

สี่ความลับของชีวิต: ความรัก

บทนำ

สิ่งที่ดีที่สุดและงดงามที่สุดในโลกนี้
ไม่อาจมองเห็นได้ด้วยตา
ไม่อาจสัมผัสได้ด้วยมือ
หากรับรู้ได้ด้วยหัวใจเท่านั้น

>

เฮเลน เคลเลอร์

พวกเราทุกคนล้วนปรารถนาความรัก ต่างโหยหาที่จะได้รักและถูกรัก ต่างเฝ้าตามหาความสัมพันธ์พิเศษในชีวิต แต่ในเมื่อหัวใจของมนุษย์แสวงหาความรักกันทุกคน เหตุใดผู้คนมากมายจึงยังคงใช้ชีวิตอยู่กับความโดดเดี่ยว เหตุใดสถิติการหย่าร้างและครอบครัวที่แตกร้างจึงเพิ่มขึ้นทุกปี เหตุใดเมืองใหญ่จึงเต็มไปด้วยผู้คนดูเหมือนจะมีทุกอย่าง ยกเว้นความอึดอ้อมในความรัก

เป็นไปได้ไหมว่า เรากำลังมองหาความรักผิดที่

ตรงกันข้ามกับสิ่งที่คนส่วนใหญ่เชื่อ ความรักไม่ใช่เรื่องของโชคชะตา ไม่ใช่เรื่องบังเอิญ และไม่ใช่สิ่งที่จะเกิดขึ้นได้เองเพียงเพราะเราอยาก "ตกหลุมรัก" ความรักคือสิ่งที่ต้องสร้างขึ้น และมนุษย์ทุกคนล้วนมีพลังจะสร้างมันขึ้นมาได้ เราต่างมีความสามารถที่จะรักและถูกรัก มีความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักได้ ไม่ว่าเราจะยังอยู่ลำพัง หรือกำลังติดอยู่ในความสัมพันธ์ที่ทำให้หัวใจไม่มีความสุขอยู่ก็ตาม ชีวิตย่อมเปลี่ยนแปลงได้ และเราทุกคนก็มีพลังจะเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองเช่นกัน

เรื่องราวจำนวนมากในหนังสือเล่มนี้ได้รับแรงบันดาลใจจากผู้คนจริง แม้รายละเอียดบางอย่างจะถูกปรับเปลี่ยนไปบ้าง รวมถึงชื่อของตัวละคร แต่แก่นแท้ของเรื่องยังคงมาจากชีวิตจริงของผู้คนที่ได้พบได้เรียนรู้ และได้เปลี่ยนแปลงตัวเอง ฉันหวังว่าเรื่องของพวกเขาจะช่วยให้ผู้อ่านได้รับแรงบันดาลใจ เช่นเดียวกับที่พวกเขาเคยสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ฉัน และฉันหวังว่ามันจะช่วยเตือนใจเราว่า ชีวิตเต็มไปด้วยความรัก ความปีติ และความเป็นไปได้อันอุดมสมบูรณ์

อดัม เจ. แจ็กสัน กรกฎาคม 1995

แขกในงานแต่งงาน

คุณอาจไม่ทันสังเกตเห็นเขาเลย

เขาเป็นชายหนุ่มวัยเกือบสามสิบ นั่งอยู่ตามลำพังที่โต๊ะเล็กตรงมุมห้องสูงใหญ่ของห้องจัดเลี้ยง เขามีส่วนสูงปานกลาง รูปร่างธรรมดา หน้าตาไม่ได้โดดเด่นอะไร และสวมชุดทักซิโด้สีดำแบบเดียวกับแขกผู้ชายคนอื่น ๆ ในห้องนั้น เขานั่งเงียบ ๆ อยู่คนเดียว ไม่ได้คุยกับใคร และก็ไม่มีใครเดินมาคุยกับเขาเช่นกัน

เมื่ออาหารค่ำจบลง แขกที่นั่งโต๊ะเดียวกับเขาทยอยกันลุกไปที่ฟลอร์เต้นรำ เพราะไม่มีคู่เต้น ชายหนุ่มผู้ช้ำอายุโดยธรรมชาติจึงตัดสินใจนั่งอยู่ที่เดิมและมองดูงานต่อไปอย่างเงียบงัน

ไม่ว่ามองจากมุมไหน นี่ก็เป็นงานเลี้ยงแต่งงานที่หรูหราอลังการ แชมเปญคือกเทลเสิร์ฟต่อเนื่องตามหลังอาหารหกคอร์ส ระหว่างแต่ละคอร์สมิวส์แจ๊สเจ็ดชิ้นบรรเลงสดให้เต้นรำ บรรยากาศของสถานที่ยิ่งใหญ่สง่างาม เพราะงานนี้จัดขึ้นในห้องรอยัลบอลรูมของโรงแรมหรูใจกลางเมือง

แต่ถึงจะสวยงามเพียงใด ชายหนุ่มกลับไม่มีความสุขเลย

เขาไม่ใช่คนชอบสังคมนานตั้งแต่ไหนแต่ไร และไม่เคยมองว่าการอยู่ในห้องเดียวกับคนแปลกหน้าสองร้อยคนเป็นเรื่องสนุก คนเดียวที่เขารู้จักจริง ๆ ในงานนี้คือเจ้าบ่าว เพื่อนเก่าที่ไม่ได้เจอกันมาหลายปี ความจริงแล้ว เขายังรู้สึกแปลกใจด้วยซ้ำที่ตัวเองถูกเชิญมา

เขานั่งมองเพื่อนกับเจ้าสาวเต้นรำแบบซิด ทั้งคู่ดูมีความสุขเหลือเกิน ภาพนั้นทำให้เขาเผลออิจฉาและอดสงสัยไม่ได้ว่า เรื่องแบบนี้จะเกิดขึ้นกับเขาบ้างเมื่อไร

“ทำไมคนอื่นถึงแต่งงาน ลงหลักปักฐาน และมีลูกกันได้” เขาคิดในใจ “แต่ผมกลับรักษาความสัมพันธ์กับผู้หญิงสักคนให้ยาวเกินไม่กี่เดือนไม่ได้เลย”

ไม่ใช่ว่าเขาหาคนออกเดทไม่ได้ ปัญหาอยู่ที่การหาผู้หญิงที่เหมาะสม การรักษาความสัมพันธ์ให้ยืนยาว และการรู้สึกว่ายากใช้ชีวิตที่เหลืออยู่กับเธอ นั่นต่างหากคือเรื่องยาก บางครั้งเพียงแค่ออกกำลังกาย ชีวิตของตัวเองในตอนนั้น เขาก็รู้สึกหดหูแทบตาย เขาคิดว่าคงต้องมีอะไรผิดปกติในตัวเขาสักอย่าง จึงทำให้ไม่มีความสัมพันธ์แบบมั่นคงยืนนานได้เสียที

แต่ในบางเวลา เขาก็ปลอบใจตัวเองว่าอาจเป็นแค่เรื่องโศก บางทีอย่างที่เพื่อน ๆ พูด ความรักอาจถูกเขียนไว้แล้วในดวงดาว จะมีหรือไม่มีก็ขึ้นอยู่กับชะตา จะเกิดขึ้นวันหนึ่งหรือไม่เกิดขึ้นเลยก็เป็นเรื่องที่เขาเปลี่ยนอะไรไม่ได้ ฟังดูสิ้นหวังมาก แต่ดูเหมือนข้อเท็จจริงจะเป็นเช่นนั้นจริง ๆ

เขานึกย้อนไปถึงความรักครั้งหนึ่งเมื่อสองปีก่อน ตอนนั้นเขาเคยรู้สึกว่าตัวเองได้สัมผัสรสชาติของความรักอย่างแท้จริง และหลงอยู่ในความรู้สึกนั้นจนหมดใจ แต่สุดท้ายความสัมพันธ์นั้นก็อยู่ได้เพียงสามเดือน หลังการเลิกรา เขาเจ็บปวดจนหัวใจเหมือนถูกฉีกออกเป็นชิ้น ๆ หลายสัปดาห์เขาก็กินไม่ลง

นอนไม่หลับ และจนถึงตอนนี้ก็ยังจำความเจ็บนั้นได้ไม่ลืม จากวันนั้น เขาก็ตัดสินใจว่าจะไม่ยอมปล่อยให้ตัวเองบาดเจ็บหนักขนาดนั้นอีก

ตอนนี้เขานั่งอยู่ตรงนั้น มองไปรอบห้อง เห็นคู่รักนั่งจับมือหัวเราะด้วยกัน เห็นบางคู่เต้นรำอย่างรื่นเริง เขาบอกตัวเองว่าบางทีการเป็นโสดก็อาจดีที่สุด อย่างน้อยก็ไม่ต้องเจอกับความเจ็บปวดของการพลัดพรากและการสูญเสีย และยังมีอิสระจะไปไหนมาไหนตามใจตัวเอง

แต่ขณะเดียวกัน ภาพที่อยู่ตรงหน้าก็ทำให้ความคิดของเขาเริ่มสั่นคลอน

กลางฟลอร์เต้นรำมีคู่สามีภรรยาสูงวัยคู่หนึ่งกำลังกอดกันแนบแน่น พวกเขายิ้มให้กันอย่างลึกซึ้ง มองเข้าไปในดวงตาของกันและกันราวกับว่าทั้งโลกทั้งใบเหลืออยู่เพียงคนสองคน ชายหนุ่มมองภาพนั้นแล้วอดคิดไม่ได้ว่า บางทีอาจมีปาฏิหาริย์จริง ๆ ก็ได้ บางทีที่ไหนสักแห่ง อาจมีใครบางคนกำลังรอเขาอยู่

การพบกัน

"มาคนเดียวหรือครับ"

ชายหนุ่มหันไปตามเสียง เห็นชายชราชาวจีนคนหนึ่งยืนอยู่ข้างตัว เขาเป็นชายร่างเล็ก ผอมบาง ศีรษะเกือบล้าน เหลือผมขาวสองปอยอยู่ที่ขมับ ดวงตาสีน้ำตาลของเขาเปล่งประกายอย่างอ่อนโยน ชายชราสวมสูทดำ เสื้อเชิ้ตขาว และหูกระต่ายสีดำเหมือนแขกคนอื่น ๆ

"ครับ ผมมาคนเดียว" ชายหนุ่มตอบยิ้ม ๆ

"ผมก็เหมือนกัน" ชายชราพูด "ถ้าผมขอนั่งด้วย จะรังเกียจไหม"

"เชิญครับ"

"งานแต่งงานสวยดีนะ" ชายชราเอ่ย

ชายหนุ่มยกไหล่ "ถ้าคุณชอบแบบนี้ก็คงใช่"

"ทำไมล่ะ คุณไม่ชอบงานแต่งงานแบบนี้หรือ"

ชายหนุ่มเอนหลังพิงพนักเก้าอี้ด้วยท่าทางเฉยชา "ทุกวันนี้เรื่องแบบนี้ดูเหมือนละครฉากหนึ่งมากกว่า ไม่ใช่หรือครับ"

"เรื่องแบบนี้"

"ก็เรื่องแต่งงานนะสิ"

ชายชรามองเขานิ่ง ๆ ก่อนตอบว่า "การแต่งงานจะกลายเป็นเรื่องน่าขัน ก็เฉพาะเวลาคนสองคนไม่ได้รักกันจริงเท่านั้น"

"รัก?" ชายหนุ่มหัวเราะ "ความรักคืออะไรกัน ผู้คนพูดคำนี้กันง่ายเหลือเกิน วันนี้อยอมทุ่มเททุกอย่างเพื่อกันและกัน พรุ่งนี้กลับไม่อยากแม้แต่จะมองหน้า ถ้าคุณถามผม ผมจะบอกว่าความรักถูกยกย่องเกินจริง มันมีแต่สร้างความทุกข์และความปวดใจ"

ชายชราชะงักไปเล็กน้อย ก่อนพูดอย่างอ่อนโยนแต่หนักแน่นว่า "นั่นเป็นมุมมองที่ขมขื่นมาก และผมรับรองได้เลยว่าการมองความรักแบบนี้เป็นหนึ่งในความผิดพลาดที่ใหญ่ที่สุดในชีวิตของคุณ"

เขาหยุดนิดหนึ่งแล้วกล่าวต่อ "ลองฟังคนแก่ใกล้หมดเวลาบนโลกสักหน่อยนะ เมื่อคุณมีอายุมากพอจะมอย้อนกลับไปทั้งชีวิต คุณจะพบว่า สิ่งเดียวที่มีความหมายจริง ๆ คือความรักที่คุณเคยให้ และความรักที่คุณเคยได้รับ เมื่อถึงเวลาต้องจากโลกนี้ไป สิ่งเดียวที่คุณนำติดตัวไปได้ก็คือความรัก ไม่มีอย่างอื่นเลย"

ชายหนุ่มนิ่งเงียบ

ชายชรายิ้มอ่อน “ผมรู้จักคนมากมายที่สามารถอดทนกับความลำบากแทบทุกอย่างในชีวิตได้อย่างมีศักดิ์ศรี แต่ผมยังไม่เคยเห็นใครสักคนที่มีชีวิตอยู่ได้โดยปราศจากความรัก”

“นั่นแหละคือเหตุผลที่ทำให้ความรักเป็นของขวัญที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิต” ชายชรากล่าวต่อ “มันทำให้ชีวิตมีความหมาย และทำให้ชีวิตคุ้มค่าที่จะมีชีวิตอยู่”

“ผมก็ยังไม่แน่ใจนัก” ชายหนุ่มพึมพำ

“ทำไมล่ะ”

เขาเสียบไปพักหนึ่งก่อนตอบ “คุณรู้ไหมว่าผมคิดยังไง ผมคิดว่าการตกหลุมรักเป็นแค่นิทานโรแมนติคที่คนทั้งโลกถูกหลอกให้เชื่อ เราถูกสอนให้เชื่อว่าสักวันจะเจอใครบางคนแล้วตกหลุมรักกับเขา แต่เรื่องแบบนั้นแทบไม่เกิดขึ้นจริง และต่อให้เกิดขึ้น มันก็ไม่ยั่งยืนอยู่ดี”

ชายชราพยักหน้า “อืม...ผมเข้าใจ และคุณก็พูดถูกอยู่ส่วนหนึ่ง การ ‘ตกหลุมรัก’ อย่างที่คนทั่วไปจินตนาการกันนั้น เป็นเรื่องโรแมนติคแบบตำนานจริง ๆ แต่ผมอยากบอกว่า...ไม่ ไม่ ไม่...ความรักไม่ใช่สิ่งที่เราร่วงลงไปใส่ มันคือสิ่งที่เราสร้างขึ้น”

ชายหนุ่มขมวดคิ้ว “หมายความว่าไง”

“ผู้คนเข้าใจเรื่องการตกหลุมรักผิดไป” ชายชราตอบ “พวกเขาจินตนาการว่าเดินไปตามถนน เห็นใครบางคน แล้ว ‘ปัง!’ ขนเข้ากับความรัก นั่นไม่ใช่ความรัก นั่นเป็นเพียงแรงดึงดูดทางกาย เป็นความหลงใหล และอาจเป็นความตื่นเต้นชั่วคราว แต่ไม่ใช่ความรักที่แท้จริง”

“แล้วความรักแท้คืออะไร”

“มันคือการรู้จักใครสักคนอย่างแท้จริง การเคารพเขา มองเห็นตัวตนภายใน เห็นธรรมชาติ เห็นจิตใจ เห็นวิญญาณของเขา มันเหมือนพายแอบเปิล” ชายชราพูดพร้อมรอยยิ้ม

“พายแอบเปิล?”

