

howto

ด้วยแสงของเรา

The Light We Carry

Michelle Obama

เขียน

นุชนาถ เนตรประเสริฐศรี

แปล



การอ่านคือรากฐานที่สำคัญ



แต่คนทั้งหลายที่ใช้แสงในตัวส่องฉาย
เพื่อให้คนอื่นรับรู้ว่าถูกมองเห็น

หนังสือเล่มนี้อุทิศแด่แม่และพ่อของฉัน
มาเรียนกับเฟรเซอร์ ผู้ปลูกฝังค่านิยม
ซึ่งฉันใช้เป็นเครื่องนำทางในโลกมายาวนาน
ความรอบรู้โดยสัญชาตญาณของพวกท่าน
ทำให้บ้านเราเป็นพื้นที่ที่ฉันถูกมองเห็น เสียงฉันมีคนรับฟัง
เป็นที่ซึ่งฉันฝึกหัดตัดตัดสินใจ ที่ซึ่งฉันกลายเป็นคน
แบบที่ฉันอยากเป็น พ่อแม่อยู่เคียงข้างฉันเสมอ
ความรักไร้เงื่อนไขของท่านสอนฉันตั้งแต่ยังเล็กว่า
ฉันมีคุณค่าของตัวเอง ฉันสำนึกขอบคุณท่านอย่างยิ่ง
ที่จุดประกายแสงในตัวฉัน

หากใครสักคนในวงศ์ตระกูลของคุณเป็นตัวปัญหา
อีกนับร้อยนั้นไม่ใช่:

คนเลวร้ายไม่ชนะ – ไม่นิโทษที่สุด
ไม่ว่าพวกเขาจะเสียงดังแค่ไหน

เราคงไม่ได้อยู่ตรงนี้
หากพวกเขามีชัย

พื้นฐานของคุณสร้างขึ้นจากความดี
รู้ไว้เช่นนี้ คุณจะไม่มัวเดินล้าพัง

คุณคือข่าวดีของศตวรรษ
คุณคือคนที่ผู้เสนอตัวช่วยเหลือ

ผ่านเรื่องราวหนักหนาทั้งปวง มากมายแม้แต่วัน
พึงรู้ดีที่ตรงกันข้ามเถิด

— อัลแบร์โต รีโออส

จากบทกวี “A House called Tomorrow”

คำนำสำนักพิมพ์

“ไม่มีใครทำให้เรารู้สึกแยได้หรอก ถ้าเรารู้สึกดีกับตัวเอง”

ไม่ใช่คำพูดของมิเชลล์ โอบามา แต่เป็นคำพูดของชายพิการคนหนึ่ง ที่ไม่มีโอกาสเรียนหนังสือ ทำงานใช้แรงงานตลอดชีวิต เลี้ยงดูครอบครัว ตามกำลังตน ไม่มีใครได้อยู่สบายหรูหรา แต่ก็ไม่มีใครรู้สึกขาดพร่อง ลูกสาวของเขาเติบโตมาเป็นสตรีหมายเลขหนึ่งเชื้อสายแอฟริกันคนแรก ของสหรัฐอเมริกา และผู้เขียนหนังสือเล่มนี้

มิเชลล์ โอบามา ไม่ได้เขียนหนังสือติดอันดับเบสต์เซลเลอร์เพราะ เธอเป็นสตรีหมายเลขหนึ่ง ตำแหน่งนั้นแค่ทำให้โลกได้มีโอกาสรู้จักเธอ ผู้หญิงที่มีหัวใจกว้างใหญ่และแข็งแกร่งไม่ธรรมดา ตำแหน่งนั้นทำให้เธอ ถูกหล่อหลอมด้วยประสบการณ์ที่ทั้งสุขขี้และสุขพิเศษ ซึ่งเธอเล่าไว้ในหนังสือเล่มแรก *Becoming* ความยิ่งใหญ่จากสถานะทางสังคม ของเธอประกอบกับพรสวรรค์ในการแปรรูปประสบการณ์เป็นแรงบันดาลใจ ทำให้ *Becoming* กลายเป็นปรากฏการณ์ที่เสริมพลังเปลี่ยนชีวิตผู้คน ทั่วโลก ไม่เกินจริงถ้าจะกล่าวว่าคุณนายโอบามาไม่ได้เป็นรอง สามีผู้หนึ่งเก้าอี้ประธานาธิบดีเลย (ออกจะเห็นอกว่าด้วยซ้ำเมื่อเป็นกิจการ ภายในครัวเรือนโอบามาเอง)

จากนั้นโดนัลด์ ทรัมป์ ก็ยึดเวทีไป จากนั้นครอบครัวผิวสีก็ย้ายออกจากทำเนียบขาว จากนั้นโควิด-19 ก็มาเยือน ทั่วโลกชะงักงัน กำลังใจตกต่ำ บรรยากาศซบเซาแก่คลุมทึบหนักหน่วง และจากตรงนั้นเองที่มิเชลล์ โอบามา เริ่มขีดเขียนเรื่องราวสำหรับหนังสือเล่มใหม่ ซึ่งเธอเริ่มต้นด้วยการ “ถักนิตติ้ง”

ก็เห็นจะมีเพียงมิเชลล์ โอบามา เท่านั้น ที่ทำให้กิจกรรมอย่าง การถักนิตติ้งยิ่งใหญ่พอจะกอบกู้วิกฤตชีวิตได้ และคุณก็กำลังคิดว่า มันจะเป็นไปได้ยังไง จะต้องโอเวอร์ขนาดไหนกัน...แต่เมื่อคุณอ่านจบบท คุณจะพ่ายหน้าหงิกๆ ปาดน้ำใสๆ ที่ปลายตา ใช่ว่าจริง ๆ ใช่ว่าจริง ๆ ในวันที่เราควบคุมชีวิตไม่ได้ (มันมีวันเช่นนั้นเสมอ) คุณจะเริ่มมองหาชัยชนะ เล็กจิ๋วของตัวเองให้เจอ ชัยชนะแบบที่มิเชลล์คิดว่ามาครองได้เพียงแค่อยุติ โหมพรม หยิบไม้ถัก แล้วขึ้นห่วง...แล้วคุณจะก้าวเดินต่อไปจากจุดนั้น ด้วยจิตใจที่สิ้นไหวหวั่น้อยลง ชัยชนะแม้เพียงเล็กน้อยก็ยังเป็นชัยชนะ และชัยชนะให้ความรู้สึกดีเสมอ

ความพิเศษที่แฝงเร้นอยู่ในตัวอักษรของมิเชลล์ คือส่วนผสมมหัศจรรย์ระหว่างความกล้ากับความกลัว ความงามสง่ากับความติดดิน ความเปิดเผยและความไว้ตัว มิเชลล์เผยหัวใจแท้จริงของเธอที่วิตกกังวลท่วมท้นอย่างเหลือเชื่อ ในท่วงท่าภายนอกเหมือนนางพญา ภายในเธอ ถูกเย็บเยาะด้วยคำแสนสาหัส ไม่ใช่โดยใครอื่น หากแต่เป็นตัวเธอเอง เล่มนี้เธอแบ่งปันวิธีอยู่ร่วมกับหัวใจช่างวิตกซึ่งเราทุกคนล้วนมีไม่มากก็น้อย เธอบอกว่าใจดวงนี้จะไม่จากคุณไปไหน คุณเอาชนะมันไม่ได้ด้วยมันคือส่วนหนึ่งของตัวคุณเอง แต่คุณสามารถอยู่กับมันได้โดยไม่ให้มันมาเป็นอุปสรรคในชีวิต ถ้าคุณเคยฟังคลิป์มิเชลล์ปราศรัยต่อหน้าผู้คนนับหมื่น คุณจะไม่นึกขำเลยว่าผู้หญิงคนนี้เป็นผู้เชี่ยวชาญศิลปะแห่งการอยู่ร่วมกับความกลัว

มีความลึกซึ้งที่ว่าแน่นหนักอยู่ในการมองโลกของมิเชลล์ เธอ กับบาร์ครักกันเหนียวแน่นยาวนาน ก็เพราะพวกเขาเลือกทางยาก

เลือกทางที่ต้องขัดแย้งกัน ต้องทะเลาะกัน แปะไฟทั้งหมดในมือให้กันและกันดู เผยความหวั่นไหวไม่ขาดกลัว เพื่อจะกลายเป็นรักแท้ และเป็นเพื่อนสนิทที่สุดของกันและกัน ขณะเดียวกันถ้าคุณเลือกมีความสัมพันธ์แบบ “สบายๆ” “แคชวลๆ” แน่แน่นอนเลยคุณจะไม่ปวดใจ คุณจะไม่วางใจ ไม่ถามไถ่ซักใช้อีกฝ่ายให้เสียฟอร์ม คุณจะไม่หงุดหงิด จะไม่ทะเลาะกัน แล้ววันหนึ่งคุณก็จะเลิกรากันไปโดยไม่รู้ตัวกัน และแน่นอน ไม่ได้เคยได้รับพลังพิเศษของการมีคู่แท้ในชีวิต

“ก็คุณเลือกจะกินแต่ขนมหวานนะ” เธอว่า

ถึงที่สุดแล้ว นี่คือหนังสือแห่งการประคองตนบนโลกที่เปลี่ยนแปลงผันผวน หากแต่การประคองตนสำหรับมิเชลล์คือการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ไม่ใช่การพยายามสร้างความแข็งแกร่งเพียงคนเดียว เธอแบ่งปันวิธีปลูกดอกเดซี่ ซึ่งเธอใช้เป็นสัญลักษณ์แทนมิตรภาพระหว่างเพื่อน แบ่งปันวิธีการสวมเกราะเหล็กป้องกันตัว ขณะเดียวกันให้เทคนิคว่าเมื่อไหร่ควรสวม เมื่อไหร่ควรถอด และอีกบทเรียนที่น่าจะมีไม่กี่คนมอบให้เราได้ คือ “เมื่อพบตัวเองในที่ต่ำ เราจะทำตัวให้สูงได้อย่างไร”

คำว่า “สูง” ในความหมายของเธอไม่ใช่การกดให้คนอื่นต่ำลง แต่คือการผูกมัดเจตนารมณ์สูงสุดของตัวเองไว้กับเป้าหมายที่สูงกว่า ผูกมัดให้แน่น เลือกเป้าหมายที่แสนหนัก จนเมื่อเราถูกดึงให้ตกต่ำหรือหลงทางไปไม่ว่าด้วยเหตุใด เจตนารมณ์และเป้าหมายนั้นจะดึงเรากลับขึ้นมา

เป้าหมายสูงสุดสำหรับหนังสือเล่มนี้เกี่ยวข้องกับแสงสว่าง แต่ไม่ใช่การมอบให้ มิเชลล์บอกว่าเราทุกคนมีแสงสว่างนั้นอยู่แล้วในตัวเอง เป้าหมายของเธอคือช่วยให้คุณมองเห็น ทั้งในตัวเองและในตัวคนอื่น

สารบัญ

บทนำ

1

ภาคหนึ่ง

บทที่หนึ่ง

พลังของสิ่งเล็กๆ

21

บทที่สอง

ถอดรหัสความกลัว

47

บทที่สาม

เริ่มต้นด้วยเมตตา

71

บทที่สี่

มองเห็นฉันใหม่

81

ภาคสอง

บทที่ห้า

โต๊ะห้องครัวของฉัน

111

บทที่หก

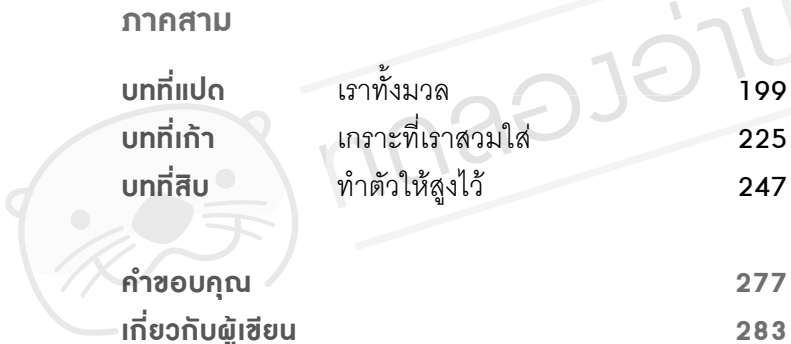
ครองคู่ด้วยดี

139

บทที่เจ็ด

นี่แหละแม่ฉัน

171



ภาคสาม		
บทที่แปด	เราทั้งมวล	199
บทที่เก้า	เพราะที่เราสวมใส่	225
บทที่สิบ	ทำตัวให้สูงไว้	247
คำขอบคุณ		277
เกี่ยวกับผู้เขียน		283
อ้างอิง		285
เครดิตภาพ		295



