

ทดลองอ่าน

การอ่านคือรากฐานที่สำคัญ

การอ่านคือการท่องเที่ยวของจินตนาการ

- Morefin -

มันก็ไม่ได้อะไร แต่ไม่เหมือนเดิม

บารจเวธา, อิลญา และ Morefin
เขียน

บริษัท พีรณอวธ (Bankpyt)
ถ่ายภาพ

สำนักพิมพ์สปริงบุ๊กส์
กรุงเทพมหานคร



หนังสือคุณภาพ
โดยอมรินทร์กรุ๊ป

สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์

(6)

1 ความฝันที่หายไปในความว่างเปล่า

อิสญ : 1

2 สิ่งที่สำคัญคือหัวใจที่กล้าเปลี่ยนแปลง

บาร์จอลยา 11

3 Safe Zone

Morefin 21

4 ส่วนประกอบ (ของชีวิตโดยประมาณ)

อิสญ : 31

5 ในวันที่ความรักทิ้งเธอไป

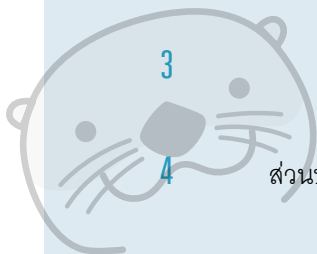
บาร์จอลยา 41

6 แต่ความสัมพันธ์ระยะยาว

Morefin 53

7 เบี่ยมไปด้วยพลัง

อิสญ : 65



ทดลองอ่าน

- 8 ทำไมคนที่ซื่อสัตย์ต้องเป็นฝ่ายเสียหน้า
บารุชา 73
- 9 วันแรกหลังจากที่หัวใจแตกสลาย
Morefin 83
- 10 ฉันผู้มีใจครอบครองความรักได้อีก
วิญญ : 95
- 11 ก่อนจะตัดสินใจร่วมทางกับใคร
บารุชา 111
- 12 เหตุผลที่ (บาง) คนไม่ยอมบอกเลิกตรงๆ
Morefin 121
- 13 ท้องฟ้าในวันนี้ เหมือนฉันในวันนั้นเลยนะ
วิญญ : 137
- 14 อย่าไปตีกรอบความฝันของใคร
บารุชา 151
- 15 อยากมีความรัก ต้องยอมรับความขัดแย้ง
Morefin 161

เกี่ยวกับผู้เขียน 176

เกี่ยวกับผู้ถ่ายภาพ 179

คำนำสวัสดี

ว่ากันว่าคนที่คล้ายกันจะดึงดูดเข้าหากัน
ลองนึกดู พลังมองไปรอบๆ ตัว จะว่าไปคนรอบตัว
ก็มักจะมีอะไรสักอย่างที่คล้ายกับเรา
แล้วก็คงเพราะแรงดึงดูดนี้เองแหละมั้ง ที่ทำให้เรา
ได้พบกับคนที่เรารู้สึกว่าเขาเป็นคนสำคัญ
ทั้งเพื่อนสนิท เพื่อนของเพื่อน คนรู้จักที่ตอนนี้กลายเป็น
มาเป็นเพื่อนสนิท รวมถึงคนพิเศษ

เมื่อเราถูกดึงดูดให้มาใช้เวลาหรือทำบางสิ่งด้วยกัน
การได้ออกเดินทางพร้อมๆ กัน ได้ผลัดกันเล่าเรื่อง
ที่เจอ ระบายสิ่งที่อยู่ในใจให้กันฟัง
มันทำให้เราเหมือนเติบโตไปด้วยกัน

การรวมตัวของบาร์จเฉย ๆ อีสถะ และ Morefin
ในเล่มนี้ก็เช่นกัน

พบกับเรื่องเล่าและข้อความหลากหลายความรู้สึกที่พูด
แทนใจใครหลายคน

ถ้าพร้อมแล้ว ก็ออกเดินทางไปด้วยกันนะ

หรือถ้าเธอมีเรื่องราวระบายมันออกมา เราอยู่ตรงนี้
พร้อมรับฟังเสมอ นะ :)