“คุณจะตัดสินได้หรือว่าพายแอบเปิลอร่อยแค่ไหน เพียงเพราะมันหน้าตาดี”

“แน่นอนไม่ได้ ผมต้องลองชิมก่อน”

“นั่นล่ะ” ชายชรากล่าว “กับมนุษย์ก็เหมือนกัน คุณไม่อาจตัดสินว่าใครเป็นคนอย่างไร เพียงเพราะหน้าตาภายนอก หากจะรักใครอย่างสมบูรณ์ คุณต้องมองเห็นภายในของเขา และในเรื่องความรัก สิ่งที่สำคัญที่สุดล้วนเป็นสิ่งที่ดวงตาไม่สามารถมองเห็นได้ ต้องใช้หัวใจเท่านั้น”

ชายหนุ่มเสียบไปอย่างครุ่นคิด

ชายชรายิ้มก่อนเล่าต่อว่า “ตอนผมยังเด็ก แม่เคยสอนกฎทองคำข้อหนึ่งเกี่ยวกับความรักให้ผม เธอบอกว่า ‘ถ้าอยากได้รับความรัก จงเริ่มจากการรักผู้อื่นก่อน’ ฟังดูง่าย แต่เป็นความจริงที่ลึกซึ้งมาก”

“ง่ายเกินไปหรือเปล่า”

“ไม่เลย ทุกคนมีความสามารถที่จะรัก มีความสามารถที่จะถูกรัก และมีความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักขึ้นมาในชีวิตของตัวเอง เพราะฉะนั้น เวลาผู้คนใช้ชีวิตโดยไม่มีความรัก มันจึงน่าเศร้าเหลือเกิน”

ชายหนุ่มหันมาทันที “ใครจะเลือกชีวิตที่ไม่มีความรักกันล่ะ”

ชายชรามองเข้าไปในดวงตาของเขา “คนที่ยอมอยู่โดยไร้ความรัก เพราะไม่อยากเสี่ยงกับความเจ็บปวดจากการพลัดพรากและการสูญเสีย”

คำพูดนั้นทำให้ชายหนุ่มหน้าแดงทันที ลำคอเขาแห้งผาก เขารู้สึกราวกับว่าชายชราอ่านความคิดของเขาออกหมด

“ผมรับรองกับคุณได้” ชายชราพูดซ้ำ ๆ “ความรักเป็นสิ่งที่คนเราสามารถมีได้เสมอ เพียงแต่เราต้อง ‘เลือก’ มัน”

เขาพยักหน้าไปทางคู่ชายหญิงที่กำลังเถียงกันอย่างรุนแรงที่โต๊ะข้าง ๆ “ดูคุณนั่นสิ นั่นคือตัวอย่างของคนสองคนที่เลือกจะชนะการโต้เถียง มากกว่าจะชนะความรัก ชีวิตเต็มไปด้วยทางเลือก เราเลือกชัยชนะ หรือเลือกความรัก เราเลือกให้อภัย หรือเลือกแก้แค้น เราเลือกอยู่คนเดียว หรือเลือกมีคู่ได้เสมอ”

ชายหนุ่มทวนคำเบา ๆ “คนเราเลือกสภาพชีวิตของตัวเอง...”

“แน่นอน” ชายชราตอบ “ชีวิตเป็นอย่างที่มันเป็น เพราะคุณได้เลือกมันเอาไว้ ไม่ว่าคุณจะอยู่ลำพังหรืออยู่ในความสัมพันธ์ที่มีความสุขหรือไม่มีความสุข เหตุผลสุดท้ายก็คือการเลือกของตนเอง และถ้าคุณไม่ต้องการชีวิตแบบนี้ คุณเองเท่านั้นที่มีพลังจะเปลี่ยนมัน”

จากนั้นชายชราอธิบายต่อว่า คนจำนวนมากคิดว่าความรักจะเข้ามาเติมเต็มชีวิตของตนจากภายนอก แค่มิคนที่ใช่เดินเข้ามา ทุกอย่างก็จะสมบูรณ์ขึ้นเอง แต่ความจริงแล้ว พวกเขาจะไม่มีวันพบความรักจากคนอื่นได้เลย หากยังไม่พบความรักในตัวเองก่อน เพราะ “ความสัมพันธ์” ไม่ได้เป็นตัวสร้างความรัก เราต่างหากที่นำความรักเข้าไปในความสัมพันธ์

ชายหนุ่มยังคงลังเล “แต่ถึงอย่างไร คุณก็ต้องโชคดีพออยู่ดีโชใหม่ ถึงจะได้เจอคนที่ใช่”

“โชคไม่ได้อยู่ในสมการของความรักเลย” ชายชราตอบ “โชคไม่ทำให้ความรักเกิด และโชคก็ไม่อาจขวางมันได้”

“ถ้าอย่างนั้นก็คงเป็นเรื่องของพรหมลิขิต”

ชายชรายิ้ม “โชคชะตาอาจช่วยเปิดประตูให้คุณได้บ้าง แต่คุณเองก็ต้องทำหน้าที่ของตัวเองเหมือนกัน คุณกำลังหวังจะเจอใครอีกคนที่นั่งอยู่คนเดียวอยู่มุมห้องหรือเปล่า แค่นั่งอยู่ตรงนี้เฉย ๆ คงไม่พอคุณต้องลุกขึ้น และทำให้บางอย่างเกิดขึ้น”

“พุดง่ายนะครับ”

“ใครบอกว่ามันง่ายล่ะ” ชายขรตตอบ “แต่ถ้าคุณต้องการความรัก คุณต้องมีความกล้าพอที่จะคว้าโอกาสในชีวิต”

“โอกาสแบบไหน”

ชายขรตจึงเล่านิทานแก่เรื่องหนึ่งให้ฟัง

มีชายคนหนึ่งได้พบเทพผู้หนึ่ง เทพบอกว่าในชีวิตของเขาจะมีโอกาสได้รับความมั่งคั่ง ได้รับเกียรติยศในสังคม และได้แต่งงานกับหญิงสาวงดงาม ชายคนนั้นเฝ้ารอโอกาสยิ่งใหญ่นั้นตลอดชีวิต แต่สุดท้ายเขาก็ล้มตายอย่างยากจน เดียวดาย และผิดหวัง เมื่อไปถึงโลกหน้า เขาจึงถามเทพว่าทำไมสิ่งที่ยิ่งใหญ่ไว้มันไม่เคยเกิดขึ้น เทพตอบว่า “ฉันไม่ได้สัญญาว่าจะมอบสิ่งเหล่านั้นให้ทันที ฉันสัญญาเพียงว่าจะมอบ ‘โอกาส’ ให้เธอ”

เทพเตือนเขาถึงครั้งหนึ่งที่เขาคิดแผนธุรกิจดีเยี่ยมออก แต่ไม่ลงมือทำเพราะกลัวล้มเหลว ผ่านไปไม่กี่ปี ความคิดนั้นกลับไปตกอยู่กับอีกคนที่กล้าพอจะทำ และชายผู้นั้นก็กลายเป็นคนที่ร่ำรวยที่สุดในประเทศ

จากนั้นเทพเตือนเขาถึงเหตุการณ์แผ่นดินไหวครั้งใหญ่ที่ทำให้คนมากมายติดอยู่ใต้ซากอาคาร เขามีโอกาสจะไปช่วยชีวิตผู้คน และนั่นอาจนำมาซึ่งเกียรติยศอย่างสูง แต่เขากลับมัวกลัวว่าบ้านตัวเองจะถูกขโมย เลยเลือกนั่งเฝ้าทรัพย์สินแทนที่จะออกไปช่วยคนอื่น

ท้ายที่สุด เทพบอกถึงหญิงสาวผมดำสวยคนหนึ่งที่เขาเคยรักสุดหัวใจ แต่เพราะกลัวถูกปฏิเสธ เขาจึงไม่กล้าขอเธอแต่งงาน และปล่อยให้เธอจากไป เทพกล่าวว่า “นั่นแหละคือหญิงที่ควรจะเป็นภรรยาของเธอ พวกเขาจะมีลูกที่งดงามหลายคน และชีวิตของเธอกับเธอคนนั้นจะเต็มไปด้วยความสุข”

เมื่อเล่านิทานจบ ชายขรตก็มองชายหนุ่มแล้วพูดว่า “ทุกวัน โอกาสเดินผ่านเราไปมากมาย รวมทั้งโอกาสของความรักด้วย แต่บ่อยครั้งเรากลับปล่อยให้มันหลุดมือ เพราะความกลัว”

“กลัว?”

“ใช่” ชายขรตตอบ “เรากลัวการถูกปฏิเสธ จึงไม่กล้าเข้าหาผู้คน เรากลัวการถูกหัวเราะเยาะ จึงไม่กล้าเปิดเผยความรู้สึก เรากลัวความเจ็บปวดจากการสูญเสีย จึงไม่กล้าให้คำมั่นกับใคร”

ชายหนุ่มเงยบั้น เขานึกถึงครั้งแล้วครั้งเล่าที่ตัวเองเคยพบผู้หญิงที่ชอบ แต่ไม่เคยกล้าเอ่ยปากพูดอะไร เขานึกถึงโอกาสนับครั้งไม่ถ้วนที่ปล่อยให้ผ่านไปเพียงเพราะความกลัว

ชายขรตกล่าวต่อ “แต่เรายังมีข้อได้เปรียบเหนือชายในนิทานคนนั้น”

“คืออะไรครับ”

“เรายังมีชีวิตอยู่ เราจึงยังคว้าโอกาสได้ เรายังสร้างโอกาสของตัวเองขึ้นมาได้”

ถ้อยคำนั้นทำให้ชายหนุ่มเริ่มลังเลกับความเชื่อเดิมของตน เขาเคยคิดว่าความรักเป็นเรื่องของโชคหรือพรหมลิขิตเท่านั้น ต้องบังเอิญเจอคนที่เหมาะ แล้วแรงดึงดูดก็จะเกิดขึ้นเอง จากนั้นทั้งคู่ก็คบกัน

และรักกัน แต่หลังจากฟังชายชราพูด เขาก็เริ่มไม่มั่นใจในความคิดเก่าอีกต่อไป

ชายชราจึงทิ้งท้ายว่า “ถ้าคนเรายังไม่เรียนรู้ว่าจะรักอย่างไร ก็ไม่มีทางจะมีความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักได้จริง แต่เมื่อในหัวใจมีความรักแล้ว ความสัมพันธ์ที่เราปรารถนาก็ย่อมตามมา”

ชายหนุ่มถามทันที “แปลว่าทุกคนเรียนรู้ที่จะรักได้หรือ”

“แน่นอน” ชายชรายิ้ม “การรักตัวเอง รักผู้อื่น และรักชีวิต เป็นสิ่งที่เป็นธรรมชาติที่สุดในโลก ไม่ว่าเราจะอยู่ในสภาพแบบใด ไม่ว่าชีวิตจะกำลังเป็นเช่นไร เราทุกคนต่างมีพลังที่จะรักและถูกรัก และสามารถสัมผัสความรักที่ไม่มีวันเหือดแห้งได้ หากเรารู้ความลับบางอย่าง”

“ความลับอะไร”

“ความลับแห่งความรัก”

“ความลับแห่งความรัก?”

“ใช่” ชายชราตอบ “เป็นหลักสิบประการที่นักปราชญ์และผู้มีปัญญาได้ค้นพบและถ่ายทอดกันมาหลายพันปี หลักสิบประการนี้จะช่วยให้คุณไม่เพียงแต่สร้างความรักขึ้นในชีวิตได้ แต่ยังช่วยให้ความรักไหลเวียนอยู่กับคุณตลอดไป”

ชายหนุ่มมองเขาอย่างเหลือเชื่อ “คุณกำลังจะบอกว่าทุกคนสามารถหาความรักและความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักได้จริงหรือ”

“ไม่” ชายชราตอบพร้อมรอยยิ้ม “ผมกำลังบอกว่า ทุกคนสามารถ ‘สร้าง’ ความรักและความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักได้”

“แล้วคุณมั่นใจได้ยังไง”

ชายชราถามกลับว่า “ถ้าผมตบมือ จะเป็นไปได้ไหมที่จะไม่มีเสียง ถ้าผมผลักโต๊ะตัวนี้ โต๊ะจะไม่ขยับได้ไหม นั่นคือกฎธรรมชาติ จักรวาลนี้ดำเนินไปตามกฎต่าง ๆ อย่างแม่นยำ มีกฎแห่งร่างกาย กฎแห่งการเคลื่อนไหว กฎแรงโน้มถ่วง และก็ยังมีกฎเกี่ยวกับมนุษย์ เกี่ยวกับสุขภาพ เกี่ยวกับความสุข...รวมถึงกฎเกี่ยวกับความรักด้วย”

“ถ้ามีกฎพวกนี้จริง ทำไมเราไม่รู้จักรักมันล่ะ”

“เพราะบางครั้งเราหลงทางในชีวิต บางครั้งเราผิดหวัง ท้อแท้ หรือเจ็บปวด จนลืมสิ่งสำคัญที่สุดไป”

จากนั้นเขาหยิบกระดาษใบเล็ก ๆ ใบหนึ่งส่งให้ชายหนุ่ม บนกระดาษนั้นมีรายชื่อคนสิบคน พร้อมหมายเลขโทรศัพท์ของพวกเขา

“ไปพบพวกเขาทีละคน” ชายชราพูด “แล้วคุณจะได้เรียนรู้ความลับแห่งความรัก”

เมื่อชายหนุ่มยกหน้าขึ้นอีกครั้ง ชายชราก็จากไปแล้ว เหลือเพียงรายชื่อสิบคนในมือ และความรู้สึกบางอย่างในหัวใจที่ไม่เหมือนเดิมอีกต่อไป

บทที่ 1 ความลับข้อแรก: พลังแห่งความคิด

วันรุ่งขึ้น ชายหนุ่มมองรายชื่อในมือแล้วเริ่มโทรหาคนแรกทันที เขาอยากรู้ว่าชายชราชาวจีนคือใคร และสิ่งที่เรียกว่า “ความลับแห่งความรัก” นั้นเป็นเรื่องจริงเพียงใด ชื่อแรกในรายชื่อคือ ดร.ปูเซีย อาจารย์มหาวิทยาลัยผู้มีชื่อเสียง

เมื่อทั้งคู่ได้นัดพบกัน ดร.ปูเซียต้อนรับเขาอย่างอบอุ่น เขาเป็นคนสงบ สุขภาพ และมีน้ำเสียงที่ทำให้คนฟังรู้สึกปลอดภัย หลังจากได้ยืนยันว่าชายหนุ่มได้รับรายชื่อมาจากชายชราชาวจีน เขาก็ยิ้มทันทีราวกับนึกถึงเพื่อนเก่าที่จากกันมานาน

“ผมพบเขาเมื่อหลายปีก่อน” ดร.ปูเซียเล่า “ตอนนั้นผมกำลังตกอยู่ในช่วงเวลาที่ตั้งคำถามกับทั้งงานและชีวิต”

ดร.ปูเซียเล่าว่า วันหนึ่งมีนักศึกษาหญิงคนหนึ่งขาดเรียนต่อเนื่องกันหลายสัปดาห์ เขาเป็นห่วงจึงตามเรื่องไปถึงสำนักงานของมหาวิทยาลัย และที่นั่นเองเขาจึงได้ข่าวที่สั่นสะเทือนใจ นักศึกษาคนนั้นฆ่าตัวตาย เธอกระโดดลงมาจากอาคารสูงสิบชั้น เขาตกตะลึงมากและนั่งอยู่ในสภานั้นอยู่นาน พลังถามตัวเองว่า อะไรคือสิ่งที่ทำให้เด็กคนหนึ่งซึ่งมีอนาคตรออยู่ กลับตัดสินใจจบชีวิตลง

ขณะกำลังจมอยู่กับความสับสน เขาก็พบว่าชายชราชาวจีนนั่งอยู่ข้าง ๆ อย่างเงียบงัน ชายชราถามว่าเขากำลังคิดอะไรอยู่ และเมื่อเขาเล่าเรื่องนักศึกษาคนนั้นให้ฟัง ชายชราก็นิ่งไปครู่หนึ่งก่อนกล่าวว่า

“คุณรู้ไหม เราสอนเด็กให้อ่านออกเขียนได้ สอนเลข สอนวิชา สอนให้แข่งขัน สอนให้เอาชนะ แต่เรา กลับละเลยสิ่งสำคัญที่สุดอย่างหนึ่งไป คือการสอนให้พวกเขาารู้จักรัก”

