

# น่าเสียดาย ที่ตลอดไป ไม่เกิดขึ้นจริง

ใครหลายคนมักยึดติดกับช่วงเวลาดี ๆ ในช่วงหนึ่งของชีวิตและหวังให้มันเป็นเช่นนั้นไปตลอด แต่เพราะความจริงมันไม่สามารถเป็นไปอย่างนั้นได้ เมื่อทุกอย่างเริ่มเปลี่ยนแปลง สิ่งที่เราไม่ต้องการ ไม่อยากพบเจอ มักทำให้เราได้รู้จักกับความผิดหวังอยู่เสมอ สิ่งที่เราพอทำได้อาจเป็นการเก็บความทรงจำดี ๆ เกี่ยวกับพวกเขาไว้ให้นานที่สุดเพื่อคอยย้ำเตือนว่าครั้งหนึ่งสิ่งดี ๆ มันเคยเกิดขึ้นจริง เพียงแค่ไม่ใช่ตลอดไปเท่านั้น !

## ตลอดไป .....>

**“น่าเสียดายกว่าการที่จะไม่ได้เจอกันอีก  
คือการที่เราไม่ได้ใช้เวลาอย่างคุ้มค่าที่สุดในตอนที่มีเวลานั้นอยู่”**

ประโยคนี้อาจอยู่ในหนังสือที่เคยอ่านหลายเล่ม อยู่ในหนังที่เคยดู และอยู่ในบางเพลงที่เคยฟัง แม้ว่าเข้าใจดีว่าโลกนี้ไม่มีอะไรอยู่ตลอดไปแต่ก็เป็นเรื่องยากที่จะยอมรับได้เหมือนกัน หากชีวิตคนเราเปรียบเสมือนเดินทางไกลเมื่อเรามองย้อนกลับไปตามทางที่เราเดินผ่านมาเราจะพบว่าได้มีบางอย่างหล่นหายจากชีวิตเราไม่มากนักน้อย หลายคนช่วงนี้เคยสนิทกันมาก เคยผ่านเรื่องราวดี ๆ มาด้วยกัน แต่เวลามันอาจจะถูกกำหนดมาไว้เพียงเท่านี้ สิ่งที่เราทำได้คือ เก็บความทรงจำดี ๆ เกี่ยวกับพวกเขาไว้ให้นานที่สุด

## บาดแผลในความทรงจำ .....>

“บาดแผลทำให้เราเจ็บปวด ทำให้เราจดจำ  
แต่หากเราไม่จดจำว่าเราเคยเจ็บปวด เราก็จะเจ็บปวดเรื่อย ๆ ไม่สิ้นสุด”

เมื่อวันทีบาดแผลเกิดขึ้น เราแทบคิดไม่ออกว่าจะมีอะไรช่วยเยียวยาได้ แต่เมื่อเวลาผ่านไปเราจะค่อยๆ สนใจบาดแผลนี้น้อยลง จากที่เคยคิดว่าเราไม่มีทางกลับมาเป็นเหมือนเดิม แต่เราก็คงใช้ชีวิตต่อไปโดยที่ไม่ได้มองบาดแผลนั้นบ่อย ๆ เป็นไปได้ว่าเราอาจจะเจอบาดแผลที่เจ็บกว่าเดิม ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต

## ทั้ง ๆ ที่ปัญหาของตัวเองทำไมเราถึงแก้ไม่ได้ .....>

“ทำไมเราถึงช่วยคนอื่นแก้ปัญหาคได้  
แต่พอปัญหาตัวเองมันจึงกลายเป็นเรื่องยาก”

ที่เป็นแบบนี้ เพราะเมื่อเป็นเรื่องของตัวเองแล้ว จะมีอารมณ์เข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งอารมณ์มีผลต่อการตัดสินใจและความคิดของเราค่อนข้างมาก อย่างตอนเศร้า โกรธ หรืออยู่ในสภาวะอารมณ์ไม่มั่นคง การตัดสินใจของเราก็จะแตกต่างกันออกไปจากตอนที่ปกติ

## เวลาจะทำให้ทุกอย่างดีขึ้น...จริงไหม? .....>

“ที่บอกว่าเวลาไม่ช่วยอะไร เป็นเพราะใจเราไม่ยอมรับหรือเปล่า”

บางเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เคยทำร้ายเรา มันเกิดขึ้นและจบลงไปตั้งนานแล้ว แต่หากเรายังรู้สึกกับมันอยู่ ก็อาจเป็นไปได้ว่าเพราะเราไม่ยอมปล่อยมันเอง ถ้าเราไม่ปล่อยวางและยอมรับว่าบางอย่างไม่มีทางที่จะเป็นของเราไปได้ตลอด เราก็จะยึดติดกับสิ่งที่ไม่มีอยู่และเจ็บปวด เพราะมันอยู่แบบนั้น บางทีอาจจะมีโลกที่สดใสกว่านั้นอยู่เพียงแค่ว่ายอมรับความเปลี่ยนแปลงตรงนี้ และปล่อยวางทุกสิ่งไป ก้าวข้ามผ่านความกลัวต่าง ๆ เพื่อไปยังโลกใบใหม่ และในตอนนั้น **เวลา** จะช่วยเยียวยาเราเอง

## ภูมิทัศน์ความเสียหายของคนเราไม่เท่ากัน .....>

“ความเสียหายไม่ว่าเรื่องอะไรก็ตาม สำหรับคนที่กำลังเผชิญหน้ากับมันอยู่ ก็คือเรื่องใหญ่ของเขาในตอนนั้น

