

ก า ร ่อ า น คื อ ร า ก ฎ า น ที่ ส ำ ค ัญ

การอ่านคือการตามหาความรู้ลึกที่สูญหาย

— ซอลเลดา



แล้วทุกอย่างจะดีขึ้นจริง ๆ นะ

그까짓 사람, 그래도 사람

Just a Person, Also the Person

ซอลเลดา เรื่องและภาพ

ตรองสิริ ทองคำใส แปล

สำนักพิมพ์สปริงบุ๊กส์
กรุงเทพมหานคร



หนังสือคุณภาพ
โดยอมรินทร์กรุ๊ป

สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์ (06)

คำนำผู้เขียน แต่คุณ คนที่วันนี้ปากบอกริเวททั้งที่ใจไม่ไหวแล้ว (08)

Part 1 วันหนึ่งเมื่อหัวใจชวนคุย



สังเคราะห์แสง 07/ ต่อให้เป็นแผลทั่วตัว 08/ รอยบัง 11/ ละล้าละลึง 12/
กลองดำ 14/ โรคผดวันประกันพรุ่ง 17/ ตัวเขมือบความทรงจำ 20/
กาลเวลา 23/ ปวดหัว 25/ กายกรรม 26/ ในเมื่อหมดทางเลี้ยง 29/
น้อยนิดแต่ชัดเจน 30/ คื่นซีฟ 34/ เคารพตัวเอง 37/ วันนั้นกินอะไรดี 39/
ให้วันนี้สมเป็นวันนี้ 41/ เผ้ามองอย่างอ่อนโยน 43/ คำที่คืน 44/ อื้ออึง 48/
ต่อให้ไม่ฝัน 50

Part 2 ถึงแม้พยายามเป็นคนแสนดี



วนเวียน 59/ สิ่งที่ไม่เคยรู้ 61/ หวังว่าสักวันหนึ่ง 62/ สงสัย 64/
ท่าที่ต่อเวลา 66/ ตามตาม 69/ เย็บ 70/ เพราะรัก 73/ อย่าตามหาฉัน 74/
เวลาสำหรับหนึ่งคน 76/ โกรธ 79/ ตรงๆบ้าง 80/ ตามที่เป็น 82/
ยินดีต้อนรับ คุณชิมเศร้า 85/ คนสำคัญสำหรับฉัน 86/
สู้ด้วยกันให้ถึงที่สุด 89/ เยอะเกินแล้ว 90/ ลอยเท้งเต้ง 94

Part 3 วันนี้หัวใจถูกทำร้ายอีกแล้ว



เต็มใจเหงา 102/เปล่าเจตนา 104/มีอะไรอยู่ข้างใน 106/เพื่องลูกใหม่ 109/
คงแค่โง่เขลา 110/บรรจุกะสุน 114/สู้ๆนะพ่อ 117/ไร้คำแก้ตัว 118/
หนี 120/โปรดอย่าลืมฉัน 122/ลูกเทวดา 124/ทฤษฎี 126/การพบกัน
อันซับซ้อน 129/หน้าตาของอารมณ์ 130/เลิกคิดมากกับการพูดปฏิเสธ 132/
แม้เจ็บก็ไม่เป็นไร 134/ทิศทางของความรัก 137/ใจอยากเชื่อ 140

Part 4 อยากรู้ยิ่งเหลือหัวใจให้คุณ



คิดถึง 147/ไม่ใช่เพราะอยู่คนเดียว 148/หัวใจมีรัก 153/ปลุกหัวใจ 154/
ไม่รู้ 156/คืนตาค้าง 158/ดูเย็นในหัวใจฉัน 161/พอกับฉัน 162/
ห่มดาว 164/การบอกว่าเป็นเธอ 167/ใกล้ 168/ลอยชาย 170/
อยากรู้จักคุณ 172/แฟน 174/สายสัมพันธ์ของเรา 177/หลงรักแต่คุณ 178