ประโยคนั้นกระแทกใจดร.ปูเซียอย่างแรง เพราะมันคือความรู้สึกที่เขาเคยสัมผัสได้ลึก ๆ แต่ไม่เคยมีใครอธิบายให้ชัดเจนเช่นนั้นมาก่อน จากวันนั้น ทั้งคู่พูดคุยกันยาวนานเรื่องชีวิต เรื่องความรัก และเรื่องความหมายของการมีชีวิตอยู่ และนั่นเองเป็นครั้งแรกที่ดร.ปูเซียได้ยินเรื่อง “ความลับแห่งความรัก” ทั้งสิบข้อ

ก่อนจากกัน ชายชรามอบรายชื่อคนสิบคนพร้อมเบอร์โทรศัพท์ให้แก่เขา ดร.ปูเซียติดต่อกับคนเหล่านั้นภายในเวลาไม่กี่วัน และผ่านการพูดคุยกับพวกเขา เขาได้เรียนรู้หลักง่าย ๆ แต่ทรงพลัง ที่ช่วยให้คนเรานำความรักเข้ามาในชีวิต สร้างความสัมพันธ์ที่มั่นคง และเข้าใจความรักในแบบที่ลึกกว่าความโรแมนติกฉาบฉวย

เมื่อชายหนุ่มถามเขาตรง ๆ ว่า “ความลับพวกนั้นได้ผลจริงหรือครับ” ดร.ปูเซียยิ้มแล้วตอบว่า “อย่างน้อยกับผม มันได้ผลแน่นอน และไม่ใช่ว่าแค่กับผมเท่านั้น ผมเห็นนักศึกษาหลายร้อยคนเปลี่ยนชีวิตของตัวเองได้เพราะหลักพวกนี้”

ชายหนุ่มยังไม่แน่ใจ “ถ้ามันเรียบง่ายอย่างนั้นจริง ทำไมคนส่วนใหญ่ถึงไม่ทำกันล่ะ”

ดร.ปูเซียตอบว่า “เพราะในสวนลึกของใจ แม้ทุกคนจะต้องการความรักมากกว่าสิ่งใด แต่พวกเขากลับลืมมัน เรามัววิ่งตามความสำเร็จ เงินทอง ความบันเทิง หรือชื่อเสียง จนหลงลืมสิ่งที่สำคัญที่สุดไป”

จากนั้นเขาจึงอธิบายว่า ความลับข้อแรกซึ่งเปลี่ยนชีวิตเขามากที่สุด คือ “พลังแห่งความคิด”

เขาพูดว่า “ถ้าคุณคิดด้วยความโกรธ คุณก็จะมีประสบการณ์ของความโกรธ ถ้าคุณคิดด้วยความตื่นเต้น คุณก็จะมีประสบการณ์ของความตื่นเต้น ถ้าคุณคิดถึงความสุข คุณก็จะมีประสบการณ์ของความ สุข และถ้าคุณคิดด้วยความรัก คุณก็จะค่อย ๆ สร้างประสบการณ์ของความรักขึ้นมาในชีวิต”

ชายหนุ่มทำหน้าสงสัย “ฟังดูง่ายเกินไปนะครับ”

“ใช่ มันฟังดูง่าย” ดร.ปูเซียตอบ “แต่ไม่ได้แปลว่าทำได้ง่ายเสมอไป การเปลี่ยนใจตัวเองอาจยากยิ่งกว่าการเอาชนะศัตรูภายนอกหลายเท่า แต่ก็ใช่ว่าจะเป็นไปได้ สิ่งสำคัญคือเราต้องตระหนักว่าความคิดของเราไม่ได้เป็นเรื่องเล็กน้อย มันกำหนดการกระทำ การกระทำกำหนดพฤติกรรม และพฤติกรรมก็กำหนดชะตาของเรา”

เขาอธิบายต่อว่า ตอนเด็ก ๆ มนุษย์ไม่ได้เกิดมาพร้อมอคติ เด็กไม่สนใจสีผิว ศาสนา หรือความแตกต่างแบบที่ผู้ใหญ่ยึดถือกัน เด็กเพียงรับรู้ว่ามีใครรักเขา และพร้อมจะรักตอบอย่างเป็นธรรมชาติ แต่เมื่อเติบโตขึ้น เด็กจำนวนมากกลับถูกสอนให้ตัดสินผู้อื่น ดูหมิ่นความแตกต่าง หรือมองคนผ่านกรอบค่านิยมอันแคบ จนค่อย ๆ สูญเสียความเข้าใจเรื่องความรักไป

“ถ้าอย่างนั้นเราจะเปลี่ยนวิธีคิดได้อย่างไรครับ” ชายหนุ่มถาม

ดร.ปูเซียตอบว่า วิธีหนึ่งคือการใช่ “ถ้อยคำยืนยัน” หรือข้อความที่พูดกับตัวเองซ้ำ ๆ อย่างตั้งใจ เพื่อเปลี่ยนความเชื่อเดิมที่ฝังแน่นอยู่ในจิตใต้สำนึก

เขายกตัวอย่างว่า หากใครเชื่อว่าไม่มีทางมีความรักที่ยั่งยืนได้ คนนั้นอาจเริ่มพูดกับตัวเองว่า “ฉันสร้างความรักขึ้นในชีวิตของตัวเองได้” “วันนี้ฉันจะปฏิบัติต่อทุกคนที่พบด้วยความรัก” “ฉันดึงดูดความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักเข้ามาได้อย่างง่ายดาย”

หรือถ้าไม่เชื่อว่าจะพบคู่ชีวิตที่เหมาะสม ก็อาจย้ำกับตัวเองว่า “คนที่เหมาะสมกับฉันจะเข้ามาในชีวิตในเวลาและสถานที่ที่เหมาะสมที่สุด”

ชายหนุ่มถามว่า “แล้วต้องพูดซ้ำบ่อยแค่ไหน”

“บ่อยที่สุดเท่าที่จะทำได้” ดร.ปูเซียตอบ “บางคนเขียนติดไว้ในรถ ติดไว้ที่ตู้เย็น หรือวางไว้ตรงที่มองเห็นง่าย อย่างน้อยเช้า กลางวัน และก่อนนอน คุณควรเตือนใจตัวเอง”

แต่เขาก็เสริมทันทีว่า ถ้อยคำยืนยันไม่ใช่เวทมนตร์ มันเป็นเพียงเครื่องมือที่ช่วยเปลี่ยนความเชื่อภายใน ขณะเดียวกัน เราก็ต้องฝึกคิดเรื่องความรักอย่างมีสติอยู่เสมอ ต้องถามตัวเองให้ชัดว่า “การรักใคร่สักคนจริง ๆ หมายความว่าอะไร”

เมื่อถูกถามกลับ ชายหนุ่มลังเลอยู่พักหนึ่งก่อนตอบว่า “ก็คงหมายถึงการห่วงใยเขา อยู่เคียงข้างเมื่อเขาต้องการ และช่วยเหลือเขาเท่าที่ทำได้”

“ใช่แล้ว” ดร.ปูเซียกล่าว “นั่นคือความรักในระดับที่แท้จริง คือการแสดงความเมตตาและความปรารถนาดีในระดับสูงสุด แต่คุณจะทำอย่างนั้นได้อย่างไร ถ้าคุณไม่พยายามเข้าใจว่าอีกฝ่ายต้องการอะไร กำลังรู้สึกอะไร หรือกำลังกลัวอะไรอยู่”

เขอธิบายว่า ในชีวิตประจำวัน ผู้คนจำนวนมากมักแต่ถามว่า “อีกฝ่ายให้อะไรฉัน” แทนที่จะถามว่า “ฉันจะทำอะไรให้อีกฝ่ายได้บ้าง” และนี่เองที่ทำให้ความสัมพันธ์จำนวนมากขาดความรัก เพราะทุกคนมักแต่มองจากความต้องการของตัวเอง

จากนั้นดร.ปูเซียก็พูดถึงอีกมิติหนึ่งของ “พลังแห่งความคิด” นั่นคือการจินตนาการถึงคู่ชีวิตในอนาคตดีตัวอย่างชัดเจน

“ถ้าคุณไม่รู้ว่ากำลังมองหาอะไร” เขากล่าว “เมื่อคนที่เหมาะสมเดินเข้ามา คุณก็อาจมองไม่ออก หรือแยกว่านั่น คุณอาจหลงไปกับเพียงรูปลักษณ์ภายนอกและแรงดึงดูดชั่วคราว”

เขาชวนชายหนุ่มให้คิดถึงลักษณะต่าง ๆ ของคนที่เขาอยากใช้ชีวิตด้วย ไม่ใช่แค่รูปลักษณ์ แต่รวมถึงนิสัย ความเชื่อ ค่านิยม งานอดิเรก ระดับสติปัญญา ความอ่อนโยน ความเมตตา และสิ่งที่มีความหมายต่อชีวิตคู่ในระยะยาว

ชายหนุ่มยอมรับว่าไม่เคยคิดเรื่องเหล่านี้จริงจังเลย

ดร.ปูเซียจึงเปรียบเทียบว่า เรื่องนี้เหมือนการไปซื้อของในซูเปอร์มาร์เก็ต ถ้าคุณไม่รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร คุณก็จะถูกชักจูงด้วยสิ่งล่อใจรายทาง และกลับบ้านพร้อมของที่ไม่จำเป็นเต็มรถเข็น แต่หากรู้ชัดว่ามาเอาอะไร คุณก็จะมุ่งไปตรงนั้นได้ทันที ความรักก็เช่นกัน ถ้าเราไม่คิดให้ชัดว่าอะไรสำคัญต่อชีวิตคู่ เราก็อาจไปปลงกับคนที่ดึงดูดในระยะสั้น แต่ไม่เหมาะกับชีวิตระยะยาวเลย

ก่อนจากกัน ดร.ปูเซียสรุปให้ชายหนุ่มฟังว่า ความรักเริ่มต้นจากความคิดอย่างแท้จริง ความคิดที่เชื่อมด้วยความรักจะก่อให้เกิดการกระทำที่เชื่อมด้วยความรัก และการกระทำนั้นจะค่อย ๆ สร้างประสบการณ์ของความรักขึ้นในชีวิต

คืนนั้น ชายหนุ่มกลับบ้านแล้วหยิบกระดาษมาหนึ่งเขียนภาพของหญิงสาวในอนาคตเป็นครั้งแรก เขาเขียนถึงรูปร่างหน้าตา เขียนถึงนิสัย เขียนถึงสิ่งที่เธอรัก เขียนถึงความเมตตา สติปัญญา และความเรียบง่ายที่เขาอยากพบในใครสักคน จากนั้นเขาพับกระดาษเก็บไว้อย่างดี

เขาจดบทเรียนของวันนี้ไว้ว่า

ใจความของความลับข้อแรก

ความรักเริ่มต้นจากความคิด เราสามารถเป็นอย่างที่เราเลือกจะเป็นได้ ความคิดที่เชื่อมด้วยความรักจะสร้างประสบการณ์แห่งความรักและความสัมพันธ์ที่เชื่อมด้วยความรัก ถ้อยคำยืนยันสามารถช่วยเปลี่ยนความเชื่อเดิมเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นได้ หากอยากรักใครอย่างแท้จริง เราต้องคิดถึงความต้องการและความหวังของเขาก่อน และการมองเห็นภาพของคู่ชีวิตในอนาคตดีอย่างชัดเจน ก็จะช่วยให้เราจำเขาได้เมื่อวันหนึ่งเขาเดินเข้ามาในชีวิตจริง

บทที่ 2 ความลับข้อที่สอง: ปลังแห่งความเคารพ

ชื่อที่สองในรายชื่อคือ ดร.มิลลี ฮอปสกิน ศาสตราจารย์สาขาจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยในเมือง เธอเป็นผู้หญิงที่มีชีวิตชีวาอย่างน่าแปลกใจ แม้อายุจะมากแล้วก็ตาม น้ำเสียงของเธอเต็มไปด้วยความมีชีวิตและความสุขราวกับนิสิตปีหนึ่ง และเมื่อได้ยินว่าชายหนุ่มมีรายชื่อมาจากชายชราชาวจีน เธอก็ยิ้มกว้างทันที

“ฉันพบเขาเมื่อสี่สิบปีก่อน” เธอพูด “ตอนนั้นฉันเป็นคนละคนกับทุกวันนี้โดยสิ้นเชิง ฉันติดยา และใช้ชีวิตอยู่ข้างถนน”

ชายหนุ่มตกใจจนเปลือยอกออกมา เขาแทบไม่อยากจะเชื่อว่าสตรีผู้สง่างามตรงหน้าจะเคยมีอดีตเช่นนั้น แต่มิลลีเพียงยิ้มบาง ๆ แล้วบอกว่าเรื่องทั้งหมดเป็นความจริง

เธอเล่าว่าในช่วงเวลานั้น ชีวิตของเธอวนเวียนอยู่กับยาเสพติดและโรงพยาบาล เธอถูกห้ามเข้าห้องฉุกเฉินเพราะเสพยาเกินขนาดซ้ำแล้วซ้ำเล่า ออกจากโรงพยาบาลเมื่อไรก็กลับไปใช้ชีวิตเดิมอีก จนวันหนึ่งหลังจากรอดตายอีกครั้ง เธอล้มตาศื้นมาบนเตียงคนไข้ แล้วพบชายชราชาวจีนนั่งอยู่ข้าง ๆ จับมือเธอไว้อย่างเสียบงัน

“เขามองฉันเหมือนฉันเป็นมนุษย์คนหนึ่ง” มิลลิลกล่าว “คุณอาจคิดว่ามันเป็นเรื่องธรรมดา แต่สำหรับฉันในตอนนั้น มันไม่ธรรมดาเลย เขาเป็นคนแรกที่นั่งคุยกับฉันต่อหน้าเหมือนฉันมีคุณค่า เป็นคนแรกที่ปฏิบัติต่อฉันราวกับฉันยังเป็นคนอยู่จริง ๆ”

เธอบอกว่าเธอเล่าเรื่องทั้งหมดให้ชายชราฟัง เล่าเรื่องครอบครัว วัยเด็ก และชีวิตอันพังทลายของตัวเอง ชายชรารับฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ตัดสิน ไม่ตำหนิ เพียงรับฟังด้วยเมตตา จากนั้นเขาก็มอบรายชื่อคนสิบคนให้เธอ พร้อมบอกว่าคนเหล่านี้อาจช่วยเธอได้

มิลลีทำตามคำแนะนำนั้น และหนึ่งในคนที่เธอพบบนรายชื่อก็คือแม่ชีผู้หนึ่ง แม่ชีรับเธอเข้ามาอยู่ในชุมชนคริสตจักร ให้ที่พัก แลกกับการช่วยงานประจำวันอย่างการทำอาหาร ทำความสะอาด และดูแลสวน ที่นั่นไม่มีใครมองเธอเป็นคนล้มเหลว ไม่มีใครมองเธอเป็นภาระ ทุกคนปฏิบัติต่อเธอราวกับว่าเธอเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว

“นั่นเป็นครั้งแรกในชีวิตที่ฉันรู้สึกว่าคุณ ‘เป็นที่ต้องการ’” เธอพูดเบา ๆ “และความรู้สึกนั้นเปลี่ยนทุกอย่าง”

แม่ชีคนนั้นยังสนับสนุนให้เธอกลับไปเรียนต่อ บอกว่าเธอมีสมองที่ดีและไม่ควรปล่อยให้มันสูญเปล่า มิลลิลจึงเริ่มเรียนภาคค่ำ ทุกคนในชุมชนคอยให้กำลังใจเธออย่างต่อเนื่อง เจ็ดปีต่อมา เธอคว้าปริญญาใบแรก สองปีหลังจากนั้นได้ปริญญาโท และอีกสามปีถัดมาก็สำเร็จปริญญาเอก วันรับปริญญาของเธอกลายเป็นหนึ่งในวันที่มีความสุขที่สุดในชีวิต เพราะเธอมองเห็นแม่ชีทั้งกลุ่มยืนขึ้นปรบมือ โห่ร้องให้กำลังใจ และที่มุมสุดของหอประชุม เธอก็เห็นชายชราชาวจีนยืนปรบมืออยู่ด้วยรอยยิ้มแห่งความภูมิใจ

หลังจากเธอล่าจบ ชายหนุ่มก็ถามว่า ความลับข้อไหนกันที่ช่วยเธอมากที่สุด

มิลลี่ตอบทันทีว่า “พลังแห่งความเคารพ”