พ่อช่วยคลายร้อนให้ฉันในช่วงหน้าร้อนที่แสนร้อนในเขตเซาท์ไซด์

บทนำ

สัปดาห์ ช่วงหนึ่ง เมื่อตอนฉันเด็ก พ่อเริ่มใช้ไม้เท้าช่วยทรงตัวเวลาเดิน ฉันจำไม่ได้แน่ว่าเห็นมันเมื่อไหร่ในบ้านเราที่ย่านเซาท์ไซด์ของชิคาโก ตอนนั้นฉันอายุราวสี่ห้าขวบ ลูๆ กี่มีไม้เท้ามาอยู่ในบ้าน รูปทรงเรียวยาว แข็งแรง ทำด้วยไม้สีเข้มขัดเรียบเนียน ไม้เท้าอันนั้นคือการยอมอ่อนข้อเบื้องต้นต่ออาการปลอกประสาทเสื่อมแข็ง โรคซึ่งทำให้ขาซ้ายพ่อกะเผลกอย่างแรง โรคนี้บ่อนทำลายร่างกายพ่อเงียบ ๆ ซ้ำ ๆ และคงนานแล้วก่อนท่านจะยอมไปให้หมอตรวจวินิจฉัยชัดเป็นเรื่องเป็นราว มันกัดกร่อนระบบประสาทส่วนกลาง ส่งผลให้แขนขาพ่ออ่อนแรงขณะทำกิจวัตรประจำวัน คือทำงานประจำที่โรงบำบัดน้ำเสียของเมือง ช่วยแม่ฉันจัดการธุระในบ้าน และพยายามเลี้ยงลูกให้ดี

ไม้เท้าช่วยยี่ให้พ่อยันตัวขึ้นบันไดไปยังอพาร์ทเมนต์ที่เราอยู่ด้วยกัน หรือเดินไปตามช่วงตึกในเมือง ตกเย็นท่านวางมันพิงเท้าแขนเก้าอี้โอนหลังประจำตัว แล้วดูจะลืมนี่ไปเลยตอนที่นั่งดูรายการกีฬาในทีวี หรือฟังเพลงแจซจากสเตอริโอ หรือจุดฉันขึ้นนั่งตักชวนคุยเรื่องที่เจอในโรงเรียน ฉันชอบใจตามจับโค้งของไม้เท้า ชอบยางสีดำที่หุ้มตรงปลาย ชอบเสียงก้องแก๊งเวลามันหล่นกระทบพื้น บางทีฉันก็ลองใช้มันเลียนแบบท่าทางเคลื่อนไหวของพ่อ แก่ลั้งทำเดินกะเผลกไปรอบห้องนั่งเล่นที่บ้าน

หวังจะเข้าใจความรู้สึกพ่อบ้าง แต่ฉันตัวเล็กไป ไม่ทำอันใหญ่เกิน
ฉันเลยใช้มันเป็นของประกอบการแสดงเวลาเล่นตลกต่างโน่นนี่แทน

ครอบครัวเราไม่ได้มองไม่ทำอันนั้นว่าเป็นสัญลักษณ์แทนอะไร
ก็แค่เครื่องมือชิ้นหนึ่ง แบบเดียวกับไม้พายของแม่เป็นเครื่องใช้ในครัว
หรือค้อนที่คุณตาใช้งานทุกคราวที่ท่านมาช่วยซ่อมชั้นวางของหรือ
ราวผ้าฆ่ามัน มีเอาไว้ใช้ประโยชน์ ไว้ใช้ป้องกัน เอาไว้ค้ำยันยามจำเป็น

ความจริงซึ่งเราไม่อยากจะยอมรับเลยจริงๆ คืออาการพ่อแยลงเรื่อยๆ
ร่างกายท่านเฝ้าโจมตีต่อต้านตัวเองอยู่เงียบๆ พ่อรู้ แม่ก็รู้ ตอนนั้นครั้งที่
พี่ชายฉันกับฉันยังเด็กอยู่ แต่เด็กไม่ได้โง่ ดังนั้นถึงพ่อเราจะยังเล่นไล่จับ
กับเราในลานหลังบ้าน ยังไปดูเราขึ้นเวทีเล่นเปียโนหรือแข่งกีฬาเยาวชน
เราก็รู้เรื่องนี้เหมือนกัน เราเริ่มเข้าใจว่าอาการป่วยของพ่อทำให้ครอบครัว
เราเสี่ยงมากขึ้น ได้รับการปกป้องน้อยลง ยามฉุกเฉินก็ยอมเป็นเรื่องยาก
ที่ท่านจะโดดเข้าช่วยเราให้พ้นภัยหรือจากใครที่รังแก เราเริ่มเรียนรู้ว่า
เราควบคุมชีวิตไม่ได้

บ่อยครั้งเช่นกันที่ไม่ทำช่วยพ่อได้ไม่ดี บางทีพอกะระยะผิด
หรือไม่บังเอิญเท้าก็ไปเหยียบโดนพรมที่ปูดขึ้นมา ทำให้พ่อสะดุดล้ม
ทันควัน ช่วงขณะนั้นซึ่งเหมือนแช่ภาพค้างไว้เฟรมเดียว ตัวท่านลอยขึ้น
กลางอากาศ เราเห็นภาพที่ไม่อยากเห็นทุกอย่าง เห็นความอ่อนแอของพ่อ
ความอับจนของเรา ความไม่แน่นอน และเวลายากลำบากที่รออยู่
เบื้องหน้า

เสียงผู้ชายตัวโตล้มพาดพื้นดังสนั่นอย่างนั้นคุณไม่มีทางลืมหรือ
อพาร์ทเมนต์เล็กนิดเดียวของเราสะเทือนเหมือนแผ่นดินไหว เรายีบปรี่
เข้าไปช่วยพ่อ

“เฟรเซอร์ ระวังหน่อยสิ!” แม่ฉันเอ่ยปาก อย่างกับคำพูดนั้นจะลบ
อะไรที่เกิดขึ้นแล้วได้ เคิร์กกับฉันใช้เรียวแรงเด็ก ๆ ของเราช่วยพยุงให้พ่อ
ลุกขึ้นยืนได้ใหม่ แย่งกันคว้าไม้เท้ากับแว่นตาที่กระเด็นไปกลับมาคืนให้
ราวกับว่าความไวที่เรารีบประคองให้พ่อลุกขึ้นอาจลบลภาพที่เห็นท่านล้มได้

ราวกับว่าเราคนไหนจะแก้ไขอะไรได้ ช่วงเวลาแบบนี้ทำให้ฉันหวั่นวิตก
สำนึกในใจว่าเราต้องเตรียมสูญเสียอะไรบ้าง และมันเกิดขึ้นได้ง่ายเพียงใด

ปกติพ่อแค่เสหัวเราะกลบเกลื่อนเรื่องทั้งหมด แก่ลงทำเหมือน
ที่ล้มไปไม่ได้สลักสำคัญ เหมือนส่งสัญญาณบอกว่าจะยิ้มหรือล้อกันซ้ำ ๆ
ก็ได้ไม่เป็นไร เหมือนระหว่างเรามีข้อตกลงซึ่งไม่มีใครพูดออกมา คือเรา
ต้องปล่อยให้ช่วงเวลาพวกนี้ผ่านไป เสียงหัวเราะเป็นเครื่องมืออีกชิ้น
ที่ใช้งานได้ดีในบ้านเรา

พ่อดีเป็นผู้ใหญ่ ฉันก็เริ่มเข้าใจเรื่องโรคปลอกประสาทเสื่อมแข็ง
(multiple sclerosis – MS) ทั่วโลกมีผู้ป่วยโรคนี้นับล้าน ๆ MS ทำลาย
ระบบภูมิคุ้มกันให้ทำงานผิดพลาดในลักษณะโจมตีจากภายในร่างกาย
หลงผิดคิดว่ามีตรเป็นศัตรู เห็นตัวเองเป็นคนอื่น ทำให้ระบบประสาท
ส่วนกลางรวน สูญเสียปลอกหุ้มป้องกันเส้นใยประสาทที่เรียกว่าแอกซอน
ปล่อยให้เส้นประสาทบอบบางนั้นเปล่าเปลือย

ถ้าหาก MS ทำให้เจ็บปวด พ่อก็ไม่เคยปรึกษาบอกใคร หากการ
เสียหน้าเพราะความพิการทำให้จิตใจหม่นหมอง ท่านก็แทบไม่แสดงให้
ใครเห็น ฉันไม่รู้ว่าเวลาเราไม่ได้อยู่ด้วย พ่อเคยล้มอีกบ้างไหม เช่น
ที่โรงบำบัดน้ำ หรือตอนเดินเข้าออกร้านตัดผม แต่เข้าใจว่าอย่างน้อย
คงต้องมีบ้าง ถึงอย่างนั้นปีเด็อนก็เคลื่อนผ่าน พ่อออกไปทำงาน
กลับบ้าน ยิ้มได้ตลอด นี่ก็อาจเป็นการปฏิเสธในรูปแบบหนึ่ง อาจเป็น
เพียงหลักเกณฑ์ที่ท่านเลือกใช้กับชีวิตตัวเอง *ล้ม ลุกขึ้น ไปต่อ*

เดี๋ยวนี้ฉันเข้าใจดีว่าสภาพพิการของพ่อสอนบทเรียนสำคัญให้ฉัน
รู้แต่เนิ่น ฉันรู้ว่ามันรู้สึกอย่างไรที่ต้องแตกต่างจากคนอื่น รู้สึกอย่างไร
ที่ต้องใช้ชีวิตในโลกซึ่งเห็นชัดว่าเราควบคุมหลายอย่างไม่ได้เลย ถึงไม่ได้
คิดอะไรกับมันนัก ความแตกต่างที่ว่าก็อยู่ตรงนั้นเสมอ ครอบครัวยุค
แบกมันไว้ เรากำลังอยู่กับหลายเรื่องซึ่งครอบครัวอื่นไม่ต้องกังวลกัน
เราระมัดระวังหลายอย่างที่ดูเหมือนบ้านอื่นเขาไม่ต้องคอยระวัง เวลาออก
นอกบ้านเราจะแอบคาดเดาอุปสรรคต่างๆ ในใจ บวกลบคุณหารว่า

พ่อต้องใช้พลังงานแค่ไหนตอนเดินข้ามลานจอดรถ หรือเดินเลาะไปยังที่นั่งบนอัฒจันทร์ดูกีฬาในเกมที่เร้าใจแข่งบาสเกตบอล เราประเมินระยะทางและระดับพื้นต่างจากคนอื่น มองบันได มองทางเดินซึ่งมีน้ำแข็ง เกาะและขอบถนนสูงๆ ไม่เหมือนคนบ้านอื่น เราประเมินสวนสาธารณะและพิพิธภัณฑสถานที่มีน้ำนิ่งไว้ให้พักเหนื่อยเล็กน้อยแค่ไหน ทุกที่ทุกทางที่ไปเราจะชั่งน้ำหนักความเสี่ยง พร้อมกับมองหาความสะดวกละเอียดเล็กๆ น้อยๆ ไว้ให้พ่อ เราคิดคำนวณทุกอย่างก้าว

แล้วเมื่อพ่อใช้เครื่องมือชิ้นหนึ่งไม่ได้ผล เมื่อประโยชน์ที่เคยพึ่งพาได้แผ่แรงโรคร้ายของท่าน เราก็ออกไปหาอีกชิ้นให้ใช้แทน ไม่นานนั้นถูกแทนด้วยไม้ค้ำยันคู่หนึ่ง สุดท้ายไม้ค้ำยันก็ถูกแทนด้วยรถเข็นติดเครื่องยนต์ และรถตู้ติดอุปกรณ์เสริมพร้อมเครื่องยกและระบบไฮดรอลิกช่วยชดเชยสิ่งซึ่งร่างกายพ่อทำเองไม่ได้อีกต่อไป

พ่อชอบของพวกนี้ใหม่ หรือคิดว่าใช้มันช่วยแก้ปัญหาให้ตัวเองได้ทั้งหมดใหม่ ก็ไม่หรอก แต่ถามว่าท่านต้องการใช้ใหม่ ใช่เลย เครื่องมือมีเอาไว้ใช้ ใช้พุงให้เราหยัดร่างกาย ทรงตัวมั่นคง อยู่ร่วมกับความไม่แน่นอนได้ถนัดขึ้น ช่วยให้เรารับสภาพที่เปลี่ยนแปลงตลอดได้ พ่อจัดการไหวเมื่อรู้สึกว่าคุณควบคุมชีวิตไม่ได้ แล้วยังช่วยให้เราไปต่อในยามลำบาก แม้เราใช้ชีวิตโดยเกลียดเส้นประสาทเปลือยเปล่าไว้ปลอกหุ้ม

ฉันขบคิดเรื่องพวกนี้หนักมาก เรื่องที่ว่าเรามีเครื่องมืออะไรบ้าง เราใช้อะไรประคองให้ยืนหยัดยามเผชิญความไม่แน่นอน และเราพึ่งพาเครื่องมือที่ตรงไหนอย่างไร โดยเฉพาะในช่วงเวลาสับสนอลหม่านอีกเรื่องที่ฉันครุ่นคิดเช่นกันก็คือ การที่เราไม่เหมือนคนอื่นนั่นหมายถึงอะไร ฉันแปลกใจที่พวกเรามากมายตื่นตระหนกกับความกลัวที่ตัวเองแตกต่างแปลกใจที่แนวคิดเรื่องความแตกต่างสลักสำคัญเหลือเกินในการพิจารณาว่าเราอยากอยู่ในโลกแบบไหน เราไว้ใจใคร เชื่อใจใคร และเราทิ้งใครไว้ข้างหลัง