Part 5 เพราะคุณยังคงสำคัญต่อฉัน



โปรดเถอะนะ 186/ช่วงเวลาต้องการความสุข 188/รู้ๆวันหนึ่ง 190/
วันประหลาด 192/เกาะโดดเดี่ยว 194/ณ ตอนนั้น 197/เพราะเธอ 198/
ที่พึ่งของฉัน 200/คำปลอบใจจากคนแปลกหน้า 202/
แทนคำพูดว่าเข้าใจ 204/แรกพันอกพ่อแม่ 207/แม่จำแม่ 208/
รอคอย อย่างช้าๆและเนิ่นนาน 210/เรื่องนี้เป็นความลับนะ 213/
อย่าพูดคำนั้น 214/ทำดีแล้ว เก่งมากแล้วละ 217/เพราะมีเธอ จึงไม่เหงา 219

ท้ายเล่ม อยากรู้เสียงหัวใจแท้จริงของคุณ 221

เกี่ยวกับผู้เขียน ซอลเลตา ซเวมินจง 232

คำนำสำนักพิมพ์

เราฟังเสียงหัวใจเราครั้งสุดท้ายเมื่อไหร่กัน

ทุกวันนี้เรากำลังทำอะไร ต้องเดินทางไปที่ไหน มีชีวิตอยู่เพื่อใคร คำถามเหล่านี้มาทักทายเราในทุกเช้าที่ลืมตาลุกขึ้นจากเตียง คอยวนเวียนเหมือนเงาตามตัว พาให้ขุ่นมัวทั้งวัน จนไม่มีสมาธิอารมณ์ทำสิ่งใด กระทั่งพระอาทิตย์ลับขอบฟ้า กลับถึงบ้านทั้งตัวลงบนเตียง พยายามข่มตานอน แต่คำถามเจ้ากรรมพวกนี้ยังคงตามมาหลอกหลอน สุดท้ายก็กระวนกระวายใจจนนอนไม่หลับ เหมือนวงจรแห่งความทุกข์ที่พยายามวิ่งหนี แต่หนีไม่เคยพ้น

คงมีเพียงโลกในความฝันเท่านั้นที่เราสามารถอยู่ได้สบายใจที่สุด

ไม่ใช่เธอคนเดียวหรอก

ณ เวลานั้นมีคนมากมายที่เจ็บปวด ถ้าเธอเหนื่อยที่ต้องทำตามเสียงของคนอื่น สิ่งแรกที่ควรทำคือ หยุดฟังเสียงพวกเขา แล้วหันกลับมาฟังเสียงหัวใจตัวเอง เพราะเสียงหัวใจของมนุษย์ไม่เคยโกหก มันจะบอกความจริงให้เธอได้ยินเสมอ เพียงแค่เธอรับฟัง

และเหมือนเดิม ซอลโทเจ้ากระต่ายเหลืองเล่มนี้ก็ยังคงตามหาสิ่งที
ขาดหาย ไม่ต่างจากเรา แต่คราวนี้เป็นการออกเดินทางลึกเข้าไปในหัวใจ
ตัวเอง เพื่อตามหาห้องที่มีดมิดที่สุด ห้องที่แสงแดดแห่งความอบอุ่นไม่เคย
ส่องลงไปถึง ในนั้นอาจมีตัวตนที่แท้จริงของเราหลบซ่อนหรือนั่งร้องไห้
อยู่ โดยหวังว่าสักวันจะมีคนมาพบและพามันออกไป

คนที่ว่านั้นก็คือตัวเรา

เมื่อเธอพาเขาออกมาได้แล้ว พาไปปรับแสงแดดสักนิด สัมผัสสายลม
สักหน่อย จากนั้นค่อยปล่อยให้เขาพูดสิ่งที่อยากพูด แล้วเธออาจพบว่า
วิธีง่ายๆ แสนธรรมดาก็สามารถทำให้เธอเป็นคนใหม่ได้แล้ว

อย่าลืมฟังเสียงที่แท้จริงของหัวใจเธอนะ

springbooks

มีนาคม 2563

คำนำผู้เขียน

แต่คุณ
คนที่วันนี้ปากบอไหว
ทั้งที่ใจไม่ไหวแล้ว



เราต่างเต็มเต็มหนึ่งวันในชีวิตราวกับไร้ปัญหา
ใดพิเศษ แม้ใจคิดว่าแต่ละวันสุดแสนมีค่า ทว่า
วันธรรมดาๆ ดื่นกลับมีจำนวนเยอะกว่า ปะปน
ด้วยวันน่าระอาที่ต้องคอยระงับใจจากสภาพ
หวันไหวด้วยคลื่นอารมณ์เล็กๆ ซึ่ง
หลายครั้งยังไม่ทันรู้เท่าทันก็หายวับ
จากใจเสียแล้ว ครั้นร่องรอยของสารพัน
เลี้ยวอารมณ์ที่เราเคยละเลยซักทับถม

