

น้ำเน่า?

ละครใบ้ 4 มีนาคม 2548

ผมรู้สึกแย่มากๆ ครับ ผมรักผู้หญิงคนหนึ่ง ผู้หญิงคนนั้นรักผมครับ แต่ทุกครั้งที่ช่องว่างระหว่างเราหดแคบลง เธอจะส่งผมกลับมาอยู่ที่ในระยะห่างเท่าเดิม ด้วยเหตุผลว่าไม่อยากรักไปมากกว่านี้ กล่าวบทสรุปสุดท้ายไม่ใช่อย่างที่เราคาดหวังไว้ด้วยกัน กล่าวว่าการคบครองของเธอจะไม่ยอมรับผม ผู้หญิงคนนั้นไม่อยากเสียใจ

ผมรักเธอครับ และผมเป็นคนพิการ ชีวิตมันน้ำเน่ายิ่งกว่าละครตอนคำอีกนะครับ

📌 ความรักก็คือความกล้าอย่างหนึ่ง กล้าที่จะเดินหน้าไปสู่อนาคตที่ไม่รู้แน่นอน ลัทธิธรรมของโลกก็คือ ไม่ว่าจะมีความรักหรือไม่ ชีวิตของเราทุกคนก็มีแต่ความไม่แน่นอนอยู่แล้ว ไม่มีใครรู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น จะสมหวังกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นหรือไม่

ในความเห็นของผม เวลาของเราแต่ละคนบนโลกนี้มีน้อย ดังนั้นจะรักใครก็รักไป ออกหักครึ่งสองครึ่งสามครึ่งจะเป็นไร

ในกรณีของคุณ หากเธอไม่กล้าด้วย ก็แสดงว่าเธอไม่ได้รับจริงหรือไม่รักมากพอที่จะเดินหน้าไปกับคุณ เรื่องนี้ไม่เกี่ยวกับครอบครัวของเธอหรือครับ ดังนั้นหากสะสางเรื่องนี้ไม่ได้ ก็ถอนตัวถอนใจกลับมา

ค่านิยมพรหมจารี

ญาโณ 8 เมษายน 2548

คุณวินทร์ คิดอย่างไรคะกับค่านิยมเรื่องรักษานวลสงวนตัวของคนไทยในปัจจุบัน เช่นที่ต้องมีชายที่รักเพียงคนเดียว ต้องรักษาพรหมจารีไว้เท่าชีวิต

ฉันเห็นมามากมาย บางครั้งก็สร้างผลดีที่ทำให้เด็กไทยของเรารักษานวลสงวนตัว สร้างคุณค่าในตัวเองไม่ให้อายใครได้

แต่ในบางครั้งค่านิยมเรื่องรักษานวลสงวนตัวก็สร้างผลเสียให้แก่เด็กไทยอย่างเช่นที่ฉันเคยพบเจอมาจากเพื่อนๆ รุ่นน้อง คนรู้จัก ชาวในหนังสือ บางครั้งผู้หญิงที่มีอะไรกับแฟนแล้วถูกแฟนทิ้ง สร้างปัญหาให้เด็กผู้หญิงคนนั้นเกิดความรู้สึกเสียใจ มีชีวิตอยู่ต่อไปไม่ได้ถ้าเสียพรหมจารีไปแล้ว

ค่านิยมดังกล่าวอาจสร้างปมด้อยในจิตใจของผู้หญิงคนนั้นตลอดไป และค่านิยมดังกล่าวก็ยังส่งเสริมเพศชายที่มักแสวงหาหญิงที่ยังเป็นพรหมจารีอยู่ แต่คิดว่าตนเองไม่เสียหายอะไร มักยกย่องชายที่มีเช็กลูกกับหญิงได้หลายๆ คน แล้วไม่มีความผิดไม่เสียหายอะไร แต่กลับรังเกียจหญิงที่มีอะไรมาแล้ว

ฉันเห็นตัวอย่างจากคนรู้จักมากมาย ผู้หญิงเมื่อถูกผู้ชายที่ตนรักหลอก มีอะไรด้วยแล้วทั้ง ก็เสียใจ คิดฆ่าตัวตาย คิดทำร้ายตัวเอง บ้างก็ประชดชีวิตไปในทางที่แย่ง เกิดปัญหาสังคมตามมาภายหลัง

ฉันคิดว่าเรื่องค่านิยมที่เราเป็นคนสร้างขึ้นเอง บางครั้งเราก็ไม่ควรยึดติดทั้งหมด เราควรสอนเด็กให้สามารถคุยเรื่องนี้กับผู้ใหญ่ได้เพื่อเราจะได้อภัยให้คำแนะนำที่ดีตั้งแต่แรก หากถ้าลูกสาวหรือหลานสาวใครเกิดพลาดพลั้งไป เราก็ควรสอนเขาว่า เมื่อเราได้เสียมันไปแล้ว ไม่ได้หมายถึงเราต้องเสียชีวิตของเราไปด้วย ไม่จำเป็นต้องประชดชีวิตตัวเองในทางที่แย่ง ไม่ใช่เสียไปแล้วก็ช่างมันปล่อยเลยตามเลย แล้วมีไปทั่วแล้ว

เราควรสอนค่านิยมนี้ให้เหมาะสมให้เด็กเข้าใจ ทางที่ดีฉันว่าเราควรให้ความเอาใจใส่ ทำให้เด็กรู้สึกว่าการปรึกษาผู้ใหญ่ได้ทุกเรื่องจะดีกว่า ดีกว่าปล่อยให้เด็กไปปรึกษาเพื่อน เนื่องจากอาจจะได้ทางแก้ไขที่ผิดหรือที่ไม่ถูกไม่ควร

📌 ถ้าเรามองวัฒนธรรมของสังคมต่างๆ ทั่วโลก และความเป็นไปในประวัติศาสตร์ จะเห็นว่าพฤติกรรมการรักษานวลสงวนตัวที่ว่าหญิงต้องรักษาพรหมจารีไว้เท่าชีวิตนี้เป็นเรื่องค่านิยม ซึ่งไม่ใช่เป็นแต่ของโลกตะวันออก ผมเคยถามสตรีชาวตะวันตกว่า จริงหรือไม่ที่ผู้หญิงตะวันตกปล่อยตัวในเรื่องนี้อย่างเสรี คำตอบที่ได้รับค่อนข้างน่าแปลกใจ นั่นคือไม่จริง และให้เหตุผลว่าสาเหตุที่เรามองผู้หญิงตะวันตกเป็นพวกฟรีเช็กลูกนี้ก็เพราะหนังฮอลลีวูดสร้างภาพไว้เช่นนั้น หญิงฝรั่งที่รักตัวสงวนตัวก็มีมากมาย

หลายคนโยงเรื่องนี้เข้ากับประเด็นความเสมอภาคของชายหญิง โดยตั้งคำถามว่า ทำไมหญิงต้องรักษาพรหมจารีไว้ก่อนแต่งงาน ขณะที่ผู้ชายกลับมีค่านิยมตรงกันข้ามโดยสิ้นเชิง ยิ่งเสียความบริสุทธิ์ยิ่งเร็วยิ่งเก่ง ยิ่งมีเมียมากยิ่งดี เป็นชายชาติตรี (ผู้ชายส่วนมากจึงมักอิจฉาตัวละครอย่าง เจมส์ บอนด์) แต่เราเอาเรื่องความเสมอภาคมาใช้ในเรื่องนี้ไม่ได้ เพราะไม่เกี่ยวกับ

นอกจากวัฒนธรรมที่ต่างๆ ในโลกจะมองเรื่องนี้ต่างกันโดยสิ้นเชิงแล้ว

ค่านิยมก็ยังคงเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย ในสมัยจีนโบราณ แค่ผู้หญิงปล่อยให้ผู้ชายเห็นขาอ่อนของตัวเองก็เป็นเรื่องใหญ่แล้ว หากให้คนสมัยห้าร้อยปีก่อนดูชุดว่ายน้ำวันพีชในสมัยนี้ คงร้องวืดว้ายกันแน่ (มีพักพูดถึงทูพีชและ จี สตริง!)

คนโบราณสอนหญิงให้รักษาพรหมจารีไว้ก่อนแต่งงานก็น่าจะเพราะในเรื่องนี้ ผู้หญิงมักจะเจอปัญหาว่าผู้ชายมากกว่าผู้ชาย แต่ไม่ใช่ข้อห้ามที่สลักไว้บนหิน การประณามหญิงที่ไม่รักษาค่านิยมนี้ (หรือพยายามรักษาแล้ว แต่พลาดพลั้งไปชั่ววูบ) จึงอาจเป็นการมองแบบสุดโต่ง

คำถามว่าผู้หญิงควรรักษาพรหมจารีไว้ก่อนแต่งงานหรือไม่ จึงไม่ใช่เป็นเรื่องควรหรือไม่ควร ต้องหรือไม่ต้อง เป็นเรื่องของใจ ถ้ารู้สึกดีที่รักษาพรหมจารีไว้ก่อนแต่งงาน ก็รักษาไว้ ถ้ารู้สึกดีที่ไม่รักษาพรหมจารีไว้ก่อนแต่งงาน ก็ไม่ต้องรักษา นี่ไม่ใช่การยั่วยู่ให้ใจแตกนะครับ แต่ชี้ให้เห็นว่า มนุษย์สมควรมีอิสระทางความคิดโดยไม่ผูกตัวเองกับกฎเกณฑ์จนอึดอัด เราควรใช้ชีวิตอย่างพอดี ไม่ผูกชีวิตกับค่านิยมบางอย่างจนลืมนิยามของมัน แต่ก็ไม่จำเป็นต้องพยายามใช้ชีวิตอย่างเสรีหรือแหกคอกไปเสียทุกเรื่องจนกลายเป็นคนเหลวแหลก

พรหมจารี

อยากรู้ครับ 5 กุมภาพันธ์ 2552

ผมรับไม่ค่อยได้เลยครับกับการที่คบไป แล้วมารู้ทีหลังว่าผู้หญิงคนรักเคยผ่านผู้ชายมาก่อนแล้ว มีหน้าซำยังเคยอยู่ด้วยกันฉันผัวเมียอีกตั้งหลายปี มันเสียความรู้สึกมาก หรือเป็นเพราะความคิดและประสบการณ์ของผม คงจะยังไม่เป็นผู้ใหญ่พอ หรือมองโลกแคบไปสินะ?

