งที่ลึกลับและเปิดเผย

หากพวกคุณมีบาปเวรผูกกันมา การกลั่นใจให้อภัยไปเรื่อยๆ อาจช่วยได้ เพราะบาปย่อมหมดกำลังส่งผลเมื่อไม่มีการต่อเวร วันหนึ่งพวกคุณอาจอยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุขเมื่อบาปเวรอ่อนกำลังลงกับทั้งได้แรงบุญใหม่ช่วยอุดหนุนให้ความรู้สึกของทั้งสองฝ่ายสว่างไสว และพร้อมจะหวานชื่นขึ้นกว่าเดิม

แต่หากพวกคุณมีธาตุนิสัยแตกต่างกัน อันนี้คงแก้ยาก เว้นแต่จะมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยอมละทิฐิมานะ เปลี่ยนแปลงตัวเองตามอีกฝ่ายในทางดี **ย้ำว่าต้องเป็นทางดีเท่านั้นนะครับ ถ้าเปลี่ยนไปในทางร้ายจะไม่ช่วยเลย**

ที่เป็นเช่นนั้นเพราะเรารู้กันอยู่แล้วว่าแรงดึงดูดแบบรักแท้ถาวร
ต้องสร้างด้วยบุญ ไม่ใช่ด้วยบาป

การเปลี่ยนแปลงตามกันไปในทางมืด อาจเป็นแรงดึงดูดให้
ร่วมหัวจมท้ายกันต่ออีกพักหนึ่ง เพื่อทำเรื่องเลวๆร่วมกันอีก ก่อน
จะแปรเป็นพลังผลึกออกอย่างรุนแรงและน่ากลัว

สำหรับคู่ที่รู้ว่าจะไม่รอดแน่ อาจเพราะภาพลวงตาที่เข้ากัน
ได้หายไป และกลายเป็นภาพความจริงคือไม่มีอะไรที่ไปด้วยกันได้
เลย เช่นนี้คุณควรคิดเองให้ได้ว่า **จากกันเสียก่อนจะหมดรัก ดีกว่า
หมดรักแล้วค่อยจากกัน**

คำบอกเล่าที่ดีที่สุด คือคำที่กลั่นออกมาจากน้ำใจ **น้ำใจจะเป็น
ตัวเลือกคำพูดได้ดีที่สุดในโลก**

คำลาที่ประกอบด้วยหยดน้ำตาอาจน่าซึ้งใจ แต่การบอกลาก
ด้วยวิธีบีบน้ำตาแสดงละครเย็นเยื่อจะน่ารำคาญมากกว่ามีประโยชน์
เมื่อคุณทำใจได้ดี ปากก็พูดได้ดีเหมือนกัน ไม่จำเป็นต้องพูดความ
ในใจทั้งหมด ขอเพียงให้ปากตรงกับใจทั้งหมดเถอะ แล้วสติจะอยู่
เป็นเพื่อนคุณหลังคุยจบ

คำพูดลาอาจเป็นคำที่เอ่ยได้ยากที่สุดนับแต่คบกันมา แต่ถ้า
คุณไม่ตกลงปลงใจให้เด็ดขาด คุณอาจต้องประสบกับช่วงเวลาลำบาก
กายลำบากใจที่สุดนับแต่เกิดมาทีเดียว!

ทำใจกับการสูญเสีย

ช่วงของการตัดขาดกัน เลิกเป็นคนรักกัน จิตใจคุณจะปั่นป่วน สับสน กลับไปกลับมาระหว่างอโหสิห์กับคิดแค้น เหมือนหัวใจไม่ใช่ของคุณ นั่นเพราะความจำจะมีอิทธิพลกับจิตใจอย่างที่สุดในช่วงนี้ และเมื่อมีทั้งความทรงจำด้านดีกับด้านร้าย คุณก็ย่อมรู้สึกดีบ้าง ร้ายบ้างเป็นธรรมดา

ทางออกที่สวยงามที่สุด คือหัดเดินทางเข้าวัดเพื่อไปทำบุญ คนเดียว โดยมีเจตนาว่าจะให้ความสุขสดชื่นอันเกิดจากการทำบุญ สำเร็จตามลำพัง เป็นพลังให้ยืนหยัดอยู่คนเดียวด้วยความเข้มแข็ง

ระหว่างไปทำบุญคนเดียว ถ้าเหงาให้มีสติรู้ว่าเหงา และเอาใจ ไปจดจ่อกับการทำบุญ คุณจะรู้สึกถึงความเข้มแข็งที่กลบทับความ หดหู่เสียได้

หากพบว่าได้ผล ขอให้ทำบุญคนเดียวเรื่อยๆ อาทิตย์ละครั้ง น่าจะกำลังดี ไม่ต้องลงทุนด้วยเงินมากมาย ให้ใช้กำลังใจมากๆ แทน ก็แล้วกัน ถ้ารู้ว่ามีงานสงเคราะห์ที่ไหนให้รีบไปโดยไม่ต้องชวนใครสักกระยะ ผลบุญที่เกิดขึ้นจากการเดินทางเองคนเดียวอย่าง เป็นสุข หลายครั้ง จะบันดาลให้คุณรู้สึกเชื่อมั่นว่าการอยู่คนเดียวไม่ได้ หมายความว่า ต้องเหงา ต้องเศร้าอย่างที่นึกคร่ำครวญไปเองเลย

ไสยศาสตร์มีจริง ได้ผลจริง แต่ก็ทำให้ช่วยจริงไม่รู้จบรู้สึก็น เหมือนกัน แถมไม่ใช่ทางมาของรักแท้ด้วย อย่างดีก็ได้แค่รักเกี ชั่วคราวเท่านั้น ฉะนั้นห้ามคิดถึงของต่ำจำพวกไสยเวทย์เรียกผัว เรียกเมียคืนเป็นอันขาด!

จำไว้ว่าทำใจได้ก็เจอคนใหม่ได้ให้ตัวคุณในวันนี้เป็นคนจัดการ อย่าให้ตัวคุณที่ตายไปแล้วเมื่อวานเป็นคนเลือก เพราะมันจะเลือก ใครที่ตายจากความเป็นคนรักของคุณไปแล้ว ซ้ำไปซ้ำมาอยู่นั่นเอง

สิ่งดีๆ ที่ผ่านไป อาจเปิดทางให้สิ่งดีกว่าที่กำลังจะผ่านเข้ามา หากคุณมัวแต่เสียดายของเก่า แล้วจะรู้ได้อย่างไรว่าของใหม่น่าเสียดาย ยิ่งกว่าหรือเปล่า

เมื่อลากันด้วยความรู้สึกดีๆ คุณจะเหลือความรู้สึกดีๆ ให้ตัวเองมากพอจะเชื่อ ว่าการเริ่มต้นใหม่ยังดีได้อยู่ ตลอดจนพร้อม จะเริ่มกับคนโสดที่ดีจะได้คุณไปในรูปแบบใหม่ที่ดีขึ้น

แต่ถ้าลากันด้วยความรู้สึกแย่ๆ คุณจะกลายเป็นคนมองโลก ในแง่ร้าย แม้แต่เงาตัวเองในกระจกก็ดูแย่มากแล้ว คุณจะเอาความเชื่อมาแต่ไหน เกี่ยวกับการเริ่มต้นใหม่ที่ดีกว่า และคนโสดที่ดีจะได้คุณเป็นรายต่อไป

หากการจากลาคือจุดเริ่มต้นของการทบทวนตนเอง ก็นับเป็นการจากลาที่คุ้มค่า หลายคนเป็นพวกความรู้สึกซ้ำ ต้องจากกันไปเสียก่อนถึงจะนึกออกว่าคนรักมีคุณงามความดีขนาดไหน น่าสงสารเพียงใดกับการต้องอดทนอยู่กับความเห็นแก่ตัวของตน **ความสำนึกผิดต่อผู้โสดร้ายในวันก่อน จะกลายเป็นตัวสร้างพ่อพระแม่พระให้กับผู้โสดดีในวันหน้า**

ระหว่างรอคนรักใหม่ด้วยความเป็นผู้ใหญ่กว่าเดิม ลองยืนอยู่ด้วยขาของตัวเองที่ปราศจากคนรักพยุง ลองนึกถึงขาของตัวเอง ว่า

ยืนตรงโดยปราศจากไม้เท้าช่วยค้ำรักแร้ได้ไหม ถ้าหาของที่คุณทำได้ ใจ
ของคุณก็ต้องทำให้ได้อย่างนั้นเช่นกัน

จากตาย

พระพุทธเจ้าตรัสว่าความรักจะเกิดขึ้นได้ ต้องประกอบด้วย
เหตุสองประการ เหตุแรกคือเคยอยู่ร่วมกันในปางก่อน เหตุที่สอง
คือเกื้อกูลกันในปางนี้

ความโหดร้ายที่สุด
คือการหลอกตาด้วยของจริง
ภาพที่ปรากฏในวันสุดท้าย
จะบิบบให้คุณอยากเชื่อว่ารางวัล
ของความเหนียวที่ทุ่มให้กับรักแท้ทั้งหมด
คือการจากลาชั่วนิรันดร์

เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว **ถ้าไม่ตายจากกัน คุณจะเอาเหตุแรก มาแต่ไหน?**

ความตายเป็นส่วนหนึ่งของความรัก นี่นับเป็นลัจจะความจริงอันยิ่งใหญ่!

สุดท้ายปลายทางของชีวิตคุณทั้งสองจะตอบได้ว่าคนเรามีรักแท้ไปทำไม รักแท้จะทำให้ใจคุณหนึ่ง ไม่ซัดส่าย ไม่หลงทาง และไม่มียามตาย **สิ่งที่คุณทำได้ดีที่สุดคือการรักหารักแท้ไว้รอพบจุดจบที่งดงาม เพื่อการเริ่มต้นด้วยตัวตนใหม่อันไม่เป็นที่รู้วาทิไหนและเมื่อใด**

แค่รู้เท่านั้นว่ารักแท้จะรออยู่ที่นั่นเสมอ!

ถ้าคุณมีคนที่กำลังจะตาย คุณอาจเห็นความตายเป็นศัตรูอยากต่อสู้กับมัน แต่การต่อสู้กับความตายนั้น ไม่อยากแพ้กัต้องแพ้ ฉลาดแค่ไหนก็เอาชนะไม่ได้ **เพราะกำเนิดชีวิตคือจุดเริ่มต้นนับถอยหลังสู่ความตาย ความตายมันแฝงอยู่แล้วในความเกิด**

ระหว่างมีชีวิตคุณจะเรียนรู้วิธีเตรียมใจทันหรือไม่ทันเท่านั้น!

หากเตรียมใจทัน คุณจะเห็นความตายเป็นครู และสอนวิชา 'เห็นตามจริง' ได้ดีที่สุดในโลก **ความจริงมีอยู่ว่าทุกสิ่งเกิดขึ้นแล้วต้องดับเป็นธรรมดา ใจที่ยึดมั่นถือมั่นมากเท่านั้น จะทำให้กลายเป็นเรื่องผิดปกติไป**

นี่เป็นมุขเด็ดของธรรมชาติ คือแกล้งให้พวกคุณรู้สึกว่าจะไม่ได้เจอกันอีกแล้ว ตายแล้วตายเลย เหมือนหายสาบสูญไว้ร่องรอยใดๆ

นี่เองคนอยู่ข้างหลังจึงอดร้องไห้ไม่ได้ เพราะกลัวไม่เจอกันอีก และเหมือนต้องทำอะไรต่างๆอยู่คนเดียวไปจนสิ้นกาลนาน

ยังมีอีกเหตุผลหนึ่งที่ควรร้อง คือเสียใจทำอะไรให้คนรักน้อยไป **คุณไม่รู้หรือว่าคุณและคนรักทำอะไรไว้ให้แก่กันมากเกินไปหรือน้อยไปเพียงใด จนกว่าคนรักของคุณจะหายไปแบบไม่มีวันกลับมา**

อันที่จริงความรู้สึกผิด ล้วนแล้วแต่จะเป็นตัวกำหนดว่าเมื่อเกิดใหม่ คุณจะอยากทำอะไรให้คนรัก เพราะสิ่งที่อยากทำให้กับคนรัก จะถูกระดมมาชุมนุมอย่างหนาแน่นในช่วงรอเวลาตายนั่นเอง **เมื่ออยากทำอะไรดีๆในช่วงใกล้ตาย ย่อมบันดาลให้ได้ทำจริงในชีวิตหน้า**