คำถามเหล่านี้สลับซับซ้อนแน่นอน คำตอบก็ซับซ้อน แล้ว “ความแตกต่าง” นั้นก็นิยามได้หลายแบบ แต่ก็ควรค่าที่จะกล่าวถึงอยู่ดี ในนามของผู้คนที่รู้สึกเช่นนั้น : ไม่มีอะไรง่ายเลยในการฝ่าฟันบนโลกที่เต็มไปด้วยอุปสรรคที่คนอื่นมองไม่เห็นหรือไม่อาจมองเห็น เวลาที่คุณรู้ตัวว่าแตกต่าง คุณอาจรู้สึกเหมือนใช้แผนที่อีกแบบ พบปัญหาเรื่องการหาเส้นทาง คนละอย่างกับผู้คนรอบข้าง หรือบางครั้งก็รู้สึกเหมือนตัวเองไม่มีแผนที่ ความแตกต่างของคุณไหลไปแสดงตัวในห้องก่อนคุณจะไปถึงเสียอีกใครๆ เห็นมัน ก่อนที่จะเห็นคุณ ทำให้คุณมีหน้าที่ต้องเอาชนะ แล้วการเอาชนะก็เล่นเอาคุณหมดแรงทีเดียว

ผลลัพธ์คือคุณได้เรียนรู้เรื่องการอยู่ให้รอดของจริง เหมือนครอบครัวฉันที่ต้องคอยระแวดระวัง ต้องคอยหาวิธีประหยัดแรง ต้องคิดคำนวณทุกอย่างก้าว ทว่าหัวใจสำคัญของการเรียนรู้กลับช่างย้อนแย้งชวนหัวหมุน กล่าวคือความแตกต่างเป็นเงื่อนไขให้คุณต้องระแวดระวังขณะเดียวกันมันก็เรียกร้องให้คุณต้องกล้าหาญ



จับริบเซียบหนังกัส เล่มใหม่ี่จากตรงนั้น รู้สึกทั้งระมัดระวังและกล้าหาญ ตอนที่เล่ม *Becoming* วางจำหน่ายเมื่อปี 2018 ฉันนึกไม่ถึงเลย... พุดตรง ๆ คือแปลกใจมากกับเสียงตอบรับ ฉันทุ่มเทเขียนเต็มที่เหมือนใช้งานเล่มนั้นประมวลภาพรวมของชีวิต ไม่ใช่เฉพาะเรื่องราวช่วงที่เป็นสตรีหมายเลขหนึ่งของสหรัฐฯ ฉันไม่ได้เล่าแต่เรื่องนำตื่นตันทันเป็นสุขชื่นใจ แต่บอกเล่าเรื่องยากๆ ที่ฉันฝ่าฟันผ่านพ้นมาได้ เรื่องที่เสียพ่อตอนฉันอายุสี่สิบเจ็ด เรื่องสูญเสียเพื่อนรักสมัยเรียนมหาวิทยาลัย เรื่องที่บาร์คกับฉันมีลูกยาก ฉันย้อนทบทวนประสบการณ์หลายเรื่องที่เคยบันทึกใจจดใจสั่นยังเป็นสาวน้อยผิวสี ฉันบอกเล่าตรง ๆ ว่ารู้สึกปวดใจเมื่อถึงคราวออกจากทำเนียบขาวอันกลายเป็นบ้านที่เรารัก และ

เจ็บร้าวเมื่อผลงานที่สามีสร้างไว้ขณะเป็นประธานาธิบดีตกไปอยู่ในมือคนรับตำแหน่งคนต่อไปซึ่งไม่มีอะไรใส่ใจ

การเขียนถ่ายถอดทั้งหมดรู้สึกเสียดสีเล็กน้อย แต่ก็โล่งใจด้วยตลอดแปดปีในตำแหน่งสตรีหมายเลขหนึ่ง ฉันเฝ้าระแวดระวังเสมอตระหนักอยู่เสมอว่าสายตาคอนทั้งประเทศต่างจับจ้องที่บาร์คกับฉันและลูกสาวทั้งสองของเรา พร้อมตระหนักว่าการเป็นคนผิวดำในทำเนียบขาวซึ่งสำคัญต่อประวัติศาสตร์นั้น เราทำพลาดไม่ได้เลยสักครั้ง ฉันต้องตรงใจให้แน่ใจว่าฉันใช้เวลาที่ตัวเองสร้างความแตกต่างอย่างมีความหมาย แน่ใจว่าประเด็นที่ฉันดำเนินการถูกบริหารจัดการอย่างดี รวมถึงส่งเสริมวาระงานของประธานาธิบดี ฉันต้องปกป้องคุ้มครองลูกๆ ช่วยเหลือลูกได้ใช้ชีวิตแบบเด็กธรรมดาบ้าง เล็กน้อยก็ยังดี ต้องช่วยให้กำลังใจบารัคยามเขาแบกรับปัญหา ซึ่งบางครั้งหนักหนาราวแบกโลกทั้งใบ แต่ละครึ่งฉันตัดสินใจอย่างรอบคอบสุดขีด พิจารณาทุกความเสี่ยง ประเมินทุกอุปสรรคทำทุกสิ่งเท่าที่สามารถทำได้เพื่อเพิ่มโอกาสสูงสุดให้ครอบครัวได้เติบโตอย่างคนธรรมดา ไม่ได้เป็นแค่สัญลักษณ์ที่ผู้คนจะรักหรือจะชังเกี่ยวกับประเทศเรา ความเครียดระดับนั้นจริงจัง เร่งรีบ แต่ก็เชื่อว่าไม่คุ้มกันฉันต้องกลับมาคิดคำนวณทุกก้าวอย่างอีกครั้ง

การเขียนเล่ม *Becoming* จึงรู้สึกโล่งเหมือนได้ถอนหายใจ เป็นเครื่องหมายการเริ่มชีวิตขั้นต่อไป แม้ไม่ได้นึกไว้เลยว่าจะไปต่ออย่างไรแล้วนี่ยังเป็นโครงการแรกด้วยที่เป็นของฉันเองล้วนๆ ไม่ผูกโยงกับบารัคหรือการบริหารงานของเขา หรือกับชีวิตของลูกเรา หรือกับบางส่วนของอาชีพที่ฉันเคยทำ ฉันชอบความอิสระอย่างนั้นมาก แต่ก็รู้สึกเช่นกันว่าต้องเอาตัวเองรับความเสี่ยงแบบใหม่มากทีเดียว เสี่ยงในแบบที่ฉันไม่เคยเจอมาก่อน คืนก่อนวันเปิดตัวหนังสือ ฉันนอนตาสว่างบนเตียงในบ้านที่วอชิงตันหลังพ้นจากทำเนียบขาว นอนนึกภาพเรื่องราวในเล่มซึ่งฉันเขียนไว้ตรงไปตรงมาสุด ๆ วางบนชั้นตามร้านหนังสือและห้องสมุดแปลออกไปหลายสิบภาษา ถูกคนทั่วโลกวิจารณ์ตรวจสอบ เข้าวันพุธ

ฉันมีกำหนดบินไปซิดนีย์เพื่อเริ่มเดินสายขึ้นเวทีในหลายประเทศซึ่งจะนำพาฉันไปยัง 31 เมืองต่อเนื่องยาวๆ ข้ามปี ไปแสดงตัวต่อหน้าผู้ฟังซึ่งอาจมากถึงครึ่งละสองแสน ตาฉันเหม่อมองเพดานห้องนอน ในใจรับรู้กระแสความกังวลเอ่อท้น ในหัวมีแต่คำถามเวียนวน ฉันพูดมากไปไหม งานนี้ฉันจะไปรอดหรือเปล่า ฉันจะทำมันยังไงดี แล้วถ้าเป็นฉันจะทำยังไงดี

ข้างใต้ของทั้งหมดนี้มีสิ่งที่ซ่อนอยู่ลึกกว่า เก้าแก่กว่า ตายตัวกว่า และน่าพร่นพรึงเป็นที่สุด นั่นคือคำถามอันเป็นรากฐานของข้อกังขาอื่นที่เหลือ แต่สี่คำซึ่งเชื่อเถิดว่าทำให้คนมากมายซึ่งแม้เปี่ยมพลังและประสบความสำเร็จก็ว่าอุ่นได้ สี่คำซึ่งติดตามฉันมาตั้งแต่เป็นเด็กสาวในเขตเซาท์ไฮต์ของซิดนีย์ : *ฉันดีพอไหม*

ในช่วงขณะนั้นฉันตอบอะไรไม่ได้เลยนอกจาก *ฉันไม่รู้*

ในที่สุด บาร์คก็เป็นคนปลอบให้ฉันเข้าใจ ตอนฉันยังกลัวใจจนนอนไม่หลับ ก็เดินเตร่ขึ้นไปชั้นบน เจอเขานั่งทำงานอยู่ข้างโคมไฟในห้องทำงาน เขาอดทนรับฟังฉันระบายทุกข้อสงสัยในหัวออกมาจนเกลี้ยงแจกแจกละเอียดสารพัดด้านที่กลัวว่าอาจสื่อสารผิดเพี้ยนไป บาร์คเองก็เหมือนกับฉัน เขายังครุ่นคิดถึงเส้นทางที่นำพาครอบครัวเราไปสู่ทำเนียบขาวจนกระทั่งกลางจากมา เขายังเฝ้าจัดการกับคำถาม ความกังวลใจ และความรู้สึกที่ว่าตัวเขาอาจไม่ดีพอ ไม่ว่าจะสิ่งนี้จะเกิดขึ้นเป็นครั้งคราวหรือเกิดขึ้นอย่างไรเหตุผลแค่ไหนก็ตาม เขาเข้าใจฉันดีกว่าใคร

หลังจากฉันระบายความหวั่นกลัวออกมาจนหมด บาร์คเพียงแต่ปลอบให้ฉันมั่นใจว่าหนังสือเล่มนั้นยอดเยี่ยมและตัวฉันเองก็ด้วย เขาช่วยให้ฉันระลึกว่าการวิตกกังวลเป็นเรื่องธรรมดาเวลาทำสิ่งใหม่และสำคัญ จากนั้นก็โอบกอดฉันไว้ หน้าผากเขาแตะหน้าผากฉันเบาๆ เท่านั้นเองที่ฉันต้องการ

ตื่นเช้าวันรุ่งขึ้นฉันก็พาหนังสือ *Becoming* ออกเดินสาย เริ่มต้นช่วงเวลาอันสุขใจและมั่นใจมากที่สุดช่วงหนึ่งในชีวิต หนังสือได้รับเสียงวิจารณ์ดีเยี่ยม ทำสถิติยอดขายสูงสุดทั่วโลกอย่างที่ฉันนึกไม่ถึง ฉันแบ่งเวลาช่วงตระเวนเปิดตัวหนังสือแวะพูดคุยกับผู้อ่านกลุ่มเล็ก ๆ ซึ่งนัดพบกันตามสถานที่หลายแบบ เช่น ศูนย์กิจกรรมชุมชน ห้องสมุด และโบสถ์ การได้ยินได้ฟังจุดเชื่อมโยงสารพัดระหว่างเรื่องราวของผู้อ่านกับตัวฉันเองเป็นประสบการณ์ที่อึ้งอ้อมอึ้งที่สุด ช่วงเย็นค่ำมีคนหลังไหลมารวมงานอีกมาก บางครั้งนับเป็นแสนคน ในสถานที่จัดงานแต่ละแห่งมีพลังงานคึกคัก เสียงเพลงครึกครื้น ผู้คนเต้นรำกันเป็นกลุ่ม ๆ ตามทางเดิน กอดคล้องถ่ายเซลฟี่กัน กอดกัน ระวังรอรอฉันขึ้นเวที แล้วแต่ละครั้งเมื่อนั่งลงคุยกับผู้ดำเนินรายการนานเก้าสิบนาที ฉันก็บอกเล่าไปตามจริงเต็มที่ ไม่เก็บไม่กั๊กอะไรไว้เลย รู้สึกสบายใจกับเรื่องราวที่พูด น้อมรับประสบการณ์ซึ่งทำให้ฉันเป็นคนแบบที่เป็นอยู่ หวังว่ามันอาจช่วยให้คนอื่นรู้สึกยอมรับตัวเองมากขึ้น

ช่างสนุกสนานเบิกบานใจ แต่ยังไม่ใช่เพียงเท่านั้น

เวลามองไปตามกลุ่มผู้ฟังเหล่านั้น ฉันแลเห็นบางสิ่งที่ตอกย้ำความจริงที่ฉันรู้เกี่ยวกับประเทศของฉันและเกี่ยวกับโลก ฉันเห็นผู้คนหลากสีผิว เต็มไปด้วยความแตกต่างซึ่งทำให้อะไร ๆ ตีลังขึ้น พื้นที่เหล่านี้เปิดรับความหลากหลาย ยกให้มันเป็นจุดแข็ง ฉันเห็นผู้คนต่างวัยต่างเชื้อชาติ เพศ ชาติพันธุ์ อัตลักษณ์ เครื่องแต่งกาย สารพัด จะแตกต่าง ร่วมกันหัวเราะ พรบมือ ร้องให้ แบ่งปัน ฉันเชื่อด้วยใจจริงว่าคนมากมายมาที่นั่นไม่ใช่แค่เพราะฉันหรือหนังสือฉันแน่ ฉันรู้สึกว่าจะอย่างน้อยส่วนหนึ่งพวกเขามาเพื่อคลายความโดดเดี่ยวในโลกใบนี้ เพื่อเสาะหาสำนึกบางอย่างซึ่งขาดหายในการเป็นส่วนหนึ่งในสังคมทั้งหลายทั้งปวงที่แลเห็น ทั้งพลังงาน ความอบอุ่น และความหลากหลาย ช่วยบอกเล่าเรื่องราวบางอย่าง ฉันเชื่อว่าผู้คนมารวมกันอยู่ตรงนั้นก็เพราะมันทำให้รู้สึกดี หรือเอาจริง ๆ คือรู้สึกดี มาก ที่ได้เอาความแตกต่าง