ผิดมั้ยครับที่ยึดมั่นกับพรหมจารีของหญิงคนรัก? หรือว่าไม่มีผิดหรือถูก ขึ้นอยู่กับมุมมองของแต่ละคนตะหาก? ถ้าเลือกได้ ใครจะไม่อยากได้หญิงพรหมจารีล่ะครับ?

อาวินทร์คิดยังไงครับ?

📧 ทำไม่ไม่ถามผู้หญิงครับว่า รับความคิดของคุณได้ไหม?

ผมไม่ได้บอกว่าความคิดของคุณนี้ผิดหรือถูกนะครับ แต่อยากให้คุณมองความรู้สึกที่ความรู้สึก ไม่ไปผูกติดกับค่านิยมหรือความเชื่อที่ได้รับการปลูกฝังมาจนลืมนิยามของความรักรัก

ผมเชื่อว่าเหตุผลของการกำเนิดความคิดดังกล่าว น่าจะมาจากการที่ผู้ใหญ่ไม่อยากให้เกิดใจแตกและชิงสุกก่อนห่าม เพราะเมื่อปล่อยกายใจมากเกินไป ก็อาจนำปัญหาสังคมต่างๆ มา แต่ผู้ชายจำนวนไม่น้อยมองเรื่องนี้เป็นค่านิยม และที่น่าขุ่นเคืองก็คือชอบปฏิบัติแบบสองมาตรฐาน นั่นคือผู้หญิงต้องรักษาความบริสุทธิ์จนถึงวันแต่งงาน ขณะที่ผู้ชายสามารถมีผู้หญิงยิ่งมากคนยิ่งดี

ในบางสังคมของโลก มองว่าพรหมจารีสตรีไม่ได้มีความหมายอะไร ในสังคมชาวเขาบางเผ่า หญิงสาวทุกคนต้องผ่านชายคนแรกที่เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านเพศ เพื่อให้ทุกคนรู้ว่าต้องใช้ชีวิตคู่อย่างไร ลองคิดดู สมมุติว่าคุณเกิดในสังคมนั้น และเชื่อตามที่บรรพบุรุษสั่งสอนมา และรับค่านิยมนั้น คุณยอมไม่แยแสในเรื่องพรหมจารีของสตรีเลยอย่างแน่นอน

สรุปก็คือ ความคิดว่าเยื่อพรหมจารีสำคัญกว่าสิ่งใดๆ นี้มาจากการรอกความคิดของสังคม และค่านิยม เมื่อเข้าใจที่มาของความคิดและเห็นคุณค่าของความรักมากกว่าร่างกาย ก็เป็นอิสระ ไม่ต้องวิตกทุกข์ร้อนด้วยเรื่องนี้

ของขวัญแต่หญิง

ทรงทอม 2 มิถุนายน 2548

พี่ครับ ถ้าเราตั้งใจทำของมาให้ผู้หญิงคนหนึ่ง แล้วเค้าปฏิเสธที่จะรับมัน เราก็ไม่ควรให้ใช่ไหมครับ? เพราะมีแต่คนบอกผมว่าไหนๆ ก็ทำมาแล้ว หน้าด้านให้ไปเลย แต่ผมคิดว่า ถ้าเค้าไม่เอา เราก็ไม่น่าไปยึดเยียด เก็บไว้เองก็ได้ แบบนี้แปลว่าผมพยายามน้อยไปใช่ไหม?

📧 หากคุณมีใจอยากมอบของขวัญให้คนหนึ่ง ก็มอบไป ไม่ต้องคิดมาก หากใครคนนั้นปฏิเสธ ก็รับคืนมา ก็สิ้นเรื่อง ไม่ใช่เรื่องเสียหน้าอะไร

อย่างไรก็ตาม ก็ควรดูความเหมาะสมและกาลเทศะด้วย ยกตัวอย่างเช่น หากผู้หญิงคนนั้นมีแฟนแล้ว เธออาจรู้สึกอึดอัดใจหากมีชายหนุ่มคนอื่นที่ไม่ใช่แฟนมอบของขวัญให้ แม้ว่าเจตนาของการมอบไม่ใช่การจีบ และถ้าอยากมอบจริงๆ ก็ควรทำในลักษณะที่ไม่ส่อไปในทางที่ทำให้เธอเข้าใจผิด เป็นต้น

บุญคุณกับความรัก

K 8 กรกฎาคม 2548

ผมชอบผู้หญิงอยู่คนหนึ่งมาหลายปีแล้ว แต่เค้าไม่เคยที่จะรู้สึกชอบผมเลยแม้แต่นิดเดียว ผมเคยบอกรักเค้าเมื่อหลายปีก่อน แต่เค้าตอบกลับมาจากเค้าไม่ได้รู้สึกอะไรกับผมเลย จนถึงตอนนี้เค้าก็ยังบอกเหมือนเดิมว่าเค้าไม่รู้สึกอะไรกับผมเลย ทั้งๆ ที่เวลาเค้ามีเรื่องเดือดร้อนอะไรก็ตาม ผมช่วยเค้าทุกอย่าง แต่เค้ากลับไม่เห็นคุณค่าของผมเลยแม้แต่นิดเดียว

ผมควรจะทำยังไงดีครับ? ผมกลุ้มใจมาหลายปีแล้ว จะว่าผมโง่ก็ได้ แต่ได้โปรดช่วยตั้งผมออกมาจากความโง่หน่อยครับ

📌 ผมก็ไม่รู้ว่าคุณรักเธอหรือรักตัวเองกันแน่ ถ้าคุณรักเธอจริง ก็ปล่อยให้เธอเดินไปตามทางของเธอโดยไม่ต้องอ้างบุญคุณและไม่มีข้อแม้ใดๆ
อยากช่วยใครก็ทำไปโดยไม่หวังผลตอบแทน สบายใจกว่ากันเยอะครับ

คนรักเก่าหรือเพื่อนใหม่

อัศจรรย์ 2 มิถุนายน 2550

บายวันนี้มีโอกาสได้คุยกับเพื่อนเก่าซึ่งเป็นคนรักเก่าด้วยค่ะ เราไม่ได้ติดต่อกันมาเกือบสี่ปี แล้วจู่ๆ วันหนึ่ง เพื่อนอีกคนก็ให้เบอร์โทร.ของเค้ามา

คิดอยู่นานจะว่าจะโทร.คุยกันมัย เพราะยังให้คำตอบแก่ตัวเองไม่ได้ว่าเราจะจะเป็นเพื่อนกันได้ขนาดไหน ก่อนที่จะรักกัน เราเป็นเพื่อนสนิทกันมาก่อน

พอเลิกกันไป มันไม่ใช่เฉพาะคนรักที่เราเสียไป แต่เรายังเสียความเป็นเพื่อนไปด้วย เมื่อคืนนอนไม่หลับเพราะตาคอนี้มาเข้าฝัน ตื่นมาตีสนอนไม่หลับอีกเลย บายนี้เลยตัดสินใจว่าจะสานสัมพันธ์เก่าๆ จากที่ได้คุยกัน เค้ากำลังจะแต่งงานค่ะ

อยากเรียนถามคุณอาวรินทร์ว่า เป็นไปได้ไหมที่จะได้เพื่อนสนิทคนนี้ก็กลับมาเหมือนเดิม หรือจะเป็นได้แค่เพื่อนเก่าเท่านั้นคะ?