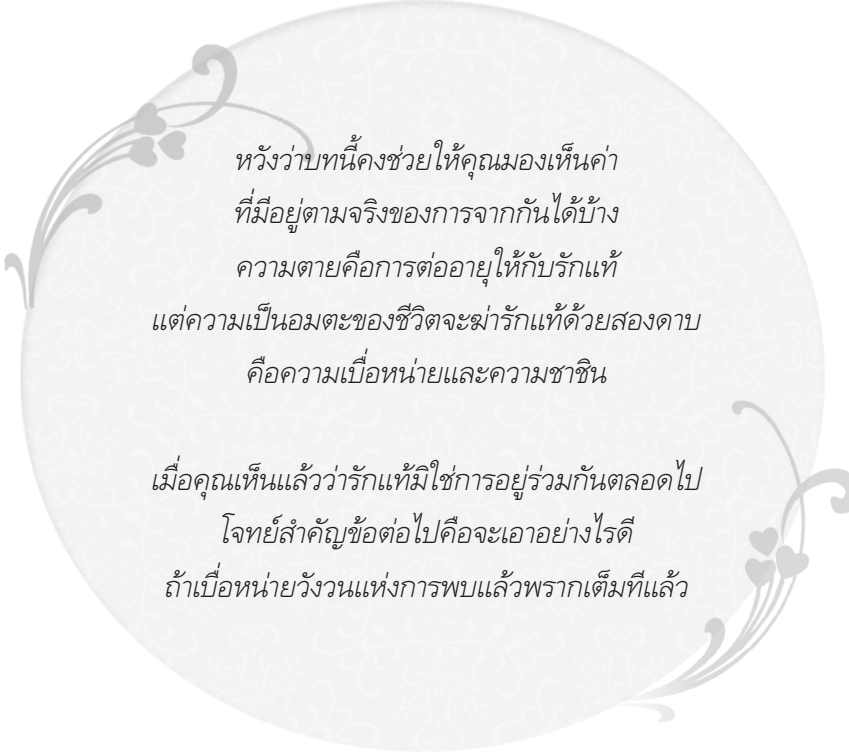
ความตายคือการล้างความจำให้หมดเสียก่อน คิดดูนะครับว่าถ้าไม่ตาย คุณก็จะเคยชินกับการอยู่ร่วมกันแบบเดิมๆไปเรื่อยๆ และถ้าไม่ลืม ยังคงจำได้เท่าเดิม การพบกันใหม่ก็จะมีค่าเท่ากับภาพเดิมอีก เพราะต้องตกอยู่ภายใต้อำนาจความเคยชินเดิมๆอยู่นั่นเอง เสวยบุญชุดเก่าไม่เลิกราอยู่ตนเอง ไม่เปิดโอกาสให้บุญใหม่ๆได้แสดงบทบาทเสียบ้าง

จะวัดว่าทำอะไรให้กันและกันดีพอหรือยัง ดูที่ตอนจบก็ได้ ชีวิตคือเกมๆหนึ่ง ถ้าตอนจบดีก็ให้นับว่าชนะ ไม่ต่างจากเล่นกีฬา ถึงระหว่างเล่นจะล้มลุกคลุกคลาน ผิดพลาดจนจนจรจรบ้านไหน ถ้าตอนจบฉวยโอกาสของทัน ก็ถือว่าคุณเป็นผู้ชนะอยู่ดี

จบดีแบบรักแท้ คือรู้สึกดีต่อกัน และมีกำลังใจรอเจอกันใหม่ อีก ชัยชนะในเกมรักจึงหมายถึงการที่พวกคุณจะได้ไปเปิดศักราชพบรักใหม่อย่างมีความสุข จะเคยทุกข์ร่วมกันมาเพียงใด ไม่ต้องเอามานับแล้ว ลืมไปให้หมดได้แล้ว

รูปร่างกับดวงจิตในภาพใหม่เป็นผลของกรรมในชาตินี้ พูดอีกทีได้ว่าการกระทำของคุณทั้งหมดตั้งแต่จำความได้ ก็คือมนต์เนรมิตตัวตนใหม่ ภายใจใหม่ขึ้นมาั่นเอง ฉะนั้น เมื่ออยู่กับใครมานาน มีกรรมสัมพันธ์ร่วมกันมามาก ก็ไม่ต้องกลัวเลยว่าจะไม่เจอกันอีก พวกคุณจะมีภายใจใหม่เพื่อกันและกัน เหมือนสิ่งสมแรงแม่เหล็กไว้วันต่อวัน พอเกิดใหม่ย่อมนั้นไปด้วยพลังแม่เหล็กดึงดูดสะสม อย่งไรก็ต้องดึงดูดให้เข้ามาติดกันอีกแน่ๆ

ถ้าเชื่อมั่นว่าระหว่างอยู่ด้วยกัน ต่างฝ่ายต่างเป็นแรงบันดาลใจให้อยู่อย่างสว่าง ก็ย่อมหวังได้ว่าจะพบกันในความสว่าง รูปชีวิตต่อไปของพวกคุณจะถูกตกแต่งให้เป็นที่สบาย และแม่เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ใหม่ สายตาของพวกคุณจะมองไม่เห็นตัวเลือกอื่น บุญก็จะคุมไม่ให้พวกคุณตัดสินใจผิดพลาดเลือกใครมาแทนคู่แท้เลย แม้ตัวเลือกจะมากมายขนาดไหนก็ตาม



หวังว่าบทนี้คงช่วยให้คุณมองเห็นค่า
ที่มีอยู่ตามจริงของการจากกันได้บ้าง
ความตายคือการต่ออายุให้กับรักแท้
แต่ความเป็นอมตะของชีวิตจะฆ่ารักแท้ด้วยสองดาบ
คือความเบื่อหน่ายและความซาซิน

เมื่อคุณเห็นแล้วว่ารักแท้มิใช่การอยู่ร่วมกันตลอดไป
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือจะเอาอย่างไรดี
ถ้าเบื่อหน่ายวังวนแห่งการพบแล้วพรากเต็มที่แล้ว

ไม่มีใครรักจะเป็นทุกข์
แต่ทุกข์อันใดเล่าจะเท่ารัก



บทที่ ๖ รักเหนือรัก

หากมีวาสนาเท่ากับความรักใหม่ กระทั่งได้พบและสามารถ
เลี้ยงดูรักแท้ ก็คงเป็นแรงบันดาลใจให้พวกคุณเต็มใจเกิดตายไปเรื่อยๆ
เพื่อรักษาความเป็นอมตะแห่งรักแท้เอาไว้

แต่ความจริงก็คือการเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่รู้อิโหน้อิเหน่นี้
หาใช่มีแต่รักแท้ให้คุณชื่นชม รักแท้เป็นเพียงเหยื่อล่อให้เวียนวนอยู่ใน
โหมมหาสมุทรแห่งทุกข์ พบทุกข์นานาเสีย ๙๙ ส่วน จึงพบสุขล่อใจ
จากความรักสัก ๑ ส่วน แต่เพียงหนึ่งในร้อยส่วนนั้น มีพลังมากพอ
จะทำให้คุณยอมทนแล้ว กับการแบกรับความลำบากทางกาย ความ
โทมน์สทางใจ ความมีใจแค้นเหี้ยม ความคร่ำครวญ ความคับแค้น

ความไม่ได้อย่างใจ ความจำใจประสบสิ่งไม่น่าพิสมัย และความ จำจากพลัดพรากสิ่งที่รัก...

ข้อหลังนี้แหละสาหัสที่สุด โหดร้ายที่สุด เพราะไม่ว่าจากเป็น
หรือจากตาย อย่างไม่รู้ก็ต้องจากกัน!

บทนี้จะชวนคุณหาวิธีรักอีกแบบหนึ่ง ที่เหนือขึ้นไปกว่ารักด้วย
กิเลส เพื่อให้คุณได้ทางเลือกครบสมบูรณ์ คือเห็นว่ามี การ 'จากกัน'
อีกแบบหนึ่ง ที่เปรียบเสมือนน้ำหลากสายไหลไปรวมในมหาสมุทรเดียว
และไม่ต้องจากกันอีกเลยตลอดอนันตกาล

รู้ไหมคนรักเป็นอะไรให้คุณได้บ้าง?

ถ้ามองมุมกว้างครอบคลุมจักรวาลอย่างที่สุดตามพระพุทธเจ้า
พวกเรากำลังหลงคิดว่าวนอยู่ในการเกิดตาย

เกิดด้วยความลืมนอดีต

ตายอย่างไม่มีทางเลือกอื่นมากไปกว่าถูกรกรรมเหวี่ยงไปเกิดใหม่

คุณอยู่กับความไม่รู้
มากกว่าอยู่กับคนรัก

ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์

กายใจต่างๆ ล้อให้หลงนึกว่ามีเราเกิดมา นึกว่ามีเราตายไป
นึกว่าเราได้คนรักมา นึกว่าเราเสียคนรักไป **โดยย่อ กายใจนี่เอง
คือทุกข์ทั้งแท่ง!**

เช่นนี้แล้ว **สิ่งใดที่เป็นเหยื่อล่ออันดับหนึ่งให้หลงติดอยู่กับ
ความไม่รู้ว่ากายใจเป็นทุกข์ สิ่งนั้นก็คือมหันตภัยที่ใหญ่กว่าอะไรทั้งหมด!**

แล้วคนรักของคุณ ชวนให้หลงนึกว่ากายใจเป็นของดี หรือ
เห็นตามจริงว่ากายใจเป็นทุกข์เล่า?

คนที่คุณรักและรักคุณอย่างที่สุด คือบุคคลน่าปรารถนาสูงสุด
เมื่อเทียบกับบุคคลอื่นๆในโลก แต่ขณะเดียวกันก็คือกับดักที่ทำให้
คุณตื่นไม่หลุดด้วยเช่นกัน!

ถ้ามองอย่างรู้จักแค่การมีชีวิตเดียว คนรักคือคนที่น่ารักที่สุด
แต่ถ้ามองอย่างคนกำลังศึกษาว่าชีวิตคือส่วนหนึ่งในปฏิกิริยาลูกโซ่
แห่งทุกข์ คนรักคือกับดักที่เกาะยากที่สุด!

เมื่อพบรักแท้ คุณจะรู้สึกว่ความรักเป็นสิ่งน่าฝากใจ คือ
ความปลอดภัยไร้กังวล และไม่ชวนให้คิดแสวงหาความสุขอื่นที่
เหนือกว่า **ความหลงนึกว่ารักแท้คือที่สุดแห่งสุขนั่นแหละ สัญญาณ
บอกว่าคคุณติดกับเข้าแล้วอย่างจัง**

ที่แท้แล้ว แม้แต่คนรักเองก็อาจพลิกผันเป็นทุกข์ หรือกระทั่ง
เป็นภัยต่อคุณได้ทุกเมื่อ ด้วยความที่ต่างฝ่ายต่างก็เชื่อกิเลสที่ขั้บตัน

ให้จับเหยื่อล่อเฉพาะหน้ามากกว่าอย่างอื่น อยากลองรสใหม่ก็ไปมีผู้
 โกรธซึ่งก็ตั้งตงทุบตีกัน **ไม่มีรักแท้ของใครดลใจให้คู่รักมีสติและรู้จัก
 อยู่เสมอ อย่างไรก็ตามต้องผลอทำตามอำนาจกิเลสวันยังค่ำ**

ถ้าคุณเคยหลงทำบุญใหญ่กับเขาหรือเธอ แม้ทะเลาะเบาะแว้ง
 ถึงขั้นอยากฆ่ากัน สุดท้ายบุญเก่าก็บันดาลให้รู้สึกวาทังกันไม่ลงอยู่ดี
 อย่างนี้พอจะทำให้คุณรู้สึกถึงความเป็นกับดักได้ชัดขึ้นไหม?

