

พักให้ไหว_____

_____ค่อยไปต่อ

잠시 주춤 하겠습니다

นีน่า คิม เขียนและภาพประกอบ
รัชชา ธีรปกรณ์ชัย แปล



ในชีวิตที่แสนวุ่นวาย ไม่มีแม้แต่พื้นที่ให้หยุดพักหายใจ
แต่วันอันสุดแสนธรรมดา ก็อาจสร้างความสุขเล็กๆ ได้

Have a Booktiful Day!

พักไว้ก่อน _____

_____ ค่อยไปต่อ

พักไว้ก่อน _____

_____ ค่อยไปต่อ

นีน้า คิม เขียนและภาพประกอบ

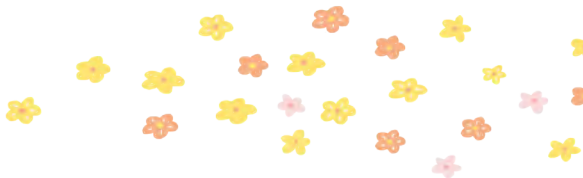


คำนำสำนักพิมพ์

ตื่นเช้ารีบไปเรียน แถมยังต้องติวพิเศษจนตีกตื้น
อ่านหนังสือเตรียมสอบอย่างเคร่งเครียดเพื่อเข้าคณะที่ตั้งใจไว้
วิ่งวุ่นกับการหางานและสอบสัมภาษณ์
ด้วยหวังว่าจะได้ทำงานในฝัน
หัวหมุนกับงานที่ถาโถมมาไม่หยุด
กว่าจะกลับถึงบ้าน แบตก็เหลือศูนย์แล้ว

กว่าจะโตเป็นผู้ใหญ่
ชีวิตเราต้องผ่านช่วงเวลาเหนื่อยล้ามากมายเหลือเกิน
แถมพอได้ชื่อว่าเป็น “ผู้ใหญ่” ก็แทบไม่เหลือช่องว่างให้อ่อนแอ
ชีวิตในอุดมคติที่เคยวาดไว้ดูช่างห่างไกล
นี่เรากำลังวิ่งไปไหนกันนะ นี่คือนิยามที่ฉันต้องการจริงหรือเปล่า

ในวันที่ใจปรารถนาว่าไม่ไหว บางทีสิ่งที่เราต้องทำอาจแค่หยุดพัก
ให้เวลาตัวเองได้อยู่นิ่ง นอนกลิ้งเฉยๆบนเตียงสักวัน
แล้วลองจับเข่าคุยกับตัวเองเบาๆว่า
“เหนื่อยไหม มีอะไรอยากเล่าให้ฟังหรือเปล่า
เธอเก่งมากแล้ว แต่ถ้าอยากร้องไห้ก็ได้นะ
ไม่เป็นไรหรอก ไม่เป็นไรเลย”

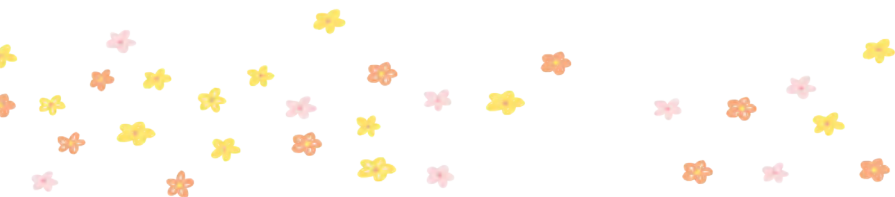


แม้ยังสับสน แต่เราอาจค้นพบเหมือนกับนี่นา คิมก็ได้ว่า
คนที่คอยเปลี่ยนดีให้เราร่วงไปข้างหน้าไม่หยุด
ไม่ใช่ใครแต่คือตัวเราเอง
จนหลงลืมและมองข้ามวันธรรมดาแบบนี้
“วันที่แม้จะว่างเปล่าและไม่มีอะไรมากมาย
ก็ยังเป็นวันที่ควรเห็นค่าและรู้สึกขอบคุณ”

ถึงวันพรุ่งนี้และวันถัดไปจะยังมีเรื่องให้เหนื่อยอีก
ขอแค่อย่าลืมนุญาตให้ตัวเองได้หยุดพักบ้าง

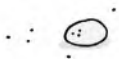
พักให้ไหว แล้วค่อยไปต่อนะ

Bloom









เหงื่อออกจัง
หายใจไม่ทันแล้ว...