เธออธิบายว่า ในอดีต เธอไม่รู้จักรักเคารพตัวเองเลย และเพราะไม่เคารพตัวเอง เธอจึงไม่อาจรักตัวเองได้ เมื่อไม่รักตัวเอง เธอก็ไม่อาจมอบความรักให้ใครอย่างแท้จริง และแน่นอน คนอื่นก็ยากจะรักเธอเช่นกัน

เมื่อชายหนุ่มถามว่าเหตุใดเธอก็เกลียดตัวเองมากขนาดนั้น มิลลี่ก็ย้อนกลับไปเล่าวัยเด็กอันเจ็บปวด เธอเกิดมาเป็นลูกนอกสมรส มารดาแต่งงานใหม่เมื่อเธออายุเพียงสามขวบ และพ่อเลี้ยงเกลียดเธออย่างชัดเจน มารดาเองก็ทำให้เธอรู้สึกเป็นภาระและเป็นความอับอาย

เธอล่าเหตุการณ์หนึ่งที่ติดอยู่ในใจไม่เคยหาย ตอนอายุหกขวบ เธอเห็นแม่อุ้มน้องสาวต่างพ่ออย่างอ่อนโยน และเพราะรู้สึกว่าเป็นตัวเองถูกทอดทิ้งจึงหันหลังเดินหนี ทันใดนั้นมีคนผลักเธอจากด้านหลังจนกลิ้งตกบันได และเมื่อเธอเงยหน้าขึ้น ก็เห็นพ่อเลี้ยงยืนอยู่บนชั้นบันไดพร้อมพูดว่า “ตอนนี้เธอเป็นแม่ของลูกฉันแล้ว เธอมันก็แค่เด็กน่าเกลียดที่ไม่มีใครเอา”

สิ่งที่เจ็บยิ่งกว่าคำพูดนั้นคือ แม่ของเธอไม่ได้พูดอะไรเลย แม่เพียงกอดน้องต่อ เหมือนว่ามีตัวตน

“จากวันนั้น ฉันรู้สึกว่าเป็นตัวเองถูกปฏิเสธ ไม่มีคุณค่า และไม่สมควรได้รับความรัก” มิลลี่บอก “เมื่อเด็กคนหนึ่งเติบโตมาพร้อมความรู้สึกแบบนั้น เขาย่อมเริ่มเชื่อว่าตัวเองต่ำต้อยกว่าใคร ๆ”

เธออธิบายว่าคนจำนวนมากก็เป็นเช่นเดียวกัน บางคนเกลียดรูปร่างหน้าตาของตน บางคนไม่ชอบเสียงของตัวเอง ไม่ชอบนิสัยของตัวเอง หรือรู้สึกว่าเป็นตัวเองต่ำต้อยกว่าคนอื่น จนสูญเสียการเคารพตนเองไปอย่างสิ้นเชิง

“ดังนั้น ก่อนที่ฉันจะหวังให้ใครมารัก ฉันต้องเรียนรู้ที่จะเคารพตัวเองก่อน”

ชายหนุ่มถามเธอว่า แล้วคนเราจะเริ่มเคารพตัวเองได้อย่างไร

มิลลี่ยิ้ม “มันไม่ง่าย แต่ทำได้ เราต้องเรียนรู้ที่จะยอมรับตัวเอง ต้องรู้จักขอบคุณในสิ่งที่เราเป็น และหยุดยอมให้คำวิจารณ์ที่โหดร้ายของคนอื่นมานิยามคุณค่าของเรา”

เธอพูดต่อว่า มนุษย์ทุกคนมีที่ทางของตัวเองบนโลก ไม่มีใครเคยมี และไม่มีใครจะมีเหมือนเราอีก ทุกชีวิตมีคุณค่าโดยไม่ต้องพิสูจน์ด้วยฐานะ สีผิว หรือประวัติชีวิต เธอยกคำกล่าวหนึ่งในศาสนาฮิวซันมาว่า “ใครก็ตามที่ช่วยชีวิตวิญญาณหนึ่งดวง เท่ากับช่วยโลกทั้งใบ” เพราะทุกคนล้วนมีความหมายในตัวเอง

แล้วเธอก็ขยายความว่า ความเคารพไม่ควรมีไว้แค่กับตัวเอง แต่ต้องมีต่อผู้อื่นด้วย โดยเฉพาะต่อคนที่เราไม่ชอบ

ชายหนุ่มทำหน้าไม่แน่ใจ มิลลี่จึงอธิบายว่า สมองของมนุษย์มีคุณสมบัติประหลาดอยู่ประการหนึ่ง นั่นคือมันจะมองหาสิ่งที่เราสั่งให้มันมองหา ถ้าเราคอยมองแต่ข้อเสีย เราก็จะยังเห็นข้อเสีย แต่ถ้าเราถาม

ตัวเองว่า “อะไรในตัวคนนี่ที่ควรได้รับความเคารพ” สมองก็จะเริ่มมองหาคำตอบ และเราจะพบมิติที่ลึกซึ้งของเขา

“นั่นไม่ได้แปลว่าทุกคนทำถูกทุกอย่าง” เธอกล่าว “แต่ทุกคนล้วนมีบางสิ่งที่คุณควรเคารพ อาจเป็นความกล้าหาญ ความพยายาม ความอ่อนโยน ความรักต่อครอบครัว หรือแม้แต่ความสามารถในการอยู่รอดผ่านวันที่ยากลำบาก”

เธอย้ำว่า ความเคารพคือรากฐานของความรัก ถ้าไม่มีความเคารพ ก็ไม่มีทางมีความรักที่แท้จริงได้ ก่อนจบการสนทนา มิลลิสสรุปบทเรียนให้ชายหนุ่มไว้ชัดเจนว่า

ใจความของความลับข้อที่สอง

ก่อนที่เราจะรักใคร่ได้ เราต้องรู้จักเคารพเสียก่อน คนแรกที่เราต้องเคารพคือ ตัวเราเอง การสร้าง ความเคารพตนเองเริ่มจากการถามว่า “อะไรในตัวฉันที่มีคุณค่าและควรได้รับความเคารพ” และการเคารพผู้อื่นก็เริ่มจากคำถามคล้ายกันว่า “อะไรในตัวเขาที่ควรได้รับความเคารพ” เมื่อเราเริ่มมองหาสิ่งเหล่านี้ ความสัมพันธ์ของเราก็จะค่อย ๆ เปลี่ยนไป เพราะความรักไม่อาจเติบโตได้ในที่ปราศจากความเคารพ

บทที่ 3 ความลับข้อที่สาม: พลังแห่งการให้

คนต่อไปในรายชื่อคือคุณนายวิลเลียม หญิงผู้เกิดมาพร้อมความพิการจากผลข้างเคียงของยาชนิดหนึ่งตั้งแต่ยังอยู่ในครรภ์ เธอไม่มีขาทั้งสองข้าง และมีแขนเพียงสั้น ๆ เมื่อชายหนุ่มเดินเข้าไปในห้องรับแขกและเห็นเธอนั่งอยู่บนรถเข็น เขาก็เผลอแสดงสีหน้าตกใจออกมาโดยไม่ตั้งใจ แต่เธอไม่ได้สนใจเลย กลับยิ้มให้เขาอย่างอ่อนโยนและชวนให้นั่งอย่างเป็นกันเอง

“ฉันดีใจที่คุณโทรมา” เธอกล่าว “ฉันเจอชายชราชาวจีนเมื่อกว่าสิบปีก่อน แต่ความรู้สึกเหมือนมันเพิ่งเกิดขึ้นเมื่อวานนี้เอง”

เธอเล่าว่าในช่วงวัยสาว เธอมักถามตัวเองว่าใครจะสามารถรักคนอย่างเธอได้จริง ๆ แม้พ่อแม่จะรักเธอ แต่เธอก็ไม่เชื่อว่าจะมีใครอยากจับมือ พาเธอเดินรำ หรือใช้ชีวิตร่วมกับเธออย่างศรัทธาทั่วไป คืนหนึ่งในฤดูร้อน ขณะงานเต้นรำของวิทยาลัยกำลังคึกคักอยู่ เธอนั่งร้องไห้อยู่คนเดียวในสวนด้วยความสิ้นหวัง และนั่นคือเวลาที่ชายชราชาวจีนเดินเข้ามา

เขานั่งลงข้าง ๆ ยื่นกระดาษเช็ดหน้าให้ และพูดอย่างอ่อนโยนว่า บางทีเขาอาจช่วยได้ แต่เธอก็กลับตอบอย่างหมดหวังว่าไม่มีใครช่วยเธอได้หรอก เพราะปัญหาของเธอไม่มีทางแก้

ชายชราชาวจีนจึงเล่าเรื่องเพื่อนคนหนึ่งของเขาให้ฟัง ชายผู้นั้นประสบอุบัติเหตุมอเตอร์ไซค์ครั้งรุนแรง ต้องสิ้นไถ่เข้าไปใต้ห้องรถบรรทุก และถูกไฟคลอกจนใบหน้าเสียโฉมหนัก ถึงขั้นที่แพทย์ยังไม่แน่ใจว่าเขาจะรอดหรือไม่ ต่อให้รอด เขาก็ต้องอยู่กับรอยแผลและความเจ็บปวดตลอดชีวิต

เธอฟังแล้วบอกว่า เรื่องนั้นยิ่งฟังยิ่งไม่น่าเห็นว่า “ของขวัญ” อยู่ตรงไหน แต่ชายชราก็ให้เธอฟังต่อไป

หลังจากผ่านช่วงเวลายากลำบาก ชายคนนั้นตัดสินใจว่าจะไม่ให้ความพิการหรือบาดแผลเป็นตัวกำหนดชีวิต เขาเริ่มอุทิศตัวช่วยเหลือผู้อื่น และในกระบวนการนั้น เขากลับค้นพบคุณค่าที่ลึกกว่ารูปลักษณ์ภายนอกของตัวเอง เขาเปลี่ยนจากคนที่หมกมุ่นอยู่กับสิ่งที่ขาดหายไปเป็นคนที่จดจ่อกับสิ่งที่ยัง “ให้” แก่โลกได้

คุณนายวิลเลียมบอกว่าตอนแรกเธอยังไม่เข้าใจ แต่เมื่อได้ติดต่อผู้คนในรายชื่อคนอื่น ๆ และเริ่มเรียนรู้ความลับของความรัก เธอก็ค่อย ๆ เห็นว่า ปัญหาของเธอไม่ได้อยู่ที่การไม่มีแขนหรือขา แต่อยู่ที่การเชื่อว่าตัวเองไม่มีอะไรจะมอบให้ใครเลยต่างหาก

จุดเปลี่ยนใหญ่ของชีวิตเธอมาถึงเมื่อเธอได้พบเด็กหญิงพิการคนหนึ่งในต่างประเทศ เด็กคนนั้นยากจน ไม่มีขาเทียม และยังมีอาการบาดเจ็บใบหน้าที่ทำให้ชีวิตยากลำบากยิ่งขึ้น คุณนายวิลเลียมตัดสินใจจะดมทุนอย่างจริงจัง จัดงานเลี้ยงในสวน ขายสลาก จัดตลาดนัด และขอความช่วยเหลือจากผู้คนทุกที่เท่าที่จะทำได้ เพื่อหาเงินซื้อขาเทียมและค่ารักษาให้เด็กคนนั้น

เธอใช้เวลาเกือบสิบแปดเดือนจึงรวบรวมเงินได้พอ และยังโน้มน้าวทีมศัลยแพทย์ให้ช่วยผ่าตัดแก้ไข
ใบหน้าของเด็กหญิงโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

เมื่อเด็กคนนั้นได้รับขาเทียม ได้ทำกายภาพบำบัด และเริ่มกลับมาใช้ชีวิตได้ดีขึ้น คุณนายวิลเลียมก็
บินไปหาเธอ ที่พื้นที่เจอกัน เด็กหญิงวิ่งเข้ามากอดเธอแน่น น้ำตาไหลอาบแก้มและพูดซ้ำ ๆ ว่า
"ขอบคุณ ขอบคุณ"

"นั่นเป็นครั้งแรกในชีวิตที่ฉันได้สัมผัสความรักที่ท่วมท้นถึงขนาดนั้น" คุณนายวิลเลียมกล่าว "ฉัน
ร้องไห้ด้วยความสุขอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน"

ในช่วงขณะนั้นเอง เธอเข้าใจคำถามที่ชายชราชาวฟินแลนด์ถามว่า "ความพิการแบบไหนกันแน่ที่ร้าย
แรงกว่า ระหว่างคนที่เดินไม่ได้ คนที่พูดไม่ได้ คนที่มองไม่เห็น หรือคนที่ไม่อาจหัวเราะ ร้องไห้ และรัก
ใครได้เลย"

เธอตระหนักว่าความพิการทางกายไม่ได้ทำให้เธอด้อยคุณค่ากว่าคนอื่นเลย และเมื่อหัวใจเต็มไปด้วย
ความรัก ชีวิตก็สามารถงดงามอย่างไม่น่าเชื่อ

หลังจากนั้นไม่นาน เธอก็ได้พบชายคนหนึ่งชื่อแอนโธนี ใจดี และทำงานด้านสังคมสงเคราะห์ในชุมชน
ทั้งคู่ค่อย ๆ กลายเป็นเพื่อนสนิท และต่อมาก็แต่งงานกัน มีลูกที่น่ารักด้วยกันสองคน

"ดังนั้น ชายชราคนนั้นพูดถูก" เธอกล่าวด้วยแววตาสดใส "ทุกปัญหามีของขวัญซ่อนอยู่ และของ
ขวัญนั้นสามารถทำให้ชีวิตของเราอุดมสมบูรณ์ขึ้นได้ เมื่อคุณเริ่มมีบางสิ่งจะมอบให้ เมื่อคุณเริ่มให้ตัว
เองแก่ผู้อื่น คุณก็มีความสามารถที่จะพบความรัก"

ชายหนุ่มนั่งฟังอย่างตั้งใจมาก เขาเริ่มเห็นชัดเจนว่าความรักไม่ใช่การรอใครมาช่วยเติมเต็มความว่าง
ในใจ แต่คือการมีบางสิ่งในใจที่พร้อมจะมอบให้

คืนนั้นเขากลับบ้านและทบทวนสิ่งที่ได้ยินจากคุณนายวิลเลียมอย่างช้า ๆ

ใจความของความลับข้อที่สาม

หากเราอยากได้รับความรัก เราต้องเริ่มจากการให้ความรักก่อน ยิ่งเราให้มาก เราก็ยิ่งได้รับมาก
ความรักคือการมอบตัวเราเองออกไปอย่างสมัครใจและไม่มีเงื่อนไข เป็นความเมตตาที่ไม่หวังผล
ตอบแทน ก่อนจะเริ่มต้นความสัมพันธ์ใด เราควรถามตัวเองว่า "ฉันจะมอบอะไรให้เขาได้บ้าง"
มากกว่าจะถามว่า "เขาจะให้อะไรฉันได้บ้าง"

บทที่ 4 ความลับข้อที่สี่: พลังแห่งมิตรภาพ

คนถัดไปในรายชื่อคือวิลเลียม บาค์แมน นักเขียนอิสระผู้มีความดีพิมพ์อยู่ตามนิตยสารและหนังสือพิมพ์จำนวนมาก เขายังเขียนหนังสือขายดีเกี่ยวกับความสัมพันธ์ด้วย บุคลิกของเขาดูเป็นคนฉลาด คมคาย และมีเสน่ห์ในแบบคนช่างคิด

ทันทีที่นั่งลงพูดคุยกัน วิลเลียมก็พูดขึ้นว่า “ความลับแห่งความรักเปลี่ยนชีวิตผมอย่างสิ้นเชิง”

เขาเล่าว่า ก่อนหน้านั้นเขาใช้เวลาเกือบสิบปีในการตามหาความสัมพันธ์พิเศษ เขาไปร้านสำหรับคนโสด ไปงานเต้นรำ ไปไนต์คลับ และออกเดทกับผู้หญิงหลายต่อหลายคน แต่ถึงอย่างนั้น เขาก็ยังไม่เคยรู้สึกว่าจะพบ “คนที่ใช่” จริง ๆ สักที