📌 เป็นไปได้ครับที่จะเป็นเพื่อนกันอีก แต่ควรตกลงกันก่อนที่จะเริ่มต้นสานสัมพันธ์ใหม่ เพราะถ่านไฟเก่าๆ ง่ายกว่าถ่านใหม่

แต่หากมองดูสถานการณ์แล้วไม่มั่นใจตัวเอง อีกทั้งคนรักเก่าก็มีรักใหม่แล้ว ก็ถอยออกมาก่อน รอจนมั่นใจว่าถ่านดับจริงๆ แล้ว ค่อยเป็นเพื่อนกันก็ได้ครับ

ราคาของความรัก

ธรา 17 ธันวาคม 2550

ดิฉันโกรธกับคนที่รักหลายครั้งเพราะอึดใจตัวเอง ทั้งที่บอกว่ารักมาก แต่ก็ทำใจไม่ได้สักครั้งที่เค้าทำในสิ่งที่เราไม่ชอบ อยากขอคำแนะนำจากคุณวรินทร์ เพราะอ่านบทความที่ว่า เราควรรักในสิ่งที่เค้าเป็น ไม่ใช่ในสิ่งที่เราอยากให้เป็น ช่วยดิฉันด้วยนะค่ะ ซึ่งทางสว่างให้ด้วย ตอนนี้ระหว่างเราเริ่มมาถึงทางแยกแล้วค่ะ

📌 ‘การยอมรับในสิ่งที่คนอื่นเป็น’ เป็นความคิดเชิงอุดมคติครับ คุณไม่จำเป็นต้องยอมรับกติกานี้แต่อย่างใด

เวลาคุณไปซื้อสินค้าชิ้นหนึ่งในห้าง และคนขายตั้งราคาที่คุณรู้สึกว่าสูง คุณไม่ซื้อและกลับไปนอนคิด ผ่านไปห้าวัน คุณก็ยังคงคิดถึงสินค้าชิ้นนั้น คุณกลับไปร้านนั้น และพบว่ามีคนซื้อมันไปแล้ว คุณรู้สึกผิดหวัง และพบว่าคุณต้องการมันมากกว่าที่คุณคิด

คำถามที่คุณต้องถามตัวเองก็คือ คุณ ‘ยอมจ่าย’ แค่ไหนเพื่อ ‘สินค้า’ ชิ้นนี้

ถ้าตรองดูแล้ว คุณคิดว่าคุณอยู่ไม่ได้แน่หากเขาจากไป คุณก็ต้องยอมรับความจริงว่า คุณต้องจ่ายสูงกว่าที่คุณอยากจ่าย

แต่ถ้าคิดว่า คุณไม่สามารถเปลี่ยนตัวคุณได้เลยเด็ดขาด เพราะมันทำให้คุณไม่มีความสุขไปตลอดชีวิต คุณก็ทำอย่างที่คุณอยากจะทำ สัมภาษณ์ว่า “ความรักคือการยอมรับในสิ่งที่คนอื่นเป็น” ไปเสีย เพราะมันไม่เวิร์กสำหรับคุณแล้วเดินหน้าต่อไป ก็เท่านั้นเอง

ชีวิตคู่ในโลกจริงก็เป็นอย่างนี้ครับ ไม่ค่อยสวยงามเหมือนหนัง โรแมนติก คอเมดี้ หรือครับ

ความรักกับความแตกต่างของอายุ

ธรา 7 พฤศจิกายน 2550

มีปัญหานิดหน่อยคือไปชอบรุ่นน้องในที่ทำงาน อายุเราต่างกันมาก ความรักของเราไม่มีวันเป็นไปได้เลย รู้สึกทรมานมากที่จะต้องควบคุมตัวเองให้อยู่ในกรอบที่เหมาะสม มีความรู้สึกเหมือนเค้าเป็นชายในฝันของเจ้า เป็นผู้ชายตามแบบฉบับที่เราชอบ เคยไปดูหนังทานข้าวด้วยกัน แต่ก็รู้ว่าเค้าคงคิดกับเราแบบ

พีโนที่ทำงานเดียวกัน บางครั้งก็อดเข้าข้างตัวเองว่า คำคงมีใจให้ เพราะเรา
ไปไหนมาไหนด้วยกันบ่อยพอสมควร

อยากเรียนถามคุณวินทร์ว่าดิฉันควรทำอะไรดี และในฐานะผู้ชาย คุณ
วินทร์คิดว่า ชายในฝันของดิฉันเค้าคิดอย่างไร อาจเป็นคำถามที่ดูโง่ๆ แต่ดิฉันก็
อยากทราบความคิดคุณวินทร์ ถึงแม้ว่าท้ายที่สุดแล้ว ดิฉันก็ต้องทำตามความคิด
ตัวเอง โปรดกรุณาตอบดิฉันด้วยนะค่ะ ดิฉันชอบที่คุณตอบจดหมายหลายๆ หัว
เป็นอย่างยิ่งว่า ดิฉันคงไม่ใช่ผู้หญิงที่ต้องตามรักเค้าไปทุกชาตินะค่ะ

📧 คุณไม่ได้บอกว่า ที่ว่าอายุต่างกันมาก ต่างกันแค่ไหน สองปี ห้าปี สิบบปี
ยี่สิบบปี?

โดยส่วนตัวผมไม่คิดว่า การที่หญิงมีอายุสูงกว่าชายจะเป็นอุปสรรคต่อชีวิต
รัก แต่หากอายุต่างกันมากๆ ก็อาจมีปัญหาได้เหมือนกัน เพราะคุณจะแก่มาก่อนเขา
อย่างไรก็ตาม นี่ยังไม่ใช่ปัญหาของคุณในตอนนี้อยู่ คำถามที่ผมเดาว่าคุณ
อยากรู้คือ

- 1 หากหญิงเป็นฝ่ายจีบชายก่อน ผู้ชายจะคิดอย่างไร และ
- 2 หากชายไม่รับรัก ความสัมพันธ์เดิมนั้นจะเสียหายหรือไม่

โดยส่วนตัว ผมเชื่อในความเสมอภาค และมองไม่เห็นความแตกต่างของ
ผู้ชาย-ผู้หญิง นอกจากคำนิยามที่สังคมตีกรอบให้เรา ดังนั้นสำหรับข้อหนึ่ง ผม
เห็นว่ารับได้ครับที่หญิงจะบอกชายว่าตนเองชอบเขา (แน่นอน โดยวิธีที่ละมุน-
ละม่อม!)

ส่วนข้อสองนั้น ขึ้นกับตัวคุณเอง ถ้าคุณรับได้ว่า เป็นแฟนกันไม่ได้ แต่ก็
ยังเป็นเพื่อนกันได้โดยที่ยังมองตากันได้สนิทใจ ก็ทำไปได้ครับ แต่ก็ต้องยอมรับ
ผลที่ตามมาว่า ความสัมพันธ์แบบเพื่อนอาจจะไม่สนิทใจเหมือนเดิม เพราะลึกๆ
คุณอาจรู้สึกผิดหวังไปตลอด

คุณคงต้องชั่งน้ำหนักระหว่างการให้เขารู้หรือไม่ให้เขารู้ความในใจของคุณ
ถามตัวเองว่า หากผ่านไป 10-20 ปี คุณจะเสียใจไหมที่ไม่บอกให้เขารู้ ถ้าคิดว่า
อีก 20 ปี คุณยังจะคิดเสียใจหากไม่บอก ก็บอกไปตอนนี้เถอะครับ อย่างมากก็
แค่พลาดหวัง ไม่มีอะไรจะเสีย และไม่ใช่ว่าเรื่องที่ทำให้ความเป็นกุลสตรีของคุณ
เสียหายแต่อย่างใด ใครที่คิดว่าหญิงจีบชายก่อนเป็นเรื่องเสียหาย อาจจะเข้าใจคำ
ว่า 'กุลสตรี' ผิดไปหน่อย เพราะความเป็นกุลสตรีมิได้อยู่ที่ความกล้าแหกคอก

ประเพณีหรือเยื่อพรหมจารี

ไม่ใช่ความผิดของคุณหรือใครหรอกครับที่ไปหลงรักคนอื่นที่สังคมตราว่า
ไม่สมควรรัก (รักหนุ่มที่เด็กกว่า / รักคนที่แต่งงานแล้ว / รักคนเพศเดียวกัน
 ฯลฯ) เลิกมองว่ามันเป็น 'ความผิด' เสียที เพราะทำให้สมองคุณไม่แจ่มใส มอง
ปัญหาไม่ทะลุ

ความรักความชอบความหลงเป็นธรรมชาติของคน เมื่อไม่สมหวัง ก็ไม่
สบายใจ เข้าใจเสียอย่างนี้ ก็จะได้ไม่ต้องโทษใครหรืออะไรอีก และหากความ
สัมพันธ์นั้นไม่สมหวัง ก็ไม่สมหวัง แล้วก้าวต่อไป

ขออวยพรให้โชคดีในความรักนะครับ ถึงจะพลาด ก็อย่าไปคิดมาก เป็น
เรื่องไม่แปลก คนเรามักเจอคนที่รักในสถานการณ์ที่ไม่ค่อยจะลงตัวอย่างนี้เสมอ

บอกรัก

บอก-ไม่บอก 21 พฤศจิกายน 2550

คุณวินทร์บอกในกระทู้หนึ่งว่า ผู้หญิงบอกรักผู้ชายก่อนได้ ไม่เป็นไร แต่
ถ้าผู้ชายคนนั้นมีแฟนอยู่แล้ว เรารู้ แล้วเรายังบอกความในใจ อย่างนี้ผิดหรือ
เปล่าคะ? ไม่ได้คิดจะให้เขาเลิกกันนะค่ะ เพราะรู้ว่าคบกันมานาน แต่ใจก็อยาก
บอกเพราะแอบชอบมานานแล้ว (4 ปี) แต่คิดว่าไม่สมควร คงเป็นได้แค่เพื่อน
คุณวินทร์ว่าหนูควรบอกเขาไหมคะว่าชอบเขา เพราะดูท่าทางเขาไม่รู้อะไรเลย ทั้งๆ
ที่ได้รู้จักกัน ก็เพราะหนูเลือกที่จะไปคุยกับเขา แต่เขาก็คงคิดว่าบังเอิญแหละค่ะ
พอชอบไปแล้วถึงได้รู้ว่าเขามีแฟนแล้ว แฮ่!