วันหนึ่งจึงเกิดคำถามว่า

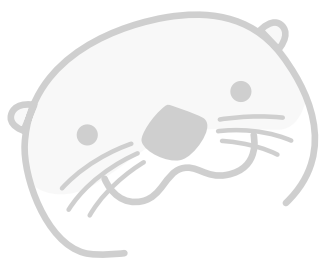
“ฉันกำลังทำอะไร ชีวิตแบบนี้มีความหมายอย่างไร”

สิ่งที่ฉันทำได้ต่อคำถามนี้มีเพียงนั่งซึม ไม่ก็หาเรื่องสนุกทำ ซึ่งก็มี
เพียงดูหนังและจิบเบียร์ คุณก็คงเป็นเหมือนกัน เจ้าคำถามไม่อาจมอบ
คำตอบแก่ตัวมันเองได้ ฉันใช้ชีวิตต่อโดยไม่อาจกล่าวได้ว่าหัวใจฉัน
ปกติดี ฉันเริ่มวาดซอลโทด้วยหัวใจที่ซึกไม่ปกติเช่นนี้ โดยคิดว่าอยากมี
เวลาเผชิญหน้าและรับรู้อารมณ์ตัวเองที่ขยับไหวหวั่นจากสารพัดเหตุ
เล็กๆ น้อยๆ ให้แน่ชัด

อารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ที่ชอลโทถ่ายทอดไม่ใช่เรื่องน่าอวดเลย ตรงกันข้าม เป็นอารมณ์ความรู้สึกที่น่าก้ำกัจัดหรือกดดันด้วยคำว่า “ไม่เป็นไรหรอก” แล้วซ่อนไว้ให้มิดเสียด้วยซ้ำ ถึงใจหนึ่งฉันเห็นเป็นงานซีดๆ เขียนๆ เรื่อยเปื่อยลงแผ่นกระดาษเปล่า แต่อีกใจก็เห็นว่าไม่บันทึกคงไม่ได้ ในเมื่อถอดเก็บไว้กับตัวเห็นจะมีแต่พอกพูนขึ้นเรื่อย ๆ ฉันจึงตั้งใจบรรจุความคิดจิตใจที่อยากถ่ายทอดไว้ในผลงาน เป็นบันทึกเสียอารมณ์ต่างๆ ที่เคยละเลย

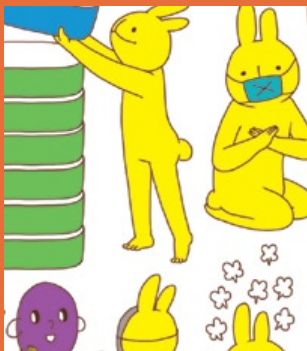
ขณะจัดทำหนังสือ ฉันวาดชอลโทเพิ่มอีกมาก พลางพบเจออารมณ์แปลกใหม่ต่างๆ อีกครั้ง ความยินดีอาจเกิดมาบ้างน้อยบ้างตามจังหวะชีวิต แต่ก็ช่วยให้ตระหนักถึงบางสิ่งได้เสมอ หวังอย่างยิ่งว่า อย่างน้อยคุณผู้อ่านหนังสือเล่มนี้จะเกิด “ช่วงเวลาให้ตระหนักถึงบางสิ่ง” เช่นกัน ขอให้มีความสุขเวลาอบอุ่นกับชอลโท เจ้ากระต่ายหูไม่เท่ากันนะค่ะ