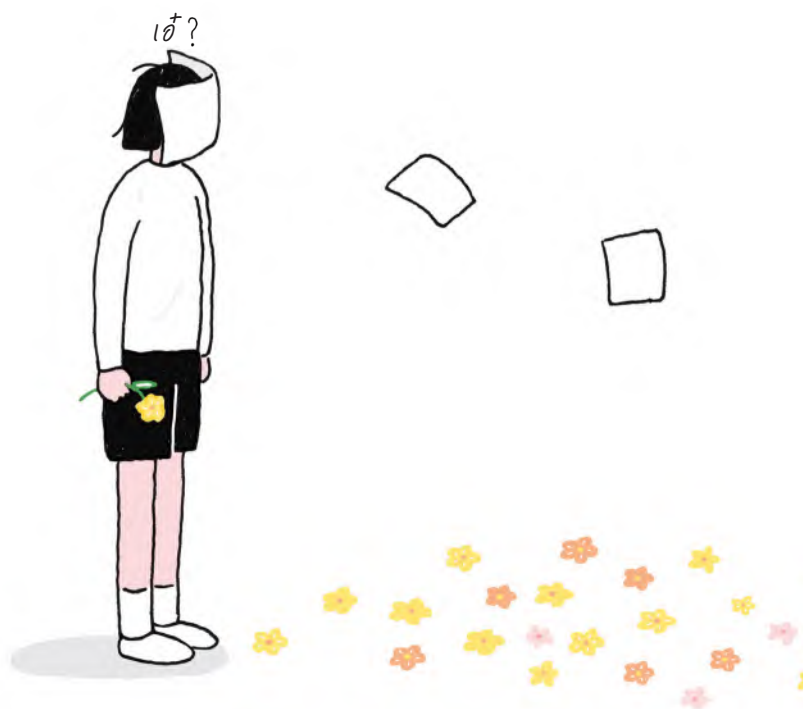
งัดข้อๆ เดินดีกว่า



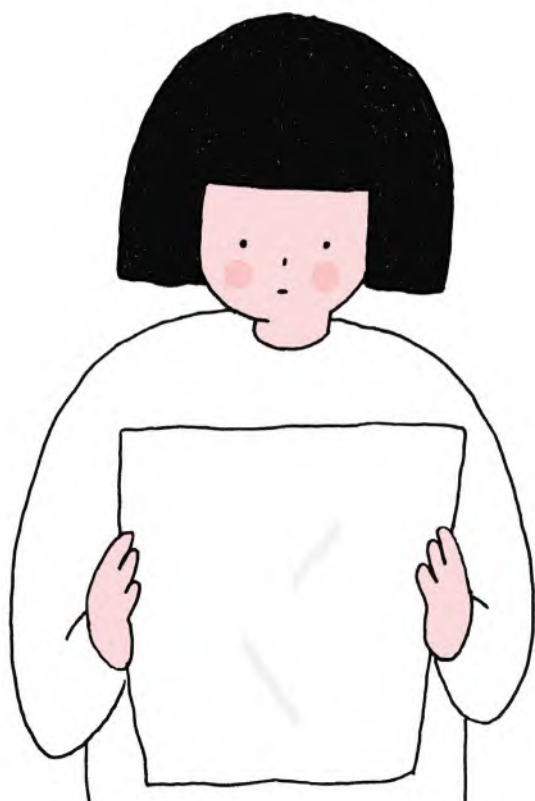


ฮึ...สว่จ้ง









???