springbooks

พฤษภาคม 2563

ชีวิตบางทีก็ต้องดื้อบ้าง หรือเจอทางตัน
จนบางครั้งก็ต้องยอมทำสิ่งที่ไม่ชอบบ้าง
แต่ในร้ายมีดีเสมอ ฉันอยากให้ลองทำในสิ่งที่ไม่ชอบ
เพื่อให้ได้รู้ว่าไม่ชอบจริง ๆ
เพราะระหว่างที่แกกำลังทำอยู่ อาจเจอวิธีปลดล็อกตัวเอง
ในแบบที่ไม่เคยได้คิดหรือได้ทำมาก่อน
แกอาจจะทำลายกำแพงออกมา
แล้วได้พบกับกรอบใบใหญ่ที่รออยู่
ในตอนนั้นแหละที่แกจะรู้ว่า
ว่าตัวเองไม่ใช่คนที่ดื้อรั้นขนาดนั้นเลย
แกเป็นแค่คนที่มีกรอบกว้างไกลและใหญ่กว่า
ที่ตัวเองเคยคิดเอาไว้
ฉันอยากให้แกฟังมันออกมา และทำตามหัวใจของตัวเอง
ที่สำคัญที่สุดเลย คืออย่าปล่อยให้ใคร
หรืออะไรเข้ามากลืนกินตัวตน จนลืมวิธีที่จะมีความสุข
และจงอย่าลืมมีความสุขให้ได้ด้วยตัวของตัวเอง

- อธิษณะ -

ความสัมพันธ์ที่จบลงไป

ใครบางคนหายไปจากชีวิตประจำวัน
แต่สิ่งที่เพิ่มเข้ามาคือความทรงจำที่ยากจะลืมเลือน
หลาย ๆ ครั้งที่เราพยายามบอกกับตัวเองว่า
อดีตที่ผ่านมาไปแล้วเราก็ควรทิ้งมันไว้อยู่ในที่ของมัน

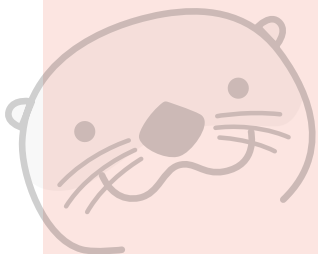
แต่เมื่อเวลาผ่านไปเราจึงรู้ว่า
มันไม่มีหรอก 'ลืมได้แล้ว'
มันมีแต่ 'ทำใจได้แล้ว' มากกว่า

เราทำใจได้กับอดีตที่จบลงไป
เราทำใจได้กับการหายไปของใครบางคน
และเราทำใจได้แล้วที่จะบอกว่า
'อดีต' ที่ผ่านมาเราอยู่กับมันได้แล้ว
โดยที่มันไม่มีทางทำให้เรากลับไปรู้สึกเจ็บเพิ่มกว่านี้
ได้อีกแล้ว

- บาร์จเฉย ๆ -

แผลที่หายดี
ไม่ได้แปลว่าแผลหายไป
แถมันไม่ได้รู้สึกเจ็บเหมือนอย่างเคย
ก็ถือว่าเป็นเรื่องที่ดีมากแล้ว

- Morefin -



ทดลองอ่าน

ကလေးဂျော့





1

ความฝัน


ที่หลายไปในความว่างเปล่า



ศิลปะ :

ไม่สำคัญหรอกว่าโตขึ้นอยากเป็นอะไร
หรือว่าจบไปจะทำอะไร
มันสำคัญที่ว่าความฝันที่เราเคยเก็บไว้ในใจนั้นมัน
เคยคิดที่จะกลับไปปิดฝัน
แทะกล่องออกมาลองทำมันอีกครั้งบ้างหรือเปล่า





“โตขึ้นอยากเป็นอะไร”

คำถามนี้มักจะถูกถามอยู่บ่อยๆ ในครั้งที่เรายังเป็นเด็ก และมันก็ไม่เคยหายไปไหน เพียงแต่คำถามนั้นถูกเปลี่ยนไปพร้อมกับความคาดหวังของคนถามที่เปลี่ยนตาม

“คิดไว้หรือยัง ว่าจบไปจะทำอะไร”