“ช่วงหนึ่งผมเริ่มคิดว่าบางทีเรื่องแบบนี้คงไม่มีไว้สำหรับผม” เขาพูด “แต่หลังจากได้เรียนรู้ความลับพวกนี้ภายในเวลาไม่ถึงปี ผมไม่เพียงพบผู้หญิงในฝัน ผมยังพบว่าความสัมพันธ์กับครอบครัวและเพื่อน ๆ ของผมลึกซึ้งขึ้นมากด้วย”

เมื่อชายหนุ่มถามว่า อะไรคือสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปจริง ๆ วิลเลียมตอบว่า ความสัมพันธ์ทั้งหมดในชีวิตเขา “แน่นแฟ้นและเป็นของจริงมากขึ้น” และในบรรดาความลับทั้งสิบข้อ สิ่งที่เขาต้องเรียนรู้มากที่สุดคือ “พลังแห่งมิตรภาพ”

วิลเลียมอธิบายว่า คนส่วนใหญ่มักนิยามความรักอย่างแคบเกินไป พวกเขาคิดถึงเพียงความโรแมนติก ความเร่าใจ หรือแรงดึงดูดทางเพศ ทั้งที่ความรักแท้จริงต้องมีความห่วงใย ความพร้อมจะอยู่ข้างกัน และความรู้สึกเป็นเพื่อนอยู่ในนั้นด้วย หากขาดมิตรภาพ ความรักก็เปราะบางเหลือเกิน

เขายอมรับว่าในอดีตตัวเองหลงติดกับภาพแบบนั้นเต็ม ๆ เขาไปตามหาความสัมพันธ์ในสถานที่ที่ไม่เหมาะนัก และหวังว่าการพบคนใหม่ ๆ มากพอจะทำให้เจอคนพิเศษในที่สุด แต่ต่อให้ได้พบผู้หญิงมากมาย เขากลับไม่เคยพบความรู้สึกลึกซึ้งที่คงอยู่ได้ยาวนาน

“ผมกำลังมองหาแค่คนที่ทำให้หัวใจเต้นแรง” เขากล่าว “แต่ไม่ได้มองหาคนที่ผมสามารถเป็นเพื่อนแท้ของเธอได้”

ต่อมาเขาได้เรียนรู้ว่า หากต้องการสร้างความรักที่ยั่งยืน เราต้องเริ่มจากการสร้างฐานของมิตรภาพเสียก่อน ต้องหาจุดร่วม ต้องเรียนรู้ที่จะใช้เวลาด้วยกัน ต้องเปิดใจแบ่งปันเรื่องที่ลึกกว่าทสนทนาฉาบฉวย และต้องค่อย ๆ เห็นคุณค่าของกันและกันจากภายใน

ชายหนุ่มถามขึ้นว่า “แต่ถ้าความสัมพันธ์กำลังมีปัญหา แล้วค่อยมาคิดเรื่องมิตรภาพทีหลัง มันจะสายเกินไปไหมครับ”

“ไม่สายเกินไปเลย” วิลเลียมตอบทันที “มิตรภาพช่วยกอบกู้ความสัมพันธ์มากกว่าที่คนส่วนใหญ่คิดเสียอีก สิ่งที่ต้องทำก็แค่กลับไปหาว่า อะไรคือสิ่งที่คุณสองคนยังทำร่วมกันได้ อะไรคือสิ่งที่คุณ

หัวเราะร่วมกันได้ และอะไรคือสิ่งที่คุณยังแบ่งปันกันได้จริง ๆ เมื่อคนสองคนเริ่มกลับมาเป็นเพื่อนกันอีกครั้ง ความรักก็มีที่ให้เติบโตขึ้นใหม่”

ก่อนการสนทนาจะจบลง ชายหนุ่มถามคำถามสุดท้ายว่า “แล้วคุณล่ะ เคยพบผู้หญิงในฝันไหม”

วิลเลียมหัวเราะ “แน่นอน ผมแต่งงานกับเธอแล้ว”

เขาเล่าว่า เขาพบราเชลที่สโมสรออกกำลังกาย ตอนแรกเขาไม่ได้ถูกดึงดูดด้วยรูปลักษณ์ของเธอเป็นพิเศษ และเธอก็ไม่ได้สนใจเขานักเช่นกัน แต่หลังจากรู้จักกันมากขึ้น ทั้งคู่กลับค่อย ๆ พบว่าพวกเขาสบายใจเมื่ออยู่ด้วยกัน เขาเล่าเรื่องส่วนตัวเล็ก ๆ ให้เธอฟังได้โดยไม่รู้สึกรอช้า พวกเขาเริ่มให้พูดคุยมากมาย มีความเชื่อและมุมมองหลายอย่างคล้ายกัน และยิ่งใช้เวลาอยู่ด้วยกันมากเท่าไร มิตรภาพของพวกเขาก็ยิ่งแน่นแฟ้นขึ้นเท่านั้น

“จนวันหนึ่ง” วิลเลียมพูดด้วยแวตตามุ่งลึก “ผมก็รู้ว่าตัวเองตกหลุมรักเธอเข้าแล้ว ไม่ใช่เพราะแค่เธอดูน่าดึงดูด แต่เพราะผมอยากแบ่งปันชีวิตทั้งหมดกับเธอ”

ชายหนุ่มกลับบ้านไปพร้อมกับข้อความหนึ่งที่ชัดเจนยิ่งขึ้นกว่าเดิม ความรักไม่ใช่เพียงการจ้องมองตากัน แต่คือการยืนอยู่เคียงกันและมองไปในทิศทางเดียวกัน

ใจความของความรักที่สี่

ถ้าอยากพบรักแท้ เราต้องเรียนรู้ที่จะสร้างมิตรภาพก่อน ความรักไม่ใช่เพียงการจ้องมองกันและกัน แต่คือการมองออกไปในทิศทางเดียวกัน ความรักที่สมบูรณ์ต้องรักที่ตัวตน ไม่ใช่เพียงรูปลักษณ์ภายนอก มิตรภาพคือดินที่เมล็ดพันธุ์แห่งความรักเติบโต และถ้าเราต้องการนำความรักกลับคืนสู่ความสัมพันธ์ใด เราต้องนำมิตรภาพกลับคืนไปก่อน

บทที่ 5 ความลับข้อที่ห้า: พลังแห่งการสัมผัส

เช้าวันต่อมา ชายหนุ่มเดินทางไปโรงพยาบาลประจำเมืองเพื่อพบ ดร.ปีเตอร์ หยาง ศัลยแพทย์หัวหน้าแผนกผ่าตัด เขาเป็นชายรูปร่างสูงใหญ่ ผิวเข้ม ใบหน้าคม และมีดวงตาที่ดูจริงจังแต่เมตตา

เมื่อเริ่มสนทนา ดร.หยางถามก่อนว่าชายหนุ่มพบชายชราชาวจีนได้อย่างไร และหลังจากฟังเรื่องทั้งหมด เขาก็พยักหน้าเหมือนนึกถึงภาพเดิมได้ชัดเจน

“ผมพบเขาเมื่อสิบห้าปีก่อน” ดร.หยางเล่า “ตอนนั้นผมเพิ่งสอบผ่านเป็นศัลยแพทย์ และเชื่อมั่นเต็มที่ว่าหน้าที่ของผมคือผ่าตัด เอาส่วนที่เสียออก เย็บแผลให้เรียบร้อย เท่านั้นก็พอ”

เขายอมรับอย่างตรงไปตรงมาว่า ในเวลานั้น เขาแทบไม่เคยนั่งลงข้างเตียงคนไข้ ไม่เคยเห็นความจำเป็นของการพูดคุยหรือปลอบโยน เขาคิดว่างานของแพทย์ที่ดีอยู่ที่ฝีมือของมือ ไม่ใช่ความอ่อนโยนของหัวใจ และการใช้เวลากับคนไข้ดูจะเป็นหน้าที่ของพยาบาลมากกว่า

วันหนึ่งระหว่างตรวจจอร์น เขาเดินเข้าไปในห้องผู้ป่วยแล้วเห็นชายชราผู้ช่วยดูแลคนไข้คนหนึ่งนั่งอยู่ข้างเตียงหญิงผู้ป่วยสูงวัย กุมมือเธอไว้นั้น เขาจึงพูดอย่างไม่พอใจว่า “คุณไม่ควรไปทำงานของตัวเองอยู่หรือ”

ชายชราคนนั้นหันมามองเขาอย่างเสียบ ๆ แล้วตอบว่า “ใช่ครับ แต่เมื่อคุณไม่ทำหน้าที่ของคุณ ก็ต้องมีใครสักคนทำแทน”

ดร.หยางเล่าว่าตัวเองโกรธมาก เพราะไม่เคยมีใครพูดกับเขาเช่นนั้น โดยเฉพาะคนที่ดูเหมือนเป็นเพียงผู้ช่วยคนหนึ่ง เขากำลังจะโต้กลับ แต่ชายชรายกมือห้ามและพูดว่า “อย่าเพิ่งพูดตอนนี้ ผู้หญิงคนนี้ต้องการความช่วยเหลือ”

เหตุการณ์นั้นยิ่งทำให้เขาไม่พอใจเข้าไปใหญ่ เพราะผู้ป่วยรายนั้นเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย มีเนื้องอกในสมองชนิดร้ายแรง และแทบไม่มีความหวังแล้ว เขากำลังจะพูดว่าเธอกำลังจะตาย แต่ชายชรากลับห้ามไว้และบอกว่า “อย่าพูดตอนนี้ ได้โปรด”

ดร.หยางจึงออกมาอีเรอที่หน้าห้องด้วยความโมโห ไม่นานชายชราก็เดินออกมาและพูดเพียงว่า “เธอจะมีชีวิตอยู่ หมอ”

“คุณหมายความว่าอะไร” ดร.หยางถาม “เธอมีเนื้องอกร้ายในสมองนะ”

ชายชรากลับถามว่า “หมอเคยเห็นคนที่ดูเหมือนไม่มีทางรอด แต่กลับฟื้นตัวอย่างน่าอัศจรรย์ไหม”

“ก็เคย...แต่...”

“แล้วหมอคิดว่าอะไรทำให้สิ่งนั้นเกิดขึ้น”

ดร.หยางตอบว่าไม่รู้ และไม่คิดว่ามันสำคัญ แต่ชายชราสายหน้า “สำคัญมาก หมอ มันคือปาฏิหาริย์ และสิ่งที่ทำให้ปาฏิหาริย์เกิดขึ้นได้ก็คือความรัก ความรักคือยารักษาที่ทรงพลังที่สุดในจักรวาล ถ้าปราศจากความรัก ศัลยแพทย์ก็เป็นเพียงช่างเทคนิค ไม่ใช่แพทย์ที่แท้จริง”

ก่อนหายตัวไป ชายชรายื่นกระดาษซึ่งมีรายชื่อสิบคนให้เขา พร้อมพูดว่า “ถ้าอยากรู้ว่าจะเป็นอย่างไหนที่แท้จริงได้อย่างไร คุณต้องไปพบคนเหล่านี้”

วันต่อมา ดร.หยางได้รับแจ้งให้รีบไปที่ห้องผู้ป่วยหญิงคนนั้น และเมื่อเข้าไป เขาก็แทบไม่เชื่อสายตา ผู้ป่วยที่อ่อนแรงมาหลายเดือนกลับลุกขึ้นนั่งได้ เธอกินอาหารได้อีกครั้ง อาการคลื่นไส้และเวียนศีรษะทุเลาลงอย่างน่าอัศจรรย์ เธอจับมือเขาและขอบคุณสำหรับการผ่าตัด ทั้งที่เมื่อไม่กี่วันก่อนอาการของเธอยังสิ้นหวังแทบทุกด้าน

“ตอนนั้นผมเริ่มสงสัยจริง ๆ ว่าชายชราคนนั้นทำอะไรกับเธอ” ดร.หยางกล่าว “และนั่นทำให้ผมเริ่มติดต่อกับสิบในรายชื่อ”

จากการพูดคุยกับคนเหล่านั้น เขาเริ่มเข้าใจว่า ความรักและการรักษาเกี่ยวข้องกันอย่างลึกซึ้งยิ่งกว่าที่แพทย์สมัยใหม่จำนวนมากยอมรับ มีงานวิจัยชี้ว่าคนที่อยู่ในความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยความรักมักเจ็บป่วยรุนแรงน้อยกว่า และเมื่อป่วยก็ฟื้นตัวได้ดีกว่า นอกจากนี้ยังมีหลักฐานมากมายว่า ยาและการรักษา มักให้ผลได้ดีกว่าเมื่อผู้ป่วยได้รับความอบอุ่น การปลอบโยน และความหวังจากคนรอบตัว

เขาเล่าถึงการทดลองที่โรงพยาบาลการสอนแห่งหนึ่งในลอนดอน ซึ่งพบว่า คนไข้ที่ศัลยแพทย์จับมือขณะพูดคุยก่อนการผ่าตัด ฟื้นตัวเร็วกว่าเฉลี่ยถึงสามเท่าเมื่อเทียบกับคนไข้กลุ่มอื่น

“เมื่อเราสัมผัสกันอย่างเอื้ออาทร” เขากล่าว “ทั้งสองฝ่ายจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ ฮอโมนความเครียดลดลง ระบบประสาทพอนคลาย ภูมิคุ้มกันแข็งแรงขึ้น และอารมณ์ก็สงบขึ้นด้วย”

หลังจากเรียนรู้เรื่องนี้ เขาเริ่มส่งเสริมให้บุคลากรในโรงพยาบาลใช้การสัมผัสอย่างมีความหมายกับคนไข้ ไม่ว่าจะเป็นการจับมือ ตะแล้ม หรือกอดเบา ๆ เขาจำได้ไม่ลืมถึงเด็กชายคนหนึ่งที่เป็นสมองพิการ ต้องใช้รถเข็น และแทบไม่ตอบสนองต่อผู้คนมานานหลายปี วันหนึ่งเขาคุกเข่าลงและกอดเด็กคนนั้น เด็กชายพยายามส่งเสียง พยายามที่อยู่ด้วยน้ำตาคลอ เพราะนั่นเป็นครั้งแรกในรอบสามปีที่เด็กตอบสนองต่อใครสักคน

เขายังเล่าถึงการทดลองอีกแบบบนทางหลวง ผู้หญิงคนเดิมยื่นโบกรถขอความช่วยเหลือ คนส่วนใหญ่ไม่หยุด แต่เมื่อเธอเพียงแตะต้นแขนคนที่เดินผ่านเบา ๆ ขณะพูดขอความช่วยเหลือ ผู้คนจำนวนมากกลับตอบรับทันที การสัมผัสเล็กน้อยนั้นลดกำแพงระหว่างคนแปลกหน้าได้อย่างน่าทึ่ง

เมื่อได้ฟังเช่นนี้ ชายหนุ่มก็นึกถึงชีวิตของตัวเอง เขาแทบไม่เคยกอดใครเลย ไม่กอดพ่อแม่ ไม่แตะเพื่อนด้วยความอบอุ่น การจับมือหรือการแตะตัวมักเป็นเพียงพิธีการมากกว่าการแสดงความรู้สึก

เขาจึงพูดขึ้นว่า “แต่การกอดหรือแตะตัวคนอื่นมันไม่จ่ายเสมอไปนะครับ บางคนอาจปฏิเสธหรือไม่ชอบ”

ดร.หยางยืม "คุณแค่กำลังหาข้ออ้างให้ตัวเองไม่ต้องทำ จำไว้นะ ความรักต้องใช้ความกล้า บางครั้งคุณต้องกล้าเสี่ยงต่อการถูกปฏิเสธ แต่ส่วนใหญ่แล้ว คนเราจะตอบรับความอบอุ่นมากกว่าที่คุณคิด ถ้าเรามัวแต่รอให้คนอื่นก้าวเข้ามาก่อน เราอาจต้องรอไปจนชั่วชีวิต"

