

สารบัญ

- (8) คำนำสำนักพิมพ์
(10) คำนำผู้เขียน

- 12 **PART 1 : หลากหลายเรื่องราวในแต่ละวัน**
75 **PART 2 : ชี้งสุดท้ายก็ต้องพาตัวเองผ่านไปให้ได้**

- 147 ขอบคุณ
148 เกี่ยวกับผู้เขียน

คำนำ

สำนักพิมพ์

บางเรื่องเราอาจคิดว่า ยิ่งพยายามจะยิ่งสำเร็จ
ยิ่งทุ่มเทมาก ก็จะได้มาก

แต่ไม่ใช่ทุกเรื่องที่เป็นแบบนี้
โดยเฉพาะเรื่องอารมณ์ความรู้สึก หรือเรื่องของคนอื่น
ที่บางทียิ่งเราพยายามมากเท่าไร
เรื่องกลับยิ่งแย่ลงเท่านั้น

ยิ่งเราทุ่มเท เอาใจใส่ มันกลับแย่ลง
ก็คงเหมือนกับต้นแคคตัส
ที่เรารดน้ำบ่อยเท่าไร
มันก็จะตายเร็วขึ้นเท่านั้น

แน่นอนไม่ได้บอกว่าให้เลิกพยายาม หรือเลิกทุ่มเท
แต่บางเรื่องในชีวิต เราก็ใช้วิธีนี้ไม่ได้จริงๆ
จึงทำได้เพียงต้องปล่อยวาง และเลิกคาดหวังต่อผลลัพธ์

เชื่อเถอะว่าหากเราพยายามและทำดีที่สุดแล้ว
ก็คงไม่ต้องเป็นห่วง
ที่เหลือให้เป็นหน้าที่ของคนอื่นบ้าง

ปล่อยย้ให้เวลาได้ทำหน้าที่ของมัน
แล้วบางทีเรื่องดีๆ อาจเกิดขึ้นก็เป็นได้

springbooks

พฤษภาคม 2562

คำนำ

ผู้เขียน

หากฝนตก...

เปรียบเสมือนอุปสรรคในชีวิต

อาจจะมีบางวันที่เจอแค่ละอองฝน

เจอวันที่ฝนตกหนักจนมองไม่เห็นทางข้างหน้า

หรืออาจจะกลายเป็นพายุที่ทำลายทุกสิ่งทุกอย่าง

คนเราอาจจะมีโอกาสเจอฝนที่แตกต่างกัน

แต่ฝน...ไม่ได้ตกทุกวัน

ฤดูฝน...ไม่ได้มีตลอดทั้งปี

ทุกอย่างล้วนมีช่วงเวลาของมัน

ฝนตกหนักแค่ไหน...วันหนึ่งมันก็ต้องหยุดตก

พายุพัดแรงแค่ไหน...วันหนึ่งมันก็พัดผ่านไป

อะไรที่ผ่านไปแล้ว...

เราคงย้อนกลับไปแก้ไขอะไรไม่ได้

อาจจะทำได้แค่ปรับปรุง ซ่อมแซมให้ดีขึ้น

บางอย่างอาจจะโดนทำลาย...

บางอย่างอาจจะกลายเป็นความสูญเสีย

เสียใจได้ แต่ชีวิตก็ต้องเดินไปต่อข้างหน้า

อาจจะต้องใช้เวลาในการเริ่มต้นใหม่

แต่มันก็ดีกว่าการที่ทิ้งทุกอย่างเอาไว้

โดยที่ไม่พยายามอะไรเลย

อย่างน้อย...

ฟ้าหลังฝนก็ย่อมสดใสเสมอ :)

ไฉ่เป็ด

พฤษภาคม 2562



ทดลอง

PART

1

หลากหลายเรื่องราว
ในแต่ละวัน

บางครั้ง...
ตรงที่เรายืน
กับมุมที่เธอมอง
มันคงไม่เหมือนกัน
ลองมาสลับกันยืนดูมั้ย
เพื่อเธอและเราจะเข้าใจอะไรมากขึ้น