เป็นคำถามตลอดเวลา 4 ปีของชีวิตมหาวิทยาลัยที่หลายคนพบเจอ ไม่ค่อยมีใครเคยมองเห็นหรือนึกภาพของตัวเองในสิบปีต่อมาออกหรือ ว่าต่อมาจะได้เป็นอะไร หรือกำลังทำอะไรอยู่ เชื่อว่าทุกคนต่างก็มีความฝันกันทั้งนั้น แต่ก็ได้แค่เก็บมันเอาไว้ในใจ เก็บมันใส่กล่องเอาไว้ใต้บันไดรวันทีพร้อมจะกลับมาแกะกล่องแล้วทำมันให้สำเร็จอีกครั้ง แต่โชคร้ายที่บ่อยครั้งหลายคนมักจะลืมไป ว่าเก็บความฝันเหล่านั้นเอาไว้ที่ไหน จนเมื่อเวลาผ่านไป กล่องความฝันใต้บันไดนั้นก็เต็มไปด้วยฝุ่นที่เกาะอยู่เต็มไปหมด เราไม่แม้แต่จะหยิบมันขึ้นมาปิดฝุ่นและเปิดมันดูเลยด้วยซ้ำ สุดท้ายกล่องความฝันนั้นก็ถูกเก็บทิ้งไปในที่สุด

เพราะความฝันมันมีส่วนประกอบที่สำคัญมากกว่าความพยายามหรือความขยัน บางความฝันก็ต้องใช้ปัจจัยอื่นๆ เช่น เวลา โชคลาภ หรือโอกาส ถ้าแกไม่มีโชค ไม่มีโอกาส ไม่มีต้นทุน ความฝันบางอย่างก็แทบจะไม่มีวันเป็นไปได้เลย นึกชื่นชมและเคารพคนที่ทำตามความฝันของตัวเองสำเร็จเสมอ แต่ไม่ใช่เพราะว่าเขาประสบความสำเร็จ หรือมีชื่อเสียงเงินทองมากมาย เราชื่นชมและเคารพที่เขาซื่อสัตย์กับความรูสึกของตัวเอง ชื่นชมและเคารพ

ที่เขาไม่ยอมทิ้งกล่องความฝันเก่าๆ นั้นเอาไว้ได้มันได้หรือ
ปล่อยมันทิ้งไประหว่างทาง แต่ไม่สำคัญหรอก ว่าโตขึ้น
อยากเป็นอะไร หรือว่าจบไปจะทำอะไร มันสำคัญที่ว่า
ความฝันที่เราเคยเก็บไว้ในใจนั้นนะ เคยคิดที่จะกลับไป
ปิดฝุนแกะกล่องออกมาลองทำมันอีกครั้งบ้างหรือเปล่า หรือ
จะยอมปล่อยทิ้งความฝันให้ต้องหายไปกับความว่างเปล่า

อย่าปล่อยให้เวลาเคลื่อนที่หรือเปลี่ยนแปลงจิต
วิญญาณของเรา เพื่อต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เปลี่ยนไป
ตามกระแสสังคมที่หมุนเปลี่ยนไปทุกวัน อย่าปล่อยให้ใคร
เข้ามากำหนดว่าสิ่งไหนที่เราควรทำหรือไม่ควรทำ ชีวิต
ของเราคือสัตว์กับตัวเองบ้างนะ แม้เวลาจะสอนให้เราต้อง
ปรับตัวและเปลี่ยนแปลงตัวเองอยู่บ่อยๆ แม้ความฝัน
ที่มีจะเปลี่ยนตามอายุที่เปลี่ยนไป แต่อย่างน้อยก็อยากให้
ลองกลับไปปิดฝุนกล่องความฝันเก่าๆ นั้นดู แล้วลองนึกถึง
ความรู้สึกแรกที่เรามีให้กับมันดู ว่าเรายังอยากที่จะทำมัน
อยู่หรือเปล่า

เลขก้าวข้ามผับกลับหลายโศก

บารุณีญา : เมื่อก่อนคิดเสมอว่าโตขึ้นมาเราจะได้เป็นในสิ่งที่เคยฝันไว้ ความรู้สึกของการประสบความสำเร็จมันคงพิเศษและน่าภาคภูมิใจ แต่เวลาที่ผ่านพ้นไปเรื่อยๆ เริ่มนาฬิกาที่เดินไปแต่ละวินาที จนกลายเป็นหนึ่งชั่วโมง เป็นวัน เป็นเดือนและปี สิ่งที่เราวาดฝันไว้ มันอาจจะเลื่อนรางไปตามวันเวลาด้วยเหตุผลบางอย่าง ถ้าเปรียบเทียบความฝันเหมือนของสักหนึ่งชิ้น คงเป็นของที่เคยพิเศษเพียงแต่ตอนนี้มันได้หล่นหายไป อยู่ที่ไหนสักแห่ง อาจหายไปในช่วงเวลาของชีวิต เราไม่ได้สัมผัส เพียงแค่ไม่ได้นึกถึงมันเหมือนเดิมอีกแล้ว