ชอลเลดา



ကလောင်အောင်





PART 1

วันหนึ่งเมื่อหัวใจชวนคุย



ทดลองอ่าน









หนูนุ่หรือ

ลองนั่งแคคลี

สิง | กระหึ่ | สง

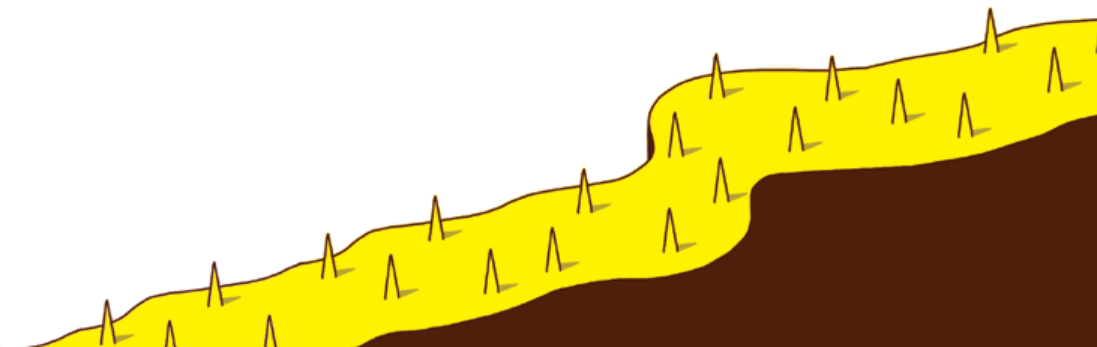


หัวใจชักแข็งกระด้าง
ฉันวิ่งขอคำปรึกษาจากใครๆ
ให้เพื่อนช่วยปลอบ
แต่รู้วี่แววจะหาย
ทั้งลองไปงานสังสรรค์ ดื่มให้เมาสุดเหวี่ยง
ทั้งร้องไห้แทบขาดใจในห้องคนเดียว
หัวใจเจ้ากรรมก็ยังคงแข็งเป็นหินเหมือนเดิม
ขนาดหลับยาวเป็นวัน ๆ กระทั่งแยกวันนี้พุ่งนี้ไม่ออก
ก็ยังไร้ผล

จวบจนวันหนึ่ง
แค้นรั้บแดดพลางจิบกาแฟ
หัวใจกลับค่อย ๆ ผ่อนคลาย
อย่างรวดเร็วและแสนธรรมดา

ต่อให้ เป็น ผล กว่ ัว

ฉันมักถามตัวเองว่า หากย้อนเวลาได้ จะเลือกทำอะไรใหม่
หากเมื่อก่อนไม่เลือกทางนี้ ฉัน ณ ปัจจุบันคงเหลือเพียงไฟฝันจางๆ
กับความเข้าใจต่อเส้นทางที่ไม่เคยเลือกเดิน
แต่ก็คงรู้สึกโดดเดี่ยวและกลัดกลุ้มน้อยกว่าที่เป็นอยู่
กระนั้นฉันก็จะเลือกทางเดิม ไม่ว่าจะย้อนเวลาได้อีกสักกี่ครั้ง
เพราะถึงปากบ่น แต่หัวใจชื่นชอบต่อสิ่งที่ทำนั้นยิ่งกว่าความรู้สึกโดดเดี่ยว
และกลัดกลุ้มที่เกิด ถึงสายตาใครต่อใครมองว่าการเลือกของฉันช่างโง่เขลา
แต่ฉันรู้จักความอึดเอนที่ช่วยให้อดทนต่ออุปสรรคทุกข์ยากดี
ต่อให้เส้นทางที่เลือกรายเรียงด้วยขวากหนาม
ทั่วตัวเต็มไปด้วยรอยแผล และอาจต้องทนทรมานต่อ
ก็ยังขอเลือกเส้นทางสายนี้เช่นเดิม





เส้นทางที่ต่อให้เจ็บก็ไม่รู้สึก

หรือก็คือเส้นทางที่ถึงทรมานก็ยอม

ปลาข้างฝีมือฉัน

ต้องมีรอบบั้งถึงจะอร่อย

มีรอบบั้งแล้วจะบั้งอร่อย
เพราะเครื่องปรุงจะซึม
เข้าเนื้อปลาได้ดี-



ชีวิตเราก็มีรอบบั้งเหมือนปลาข้าง

ร อ ย บั ง

บางครั้งสภาพลุ่มๆ ดอนๆ ของชีวิตที่เกิดจากความทุกข์ก็ดูเจ๋งดี
ตราบดีที่รับมือด้วยบริบทคนนอก ไม่ใช่ชีวิตตัวเองละกันนะ
ชีวิตสงบเงียบปราศจากเรื่องราวโลดโผนเสียอีกที่ดูเจ๋งชีดน่าเบื่อ
แต่ชีวิตราบเรียบก็คงดีกว่าชีวิตที่เต็มไปด้วยบาดแผลแหละ
เพราะถึงชีวิตธรรมดาจะน่าเบื่อยังไง ก็น่าจะดีกว่าชีวิตล่ำเคียด
ด้วยความทุกข์ยากนี่นา