การเดินสายแนะนำหนังสือ *Becoming*
คือประสบการณ์ที่มีความหมายมากที่สุดครั้งหนึ่งในชีวิตฉัน

ของเรามาอยู่รวมกัน



อับยังสงสัย ว่ายามนั้นมีใครคาดเดาความสาหัสของสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นบ้างไหม มีใครทำนายไว้บ้างหรือเปล่าว่าการรวมตัวอย่างสำราญใจในงานแบบนี้จนเจียนจะถึงคราวสูญพันธุ์กะทันหัน ใครบ้างจะรู้ว่าโรคร้ายซึ่งระบาดทั่วโลกจะบังคับให้เราต้องดทำหลายสิ่งอย่างทันที เช่น กอดกันตามสบาย ส่งยิ้มโดยไม่สวมหน้ากาก และพูดคุยทักทายง่ายๆ กับคนแปลกหน้า และที่เลวร้ายกว่านั้นมากคือมันทำให้เกิดช่วงเวลายาวนานซึ่งคนทุกมุมโลกต้องเจ็บปวด สูญเสีย หมดความมั่นใจ หากรู้เช่นนั้นก่อนเราจะทำอะไรต่างไปจากเดิมบ้างไหม อันนี้ฉันก็ไม่รู้

ที่ฉันรู้คือช่วงเวลาดังกล่าวทำให้เราหวั่นไหวไม่มั่นคง ทำให้คนยังต้องระมัดระวังรอบคอบ เชื่อมสัมพันธ์กันน้อยลง เป็นครั้งแรกที่หลายคนได้รู้สึกบางอย่างที่คนอื่นอีกนับล้านเคยรู้สึกทุกวันในชีวิต นั่นคือรู้สึกเสียสมดุล เสียการควบคุม กังวลกับอนาคตอย่างหนัก ตลอดสองปีที่ผ่านมาเราต้องอดทนวันระยะห่างกันอย่างไม่เคยทำมาก่อน ทนรับความเศร้าลึกเกินหยั่งถึง และทนแบกรับความรู้สึกว่าสิ่งต่างๆ ล้วนไม่แน่นอน ซึ่งก็ทำให้อยู่กับมันได้ยากจริงๆ

ขณะที่โรคระบาดอาจกระทบรุนแรงจนเปลี่ยนจังหวะชีวิตประจำวัน โรคภัยเก่าแก่กว่านั้นและรุกรานหนักยิ่งกว่านั้นก็ถูกทิ้งไว้ไม่แตะต้อง เราได้เห็นคนผิวดำไร้อาวุธถูกตำรวจยิงตายขณะออกจากร้านสะดวกซื้อตอนเดินไปร้านตัดผม และตอนจอตรงรถอสังหาริมทรัพย์จรรยาจรตามปกติ เราเห็นการก่อเหตุทำร้ายด้วยความชิงชังคนอเมริกันเชื้อสายเอเชียและสมาชิกชุมชน LGBTQ+ เราได้เห็นความคิดแบ่งแยกไร้เหตุผลกลายเป็นที่ยอมรับมากขึ้นแทนที่จะน้อยลง ได้เห็นเผด็จการกระหายอำนาจกระชับอุ้งมือที่บีบอยู่แรงขึ้นในหลายประเทศทั่วโลก ส่วนในสหรัฐฯ เราก็ได้เห็น

ผู้ดำรงตำแหน่งประธานาธิบดียื่นดูเฉยๆ เมื่อเจ้าหน้าที่ตำรวจยิงแก๊สน้ำตาใส่กลุ่มคนนับพันที่ชุมนุมกันอย่างสงบหน้าทำเนียบขาว เพื่อเรียกร้องให้ลดความเกลียดชังและเพิ่มความเป็นธรรม และต่อมาเมื่อคนอเมริกันเห็นไปลงคะแนนเสียงอย่างเด็ดขาดตรงไปตรงมาให้ประธานาธิบดีผู้นั้นพ้นจากตำแหน่ง เราก็ได้เห็นกับตาว่าฝูงชนกลุ่มหนึ่งเกรี้ยวกราดจนก่อจลาจลบุกทำลายห้องประชุมอันศักดิ์สิทธิ์ของรัฐบาล พวกเขารู้สึกว่าเหตุผลใดไม่ทราบได้ ว่าพวกตนจะทำให้ประเทศยิ่งใหญ่ขึ้นได้ด้วยการถีบพังประตูและปัสสาวะรดพรมในห้องของแนนซี เปโลซี

ฉันรู้สึกโกรธใหม่ ใช่ ฉันโกรธ

ในช่วงเวลานั้นฉันหมดกำลังใจใช่หรือเปล่า ใช่ นั่นก็ด้วย

ฉันสะเทือนใจใหม่เมื่อเห็นความคลั่งไคล้และความเชื่อไร้เหตุผลแปลงร่างกลายเป็นคำขวัญการเมืองแนวประชานิยมว่าด้วยความยิ่งใหญ่แน่นอนที่สุด

แต่ถามว่าฉันโดดเดี่ยวไหมในเรื่องนี้ ก็ยังดีที่ไม่โดดเดี่ยว แทบทุกวันฉันได้ยินเสียงจากผู้คนทั้งใกล้ทั้งไกลซึ่งกำลังพากันเพียรฝ่าข้ามให้พ้นอุปสรรคเหล่านี้ ประเมินพลังงานของตัวเอง ประดับประดาคนที่ตนรักไว้แน่น และทำสิ่งที่ทำได้เพื่อให้ยังคงหาญกล้า บ่อยครั้งฉันได้คุยกับผู้คนซึ่งดิ้นรนต่อสู้กับความรู้สึกที่ว่าตัวเองช่างแตกต่าง คนที่รู้สึกไว้ค่าหรือไม่อยู่ในสายตาใคร หมดแรงจากการพยายามเอาชนะ รู้สึกว่าแสงในตัวเองหม่นมัว ฉันได้พบคนหนุ่มสาวจากทั่วโลกที่พยายามหาเสียงของตัวเองให้เจอและสร้างสรรค์พื้นที่ให้ตัวตนแท้จริง ทั้งในความสัมพันธ์และในที่ทำงาน พวกเขามีคำถามเต็มไปหมด : ทำอย่างไรฉันถึงจะสร้างสายสัมพันธ์ที่มีความหมาย ฉันจะพูดถึงปัญหาตรงๆ เมื่อไหร่หรืออย่างไรดี การ “ทำตัวให้สูง” หมายถึงอะไรเมื่อพบว่าตัวเองอยู่ในที่ต่ำ

คนมากมายที่ฉันได้รับฟังมาต่างพยายามหาที่สำแดงพลังของพวกเขาภายในสถาบันสังคม ในชนบทเดิม และโครงสร้างต่างๆ ที่ไม่ได้สร้างไว้สำหรับเขา พยายามกวาดตามองหากับระเบิดและเส้นแบ่งเขต

ตามแผนที่ ซึ่งหลายกรณีไม่ชัดเจนทำให้มองเห็นได้ยาก และหากไม่สามารถหลบเลี่ยงอุปสรรคเหล่านี้ บทลงโทษก็อาจแสนสาหัส เรื่องพรรคนี้ชวนให้สับสนและอันตรายอย่างแรง

มีคนขอคำตอบและทางแก้จากฉันอยู่บ่อย ๆ นับแต่ออกหนังสือเล่มหลังสุดไปแล้ว ฉันก็ได้ฟังเรื่องราวและได้รับคำถามมากมายระหว่างสนทนาแลกเปลี่ยนกับผู้คน ถึงเหตุผลและวิธีการที่เราจะเอาชนะความไม่เป็นธรรมและความไม่มั่นใจ ฉันเจอคำถามว่าฉันมีสูตรอะไรทุกอย่างในชอกไหนสักแห่ง เอาไว้ใช้รับมือกับปัญหาพวกนี้บ้างไหม สักอย่างที่จะช่วยให้พ้นจากความสับสน สักอย่างที่จะช่วยให้เอาชนะได้ง่ายขึ้น เชื่อก่อนฉันเข้าใจดีว่าของพวกนั้นเป็นประโยชน์ขนาดไหน ใจจริงฉันอยากบอกขั้นตอนชัด ๆ เป็นข้อ ๆ เพื่อช่วยให้คุณพิชิตความไม่มั่นใจทุกอย่างได้ ช่วยเร่งให้คุณไต่ขึ้นสูงได้เท่าที่หวัง อยากจะให้มันง่ายอย่างนั้นเลยละ ถ้าหากมีสูตรฉันก็ยินดีหยิบยื่นให้ทันที แต่โปรดอย่าลืมนะว่าบางคืนฉันเองก็นอนนึกสงสัยอยู่เหมือนกันว่าตัวฉันนี่ดีพอไหม บอกเลยว่าฉันก็ต้องเอาชนะเหมือนกับใครต่อใคร แล้วเป้าสูงซึ่งเราหลายคนบากบั่นจะให้บรรลุ นะหรือ ถึงจุดนี้ฉันไปถึงหลายเป้าพอสมควรแล้ว ส่วนที่ว่าเป้าหมายนั้นคุ้มค่าความพากเพียรสักแค่ไหนนั้น ฉันบอกได้ว่าที่ตรงนั้นก็มีความสงสัยไม่มั่นใจ และไม่เป็นที่ธรรมอยู่เช่นกัน จริง ๆ แล้วมีเยอะมากด้วย

ประเด็นก็คือไม่มีสูตรหรอกค่ะ ไม่มีพอมดซ่อนอยู่หลังม่าน ฉันไม่เชื่อว่าปัญหาสำคัญ ๆ ของชีวิตจะมีทางแก้ไขที่น่าพอใจหรือมีคำตอบແหล่มคม โดยธรรมชาติแล้วประสบการณ์คนเราไม่เป็นอย่างนั้น จิตใจเราซับซ้อนเกินไป ความเป็นมาของเรายุ่งเหยิงเกินไป



สิ่งที่จับพอเสนอให้ได้ คือฉันให้สำรวจกล่องเครื่องมือส่วนตัวคร่าว ๆ หนังสือเล่มนี้ตั้งใจจะบอกคุณให้รู้ว่าฉันเก็บอะไรไว้ในนั้นบ้าง เก็บไว้ทำไม

อะไรบ้างที่ฉันหยิบไปใช้ในด้านการงานและชีวิตส่วนตัว เพื่อช่วยให้ตัวเองมั่นคงและมั่นใจ อะไรทำให้ฉันเดินหน้าได้แม้ในยามที่เคร่งเครียด และวิตกกังวลอย่างสูง เครื่องมือบางส่วนของฉันคือนิสัยและการประพฤติปฏิบัติ บางส่วนคือวัตถุดิบของจริง ๆ ส่วนที่เหลือคือทัศนคติและความเชื่อ อันเกิดจากพื้นเพความเป็นมาและชุดประสบการณ์ส่วนตัว มันคือกระบวนการ “กลายมาเป็น” ซึ่งดำเนินอยู่อย่างต่อเนื่อง ฉันไม่ได้ตั้งเป้าเขียนเป็นคู่มือแนวพัฒนาตัวเอง แต่คุณอ่านแล้วจะเห็นภาพสะท้อนต่อเรื่องราวชีวิตที่ผ่านมาสอนอะไรฉันบ้าง คานงัดและระบบไฮดรอลิกแบบไหนที่ฉันใช้พาตัวเองฝ่าฟันปัญหา ฉันอยากแนะนำให้คุณรู้จักใครหลายคนที่ทำให้ฉันแน่นแฟ้น อยากแบ่งปันบทเรียนที่ฉันได้จากผู้หญิงนำที่หลายคนเรื่องการเผชิญหน้าความไม่เป็นธรรมและความไม่มั่นใจ คุณจะได้ฟังหลายเรื่องซึ่งยังคงทำให้ฉันเสียหลักล้มได้เป็นครั้งคราว และสิ่งที่ฉันใช้ช่วยย่นตัวให้ลุกขึ้นใหม่ ฉันจะเล่าให้ฟังเช่นกันถึงทัศนคติบางอย่างที่ฉันละวาง โดยเข้าใจแล้วว่าเครื่องมือย่อมต่างจากข้อแก้ตัว และมันมีประโยชน์มากกว่าจริง ๆ