Morefin : “โตขึ้นฉันอยากเป็นอะไร”

ตอนเด็ก “ความฝัน” คืออิสระของจินตนาการที่เราอยากจะเป็นอะไรก็ได้ ไม่จำเป็นต้องมีข้อผูกมัด ไม่ต้องมีเหตุผล และไม่มีผลลัพท์ในสิ่งที่อยากจะเป็นอะไรก็ตาม จึงไม่ผิดที่ตอนนั้นเราอาจได้ยินเด็กบางคนพูดว่า เขาอยากเป็นดารา เป็นตำรวจ เป็นคุณหมอ หรือไกลกว่านั้นก็อยากเป็นนักบินอวกาศ นักเดินทางรอบโลก หรือเหนือจินตนาการไปอีกก็อาจจะอยากเป็นเหล่าฮีโร่ต่าง ๆ ที่มีพลังวิเศษ บินได้ และคอยปกป้องโลกจากภัยอันตรายที่จะมาเยือน

ซึ่งความสุขของการได้คิดได้ฝันในเวลานั้น คือไม่มีใครมาดูถูกว่าเราจะเป็นไม่ได้ หรือในขณะที่เดียวกันก็ไม่มีใครมากดดันให้เราต้องเป็นให้ได้อีกด้วย อีกทั้งเราต่างมีเพื่อนที่ฝันเหมือน ๆ กัน และพร้อมที่จะเล่นบทบาทสมมติไปด้วยกันอย่างสนุกสนาน

แต่เมื่อก้าวสู่วัยที่ความฝันต้องอิงกับความเป็นจริง จินตนาการที่เคยมีอิสระ กลับเต็มไปด้วยข้อแม้ที่มากมายนานา จนทำให้ใครบางคนอาจไม่สามารถที่จะกล้าฝันแบบเดิมได้ต่อ เพียงเพราะกลัวที่จะผิดหวัง กลัวว่าตัวเองทำไม่ได้ ก้อนเมฆใหญ่ ๆ ของสิ่งที่เคยฝันไว้จึงค่อย ๆ เล็กลง และจางหายไปตามกาลเวลา

มองมุมหนึ่งก็คงเป็นเรื่องธรรมดาที่ไม่ใช่ทุกคนที่จะเดินทางไปถึงฝันสำเร็จ หรือความฝันต้องหล่นหายไปตามทางที่เดินมา แต่หากมองอีกมุม ถ้าไม่ใช่เพราะการพยายาม ครั้งแล้วครั้งเล่าแล้วมันล้มเหลว แต่เป็นความกลัวที่ดึงเราไม่ให้ไปลองทำตามความฝันสักครั้ง และคิดไปเองว่าทำไม่ได้ มันก็คงเป็นเรื่องที่น่าเจ็บปวดอยู่พอสมควร เพราะว่าการได้ลองเดินทางตามความฝัน แม้ว่าเลวร้ายที่สุด มันอาจไม่สำเร็จ แต่ก็จะทำให้เรามองเห็นศักยภาพของตัวเอง ทำให้รู้ว่าตัวเองควรพัฒนาที่ตรงไหน คู่แข่งของเราคือใคร ซึ่งตัวแปรเหล่านี้ล้วนสำคัญต่อการที่คนคนหนึ่งจะประสบความสำเร็จในอนาคตทั้งนั้น