📧 ระวางอย่าโยงสองเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับเข้าด้วยกันนะครับ

บอกรักผู้ชายโสดเป็นเรื่องหนึ่ง รักคนที่แต่งงานแล้วเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

ถ้าคุณเชื่อว่าความรักคือการอยากให้คนที่เรารักมีความสุข และความรัก
ไม่มีข้อแม้เพื่อตัวเอง ก็ไม่น่าคิดยากกว่าควรบอกหรือไม่ควรบอก

ถามตัวเองก่อนว่า การบอกนี้เพื่อความสุขของคุณเองหรือของคนที่คุณรัก
กันแน่? หากรู้ว่าบอกไปแล้วไม่มีอะไรดีขึ้น ก็อย่าทำเลยครับ รักสามเเล้วจะต้องมี
คนเจ็บแน่นอน อยู่ที่จะเป็นหนึ่ง สอง หรือทั้งสามคน และในกรณีนี้ก็ขึ้นอยู่กับ
คุณ

เด็กนักเรียนห้อง

กึ่งแห่ง 13 พฤศจิกายน 2550

สมมติว่าคุณมาเป็นครูฝ่ายปกครอง เด็กคนหนึ่งเดินมาบอกคุณว่าห้องคุณจะทำอย่างไร ในเมื่อเพื่อนของเด็กก็รู้แล้ว คอยดูอยู่ว่าเราจะทำอย่างไร แล้วเด็กก็กำลังจะจบจริงๆ แล้วอาจจะไม่ใช่ปัญหาอะไรใหญ่โตสำหรับครูบางคนหรือกับเด็กบางคน แต่ถ้ามองให้ลึกซึ้ง มันก็คือปัญหาที่เราต้องช่วยเด็กใช้ไหมคะ? แล้วครูคนอื่นก็ยังไม่รู้

อยากลองแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของคุณดูบ้างคะ

📝 หากผมเป็นครู ก็คงปรึกษาหาทางออกที่ดีที่สุดกับพ่อแม่ของเด็กทั้งสองฝ่าย หาทางให้ผ่านช่วงเวลาของการตั้งครมแล้วเรียนหนังสือต่อไปให้จบ ไม่ปล่อยให้เรื่องนี้มาทำลายโอกาสของการเรียน

ทุกคนพลาดพลั้งกันได้ โดยเฉพาะเยาวชนที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ เราควรแก้ปัญหานี้ ไม่ใช่ซ้ำเติม เชื่อว่าเด็กก็คงเข้าใจพอแล้ว

อกหักกับหลักสูตรเร่งรัด

wiws 5 มกราคม 2551

หนูอกหักค่ะ แพนหนูไปเรียนต่างประเทศและทนความเหงาไม่ไหว ก็มีใหม่เสียแล้วค่ะ แต่เราเลิกกันด้วยดีนะค่ะ คิดว่าจะเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันตลอดไป เพราะเราเคยเป็นเพื่อนกันมาก่อนที่จะคบกัน หนูไม่โกรธเลยนะ มีความเข้าใจแต่เจ็บมาก

ปลายเดือนนี้หนูต้องกลับบ้านที่ต่างจังหวัด หนูจะมีโอกาสหายเหนื่อยไหมคะ? หนูไม่อยากให้พ่อกับแม่เห็นหนูเสียใจ ท่านจะต้องคิดมากและเสียใจมากกว่าหนู หนูรู้ว่าหนูเจ็บเท่าไร พ่อแม่ก็เจ็บมากกว่า หนูอยากบอกกับพ่อและแม่ว่าหนูเลิกกับแฟนแล้วด้วยวิธีที่ทำได้

หนูอยากหายให้ทัน แต่ตอนนี้ก็ยังร้องไห้อยู่เลยนะ มีหลักสูตรเร่งรัดใหม่คะ? (แต่หนูรู้ว่าพี่วินทร์ไม่มีหรือ พี่วินทร์มีแต่ทางตรง)

📝 ปฏิบัติตัวตามความเป็นจริงเถอะครับ เสียใจก็ไม่ต้องไปปิดบังอะไร โดยเฉพาะกับพ่อแม่ นี่ไม่ใช่เรื่องเสียหายอะไร

ถ้าผมมีลูกสาว และลูกสาวอกหัก ผมก็อยากรู้เรื่องราวทั้งหมด อยากเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยลดปัญหา ไม่อยากให้ลูกต้องฝืนยิ้มหลอกตัวเองว่าไม่มีปัญหาครับ เชื่อว่าพ่อแม่ทั้งหลายในโลกก็คิดอย่างนี้

ตบมือข้างเดียว

ธีรสา 10 มกราคม 2551

ถ้าเรารักใครสักคนและเขาอยู่ที่ทำงานเดียวกับเรา เราเคยไปไหนมาไหนด้วยกัน ทานข้าว ดูหนัง เดินห้าง ความสัมพันธ์คล้ายๆ แบบแฟน

วันนี้เขาบอกว่าเราไม่ได้คบกัน เราเป็นเพียงเพื่อนร่วมงาน แต่ความรู้สึกของเราเองคือรักเขาไปแล้ว คิดว่าเขาก็น่าจะรู้ จึงรีบออกห่างจากเรารีบเล่า (อันนี้เดา) และเราก็ต้องเห็นเขาทุกๆ วัน

ทำใจไม่ได้ค่ะ รักเขา ร้องไห้ทุกวันกับเวลาที่ผ่านไปว่า เราผิดหรือที่คิดแบบนั้น ตอนนี้ระหว่างทำใจกับงานใหม่ ยากพอกัน

เรียนปรึกษาคุณวินทร์ว่าควรทำอย่างไร? และขอกำลังใจด้วยค่ะ

📝 ความรักก็เช่นการตบมือ ตบข้างเดียวจะดังได้อย่างไร?

ถ้าเขาไม่สนใจที่จะมีความสัมพันธ์เชิงหนุ่มสาวกับคุณ ก็ถอยออกมา ไม่ต้องไปยื้อ จะร้องไห้ก็ได้ แต่ถอยออกมาอย่างคนมีน้ำใจนักกีฬาดีกว่า

แล้วไม่ต้องโทษใครหรืออะไรทั้งสิ้น เรื่องนี้ไม่ใช่ความผิดของใคร แต่ไม่มีโชคก็เท่านั้น

วิธีรักษาอาการอกหัก

คนมีกรรม 24 มกราคม 2551

อยากทราบวิธีรักษาอาการเจ็บช้ำเพราะความรัก ตอนนี้มีความรู้สึกแบบทำอะไรก็ไม่มีความสุข ทรมาน ไม่อยากไปไหน คิดถึงเขาอย่างเดียว คิดถึงแบบทรมานด้วยที่ไม่สามารถทำอะไรได้

📝 อกหักก็คือการผิดหวังนั่นเอง เพียงแต่เป็นการผิดหวังในเรื่องรัก ขวร้ายคือ ไม่มีวิธีรักษาอาการอกหักครับ

ข่าวดีคือมันหายได้แน่นอน แต่ต้องปล่อยให้มันหายไปเองเหมือนโรคหวัด และเช่นเดียวกับโรคหวัด มีแต่รักษาตามอาการเพื่อผ่อนคลายความ ทรมาน สิ่งที่คุณควรทำคือหากิจกรรมอื่นๆ มาทำเพื่อให้คลายอาการลง

ขั้นแรกคือการยอมรับว่า คุณไม่สามารถสมหวังทุกๆ เรื่องในชีวิต เมื่อ ยอมรับแล้วก็หาทางก้าวต่อไป ไม่มีประโยชน์ที่จะตีโพยตีพายหรือโทษตัวเองหรือ คนอื่น เพราะมันเกิดขึ้นแล้ว

พยายามทำตัวไม่ให้อึด หางานอดิเรกใหม่ๆ ทำ พบปะเพื่อนฝูง กลับไป หาพ่อแม่ก็ช่วยได้มากครับ ถ้าอยากร้องไห้ ก็ร้องไป ไม่นานเกินรออาการก็ดีขึ้น เองครับ

ขอเอาใจช่วยให้ผ่านช่วงนี้ไปด้วยดี ไม่ต้องห่วงครับ คุณจะหายแน่นอน

วิธีทำใจ

ghibli 18 มีนาคม 2551

เรามีวิธีที่จะถอนใจและปล่อยวางจากความสูญเสียพ่อแม่ เพื่อนสนิทและ คนรักได้อย่างไร รมกวนคุณวินทร์ช่วยชี้แนะด้วยครับ ผมพยายามทำใจแล้วแต่ ไม่สำเร็จ ทรมานใจมากครับ อ่านหนังสือธรรมะก็แล้ว ฟังครูบาอาจารย์ ท่านผู้รู้ ก็แล้ว ปรึกษาจิตแพทย์ก็แล้ว แต่กลับรู้สึกว่ายิ่งอยากไม่คิด ไม่หวนคำนึงถึง ก็ ยิ่งกลับคิดถึงมากขึ้นไปอีก

เปลี่ยนสถานที่ เปลี่ยนบรรยากาศ เปลี่ยนสิ่งแวดล้อม ก็ช่วยได้ไม่นาน เป็นแบบนี้มาได้สามปีแล้วครับ อาการน่าเป็นห่วงใช่ไหมครับ?