ในคืนนั้น ชายหนุ่มกลับไปอ่านโน้ตของตัวเองซ้ำอีกครั้ง และเขาเขียนสรุปไว้ว่า

ใจความของความลับข้อที่ห้า

การสัมผัสคือการแสดงออกที่ทรงพลังที่สุดอย่างหนึ่งของความรัก มันสามารถทำลายกำแพงระหว่างผู้คน เชื่อมโยงคนสองคนให้ใกล้ชิดยิ่งขึ้น การสัมผัสอย่างอ่อนโยนสามารถเยียวยาร่างกายและทำให้หัวใจอบอุ่นได้ เมื่อเราเปิดอ้อมแขนออก หัวใจก็จะเปิดตามไปด้วย

บทที่ 6 ความลับข้อที่หก: พลังแห่งการปล่อยวาง

สองวันหลังจากนั้น ชายหนุ่มไปพบหญิงสาวชื่อเลติซในคาเฟ่เล็ก ๆ กลางเมือง เธอเป็นหญิงสาวอายุราวสามสิบต้น ๆ แต่งงานแล้วและมีลูกสองคน ใบหน้าของเธอมีสเน่ห์แบบคลาสสิก ดวงตาสีน้ำตาลแดงเป็นประกาย และรอยยิ้มของเธอให้ความรู้สึกอบอุ่นอย่างน่าประหลาด

เลติซเล่าว่า เธอได้ยื่นเรื่องความลับแห่งความรักครั้งแรกเมื่อประมาณสิบเอ็ดปีก่อน ตอนนั้นเธอกำลังผ่านช่วงเวลาที่ย่ำแย่ที่สุดครั้งหนึ่งในชีวิต แฟนหนุ่มเพิ่งบอกเลิกเธอ และเธอแทบไม่ไหว เธอนอนไม่หลับ กินไม่ลง ทำงานไม่ได้ น้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว และแม้เวลาจะผ่านไปเป็นเดือน เธอก็ยังไม่ยอมรับว่าความสัมพันธ์นั้นจบลงแล้ว

วันหนึ่งเธอนั่งอยู่คนเดียวบนม้านั่งไม้ในลานกว้างของมหาวิทยาลัย พลังจมอยู่กับความเศร้า ชายชราชาวจีนเดินเข้ามานั่งข้าง ๆ พร้อมถุงกระดาษเล็ก ๆ ที่ใส่อาหารนกพิราบ เขาเริ่มโปรยเศษขนมปังแล้วไม่นานนกพิราบหลายสิบตัวก็พากันมารุมล้อมรอบตัวเขา

เขาหันมายิ้มและถามเธอว่าชอบนกพิราบไหม เธอตอบแบบไม่ใส่ใจในใจกว่า “ก็ไม่ได้ชอบเป็นพิเศษ”

ชายชราหัวเราะเบา ๆ แล้วพูดว่า “แต่ผมคิดว่าคุณน่าจะชอบนะ ตอนผมยังเด็ก ในหมู่บ้านของผมมีชายคนหนึ่งเลี้ยงนกพิราบไว้มากมาย เขาภูมิใจกับมันมาก และชอบบอกคนอื่นว่าเขารักนกของเขาแค่ไหน แต่วันหนึ่งผมสงสัยขึ้นมาว่า ถ้าเขารักพวกมันจริง ทำไมเขาถึงต้องขังพวกมันไว้ในกรง ไม่ยอมให้มันบินอย่างอิสระ”

เลติซฟังอย่างเงียบ ๆ ชายชราจึงเล่าต่อว่า เมื่อเขาถามชายเลี้ยงนกคนนั้น ชายคนนั้นตอบว่า ถ้าปล่อยนกออกไป พวกมันอาจบินหนีและจากเขาไป เด็กชายในตอนนั้นจึงยังไม่เข้าใจว่า ถ้ารักสิ่งใดจริง ๆ เหตุใดจึงต้องปิดกั้นอิสรภาพของสิ่งนั้น

จากนั้นชายชราก็พูดประโยคที่ฝังอยู่ในใจเลติซตลอดมา

“ในบ้านเกิดของผมมีคำกล่าวที่ว่า ถ้าคุณรักบางสิ่ง จงปล่อยมันเป็นอิสระ ถ้ามันกลับมาหาคุณ มันคือของคุณจริง ๆ แต่ถ้ามันไม่กลับมา มันก็ไม่เคยเป็นของคุณเลย”

เลติซยอมรับว่าทันทีที่ได้ยิน เธอรู้สึกราวกับว่าชายชรากำลังพูดตรงกับชีวิตของเธอ เธอเพิ่งผ่านช่วงเวลาที่ย่ำแย่ยิ่งกว่าแฟนหนุ่มไว้สุดกำลัง คิดเพียงว่าถ้าเขายังอยู่ข้าง ๆ ทุกอย่างคงแก้ไขได้ แต่เมื่อย้อนมองกลับไป เธอก็เห็นว่า สิ่งที่ผลักดันเธอในตอนนั้นไม่ใช่ความรักเลย หากเป็นความกลัวที่จะต้องอยู่คนเดียวต่างหาก

“ฉันไม่ได้อยากเสียเขาไป เพราะฉันไม่อยากเผชิญความโดดเดี่ยว” เธอกล่าว “และนั่นไม่ใช่ความรัก มันเป็นเพียงความกลัว”

เธอบอกว่า หลังจากนั้นเธอได้คุยกับชายชราต่ออีกนาน และเขาก็เล่าให้ฟังถึงความลับแห่งความรัก เขาทำให้เธอเข้าใจว่า ความรักแท้ไม่ใช่การครอบครอง ไม่ใช่การยึดเหนี่ยวอีกฝ่ายไว้เพราะกลัวสูญเสีย

เสีย และไม่ใช่ว่าการบังคับให้คนที่เรารักอยู่ในแบบที่เราต้องการ

เลทิจเริ่มติดต่อกับผู้คนในรายชื่อ และจากการพูดคุยกับพวกเขา เธอก็ยิ่งเข้าใจชัดเจนขึ้นว่า ถ้าเธออยากรัก เราต้องปล่อยวางหลายอย่าง ปล่อยวางความต้องการควบคุม ปล่อยวางความกลัว ปล่อยวางอคติ และปล่อยวางอดีตที่ยังคอยทำร้ายหัวใจอยู่

เธอเรียนรู้ที่จะให้อิสระแก่คนที่รัก และให้อิสระแก่ตัวเองด้วย เธอเรียนรู้ว่าแม้แต่ในความสัมพันธ์ที่มั่นคง คนสองคนก็ยังต้องการพื้นที่ให้เติบโต เรียนรู้ และเป็นตัวของตัวเอง การรักจึงไม่ใช่การกอดรัดไว้แน่นที่สุด แต่เป็นการเปิดฝ่ามือและยอมให้ทั้งสองฝ่ายมีลมหายใจของตัวเอง

เลทิจยังพูดถึงการให้อภัยว่าเป็นส่วนหนึ่งของการปล่อยวางอย่างแท้จริง ถ้าเรายังเก็บความโกรธ ความเจ็บ และความแค้นจากอดีตไว้ เราก็เหมือนแบกก้อนหินหนักเข้าไปในความสัมพันธ์ใหม่ทุกครั้ง ไม่ว่าจะเป็นการให้อภัยคนรักเก่า ให้อภัยพ่อแม่ หรือให้อภัยตัวเอง เราทุกคนต้องเรียนรู้ที่จะวางสิ่งเหล่านั้นลงบ้าง เพื่อจะรักได้อย่างอิสระ

“เมื่อคุณอ้าแขนเพื่อปล่อยวาง” เธอก้าว “คุณจะพบว่าไม่ใช่แค่อ้อมแขนที่คลายออก แต่หัวใจของคุณก็เปิดออกด้วย”

ใจความของความลับข้อที่หก

ถ้าคุณรักบางสิ่ง จงปล่อยให้มันเป็นอิสระ ถ้ามันกลับมา มันก็เป็นของคุณ ถ้ามันไม่กลับมา มันก็ไม่เคยเป็นของคุณเลย แม้ในความสัมพันธ์ที่มั่นคง คนเราก็ยังต้องการพื้นที่ส่วนตัว หากอยากเรียนรู้ที่จะรัก เราต้องเรียนรู้ที่จะให้อภัย ปล่อยวางความกลัว อคติ ความโกรธ และความเจ็บจากอดีต เพราะความรักที่แท้จริงไม่อาจเติบโตได้ในหัวใจที่ยังยึดเกาะสิ่งเหล่านั้นไว้แน่น

บทที่ 7 ความลับข้อที่เจ็ด: พลังแห่งการสื่อสาร

คนที่เจ็ดในรายชื่อคือคริส ปีมา คนขับแท็กซี่วัยกลางคน เขาพบชายหนุ่มในช่วงพักกลางวันบนม้านั่งริมถนนใกล้ร้านขายแซนด์วิชสำหรับคนขับรถรับจ้าง เขาเป็นชายรูปร่างเล็ก แข็งแรง ผมหงอกเงินเล็กน้อย และมีแวตาสีฟ้าที่ดูจริงจัง

คริสเล่าว่า คินที่เขาพบชายชราชาวจีนนั้น เขากำลังจะเลิกงานพอดี ชายชราบอกเรียกให้ไปส่งที่สถานีรถไฟ เขามีรถไฟรอบ 23:20 น. แม้สถานีจะไม่ได้อยู่ในเส้นทางกลับบ้านของเขา แต่เขาก็ตัดสินใจรับ เพราะเห็นว่าเป็นคนแก่ที่ดูสุขภาพ

ระหว่างทาง ทั้งคู่พูดคุยกันเรื่องทั่วไป ทั้งข่าว อากาศ และกีฬา จนบทสนทนาไหลไปจนถึงเรื่องความสัมพันธ์ คริสยอมรับว่าเรื่องนี้เป็นจุดอ่อนของเขามาก เขารักภรรยา แต่ไม่ค่อยเคยบอก ไม่ค่อยพูดความรู้สึก และมักเก็บทุกอย่างไว้ข้างใน

ชายชราชาวจีนจึงพูดกับเขาว่า ปัญหาใหญ่ของคนส่วนมากไม่ใช่การไม่มีความรัก แต่คือการไม่สามารถ "สื่อสาร" ความรักออกมาได้

"ถ้าเราปรารถนาประสบการณ์แห่งความรัก" ชายชราบอกเขา "ถ้าเราอยากสร้างความสัมพันธ์ที่เปี่ยมด้วยรัก เราต้องเต็มใจจะสื่อสารความรู้สึกของตัวเอง"

คริสยอมรับว่านั่นคือปัญหาของเขาพอดี เขาโตมากับความคิดว่าผู้ชายไม่ควรพูดมาก ไม่ควรเปิดเผยอารมณ์ และยิ่งไม่ควรพูดคำอ่อนโยนออกมาตรง ๆ สิ่งเหล่านี้ทำให้เขากลายเป็นคนที่รักเป็น แต่ไม่รู้วิธีบอกให้คนที่รักรับรู้

ชายชราจึงเล่าเรื่องเปรียบเทียบให้ฟัง เขาเล่าถึงคนสองคนที่หลงเข้าไปในป่าลึก ต่างคนต่างเหนื่อยหิว และไม่รู้ว่าจะควรไปทางไหน แต่เมื่อทั้งสองเริ่มแบ่งปันประสบการณ์ ความสับสน และสิ่งที่ตัวเองเคยลองมา พวกเขาเริ่มเห็นทางออกชัดเจน ทั้งคู่ช่วยกันหลีกเลี่ยงเส้นทางผิด ๆ หัวเราะให้กับความผิดพลาดของตนเอง และในที่สุดก็เดินออกจากป่ามาได้

ชายชราบอกว่า ชีวิตก็คล้ายกัน เราทุกคนมีเวลาที่หลงทาง อ่อนล้า และไม่แน่ใจว่าจะควรทำอย่างไร แต่เมื่อเรายอมสื่อสารสิ่งที่อยู่ในใจออกมา ยอมบอกอีกฝ่ายถึงความกลัว ความกังวล ความหวัง หรือแม้แต่ความรักที่เรามี โลกภายในของเราก็จะไม่โดดเดี่ยวอีกต่อไป

คริสเริ่มนำสิ่งนั้นไปใช้กับชีวิตแต่งงานของตน เขาเล่าว่า เดิมทีเวลารู้สึกไม่พอใจหรือผิดหวัง เขามักเงียบ แต่ความเงียบไม่ได้ทำให้ปัญหาหายไป มันเพียงสะสมกำแพงระหว่างเขากับภรรยาให้หนาขึ้นเรื่อย ๆ

เมื่อเริ่มเปลี่ยน เขาจึงฝึกพูดในสิ่งที่ไม่เคยพูดมาก่อน เขาเริ่มบอกภรรยาว่ารักเธอ เริ่มขอบคุณเมื่อเธอทำสิ่งเล็ก ๆ ให้ เริ่มชมเชยอย่างจริงจัง และเริ่มฟังเธอมากกว่าที่เคย เขาพบว่าเพียงไม่กี่คำที่ออกมาจากใจ สามารถเปลี่ยนบรรยากาศของทั้งบ้านได้อย่างไม่น่าเชื่อ

คริสยังบอกอีกว่า ชายชราชาวจีนฝากคำถามที่ทำให้เขาไม่มีวันลืมไว้คำหนึ่ง

“ถ้าคืนนี้คุณกำลังจะตาย และมีโอกาสโทรศัพท์ได้เพียงสายเดียว คุณจะโทรหาใคร แล้วคุณจะพูดอะไร”

จากนั้นชายชราก็ถามต่อว่า “แล้วคุณกำลังรออะไรอยู่”

คำถามนั้นทำให้คริสเริ่มคิดว่า คนจำนวนมากมักแตรรอเวลาที่เหมาะสม รอโอกาสพิเศษ หรือรอให้อีกฝ่ายทำก่อน จนสุดท้ายก็ปล่อยให้คำสำคัญที่สุดไม่เคยถูกพูดออกมาเลย

เมื่อเล่าเรื่องนี้จบ คริสหันมามองชายหนุ่มแล้วพูดว่า “ความรักไม่ได้มีค่าเพราะเรารู้สึกอยู่คนเดียวในใจหรอก มันมีค่าเมื่อคนที่เรารักได้ยิน ได้รับรู้ และได้สัมผัสมัน”

ใจความของความลับข้อที่เจ็ด

เมื่อเราเรียนรู้ที่จะสื่อสารอย่างเปิดเผยและจริงใจ ชีวิตก็จะเปลี่ยนไป การรักใคร่สักคนคือการสื่อสารกับเขา จงบอกให้คนที่คุณรักว่าคุณรักและซาบซึ้งในตัวเขา อย่ากลัวที่จะพูดคำว่า “ฉันรักคุณ” อย่าปล่อยให้โอกาสในการชื่นชมผู้อื่นให้หลุดมือ และจงทิ้งคำพูดที่เปี่ยมด้วยความรักไว้กับคนที่คุณรักเสมอ เพราะเราไม่มีทางรู้เลยว่านั่นจะเป็นครั้งสุดท้ายหรือไม่

บทที่ 8 ความลับข้อที่แปด: พลังแห่งคำมั่นสัญญา

ไม่กี่วันต่อมา ชายหนุ่มเดินทางไปยังโรงเรียนแห่งหนึ่งที่ตั้งอยู่ในย่านยากจนและเสื่อมโทรมที่สุดแห่งหนึ่งของเมือง อาคารรอบ ๆ เก่าทรุดโทรม ร้านค้าหลายแห่งปิดประตูเหล็กหนาทึบ ถนนเต็มไปด้วยขยะ และสภาพโดยรวมทำให้คนส่วนใหญ่ไม่อยากเข้าใกล้

แต่ทันทีที่เขาก้าวผ่านประตูโรงเรียน เขากลับรู้สึกราวกับเข้ามาอยู่คนละโลก ทางเดินสะอาดเรียบร้อย สนามหญ้าถูกตัดแต่งอย่างดี แปลงดอกไม้สดใสอยู่ทั่วบริเวณ ทั้งหมดตัดกันอย่างชัดเจนกับสภาพเสื่อมโทรมภายนอก

คนที่เขามาพบคือสแตนลีย์ คอนสัน ผู้บริหารโรงเรียน เขาเป็นชายร่างใหญ่ ใส่แว่นกรอบเล็ก และมีสีหน้าเปี่ยมพลัง เมื่อทั้งคู่ได้นั่งคุยกัน สแตนลีย์ก็เล่าว่าเขาเจอชายชราชาวจีนมากกว่ายี่สิบปีแล้ว