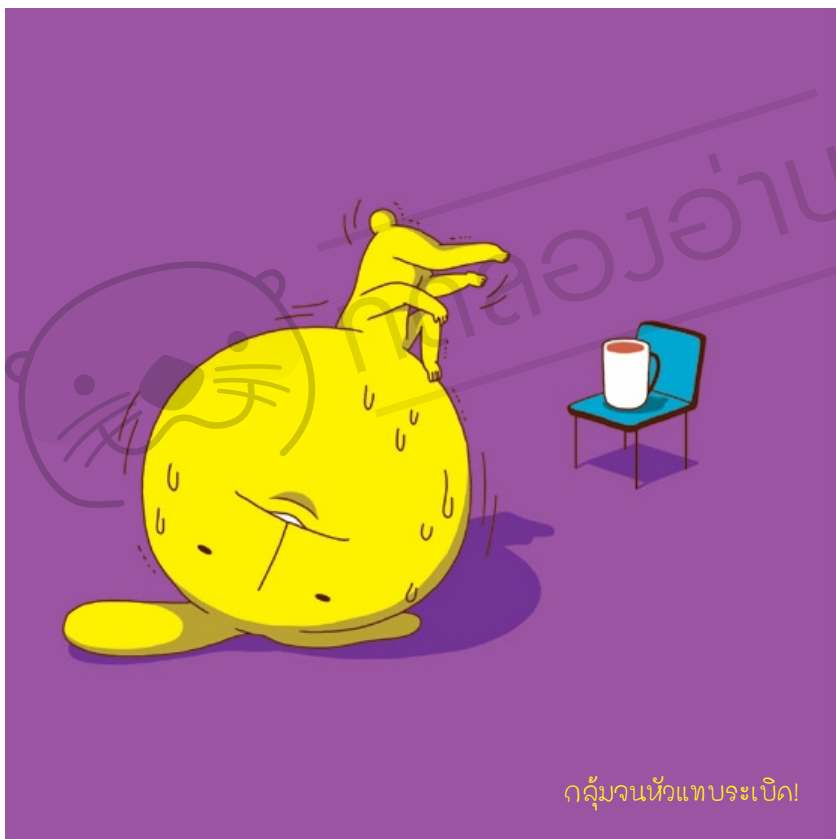
พูดไปแล้ว เดี่ยวฉันอาจเปลี่ยนใจ
ขอกระโจนสู่ทางอันตรายที่มีกองไฟเผาผลาญหัวใจให้วอดเป็นจุณเสียก็ได้

แต่สำหรับวันนี้, ตอนนี้ ยังก่อนแล้วกัน

ละ ล้ำ ละ ลัง



ความจริงจุดเริ่มต้นของปัญหาอาจแค่
ซีปะตั่ว หากแก้ไขเสียแต่เนิ่นๆ ก็คงกำจัด
เกลี้ยงเกล่าได้สบาย แต่พอผิดเป็นค้อยทำ
พຼ່ງนี้ ไว้พຼ່ງนี้ก่อน ขอทำพຼ່ງนี้แล้วกัน
ไม่นานเจ้าปัญหาก็กพอกพูนจนเต็มพื้นที่
สมอง คิดเอาปານี้คงเหนื่อยเปล่า แต่ก็ยัง
ละ ล้ำ ละ ลัง ผัดวันประกันพຼ່ງต่อเรื่อยเลย