ไม่ต้องบอกก็คงรู้ได้ว่าเครื่องมือทุกอย่างใช้ว่าจะช่วยได้ในทุกสถานการณ์ หรือใช้ได้ผลเหมือนกันสำหรับทุกคน เครื่องมือที่คุณใช้ได้ผลดีมากอาจใช้ไม่ค่อยดีในมือเจ้านายของคุณ หรือแม่ของคุณ หรือคู่ชีวิตของคุณ คุณคงใช้ไม่พ่ายช่วยเปลี่ยนยางรถไม่ได้ เหล็กกัดยางรถคงใช้ทอดไขไม่ได้ (เชิญพิสุจน์ตามสบายนะคะว่าฉันพูดผิด) เครื่องมือค่อย ๆ เปลี่ยนไปตามกาลเวลาบนสภาวะแวดล้อมและการเติบโตของตัวเรา อะไรที่เคยได้ผลในชีวิตช่วงหนึ่งอาจใช้ไม่ได้ผลในอีกช่วง แต่ฉันเชื่อว่าการแยกแยะนิสัยที่ช่วยให้เรามั่นคงกับนิสัยที่กระตุ้นให้เราวิตกกังวลย่อมมีคุณค่า ฉันหวังว่าคุณอ่านแล้วจะได้พบสิ่งที่หยิบไปใช้ได้จริง เลือกลีงที่เป็นประโยชน์ ทั้งสิ่งที่ไม่มีความหมาย แยกแยะ รวบรวม และกลั่นกรองเป็นชุดเครื่องมือที่จำเป็นสำหรับตัวคุณเอง

สุดท้ายฉันอยากแยกแยะบางแนวคิดเรื่องอำนาจและความสำเร็จ

วางกรอบใหม่ให้เห็นชัดเกี่ยวกับสารพัดสิ่งซึ่งคุณเอื้อมถึง ให้ตัวเองมีกำลังใจเข้มแข็งยิ่งขึ้น ฉันเชื่อว่าเราแต่ละคนต่างมีแสงสว่างเล็กๆ อยู่ในตัวเอง เป็นสิ่งพิเศษเฉพาะตัวเรา เป็นเปลวไฟซึ่งสมควรปกป้องรักษา เมื่อตระหนักได้ถึงคุณค่าของแสงในตัวเองเราย่อมเชื่อมั่นได้อย่างมีพลัง เมื่อรู้จักสนับสนุนความพิเศษเฉพาะในตัวคนรอบข้าง เราย่อมสร้างชุมชนที่เห็นอกเห็นใจกัน และสร้างความเปลี่ยนแปลงที่มีความหมายสำคัญได้ ภาคแรกในเล่มฉันเล่าถึงกระบวนการค้นหาความเข้มแข็งและแสงสว่างข้างในตัวเรา ภาคสองว่าด้วยสัมพันธภาพของตัวเรากับคนอื่น ๆ และความนึกคิดที่เรามีต่อบ้าน ส่วนภาคสามฉันตั้งใจเปิดกว้างแลกเปลี่ยนวิธีการที่เราอาจใช้ครอบครอง ปกป้อง และเสริมส่งแสงภายใน โดยเฉพาะช่วงยามที่ท้าทายความสามารถ

เนื้อหาตลอดทั้งเล่มเราจะคุยกันถึงการค้นหาพลังส่วนบุคคล พลังสาธารณะ และพลังซึ่งจะใช้เอาชนะความรู้สึกกังวลและอัปยศหนทาง ฉันจะไม่บอกหรือว่าสิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องง่าย หรือไม่ได้มีอุปสรรคมากมาย กีดขวาง โปรดอย่าลืมว่าทุกอย่างที่ฉันรู้ สารพัดเครื่องมือที่ฉันพึ่งพา ล้วนได้มาจากการลองผิดลองถูกทั้งหมดทั้งมวลตลอดหลายปี ฉันลงมือทำแล้วเวียนประหม่นผลซ้ำ ๆ ฉันเรียนรู้ด้วยตัวเองมาหลายสิบปีแล้ว ทำผิดทำพลาด ปรับเปลี่ยน และแก้ไขแนวทางระหว่างที่ทำไปด้วย ฉันรุดหน้ามาถึงตรงที่ฉันเป็นอยู่ทุกวันนี้ได้อย่างซ้ำ ๆ

ถ้าคุณหยิบหนังสือเล่มนี้อ่านตอนอยู่ในวัยหนุ่มสาว โปรดอย่าลืมอดทนกับตัวเองให้มากนะคะ คุณเพิ่งเริ่มต้นการเดินทางยาวไกลแสนน่าสนใจ มันไม่สะดวกสบายไปหมดหรอก คุณจะใช้เวลาหลายปีรวบรวมข้อมูลว่าตัวคุณเป็นใครและปฏิบัติตัวอย่างไร แล้วก็จะค่อย ๆ พบเส้นทางสู่ความมั่นใจและสำนึกในตัวตนแรงชัดขึ้น คุณจะค้นพบและใช้แสงในตัวเองได้แบบค่อยเป็นค่อยไปเท่านั้น

ฉันได้เรียนรู้ว่าไม่เห็นเป็นไรที่จะยอมรับว่าคุณค่าในตัวเองห่อหุ้มด้วยความเปราะบาง รู้ว่าสิ่งซึ่งเราแบ่งปันกันในฐานะมนุษย์โลก คือ

แรงดลใจให้สร้างสิ่งใหม่ที่ดีกว่าเก่าเสมอไม่ว่าเรื่องใด เรากล้าหาญในความสว่างไสว ถ้าหากคุณรู้จักแสงของคุณ คุณก็รู้จักตัวคุณเอง รับรู้เรื่องราวของตัวเองแบบตรงไปตรงมา ประสบการณ์บอกฉันว่าการรู้จักตัวเองแบบนี้สร้างความเชื่อมั่น ก่อเกิดความสงบเยือกเย็น และสามารถรักษาทัศนคติไว้ได้ ซึ่งในที่สุดจะช่วยให้เราเชื่อมต่อกับคนอื่นได้อย่างมีความหมาย ฉันว่านี่คือรากฐานของทุกสิ่งทุกอย่าง แสงหนึ่งกระตุ่นอีกแสง หนึ่งครอบครัวที่เข้มแข็งมอบความแข็งแกร่งให้อีกหลายครอบครัว หนึ่งชุมชนที่ร่วมแรงร่วมใจช่วยจุดประกายให้ชุมชนรอบๆ นี่คือพลังแห่งแสงสว่างในตัวเรา

แรกเริ่มแอบคิดไว้ว่าหนังสือเล่มนี้คงเป็นเพื่อนในรูปแบบหนึ่งที่จะช่วยให้คนอ่านพ้นฝ่าภาวะอันผันผวน ฉันหวังว่าอ่านแล้วจะช่วยให้อึดใจหนักแน่นมั่นคง เป็นประโยชน์กับคนที่กำลังเจอช่วงเปลี่ยนผ่านในชีวิต ไม่ว่าจะเรื่องหมายบ่งบอกจะเป็นการเรียนจบหรือหย่าร้าง การเปลี่ยนอาชีพ หรือการตรวจพบโรคร้าย การเกิดของเด็กหรือว่าความตายของคนใกล้ชิด ที่คิดว่าคือฉันจะมองความผันแปรเบื้องต้นจากภายนอก พิจารณาปัญหาความกลัวและความไม่มั่นใจแบบต่างๆ อย่างคนที่รอดมาแล้ว พุดในฐานะคนวัยย่างหกสิบซึ่งผ่านมาได้โดยสวัสดิภาพ

ฉันควรจะรู้ดีขึ้นบ้างแน่ๆ

หลายปีที่เพิ่งผ่านพ้นเหวี่ยงพวงเราทั้งหลายเข้าสู่ความผันแปรรุนแรง แล้วขังเราไว้ตรงนั้นอย่างไร้ผ่อนปรน ซ้ำไม่เหมือนสภาพใดเลยที่พวกเราเคยพบเจอ เพราะชีวิตคนส่วนใหญ่ซึ่งอายุรุ่นฉันหรืออ่อนวัยกว่าไม่เคยผ่านพบโรคร้ายแรงที่ระบาดทั่วโลก หรือการทิ้งระเบิดในยุโรป หรือยุคสมัยซึ่งผู้หญิงไม่มีสิทธิ์พื้นฐานให้ตัดสินใจเรื่องร่างกายตัวเองด้วยข้อมูลครบถ้วน เราได้รับการปกป้องคุ้มภัยเรื่อยมา บัดนี้ความปลอดภัย

เหล่านักดับลัดน้อยถอยลง ความไม่แน่นอนซึมแทรกอยู่แทบทุกซอกมุมของชีวิต เผยตัวทั้งไกลตัวและใกล้ตัว อย่างความเสี่ยงจะเกิดสงครามนิวเคลียร์ และด้านที่ใกล้ตัวมากอย่างเสี่ยงลูกเราเริ่มไอ สถาบันต่างๆของเราถูกเขย่าสั่นคลอน ระบบมากมายสะดุดชวตเซ บุคลากรที่ทำงานด้านสาธารณสุขและการศึกษาเครียดเหลือประมาณ รายงานพบว่าผู้ใหญ่วัยต้นมีปัญหาคความเหงา วิตกกังวล และซึมเศร้าในอัตราสูงชนิดไม่เคยปรากฏ

เราพยายามหาทางรู้ว่าควรไวใจใครหรืออะไร จะวางศรัทธาไว้ตรงไหน ความเจ็บปวดจะยังอยู่กับเราแน่ๆ นักวิจัยประเมินว่า COVID-19 ทำให้เด็กกว่า 7.9 ล้านคนทั่วโลกต้องสูญเสียพ่อ แม่ หรือปู่ตายาย ผู้เลี้ยงดู ในสหรัฐฯ เด็กกว่าหนึ่งล้านคนจากชุมชนคนผิวสีเป็นส่วนใหญ่ ประสบสภาพที่ผู้ดูแลครอบครัวคนหลักหรือคนรองเสียชีวิตด้วยฤทธิ์ไวรัส ผลกระทบรุนแรงเหล่านี้ดูเป็นไปไม่ได้แม้แค่จินตนาการเสาค้าจุนสูญหายหมดสิ้น

กว่าเราจะปรับตัวตั้งหลักได้ใหม่อาจต้องใช้เวลาลึกระยะ ความสูญเสียต่างๆ จะส่งผลสืบเนื่องไปนานปี เราจะถูกจับเข่าซ้ำแล้วซ้ำอีก โลกจะยังคงสภาพซึ่งทั้งสวยงามและแตกพัง ความไม่แน่นอนจะไม่จากไป

แต่ในเมื่อไม่มีทางหาสมดุลได้ เราก็ถูกท้าทายให้ต้องปรับตัว ในหนังสือเล่มก่อนฉันบรรยายว่าการเดินทางของฉันสอนฉันว่าในชีวิตคนเราย่อมมีจุดจุดหนึ่งที่ตามวิถีเดิมเคยบอกว่ามันคือเครื่องหมายแสดงจุดเริ่มและจุดจบ แต่แท้จริงมันเป็นเครื่องหมายบนเส้นทางอันยาวไกลกว่านั้นมากนัก ตัวเราเคลื่อนไหวเดินทางหน้าเสมอ เราขยับปรับเปลี่ยนไม่หยุดหย่อน เราเรียนรู้ไปเรื่อยแม้เป็้อจะเรียนรู้ เราเปลี่ยนแปลงแม้การเปลี่ยนแปลงจะทำให้เราหมดแรง ไม่ค่อยมีอะไรรับประกันผลที่ได้ แต่แต่ละวันเรามีหน้าที่ปรับเปลี่ยนตัวเองเป็นเวอร์ชันใหม่กว่าเดิม

ขณะเราหาทางฝ่าฟันให้พ้นปัญหาโรคระบาด เฝชิญหน้ากับปัญหาความไม่เป็นธรรมและความไม่มั่นคง และกังวลกับอนาคตอัน

ไม่แน่นอน ฉันสงสัยว่าถึงเวลาแล้วหรือยังที่ควรเลิกถามเสียที่ว่า “เมื่อไหร่เรื่องนี้จะจบ” เปลี่ยนเป็นเริ่มคิดตั้งคำถามหลายข้อซึ่งต่างออกไปและทำได้จริง คำถามว่าด้วยการตั้งหลักให้มั่นคงได้ในสภาวะเปลี่ยนแปลงและทำทนายเสมอ : เราจะปรับตัวอย่างไร เราจะสบายใจขึ้นได้อย่างไร เราจะขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวมากขึ้นได้อย่างไรในภาวะไม่แน่นอน เรามีเครื่องมืออะไรไว้ใช้ประคองตัวบ้าง เราจะหาเสาเข็มเพิ่มเติมได้ตรงไหน เราจะสร้างความมั่นคงปลอดภัยให้คนอื่นได้อย่างไร แล้วหากร่วมมือพร้อมเพียงเราอาจร่วมกันเอาชนะสิ่งใดได้บ้าง

ฉันไม่มีคำตอบทั้งหมดหรอกค่ะ แต่ฉันอยากคุยแลกเปลี่ยนการมองเรื่องนี้ด้วยกันย่อมมีคุณประโยชน์ ฉันอยากเปิดพื้นที่ไว้รองรับการถกสนทนาที่สำคัญยิ่งกว่า กว้างขวางยิ่งกว่า ฉันเชื่อแน่ว่าทำแบบนี้เราจะยืนได้มั่นคงยิ่งขึ้นด้วยตัวเราเอง



