

ให้ไป...และได้มา..คืออะไร?

นำเสนอเมื่อ : 15 ก.พ. 2552

ก่อนที่จะได้มา....เราควรรู้จักการที่จะให้ไป..เช่นกัน...☒

- 1. พลังของการให้** = หากเราต้องการได้รับความรัก ทั้งหมดที่ต้องทำก็คือ "การให้ความรัก" ยิ่งเราให้ความรักมากเท่าใด เราก็ยิ่งจะได้รับมากเพียงนั้น
การรักก็คือการให้อภัยตัวเอง ให้อภัยไม่คิดมูลค่า อย่ายังไม่มีเงื่อนไข
จงให้ความเมตตาปราณีอย่างไม่เลือกหน้า ก่อนที่จะเขามีความสัมพันธ์ อย่ายกมามีสิ่งใดบางที่คนอื่นจะสามารถไขเราได้ แต่จงถามว่ามีอะไรบางอย่างที่เราจะสามารถให้กับพวกเขาได้
*** สูตรลับของความสัมพันธ์แบบความรักที่ผาสุกยาวนานในชีวิตก็คือ จงเพ่งดูตัวเอง เราสามารถทำอะไรได้บ้าง แทนที่จะเพ่งว่า เราจะได้รับอะไรบ้าง
- 2. พลังของความเคารพ** = ท่านจะไม่ สามารถรักใครหรือสิ่งใดได้นอกจากท่านจะรู้จักเคารพพวกเขาเสียก่อนบุคคลแรกที่ท่านจำเป็นต้องเคารพคือ ตัวท่านเอง
ภาวเริ่มเคารพตน ขอให้ถามตนเองว่า "มีอะไรบางอย่างเกี่ยวกับตัวเองที่เคารพ"
การที่จะเคารพผู้อื่นได้ แม่แต่คนที่ท่านอาจจะไม่ชอบ ถามตัวท่านเองว่า "พวกเขาทำอะไร บางที่นั่นเคารพ"
- 3. พลังแห่งการไว้วางใจ** = ความไว้วางใจเป็นสิ่งจำเป็นสำคัญในความสัมพันธ์ทั้งหมด ปราศจากความไว้วางใจเสียแล้วคนก็จะรู้จักหวาดระแวง วิตกกังวลหวาดกลัว และอีกฝ่ายหนึ่งก็รู้สึกไร้อิสระและยึดติดทางอารมณ์
เราไม่สามารถรักใครได้อย่างเต็มที่นอกเสียจากเราจะไว้วางใจเขาอย่างเต็มที่ จงทำราวกับว่าความสัมพันธ์ของท่านกับคนที่ท่านรักไม่มีวันสิ้นสุด
***วิธีหนึ่งที่จะบอกได้ว่า คนคนนั้นเหมาะที่จะคบหรือไม่คือการถามตัวเองว่า เราไว้วางใจเขาอย่างเต็มที่ อยากรู้จากเขาของจริงหรือเปล่า หากคำตอบคือไม่ ให้คิดให้ดีกว่าก่อนที่จะเข้าไปผูกพัน
- 4. พลังแห่งการปล่อยเป็นอิสระ** = หากท่านรักบางสิ่งบางอย่าง จงปล่อยให้มันเป็นเสรี หากมันกลับมาที่นั่นหมายถึงมันเป็นของท่าน หากมันไม่กลับมามันจะไม่เป็นของท่านเอง
แม่ในความสัมพันธ์รัก คุณจำต้องมีความไว้วางใจของตัวเอง
หากเราต้องการเรียนรู้ที่จะรัก แรกทีเดียวเราต้องเรียนรู้ที่จะลืมและปล่อยอดีตที่เจ็บปวดและความโศกเศร้าทั้งหลายไป
ความรัก หมายถึง การปล่อยไปซึ่งความกลัว อดีต อดีต และเงื่อนไขต่างๆ
*** วันนี้ ฉันปล่อยความกลัวทั้งหลายทั้งหมดของฉันไปแล้ว อดีตไม่มีอำนาจเหนือฉัน วันนี้คือการเริ่มต้นชีวิตใหม่
- 5. พลังแห่งมิตรภาพ** = การที่จะพบรักแท้ได้ ท่านจะต้องหาเสียก่อน
ความรักไม่ได้มาจากการนั่งจ้องตากันและกัน แต่หากอยู่ที่การมองออกไปรวมกัน ในทิศทางเดียวกัน
การที่จะรักใครบางคนได้อย่างสุดใจ ท่านจะต้องรักเขาอย่างที่เขาคือ ไม่ใช่จากว่าเขามีอุปนิสัยอย่างไร
มิตรภาพเป็นเงื่อนไขที่ไม่ลืมนิ่งหรือความรักเติบโตขึ้น
*** หากท่านต้องการนำความรักเข้ามาในสัมพันธ์ภาพ ท่านจะต้องทำให้เกิดสัมพันธ์ภาพเสียก่อน
- 6. พลังแห่งการสัมผัส** = การสัมผัสเป็นการแสดงออกซึ่งความรักที่ทรงพลังที่สุดอย่างหนึ่งที่หลายกำแพงขวางกั้น และผู้จัดสัมพันธ์ภาพ
การสัมผัสเปลี่ยนแปลงสภาวะทางร่างกาย ทางอารมณ์ และทำให้เรารู้สึกอยากจะถูกโอบรับความรักมากขึ้น
***การสัมผัสสามารถช่วยเยียวยาเด็กชาย ให้ความอบอุ่นแก่หัวใจ เมื่อท่านเปิดแขนทั้งสองข้างออก ท่านก็เปิดหัวใจของท่าน
- 7. พลังแห่งการอุทิศ** = หากต้องการความรักอย่างอุดม เราจะต้องเข้าผูกพันอุทิศตนกับมันและความผูกพันนั้นจะสะท้อนออกมาในความคิดและการกระทำของเรา
การผูกพันเป็นการทดสอบที่แท้จริงของความรัก
หากเราต้องการมีสัมพันธ์รัก เราต้องอุทิศตนต่อความสัมพันธ์รัก
เมื่อเขาผูกพันกับคนบางคนหรือบางสิ่งการเลิกไม่มีวันจะเป็นทางเลือก
***ความผูกพันอุทิศตน แยกให้เห็นความสัมพันธ์อันประจักษ์ กับความสัมพันธ์ที่แข็งแกร่ง