หากเปรียบเทียบการทำตามฝัน คือการแข่งขันเกมกีฬาชนิดหนึ่ง

คนที่ลงไปเล่นก็ย่อมมีโอกาสแพ้และชนะ

แต่คนที่ไม่ยอมลงแข่งเลย มันก็หมายถึงว่าแพ้โดยสมบูรณ์เลยไม่ใช่หรือ

ลองคิดดูดี ๆ ง่าย ๆ



อิชญ : เคย...เราว่าความฝันของคนเราทุกคนต้องเคย
หล่นหายกันบ้างนั่นแหละ

ถึงแม้ว่าเราจะคิดว่าเราเก็บรักษามันไว้ในลิ้นชัก
อย่างดี

แม้เราเชื่อว่าสักวันหนึ่งเราจะมีโอกาสกลับมาเปิด
ลิ้นชักนี้ แล้วสานต่อมันอีกสักครั้ง

แต่ใครจะไปรู้ว่า สู้สุดท้ายความฝันเหล่านั้นไม่ต่าง
อะไรกับอาหารที่รอวันหมดอายุ

สุดท้ายความฝันเหล่านั้นมันหายไปตามกาลเวลา
หายไปตามช่วงอายุที่เราเติบโต

หายไปตามกระแสสังคม จนท้ายที่สุดคือหายไปจาก
หัวใจเราจนหมด...





2

สิ่งที่สำคัญคือ
หัวใจที่กล้าเปลี่ยนแปลง



ปาร์จายา

ถึงแม้มันจะไม่สำเร็จเป็นไปดังใจหวัง
แต่อย่างน้อยเราก็ภูมิใจที่ได้ทำมันลงไป
จริงไหม



หนึ่งเดือนก่อนหน้านี้ผมก็ยังเป็นคนหนึ่งารู้สึกว่าชีวิตมันยังขาดเป้าหมาย เหมือนยิ่งโตขึ้นยิ่งมีหลายๆ สิ่งที่ตั้งใจไว้ว่าจะทำ (เรียนจบ เป็นนักเขียน ได้ทำงาน ค่ายเพลง) แล้วพอเราทำสำเร็จ หลังจากนั้นเราก็ต้องหาเป้าหมายใหม่เพื่อให้ชีวิตเดินต่อไป และเมื่อเพื่อนแนะนำให้ผมรู้จัก “การวิ่ง” มันก็ทำให้ผมเจอโลกใบใหม่ที่เปลี่ยนตัวเองไปตลอดชีวิต

สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการวิ่ง

- ได้รู้จักบริหารเวลา เพราะมีคนเคยบอกกับเราว่า “ทุกคนมีเวลา 24 ชั่วโมงเท่ากัน นั่นแปลว่า เราเสียเวลา 1 ชั่วโมงเพื่อออกกำลังกายได้เสมอ” เมื่อไหร่ที่เราว่างเมื่อก่อนเราเลือกที่จะจับโทรศัพท์หรือดูทีวี แต่เดี๋ยวนี้อาเราเปลี่ยนเป็นออกจากบ้านไปซ้อมวิ่ง ทุกวัน ซึ่งมันทำให้เราเป็นคนมีวินัยมากขึ้น

- จากคนที่ไม่เคยชอบการทำอะไรซ้ำ ๆ นาน ๆ กลายเป็นคนที่วิ่งไปข้างหน้าได้โดยไม่มีเหนื่อย นี่คือผลลัพธ์จากความพยายามและการฝึกฝน

- มีสมาธิ คิดอะไรได้นานขึ้น เหมือนการวิ่งคือการที่เราสร้างโลกอีกใบหนึ่ง โลกใบนี้มันเจียบสงบและมีสติ ทำให้เราคิดทบทวนอะไรต่าง ๆ ได้ดียิ่งขึ้น มันทำให้เราโฟกัสกับสิ่งต่าง ๆ ได้ดี ว่าเราควรทำอะไรก่อนหรือเริ่มตรงไหนก่อน ชอบความรู้สึกนี้ที่สุด นี่สินะที่เขาเรียกว่า “ยิ่งวิ่งยิ่งสงบ”

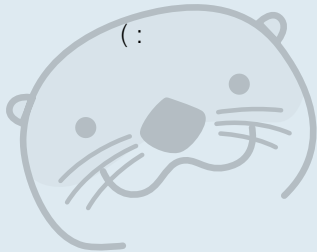
และแล้วสิ่งที่เราฝึกฝนมาตลอดหนึ่งเดือน ผลลัพธ์ที่ได้คือเราวิ่ง 5 กิโลเมตร ได้เหรียญมาครอบครอง แต่รู้ไหมความสำเร็จของเรามันไม่ได้อยู่ที่ “เราจะวิ่งได้กี่กิโล” หรือ “เราจะวิ่งเข้าเส้นชัยคนที่เท่าไร”