กตลอกออนไลน์

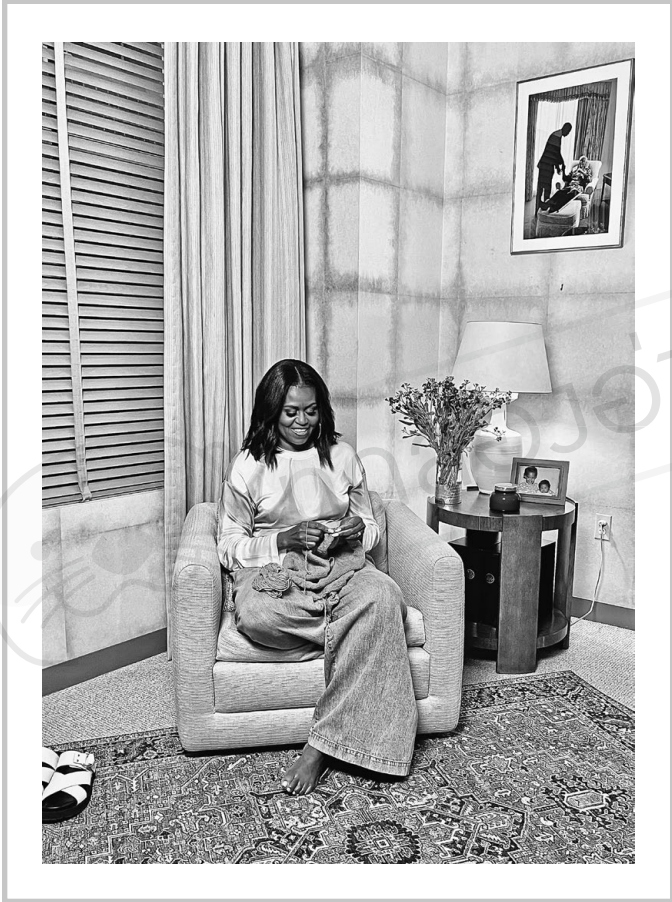
ภาคหนึ่ง

ไม่มีอะไรจะทำให้แสงที่ส่องฉายจากภายในหม่นมัว

- ม า ย า แ อ ง เ ฉ ลู



ทดลองอ่าน



การถักนิตติ้งช่วยให้ฉันรู้สึกสงบความคิดกังวลว่าอุ่น

บทที่หนึ่ง พลังของสิ่งเล็กๆ

Uางทีคุณจะรู้จัก เครื่องมือสักชิ้นก็หลังจากคุณเริ่มใช้มันได้ผล แล้วบางครั้งปรากฏว่าเครื่องมือชิ้นเล็กนิดเดียวก็ช่วยเราแยกแยะ สะสางความรู้สึกได้มากมายนัก ฉันเรียนรู้เรื่องนี้เมื่อสองปีก่อนตอนส่งเมลสั่งซื้อไม้กอล์ฟที่สั่งให้ตัวเองโดยไม่ค่อยรู้หรือทราบดีว่าจะซื้อมาทำไม

นี่คือช่วงสัปดาห์แรกๆ ที่โรคระบาดเป็นปัญหารุนแรง ระหว่างฉันอยู่ในบ้านเราที่วอชิงตัน ดี.ซี. ฉันซื้อปิงออนไลน์สะเปะสะปะ นอกจากของกินและกระดาษชำระแล้วยังกดเลือกข้าวของอย่างพวกเกมกระดานและอุปกรณ์ศิลปะใส่ตะกร้าด้วย ก็ไม่แน่ใจหรือว่าจะได้ใช้อะไรอย่างไรสักชิ้นจริงๆ ว่าคนอเมริกันชอบซื้ออะไรๆ อย่างนี้แหละเวลาเจอความไม่แน่นอน ฉันยังคงพยายามทำความเข้าใจข้อเท็จจริงที่ว่าเราต้องเปลี่ยนจาก “ชีวิตปกติ” ไปอยู่ในภาวะฉุกเฉินเต็มรูปแบบทั่วโลกเพียงชั่วเวลาที่เหมือนฉับพลันทันที ฉันยังคงพยายามทำความเข้าใจความจริงที่จู่ๆ ผู้คนหลายร้อยล้านก็ตกอยู่ในอันตรายร้ายแรง แล้วยามนั้นสิ่งซึ่งพวกเราที่เหลือจะช่วยให้มากที่สุดคือนั่งเงียบๆ อยู่ที่บ้าน

วันแล้ววันเล่าฉันเฝ้าติดตามข่าว งดไปหมดกับความอยู่ดีศรีธรรม รุนแรงในโลกเรา สะท้อนชัดเจนในพาดหัวข่าว ในตัวเลขคนว่างงาน ในตัวเลขผู้เสียชีวิต และในย่านต่าง ๆ ซึ่งรถพยาบาลส่งเสียงสนั่น ฉัน

อ่านบทความเรื่องที่ว่าพวกคนทำงานโรงพยาบาลไม่กล้ากลับบ้านหลังพ้นกะ เพราะกลัวตัวเองเอาเชื้อไปติดครอบครัว ฉันเห็นภาพรถบรรทุกหีบศพจอดอยู่ตามถนนในเมือง สถานที่จัดคอนเสิร์ตแปรสภาพเป็นโรงพยาบาลสนาม เราเหนื่อยเหลือเกินและก็กลัวมากเหลือเกิน ทุกอย่างดูเป็นเรื่องใหญ่ ทุกสิ่งดูมีผลกระทบแสนสำคัญ

และทุกอย่างก็ เป็น เรื่องใหญ่จริง ทุกสิ่งก็มีผลกระทบสำคัญจริง ยากที่จะไม่รู้สึกร่วมกันจนเกินรับ

ฉันใช้เวลาหลายวันในช่วงแรก ๆ โทรศัพท์คุยสอบถามเพื่อนฝูง และคุยกับแม่ ซึ่งตอนนี้อายุแปดสิบแล้วและอยู่คนเดียวในชิคาโก ให้แน่ใจว่าท่านมีช่องทางหาของกินของใช้ได้อย่างปลอดภัย ลูก ๆ เรา กลับจากมหาวิทยาลัยมาที่บ้านแล้ว ทั้งคู่ตกใจกับสภาพที่กำลังเกิดขึ้น และไม่คอยเต็มใจจากลาเพื่อน ๆ เท่าไหร่ ฉันกอดลูกทั้งสองแน่นแล้ว ปลอบให้มันแน่ใจว่าทั้งหมดนี้เป็นเรื่องชั่วคราว อีกไม่นานพวกแกก็จะได้กลับไปร่วมปาร์ตี้แฮฮา บ่นเรื่องสอบวิชาสังคมวิทยา ต้มราเมนกินในห้องพักที่หอ ฉันบอกลูกไปอย่างนั้นเพื่อช่วยให้ตัวเองเชื่อเช่นนั้น ฉันบอกอย่างนั้น เพราะรู้นั่นคือหน้าที่ส่วนหนึ่งของการเป็นพ่อแม่ คือหยิบยื่นความมั่นใจเพิ่มให้ลูกสักนิดแม้ตอนนั้นตัวเองจะเข่าอ่อนหน้อย ๆ แม้ตอนนั้นใจยังแอบกลุ่มกับเรื่องที่ใหญ่โตยิ่งกว่าการส่งลูกกลับไปหาเพื่อนฝูง แม้ตอนนั้นใจวิตกกังวล แต่ปากก็จะเอ่ยถึงความหวังในแง่ดีที่สุด

เมื่อเวลาผ่านไป ครอบครัวเราปรับตัวคุ้นชินกับกิจวัตรเสีย ๆ ยืดโยงด้วยมือเย็นอันยืดยาวกว่าปกติในยามค่ำ เราประมวลข่าวกัน เทียบเคียงข้อคิดเห็นที่ได้ยินหรือได้อ่านมา เช่น ตัวเลขสถิติหน้าเศร้าของวันนั้น หรือถ้อยแถลงชวนเสียขวัญและเอาแน่เอานอนไม่ได้จากทำเนียบขาวที่เป็นบ้านเดิมของเรา เราลองเล่นเกมกระดานที่ฉันซื้อมาช่วยกันแก้ปริศนาอักษรไขว้ นั่งดูหนังกันตรงโซฟายาว เมื่อไหร่เจออะไรน่าขำขันทักชวนกันหัวเราะ เพราะไม่อย่างนั้นเราจะรู้สึกว่ทั้งหมดนั้นน่าพรันพริงเกินไป

ซาซากับมาเลียเรียนออนไลน์กัน บาร์คยูกับงานเขียนบันทึกความทรงจำช่วงที่เป็นประธานาธิบดี ใจจดจ่อขึ้นเรื่อยๆ กับความจริงที่ว่าอีกไม่นานชาวอเมริกันผู้ลงคะแนนเลือกตั้งจะตัดสินใจว่าโดนัลด์ ทรัมป์ควรอยู่หรือไป ระหว่างนั้นฉันก็ทุ่มพลังให้โครงการหนึ่งซึ่งเคยช่วยเริ่มไว้ในปี 2018 ชื่อ When We All Vote มุ่งเสริมสร้างพลังผู้มีสิทธิลงคะแนนและเพิ่มจำนวนคนใช้สิทธิเลือกตั้งตามที่นายกเทศมนตรีเมืองเราขอร้องฉันเข้าร่วมรณรงค์ให้กับการบริการสาธารณะซึ่งตั้งชื่อตรงๆ ว่า Stay Home D.C. เร่งชักจูงให้ชาวเมืองเก็บตัวอยู่กับที่และถ้ารู้สึกป่วยก็ไปตรวจหาเชื้อฉันบันทึกเสียงข้อความให้กำลังใจเพื่อส่งต่อไปถึงคนทำงานห้องฉุกเฉินที่พากันอ่อนล้า แล้วพยายามแบ่งเบาภาระแม่สักนิดที่ฉันรู้ว่าพ่อแม่หลายคนกำลังแบกอยู่ โดยเริ่มจัดทำวิดีโอชุดรายสัปดาห์ ซึ่งฉันอ่านหนังสือนิทานแบบออกเสียงแล้วบันทึกไปให้เด็ก ๆ ฟัง

รู้สึกว่ายังทำได้ไม่มากพอ

ไม่พอแน่ ๆ

เวลานั้นฉันคิดว่าพวกเรามากมายจมจ่อมอยู่กับความจริงข้อนี้ไม่รู้สึกรู้ว่าอะไรเจียดใกล้คำว่าพอ มีรู้ไหวต้องอดเยอะเหลือเกิน เทียบกับปัญหาใหญ่โตจากโรคระบาดนั้นแล้ว ทุกความอดสาหัสก็ดูเล็กน้อยจ้อยร้อย

เชื่อเถอะ ฉันตระหนักแน่แ่ใจว่าตัวเองโชคดีมีอภิสิทธิ์กว่าคนอื่นในสถานการณ์นี้ ฉันเข้าใจดีว่ามันไม่ได้ลำบากนักหรืออกกับการทำได้แค่คอยสังเกตการณ์ในภาวะฉุกเฉินซึ่งสร้างความเสียหายสาหัสทั่วโลกโดยเฉพาะเมื่อเทียบกับปัญหาที่คนอื่นอีกมหาศาลต้องฝ่าฟันในช่วงเวลาเช่นนี้ ครอบครัวยังก็ทำเหมือนที่พวกเรามากมายถูกสั่งให้ทำเพื่อสวัสดิภาพของส่วนรวม นั่นคือเราซุกตัวอยู่ข้างใน เตรียมตัวรับพายุรุนแรง



เช่นเดียวกับอีกหลายคน ห้วงเวลาที่ต้องแยกตัวอยู่หนึ่ง ๆ เช่นนี้ท้าทายอย่างแรงสำหรับฉัน คล้ายเป็นประตูกำลังเปิดสู่ความกังวลที่ฉันไม่เข้าใจและไม่อาจควบคุม

ตลอดชีวิตที่ผ่านมาฉันยุ่งอยู่เสมอ *ทำตัว* ให้อยู่เสมอ ฉันคิดว่ ส่วนหนึ่งเป็นวิธีที่ทำให้รู้สึกว่าคุณควบคุมอะไรได้บ้าง ไม่ว่าจะที่บ้านหรือที่ทำงานฉันก็ใช้ชีวิตไปตามลำดับรายการ กำหนดวาระ และแผนกลยุทธ์ ฉันใช้สิ่งเหล่านั้นเป็นแผนที่นำทาง เป็นเครื่องบอกให้รู้ว่าตัวเองมุ่งไปตรงไหน ทั้งหมดมีไว้ใช้เพื่อให้ถึงที่หมายอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดเท่าที่จะทำได้ และฉันก็ค่อนข้างหมกมุ่นเรื่องการสร้างและการวัดความก้าวหน้าด้วย ฉันอาจมีแรงผลักดันชนิดนี้ติดตัวมาตั้งแต่เกิด อาจได้รับจากพ่อแม่ซึ่งมีศรัทธาแข็งแกร่งมั่นคงว่าเครื่อกับฉันมีศักยภาพจะยิ่งใหญ่ได้ แต่พวกท่านก็ชัดเจนเช่นกันว่าจะไม่ช่วยเราในเรื่องนั้น พวกท่านเชื่อว่าควรปล่อยให้เราไปขุดหาขุมทรัพย์เอาเอง น่าจะเป็นไปได้เช่นกันว่าความขยันแข็งบางส่วนคงมาจากสภาพแวดล้อมของฉั้เอง มาจากความเป็จริงที่ว่าฉันขันทำงานอย่างเราแทบไม่เคยเจอโอกาสหล่นลงหน้าประตูบ้านคุณต้องไปตามหาเอาเอง จริง ๆ คือบางทีคุณจะต้องเกาะติดและตามล่าหาจนเจอ