แล้วการทำบุญร่วมกันก็ไม่ได้จำกัดว่าต้องทำกับคนเดียวนะครับ
 เจอกี่คนคุณก็ทำด้วยหมดนั่นแหละ จะมากหรือน้อยเท่านั้น ซึ่งมัน
 ก็เป็นไปได้ที่จะอธิษฐานมั่ว ขอสองเราจงติดตามกันไปจนชั่วฟ้าดินดับ
 เกิดเท่าไรเจอเท่านั้น ถ้าชาติไหนเจอคู่สัญญาเก่าเข้ามาทวงพร้อมกัน
 คุณก็ต้องเป็นทุกข์ล่ะว่าจะทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับใครดี **ชาตินั้นๆจะ
 กลายเป็นสนาม ‘แข่งบุญเก่า’ กันโดยไม่มีผู้เข้าแข่งขันรายใดรู้ตัว**

ถ้าสักชาติหนึ่งคุณเคยเป็นชายวาสนาน้อย หาผู้หญิงมาชอบ
 ไม่ได้ แล้วเกิดเลื่อมใสในการทำบุญ ตลอดชีวิตทำบุญด้วยเจตนา
 ขอมีสาวเยอะๆไปทุกชาติ ผลของบุญจะทำให้เกิดใหม่เตอะตาเตอะใจสาว
 ต่อให้ไม่หล่อ ก็มีกลิ่นกายในแบบยั่วสาวให้เกิดอารมณ์ได้ หรือ
 มีเสน่ห์ลึกลับอันยากจะอธิบาย เขาเป็นว่าดึงดูดสาวได้มากมายเหมือน
 ขุนแผน ซึ่งก็ไม่ใช่มีแต่ดีนะครับ เพราะต่อให้เบื้อหน้ายากมาก
 ลีล้น อยากหยุดเพื่อจริงใจกับใครสักคน ใจคุณก็จะไม่ยอมลง ด้วย
 ความติดใจและต้องการลึมรสหวานของสาวหน้าใหม่รำไป ซึ่งถ้าดวง
 ไม่ดี รักจะเป็นนักดาบพันดะไม่เลือกหน้านานเข้า ก็อาจเจอฟันกลับ
 ด้วยดาบของจริงเข้าให้สักวัน

เซ็กซ์เป็นเรื่องขอขาดขาดตายในชีวิตคู่ ถ้าไม่ถึงใจก็ทำให้คนส่วนใหญ่หน่ายแหยง บางครั้งเหตุของความไม่ถึงใจอาจเกิดจากความไม่ตรงต่อกับรูปพรรณสัณฐานของคู่ขา แต่บางครั้งก็เกิดจากการที่เคยเป็นญาติกันในชาติใกล้ ทำไปทำมารู้สึกไม่ดี เหมือนมีความสัมพันธ์ผิดๆอยู่กับพี่น้องตัวเอง หรือหนักกว่านั้นคือเหมือนพ่อแม่ลูก ต่อให้เอาไปให้จิตแพทย์วินิจฉัยอย่างไร ก็ไม่มีวันเจอต้นตอของความผิดปกติทางจิต เพราะจิตแพทย์เองก็ระลึกชาติไม่ได้เหมือนกัน

ถ้าคู่ของคุณพลาดไปทำบาปอะไรเข้า แม้คุณอยู่ดีๆ ก็ต้องพลอยได้รับผลกระทบไปด้วยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่น ไปโกงแซร์ชาวบ้านไว้ เวลาชาวบ้านแค้นมาที่บ้าน เขาก็ต้องชี้หน้าด่าคุณด้วย หาวว่าผิวเมียกันอย่างไรก็ต้องรู้เห็นเป็นใจวันยังค่ำ จะมาปฏิเสธเป็นคนอื่นคนไกลไม่ได้

คุณไม่มีทางรู้ได้เลยนะครับ ว่าคนรักของคุณเคยก่อเรื่องไว้ที่ไหนบ้าง และจะก่อเรื่องเข้าให้อีกเมื่อไร หากให้คุณต้องพลอยฟ้าพลอยฝนรับผลกระทบเพียงใด ตอนยังไม่โดนก็อาจบอกว่าไม่กลัว ในเมื่อรักจริงเสียอย่าง แต่พอโดนขึ้นมาถ้าหนักหนาสาหัสก็ร้องไห้อีก เป็นวัฏฏกเข็ดดกันทุกราย

การเกิดเป็นมนุษย์นั้น ไม่ได้หมายถึงความมีอิสระที่จะเลือกคู่ โดยไม่มีสายตาคือคอยดูอยู่ เวลาคุณคิด คุณจะคิดว่าตัวเองอูตสุดสำหรับตั้งใจจริงกับคนรักเพียงใด แต่เวลาพ่อแม่ของคนรักมอง พวกเขาจะมองว่าคุณสามารถดูแลลูกของพวกเขาได้แค่ไหน หากไม่พอใจ

คุณก็อาจอด หรือไม่ก็ต้องพาหนีให้เป็นที่รู้สึกผิด รู้สึกบาตหมางกันต่อไป

แล้วตอนเลือก คุณจะเลือกด้วยเหตุผลอันใดก็ตาม ใ้ว่าพอแต่งแล้วเหตุผลอันนั้นจะอยู่ช่วยเป็นเสาค้ำเรือนหอให้มันคงคู่ฟ้าดินเสมอไป สมมุติว่าคุณเลือกผู้หญิงคนหนึ่งเพราะเธอเป็นนางงามจักรวาล คุณก็อาจได้พบสังกรรมหลังแต่งงาน ว่าผู้หญิงบางคนพอท้องโย้ขึ้นมาจะหน้าแก่ลงทันที และไม่กลับสาวขึ้นมาใหม่อีกเลย ถ้าบังเอิญผู้หญิงที่ว่ามาลงแจ๊คพอตเอากับคุณ คุณจะได้แต่บ่นไปจนชั่วชีวิตว่าที่บางคนทำไม่ลูกสองแล้วยังแต่งตั้งโง่โง่ราวกับสาวแรกรุ่น นี่แหละ! คุณไม่มีทางรู้ล่วงหน้าว่าจะเจอแบบไหน

หากโชคคืออยู่กันยัดถึงขั้นถือไม้เท้ายอดทองกระบองยอดเพชร ภาวะคู่จะไม่ใช่แค่ ‘ภาวะอะไรอย่างหนึ่ง’ แต่เป็น ‘ชีวิต’ อีกแบบที่อาศัยคนสองคนเป็นส่วนประกอบ ซึ่งจุดสุดท้ายเมื่อมัจจุราชมาริบเอาคนๆหนึ่งออกไป ก็เท่ากับ ‘ชีวิต’ แบบนั้นหายไปด้วย เมื่อชีวิตแบบนั้นไม่มีอีกแล้ว คุณจะรู้สึกเหมือนตัวเองตายตาม คล้ายหมดเรี่ยวแรง หมดกำลังจะอยู่ต่อ ที่ยังเห็นอยู่เป็นแค่ซากของอีกซีกชีวิตที่รอเวลาตรอมใจเพื่อวางวายตาม

ในอีกทางหนึ่ง แม้สะสมความรักมาหลายสิบปี แต่ก่อนตาย ถ้าพลาดพลังไปมีความน้อยเนื้อต่ำใจ แล้วทวีขึ้นเป็นความอาฆาตเค้นก่อนจิตดับ อย่างนี้ก็ช่วยเลยครับ เพราะจิตก่อนดับมีความหนักแน่นมาก สามารถเป็นหัวขบวนรถจักรจุดลากไปสู่ภูมิต่ำหรือภูมิสูงก็ได้ หากหัวจักรนั้นสร้างขึ้นด้วยโทสะ ก็ย่อมเข้าสู่อบายภูมิอันมีความ

เราอ่อนสอดคล้องกัน และเมื่อเข้าสู่อบายภูมิด้วยเหตุคือคนรัก ก็ยอมกลายเป็นปมความรู้สึกร้ายๆต่อกัน ผังแน่นไปอีกไม่รู้กี่ภพ กี่ชาติ อย่างนี้เหมือนนอตส่าห์เล่นหมากรุกดีมาทุกตา แต่ดันพลาดท่า เสียทีแค่ตาเดียวตอนใกล้จบเกม จากชนะใสๆก็กลายเป็นแพ้แบบ ตะลึงโลกไปได้

ยิ่งกว่าความไม่รู้เกี่ยวกับคนรัก ยังมีใครต่อใครในชีวิตที่คุณ จำไม่ได้ด้วยซ้ำว่าเป็นจำนวนเท่าไร พวกเขารอหิบบิ้นเรื่องน่าแปลกใจ ให้คุณไม่เว้นแต่ละวัน แต่ละคนเต็มไปด้วยเรื่องที่คุณไม่เข้าใจ ไม่รู้เห็น เช่นเดียวกับความลึกลับของแผ่นดินแผ่นฟ้า ดวงดาวและ จักรวาล จนกระทั่งถึงยอดสุดของความน่าประหลาดใจ นั่นคือ...

ความมีตัวคุณ!

ธรรมชาติโกหกหลอกลวงให้คุณเชื่อว่าทุกอย่างเริ่มต้นขึ้นจาก พ่อแม่ โดยบีบให้มนุษย์เห็นได้แค่นั้น ก็คนๆเกิดมาก็ด้วยวิธีออก จากห้องพ่อห้องแม่เท่านั้น ไม่เห็นจะมีกระบวนการอื่นใดก่อนหน้าเลย

ความจริงกระบวนการปฏิสนธิมีอะไรมากกว่าสิ่งที่ตาเห็น และ ลึกลับเกินกว่าวิทยาการล้ำยุคอันใดจะตรวจสอบ คุณไม่ได้เป็นแค่ ผลผลิตของพ่อแม่ แต่ยังเป็นทายาทรับกรรมที่ตัวตนเก่าสร้างเอาไว้ ด้วย บุญจะสร้างวิญญูณระดับสูงพอจะหยั่งลงในครมร์มารดา และ นั่นก็เป็นจังหวะที่วิทยาศาสตร์รู้กันว่าสุจีผสมกับไข่สุกได้ แต่สิ่ง ที่วิทยาศาสตร์ไม่รู้ก็คือหากปราศจากวิญญูณหยั่งลงมา ก็ไม่มีทาง ที่สุจีจะผสมกับไข่ได้ตัวอ่อนขึ้นมาเลย แม้จะพยายามใช้เทคนิค มหัศจรรย์ปานไหนก็ตาม

และที่สุดของความไม่รู้ คือ **ความมีตัวตนเช่นนี้ น่าพอใจ หรือน่าหน่ายแห่งกันแน่!**

ข้อสุดท้ายอันเป็นที่สุดนี้ ถ้ามีหลักเกณฑ์ชัดเจนเสียหน่อยก็คงทราบครับ แต่ถ้าวัดเอาตามความพอใจ ตามอารมณ์ และตามความไม่รู้เรื่องเงื่อนไขของการเวียนว่ายตายเกิด คนส่วนใหญ่จะบอกว่าชีวิตเป็นของน่าพอใจ **นั่นก็เพราะภพมนุษย์เป็นสุคติภูมิ มีความน่าพอใจอยู่มาก** แต่หากได้รู้ว่าพวกเราไม่มีสิทธิ์ร่วงหล่นลงไปเป็นสัตว์เดรัจฉานด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ **ความน่าพอใจของการเวียนว่ายตายเกิดจะลดระดับลงอย่างชวชวาทันที!**

สรุปคือการไม่รู้ว่าคนรักเป็นกับดักให้ติดอยู่ในวังวนเกิดตาย เป็นเหยื่อล่อให้แหวกว่ายอยู่ในทะเลทุกข์ เลือกไม่ได้ และไม่ยอมรับรู้อะไรมากไปกว่าจะอยู่กับคนรักให้ได้ นั่นแหละที่ทำให้คุณได้ชื่อว่า ‘อยู่กับความไม่รู้มากกว่าอยู่กับคนรัก’

มาเห็นกันให้ถึงกันตั้งแต่รากเหง้าเลยดีกว่า ความเหงาทำให้คุณอยากมีคนรัก การอยากเป็นที่สนใจของคนรักทำให้คุณอยากมีเสน่ห์ ความอยากมีเสน่ห์บีบให้คุณต้องทำบุญ เพราะแลไปมีแต่บุญเท่านั้น ที่เป็นแหล่งกำเนิดสูงสุดของเสน่ห์ทุกชนิด

ถ้าตลอดชีวิตของคุณได้บริจาทานอย่างสม่ำเสมอ แถมเป็นทานที่ประกอบด้วยความเลื่อมใสในการให้ พลังบุญจะบันดาลให้เกิดใหม่มีผิวพรรณงามเลิศ สวยหล่อสมกับเพศ กับทั้งมีความมั่งคั่งสมบูรณ์พูนสุขเป็นบารมีติดตัว



ผลข้างเคียงของบุญเก่าอันใหญ่โต
คือการมีความพร้อม
จะทำบาปใหม่ได้หนักยิ่ง

แล้วดูตามจริงเถอะครับ คนที่หล่อ สวย รวย เก่ง ครบสูตร นั้น คุณเห็นใครดีมาแต่เกิดบ้าง? ส่วนใหญ่จะหลงตัว และอาศัย คุณสมบัติล้ำเลิศที่ตนมีเพื่อการหลอกใช้คนอื่น หลงนี้กว่าตนเป็น เทวดาเหนือมนุษย์ หรือไม่ก็ถ่างทางสู่อำนาจด้วยวิถีทางการทำเงิน ผิดๆกันเกือบทั้งสิ้น

ถ้าจะเพิ่มเสน่ห์อย่างชายให้มาก ก็ต้องมีความเป็นผู้นำมากๆ พอเหลือหรือเพลินหน่อยก็พลิกจากผู้นำเป็นเผด็จการบ้าอำนาจ หรือ กระทั่งติดนิสัยไปเป็นทรราชได้เลย