ตอนนั้นชีวิตของเขาไม่มีทิศทาง เขาทำงานไปวัน ๆ ต้มเหล้าคลายเหงา และรู้สึกว่างเปล่าไม่มีจุดหมาย เขาเล่าว่าในคืนก่อนคริสต์มาสคืนหนึ่ง ขณะกำลังนั่งอยู่คนเดียวในสำนักงาน ชายชราชาวจีนก็เข้ามานั่งข้าง ๆ โดยไม่รู้ตัว ทั้งสองเริ่มพูดคุยกัน และสแตนลีย์เผลอระบายความสับสนทั้งหมดในชีวิตออกมา

เขารู้สึกว่าตัวเองยังไม่แก่ แต่ก็หมดไฟไปแล้ว ความสัมพันธ์ส่วนตัวก็ไม่มีทิศทาง งานที่ทำก็ไม่ได้เติมเต็มอะไรเลย เมื่อชายชราพูดถึง “ความลับแห่งความรัก” เขาแทบคิดว่าตัวเองกำลังฝันหรือเมาเกินไปด้วยซ้ำ แต่เช้าวันถัดมา เขากลับพบกระดาษใบหนึ่งอยู่ในกระเป๋าเสื้อโค้ต บนนั้นมีรายชื่อสิบคนและหมายเลขโทรศัพท์

เขาจึงเริ่มโทรไปหาคนเหล่านั้น และการได้ฟังเรื่องราวของแต่ละคนก็ค่อย ๆ เปลี่ยนมุมมองต่อชีวิตของเขา โลกที่เคยดูหม่นซัดเริ่มมีสีสันขึ้นอีกครั้ง และในบรรดาความลับทั้งหมด สิ่งที่เขาเชื่อมากที่สุดคือ “พลังแห่งคำมั่นสัญญา”

สแตนลีย์พูดว่า ผู้คนจำนวนมากเข้าใจความรักว่าเป็นเพียงอารมณ์หวานชื่นหรือความหลงใหลระยะสั้น แต่สำหรับเขา ความรักต้องมีการ “เลือกยืนหยัด” อยู่ด้วย มันต้องมีการตัดสินใจอย่างแน่วแน่ เราจะไม่หนีไปทันทีที่สิ่งต่าง ๆ เริ่มยากขึ้น

ระหว่างที่เขากำลังค้นหาทางเดินชีวิต เขาได้อ่านผลการศึกษาล่าสุดหนึ่ง นักวิจัยเคยส่งนักศึกษาลงไปสำรวจเด็กจากชุมชนแออัดจำนวนมาก และให้พยากรณ์อนาคตของพวกเขา นักศึกษาส่วนใหญ่ลงความเห็นตรงกันว่า เด็กเหล่านั้นแทบไม่มีอนาคตเลย แต่ยี่สิบห้าปีต่อมา มีการติดตามผลอีกครั้ง และกลับพบว่าเด็กส่วนใหญ่ประสบความสำเร็จอย่างงดงาม มีทั้งนายแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญในอาชีพต่าง ๆ

เมื่อนักวิจัยถามว่าจะอะไรทำให้พวกเขาเปลี่ยนชะตาชีวิตได้ คำตอบที่ได้แทบเหมือนกันทุกคน คือ “ครูของฉัน”

ครูก่อนนั้นยังมีชีวิตอยู่ เป็นหญิงชราวัยเกือบเก้าสิบที่ยังเนสยวนลาดและกระฉับกระเฉง เมื่อถูกถามว่า เธอทำอะไรกับเด็ก ๆ เหล่านั้น เธอตอบเพียงว่า “มันง่ายมาก ฉันรักเด็กเหล่านั้น”

สแตนลีย์บอกว่า ประโยคนั้นทำให้เขาน้ำตาซึม เขาเห็นทันทีว่า การรักไม่ได้เป็นเพียงความรู้สึกนุ่มนวล แต่คือการให้คำมั่นว่าจะอยู่ตรงนั้น จะอดทน จะสนับสนุน และจะไม่ยอมทอดทิ้งอีกฝ่ายแม้เมื่อสิ่งต่าง ๆ ไม่ง่าย

นั่นเป็นเหตุผลที่เขาตัดสินใจกลับไปเรียนวิชาครู และมาทำงานในย่านยากลำบากแห่งนี้ ช่วงแรกเต็มไปด้วยอุปสรรค หลายครั้งเขายากยอมแพ้ แต่เขาคอยเตือนตัวเองอยู่เสมอว่า เมื่อคุณให้คำมั่นกับบางสิ่งจริง ๆ คุณยอมไม่มีทางเลือกของการ “เลิก” เหลืออยู่เหมือนเดิมอีกต่อไป

“เราไม่อาจเปลี่ยนโลกของเด็กเหล่านี้ได้ทั้งหมดในวันเดียว” เขาพูด “แต่เราสามารถให้โอกาสที่แท้จริงแก่พวกเขาได้ ถ้าเรารักพวกเขามากพอจะอยู่กับพวกเขาอย่างต่อเนื่อง”

ชายหนุ่มฟังแล้วเริ่มเข้าใจว่า หลายครั้งที่ความรักในชีวิตของเขาพังลง อาจเป็นเพราะเขาไม่เคยให้คำมั่นต่อมันจริง ๆ เขากลับไปที่จะลงหลัก และเพราะมีช่องทางให้ถอยหนีอยู่ตลอดเวลา เขาจึงไม่เคยได้สัมผัสความมั่นคงของความรักเลย

ใจความของความลับข้อที่แปด

ถ้าเราต้องการความรักที่ไม่เหือดหาย เราต้องให้คำมั่นต่อมัน และคำมั่นนั้นต้องสะท้อนออกมาในทั้งความคิดและการกระทำ คำมั่นสัญญาคือบทพิสูจน์ของรักแท้ ถ้าอยากมีความสัมพันธ์ที่มั่นคง เราต้องตั้งใจเลือกมัน และเมื่อให้คำมั่นต่อคนหรือสิ่งใดอย่างแท้จริงแล้ว เราจะเลิกมองหาประตูหนีอยู่ตลอดเวลา

บทที่ 9 ความลับข้อที่เก้า: พลังแห่งความเร่าร้อน

คนที่เก้าคือปีเตอร์ ผู้บริหารระดับสูงในบริษัทโฆษณา เขาเล่าว่าในคืนที่เขาพบชายชราชาวจีนนั้น เขากำลังทำงานล่วงเวลาอยู่ในออฟฟิศ เวลาเกือบสองทุ่ม เขาเก็บโต๊ะเรียบร้อยแล้ว และกำลังคิดหาคำพูดที่จะใช้บอกภรรยาว่าเขาต้องการหย่า

เขาบอกว่ามีช่วงเวลาหนึ่งที่เขาและภรรยารักกันอย่างลึกซึ้ง แต่เมื่อเวลาผ่านไป เขาก็ไม่แน่ใจว่าเรื่องราวเริ่มเปลี่ยนไปตั้งแต่ตอนไหน เขาไม่อาจชี้ได้ชัดว่าความรักเริ่มหายไปในวันใด เพียงแต่รู้ว่าพวกเขาหยุดพยายาม และเมื่อความพยายามหายไป ความรักก็เหมือนดับลงตามไปด้วย

ขณะที่กำลังนั่งอยู่กับความคิดเช่นนั้น ประตูสำนักงานก็เปิดออก มีชายชราคนหนึ่งเดินเข้ามาพร้อมอุปกรณ์ทำความสะอาด เขาผิวปากทำนองซิมโฟนีหมายเลขห้าของเบโธเฟนอย่างอารมณ์ดี ปีเตอร์จึงถามว่าเขามีอะไรนำยื่นคืนักหนา

ชายชรายิ้มแล้วตอบว่า “เวลาคนกำลังมีความรัก เขาก็ควรจะมีความสุขไม่ใช่หรือ”

คำตอบนั้นทำให้ปีเตอร์หัวเราะอย่างขื่น ๆ เขาบอกไปตรง ๆ ว่าเรื่องแบบนั้นเป็นอดีตไปนานแล้ว ชายชราจึงตอบกลับว่า เสียงของปีเตอร์ทำให้เขานึกถึงเพื่อนคนหนึ่ง ซึ่งกำลังจะทิ้งภรรยา ทั้งที่ครั้งหนึ่งเคยรักเธอมาก

เมื่อปีเตอร์ร้องไป ชายชรา ก็ถามว่า “คุณรู้ไหมว่าทำไมคนสองคนที่เคยรักกันมาก จึงค่อย ๆ ห่างเหินออกจากกันได้”

ปีเตอร์ส่ายหน้า

“เพราะพวกเขาลืมความลับแห่งความรัก” ชายชราตอบ

นั่นเป็นครั้งแรกที่ปีเตอร์ได้ยินคำนี้ ชายชราอธิบายให้เขาฟังว่า ความรักสามารถถูกสร้างขึ้นใหม่ได้ หากคนสองคนเข้าใจวิธีหล่อเลี้ยงมัน และในบรรดาความลับทั้งหมด สิ่งที่ปีเตอร์ต้องเรียนรู้มากที่สุดคือ “พลังแห่งความเร่าร้อน”

ตอนแรกปีเตอร์เข้าใจคำนี้แบบตื้น ๆ ว่าหมายถึงเพียงแรงดึงดูดทางกาย แต่เมื่อได้พบผู้คนในรายชื่อและฟังประสบการณ์ของพวกเขา เขาก็เริ่มเข้าใจว่า ความเร่าร้อนที่แท้จริงลึกกว่านั้นมาก มันคือความมีชีวิตชีวา ความใส่ใจ ความกระตือรือร้น ความตื่นตันที่จะทำให้คนที่เรารักมีความสุข และความตั้งใจจะไม่ปล่อยให้ชีวิตคู่กลายเป็นเพียงความเคยชินแห่งแสง

เขาเริ่มมองย้อนกลับไปในชีวิตแต่งงานของตัวเอง และพบว่าไม่ได้มีเหตุการณ์ใหญ่โตอะไรทำลายความรัก พวกเขาเพียงหยุดทำสิ่งเล็ก ๆ ที่เคยทำให้หัวใจของอีกฝ่ายมีประกาย เขาหยุดชวนภรรยาไปยังสถานที่พิเศษ หยุดให้คำชม หยุดทำสิ่งเซอร์ไพรส์เล็ก ๆ และหยุดมองเธอด้วยแววตาของคนที่ยังตื่นตันกับการมีเธออยู่ในชีวิต

เมื่อเข้าใจเช่นนั้น เขาจึงเริ่มกลับไปทำสิ่งเหล่านั้นใหม่ เขาซื้อดอกไม้โดยไม่มีโอกาสพิเศษ ชวนภรรยาไปทานอาหารที่ร้านเดิมซึ่งเคยเดทกันครั้งแรก พาเธอไปยังโรงแรมหรือชายหาดที่มีความหมายต่อทั้งคู่ เขาเริ่มสังเกตว่าสิ่งใดทำให้เธอยิ้ม และลงมือทำสิ่งนั้นโดยไม่รอให้เธอขอ

“ตอนที่ผมเริ่มเรียนรู้เรื่องพลังแห่งความเร่าร้อน” ปีเตอร์พูด “ผมตั้งใจทำสิ่งที่รู้ว่าภรรยาจะชอบ ทำเหมือนสมัยที่เราเพิ่งรักกันใหม่ ๆ และผมก็ค้นพบว่า สิ่งเหล่านั้นไม่ได้เป็นของวัยหนุ่มสาวเท่านั้น มันเป็นของคนที่ยังเลือกจะเติมพลังให้ความรักอยู่เสมอ”

เขายังตระหนักว่า ความเร่าร้อนไม่ได้หมายถึงการสร้างฉากใหญ่โตเสมอไป บางครั้งมันคือการอยู่กับคนรักด้วยพลังเต็มหัวใจ คือการหัวเราะด้วยกันอย่างเต็มที่ คือการให้ความสนใจอย่างแท้จริง คือการไม่ปล่อยให้ชีวิตประจำวันทำให้เรากลายเป็นเพียงผู้ร่วมบ้านที่เคยรักกัน

ในที่สุด ความสัมพันธ์ของเขากับภรรยาก็ค่อย ๆ พื้นคืนขึ้นมา เขาไม่ได้อธิบายว่าทุกอย่างเปลี่ยนในคืนเดียว แต่เขายืนยันว่าเมื่อคนหนึ่งเริ่มเติมไฟให้ความรักอย่างจริงใจ อีกคนก็รับรู้ได้ และมักเริ่มตอบกลับด้วยไฟเดียวกัน

ใจความของความลับข้อที่เก้า

ความเร่าร้อนคือสิ่งที่จุดประกายความรักและทำให้มันมีชีวิตต่อไป มันไม่ได้มาจากแรงดึงดูดทางกายเท่านั้น แต่มาจากความใส่ใจ ความทุ่มเท ความสนใจใคร่รู้ และความตื่นเต้นที่จะสร้างสิ่งดี ๆ ร่วมกัน ประสบการณ์ในอดีตที่เคยทำให้หัวใจเต้นแรงสามารถนำกลับมาสร้างความเร่าร้อนใหม่ได้ และทั้งความรักกับความสุขก็มีธรรมชาติคล้ายกัน คือเราต้องหล่อเลี้ยงมันทุกวัน

บทที่ 10 ความลับข้อที่สิบ: พลังแห่งความไว้วางใจ

คนสุดท้ายในรายชื่อคือโดโรธี คูเปอร์ หญิงสูงวัยวัยแปดสิบกว่าผู้ยังทำงานเป็นที่ปรึกษาด้านชีวิตสมรสอยู่ เธออาศัยอยู่ในบ้านหลังเล็กชานเมือง และทันทีที่ชายหนุ่มไปถึง เธอก็ต้อนรับเขาด้วยอ้อมแขนอันเปิดกว้าง รอยยิ้มของเธอสดใสราวกับคนที่ยังรักชีวิตอย่างเต็มหัวใจ

เธอพาเขาเข้าไปในห้องทำงาน ซึ่งเต็มไปด้วยหนังสือด้านจิตวิทยา ความสัมพันธ์ และความรัก เมื่อได้ยินว่าชายหนุ่มได้รับรายชื่อมาจากชายชราชาวอินเดียน เธอก็หัวเราะอย่างอ่อนโยนแล้วเล่าว่าเธอรู้จักความลับเหล่านี้มานานกว่าห้าสิบปีแล้ว

ตอนที่เธอเพิ่งแต่งงานได้สองปี ชีวิตคู่ของเธอไม่มีความสุขเลย เธอรักสามีมาก แต่กลับรู้สึกไม่มั่นคงอยู่ตลอดเวลา หากเขาออกไปพบเพื่อนหรือไปเล่นกอล์ฟโดยไม่มีเธอร่วมไปด้วย เธอจะรู้สึกทันทีว่าตัวเองถูกทอดทิ้ง ถูกปฏิเสธ หรือไม่เป็นที่ต้องการ ทั้งที่ในความเป็นจริง สามีของเธอไม่ได้ทำอะไรผิดเลย

ปัญหาปะทุขึ้นอย่างรุนแรงในวันหยุดสุดสัปดาห์ครั้งหนึ่ง ขณะที่ทั้งคู่ไปพักผ่อนทะเลเพื่อหวังซ่อมแซมความสัมพันธ์ แต่เพียงไม่กี่นาทีหลังเช็กอิน เธอก็เห็นสามีคุยอยู่กับพนักงานสาวผมบลอนด์นานเกินไป และความหึงหวงก็ระเบิดออกมา เธอโย้ววายกลางลือบบี้ วิ่งออกจากโรงแรม แล้วไปนั่งร้องไห้ที่ม้านั่งในสวนซึ่งหันหน้าออกสู่ทะเล

ตรงนั้นเอง ชายชราชาวอินเดียนเดินเข้ามาหาอย่างสุภาพ เขาพูดถึงความงามของทะเลยามเย็น แล้วกล่าวว่า ในบ้านเกิดของเขามีคำพูดหนึ่งว่า ทุกประสบการณ์ในชีวิตมีบทเรียนที่จะทำให้ชีวิตเราสมบูรณ์ขึ้น แม้แต่ช่วงเวลาที่มีความสัมพันธ์กำลังสิ้นคลอนก็ตาม