อย่าเอาประสบการณ์ตัวเองเข้าไปตัดสินว่ามันไม่ใช่เรื่องใหญ่”

รู้ได้ไงว่าเขาไม่สู้ บางทีเขาอาจจะสู้จนสู้แทบไม่ไหว รู้ได้ไงว่าเขาอ่อนแอ บางทีความเข้มแข็งของเขาอาจถูกใช้ไปจนไม่เหลือ รู้ได้ไงว่าเรื่องแค่นี้ บางทีประสบการณ์ชีวิตเรามันก็ต่างกัน เพราะเราโตมาในสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน สิ่งที่เราพอทำได้คืออยู่เคียงข้าง รับฟัง และให้กำลังใจ เดี่ยวเวลามันจะช่วยให้เขาดีขึ้นและผ่านพ้นช่วงเวลานี้ไปได้

## ถ้ากลับไปได้จะกลับไปไหม .....>

“ทำได้แค่คิดถึงมันที่ดีที่สุดแล้ว อย่างน้อยเราก็ไม่กลับไปทำร้ายกันอีก”

หากเลือกที่จะกลับไป จงมั่นใจในสิ่งที่เราเลือกที่ดีที่สุดแล้ว เพราะไม่มีใครรู้เท่าตัวเราเอง เพราะยังงั้นหากจบลงอย่างเลวร้าย มันก็คงกลับไปเป็นอย่างเดิม หากเลือกที่จะไม่กลับไป จงปล่อยให้ทุกอย่างอยู่ในความทรงจำ เพราะบางสิ่งเหมาะสมอยู่ในความทรงจำ

## จาก 1 ถึง 10 .....>

“ชีวิตอาจไม่ได้นับ 1-10 อย่างง่าย ๆ เหมือนที่เราคาดเอาไว้ แต่มีทั้งเดินไปข้างหน้าและถอยหลังกลับมาเริ่มต้นใหม่ เพื่อให้เราได้เรียนรู้ความผิดพลาดก่อนจะก้าวข้ามมันไปได้”

ศิลปินบางคนใช้เวลาหลายปี กว่าจะโด่งดังในทุกวันนี้ นักร้องบางคนใช้เวลาหลายปี กว่าจะมีเงินทองมากมายในวันนี้ และทุกอาชีพมีคนเก่งๆ มากมาย กว่าจะมีทุกวันนี้ เบื้องหลังของเขามันไม่่ง่าย อยากให้คุณอดทนเข้าไว้ ถ้าคุณรักความฝันของคุณจริง ๆ จงพยายามอดทนทำมันต่อไปเรื่อยๆ ทำตัวเองให้พร้อมับโอกาสที่จะเข้ามาเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ เพราะคนที่เตรียมตัวพร้อมที่สุดย่อมได้รับรางวัลของความพยายามมาครอบครองเสมอ

“ถึงแม้เราจะไม่สามารถลุกขึ้นมาสู้กับปัญหาได้ทันที แต่เชื่อเถอะว่า  
เวลาจะช่วยให้เราลุกขึ้นสู้ได้อีกครั้ง  
จงลุกขึ้นมา จงยิ้มออกมา แล้วเธอจะไม่เป็นผู้แพ้”

ยิ่งโตขึ้นก็เริ่มเข้าใจความรู้สึกของตุ๊กตาล้มลุกมากขึ้น หลายครั้งในชีวิตจริงที่เราเป็นผู้ถูกรังแกจากคนรอบตัว ทั้งโดนด่า โดนแกล้ง โดนรังแกสารพัดวิธี แต่ต่างกันตรงที่เราไม่สามารถล้มแล้วเด็งขึ้นมายิ้มได้ทันทีเหมือนตุ๊กตาล้มลุก บางครั้งเราอาจจะต้องทำตัวเป็นตุ๊กตาล้มลุก ไม่ว่าจะเจอกับอะไร จงยิ้มสู้ แล้วลุกขึ้นให้ได้ทุกครั้งที่ล้ม

“วันนี้อาจเป็นวันแยๆ แต่เดี๋ยววันใหม่ก็มาแล้ว”

ชีวิตคนเรามันก็เป็นแบบนี้ละ เข้าที่สดใสไม่ได้เกิดขึ้นในทุกวันที่ตื่นขึ้นมาหรือบางครั้งก็ต้องเผชิญกับวันที่พายุฝนโหมกระหน่ำบ้าง เปียกปอนบ้าง เราอาจตัดพ้อได้ว่าคือวันที่โชคไม่ดีเท่าไร แต่สุดท้ายมันก็ผ่านไปไม่ใช่หรอ วันนี้อาจเป็นวันแยๆ แต่เดี๋ยววันใหม่ก็มาถึง

หนังสือเล่มนี้ได้เก็บเรื่องราวต่างๆ ของคนที่ผ่านมาในชีวิตผู้เขียน ทั้งเรื่องราวของความจริง ปัญหาที่ต้องเผชิญ คุณค่าในชีวิต และการให้กำลังใจ โดยถ่ายทอดให้ผู้อ่านรู้สึกถึงความหวังและความสวยงามในการมีชีวิตอยู่ นี่เป็นแค่ส่วนหนึ่งของบทความที่ยกตัวอย่าง หากสนใจยิ้มหนังสือเล่มนี้ ติดต่อได้ที่  
หอสมุด ร.ก.ส. ชั้น 3