เห็นไหมว่าพลิกจากบุญนิดเดียว มันกลายเป็นบาปได้ง่ายๆ เลย เสน่ห์และเสน่ห์ดจึงอยู่ที่ใกล้ตัวคุณนิดเดียว **คุณไม่มีทางคิดดี** อย่างเดียว **ธรรมชาติของกิเลสมันไม่เอื้อ** และนั่นก็เป็นเหตุผลว่า **ทำไมทุกคนจึงต้องมีวันขึ้นวันลง มีดวงขึ้นดวงตก สลับกันตลอดศก**

ที่กล่าวมาเป็นแค่ภาพคร่าวของผลข้างเคียงแห่งบุญอันทำ
คนเดียวรับคนเดียววนะครับ เดี่ยวจะฉายภาพคร่าวให้เห็นอีก ว่า
ผลข้างเคียงแห่งบุญอันเกิดจากการร่วมกันทำเป็นอย่างไร

คุณทำบุญร่วมกับใคร กิริยาที่ทำร่วมกันจะเป็นตัวกำหนดความ
สัมพันธ์ให้เป็นไปตามนั้น เช่น ถ้าช่วยกันคนละไม้คนละมือ เห็นพ้อง
ต้องกัน ไม่มีความขัดกัน ก็จะเป็นเหตุให้ปรองดอง ฟังเหตุฟังผล
ของอีกฝ่าย กับทั้งมีความคิดไปในทางเดียวกัน ร่วมแรงร่วมใจทำ
อะไรก็สำเร็จเสมอ

แต่ในทางกลับกัน หากคุณมีโอกาสร่วมบุญกับใครบ่อยๆ แล้ว
ติดนิสัยทำบุญกันไปทะเลาะกันไป นี่ก็ว่าไม่เป็นไร ไม่มีผล แต่
ที่ไหนได้ครับ ผลบุญอาจทำให้พวกคุณได้อยู่ร่วมกันในบ้านใหญ่โต
หว่าจะเป็นบ้านที่ร้อนด้วยเสียงแห่งความขัดแย้ง หรือพวกคุณอาจ
อยากทำธุรกิจร่วมกัน แล้วก็ขัดแย้งขัดขากันเองจนบริษัทไปไม่รอด


ยิ่งบุญหนักเท่าไร อิทธิพลก็ยิ่งใหญ่เท่านั้น ทั้งทางบวกและ
ทางลบ **แค่ทำบุญอย่างไม่ระวัง ไม่สำรวมต่อสถานที่ ไม่เคารพ
สมณะ ไม่สามัคคีกับเพื่อนร่วมบุญ ล้วนแล้วแต่ให้ผลร้ายอย่าง
คาดไม่ถึงทั้งสิ้น**

แต่ด้วยความไม่รู้ คุณจะนึกอยู่แต่ว่าไปทำบุญคือได้บุญ และ
ได้เหมือนเดิมเพิ่มทุกครั้ง มันไม่ใช่เลยครับ ต้องดูใจคุณเป็นครั้งๆ
ไปด้วย หากใจเป็นบาปขณะทำบุญ บางทีจะให้ผลร้ายเสียยิ่งกว่า
ตอนทำบาปตามปกติเสียอีก

แล้วทุกชาติที่เป็นมนุษย์อันครั้งรู้ครึ่งหลงนี่นะครับ ส่วนใหญ่ถ้าเชื่อจะเชื่อเรื่องบุญ แต่ไม่เชื่อเรื่องบาป จากหน้าบางคนดูธรรมะเข้มโหมมาก แต่เบื้องหลังเต็มไปด้วยความเอนาในอย่างน่าตะลึงอึ้ง เพราะพวกนี้ผูกใจอยู่แต่ว่าฉันทำดี ฉันทำบุญใหญ่ อยากรู้ก็ต้องขึ้นสวรรค์ ไม่รู้เลยว่าบาปที่ก่อมีน้ำหนักขนาดไหนแล้ว

ถ้าบาปเสมอกันกับบุญ ก็กลับมาอยู่ในโลกมนุษย์แบบครึ่งหนึ่ง ทุกข์หนัก อีกครึ่งหนึ่งสุขมาก แต่ถ้าบาปมีกำลังเกินบุญก็จบเลย เหมือนตุ้มถ่วงที่จุดบอลลูกไม้ให้ขึ้นฟ้า แถมจะถลาลงเหวเอา

สรุปคือการทำบุญนั้นได้ผลเป็นความสุขความเจริญแน่ แต่ไม่เป็นหลักประกันเลยว่า คุณจะปลอดภัยไว้กังวลตลอดไป กลับจะยิ่งเสี่ยงกับการมีโอกาสทำบาปหนัก ในเมื่อถึงเวลารับผลบุญนั้น คุณหลงลืมไปหมดแล้วว่าได้อะไรอย่างนี้มาอย่างไร รู้แต่ว่ามีดี ก็ใช้ความมีดีนั้นทำเรื่องร้ายๆสนองตัณหาซะ



การเดินทางไปเรือยา
คือการเสี่ยงไปเรือยา

การเดินทางชั่ววินาที...

ฟังชวนฝันและก่อให้เกิดจินตนาการใช่ไหมครับ? โดยเฉพาะสำหรับคู่รักที่กำลังอยู่ในอารมณ์หวาน คำว่า ‘การเดินทางชั่ววินาที’ คงทำให้นึกถึงเส้นทางสายยาวสู่หมู่ดาวไว้ที่สิ้นสุด

แต่ขอโทษที่ แบบนั้นมันแค่จินตนาการระหว่างเป็นมนุษย์เท่านั้น ในความเป็นจริง การเดินทางเป็นอนันตกาลคือฝันร้ายชนิดต้องตื่นไม่หยุดต่างหาก!

ภพมนุษย์เป็นเพียงสถานีให้ลง ‘เก็บเสบียง’ คุณจะมีสิทธิ์เป็นมนุษย์ได้อีกก็ต่อเมื่อเก็บเสบียงได้มากพอ **มีฉะนั้นการเดินทางสู่หมู่ดาวในจินตนาการ จะแปรเป็นการเดินทางไปสู่ไฟนรก หรือไม่ก็กองขี้กองเยี่ยวของสัตว์เดรัจฉาน หรือไม่ก็ความลุ่มๆดอนๆของเปรต อันเป็นของจริงไปในทันที!**

เมื่อคุณเห็นหมูหมากาไ้กับตา ก็ขอให้ทราบเถิดว่านั่นแหละเป็นส่วนหนึ่งของการเดินทางท่องเที่ยวเกิดตาย พวกมันเก็บเสบียงบุญไว้ไม่พอ พอแต่เสบียงบาป เลยต้องตกต่ำไปเป็นต่างๆ ความรักความโรแมนติคแบบมนุษย์นะเมินเถอะ อย่างพวกหมาแมวนี้ ถึงฤดูมันก็ผสมพันธุ์กันให้เสร็จๆ ไม่มีหรอกไปดินเนอร์กลางแสงเทียน ไม่มีหรอกพิธิหมั้นหรือล้งการ ไม่มีหรอกพิธิแต่งห้องลุ่มด้วยเพื่อนฝูง น่าประทับใจ

และแม้แต่ความเป็นมนุษย์ก็ไม่ใช่การรับปากว่าคุณจะมีความสุข แล้วก็ไม่ได้ประกันว่าคุณจะพบกับความรักแสนหวานเสมอไป **คุณ**

จะมีความสุขกับการเป็นมนุษย์ก็ต่อเมื่อเสียบึงที่เตรียมไว้ นั้น มีคุณภาพสูงพอด้วย!

ที่เกิดมาตาโหล ฟุงโร กั้นปอด มาแต่เด็ก วันๆเจอ แต่สงครามกลางเมืองหรือสมรภูมิกกลางบ้าน โตขึ้นถูกเกณฑ์ไปกองทัพ ใช้แรงงานเยี่ยงทาส ไม่มีโอกาสลืมตาอ้าปากหรือหนีพ้นไปจากชีวิตเยี่ยงนั้นตลอดไป นั่นแหละครับ ตัวอย่างของการมีบุญพอจะเป็นมนุษย์ แต่คุณภาพของบุญไม่มากพอจะช่วยให้เห็นชีวิตเป็นสุขไปได้

เมื่ออัฐภาพต่างๆคือการเดินทางแต่ละก้าว พวกเราก็เดินทางมาไม่รู้กี่ล้านก้าว พระพุทธเจ้าตรัสว่าให้รวบรวมน้ำตาที่เคยหลั่งมาในระหว่างการเดินทางเกิดตายไม่รู้จบนี้ ยังมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก!

บนโลกนี้คุณเห็นมนุษย์นับพันนับหมื่นล้านเหมือนล้านโลกจะแยก แต่แท้จริงเป็นเพียงสิ่งมีชีวิตแค่สปีชีส์หนึ่ง ยังไม่ได้นับหมู่สัตว์เดรัจฉานอีกหลายล้านสปีชีส์นะครับ แถมมีอัฐภาพอื่นที่เราไม่อาจมองเห็นด้วยตาเปล่าอีกตั้งเท่าไร พิศดารพันลึกเกินบรรยายทั้งหลายนี้ ก็จำแนกโดยกรรมขาวกรรมดำของแต่ละเผ่าพันธุ์ทั้งสิ้น

กรรมพิสดารได้แค่ไหน ผสมดีผสมร้ายได้เท่าไร อัฐภาพก็พิสดารผสมดีผสมร้ายได้เท่านั้น!

การเดินทางเวียนว่ายตายเกิดอันหาต้นหนปลายไม่ได้นี้ เราเรียกว่า 'สังสารวัฏ' เริ่มเค้าเงื่อนจากความไม่รู้ที่กายใจเป็นเหยื่อล่อให้หลงยึด แล้วก่อบุญก่อบาปขึ้นจากความหลงยึดนั้น โดยมีความทะยานอยากเป็นแรงขับเคลื่อนให้ทำบุญใหญ่บ้าง ก่อบาปหนักบ้าง จึง

เป็นสุขบ้าง ต้องประสบทุกข์บ้าง ตามอัธภาพที่เสกขึ้นด้วยอำนาจ
บุญบาปนั่นเอง

กรรมเก่ามีหน้าที่วางแผนไว้หมดว่าชาติถัดมาคุณจะต้องเผชิญ
กับสิ่งใดบ้าง วิทยาศาสตร์ระดับ DNA เริ่มเห็นมากขึ้นเรื่อยๆว่า
พวกเราถูกกำหนดไว้ล่วงหน้าแล้วว่าจะเกิดมามีรูปร่างหน้าตาอย่างไร
มีแนวโน้มจะเกิดอุบัติเหตุที่บ่อยแค่ไหน และกระทั่งมีสิทธิ์ตายดี
หรือตายร้ายด้วยโรคมะเร็งหรือโรคชราเมื่ออายุเท่าไร

กรรมใหม่ก็คือการโต้ตอบกับผลของกรรมเก่า คุณตัดสินใจ
ทำอะไรไปแต่ละอย่าง ล้วนแล้วแต่เป็นตัวกำหนดเส้นทางใหม่ใน
อนาคตทั้งสิ้น

พระพุทธเจ้าตรัสว่าการเดินทางไปเรื่อยๆนั้น ที่จะเลี้ยวหลบ
นรกมิใช่วิสัย เพราะอย่างไรก็ต้องพลาดท่า ต้องหลงทำบาปด้วย
ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่ระแคะระคายเลยว่าสิ่งใดเป็นผลตอบแทน
ของบาปนั้น

กรรมนั่นเองคือพร กรรมนั่นเองคือคำสาป

กรรม...

ทำเอง รับเอง

ไม่รู้เอง เสียเอง

สรุปแล้ว จนกว่าจะรู้วิธีหยุดเดินทาง คุณต้องเวียนวนอยู่กับ
หนทางแห่งพรและคำสาปจากตนเองเรื่อยไป บนความแกว้างไกล
แห่งความไม่แน่นอนสารพัด!