ลองคิดกลับกันว่า หากคุณเป็นพ่อแม่ เพื่อน และคนรักที่จากไป คุณจะ มองตัวคุณเองตอนนี้อย่างไร แน่แน่นอนพวกเขาจะไม่ต้องการให้คุณจมอยู่ใน ความซึมเศร้าอย่างนี้ และต้องการให้คุณเดินไปข้างหน้าต่อไปแน่นอน

ดังนั้นหากคุณรักพวกเขา ก็ควรรักตัวเอง และทำอย่างที่เขาอยากให้คุณทำ คือเดินหน้าต่อไป

มีหลายวิธีในการพักผ่อนหย่อนใจ แต่ก่อนอื่น คุณต้องรู้จักลางวาง และ หักรักรักตัวเองให้เป็นเสียก่อน

เรื่องแย่งสองครั้ง

ประวัติศาสตร์ซ้ำรอย 3 พฤษภาคม 2551

เคยปรึกษาคุณวินทร์เรื่องคนรักนอกใจ คราวนี้มาส่งข่าวว่า เขาเคลียร์ ไม่ได้และอยากจะเลิกกับเรา เสียใจจริงๆ ที่ความผูกพันมันช่างไม่มีค่าเลยหรือ อย่างไม่

ลึกๆ ก็อดคิดไม่ได้ว่าเป็นความผิดของเราใช่ไหมที่ไม่ดูแลความรักให้ดี จนเขาต้องอยากมีคนอื่น และยิ่งเจ็บปวดเมื่อเขาก็รู้ตัวว่าผิด แต่ไม่คิดจะกลับมา

จะภาควงใจในชีวิตอย่างไร เมื่อกลายเป็นผู้หญิงที่ถูกผู้ชายคนเดียวกันทิ้ง ไปถึงสองหน เคยคิดว่าเรื่องรัก-อกหักเป็นเรื่องไร้สาระ แต่เวลาเจอกับตัวก็เล่น เอาล้มทั้งยืนเหมือนกัน

ถ้าคุณวินทร์เบื่อกับที่ต้องตอบเรื่องน่าอึดอัดใจอย่างนี้ ก็ต้องขอภัยด้วย นะคะ แต่มันรู้สึกแย่มากจริงๆ

เวลาคุณถูกหมาบ้ากัดสองครั้ง คุณโทษคุณที่เป็นต้นเหตุให้หมากัดหรือ? เวลาคุณถูกคนขับแท็กซี่ปฏิเสธไม่รับสองครั้ง คุณโทษตัวเองหรือ? เวลาฝน ตกใส่หัวคุณสองครั้ง คุณโทษตัวเองหรือ? เช่นเดียวกับการเป็นรังแคสองครั้ง กินอาหารเป็นพิษสองครั้ง เดินตากท่อสองครั้ง เพลอทำกระดาดขนาดมือสองครั้ง ฯลฯ

เราทุกคนล้วนสามารถช่วยกันได้ทุกเมื่อ และการช่วย 2-3-4-5 ครั้งเป็น เรื่องธรรมดา การโทษตัวเองก็มีแต่ทำให้ความชวยนั้นหนักหนาขึ้น เหมือนประชด บอกลอกว่า ฉันนี่น่าสงสารจริงๆ นะ ฉันนี่แย่นะ ฉันนี่คงไม่มีคุณค่าอะไรเลยนะ

ความรักเป็นเรื่องของการตบมือสองข้าง เมื่อเขาไม่รักก็ไม่รัก คุณจะทำ อะไรได้เล่า? แค่อยอมรับความจริงว่าเป็นกติกาของความรักแบบหนุ่มสาว แล้ว เริ่มต้นชีวิตใหม่

เสียใจได้ เศร้าใจได้ แต่ไม่ก่นด่าใครหรืออะไรทั้งนั้น เพราะมันเป็นเพียง เรื่องแย่งๆ อีกเรื่องหนึ่งในชีวิต ไม่นานคุณก็จะลืมมันไปเอง

ก็ขอให้กำลังใจให้ผ่านเรื่องแย่งๆ ไปได้ด้วยดีครับ

ความรักมีวันหมดอายุ?

เซาร์ 8 พฤษภาคม 2551

วันก่อนผมเพิ่งได้มีโอกาสดูหนังไทยเรื่อง *พลอย* ผมเกิดความรู้สึกคล้ายๆ กับตัวละครเอกในเรื่องคือ รู้สึกว่าความรักมีวันหมดอายุ ถ้าไม่หมั่นรักษาดูแลกัน และกันให้ดี

ผมแต่งงานมาได้ 15 ปีแล้วครับ และยังไม่มียูธ บางทีผมก็เกิดความรู้สึก เบื่อชีวิตคู่ขึ้นมาเฉยๆ อย่างไม่มีเหตุผล อยากกลับไปใช้ชีวิตเหมือนคนโสดและอิสระอย่างแต่ก่อน แต่ก็ทำไม่ได้

คุณวินทร์เคยมีความรู้สึกที่ว่า ความรักมีวันหมดอายุหรือไม่ครับ?

✍️ สรรพสิ่งคือการเปลี่ยนแปลง เป็นลักษณะของธรรมชาติ ความรักก็หนีไม่พ้นสังขารนี้ ย่อมมีวันหมดอายุ

สิ่งที่เราทำได้ หากเห็นว่ารักนั้นยังมีคุณค่าอยู่ก็คือต่ออายุมันเรื่อยๆ

ความเบื่อเกิดขึ้นกับชีวิตของเราได้เสมอ แต่อย่าให้ความเบื่อมาบั่นทอนความรักโดยที่ไม่ทำอะไรเลย

พลีตรักเดิมๆ

ผู้ตาม 15 พฤษภาคม 2551

สวัสดีครับ พี่วินทร์ เราคบกับใครซักคนเพื่อความรักจริงหรือเปล่าครับ? หรือเพียงแค่อิสราพันธุ? หากมันเป็นเพียงแค่อิสราพันธุ แล้วทำไมตอนเขาจากเราไป เราจึงหดหู่ราวกับจะเป็นจะตาย

ผมอยากหลุดจากบ่วงนี้เหลือเกินครับ พี่วินทร์ แต่ก็จนปัญญา แก้ไม่ตก พี่มีวิธีไหนบ้างครับ? ช่วยแนะนำหน่อยนะครับ

✍️ ชื่อของมันก็บอกแล้ว 'เรื่องรักใคร่' ของหนุ่มสาวก็ย่อมเกี่ยวพันกับทั้งรักและใคร่ แน่นนอน ถ้าจากกันไม่ดีหรือไม่สมหวังก็ต้องเศร้าเป็นธรรมดา

คำแนะนำของผมก็เช่นที่ผู้ใหญ่ยุคผมแนะนำ ค่อยๆ ไปทีละก้าว อย่าถลาตัวลงไปเร็วเกินไป และเข้าใจสังขารว่า ความรักก็มีทั้งสมหวังและผิดหวัง เมื่อผิดหวังแล้ว ก็ต้องทำใจ และลุกขึ้นมาอีกครั้ง รู้ว่าพุด่างทำยาก แต่ไม่มีทางอื่นใดครับ

ความรู้สึกที่แท้จริง?

สาวน้อย 21 มิถุนายน 2551

คุณวินทร์คะ ออกจะพิลึกที่จะถามว่า เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราชอบใครคนหนึ่งหรือเปล่า? เพื่อนบอกให้ถามใจตัวเองดู ก็ลองทำดู แต่ก็หาคำตอบให้แก่คำถามที่ต้องการไม่ได้ จะทำอย่างไรดีคะ? หนอรบกวนขอคำแนะนำค่ะ

✍️ นี่เป็นคำถามที่ทุกวันมีคนนับล้านถามตัวเอง ผมไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญเรื่องนี้ จึงไม่ขอตอบ แต่ก็แสดงความเห็นเล็กน้อย

แยกแยะสองคำนี้ก่อนนะครับ 'ชอบ' กับ 'รัก' อาการคล้ายๆ กัน แต่ไม่เหมือนกันทีเดียว

ชอบ (crush) เป็นอาการที่เกิดขึ้นรวดเร็ว มักใช้คำว่า รักแรกพบ นี่ไม่ใช่รัก เป็นเพียงความเสนาหา รู้สึกอ่อนนุชวามเวลาเห็นหน้าคนนั้น คิดถึงบ่อยๆ บางทีไม่ได้คิดมากเลย แต่พอเพื่อนพูดล้อบ่อยๆ ก็พาลทำให้คิดถึง ในทางจิตวิทยาผมว่ามันเป็นปฏิกิริยาทางเคมีระหว่างเพศ เพราะคุณจะไม่เกิดความรู้สึกแบบนี้กับเพศเดียวกัน (ยกเว้นกรณีรักเพศเดียวกัน) คุณคิดครอบครองเขาหรือเธอ หากคนอื่นแย่งได้จากคุณ คุณจะร้องไห้ นอนไม่หลับไปสามร้อยวันสามร้อยคืน

รัก (love) เป็นความรู้สึกที่ลึกกว่านั้น คุณรู้ว่าคุณรู้สึกเช่นนี้เมื่อคุณรู้ว่า ไม่ว่าคนที่คุณรักจะดีชั่วอย่างไร คุณก็ยังรักเขาหรือเธอ คุณไม่มีข้อแม้ใดๆ คุณไม่คิดครอบครองเขาหรือเธอ (แต่ได้ก็ดี)

ข้อแนะนำของผมคือ อย่าไปคิดเรื่องนี้มาก คบกับใครก็คบอย่างเพื่อนไปก่อน ถ้าทั้งสองคลิกลงตัว มันก็หนีไปไหนไม่พ้น ไม่ต้องรีบตามเพื่อน ไม่ต้องกลัวขึ้นคาน การรีบร้อนอาจลงท้ายด้วยความเสียใจ เพราะชีวิตคู่ต้องตั้งบนฐานที่แข็งแรง ไม่ใช่ความรู้สึกวูบวาบชั่วครู่ชั่วยาม

มั่นใจได้อย่างไรว่าจะแต่งงานกับผู้ชายคนนี้?