แล้วฉันก็ไม่มีปัญหาเรื่องเกาะติดเลย ฉันใช้เวลาปีแล้วปีเล่าทุ่มเทแบบหวังผล แต่ละพื้นที่ใหม่ ๆ ซึ่งฉันเหยียบย่างเข้าไปกลายเป็นสนามพิสูจนั้ ฉันภูมิใจในการทำงานราวกับเหรียญตรา เกาะติดความก้าวหน้าตัวเองผ่านตัวเลขสถิติต่าง ๆ เช่นเกรดเฉลี่ยและอันดับคะแนนสอบ แล้วก็ได้รางวัลตอบแทน การทำงานในบริษัทกฎหมายใหญ่โตบนชั้นสี่สิบเจ็ดของตึกระฟ้าที่ซีคาโกสอนให้ฉันรู้จักกัดเค้นชั่วโมงทำงานซึ่งแปรเป็นเงินได้สูงสุดในแต่ละวัน แต่ละสัปดาห์ แต่ละเดือน ชีวิตฉันกลายเป็นชั่วโมงทำงานที่นับรวมไว้ถึถ้วน แม้เมื่อความสุขของฉั้เริ่มลดน้อยลง

ฉันไม่ใช่คนประเภทที่ชอบทำงานอดิเรก บางครั้งบางคราวฉัน

เห็นคนซึ่งมักเป็นหญิงถักนิตตั้งอยู่ในสนามบินบ้าง ห้องบรรยายในมหาวิทยาลัยบ้าง หรือระหว่างนั่งรถโดยสารในเมืองไปทำงาน แต่ฉันไม่เคยสนใจคนเหล่านั้น หรือการถักนิตตั้ง เย็บผ้า ถักโครเชต์ หรืออะไรทำนองนั้น ฉันมักยุ่งอยู่กับการนับชั่วโมงทำงานและตามเก็บสถิติของตัวเอง

ทว่าการถักนิตตั้งฝังในดีเอ็นเอของฉัน ปรากฏว่าฉันสืบเชื้อสายจากช่างตัดเย็บมากมายหลายคน ตามที่แม่เล่าให้ฟัง ผู้หญิงทุกคนในสายตระกูลท่านรู้จักใช้เข็มด้ายเย็บผ้า ถักโครเชต์ และถักนิตตั้ง เรื่องนี้ไม่เกี่ยวกับใจรักมากเท่าเกี่ยวกับผลทางปฏิบัติ ฝีมือเย็บผ้าเป็นเครื่องป้องกันง่าย ๆ ไม่ให้ถล่มสู่ความยากจน หากตัดเย็บหรือซ่อมเสื้อผ้า เป็น ย่อมมีทางหาเงินใช้เสมอ เมื่อชีวิตแทบไม่เหลือสิ่งอื่นใดให้พึ่งพา คุณก็พึ่งสองมือตัวเองได้

แอนนี่ ลอร์วสัน คุณยายทวดซึ่งฉันเรียกว่า “แมมมอ” สูญเสียสามีไปเมื่อท่านอายุยังน้อย แต่สามารถจัดแจงเลี้ยงดูตัวท่านเองกับลูกเล็กสองคนในเมืองเบอร์มิงแฮม รัฐแอละแบมา ส่วนหนึ่งก็ด้วยการรับซ่อมเสื้อผ้าให้คนอื่น ทำให้บนโต๊ะมีของกินไม่ขาด ด้วยเหตุผลท่านเองเดียวกัน บรรดาผู้ชายในตระกูลของแม่ต่างก็หัดทำงานช่าง อย่างช่างไม้และช่างซ่อมรองเท้า ครอบครัวที่ขยับขยายแบ่งกันใช้ทรัพยากร รายได้บ้านช่อง ผลคือแม่ฉันโตขึ้นในบ้านซึ่งมีพ่อแม่สองคน พี่น้องหกคน และในช่วงหลายปีก็ยังมีแมมมออีกคน ผู้ย้ายจากเบอร์มิงแฮมมาอยู่ชิคาโก และยังคงรับจ้างเย็บผ้า โดยส่วนมากท่านรับแก้ทรงเสื้อผ้าให้พวกคนผิวขาวที่มั่งมี แม่บอกว่า “เราไม่มีอะไรเหลือเพื่อหрок แต่เราเชื่อมั่นว่าเราจะมั่งคั่ง”

ช่วงเดือนฤดูร้อน แมมมอห่อจักรเย็บผ้าซึ่งเกอร์ของท่านหอบขึ้นรถบัสเดินทางเป็นชั่วโมง ๆ มุ่งหน้าสู่ตอนเหนือของเมือง ไปหาครอบครัวหนึ่งซึ่งท่านทำงานให้ พวกเขามีบ้านพักฤดูร้อนอยู่ติดทะเลสาบ ท่านไปพักที่นั่นคราวละหลายวัน ไม่มีใครในครอบครัวเวลานึกภาพจุดหมายนั้นได้ชัดเจนนัก ภาพสถานที่ซึ่งมองไปเห็นเรือใบผลุลอยอยู่ในน่านน้ำ เด็ก ๆ

ใส่ชุดผ้าลินิน และไปพักร้อนกันนานเป็นเดือนๆ แต่ที่พวกเราารู้คือ อากาศร้อน จักรชิงเกอร์หนัก และถึงจุดนี้อายุแมมมอกก็ไม่ใช่น้อยๆ แล้ว

ความพากเพียรหนักหนาทั้งหมดนี้ทำให้เพอร์เนลล์ ซิลด์ส ลูกชาย ท่าน ซึ่งตอนหลังเราขนานนามว่า “เซาท์ไซด์” ส่ายหัวพร้อมตั้งข้อสงสัย ตั้งๆ ว่า ทำไมพวกที่มีปัญญาซื้อบ้านพักตากอากาศถึงไม่คิดจะซื้อจักรเย็บผ้าติดบ้านไว้เลย แมมมอกจะได้ไม่ต้องลำบากหัวของหนักอย่างนั้น แต่ยอมไม่มีทางถามอย่างนั้นกับใครได้โดยสุภาพแน่ แล้วถึงอย่างไร คำตอบก็ชัดอยู่แล้ว คือมันไม่ใช่เราทำไม่ได้ ก็แค่ *ไม่ทำ* เท่านั้นเอง พวกเขาไม่น่าจะเคยคิดเรื่องนี้ด้วยซ้ำ แมมมอกเลยต้องหัวจักรของท่าน ไปๆ กลับๆ ตลอดช่วงหน้าร้อนเพื่อดูแลเสื้อผ้าของคนอื่น

เรื่องนี้อยู่ในใจแม่ฉันเนิ่นนานตลอดมา แม่เล่าแบบไม่ได้สั่งสอน ซ้ำถูกซั่มผิด แต่ภายใต้เรื่องราวคือเรื่องเตือนใจซึ่งส่งทอดต่อกันมาเรื่อยๆ ว่า ตระกูลของเรา ผู้คนของเรา แบกรับภาระหนักมานานแล้ว สรวพัต อย่างที่พวกเขาต้องซ่อมแซม รัปใช้ เปลี่ยนแก้ และลากดึง เพื่อจะยังชีพอยู่ได้

ตอนเด็กๆ ฉันไม่ได้ตั้งใจนึกถึงเรื่องเหล่านี้ แต่โดยสัญชาตญาณ ฉันรู้สึกถึงน้ำหนักนั้นบางส่วน มันแฝงฝังอยู่ในนิสัยดินรนต์ต่อสู้ไม่ยอมแพ้ ของฉัน อยู่ในความรู้สึกรับผิดชอบเพื่อคนอื่น ฉันต้องไปให้ไกลขึ้น ทำให้มากขึ้น และอ่อนข้อให้น้อยลง ฉันว่าแม่เองก็รู้สึกอย่างนั้นเหมือนกัน ครั้งหนึ่งพ่อเอ่ยปากว่าแค่รักกับฉันน่าจะหัดปะชุนถุงเท้าที่ขาดเป็นรู แม่รีบแย้งทันที แม่ว่า “เฟรเซอร์ ฉันอยากให้ลูกๆ จดจ่อกับเรื่องเรียน ไม่ใช่กับถุงเท้า ทำแบบนี้สักวันพวกแกจะซื้อถุงเท้าที่ตัวเองต้องการได้หมด”

คุณคงพออบอกได้ว่าฉันโตขึ้นมาด้วยใจจดจ่อแบบนั้นเป๊ะเลย ตั้งเป้ามุ่งสู่วิถีที่จะเป็นคนซื้อถุงเท้าใช้ ไม่ใช่คนปะถุงเท้า ฉันพยายามอย่างหนักเพื่อความสำเร็จ เปลี่ยนอาชีพหลายครั้งไม่ใช่แค่หนเดียว ฉันย้ายตัวเองออกจากการทำงานที่จ่ายเงินตามชั่วโมงไปอยู่ในแวดวงการทำงานซึ่งได้ใกล้ชิดกับชุมชนมากขึ้น แม้งานเหล่านั้นไม่ได้ยุ่งุ่นวาย

น้อยไปกว่ากันก็ตาม ฉันได้เป็นแม่คน เป็นความปลื้มปิติเหลือคณา ที่นำเรื่องยุ่งยากอีกเป็นขบวนเข้ามาในเส้นทางแห่งอุปสรรค ในแต่ละวัน ฉันวิ่งวุ่นจัดการเรื่องราวต่าง ๆ ฉันทำเหมือนอย่างที่ผม ๆ หลายคนทำ วางแผน จัดการ สะสาง และประหยัด ฉันจำฝังทางเดินที่ห้างทาร์เก็ต และเบบีส์อาร์อัสได้แม่นยำเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด บรรจงจัดระบบ เป็นกระบวนการที่ใช้ได้ผลทั้งสำหรับครอบครัวเรา สำหรับงานของฉัน สำหรับสุขภาพ และสุขอนามัยของตัวเอง ฉันหมั่นทบทวนปรับแก้ อยู่เรื่อยเมื่อลูก ๆ โตขึ้น เมื่องานการเมืองของบาร์คครอบงำทุกอย่าง และฉันก็กดดันตัวเองให้เดินหน้า พยายามจดจาะความสำเร็จของตัวเอง

ถ้าเผลอคิดนอกเรื่อง มีเรื่องเจ็บปวดคาใจ หรือรู้สึกสับสนแยกแยะ ไม่ได้ ปกติฉันก็จะแค่เก็บมันไว้ไกล ๆ ในชั้นวางทางความคิด เอาไว้ ช่วงไหนไม่ยุ่งนักค่อยกลับมาว่ากัน

การทำตัวยุ่งตลอดก็มีประโยชน์ที่จับต้องได้ เวลาแปดปีใน ทำเนียบขาวยืนยันข้อนี้ เมื่อความรับผิดชอบกระหน่ำใส่ให้ต้องลงมือทำ สมองตบ ซึ่แจจ แสดงออก ให้ความเห็น ปลูกปลอบ สตรีหมายเลข หนึ่งอย่างฉันจึงเริ่มชินกับการทำงานในขอบเขตกว้าง ๆ ปัญหายักษ์ ๆ เหตุการณ์ใหญ่ ๆ คนกลุ่มเยอะ ๆ ผลลัพธ์เยาะ ๆ ซึ่งแน่นอนว่าความ ใหญ่โตย่อมมาพร้อมความยุ่ง จังหวะก้าวอันซูลมุนทำให้ฉันกับบาร์ค แทบไม่เหลือเวลาให้คิดติดลบใด ๆ พวกที่ทำงานเคียงข้างเรายิ่งไม่ต้อง พูดถึง เรามุ่งทำงานให้คล่องว่องไว จะมัวให้อะไรถ่วงรั้งไม่ได้ ว่าไปแล้ว ข้อนี้ก็เข้าใจง่าย คือมันช่วยให้เราเห็นภาพกว้างโดยรวม และโดยทั่วไป เราก็จะมองมันแง่บวกไว้ก่อน ในแง่นี้การทำตัวยุ่งเข้าไว้จึงเป็นเครื่องมือ อย่างหนึ่ง คล้ายใส่ชุดเกราะป้องกันตัว ถ้าโดนใครยิงธนูใส่ก็น่าจะเจ็บตัว น้อยกว่า เพราะไม่มีเวลาให้บาดเจ็บ



อย่างไรก็ตาม เดือนแรกๆ ที่เกิดโรคภัยระบาดได้ทำลายสภาพทั้งหมดที่ว่ามา ฉีกโครงสร้างวันเวลาของฉันทะลุกระจาย รายการ กำหนดการ และแผนกลยุทธ์ต่างๆ ที่ฉันพึ่งพาอาศัยตลอดมาพลันถูกยกเลิก เลื่อนไป เกิดความไม่แน่นอนใหญ่หลวง เวลาเพื่อน ๆ โทร.มาหา ก็มักคุยแต่เรื่อง ที่พวกเขากำลังวิตกกังวล ช่วงยามนี้ทุกแผนการในอนาคตต่างมาพร้อม เครื่องหมายดอกจันกำกับ ไม่เว้นแม้แต่ตัวอนาคตเอง เดือนนี้หนักถึงความรู้สึกตอนฉันเด็ก ๆ เมื่อได้เห็นความเปราะบางของพ่อทุกคนที่ท่านล้มลง เสียชีวิตที่ซึ่งฉายให้เราเห็นความล่อแหลมสุมเสี่ยงของทุกสิ่งทุกอย่าง