*ความรักที่ถักยไม่ได้คือต้นทางของความเกลียด
ความเกลียดที่ถักยได้คือต้นทางของความรัก*

ยกระดับรัก

เกิดมาตั้งแต่อ่อนแอแต่ออก พวกเราทุกคนถูกรรรมชาติฝึกให้เห็นแก่ตัว อยากรได้อะไรต้องได้ ไม่ว่าจะอยากดูดนม อยากอยู่ในอ้อมอกแม่ อยากรได้ของเล่น ฯลฯ คนอื่นต้องหามาให้ โดยไม่ต้องสนใจว่าใครเขาจะเหนื่อยยากขนาดไหน ไม่ต้องสนใจฟังว่าใครเขาจะอ่อนวอนให้หยุดแผดเสียงอย่างไร ฉันจะเอาของฉันเสียอย่าง ใครจะทำไม

เมื่อโตขึ้น คนส่วนใหญ่ก็ยังไม่พ้นจากแรงทะยานอยากและความเห็นแก่ตัวแบบเมื่อแรกเกิดสักเท่าใด จะเขยิบขึ้นมานิดเดียวก็คือความเข้าใจว่าไม่มีใครตามใจให้เราทุกอย่างเหมือนพ่อแม่เท่านั้น

ที่แน่ยิ่งกว่าอะไร คือ **เราจะสนใจความอยากของตัวเองมากกว่าความทุกข์ของคนอื่นเสมอ!**

รักแท้อาจสอนให้คุณเห็นแก่ตัวน้อยลง และค่อยๆยกระดับรักให้สูงขึ้น แต่คงดีหากคิดจะยกระดับความรักด้วยตนเองโดยไม่ต้องคอยรักแท้บงการ เพราะบางครั้งรักแท้มาช้า หรือสายเกินกว่าที่คุณจะแก้ความเห็นแก่ตัวจัดเสียแล้ว

ความรักที่สูงเหนือกว่าภาคพื้นกามารมณ์ เรียกว่าความรักแบบพรหม คือเหล่าพรหมใช้ความรักแบบนี้เป็นเครื่องกำเนิด ตลอดจนเป็นเครื่องรักษาชีวิต จิตของพวกท่านรักได้โดยไม่ต้องอาศัยกามล่ออีกทั้งเป็นความรักไม่จำกัด ไม่เลือกหน้า ไม่แบ่งชนชั้นวรรณะ เราจึงเรียกความรักแบบพรหมว่า ‘พรหมวิหาร ๔’ ซึ่งแปลตรงตัวว่า ‘เครื่องอยู่ของพรหม’

ความรักแบบพรหมจะทำให้คุณบังเกิดความเข้าใจว่า รักแท้เป็นสิ่งที่ตั้งต้นจากตัวคุณได้ ไม่ใช่ต้องรอขอความร่วมมือจากใคร

รักแท้แบบพรหมไม่เคยตามหาตัวคุณ แต่คุณต้องไล่ล่าหามันเอาเอง และเมื่อหาเจอ คุณจะย้อนกลับมาเปรียบเทียบได้ว่ารักแบบหญิงชายอยู่ต่ำกว่าระดับกว่าเพียงใด เป็นสุขน้อยกว่ากันขนาดไหน คุณจะเห็นถนัดว่า ก็เมื่อเท้าของคนเราจมอยู่ในโคลนตมแห่งกิเลส แล้วแสวงหาความรักกันด้วยมือที่เปื้อนโคลนตมแห่งกิเลส ความรักจะไม่เปื้อนมลทินอย่างไรได้

ต่อเมื่อมือเท้าสะอาดจากโคลนตมแห่งกิเลส นั่นเองความรักจึงอยู่ในมือได้โดยไม่เปื้อนมลทิน

รักได้โดยไม่ต้องรอความน่ารัก คือรักเหนือรัก เป็นรักในอุดมคติที่ทำได้จริง ลองมาดูเป็นข้อๆ คว้าว่าเหล่าพรหมท่านทำกันอย่างไร

๑) มีเมตตา

เมตตาในความรักแบบพรหม ก็คือความรู้สึกรักนั่นเอง แต่เป็นรักที่ไม่เจืออยู่ด้วยความเห็นแก่ตัว มีแต่ความปรารถนาให้ใครต่อใครเป็นสุข ซึ่งก็เป็นตรงข้ามกับความเกลียดชังหรือผูกใจพยาบาท อันเปรียบเสมือนไฟทางจิตที่ลุกโพลงตลอดวันตลอดคืน โดยมีหัวใจร้อนๆ เป็นถ่านเชื้อเพลิง

เริ่มรักแบบหญิงชาย คุณอาจถูกดึงดูดให้มา 'ปรารถนาดีต่อกัน' ด้วยเรื่องความน่ารัก แต่ต่อมาเมื่อร่วมบุญ ร่วมกุศลทางกาย วาจา ใจ ก็อาจพัฒนาขึ้นเป็นความรู้สึกลึกซึ้งซึ่งไม่ต้องอิงกามารมณ์ ต่อให้แยกจากกัน ไม่ได้อยู่ด้วยกันอีกแล้ว ก็ยังอยากให้อีกฝ่ายมีความสุขเสมอ ห่วงใยอยู่เสมอ เรื่องแต่ไหนหลังที่แล้วมาจะแค้นเคืองเพียงใด ก็ลืมได้หมด ไม่เก็บมาเป็นอารมณ์ทั้งหมด

ความเมตตาจึงเป็นเรื่องของใจล้วนๆ คุณเห็นใครมีเมตตาได้จากรังสีเยือกเย็นที่ฉายชัดจากนัยน์ตา หรือรัศมีความอบอุ่นอ่อนโยนที่แผ่ออกมาจากตัวให้รู้สึก

ใครที่ไปถึงความมีเมตตาอย่างใหญ่ ย่อมรู้สึกได้ถึงพื้นฐานความเป็นจิตที่หนักแน่นมั่นคง และแผ่รัศมีได้กว้างขึ้นเรื่อยๆ จึง

เรียกว่า ‘แม่เมตตา’ และเมื่อประคองไว้ในอาการเช่นนั้นได้นานเกิน ๕ นาที จิตจะเข้าสู่ภาวะตั้งมั่นเป็นสมาธิอย่างใหญ่ เหมือนหัวตัวหายไป เหลือแต่ความเบิกบาน ยิ้มแย้ม และขยายขอบเขตรอยยิ้มกว้างไกลไพศาล ปีติสุขเบิกบานเหมือนน้ำพุที่จิตฐานไม่รู้ลืมรู้เบื่อ

ความแผ่ไปแห่งรักอย่างไม่เลือกหน้า ไม่มีประมาณชนิดนั้น เรียกว่า ‘อัปปมัญญูสมาบัติ’ คือเป็นฌาน จิตใหญ่เป็นหนึ่งเดียว ประกอบด้วยความรู้สึกรักได้โดยไม่ต้องเห็นหน้าใคร ไม่ต้องมีคน ไม่ต้องมีสัตว์มาเป็นเป้าหมายความรักใส่ จิตแผ่ไปครอบโลก ปีติสุขจึงซ่านไกลขนาดรู้สึกว่าจะแผ่ความสุขไปถึงใครก็ได้ เป็นคนหรือสัตว์ก็ได้ เป็นเทวดาหรือสัตว์นรกก็ได้

๒) มีความกรุณา

กรุณาในความรักแบบพรหม หมายถึงเอาความคิดจะลงมือช่วยใครต่อใครให้พ้นทุกข์ หรือที่สุขอยู่แล้วก็อยากช่วยให้สุขยิ่งขึ้น จนถึงความบริบูรณ์ไม่กลับไม่เปลี่ยน ซึ่งเป็นตรงข้ามกับความเห็นแก่ตัวและความตระหนี่ถี่เหนียว อันก่อความแห้งแล้งให้กับสังคมมนุษย์มาทุกยุคทุกสมัย

เริ่มรักแบบหญิงชาย คุณอาจอยากได้รับความกรุณาจากอีกฝ่าย และไม่คอยอยากเป็นฝ่ายกรุณาเขาหรือเธอ อาจด้วยความกลัวเสียเปรียบ หรืออาจจะเห็นว่าเขาหรือเธอรักคุณมากกว่า ก็ต้องเอาใจคุณมากกว่า ทำอะไรให้คุณมากกว่า

แต่ต่อมาเมื่อร่วมบุญ ร่วมกุศลทางกาย วาจา ใจ ก็อาจพัฒนาขึ้นเป็นความอยากทำอะไรให้คนรักบ้าง อาจจะเป็นรูปของการตอบแทน แล้วเขยิบขึ้นเป็นความหวังดี คิดริเริ่มช่วยเหลือเองโดยไม่ต้องรออีกฝ่ายทำให้ก่อน รวมทั้งไม่ได้หวังจะให้คนรักมาตอบแทนในรูปแบบเดียวกันหรือรูปแบบไหนๆด้วย

ถ้าต่อยอดพัฒนาจากกรุณาคนรักไปเป็นกรุณาสังคมผู้ด้อยโอกาส หรือกรุณาสัตว์หน้าตาน่าสงสารทั้งหลาย ก็ย่อมไปถึงความกรุณาอย่างใหญ่ สะสมไว้เป็นสิบๆปีแล้ว จิตจะแผ่กระแสนี้เอื่อยเย็นไต่ฟ้า รวบรวมเป็นปราสาทราชวังให้ผู้สัมผัสใกล้ชิดได้รู้สึก

ความอยากช่วยเหลือไม่เลือกหน้า ไม่มีประมาณชนิดนั้น ถ้าตกถึงฉาน มีความเป็นหนึ่งเดียว ก็เรียกว่าเป็นอัมปมัญญาสมบัติเช่นกัน แต่ทางเข้าของสมบัติจะมีความยิ่งใหญ่กว่าการแผ่เมตตาเฉยๆ เนื่องจากพัฒนามาจากการสั่งสมบารมีลงมือช่วยจริง

๓) มีมุทิตา

มุทิตาในความรักแบบพรหม คือการพลอยยินดีกับเรื่องดีของคนอื่น หมายถึงว่าเมื่อเห็นใครได้ดี มีสุข มีความเจริญรุ่งเรือง ประสบความสำเร็จทางโลกหรือทางธรรม ก็เกิดความชื่นชมยินดีตาม ซึ่งเป็นตรงข้ามกับความริษยา อันก่อความริ้วฉานให้กับใครต่อใครทั้งโลกมาชั่วนกานาน

เริ่มรักแบบหญิงชาย คุณอาจพลอยดีใจไปกับความสำเร็จหรือความเจริญก้าวหน้าของคนรัก แทบเหมือนเป็นเรื่องนำยินดีของคุณ

เอง เพราะหน้าตาของคุณอยู่คู่เขา เมื่อใบหน้าของเขาใหญ่ขึ้น ใบหน้าของคุณก็พลอยใหญ่ตามไปด้วย

ทว่าพอเลิกเป็นคนรักกัน ความพลอยดีใจของคุณอาจกลับเปลี่ยนเป็นหมั่นไส้ ไม่สบอารมณ์ ไม่อยากได้ยินเรื่องดี ๆ ที่เป็นมงคลของคนรักเก่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าได้ยินว่าพบคนใหม่ที่ดีกว่าคุณ ให้ความสุขได้มากกว่าที่คุณเคยให้ อันนี้ย่อว่าแต่จะพลอยยินดี แค่เอาตัวให้รอดจากการระแวกเลือดเสียก่อนก็ยากแล้ว!

ความรักแบบพรหมจะไม่คำนึงว่าใครเคยเป็นคนรัก ใครกำลังเป็นคนชัง ขอให้เป็นคนเถอะ ขอให้เป็นสัตว์หรือสิ่งมีชีวิตใดๆเถอะ ถ้าได้ดีเป็นพลอยขึ้นใจด้วยได้หมด

การฝึกให้ยินดีกับทุกคนนับเป็นเรื่องยาก เพราะความริษยาหรือความพยาบาทมักออกมาขวางหน้า ยิ่งเคঁดยิ่งผิด เหมือนจะให้เสแสร้งแกล้งยินดีที่คนรักเก่าไปได้คนใหม่ดีกว่าตนนั้น มันผิดธรรมชาติเอามาก

ทางเดียวที่คุณจะขึ้นใจได้กับความสุขความเจริญของคนและสัตว์ไม่เลือกหน้า คือต้องคอยแผ่เมตตาและกรุณามาจนเกิดสมาธิจิตตั้งมั่น ชานปีติสุขเยือกเย็นได้โดยไม่ต้องมีใบหน้าใครเป็นเครื่องเหนี่ยวนำ ทำได้อย่างนั้นธรรมชาติของใจคุณถึงจะต่างจากเดิม จิตของคุณจะพลอยยินดีกับใครต่อใครไปเองโดยไม่ต้องฝืน **เพราะสิ่งเดียวที่จิตคุณต้องการคือความสุขในรัก ไม่อยากเสียสุขในรักให้กับกิเลสคู่ปรับ อันได้แก่ความริษยาและความพยาบาทแต่อย่างใด**

ความสามารถแข่งขันกับผู้อื่น เมื่อสะสมให้มากอย่างไม่เลือกหน้า ไม่มีขอบเขตประมาณแล้ว ย่อมเข้าถึงอุปมัญญาสมบัติได้เช่นกัน เพียงมีความโสมนัสกับเรื่องดีของใคร ใจก็ห่วงงเป็นอารมณ์แห่งฌานได้แล้ว

สรุปคือสิ่งที่จะรักษาความสุขไว้ได้ ก็คือความพลอยยินดี ไม่ใช่ความริษยาพยาบาท นี่เองมุทิตาจึงเป็นหนึ่งในสิ่งที่พรหมต้องมี หากยังบกพร่อง หากยังมีข้อยกเว้น ก็ยังนับเป็นพรหมไม่ได้รับ