ผู้หญิงเลือดสีชมพู 28 กรกฎาคม 2551

อาศัยว่าเราจะมั่นใจได้อย่างไรคะว่าเราจะแต่งงานกับผู้ชายคนนี้?

✍️ เรื่องชีวิตคู่ ไม่มีใครรับประกันหรือรับรองอะไรได้หรอกครับ เพราะคน

และสถานการณ์รอบตัวคนเปลี่ยนไปได้

หากคุณรู้สึกว่าคุณรักเขาจริงจนกล้าที่จะยอมใช้ชีวิตกับเขา ไม่ว่าจะสถานการณ์เบื้องหน้าจะเป็นอย่างไร ก็เป็นความมั่นใจในระดับหนึ่งแล้วครับ

ความรักกับความเสียใจ

พิม 19 สิงหาคม 2551

อาวินทร์เคยโกรธคนที่ทำให้เสียใจมากๆ ไหมคะ? หมายถึงผ่านไปสิบปีแล้ว ก็ยังโกรธอยู่นะคะ

พิมมีเหตุจำเป็นที่จะต้องเป็นเพื่อนกับแฟนเก่าจะคะ พิมก็ไม่เข้าใจว่าทำไมเราจะต้องรักษาความเป็นเพื่อนนั้นไว้อยู่ และทำไมเขายังเฝ้าโทรมา ทั้งๆ ที่ต่างคนต่างไปและมีชีวิตของตัวเองกันไปแล้ว น่าอัศจรรย์ที่ว่าพิมยังคงโกรธและเจ็บปวดในบางครั้ง

ทุกครั้งที่เขาจะต้องเลือกรักษาหัวใจคนสองคน พิมจะเป็นคนที่เขาเลือกปล่อยให้เสียใจทุกครั้งไป พิมว่าบางครั้งเราคงให้อภัยเขามากเกินไป จนเขาไม่เห็นคุณค่าของการให้อภัยนั้นอีกต่อไปแล้ว ก็เป็นไปได้

ถ้าเป็นอาวินทร์ จะรักษาความเป็นเพื่อนนี้ไว้ไหมคะ? หรือจะปล่อยให้มันผ่านไปและไม่ต้องติดต่อกับเขาอีกดี?

📝 คำถามนี้มีแต่คุณคนเดียวที่ตอบได้ครับ

การให้อภัยเป็นเรื่องดี อย่างน้อยก็เพื่อความสงบทางใจของเราเอง แต่หากคุณยังคิดวนเวียนอยู่แต่ความทุกข์ที่อีกฝ่ายสร้างให้คุณ ก็แสดงว่าคุณอาจยังไม่ได้ให้อภัยเขาครับ

เมื่อความสัมพันธ์หนึ่งจบลงไปแล้ว ก็ให้ปล่อยวางเถอะครับ จะแบกไว้จนตายทำไม แต่ถ้าคุณเกิดความทุกข์ทุกครั้งที่เขา ก็บอกเขาไปตามตรง และเลิกเจอกันอีกเสีย

การเลิกเรา

สับสน 14 สิงหาคม 2551

ผมรู้สึกว่า กำลังจะต้องยุติความสัมพันธ์กับคนรัก ทั้งๆ ที่รักกันมาสามปี ลองปรับตัวทุกอย่างแล้ว ก็ไปด้วยกันไม่ได้ ทะเลาะกันทุกวันเลย น่าแปลก

ที่ครั้งหนึ่งเธอเคยเป็นเป้าหมายในชีวิตของผม แต่พอมาอยู่ด้วยกันจริงๆ มันเข้ากันไม่ได้หลายอย่าง

ประเด็นที่อยากถามคือ ผมรู้สึกผิดมากๆ ที่ทำให้เธอต้องมาเสียเวลากับผม ทำให้ผมไม่กล้าเลิกกับเธอ คุณวินทร์ว่าผมควรทำไงดีครับ? สับสนจริงๆ

📝 บอกเธออย่างที่คุณบอกผมนั่นแหละ แล้วร่วมหาทางแก้ปัญหา ถ้าทั้งสองคนคิดว่าความรู้สึกที่มีต่อกันคุ้มค่าที่จะลองดูอีกสักตั้ง

บางทีการไม่พบหน้ากันสักพักหนึ่งเช่นสามเดือน หกเดือน อาจจะช่วยได้ เพราะหากผ่านไปช่วงหนึ่งแล้ว คุณไม่คิดถึงเธอเลย ก็คงได้เวลาเลิกจริงๆ แล้ว

ระหว่างความรักกับความถูกต้อง

ซา 17 ตุลาคม 2551

ระหว่างความรักที่ต้องทำผิดศีล กับความถูกต้องแต่ต้องทุกข์ทรมานใจ ควรทำอย่างไรครับ?

📝 มันขึ้นอยู่กับว่าคุณมีทัศนคติกับชีวิตอย่างไร จะเดินตามหัวสมองหรือเดินตามหัวใจ แต่ไม่ว่าจะเดินทางไหน ก็ต้องรับผลลัพธ์ที่ตามมาด้วย

แต่สิ่งหนึ่งที่ไม่ควรทำก็คือ การสร้างความลำบากใจหรือทำให้คนอื่นเกิดความทุกข์

ปัญหาเกย์

กลบเกลื่อน 30 ตุลาคม 2551

พี่ครับ ผมเป็นเกย์ แต่ไม่แฉแวงนะครับ เหมือนผู้ชายทั่วไป ตอนนี้อยู่ ม. 6 แล้ว หน้าตาดี

ตอนนี้ผมมีใครคนหนึ่ง คล้ายคนรู้จักนะครับ เป็นรุ่นพี่จบจากโรงเรียนเดียวกัน ตอนนี้อยู่ปี 1 คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยชื่อดังแห่งหนึ่ง ส่วนผมก็เรียนเก่งเป็นอันดับต้นๆ ของโรงเรียน คาดว่าจะสอบตรงเข้ามหาวิทยาลัยนี้ด้วย เรายังไม่เคยมีอะไรกันนะครับ แต่ได้คุยกันมาตั้งแต่ผมอยู่ ม. 2 แล้ว คือแอบคุยนะ เพื่อนเห็นไม่ได้แต่ก็แอบมีคนไปรายงานพ่อแม่เราได้

ผมกับพี่เขาลำบากมากต้องหลบซ่อน เราสองคนอยากคบกันอย่างเปิดเผย แต่ผมไม่กล้า เพราะไม่รู้จะอธิบายกับพ่อแม่ทั้งของเขาและเราอย่างไร เพราะยังงั ลักวันพวกท่านต้องทราบเรื่อง

📌 น่าเห็นใจมากครับในเรื่องที่ต้องหลบซ่อน ผมก็ไม่รู้จะแนะนำคุณอย่างไรที่ เหมาะสม แต่โดยส่วนตัว ผมเห็นว่าคุณควรเป็นตัวของตัวเอง ไม่จำเป็นต้อง ประกาศต่อชาวโลก แต่ก็ไม่ต้องปิดบังจนไม่มีความสุขในชีวิต และค่อยๆ หาทางทำให้พ่อ แม่ เพื่อนรับรู้และยอมรับความจริง

ผมรู้ว่าไม่ง่าย และสังคมยังต้องใช้เวลาอีกนานปีกว่าจะถึงจุดที่คนเข้าใจว่า สภาวะนี้เป็นเรื่องของธรรมชาติ ไม่ใช่เรื่องเลวร้ายอะไร

รักที่กาย รักที่ใจ

ลับสน 2 พฤศจิกายน 2551

ผมกำลังเรียนรู้อยู่กับผู้หญิงคนหนึ่งแต่ยังไม่ถึงขั้นคบหา เราเหมือนจะเข้า กันได้ดีทั้งความเข้าใจ สังคม และหน้าที่การงาน

วันหนึ่งเธอบอกกับผมว่าเธอมองเห็นได้ข้างเดียว ตาข้างหนึ่งของเธอลี้ กระจกตาเทียมไว้ ไม่มีผลต่อการมองเห็น มีผลเพียงเพื่อความสวยงาม ถ้าไม่ ลังเกตดีๆ จะดูไม่รู้ เพราะคล้ายของจริงมาก (ด้วยความที่ผมเป็นคนค่อนข้างช่าง สังเกตจึงเห็น แต่ไม่ได้ถามอะไร เพราะคิดว่าเธออาจผ่านการผ่าตัดต่อกระจกมา) ลงท้ายประโยคว่า แล้วผมจะรับเธอได้ไหม ผมฟังแล้วก็ได้แต่ครุ่นคิด ถ้าเราสอง คนเข้าใจกันและหวังดีซึ่งกันและกัน เธอจะมองเห็นก็ข้างที่ไม่น่าจะใช้ปัญหา อีกอย่าง เรื่องนั้นมันก็ไม่ได้มีผลต่อบุคลิกภาพเธอสักเท่าไร แต่ผมยังไม่ได้ออกพ้อ กับแม่เลย อาจเพราะยังไม่กล้า ไม่รู้ท่านทั้งสองจะว่าอย่างไร

คุณคาดหวังว่าผมควรบอกพ่อกับแม่ไหมครับ? แล้วผู้ใหญ่เขาจะเข้าใจเรื่องนี้ ไหมครับ?