จากนั้นเขาเล่าเรื่องผู้หญิงคนหนึ่งให้เธอฟัง หญิงผู้แต่งงานกับชายที่ดี แต่กลับใช้ชีวิตอย่างหวาดระแวงอยู่ตลอดเวลา หากสามีออกไปจากสายตา หรือพูดกับผู้หญิงอื่น เธอก็จะเกิดความหึงหวง ความกลัว และความไม่ไว้วางใจขึ้นทันที จนสุดท้ายความกลัวนั้นเองเกือบผลักผู้ชายที่เธอรักออกไปจากชีวิต

โดโรธีฟังแล้วรู้ทันทีว่า เรื่องนั้นคือภาพสะท้อนของตัวเอง เธอถามชายชราว่า ทำไมผู้หญิงคนนั้นถึงเป็นแบบนั้น เขาจึงอธิบายว่า พ่อของเธอเคยนอกใจและทอดทิ้งครอบครัว บาดแผลนั้นฝังลึกจนทำให้เธอไม่เคยเชื่อใจผู้ชายอย่างแท้จริงอีกเลย

แต่ชายชราก็พูดต่อว่า “ประสบการณ์ในอดีตอาจอธิบายเราได้ แต่มันไม่จำเป็นต้องควบคุมอนาคตของเรา อดีตไม่ใช่อนาคต”

ประโยคนั้นสะเทือนใจโดโรธีมาก เพราะเธอเริ่มเห็นว่า สิ่งที่กำลังทำลายชีวิตแต่งงานของเธอไม่ใช่การกระทำของสามี แต่คือความกลัวในใจตัวเอง เธอจึงกลับไปขอโทษสามี เล่าให้เขาฟังถึงสิ่งที่ได้คุยกับชายชรา และทั้งคู่ก็ตกลงว่าจะไม่ปล่อยให้ความสัมพันธ์ดำเนินไปแบบเดิมอีก

โดโรธีเริ่มโทรหาผู้คนในรายชื่อ และค่อย ๆ เรียนรู้ว่าคุณค่าที่สำคัญที่สุดสำหรับเธอคือ “พลังแห่งความไว้วางใจ”

เธออธิบายกับชายหนุ่มว่า หากไม่มีความไว้วางใจ คนคนหนึ่งจะเต็มไปด้วยความหวาดระแวง ความตึงเครียด และความกลัว ส่วนอีกคนก็จะรู้สึกเหมือนถูกขัง ถูกจับตามอง และหายใจไม่ออก ความรักจะไม่อาจเติบโตภายใต้บรรยากาศแบบนั้นได้เลย

“ถ้าเราไม่สามารถไว้วางใจ เราก็ไม่สามารถรักได้เต็มที่” เธอกล่าว “เพราะหัวใจส่วนหนึ่งของเราจะคอยป้องกันตัวเองอยู่เสมอ”

เธอยังเสริมว่า ความไว้วางใจไม่ได้หมายถึงการเชื่ออีกฝ่ายเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการไว้วางใจ “ความสัมพันธ์” ด้วย ผู้คนจำนวนมากเริ่มต้นความสัมพันธ์โดยกังวลล่วงหน้าว่ามันจะพังไหม จะบลบเหมือนคู่คนอื่นหรือไม่ พวกเขามุ่งความสนใจไปยังความล้มเหลวที่อาจเกิดขึ้น จนเผลอทำตัวในแบบที่น่าความล้มเหลวนั้นเข้ามาจริง ๆ

“ความคิดกับความกลัวสร้างตัวเองได้” เธอบอก “ถ้าคุณคิดตลอดว่าปัญหาจะมา คุณก็จะเริ่มประพฤติดำเนินไปด้วยความหวาดระแวง แล้วสุดท้ายปัญหาก็จะเกิดขึ้นจริง”

เมื่อชายหนุ่มถามว่า แล้วคนเราจะเรียนรู้ความไว้วางใจได้อย่างไร หากทั้งชีวิตมีแต่บาดแผลจากอดีต โดโรธีก็พาเขาไปดูแผ่นโลหะที่แขวนอยู่บนผนัง ข้อความบนแผ่นนั้นเขียนไว้ว่า

“เมื่อเราเปลี่ยน ชีวิตก็เปลี่ยนตาม”

เธอบอกว่านี่คือหนึ่งในประโยคที่ทรงพลังที่สุดที่เธอเคยพบ เพราะมันหมายความว่า เราไม่จำเป็นต้องเป็นเหยื่อของอดีต เราทุกคนมีพลังที่จะเขียนหน้าถัดไปของชีวิตให้ต่างจากหน้าก่อนหน้าได้เสมอ

ก่อนที่การสนทนาจะจบลง ชายหนุ่มก็จำได้ว่าเขาเคยเห็นโดโรธีกับสามีที่ไหน ทั้งคู่คือคู่สูงวัยที่เต็นรำกันอย่างลึกซึ้งในงานแต่งงานเมื่อหลายสัปดาห์ก่อน—คู่เดียวกับที่ทำให้เขาเริ่มสงสัยว่า ความรักที่ยืนยาวจริง ๆ มีอยู่หรือไม่

เมื่อเขาพูดออกไป โดโรธีกับสามีก็ยิ้มให้กันอย่างรู้ใจ และเธอก็ตอบว่า “ตอนนี้คุณคงรู้แล้วใช่ไหมว่าคุณค่าที่สำคัญคืออะไร”

ใจความของความลับข้อที่สิบ

ความไว้วางใจคือรากฐานสำคัญของความสัมพันธ์ที่เต็มไปด้วยความรัก หากไม่มีมัน คนหนึ่งจะหวาดระแวง อีกคนจะรู้สึกอึดอัดและถูกจองจำ จนความรักค่อย ๆ เหี่ยวเฉา เราต้องไว้วางใจคนที่เรารัก ไว้วางใจตัวเอง และไว้วางใจความสัมพันธ์ของเรา อย่าปล่อยให้อดีตมาสร้างอนาคตแทนเรา เพราะอดีตไม่จำเป็นต้องกลายเป็นอนาคตเสมอไป

10 ความลับแห่งความรัก

หลังจากพบผู้คนในรายชื่อข้างสิบ ชายหนุ่มได้จดบทเรียนทั้งหมดลงในสมุดบันทึกเล่มเล็ก เขาพกมันติดตัวไปทุกที่ เพื่อหยิบขึ้นมาอ่านเตือนใจในวันที่รู้สึกหวั่นไหว และเพื่อส่งต่อสิ่งที่เรียนรู้ให้คนอื่นเมื่อมีโอกาส

เขาสรุปความลับทั้งสิบไว้ดังนี้

วิธีสร้างความรักในชีวิต

1. เลือกความคิดที่เปี่ยมด้วยความรัก
2. เรียนรู้ที่จะเคารพตัวเองและผู้อื่น
3. มุ่งความสนใจไปยังสิ่งที่คุณจะให้ มากกว่าสิ่งที่คุณจะได้รับ
4. ถ้าอยากพบรัก จงเริ่มจากการสร้างมิตรภาพ
5. กอด จับมือ และเปิดอ้อมแขนรวมถึงหัวใจของคุณ
6. ปลอ่ยวางความกลัว อคติ และการตัดสิน
7. สื่อสารความรู้สึกของคุณอย่างเปิดเผยและจริงใจ
8. ให้คำมั่นต่อความรัก และทำให้มันเป็นสิ่งสำคัญอันดับต้น ๆ
9. ใช้ชีวิตและรักด้วยความเร่าร้อน
10. ใ่ว่างใจผู้อื่น ใ่ว่างใจตัวเอง และใ่ว่างใจชีวิต

วิธีสังเกตว่าคนคนนี้เป็นคู่ชีวิตที่เหมาะสมหรือไม่

1. เขาหรือเธอมีคุณลักษณะที่สำคัญต่อชีวิตคู่แบบที่คุณต้องการหรือไม่ ทั้งภายนอก บุคลิกภาพ สติปัญญา และจิตวิญญาณ
2. คุณเคารพเขาหรือเธอหรือไม่
3. คุณพร้อมจะมอบอะไรให้เขาหรือเธอบ้าง
4. เขาหรือเธอเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของคุณได้หรือไม่ และคุณมีเป้าหมาย ค่านิยม และความเชื่อร่วมกันหรือเปล่า
5. เมื่อคุณสัมผัสหรือกอดกัน คุณรู้สึกใกล้ชิดและอบอุ่นจริงหรือไม่
6. คุณให้พื้นที่และอิสรภาพแก่กันและกันได้หรือไม่
7. คุณทั้งคู่สามารถสื่อสารอย่างซื่อสัตย์และเปิดเผยได้หรือไม่
8. คุณพร้อมให้คำมั่นต่อความสัมพันธ์นี้จริง ๆ หรือไม่

9. คุณรู้สึกมีชีวิตชีวาและมีความหมายเมื่ออยู่กับเขาหรือเธอหรือไม่
10. คุณไว้วางใจเขาหรือเธออย่างแท้จริงหรือไม่

วิธีนำความรักกลับคืนสู่ความสัมพันธ์

1. คิดถึงความต้องการและความปรารถนาของคุณพอ ๆ กับของตัวเอง
2. เรียนรู้ที่จะเคารพทั้งตัวเองและคู่ของคุณ
3. คิดว่าคุณจะให้อะไรแก่ความสัมพันธ์นี้ แทนที่จะถามว่าจะได้อะไรกลับมา
4. กลับไปสร้างมิตรภาพ หากิจกรรม และทำสิ่งต่าง ๆ ร่วมกัน
5. เติมเต็มความสัมพันธ์ด้วยการสัมผัส การกอด และความใกล้ชิดอย่างอบอุ่น
6. ปลอ่ยวางอดีต ให้อภัย และเริ่มต้นใหม่
7. เปิดใจสื่อสารความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา
8. ให้คำมั่นต่อความสัมพันธ์นี้ และให้มันมีลำดับความสำคัญสูงในชีวิต
9. สร้างความเร้าร้อนขึ้นใหม่ด้วยความใส่ใจ ความสดใหม่ และการลงมือทำ
10. เรียนรู้ที่จะไว้วางใจคู่ของคุณ ไว้วางใจความสัมพันธ์ และทำตัวราวกับว่ามันมีค่าพอที่จะปกป้อง

บทส่งท้าย

เมื่อเวลาผ่านไป ชายหนุ่มเริ่มค่อย ๆ นำความลับเหล่านี้มาใช้ในชีวิตจริง ไม่มีการเปลี่ยนแปลงใหญ่โตที่มองเห็นได้ชัดในวันเดียว แต่สิ่งสำคัญบางอย่างกำลังก่อตัวขึ้นในตัวเขาอย่างมั่นคง

คนรอบตัวเริ่มสังเกตเห็นว่าเขาเปลี่ยนไป เขาเลิกหักทลายผู้คนด้วยการจับมือแบบเป็นพิธีมากเกินไป และเริ่มเปิดอ้อมแขนกอดคนใกล้ชิดมากขึ้น เวลาพูดคุยกับใคร เขาฟังอย่างตั้งใจ มองตาอีกฝ่ายอย่างให้เกียรติ และแสดงความสนใจต่อชีวิตของคนนั้นจริง ๆ

เขาเริ่มจดจำวันเกิดของเพื่อนเก่า ๆ โทรมหาเพียงเพื่อถามสารทุกข์สุกดิบ เริ่มซื้อดอกไม้ไปให้คนแปลกหน้าบางคนบนถนนโดยไม่ต้องมีเหตุผลพิเศษ และเพียงการได้เห็นรอยยิ้มแห่งความประหลาดใจของอีกฝ่าย ก็ทำให้หัวใจของเขาเต็มขึ้นอย่างบอกไม่ถูก

เพื่อนสนิทหลายคนยังสังเกตเห็นว่า เขาเลิกหมกมุ่นกับการออกตามหา "คนที่จะมารักเขา" แล้ว เขาไม่ได้พยายามอย่างบ้าคลั่งเพื่อหาความสัมพันธ์พิเศษอีกต่อไป สิ่งที่เขาทำตอนนี้คือคิดเพียงว่า จะใช้ชีวิตอย่างไรให้เต็มไปด้วยความรัก และเชื่อมั่นว่าความรักจะเดินทางกลับมาหาเขาเอง ในเวลาและสถานที่ที่เหมาะสมที่สุด

บางคนถามเขาว่าเกิดอะไรขึ้น เขาไปเจอศาสนาใหม่หรือเปล่า เขารายชู้หรือกินยากระตุ้นอารมณ์อะไรเข้าไปหรือไม่ เมื่อเขาเล่าเรื่องชายชราชาวจีนและความลับแห่งความรักให้ฟัง บางคนก็เชื่อ บางคนก็หัวเราะ แต่หลายคนเลือกจะฟังด้วยใจเปิดกว้าง และไม่ก็เดือนต่อมา บางคนถึงกับโทรมาขอบคุณ เพราะสิ่งที่เขาเล่าได้เปลี่ยนชีวิตของพวกเขาเช่นกัน

แล้ววันหนึ่ง ก็มีเรื่องมหัศจรรย์เกิดขึ้น

คืนนั้น ขณะที่เขาอยู่บ้าน โทรศัพท์ดังขึ้น หญิงสาวคนหนึ่งขอพบเขา เธอบอกเพียงว่า ชายชราชาวจีนเป็นคนให้เบอร์โทรศัพท์นี้กับเธอ และบอกว่า "มันเกี่ยวกับความลับแห่งความรัก"

ชายหนุ่มไปพบเธอในวันรุ่งขึ้น และแทบจะทันทีที่ได้พูดคุย เขาก็รู้สึกถูกดึงดูดอย่างลึกซึ้ง ไม่ใช่เพียงเพราะเธอมีดวงตาอ่อนโยนและใบหน้าสวยงาม แต่เพราะเมื่อได้สนทนากับเธอ เขารู้สึกราวกับกำลังพบใครบางคนที่เขาใส่ใจโลกภายในของเขาอย่างแท้จริง ใครบางคนที่เขาสามารถเปิดหัวใจให้ได้โดยไม่ต้องป้องกันตัว

เวลาผ่านไป และในที่สุดเขาก็ได้ยืนอยู่ในงานแต่งงานของตัวเอง

เมื่อเขาจูมือนางสาวคนนั้นเดินออกไปยังกลางพลอร์เต้นรำ แขกทุกคนในงานต่างลุกขึ้นยืน ปรบมือ โห่ร้อง และยิ้มให้กับทั้งคู่ เขาสวมสูทสีเทาเรียบหรู ส่วนเธอสวมชุดแต่งงานแขนสั้นผ้าซาตินสีขาวที่งดงามเรียบง่าย จับมือเขาไว้อย่างอ่อนโยน

เมื่อทั้งสองหันหน้าเข้าหากันและมองลึกเข้าไปในดวงตาของกันและกัน ท่ามกลางเสียงดนตรีที่เริ่มบรรเลงและเสียงโห่ร้องยินดีที่ดังระงม ชายหนุ่มก็เข้าใจขึ้นมาเป็นครั้งแรกว่า ความรักที่ไม่มีวันหมด

สินนั้นหมายความว่าอะไร

นี่คือช่วงเวลาที่เขาเคยฝันถึงมาตลอด แต่ก่อนจะพบชายชราชาวจีน เขาไม่เคยเชื่อเลยว่าช่วงเวลาเช่นนี้จะเป็นอย่างนี้ได้จริง

ลึก ๆ แล้ว เขายังอยากพบชายชราชาวจีนนั้นอีกสักครั้ง เพื่อพูดคำว่า "ขอบคุณ" ให้ได้ เพื่อบอกว่าชายชราผู้นั้นได้เปลี่ยนชีวิตของเขา และได้มอบของขวัญล้ำค่าที่สุดอย่างหนึ่งให้แก่เขา นั่นคือความเข้าใจว่า ความรักไม่ใช่สิ่งที่เรานั่งรอให้ตกลงมาจากฟ้า แต่คือสิ่งที่เราสร้างขึ้น ด้วยความคิด ด้วยการเลือก ด้วยความกล้าหาญ และด้วยหัวใจของเราเอง