หมายเหตุไว้ด้วย ว่าไม่ใช่ช่วยยินดีหรือพลอยแช่มชื่นจะไปหมด เป็นต้นว่าเห็นคนยิงชู้ดับคามือ แก่แก่นสำเร็จ เลยพลอยตบมือ หัวเราะรำไปกับเขา นั้นเท่ากับคุณร่วมยินดีในการฆ่า ซึ่งก็จะมีส่วนแห่งบาปอันเกิดจากการฆ่า ไม่ใช่มุทิตาแบบพรหมแน่นอนครับ

๔) มีอุเบกขา

อุเบกขาในความรักแบบพรหม คือการมีใจเป็นกลางกับกรรมของคนอื่น เพราะเห็นตามจริงแล้วว่าใครทำอะไร ย่อมได้รับผลสอดคล้องตามนั้น

โดยทั่วไปความรักแบบหญิงชายจะไม่สอนให้คุณเป็นกลางวางเฉย เพราะเมื่อเห็นคนรักประสบทุกข์ ก็ย่อมอยากยื่นมือเข้าช่วยเหลือ ตลอดจนทำทุกอย่างเพื่อให้คนรักพ้นความผิด แม้จะต้องเป็นคนทำผิดเสียเอง

ตรงข้าม เมื่อเห็นคนรักเก่าประสบสุข ก็จะมีก้อยากแข่งให้ เจอความทุกข์เสียบ้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากคุณยังคงเสียอกเสียใจ กับการเลิกรักกัน คุณอาจถึงขนาดอยากทำตัวเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ ของเขาเสียเองเลยก็ได้

อุเบกขาแบบพรหมเกิดขึ้นได้สองระดับ ระดับแรกคือการทำ ความเข้าใจด้วยสติปัญญาแบบนี้ก็คือสัตว์โลกย่อมเป็นไปตาม กรรม ทุกคนต่างเคยทำทั้งบุญและบาป เมื่อบุญถึงเวลาผลดอก ออกผลเต็มที่ ก็ย่อมไม่มีสิ่งใดทำให้เจ้าของบุญต้องเป็นทุกข์ เช่นเดียวกับเมื่อบาปถึงเวลาผลัดผลเต็มกำลัง ก็ย่อมไม่มีสิ่งใดทำให้ เจ้าของบาปเป็นสุขไปได้เช่นกัน

ความเข้าใจในระดับนี้ก็คือจะให้ผลเป็นความรู้สึกวางเฉย ได้ก็ต่อเมื่อคิดบ่อย เห็นเรื่องราวเกิดขึ้นกับใคร ถ้าช่วยได้ก็ช่วยด้วยความกรุณาแบบพรหม แต่หากช่วยไม่ได้ก็ต้องคิดวางอุเบกขาแบบ พรหมว่าเป็นกรรมของเขาเช่นกัน

อีกระดับหนึ่งที่เหนือกว่านั้น คือการหยั่งรู้เข้าไปในเรื่องของ กรรมวิบากจริงๆ คือจิตเกิดอกิณญาณอันมีสมาธิขั้นสูงเป็นบาทฐาน คือเมื่อเรียนรู้ไว้ก่อนว่าร่างกายเป็นผลของกรรมเก่า รูปร่างหน้าตา เป็นผลของกรรมเก่า เพศเป็นผลของกรรมเก่า ชะตากรรมทั้งหลาย เป็นผลของกรรมเก่า ก็สามารถใช้อัจฉัตรตรวจสอบดูความจริงอันเป็น เบื้องหลังกรรมทั้งหมดเหล่านั้น

เมื่อจิตมีกำลังมากพอ ย่อมเกิดญาณหยั่งรู้ และพบว่า กรรมวิบากเป็นความจริง โดยจะเห็นเป็นเรื่องราวๆ ไป เช่น เมื่อพบว่า

คนรักเสียชีวิตจากอุบัติเหตุบนท้องถนน จู่ๆมีรถบรรทุกถลาเข้าบีบัดจนยับเยินไปทั้งคัน แทนที่จะร้องไห้คร่ำครวญ ตัดพ้อต่อว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ว่าทำไมไม่เห็นดูแลคนดี ผู้มีอภิญญาย่อมตรวจดูได้ด้วยตนเอง โดยหวังนิमितโศกนาฏกรรมของคนรักไว้ด้วยใจ แล้วน้อมนึกว่าโศกนาฏกรรมนี้มีสิ่งใดเป็นต้นเหตุ

ด้วยความแก่กล้าของญาณ ผู้ทรงอภิญญาก็อาจเห็นถนัดว่าคนรักเคยไปช่่มดักฆ่าใครกลางทางเอาไว้แต่ปางก่อน มาชาตินี้ถึงจุดตัดของเวลาที่ต้องเสวยผลบาปนั้น จึงบันดาลให้ต้องตายอนาถกลางทาง ทั้งหมดหาใช่การกลั่นแกล้งหรือการดูตายจากภูตผีหรือเทวดาที่ไหนเลย

คุณจะทราบด้วยญาณ ว่าปาณาติบาตหนักๆที่เคยทำไว้ มักวางแผนให้เจ้าของกรรมต้องตายด้วยอุบัติเหตุก่อนที่จะเกิดมา มีเลือดเนื้อเสียอีก ด้วยความหยิ่งทราบนี้เอง คุณจึงไม่ตีโพยตีพายโว้ยวายกับใคร แต่จะสงสารสัตว์โลกเท่าเทียมกัน แม้แต่คนที่กำลังอยู่ดีมีสุข คุณก็จะไม่รู้สึกรู้ว่าเขา ‘เคราะห์ดี’ ไปกว่าคนที่กำลังประสบเคราะห์ร้ายแต่อย่างใดเลย

ทุกคนไซ้คร่ำยที่ไม่รู้เรื่องกรรมวิบากเหมือนกันหมด!

อุเบกขาแท้จริงระดับพรหมที่อยู่เหนือมนุษย์ ใจจึงเป็นกลางหนักแน่นยิ่งกว่าแผ่นดิน ผิดว่าตามผิด ถูกว่าตามถูก ไม่ปล่อยยให้ความรักหรือความเกลียดมาครอบงำได้ จิตจึงเป็นอิสระ และพร้อมจะเข้าถึงฉาน เป็นอัมปมัญญาสมาบัติได้ทุกเวลา

สำหรับอุเบกขาที่ฝึกได้ในชีวิตคู่นี้จะครับ เอาแค่ให้ชีวิตคู่เป็น 'สนามฝึกตัดจิต' ก็พอแล้ว คนเราไม่เห็นตัวเองผิด เห็นแต่ตัวมีความชอบ และเห็นแต่ความผิดของคู่ครอง **แล้วบางที่รู้ทั้งรู้ว่าตัวเองผิด ก็จะต้องจริงจังเหตุผลข้างๆคุณมาบีบให้คนรักยอมรับว่าตนเองถูกให้จงได้**

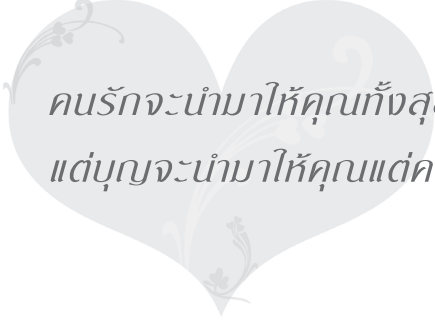
ที่ผ่านมาเมื่อผิดแล้วไม่ว่าตามผิด ทำให้จิตบิดเบี้ยว ถึงตอนครองคู่ก็อาจอาศัยชีวิตคู่เป็นสนามฝึกตัดจิตให้ตรง โดยเริ่มจากการยอมลงให้กับเหตุผล ตอนแรกๆอึดตายังหนา ไม่เอื้อให้อยากยอมรับ แต่เมื่อพิจารณาจนเข้า ย้ำกับตัวเองมากเข้าว่าทำอย่างนี้เราผิดจริง หรือทำอย่างนั้นเรามีส่วนผิดด้วย เลิกคิดคำแก้ตัวต่าง ๆ นานา ผ่านเดือนผ่านปีคุณจะเป็นคนจิตตรง เห็นอะไรตามจริงอย่างเต็มตัว โดยไม่ต้องฝืนใจอีก

ยกระดับบุญ

ระหว่างได้บุญกับได้คนรัก อันไหนดีกว่ากัน ปัญญาจะตอบว่าได้บุญดีกว่าแน่นอน เพราะเพียงที่บุญจะนำความสุขมาให้ ไม่ช้าก็เร็ว ส่วนคนรักนั้น ยังไม่รู้ว่าจะคุ้มดีคุ้มร้าย ให้คุณให้โทษขนาดไหน

แต่ถ้าไปถามกิเลสจะครับ ว่าระหว่างได้บุญกับได้คนรัก อันไหนดีกว่า กิเลสจะตอบทันทีว่าได้คนรักดีกว่า!

กิเลสนะ ไม่ช่วยให้คุณกลัวความทุกข์หรอกครับ มันจะขบขันให้คุณละโมภอยากเขมือบสุขทำเดี๋ยว!



คนรักจะนำมาให้คุณทั้งสุขทั้งทุกข์
แต่บุญจะนำมาให้คุณแต่ความสุขกายเดียว

อันนี้ต้องมาตีข้อเด่นของบุญให้โด่งขึ้นชัดๆหลายๆหน ถึงจะเปรียบเทียบได้เกิดความเข้าใจอันดี เช่น ถามว่าถ้าคุณรักและเป็นห่วงใคร ออยากปกป้องใคร คุณควรทำเช่นไรจึงเป็นผลดีกับเขาหรือเธอมากที่สุด?

จากความจริงที่คุณไม่อาจตามดูแลใครให้ได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ก็เพียงพอแล้วที่จะกล่าวเต็มปากเต็มคำว่า ‘รักแท้ช่วยไม่ได้’

รักแท้ช่วยให้ใครเกิดเป็นมนุษยย์ไม่ได้ แต่ความละเอียดอ่อนช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครมั่งมีศรีสุขอย่างเป็นทางการของตัวเองไม่ได้ แต่ทานบารมีช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครปราศจากภัยเวรไม่ได้ แต่ศีลบารมีช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครเป็นอมตะไม่ได้ แต่การมีสติตื่นรู้สัจจะความจริงขั้นสูงสุดช่วยได้

บุญเท่านั้นที่ตามไปเป็นสมบัติ เป็นพี่เลี้ยงดูแล เป็นบอดีการ์ด เป็นพยาบาล เป็นผู้ช่วยสารพัด ตลอดจนเป็นผู้บันดาลความเป็นอมตะได้ **กล่าวโดยรวมคือมีแต่บุญเท่านั้น ที่จะเป็นที่พึ่งอย่างแท้จริงให้กับคนรักของคุณ ไม่ใช่ตัวคุณ และไม่ใช้รักแท้แต่อย่างใด!**

บางคนรักเมียมาก อุตุส่าห์หาซื้อเครื่องช้อตไฟฟ้าให้เมียไว้ป้องกันตัว ซึ่งถ้าจวนตัวหน้าลิวหน้าขวานขึ้นมาจริงๆ ก็ไม่รู้จะหยิบหันหรือเปล่า ไม่รู้จะใช้เป็นหรือเปล่า ไม่รู้จะโดนโจรล็อกคอก่อนหรือเปล่า หรือหนักกว่านั้นคือไม่รู้จะลี้มไว้ที่บ้านหรือเปล่า

แต่ถ้ามอบความเข้าใจในการสร้างบุญให้เมีย เธอจะมีปราการแก้วคุ้มครองตนเองตลอดไป ด้วยบุญ เธอจะไม่อยู่บนเส้นทางเจอโจรถึงเจอก็มีเหตุให้แคล้วคลาด ถึงไม่แคล้วคลาดก็มีเหตุให้โจรใจอ่อนถึงไม่มีเหตุให้โจรใจอ่อนเธอก็ไม่ถูกทำร้าย ถึงถูกทำร้ายเธอก็ไม่ตายถึงตายเธอก็ได้ไปเสวยสุขบนสวรรค์ ไม่ต้องร่วงหล่นลงต่ำด้วยเหตุคือโทษหรือพยาบาล

มีเงินอย่างเดียวไม่พอ

ต้องฉลาดด้วย ถึงจะคิดทำบุญได้!

เข้าใจเรื่องบุญ ก็คือเข้าใจเรื่องสร้างที่พึง และความเข้าใจเรื่องบุญ ก็ใช้เงินซื้อไม่ได้!