📌 ผู้หญิงบางคนรักอาชีพการ ผู้ชายบางคนรักผู้หญิงพิการ ผู้หญิงบางคน รักผู้ชายเจ้าชู้ ผู้ชายบางคนรักผู้หญิงอ้วนผิวดำ เพราะความรักไม่ใช่เรื่องสำเร็จรูป ะไรๆ ก็เป็นไปได้ หากใจยอมให้มันเป็น

ถ้าคุณเลือกที่จะรักใครคนหนึ่งที่กายภาพ (ซึ่งไม่ใช่เรื่องผิด) คุณก็สมควร

จินตนาการผู้หญิงคนนั้นในยามที่เธอเพิ่งตื่นนอน ยามที่น้ำหนักเธอขึ้น 10-20 กก. และเวลาที่เธอมีอายุสูงขึ้น ใบหน้าเหี่ยว ตีนกากับรอยย่นเต็มหน้า

ถึงคุณโชคดีที่ได้คนที่มีกายภาพสมบูรณ์สวยงาม คุณก็สมควรจินตนาการ ว่า วันหนึ่งหากเธอคนนั้นประสบอุบัติเหตุ ตาบอด ขาเป่ คุณยังจะรับเธอได้ไหม? เพราะถึงเวลานั้นสิ่งเดียวในโลกที่คุณรับเธอได้ก็คือสิ่งดงามที่เรียกว่า ‘ความรัก’

ในกรณีของคุณ ไม่ต้องถามพ่อแม่หรือหมอดูหรือใครครับ ถามตัวเองก็พอ แต่ถ้ายังไม่แน่ใจ ก็อย่าไปสัญญากับใครเพียงเพราะสงสาร ถ้าเธอถามก็บอกไป ตามความจริง จนเมื่อวันหนึ่งเมื่อคุณมั่นใจว่าคุณรักผู้หญิงคนนั้นที่ใจ ไม่ใช่ กายภาพอย่างเดียว เธอก็จะรู้ว่าคุณรักเธอจริงๆ

เลือกใครดี?

น้ำ 6 มกราคม 2552

เราควรรักคนที่เรารักหรือรักคนที่เค้ารักเราดีกว่าคะ หากต้องเลือกใครสัก คนเป็นคู่ชีวิตเรา?

📌 เวลาซื้อรองเท้า ทำไมต้องเลือกระหว่างคู่ที่เราไม่ชอบแต่เหมาะกับเท้าของ เรากับคู่ที่สวมสบายแต่เราไม่ชอบล่ะครับ? ถ้าไม่ได้ทั้งสองอย่างก็ไม่ต้องซื้อ พู๊ด ลั้่นๆ คือ รักคนที่เรารักและรักเราดีกว่าครับ

รักแต่ไม่แต่งงาน 1

มือใหม่ 1 กุมภาพันธ์ 2552

ตอนนี้ผมคบผู้หญิงอยู่คนหนึ่ง อยู่ด้วยแล้วมีความสุขมาก ผมก็รักเค้านะ แต่ผมก็รู้อยู่ตลอดว่าจะไม่แต่งงานกับเค้า เพราะรู้ว่าอนาคตเรียนจบไปต้องเจอ คนที่ดีกว่านี้แน่ๆ (100%)

ดูเหมือนจะคิดไกลไป แต่ผมก็ยังคงคิดๆ ว่าตอนนี้ก็คบไปก่อน เรียนจบก็ แยกย้ายไปเอง ถ้ารักกันจริงยังงัก็ต้องกลับมาหากันอยู่ดี เพราะตอนนี้ผมก็ไม่มี ใครอยู่แล้ว แล้วเค้าก็เรียนจบก่อนผมด้วย อีกใจก็กลัวจะโดน ‘จับ’ ครับ เพราะ ผู้หญิงที่เรียนจบเมื่อไหร่ ก็พร้อมแต่งงานเมื่อนั้น ยิ่งถ้าคบกันไปแล้วผลใจไปมี ะไรกันจะยิ่งถอนตัวยากเข้าไปใหญ่ จริงไหมครับ?

ที่ผมตัดสินใจแล้วคือ

1 จะคบต่อไปเรื่อยๆ อย่างนี้

2 จะพยายามหักห้ามใจไม่มีอะไรรู้สึกซึ้ง เพราะจะทำให้ถอนตัวยาก

อาวินทร์คิดยังไงครับว่าการตัดสินใจสองข้อนี้เหมาะสมหรือเปล่า? ยิงข้อ 2 นี้ ผมต้องใช้ความอดทน หักห้ามใจมากเลยนะครับ ถ้าเป็นเพื่อนๆ ผมก็คงมีอะไรกับแฟนไปแล้ว แต่ผมไม่อยากทำเหมือนเป็นการหลอกเค้าแน่ะ เกือบพลาดหลายครั้งแล้ว อนาคตอาจจะพลาดก็ได้ ยังไม่มั่นใจเลยว่าจะทนได้นานแค่ไหน สถานที่ บรรยากาศ อารมณ์ครบ มันก็เคลิบเคลิ้มครับ ถ้าเป็นอาวินทร์จะทำยังไงครับ?

💡 คุณพูดอะไรของคุณ ซัดแย้งกันหมด!

“ผมก็รักเค้านะ แต่ผมก็รู้อยู่ตลอดว่า จะไม่แต่งงานกับเค้า รู้ว่าอนาคตเรียนจบไปต้องเจอคนที่ดีกว่านี้แน่ๆ” อย่างนี้ผมไม่เรียกว่ารักหรือครับ

สิ่งหนึ่งที่ผู้ชายหลายคนสมัยนี้ลืมไป หรือไม่สนใจก็คือคำว่า ‘สุภาพบุรุษ’ สุภาพบุรุษ หมายถึงความรับผิดชอบ ความกล้าหาญ หากรักใคร่กับอกว่ารักแล้วยอมรับผลทุกอย่างที่ตามมา หากไม่รักใคร่ก็ไม่โกหกผู้หญิงหรือสร้างความหวังหลอกๆ นี่คือนิสัยสุภาพบุรุษครับ

ประเด็นไม่ใช่อยู่ที่จะมีอะไรกันหรือไม่ แต่อยู่ที่ความรับผิดชอบครับ ถ้าไม่รักหรือไม่คิดจะแต่งงานกับใคร ก็บอกเธอคนนั้นเสียแต่แรก อย่าไปสร้างความหวังลวงๆ บาปกรรมเปล่าๆ และอย่าบอกว่า “ก็ไม่ได้สัญญา” เพราะการไปสองต่อสองกับผู้หญิงคนหนึ่งก็มีนัยของการสัญญาในตัวมันเองอยู่แล้ว

รักแต่ไม่แต่งงาน 2

มือใหม่ 1 กุมภาพันธ์ 2552

ตอนนั้นผมเป็นนักศึกษาครับ อีกสองปีก็จบแล้ว แต่ผู้หญิงเค้าจะจบเดือนหน้านั้นครับ จริงๆ แล้วผมรักเค้านะครับ (คบมาสามเดือน) แต่เป็นความรักที่เหมือนมีอะไรคำคือ ที่ว่าคำคือคือ

1 พ่อแม่ไม่ค่อยอยากให้คบ อยากให้ได้คนที่ดีกว่านี้ กลับบ้านที่ไร พ่อผมจะบ่นเรื่องนี้แทบทุกครั้ง แต่ละครึ่งเป็นชั่วโมงๆ

2 คิดว่าจะไม่ช่วยส่งเสริมผมในด้านหน้าที่การงานในอนาคต

3 เค้าเคยอยู่กับแฟนเก่าตั้งสี่ปีก่อนมากับผม

โดยเฉพาะข้อ 3 เป็นอะไรที่ค้างคาใจมากๆ อยากลืมอดีตของเค้าแล้วเริ่มต้นกันใหม่ แต่ก็ลืมไม่ลง คิดว่าถ้าลืมข้อ 3 ได้อย่างเด็ดขาด ผมก็จะรักเค้าได้อย่างแท้จริง

แล้วที่ว่าสุภาพบุรุษนั้นต้องขนาดที่ว่า คบใครก็ต้องแต่งกับคนนั้นเลยจริงหรือครับ? อายุก็ยังน้อย ได้เจอคนอื่นก็ตั้งเยอะ