ความสำเร็จของเราคือการ กล้า ที่จะลุกจากที่นอน แล้วตื่นมาวิ่งได้ ความสำเร็จของเราคือการใช้เวลาที่เล่นโทรศัพท์หรือดูทีวีบอกให้ตัวเองวิ่งได้ ความสำเร็จของเราคือการเอาชนะคำว่า “เดี๋ยวก่อน” ได้ นี่อาจเป็นก้าวแรกของเรา แต่เชื่อเถอะว่า มันจะไม่ใช่ก้าวสุดท้ายแน่นอน

ถ้าเราทำได้ คุณก็ทำได้ ไม่ใช่แค่เรื่องวิ่งหรือกนะ
การตั้งใจทำอะไรอย่างเต็มที่ ทำให้สุดเท่าที่เราทำได้ ถึงแม้
มันจะไม่สำเร็จเป็นไปดั่งใจหวัง แต่อย่างน้อยเราก็ภูมิใจ
ที่ได้ทำมันลงไป จริงไหม

กิจกรรมนี้ มันไม่ต้องเตรียมอะไรมาก แค่มีกางเกง
กีฬาและรองเท้าผ้าใบสักคู่ เปิดเพลงที่ชอบฟังพร้อมหัวใจ
ที่พร้อมจะเดินต่อไปข้างหน้า เพียงเท่านี้คุณก็สร้างโลกอีกใบ
ไว้บนเส้นทางของคุณได้แล้ว หวังว่าคนที่อ่านบทความนี้
เราจะมีโอกาสเจอกันในแมตซ์การแข่งขันที่เหน็ดเหนื่อยนะ

(:



ทดลองอ่าน

ถ้าพูดถึงการเปลี่ยนแปลง

มักถึงอะไร

ปาร์จาเยชา : “ถ้าเปรียบคนเราเป็นดั่งเมล็ดพันธุ์ ที่ต้องปลูกโดยใช้ดิน ต้องผ่านการรดน้ำ พรวันดิน กว่าเมล็ดนี้จะเติบโตขึ้นเป็นต้นกล้าและกลายเป็นต้นไม้ใหญ่ ต้องผ่านทั้งสายลม แสงแดด และสังเคราะห์แสง กว่าจะเติบโตจนสมบูรณ์ต้องใช้เวลา เหมือนกับชีวิตเราที่เติบโตได้ด้วยการสังสมประสบการณ์”

ที่ยกตัวอย่างเปรียบชีวิตกับต้นไม้ข้างต้นนั้น เพราะผมนี้ถึงตัวเองเมื่อห้าปีก่อน สมัยที่ยังทำงานประจำในสายวิศวกรรม ก่อนจะผันตัวมาเป็นนักเขียน ทุกวันนี้ต้นไม้เติบโตใหญ่อยู่ในร่มใบของคำว่า “นักเขียน” การเปลี่ยนแปลง

ครั้งนี้มันได้เรียนรู้ในสิ่งที่เราชื่นชอบและหลงรัก จากความรัก และชื่นชอบจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ทุก ๆ ก้าวที่เดิน มันผลัดเปลี่ยนเวลาไปเรื่อย ๆ เวลาไม่เคยเดินย้อนกลับไ้ แต่ทุก ๆ ก้าวที่เดินมา มันทำให้ผมได้รู้ว่า สิ่งต่าง ๆ ที่ได้ พบเจอคือบทเรียนที่ทำให้เรามีทุกวันนี้อย่างสมบูรณ์

Morefin : เคยได้ยินเหตุผลเวลาคนเลิกกันว่าเพราะอีกคน เปลี่ยนไปไหม

ทั้งที่ลึก ๆ เราก็ต่างรู้ว่าคนทุกคนย่อมเปลี่ยนไปตาม เวลาเป็นเรื่องปกติ แต่เหตุผลเหล่านี้ก็ยังคงวนอยู่ในเหตุผล ของการเลิกกันอยู่เสมอ หรืออันที่จริงความเปลี่ยนแปลง อาจไม่ใช่ปัญหาที่ทำให้ทุกอย่างนั้นจบลง เพราะเธอก็เปลี่ยน ฉันก็เปลี่ยน แต่เป็นการปรับตัวต่อความเปลี่ยนแปลงที่ เกิดขึ้นนั้นต่างหาก ที่ทำให้คนสองคนนั้นไปกันไม่ค่อยรอด