บนเส้นทางไร้ต้นไร้ปลาย เกิดตายเป็นอนันตชาตินี้ ไม่เคยมีการสั่งสมการเวียนรู้ มีแต่การสั่งสมบุญ หมายความว่า จะเกิดกี่ล้านครั้ง ต้องทนทุกข์ทรมานกี่ล้านหน ถ้าเกิดใหม่ลืมหมด ประสบการณ์ที่ผ่านมาก็สูญเปล่า ไม่ทำให้เข็ดหลาบ ไม่ทำให้เพียรอยากหาทางหยุดเกิดตายด้วยตนเอง **คุณต้องสั่งสมบุญในทางสายปัญญา เพราะบุญเท่านั้นที่สะสมได้ ผลักดันให้คุณเล็งหาประโยชน์สูงสุดได้** นั่นก็คือหยุดหลงผิดคิดว่ากองทุกข์เป็นของดี กองทุกข์เป็นสมบัติของคุณเสียที่

การทำบุญคือการขนเอาความตระหนี่ ความโลภ ความโกรธ และความหลงสำคัญผิดต่างๆ ออกจากตัว **ถ้าทำบุญโดยหวังอะไรเข้าตัว ก็แปลว่าคุณล้มสละความโลภ บุญที่ล้มสละความโลภ ไม่ถือเป็นบุญสายปัญญา**

ยกตัวอย่างนะครับ ถ้าทำบุญอย่างคนโลภ ก็มีกอธิษฐานว่า ขอให้บุญนี้จงส่งแพนมาให้ฉันเร็วๆ ซึ่งอำนาจบุญใหญ่อาจส่งมาจริงๆ แต่เป็นแพนประเภทผ่านมาชิม ไม่ใช่เข้ามาเพื่อครองคู่อยู่ร่วมกัน เพราะจะครองคู่ให้หายเหงาไปทั้งชาตินั้น ต้องการบัจฉัยเท่าบ่อน้ำหรือทะเล หรือมหาสมุทร ไม่ใช่แค่เท่ากระป๋องนม!

แต่ถ้าทำบุญอย่างคนฉลาด คุณจะสำรวจใจตัวเองว่า ยังโลภอยากได้อะไรเกินตัวไหม ยังคิดพยาบาทมาดร้ายใครอยู่ไหม ยังหดหู่ท้อแท้ไหม ยังฟุ้งซ่านจัดไหม ยังสงสัยในกุศลผลบุญไหม

เมื่อสำรวจพบว่าใจหลังทำบุญเสร็จยังคงมีมลทินอันใด ก็ขอให้ความสว่าง ความแช่มชื่นแห่งบุญ จงเป็นน้ำสะอาดล้างมลทินอย่างนั้นๆ ด้วยเถิด

ผู้มีจิตสะอาดปราศจากมลทินปนเปื้อนนะครับ ต่อให้ไม่อธิษฐานขอคนรัก ก็จะเป็นที่รักของคนจำนวนมาก เพราะคนจำนวนมากหมั่นเบียดความสกปรกของตนเองเต็มทน อดอยากได้น้ำดี ชะล้างความหมักหมมเสียบ้าง ซึ่งถ้ากระแสของใจคุณสะอาดพอ ผู้คนก็อยากมาอาศัยอาบรดกันอยู่แล้ว

คนเราทำบุญได้ ๓ ระดับ คือ ทาน ศีล และภาวนา เรียงตามลำดับจากต่ำไปหาสูง เหมือนบันไดขั้นแรกที่เราไปหาบันไดขั้นถัดๆไป มีรายละเอียดดังนี้ครับ

๑) ทาน

ทานคือการให้ ไม่ว่าจะเป็นการให้อาหารสัตว์ ให้ของคนยากจน ตลอดจนถวายข้าวของเครื่องใช้ที่จำเป็นในการดำรงชีวิตแต่สังฆ์ม ล้วนเรียกว่าทานทั้งสิ้น

ที่ชาวพุทธนิยมทำสังฆทาน เพราะเป็นทานชั้นสูงสุดสำหรับคนทั่วไปเท่าที่จะทำได้ ความจริงยังมีทานสูงกว่านั้นอีก คือการให้ธรรมเป็นทาน หมายถึงการให้ปัญญา ชี้แนะแนวทางให้ผู้อื่นเห็นถูก เห็นชอบในกรรมวิบากและทางพ้นทุกข์ แม้สังฆทานที่มีหนังสือธรรมปฏิบัติสำหรับพระ ก็จัดเป็นมหาธรรมทานได้เช่นกัน

เมื่อทำบุญโดยการให้ทาน สิ่งที่คุณควรอธิษฐานหวังผล และเห็นผลได้ทันใจ ได้แก่การขอให้ความท้อหายไปและกำลังใจคืนมา ความฟุ้งซ่านเบาลงและมีความเป็นสมาธิได้ง่ายขึ้น ความเคลือบแคลงในผลแห่งบุญหมดสิ้นไปและมีใจมั่นคงในการทำบุญให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

ที่ต้องหวังความก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็เพราะ **แม่ทานเป็นประกันว่าคุณจะมีความสุขอันเกิดจากการให้ แต่ไม่ได้ประกันว่าจิตของคุณจะสะอาดน่าสบายใจสักแค่ไหน**

เพื่อประกันว่าจิตจะสะอาดน่าสบายใจ คุณต้องทำบุญชั้นกลาง ซึ่งเหนือกว่าการทำทาน นั่นคือการรักษาศีลครับ

๒) ศีล

ศีลคือการรักษากายและวาจาให้เป็นที่เบียดเบียนกัน คือต่อให้ใจคิดเบียดเบียนก็ห้ามไว้ อย่าให้ถึงขั้นลงมือลงไม้ หรือกระทั่งพนพิษอันใดออกไปทางปาก

การรักษาศีลถือเป็นการสละความเห็นแก่ตัว เพราะ...

ไม่ฆ่าแม่ธุกย้วยๆ ให้ฆ่าในนามของความคับแค้น

ไม่ขโมยแม่ธุกล่อใจว่ามีสิทธิขโมยโดยไม่มีใครรู้

ไม่ลักลอบเป็นขี้แม่สบโอกาสเป็นขี้ในที่ลับหลับตาทุกคน

ไม่โกหกทั้งรู้ว่าถ้าไม่โกหกก็จะอดได้ในสิ่งที่ปรารถนา

ไม่เสพสุรยาเมาแม้การเสพสุรยาเมาคือการสนุกแบบไม่ต้อง
ยุ่งมาก

จะเห็นว่าเหล่านี้เป็นการสละความเห็นแก่ได้ สละอาการเอา
เข้าตัวทั้งนั้น เมื่อตั้งใจดเว้นพฤติกรรมผิดๆแล้วเว้นได้สำเร็จจริง
ทั้งต่อหน้าและลับหลังผู้อื่น จึงควรได้ชื่อว่าเป็นผู้ลดความเห็นแก่ตัวลง
แล้วอย่างแท้จริง

หากถือศีลได้สะอาด ชนชาติในการต่อสู้กับสิ่งชั่วๆ คุณควร
อธิษฐานหวังผลได้ทันที ได้แก่การขอให้โรคภัยอันตรายทั้งหลาย
ขอให้ความอหิวาตพยาบาททั้งหลายจงหลุดล่อนออกจากใจไปที่ละน้อย
**และขอให้ความฟุ้งซ่านไปในเรื่องผิดทั้งหลายจงสงบระงับลง กลายเป็น
ผู้มีสมาธิตั้งมั่น ด้วยธรรมชาติของจิตที่ปราศจากการละเมิดศีล**

เมื่อไม่ละเมิดศีล ย่อมได้ชื่อว่าละเหตุแห่งความเดือดร้อน
กระวนกระวาย อย่างไม่รู้ก็ตาม **แม้ศีลเป็นประกันว่าคุณจะมีความ
สะอาดทางใจ แต่ไม่ได้ประกันว่าจิตของคุณจะหนีความทุกข์ได้พ้น**

เพื่อประกันว่าคุณจะหมดทุกข์หมดโศก เป็นอิสระหายห่วงได้
จริง คุณต้องทำบุญขั้นสูงซึ่งเหนือกว่าการรักษาศีล นั่นคือรู้วิธี
'ทำใจ' ให้เท่าทันความจริงทั้งหลายที่กำลังปรากฏอยู่ทั้งภายนอก
และภายใน

๓) ภาวนา

ภาวนาคือการทำสติให้เจริญขึ้น และที่ต้องทำให้เจริญขึ้นก็
เพราะพวกเรากำลังหลับอยู่ทั้งสี่มตา หลงสำคัญผิด ยึดมั่นผิดๆ
ไปต่างๆนานา เช่น...

เราหลงสำคัญไปว่ากายนี้จะเต่งตึงตลอดไป เมื่อกายเหี่ยวยุบลง ใจย่อมเหี่ยวแห้งเป็นทุกข์ตาม ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าแม่ล้มหายใจก็ต้องเปลี่ยน แม่อิริยาบถก็ต้องเปลี่ยน อะไรๆในกายต้องเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา ไม่คงที่สักอย่าง เมื่อนั้นจึงคลายความหลงยึดมั่นผิดๆในกายเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่าความสุขเป็นสิ่งที่เกิดแล้วเกิดเลย เมื่อความสุขเปลี่ยนไปเป็นทุกข์ เราก็ยึดทุกข์แทน นึกว่ามันจะไม่หายทุกข์อีกแล้ว ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงเข้ามาในตัวว่าแม่สุขที่เกิดขึ้นเดี๋ยวนี้ก็มีขึ้นมีลง เดี่ยวสุขมากบ้าง เดี่ยวสุขน้อยบ้าง เดี่ยวทุกข์มากบ้าง เดี่ยวทุกข์น้อยบ้าง เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าสุขทุกข์เป็นของติดตัวติดใจตลอดไปเสียได้ ขึ้นอยู่กับจะมีสิ่งใดมากระทบเท่านั้น

เราหลงสำคัญไปว่าความทรงจำต้องฝังอยู่ในหัวตลอดไป เมื่อนึกไม่ออก ระลึกไม่ได้ เราก็ขัดเคืองตัวเอง ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าความทรงจำจะแม่นยำหรือไม่แม่นยำ ขึ้นอยู่กับแรงประทับลงมาในใจ ถ้าแรงมากก็จำแม่น ถ้าแรงน้อยก็ลืมเร็ว แล้วก็ขึ้นอยู่กับความเสื่อมไปเป็นธรรมชาติของสังขารด้วย ระบบความจำเป็นเรื่องซับซ้อนและไม่เป็นไปตามอำนาจการควบคุมของใคร เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าความจำต้องดีตลอดเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่าความคิดอ่านและเจตนาคือตัวเรา ต่อเมื่อเวลาผ่านไป ประสบการณ์มากขึ้น เราก็พบว่าความคิดอ่านของเรา

แตกต่างกัน เจตนาดีกลายเป็นร้าย เจตนาร้ายกลับเป็นดี พลิกผัน กลับกลอกได้ตลอดเวลา ทั้งที่เราไม่ได้อยากให้เป็นเช่นนั้น ต่อเมื่อ เจริญสติ เห็นตามจริงว่าแม้ความรู้สึกนึกคิดในแต่ละขณะ ก็ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกร่วมปรุงแต่งเป็น ชณะๆ เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆ ว่าความนึกคิดเป็นตัวเราเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่ามีจิตเป็นของเรา มีจิตของเราเป็นผู้รับรู้โลก และจิตนี้เป็นอมตะ ไม่ตายไปตามตัว ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริง ว่าแม้แต่การรับรู้ทางหูตาทายามตื่น หรือกระทั่งการรับรู้สัมผัสยามหลับ ต่างก็เป็นเพียงการรับรู้ชั่วขณะ รู้สิ่งหนึ่งแล้วหมุนเวียนเปลี่ยนไป รู้อีกสิ่งหนึ่ง เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริงว่าจิตเกิดดับตลอดวัน ตลอดคืน คลายความหลงยึดมั่นผิดๆ ว่าจิตเป็นบุคคล หรือมีบุคคล อยู่ในจิตเสียได้

เมื่อตัดสินใจว่าจะเจริญสติไปเรื่อยๆ กับทั้งทำสติให้เจริญขึ้น ได้สำเร็จจริงๆ **คุณไม่ต้องอธิษฐานหวังผลใดๆ ผลก็เกิดขึ้นให้ ประจักษ์ใจในปัจจุบัน**

คุณจะเป็นผู้มีสติอยู่เสมอๆ ไม่ขาดสติเป็นคนเหม่อลอยหรือ ฟุ้งซ่านเก่งเหมือนแต่ก่อน

คุณจะมีมือกับความรักที่ได้เกือบทุกสถานการณ์ เพราะสติ เต็มตัวจะทำให้รู้สึกกับชีวิตด้วยอีกมุมมองหนึ่ง ที่ต่างไปเป็นคนละ มิติ แม้ความทุกข์ก็ถูกรู้ว่าเป็นแค่สภาวะชั่วคราว ไม่ใช่ของจริงแท้ ถาวร ใจคุณจึงลดแรงดันรณลง ไม่กระสับกระส่ายเกินเหตุดังเคย