ปล่อยให้เวลาได้ทำหน้าที่ของมัน

ใจเปิด



การที่ใครคนหนึ่งทนมาได้ตลอด
มันก็ไม่ได้หมายความว่า
เขาจะทนได้ตลอดไป

หากเรา...
ยอมรับบ้าง
ปรับตัวบ้าง
การใช้ชีวิตก็จะมีความสุข
มากขึ้น ☺
#ไว่เปิด



มันก็เหนื่อยนะ

ก็ได้แต่บอกตัวเองว่า

อย่าฝืน ถ้าเหนื่อยก็พัก

เพราะถ้ายิ่งฝืน มันอาจจะแย่กว่าเดิม

ถึงเวลาพักผ่อน ก็นอนหลับ

ยังไงเราก็ต้องตื่นมาเจอวันพรุ่งนี้อยู่ดี

จะยอมแพ้ก็คงไม่ได้

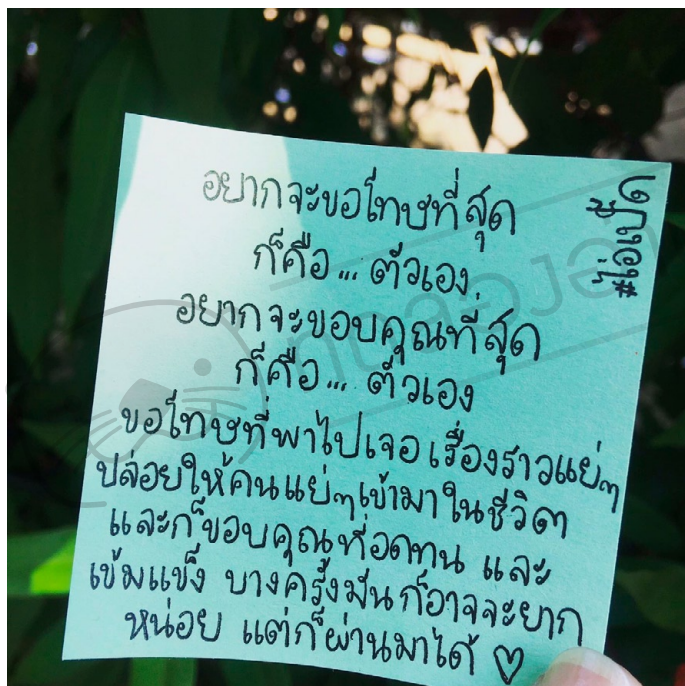
อย่างน้อย...เราก็ยังมีชีวิตของตัวเอง

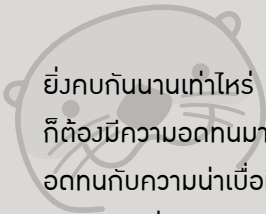
ที่ยังต้องรับผิดชอบอยู่

ในเมื่อเราทำเต็มที่แล้ว
หากมันไม่เป็นไปตาม
ที่เราตั้งความหวังเอาไว้
ก็ไม่มีอะไรที่จะต้องเสียดาย
เพราะอย่างน้อยมันก็ดีกว่า
การที่เราไม่พยายามอะไรเลย









ยั้งคบกันนานเท่าไร
ก็ต้องมีความอดทนมากเท่านั้น
อดทนกับความน่าเบื่อที่มันอาจจะเกิดขึ้น
เพราะการที่เราต้องอยู่กับสิ่งเดิม ๆ ซ้ำ ๆ
ก็คงทำให้รู้สึกเบื่อ เฉยชา กับเรื่องเดิม ๆ
และถ้าหากความรู้สึกนั้นเกิดขึ้น
ก็ยิ่งทำให้มีโอกาสดที่ความรักจะเริ่มมีช่องว่าง
เปิดโอกาสให้อะไรใหม่ ๆ เข้ามา

ความรักที่ดี
ก็ต้องพากันไปในทางที่ดี
มีชีวิตที่ดีขึ้น มีพลังในการใช้ชีวิตเพิ่มขึ้น
อะไรที่ไม่ดีก็ช่วยกันปรับเปลี่ยน
ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปกี่ปี ก็ยังอยู่ที่เดิม
อะไรที่ไม่ดี ก็ยังไม่ได้เหมือนเดิม





ปล่อยให้เวลาได้ทำหน้าที่ของมัน

ใจเปิด

14



15



ทดลองอ่าน

การที่เราหยุดพัก
มันไม่ได้แปลว่าเราขอมแพ้
เราก็แค่เก็บแรงเอาไว้สู้ต่อ



สุดท้ายแล้ว...

ก็ต้องอดทน เข้มแข็ง และพาตัวเองออกมา
จากความรู้สึกที่มันบั่นทอนเหล่านั่นให้ได้
เวลา เป็นแค่ส่วนหนึ่งที่จะทำให้ทุกอย่างดีขึ้น
แต่ถ้าใจไม่แข็งพอ ใช้เวลามากแค่ไหนก็ไร้ประโยชน์



ทดลองอ่าน



คนที่เสนอตัวเป็นคนกลาง
บางครั้งก็อาจจะไม่เป็นกลางเสมอไป
หลาย ๆ เรื่องที่มันแย่งกว่าเดิม
มันก็มีจุดเริ่มต้นมาจากคนกลางนี่แหละ





ความสัมพันธ์ของแต่ละครอบครัว
มันก็แตกต่างกันนะ
บางเรื่องมันละเอียดอ่อน
เกินกว่าที่คนนอกจะเข้าใจ
จะเอาพื้นฐานของตัวเอง
ไปตัดสินครอบครัวของคนอื่น
ก็คงไม่ได้



หากเราไม่ไปเก็บเอาทุกเรื่องมาคิด

บางที...มันอาจจะทำให้การใช้ชีวิตมีความสุขมากขึ้น

การที่เราให้คำปรึกษากับใครบางคน...
อาจจะไม่สามารถช่วยตัดสินใจอะไรได้
แต่มันก็ทำให้ใครคนหนึ่งไม่ต้องรู้สึกโดดเดี่ยว
อย่างน้อยก็ทำให้เขารู้สึกว่า
มีใครบางคนที่คอยรับฟังเรื่องราวต่างๆ
และอยู่ข้างๆ เขาในเวลานั้น