สารบัญ

006 คำนำสำนักพิมพ์

008 บทนำ

1. พักให้ไหว ค่อยไปต่อ



- 030 มีอะไรได้ตั้งใจบ้าง
- 036 ใช้ชีวิตพลาดไป
- 038 มันต้องผ่านไปได้ด้วยดีแน่นอน
- 040 โอเคไหม จันโอเค
- 042 ทำทุกอย่างแบบพอดี
- 047 ชื่นชมเต็มที
- 050 ความรู้สึกผิด
- 052 ใช้ชีวิตให้สมกับเป็นตัวเรา
- 055 เรื่องเล็กน้อยที่อดทนไหว
- 062 ความหดหู่
- 064 ตกลงแล้วใครเห็นน้อยกว่า
- 071 มองโลกมุมกลับ



2. เราทุกคนล้วนแตกต่าง

- 074 เราทุกคนล้วนแตกต่าง
- 076 ปัญหาเรื่องระยะห่างกับความสัมพันธ์
- 081 อย่าคาดหวังเยอะจะได้ไม่เจ็บเยอะ
- 082 ใจพังดังกรีน
- 084 ใจที่หวังแต่จะได้
- 086 ความสัมพันธ์ที่ค่อยๆ จืดจาง
- 090 คำขอโทษ
- 095 เป็นคนดีสำหรับทุกคนไม่ได้

- 096 วันหนึ่งของเจ้าเมสึดแห่งความรัก
 099 จำเป็นต้องมีแฟนด้วยหรือ
 100 ความรัก
 103 ความรักคือจังหวะเวลาที่เหมาะสม
 108 ผีใจ
 111 ไม่น่ามาเห็นเลย
 112 เรื่องราวของคุณ Y จากเขตพุลกวัง
 114 ใจที่ถูกห่อไว้
 122 อยากรักแบบค่อยเป็นค่อยไป

3. เรื่องกึ่งเท่านั้นที่รู้



- 128 เรื่องที่ใจเท่านั้นที่รู้
 132 จิตใจคนเราเปลี่ยนไปมา
 136 วันที่แสนบิตเบี้ยว
 141 ช่วยอ่านฉันที
 142 ถอนหายใจ
 144 จินตนาการ
 147 จดจบ
 150 ขวดของหัวใจ
 154 ความเสียใจที่อยู่เหนือความเสียใจ
 158 ช่วงเวลาที่เคยอยากรู้ทุกเรื่องเกี่ยวกับแม่
 160 ยังคงอยากรู้ทุกเรื่องเกี่ยวกับแม่
 163 ถึงแม่
 166 น้ำตามาจากไหน
 172 อธิษฐานดูสิ!

4. เป็นอีกวันที่ดีของคุณกับฉัน



- 176 โดยไม่รู้ตัว
- 178 คิดว่าโตเป็นผู้ใหญ่แล้วจะมีความสุขเสียอีก
- 182 เราต่างไขว่คว้าหาความสุข
- 184 กินเวลาอย่างเพลิดเพลิน
- 188 เวลาที่กังวลต้องทำยังไง
- 190 เรื่องที่อยากทำ
- 194 เวลาจะเยียวยา
- 197 วันนี้ในวันหนึ่งข้างหน้า
- 198 วังโล่งจับหางแห่งความกังวล
- 200 ช่วยบอกฉันที
- 202 วันที่ดูอัปลักษณ์
- 207 ชีวิตคือเกมเตตรวิส
- 210 พื้นที่ปลอดภัย
- 212 ชีวิตที่ไม่มีอะไรเกิดขึ้นเลย
- 217 ยุคสมัยแห่งการบริโภค
- 220 กับดักแห่งการซื้อปึง
- 226 เสี่ยงที่ได้ยินเมื่อไรก็ระวนกระวายใจทุกที
- 228 ขอให้ได้เลิกงานตรงเวลา
- 230 เรื่องจริงของพี่น้อง
- 232 เปรียกหาทุกคำคืน

5. แด่ซำมิดของฉัน



- 238 ตี 3
- 240 เรื่องที่ทำให้เปิดใจ
- 242 ถ้าหากว่า...
- 244 หมดแรง
- 246 Help me
- 248 แน่จริงก็จับให้ได้สิ
- 253 กินใจที่แข็งแกร่ง
- 255 วันที่เศร้าเพราะอยากเศร้า
- 256 ประกาศตามหาคน
- 258 มองไม่เห็นปลายทาง
- 266 มาปูลูกสิ่งดีๆ กันไหม
- 273 แด่จ้กรวาลของฉัน