ความสัมพันธ์ย่อมมีการเติบโตไปพร้อม ๆ กับความ เปลี่ยนแปลงของคนเสมอ ทั้งในเรื่องทัศนคติ ความคิด รวมไปถึงเป้าหมายในชีวิต ซึ่งหากสังเกตให้ดีในคู่รักที่มี แนวโน้มจะอยู่กันได้นาน ๆ พวกเขาอมที่จะปรับตัวและ รับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ดี โดยที่ไม่ได้จะ



หยุดอยู่ที่เดิมไปตลอด เช่นในวัยหนึ่งความรักอาจเป็นเรื่อง ความรู้สึกอย่างเดียวที่สำคัญ แค่กินข้าว ดูหนัง เทียว และแยกย้ายกันไปอยู่ในพื้นที่ของตัวเอง แต่เมื่อคนเรา โตขึ้น มีหน้าที่การงาน มีความรับผิดชอบที่มากขึ้น ก็เริ่ม ต้องการหาความมั่นคงจากทั้งภายนอกและภายใน เหมือน ที่คนชอบถามว่าความรักในแบบคนโตๆ นั้นเป็นยังไง เพราะ มันไม่ได้เป็นแค่เชิงอารมณ์ แต่กลายเป็นเหตุผลของการ ที่เราจะอยากอยู่กับใครสักคนไปตลอดจริงๆ

บ่อยครั้งผมมักพูดเสมอว่า “ความสัมพันธ์ที่จะอยู่ กันได้ยาวๆ นอกจากในเรื่องความรู้สึกแล้ว การปรับตัวต่อ ความเปลี่ยนแปลงก็เป็นเรื่องสำคัญไม่ต่างกัน” อย่าคิดว่า ใครจะเหมือนเดิมไปตลอด และอย่าคิดว่าตัวเราเองก็จะ ไม่เปลี่ยนแปลงเลย พยายามสังเกตตัวเองและคนที่เรารัก อยู่เสมอ พูดคุยกันให้มากๆ และเปิดใจในเรื่องที่มักเกิด ปัญหา เพื่อที่ว่าจะได้หาทางปรับตัวไปตามเวลาและ สถานการณ์ ซึ่งหากสามารถทำเรื่องเหล่านี้ได้ เหตุผล ที่ว่าอีกคนเปลี่ยนไปก็อาจไม่ใช่เรื่องน่ากลัวกับเราอีก

ฉะนั้นหากมองให้ดี การที่คนเราเปลี่ยนแปลงไป จึงไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร



อิสญ : นึกถึง “ดอกไม้” ที่เริ่มจากเมล็ดพันธุ์แล้วจึงค่อย ๆ แตกรากเติบโตขึ้นมากกลายเป็นลำต้น

มีใบ มีดอก เบ่งบาน จนสุดท้ายร่วงโรย เพื่อรอวันที่จะกลับมาผลิบานตามฤดูกาลอีกครั้ง

นึกถึง “ผีเสื้อ” จากวิชาวิทยาศาสตร์ตอน ป.6 ที่เริ่มจากไข่แล้วกลายเป็นหนอน

หนอนที่ใคร ๆ ต่างก็มองว่ามันไม่เคยมีความสุขยามอยู่ในตัวเอง

จากนั้นหนอนตัวนั้นจึงเก็บรักษาตัวกลายเป็นดักแด้เพื่อรอวันเปลี่ยนตัวเอง

ให้กลายเป็นผีเสื้อที่สวยงามในที่สุด

และสุดท้ายที่นึกถึงคือ “ห้องฟ้า” ห้องฟ้าที่ค่อย ๆ เปลี่ยนสีของตัวเองไปในทุกวินาที

ซึ่งบางวันนั้นก็สดใส บางวันก็เศร้าหมอง ทั้งที่ก็เป็นฟ้าผืนเดิมอยู่ทุกวัน

แต่กลับแสดงออกไม่เหมือนกันสักวันเดียว