คุณจะรู้สึกถึงความเป็นเหตุเป็นผลของกายใจ ทุกสิ่งทุกอย่าง มีความยุติธรรมและสมบูรณ์แบบอยู่แล้วในตัวเอง ไม่มีใครได้อะไรมาเปล่าๆ แต่ขณะเดียวกันก็ไม่มีใครได้อะไรมาจริงๆ ทุกอย่างเป็นไปตามเหตุที่ทำไว้ในอดีตและปัจจุบัน เมื่อต้นเหตุหมดกำลังส่ง สิ่งที่มีอยู่ก็หายไปหมด เราจะชอบหรือไม่ชอบ เสียตายหรืออยาก หึงขว้าง อยากรู้ก็ต้องถึงจุดยุติเข้าสักวัน

คุณจะพบว่าบนเส้นทางสู่ความพ้นทุกข์ จำเป็นต้องอ่านและฟัง ให้มาก และคุณจะรู้สึกว่ารู้มากตอนเริ่มต้น รู้น้อยลงเมื่อศึกษาลึกขึ้น **แล้วที่สุดจะไม่เห็นว่ารู้อะไรเลย หากยังไม่รู้สึกตัวอยู่กับกายใจในบัดนี้**

คุณจะตระหนัก พบรักแท้ว่ายากแล้ว เหมือนโชคดีเหลือเกินแล้ว แต่ความจริงคือพบทางพ้นทุกข์นั้นยากกว่า และโชคดีก็ว่าอย่างเทียบกันไม่ได้ เพราะความรักเป็นสิ่งที่เจออยู่ด้วยความว้าวุ่น และต้องยุติลงด้วยการจากเป็นหรือจากตาย แต่ความพ้นทุกข์มีแต่ความสงบที่เต็มบริบูรณ์ กับทั้งเป็นอมตะอย่างแท้จริง ไม่มีการพรากจากอีกเลย

คุณจะเปรียบเทียบเห็นได้ถนัดชัด ว่าความรักบังคับให้คุณต้องรอการพิพากษาจากคนที่คุณรักว่าจะเอาด้วยหรือไม่ แต่ความพ้นทุกข์มีตัวคุณคนเดียวเลือกเอง ตัดสินเอง ดุจเดียวกับการตัดสินใจเลือกว่าจะถ่มเสลดในปากทิ้งเสียที่ใหม่ ทุกอย่างขึ้นอยู่กับความสมัครใจของคุณล้วนๆ

คุณจะเล็งเห็นว่าบนเส้นทางสู่ความพ้นทุกข์ คุณไม่จำเป็นต้องง้อใครให้มาเคียงข้างเป็นกำลังใจ ขอเพียงคุณหนักแน่น สามารถเป็นกำลังใจให้ตนเอง ก็อาจเดินเดี่ยวได้ตั้งแต่ต้นจนสุดสาย

คุณจะย้อนกลับมาเห็นว่ารักแท้เป็นเพียงอีกสิ่งหนึ่งที่ลวงโลก ให้สำคัญผิด คิดว่าคุณได้ คิดว่าคุณเสีย แท้จริงคุณไม่เคยได้หรือเสียอะไร เหมือนต่อให้ฝึกฝนร่วมกันสำเร็จ ตื่นขึ้นมาพวกคุณก็จะไม่รู้สึกรู้ว่าจะจับฉวยสิ่งใดในฝันไว้เป็นสมบัติได้ โลกความจริงก็เช่นนั้น แม้นานกว่าฝัน คุณจับต้องได้มากกว่าฝัน แต่ก็ไม่ต่างจากฝัน ตรงที่มันต้องเลอะเลือนไป เสื่อมสลายหายสูญไป ก็เมื่อสิ่งใดต้องเลอะเลือนแล้วสาบสูญไป คุณควรอ้างหรือว่าครั้งหนึ่งจับคว้ามั่นไว้ครองได้? มันนานกว่าคว้ามั่นก็จริง แต่สาระแก่นสารมันต่างอะไรจากคว้ามั่นเล่า?

คุณอาจจะลึกลับชาติได้ หลังจากฝึกรู้ได้แจ่มชัดพอ จนเห็นว่า กายใจนี้ก็เป็นเพียงชาติหนึ่ง ยังมีกายใจก่อนหน้าเรียงเป็นดับ คุณจะพบว่าแต่ละกายใจเป็นเหตุผลของกันและกัน เป็นที่มาที่ไป ในแบบคลี่คลายจากชีวิตหนึ่งไปสู่อีกชีวิตหนึ่งอย่างสืบเนื่อง

คุณจะรู้ซึ่งว่าใครที่ถูกกดขี่ข่มเหง ถูกทำทารุณ ถูกอุบัติภัย พรวกคนในครอบครัวให้เหลือตัวคนเดียว ก็ไม่ได้น่าสงสารมากกว่า ตัวคุณและคนรักเลยสักนิดเดียว เพราะคุณและคนรักก็ถูกอวิชชา ลากไปลากมา ขึ้นสวรรค์ลงนรก ถูกมัจจุราชพรวกไปจากเหล่าบุคคลที่รัก นับครั้งนับหนไม่ถ้วน บนเส้นทางวิบากกันดารนี้

คุณจะเห็นเป็นภาพรวม ว่าชาติก่อนๆคุณก็สำคัญผิดเหมือนอย่างเดี๋ยวนี้ วินาทีหนึ่งๆ เหมือนไม่น่าสงสัยเลยว่าตัวเองเป็นใคร แล้วก็เชื่อมั่นว่าเป็นตัวคุณ ต้องใช้แน่ๆ ไม่มีตัวอื่น ทั้งที่จริงมีกายใจเกิดตายสืบเนื่องกันยิ่งกว่าขบวนมดปลวก แต่ละหน้าตา แต่ละ

อัตรภาพ แต่ละชื่อแซ่ แต่ละความรู้สึก ไม่ซ้ำแบบกันเลย คุณอาจเคยเป็นคนแบบเดียวกับที่กำลังเกลียดอยู่เดี๋ยวนี้ หรืออาจเคย เป็นสิ่งที่ใฝ่ฝันอยากเป็นนักหนา ทว่าอัตรภาพเหล่านั้นก็สูญสลายไปหมด ถูกหลงลืมไปหมด และคลี่คลายกลายมาเป็น ‘ตัวนี้’ ที่จำอะไรเกี่ยวกับอดีตชาติไม่ได้เลย

คุณจะเห็นว่าคู่รักเปลี่ยนไปเรื่อยๆ ไม่ว่าจะคู่ของคุณหรือ คู่ของคนอื่น ไม่มีใครเป็นคู่ใครจริงชนิดไม่แยกจากกันตลอดไป และพวกเขาก็ตกอยู่ในวังวนแห่งความเกิดตายอย่างไม่รู้วิธีไหนอื่นเหมือนๆกับคุณ กามและบุญบาปอันเคยทำร่วมกัน ดึงดูดให้มาพบกัน จะยาวนานหรือแสนสั้นก็ขึ้นอยู่กับแรงส่งเก่าและสายใยใหม่ สำคัญคือซ้ำเร็วต้องจากกันแน่

คุณจะเห็นตัวเองยกระดับการรับรู้ ทราบชัดว่าจินตนาการและคลื่นความปรุงแต่งในหัวนั้นแหละคือความฝัน การมีชีวิตมนุษย์ที่คุ้มที่สุด คือโอกาสได้รู้สึกถึงลมหายใจ รู้สึกถึงกาย รู้สึกถึงจิต รู้จริงว่าเหล่านั้นไม่ใช่เรา เพราะเฝ้ามองกายใจจนเห็นว่ามันเป็นเพียงเครื่องล่อให้ยึด แท้จริงมีความไม่เที่ยง ไม่อาจทนได้ เพราะไม่ใช่ตัวตน ความรู้สึกในตัวคุณจะหายไป และกลายเป็นรสแห่งจิตอันบริสุทธิ์จากความหลงผิดไปแทน

คุณจะเล็งเห็นว่าคู่รักที่ซักชวนกันเจริญสติ นับเป็นความโชคดีของกันและกันอย่างไร้เหตุผลที่มาพบกัน อาจจะทำเปรียบเท่ากับพบพระอรหันต์ เพราะแม้พระอรหันต์จะสว่างประดุจแสงอาทิตย์ แต่

ก็ไม่อาจช่วยดูแลเป็นแรงบันดาลใจให้พวกคุณพากันเจริญสติได้ ในเวลากลางคืน ส่วนพวกคุณแม่เป็นแสงเทียน ก็ยังส่องสว่างในความมืดให้แก่กันและกันได้ตลอดเวลา

คุณค่าสูงสุดของรักแท้ คือการมีกันและกันให้สติบนเส้นทางขึ้นสูง จนกว่าจะถึงความสิ้นทุกข์ที่ยอดคือนิพพาน การพากันรักนิพพานนั่นแหละคือรักอันเหนือรักอย่างแท้จริง มีแต่ได้กับได้ เพราะแม้ยังไม่ถึงฝั่ง อย่างน้อยที่สุดพวกคุณก็ได้ชื่อว่ารักจะเป็นสุข มิใช่รักจะเป็นทุกข์เยี่ยงคนหลงทาง ทาทางออกยังไม่เจอ.

หวังว่าบทนี้และเนื้อหาของหนังสือทั้งเล่ม
คงช่วยให้คุณเห็นความจริง
และทางเลือกทั้งหมดที่เกี่ยวกับรักแท้

เมื่อเห็นความจริงและทราบว่ามีทางเลือกมากกว่าที่คิด
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือถามตัวเองว่า
ทุกวันนี้คุณกำลังทำอะไรอยู่
ต่อสู้เพื่อรักอันเป็นทุกข์หรือเพื่อรักอันเป็นสุข

จิตจักรพรรดิ



ละครเสียง
โดยทีมพากย์
ถวอยซ์



นวนิยายรักเหนือจินตนาการของ 'ดั่งตถุณ' ระเบิดไปกับกับสาว
น้อยนักจิตวิทยา ที่ใช้พลังจิตสัมผัสในการช่วยเหลือผู้คน จน
กระทั่งกลายเป็นที่ต้องการตัวของมาเฟียพลังจิตสองกลุ่ม ซึ่ง
กำลังแข่งกันแย่งอำนาจอย่างเงิบเงียบในโลกกว้าง

เรื่องระทึกที่ไม่อาจคาดเดาตอนจบ กับอารมณ์เหมือนจริงที่ให้
ความรู้สึกเหมือนถูกดึงดูดเข้าไปสัมผัสทุกรายละเอียด รวบรวม
ประสบการณ์ร้อน ๆ หนาว ๆ ขึ้นกับตนเอง ที่สุดนี้อาจเป็น
นวนิยายที่ทำให้คุณเห็นชีวิตในทางที่เป็นสุขมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว!

ชื่อนั่งเรือ

howfarbooks.com/index.php?option=com_jshopping&controller=products&Itemid=87&lang=en

Friday, 07 September 2012










HOWFAR Books

สำนักพิมพ์ฮาวฟาร์บุ๊กส์

ข่าวสาร **ชื่อนั่งเรือ** ผลงาน กิจกรรมฮาวฟาร์ About Howfar มัลติมีเดีย สกู๊ปข่าว ติดต่อเรา

สำหรับการสั่งซื้อจำนวนมาก
กรุณาติดต่อ คุณดุสิตา บุญมานันท์
เบอร์โทรศัพท์ 086 624 9299
อีเมลล์ howfarbooks@gmail.com

ชื่อนั่งเรือ
Order by:

	199.00 บาท 169.00 บาท Buy Detail		140.00 บาท 119.00 บาท Buy Detail		30.00 บาท 29.00 บาท Buy Detail
	235.00 บาท 59.00 บาท Buy Detail		110.00 บาท 39.00 บาท Buy Detail		195.00 บาท 59.00 บาท Detail
	235.00 บาท 59.00 บาท Buy Detail		120.00 บาท 39.00 บาท Buy Detail		30.00 บาท 29.00 บาท Buy Detail



สำนักพิมพ์ฮาวฟาร์มีหนังสือของคุณดังตฤณจำหน่ายในราคาถูก
สั่งซื้อหนังสือจากสำนักพิมพ์ฮาวฟาร์ได้ที่ <http://howfarbooks.com>
หรือติดต่อสอบถามรายละเอียดจากคุณ ดุสิตา บุญมานันท์
ได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ (081) 545-1949