กล่องดำ

ถึงเป็นกล่องใส่หัวใจของตัวเอง เราก็ไม่รู้ว่ามีอะไรในกล่องจนกว่าจะเปิดดู
อันที่จริงต่อให้มองในกล่องก็แล้ว หลายครั้งก็ยังไม่ค่อยเข้าใจ
บางทีคลั่งคล้ายคลืบลบคลว่าเข้าใจ แต่เพียงเดี๋ยวเดียวก็คลุ้มเครือ
คิดหรือว่าเรารู้ทันหัวใจตัวเองทุกเรื่อง
ความคิดที่ผสมรวมกันในจิตใจนี้ละที่ทำให้เรารู้สึกว่าชีวิตคลุมเครือ
ความรู้สึกใด ๆ ก็ตามที่ปรากฏหรือขาดหายไปเมื่อวาน
ไซ้ว่าจะเป็นเช่นเดียวกันในวันนี้ด้วย
เราไม่อาจเก็บตุนความรู้สึกแสบวกได้ฉันใด
เราก็ไม่อาจไล่กำจัดความรู้สึกแสบได้ง่ายดายฉันนั้น

อารมณ์เราบังคับคุณเครื่อง
ต่อให้เบสิญหน้าความคิดจิตใจตัวเองตรงๆ



โรคร้ายทำลายทุกแผนการ



โรคผัดวันประกันพรุ่ง

เวลาเห็นคนงานยุ่ง มีตารางกิจกรรมชีวิตแน่นเอียดชนิดใช้เวลาเป็นหน่วยนาที่หรือวินาทีแล้ว ก็นึกชื่นชมว่าขยันดีจัง ไม่ใช่เวลาเสียเปล่าแบบเรา หลายครั้งยังนึกสมเพชตัวเองที่คิดอยากทำตามพวกเขาด้วยการประกาศว่า “ไว้พรุ่งนี้ฉันจะขยันบ้าง” แล้วก็ผัดวันประกันพรุ่งต่อ

แต่ว่านะ บางทีการใช้เวลาชีวิตแบบหย่อนใจนิด ๆ คงไม่เลวร้ายนักหรอก เพราะอย่างน้อยก็จะมีช่วงเวลาสั้น ๆ ให้เราได้พูดคุยกับ “ตัวเอง” เยอะทีเดียว



แต่บางทีก็ต้องหย่อนใจบ้าง

อาทิเช่น ช่วงเวลาหลายนาทิตั้งเหม่อจนกว่าจะหายง่วง วันสบายๆ
หย่อนอารมณ์กับการฟังเสียงบดเมล็ดกาแฟ รินน้ำร้อนใส่ แล้วสูด
กลิ่นหอมกรุ่น ช่วงเวลาคิดถึงผู้เป็นที่รัก ช่วงเวลาให้เราจัดการกับการ
เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้บ้าง

เวลาให้เราพูดคุยและซักถามตัวเอง “หาเรื่องสนุกอะไรทำดี ลองหา
อะไรเรียนดีใหม่ หาของอร่อยอะไรมาดี”

ทุกคนต่างทำสิ่งเหล่านี้ได้ เมื่อรู้สึกว่าคุณได้ใช้ชีวิตอย่างหย่อนอารมณ์
และนั่งพักลง ณ ช่วงเวลาสั้นๆ

ตัวเขมือบความทรงจำ



ที่ฉันจำไม่ได้ เพราะแกเขมือบไปแล้วสินะ



เราบรรจุทุกความทรงจำลงสมองไม่หมดหรอก ในหัวคนเราถึงเลี้ยว
สัตว์ประหลาดไว้คนละตัว ถ้ามันเป็นเด็กดีเชื่อฟังคำสั่งเราว่าควร
กิน ดื่มนอนตอนไหน คงดีไป แต่บางทีเจ้าสัตว์ประหลาดก็ทำตาม
ใจตัวเอง ทำให้ความทรงจำเรากรุ่นรำบ่อยๆ เราจึงจำวันสำคัญไม่ควร
ลืมได้เพียงรางๆ กลายเป็นว่าสิ่งที่ควรจดจำกลับระเหยหายไปอย่าง
น่าพิศวง ส่วนสิ่งที่ควรจะลืมก็ได้นั้น ดันจดจำฝังแน่นทุกอนุประสาท
สัมผัส ชนิดนึกย้อนได้ครบทุกฉากทุกตอน

ตัวเราอาจคิดว่าเรื่องที่จำได้นั้นไม่พิเศษ แต่หัวใจเราคงคิดว่าเป็น
เรื่องสำคัญ ขณะเดียวกันความทรงจำที่จางหายทั้งที่พยายามเก็บรักษา
อาจเป็นเรื่องไม่สำคัญพอ หรือเป็นเรื่องที่เคยทรมานเราก็ได้นะ