ความรู้สึกเก่า ๆ ครานี้บางส่วนผุดขึ้นมาอีกครั้งในตอนนั้น ทันทีที่คิดว่าหาทางแก้ไขอะไร ๆ ได้แล้ว ฉันก็จะวนมาอยู่ที่เดิมอีก รู้สึกสับสนงงงวย ควบคุมไม่ได้ เหมือนอยู่ในเมืองซึ่งถูกลบป้ายชื่อถนนและจุดสังเกตต่าง ๆ ทิ้งไป ฉันจะเลี้ยวซ้ายหรือขวาดี ย่านกลางเมืองไปทางไหน ฉันไม่รู้ทิศทาง ซึ่งนั่นทำให้สูญเสียเกราะป้องกันบางอย่างไปด้วย

ตอนนี้ฉันเข้าใจแล้วว่านี่แหละคือผลงานของพายุลูกใหญ่ มันกระหน่ำทำลายเขตแดนของเรา ทำท่อประปาเราพัง ทำลายสิ่งก่อสร้าง ทำน้ำท่วมถนนหนทางที่เราเคยใช้ โคนถนนเสาป้ายบอกทางหลุดหาย ทิ้งให้เราอยู่ในภูมิประเทศที่เปลี่ยนแปลง กับตัวตนของเราที่เปลี่ยนไป ไม่มีตัวเลือกใดนอกจากหาทางใหม่ไปข้างหน้าเท่านั้น

บัดนี้ฉันเข้าใจสภาพนี้ดีแล้ว แต่ช่วงหนึ่งในตอนนั้นฉันเห็นแต่พายุ ความกังวลและโดดเดี่ยวฉันทันทีฉันเข้าสู่ด้านใน ล่าถอยไปข้างหลัง ฉันหวนค้นพบคำถามสารพัดที่ยังไม่ได้รับคำตอบแล้วถูกซุกเก็บไว้ในสมอง เจอข้อกังขาสารพันซึ่งแต่ก่อนฉันซ่อนเอาไว้ พอหยิบออกมาฉันก็ยึดมั่น กลับเข้าไปงาย ๆ ไม่ได้แล้ว ไม่มีอะไรลงตัวเลย ไม่มีอะไรดูเสร็จสิ้นเลย ความเรียบบร้อยซึ่งฉันโปรดปรานตลอดมาถูกแทนที่ด้วยความกังวล บางคำถามที่เจอนั้นเฉพาะเจาะจง เช่น *ลงทุนเรียนกฎหมายไปมันคุ้มกับเงินที่ฉันกู้ยืมมาจ่ายค่าเรียนไหม* ฉันผิดพลาดหรือเปล่าที่ตีตัวออกหาก จากมิตรภาพอันซับซ้อนยุ่งยาก ขณะที่อีกหลายคำถามก็กว้างกว่าและ

หนักหนากว่า ฉันอดไม่ได้ที่ต้องย้อนไปตั้งคำถามเรื่องที่เราเลือก โดนัลด์ ทรัมป์ มาทำงานต่อจากบารัค โอบามา เราได้อะไรจากการเลือกนั้นบ้าง

บารัคกับฉันพยายามทำงานบนหลักการที่ยึดมั่นในความหวังและการทำงานหนักตลอดมา เลือกมองข้ามสิ่งร้าย มองเห็นแต่สิ่งดี เชื่อมั่นว่าเราส่วนใหญ่มีเป้าหมายร่วมกัน เชื่อว่าเราสร้างและวัดความก้าวหน้าได้แม้ต้องใช้เวลาค่อย ๆ สังสมเพิ่มพูน ใช้เลยว่ำนั่นคงเป็นเรื่องที่หวังตั้งใจ แต่เราก็กุ้มเทลงทุน มอบกายถวายชีวิตให้ แล้วมันก็นำพาครอบครัวผิวดำที่เปี่ยมความหวังอย่างเราผ่านไปได้อย่างปลอดภัยจนถึงทำเนียบขาว ระหว่างเส้นทางเราพบเจอคนอเมริกันนับล้าน ๆ ซึ่งก็ดูจะรู้สึกคล้ายกับเรา ตลอดแปดปีเราพยายามดำเนินชีวิตตามหลักการนั้นอย่างชัดเจน ตระหนักว่าเราทำได้ดีสุดฝีมือแล้ว แม้อาจถึงขั้นถูกต่อต้านจากอคติและทิวิมานะที่ฝังลึกยิ่งในชีวิตอเมริกันชน เราเข้าใจดีว่าการที่คนผิวดำอย่างเราเข้าครองทำเนียบขาวย่อมบอกถึงความเป็นไปได้ของอะไรอีกมากมาย เราจึงเพิ่มพูนความหวังพร้อมทำงานหนักขึ้นอีกเป็นเท่าตัว พยายามประคองตนอยู่ในความเป็นไปได้ที่นั่นอย่างเต็มเปี่ยม

ไม่ว่าผลการเลือกตั้งปี 2016 จะเป็นการต่อว่าต่อขานสิ่งที่เราทำทั้งหมดนั้นหรือไม่ อย่างไรก็ตามก็เจ็บ และยังคงเจ็บอยู่ ฉันสะเทือนใจลึกล้ำที่ได้ยินบุรุษผู้มาเป็นประธานาธิบดีแทนสามิฉันใช้วาจาว่าร้ายเหยียดชาติพันธุ์อย่างไม่นึกอาย ทำให้ความเกลียดชังและเห็นแก่ตัวเป็นเรื่องที่ยอมรับได้ ไม่ยอมประณามความเชื่อว่าคุณผิวดำเหนือกว่า ไม่ยอมสนับสนุนผู้ชุมนุมที่เรียกร้องความยุติธรรมด้านเชื้อชาติ ฉันตะลึงที่ได้ยินเขาพูดถึงความแตกต่างระหว่างผู้คนราวกับมันคือภัยคุกคาม ฉันรู้สึกว่่าสิ่งเหล่านี้เป็นอะไรที่มากกว่าและน่าเกลียดน่ากลัวกว่าความพ่ายแพ้ทางการเมืองธรรมดา ๆ

เบื้องหลังสิ่งต่าง ๆ ทั้งหมดนี้คือโซ่แห่งความคิดที่อึดอัดอันยืดยาว ที่ทำไปนะไม่พอหรอก ตัวเราเองไม่เก่งพอ ปัญหาต่าง ๆ ใหญ่โตเกินไป

ช่องโหว่มหัพการเกินไป ไม่มีทางอุดได้เลย

ฉันรู้ว่าเหล่านักประวัติศาสตร์และผู้รู้จะยังคงเสนอความเห็นต่อผลการเลือกตั้งคราวนั้น เผยแพร่คำติเตียน คำยกย่อง วิเคราะห์บุคลิกลักษณะ เศรษฐกิจ สื่อที่แตกแยก การปั่นกระแสและโฆษณาชวนเชื่อ การเหยียดเชื้อชาติ การเหยียดเพศหญิง การให้ข้อมูลผิดๆ ความผิดหวังต่อสภาพอุดมคติ ความเหลื่อมล้ำ การแก่งไกาของลูกตุ้มแห่งประวัติศาสตร์—สารพัดจะว่ากันไปไม่ว่าจะใหญ่หรือเล็ก เราลงจอดในจุดนั้นแหละ พวกเขาจะพยายามให้เหตุผลในภาพกว้างว่าเกิดอะไรขึ้นเพราะอะไร ซึ่งฉันเดาว่ามันคงทำให้ใครๆ ตกเตียงวุ่นวายต่อไปอีกนาน แต่ขณะที่ติดแหง็กอยู่ในบ้านในช่วงเดือนอันน่าหวาดหวั่นต้นปี 2020 ฉันมองไม่เห็นเหตุผลอะไรในเรื่องใดเลย เห็นแต่ประธานาธิบดีผู้ไร้สัตย์ซึ่งสะท้อนอยู่ในยอดผู้เสียชีวิตที่เพิ่มขึ้นทั่วประเทศ และก็ยังคงได้รับคะแนนนิยม

ฉันทำงานของตัวเองต่อไป ทั้งบรรยายในช่องทางเสมือนจริงเพื่อผลักดันให้ผู้มีสิทธิไปลงทะเบียนเลือกตั้ง สนับสนุนทางแก้ปัญหาที่เข้าทำรับรู้ความเจ็บปวดของผู้คน แต่โดยส่วนตัวแล้วฉันกลับเข้าไม่ค่อยถึงความหวังของตัวเอง รู้สึกว่ายากเหลือเกินที่จะสร้างความเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นจริง ทางผู้บริหารพรรคเดโมแครตทาบตามฉันให้กล่าวปราศรัยในงานประชุมใหญ่ทั่วประเทศซึ่งพรรคจะจัดตอนกลางเดือนสิงหาคม ฉันยังไม่รับปาก คิดเรื่องนี้ทีไรฉันรู้สึกสะอึด ดิดหล่มความผิดหวังเศร้าใจต่อสิ่งซึ่งเราทั้งประเทศสูญเสียไปแล้ว ฉันนึกภาพไม่ออกเลยว่าตัวเองจะพูดอะไรได้บ้าง รู้สึกเหมือนถูกความสิ้นหวังห่มคลุม ความรู้สึกนึกคิดของฉันไถลลงสู่ที่หม่นมัว ฉันไม่เคยสู้รบกับอาการซึมเศร้ามาก่อน แต่สิ่งนี้ให้ความรู้สึกคล้ายเวอร์ชันต่ำสุดของมัน ฉันไม่อาจรวบรวมความคิดแง่ดีหรือคิดถึงอนาคตอย่างมีเหตุมีผล รัยกว่านั่นคือฉันรู้สึกที่ตัวเองเริ่มจะคิดเห็นในเชิงเยาะเย้ยถากถาง โดนชักจูงให้สรุปว่าฉันหมดหวังให้ยอมแพ้ต่อความเห็นทำนองที่ว่าปัญหาแสนใหญ่โตและความวิตกกังวล

มหาดาลในขณะนั้นไม่มีใครทำอะไรได้หรอก นั่นคือความคิดที่ฉันต้องต่อสู้
ต้านทานมากที่สุด : ไม่มีอะไรดูท่าว่าจะแก้ไขได้หรือทำให้เสร็จสมบูรณ์ได้
เลย แล้วจะพยายามให้ลำบากไปทำไม



ับอยู่ ในภาวะจิตใจตกต่ำตอนที่หันไปคว้าไม้ถักนิตตั้งขนาดมือใหม่
สองอันที่สั่งออนไลน์มาหัดถัก ฉันปลุกปล้ำกับความรู้สึกสิ้นหวัง รู้สึกว่า
ตัวเองไม่ดีพอ ขณะค่อยๆ คลี่ไหมพรมสีเทาเส้นหนาที่ซื้อไว้แล้วขึ้นห่วง
คล้องไม้นิตเป็นครั้งแรก ทำเงื่อนเล็กๆ ยึดไว้ก่อนเริ่มพันห่วงที่สองต่อ

ฉันซื้อหนังสือสอนถักนิตตั้งมาด้วยสองเล่ม แต่พอลูไปตามหนังสือ
สมองฉันแปรเปลี่ยนผังบนหน้ากระดาษมากระตุ้นให้มือเคลื่อนไหวได้
ไม่คอยถนัด ฉันเลยหันไปเปิดยูทูปดูแทน แล้วก็เจอ (เหมือนที่ใครๆ เจอ)
คลิปสอนถักและชุมชนคนหลงรักการถักนิตทั่วโลก ซึ่งอดทนสอนวิธีถัก
นานเป็นชั่วโมงๆ แถมยังเผยเคล็ดลับฉลาดๆ ไว้ล้นหลาม ฉันนั่งอยู่
คนเดียวบนโซฟาขาวที่บ้าน สมองยังแน่นด้วยความวิตกกังวล เผื่อ
คนอื่นถักนิตแล้วเริ่มเลียนแบบ มือฉันเคลื่อนไหวขยับไปตามมือพวกเขา
เราถักนิตแล้วก็ถักเพิร์ล ถักเพิร์ลแล้วก็ถักนิต หลังจากผ่านไปสักครู่
ก็เริ่มมีเรื่องน่าสนใจบางอย่างเกิดขึ้น จุดโฟกัสของฉันแคบลง จิตใจรู้สึก
ผ่อนคลายเล็กน้อย

ตลอดหลายสิบปีที่ฉันมัวยุ่งเสมอนั้น ฉันสรุปเอาเองว่าสมองฉัน
ควบคุมทุกอย่างได้เต็มที่ รวมถึงสิ่งมือจะต้องทำอะไรบ้าง ฉันไม่เคยคิด
เลยจริงๆ ว่าจะปล่อยให้อะไรๆ ไหลไปในทางตรงข้าม แต่นั่นแหละคือ
สิ่งที่เกิดเมื่อถักนิตตั้ง มันพาเราเลื่อนไหลกลับทาง มันจับสมองอันปั่นป่วน
ของฉันไปนั่งเบาะหลัง แล้วปล่อยให้มือฉันขยับรถไป ขยับพาฉันอ้อมห่าง
ไปจากความเครียดและกังวล ไกลพอจะทำให้ใจโล่งขึ้นบ้าง หยิบไม้ถัก
ขึ้นมาเมื่อไหร่ฉันจะรู้สึกถึงการจัดระเบียบใหม่นี้ นิ้วมือฉันขยับทำงานไป