💡 สุภาพบุรุษไม่ได้หมายถึงว่า คบกับใครก็ต้องแต่งกับคนนั้น อย่างนั้นมันก็เวอร์ไป

สุภาพบุรุษคือคนที่ไม่หลอกใคร และมีความรับผิดชอบ

ผมคงแก่แล้วจริงๆ เพราะเด็กสมัยนี้เจอกันสามเดือนก็เรียกว่ารักแล้ว ถ้าลูกผมเป็นอย่างนี้ ผมก็คงบ่นเหมือนกัน

คุณบอกว่า “ความรักที่เหมือนมีอะไรคำคือ” ขอยืนยันว่านี่ไม่ใช่ความรักครับ ถ้าคุณรักใคร่จริง ต่อให้เธอผ่านชายมาเป็นร้อย คุณก็รับได้ เพราะคุณแคร์เธอมากกว่าตัวคุณเอง

ยังอยู่ในวัยเรียน ก็ตั้งหน้าเรียนไปเถอะครับ อนาคตยังยาวไกลนัก ยังเป็นเรื่องไม่แน่นอน เรียนให้จบ ทำงานเป็นเรื่องเป็นราว แล้วค่อยมีแฟนก็ได้ ไม่ช้าเกินไปหรอกครับ รีบๆ ร้อนๆ มีแต่ปัญหา ถ้ารักจริงก็ไปอย่าง แต่กรณีคุณผมมองยังไง ก็ไม่ใช่ครับ

ลุ้นรัก

NAC 17 กุมภาพันธ์ 2552

คบกับคนที่รักมาประมาณหนึ่งปีครึ่ง เขาเลิกกับภรรยา มีลูกของเขากับภรรยาเดิมที่ต้องร่วมกันเลี้ยงดู อายุประมาณ 20 เดือน เขาไม่บอกสาเหตุของการแยกทางของเขา บอกแต่ว่าคงไม่สามารถกลับไปคืนดีกันแล้ว แล้วเขาก็ไม่ได้อยู่ด้วยกันมาประมาณหนึ่งปีครึ่ง เขาก็เลยคบกับในฐานะคนรักและเพื่อน แต่เขาก็ไม่เคยให้ความหวังกับเรา เราต่างหากที่บางทีคิดว่าสักวันชีวิตเราจะจบรรจบกันได้

อีกประมาณ 2-3 สัปดาห์เขาจะกลับไปหาลูก ก็คงต้องเจอภรรยาด้วย กลัวชะว่าเขาจะคืนดีกัน!

ตอนนี้สับสนค่ะ แต่หลายๆ ครั้งก็คิดได้ว่า ถ้าคนที่เรารักมีความสุข เราก็ น่าจะยินดี แต่บางครั้งก็อยากได้คำตอบว่า ทำไมเราถึงไม่สมหวัง ทั้งๆ ที่เรารัก และพร้อมจะดูแลเขามาตลอด จะทำอะไรต่อไปดีคะ? ไม่อยากเจ็บปวดถ้า คำตอบคือเขาจะไม่กลับมาแล้ว

📧 ถ้าจะคบกับใครสักคนในสถานะคนรัก ก็ควรตกลงกันก่อนว่าจะเป็นคนรัก ไม่ใช่เดาเอาเอง หรือคิดเอาเองฝ่ายเดียวอย่างที่คุณเล่ามา

หากคุณแคร์ใครสักคนจริง ย่อมไม่ให้ความหวังหลอกกับอีกฝ่าย เช่น เดียวกัน หากเขาแคร์คุณ ก็ไม่ควรทำอย่างเดียวกัน ในกรณีนี้ก็พูดจากับเขาให้ รู้เรื่อง ถ้าไม่รักก็ยุติความสัมพันธ์ฉันคนรักแบบนี้เสีย ไม่ต้องรอลุ้น

ขออนุญาตลืม!

อีฟ 12 มิถุนายน 2552

สวัสดีค่ะ คุณวินทร์ มีเรื่องไม่สบายใจ ไม่รู้จะทำยังไง อยากขอคำปรึกษาหรือกำลังใจสักหน่อย เลิกกับแฟนมาปีหนึ่งแล้ว ตอนนั้นแฟนมีคนอื่น วันหนึ่งเค้าโทร.มาหาเพื่อมาบอกเราว่า เค้าลืมเราไม่ได้เพราะเราทำให้เค้าดีทุกอย่าง แต่แฟนคนใหม่เค้าไม่เหมือนเรา ตอนนี้เป็นปัญหาความสัมพันธ์ระหว่าง เค้ากับแฟนใหม่มาก เพราะแฟนเก่าเราไปพูดเรื่องเราให้แฟนใหม่ฟัง แล้วที่นี้แฟนใหม่เค้าอึดอัดและถามคำถามว่า ตกลงว่าตัวผู้ชายรักเราหรือว่ารักเค้ากันแน่ ที่เค้าโทร.มาหาติดกันตอนนี้ก็เพื่อจะขออนุญาตลืมเรา!

เราอึ้งค่ะ จะถามว่าให้กลับมาคบกันอีกหรือ เค้าก็บอกว่าจะไม่หันกลับไปจุดเดิมอีก เค้าต้องเดินหน้าต่อ เค้าไม่อยากเสียคำพูดที่ตั้งใจพูดกับตัวเองไว้ ปัญหาที่คบกับเราไม่ได้เพราะเราสนิทไม่เหมือนกันค่ะ แต่ว่าเรื่องการใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันมันเป็นเรื่องที่ไม่ต้องบอก ไม่ต้องพูดกันอีกแล้วเพราะเหมือนกับว่าเราสองคนปรับตัวกันมาจนอยู่ได้ แต่ที่มันต้องเลิกกันเพราะความคิดเห็นและรสนิยมไม่ตรงกัน

สับสนค่ะ! ตกลงเค้าจะเอายังไงกันแน่ มากวนน้ำให้ขุ่นแล้วก็ไป แล้ว ยังไงต่อ? ตอนนี้หลงจนเป๋ไปแล้วค่ะ เหมือนกำลังเดินอยู่ในอุโมงค์แล้วกำลังจะ เห็นแสงสว่างแล้วลึกลับก็เจอรถไฟขบวนหนึ่งพุ่งเข้าชน จะทำยังไงดีคะ?

📧 อย่าลืมเป็นอันขาดว่า ชีวิตของคุณเป็นของคุณ คุณเป็นคนตัดสินใจว่าจะคบกับเขาหรือไม่ ไม่ใช่รอให้เขาตัดสินใจจะคบกับคุณหรือไม่ ถ้าคุณคิดอย่างหลังนี้ ชีวิตของคุณก็จะเป็นของคุณอีกตลอดจนวันตาย

หากความสัมพันธ์กับใครคนหนึ่งไม่เวิร์ก ก็ตัดใจ และเดินหน้าต่อไป ไม่ต้องรอฟ้ามาโปรด ฟ้าไม่โปรดใครหรอกครับ โดยเฉพาะในฤดูฝนอย่างนี้ ถ้า ฟ้าไม่ร้องไม่ผ่า ก็ฝนตกหนักโดยไม่เตือนล่วงหน้า!

แต่งงาน

Nightmare 25 เมษายน 2552

ลุงวินทร์คิดว่า การอยู่ด้วยกันก่อนแต่งกับแต่งงานก่อนแล้วค่อยอยู่ด้วยกัน อันไหนดีกว่ากันคะ?

📧 แล้วแต่จะชอบครับ อย่งไรก็ได้ เหมือนจะจ่ายค่าอาหารก่อนกิน หรือกินก่อนจ่ายก็ได้ทั้งนั้น

เพื่อนกับความถูกต้อง

ความลับของดวงดาว 19 มีนาคม 2552

มีเพื่อนของหนูคนหนึ่งมีปัญหาว่า เค้าชอบสาวประเภทสองที่มีชื่อเหมือนหนู แล้วก็มีข่าวว่าเค้าก็กับสาวคนนั้น แม่เค้าเลยเครียด เค้าเลยพยายามแก้ข่าวโดยให้หนูเป็นกิ๊กเค้าแทน หนูควรจะทำอะไรดีคะระหว่างเพื่อนกับความถูกต้อง?

📧 จดหมายของคุณกำกวมไปนิด ผมเดาว่า 'เค้า' ในที่นี้เป็นผู้ชายนะครับ และหากเป็นชายไปรักกับสาวประเภทสอง และคุณยอมรับหน้าแทน ซึ่งอาจดูเป็นเรื่องเล็กน้อย แต่ความจริงก็คือคุณร่วมมือโกหกคนอื่น

ในชีวิตคุณ คุณจะเจอสถานการณ์ที่คล้ายๆ กันอย่างนี้เสมอ เช่น เพื่อนขอยืมชื่อคุณไปทำหลักฐานเท็จเบิกเงินจากบริษัท และ ฯลฯ ถ้าหากคุณแคร์เพื่อนจริง ก็ไม่ควรช่วยเพื่อนในทางที่ไม่สมควร และหากเพื่อนคิดว่าคุณไร้น้ำใจ ผมก็แนะนำให้คุณหาเพื่อนใหม่ได้ เพราะคนที่โกหกได้แม้แต่กับแม่ของตัวเอง ไม่น่าชื่นชมอะไร