☐☐ เต็มใจให้ ☐☐

ฉันรู้ ควรรัก เธออย่างไร เพราะรู้ ความจริง เป็นเช่นไร
ฉันรัก รักเธอ เพราะ ใจอยากให ไชรัก เพียงเพื่อ ครอบครอง

ไม่เคย ร้องขอ รักตอบ ไม่เคย เรียกร้อง สิ่งใด
เพียงเธอ รับรู้ มีฉัน คอย หวงใย สิ่งนั้น มัน มากมาย เกินพอ

ขอเพียง ได้ คิดถึง แค่นี้ ก็สุขใจ
แม่เธอ อยู่ไกล แสนไกล แม่ใคร อยู่ ข้างเธอ

ฉันรู้ ควรรัก เธออย่างไร จึงยอม เข้าใจ ทุกอย่าง
ไม่ช้า ไม่เสีย ใจ ไม่เคย บาดหมาง ทุกอย่าง เต็มใจ ให้เธอ

ขอเพียง ได้ คิดถึง แค่นี้ ก็ สุขใจ
แม่เธอ อยู่ไกล แสนไกล แม่ใคร อยู่ข้างเธอ

ฉันรู้ ควรรัก เธออย่างไร จึงยอม เข้าใจ ทุกอย่าง
ไม่ช้า ไม่เสียใจ ไม่เคย บาดหมาง ทุกอย่าง เต็มใจ ให้เธอ

ไม่ช้า ไม่เสียใจ ไม่เคย บาดหมาง ทุกอย่าง เต็มใจ ให้เธอ..

☐☐ กำลังใจ ☐☐

ในยามที่ท้อแท้ ขอเพียงแค่นี้
จะคิดถึง และคอยห่วงใย
ในยามที่ชีวิต หม่นหมองร้องไห้
ขอเพียงมีใคร ปลอบใจ ลึกคน

ในวันที่โลกร้าง ความหวังให้ขาด
มันขาดมันหาย ใคร จะช่วยเติม
เพิ่มพลังใจ ให้ฉันได้เริ่ม
ต่อสู้อีกครั้ง บนหนทางไกล

กำลังใจ จากใครหนอ ขอเป็นทาน ให้ฉันได้ไม่
ให้ชีวิต ได้มีแรงใจ ไหวดวงใจ ลูกเฝ้าความหวัง

กำลังใจ จากใครหนอ ขอเป็นทาน ให้ฉันได้ใหม่
ตั้งหยาดฝน บนฝักฟ้าไกล ที่หยาดริน สู่พื้น ดินแห่งฝาก

(ดนตรี.....)

กำลังใจ จากใครหนอ ขอเป็นทาน ให้ฉันได้ไม่
ให้ชีวิต ได้มีแรงใจ ไหวดวงใจ ลูกเฝ้าความหวัง

กำลังใจ จากใครหนอ ขอเป็นทาน ให้ฉันได้ใหม่
ตั้งหยาดฝน บนฝักฟ้าไกล ที่หยาดริน สู่พื้นดินแห่งฝาก