

คิด ในใจ

บางเรื่องในหัวใจ
เพียงแค่ต้องการ...

ให้ใครสักคน “ไต่ยื่น”

บทความ
สะท้อนอารมณ์และความรู้สึก

จากเพจ **f “คิดในใจ”**
ที่ถูกถ่ายทอดผ่านตัวอักษร
จนกลายเป็น Post ยอดนิยมในสังคมออนไลน์
ด้วยผู้ติดตามกว่า **1,000,000 Follower**
และยอด Share ไปมากกว่า 400,000 ครั้ง

คิด
ในใจ



ถึง



อยากบอกมาตลอดเลยว่

ระบายความรู้สึกของคุณด้วยการเขียนความในใจ
พร้อมมอบให้คนที่คุณรักด้วยตัวคุณเอง



หมายเลขหนังสือ ISBN	:	978-616-236-953-7
ผู้แต่ง	:	ยศพล เนื้ออ่อน
บรรณาธิการบริหาร	:	กรภัทร์ สุทธิธรา
บรรณาธิการ	:	นิกชนิภา สหัสโยธิน
ศิลปกรรมปก	:	Yotsaphon Nuea-on
ศิลปกรรมรูปเล่ม	:	วินัสสา ปั่นจาด
พิสูจน์อักษร	:	มาลี พัฒนประสิทธิ์พร
ประสานงานผลิต	:	สุนันทา เขียวสา
เทคนิคการผลิต	:	วรพล ณีกุล, ฉัตรชนก แก้วจันทร์, ปฐมพล ธรรมศรีสกุล
ราคา	:	200 บาท

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ
National Library of Thailand Cataloging in Publication Data
menysp.

คิดในใจ-- นนทบุรี : ริงค์ บียอนด์ บุ๊คส์, 2560.

160 หน้า.

1. คำคม. 2. ความรัก. I. ชื่อเรื่อง.

808.882

ISBN 885-909-930-522-8

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

โดยบริษัท ริงค์ บียอนด์ บุ๊คส์ จำกัด ห้ามลอกเลียนไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้
ไม่ว่ารูปแบบใดๆ นอกจากจะได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากผู้จัดพิมพ์เท่านั้น

จัดพิมพ์โดย

**Think
Beyond**

บริษัท ริงค์ บียอนด์ บุ๊คส์ จำกัด

200 หมู่ 4 ชั้น 19 ห้อง 1903A จัสมินอินเตอร์เนชั่นแนลทาวเวอร์
ถนนแจ้งวัฒนะ ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120
โทรศัพท์ 0 2962 1081 (อัตโนมัติ 10 คู่สาย) โทรสาร 0 2962 1084
www.thinkbeyondbook.com

จัดจำหน่ายโดย

บริษัท ไอดีซี พรีเมียร์ จำกัด

200 หมู่ 4 ชั้น 19 ห้อง 1901 จัสมินอินเตอร์เนชั่นแนลทาวเวอร์
ถนนแจ้งวัฒนะ ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120
โทรศัพท์ 0 2962 1081 (อัตโนมัติ 10 คู่สาย) โทรสาร 0 2962 1084

สำหรับร้านค้าและตัวแทนจำหน่าย

โทรศัพท์ 0 2962 1081-3, 0 2962 2626 ต่อ 112-114 โทรสาร 0 2962 1084

สมาชิกสัมพันธ์ โทรศัพท์ 0 2962 1081-3, 0 2962 2626 ต่อ 121

ความเข้าใจจากสำนักพิมพ์

เขาวา จิตใจมนุษย์นั้น ยากแท้ หยั่งถึง...ไร้ขอบเขตใดๆ ขวางกัน และนั่นทำให้ทุกอย่างเกินจะคาดเดาได้ ดังนั้นเมื่อพูดถึงเรื่องในใจ จึงมัก เข้าข่าย เป็นเรื่องยากเย็นไปเสียทุกที เรื่องใจที่ว่ายากแล้ว...มนุษย์เรายัง ทำให้มันยากขึ้นไปอีก ด้วยการ...

เก็บไว้ในใจและไม่พูดออกไป...

รักก็ไม่บอกว่ารัก

คิดถึงก็ไม่กล้าเอ่ยว่าคิดถึง

อยากขอโทษแค่ไหนก็ได้แต่เก็บไว้...

และรอนจนทำให้ทุกอย่างสายเกินไป

“ใจคนเรา ยากเย็นเกินไป ไม่เห็นต้องทำให้ยากเลย...”

เหมือนส่วนหนึ่งของบทเพลง *“อยากได้ยินว่ารักกัน”* สอนเราได้เป็นอย่างดี

รักก็บอกไปเลยว่ารัก...

คิดถึงแค่ไหนก็ พูด ให้ *“ถึง”* ให้คนทางนั้นได้ยินด้วย

เหมือนตอนท้ายของเพลง

“อย่างฉันก็ทำ ก็เป็นเหมือนอย่างเคย บอกเลยจากใจว่ารักเธอ...”

เพราะมนุษย์ทุกคน *“อยากได้ยินว่ารักกัน”*

เอาใจช่วยทุกคนได้บอกความในใจนะค่ะ

ปัทมวิภา สหสโยธิ
บรรณาธิการสำนักพิมพ์

เพลง “อยากได้ยินว่ารักกัน” ศิลปิน อัสนี-วสันต์ โชติกุล อัลบั้ม บางอ้อ



คิด
ในใจ

คำนำผู้เขียน

ความรักเป็นสิ่งที่ไม่ได้ยั่งยืนยาวนานอะไร มีรัก ก็ต้องมีหมดรัก มีพบ ก็ต้องมีจากกัน แต่ทุกครั้งที่รักเกิดขึ้น เราควรตั้งใจกับมันและทำให้ดีที่สุดในทุกครั้งที่ได้รักก็พอ ไม่ต้องคิดว่าวันไหนจะหมดรักกัน

คิดในใจ เป็นเพลงที่ผ่านร้อนผ่านหนาวมาสักระยะหนึ่งแล้ว หลายๆ คนติดตามกันมานาน ตั้งแต่ยุคแรกๆ จนเปลี่ยนผ่านเป็นยุคบทความก็ยังเหนียวแน่นไม่เปลี่ยน รู้สึกดีใจมากที่ได้พบกัน

บางบทความ ทำให้คนกล้าที่จะบอกรักและชัดเจนต่อกัน

บางบทความ ทำให้คู่รักบางคู่ตัดสินใจคบกันต่อไป

บางบทความ เป็นกำลังใจ เป็นข้อคิดให้มีสติและพองตัวตัวเองไหว และอีกหลายๆ อย่าง

แต่ก็นั่นแหละ บางทีความรักมันก็ไม่ได้มีสูตรสำเร็จเสมอไป วิธีนี้บางคนใช้แล้วได้ผล แต่บางคนใช้แล้วไม่เกิดอะไรขึ้นก็มี ทุกๆ เรื่องราวมันขึ้นอยู่กับคนสองคนทั้งนั้น

ตัวเราเองก็ได้เก่งกว่าใครในเรื่องนี้ หลายๆ อย่างที่เราพิมพ์ไปไม่เคยรู้หรอกว่ามันจะมีอิทธิพลต่อคนอื่นมากขนาดไหน จนพวกคุณมาบอกกับเรานั้นแหละ เรารู้สึกขอบคุณมากเลยที่พวกคุณไว้วางใจมาคุยกัน

จากตัวอักษรในโลกออนไลน์ที่ทำให้เราได้รู้จักกัน จนตอนนี้มันถูกนำมาอยู่ในหนังสือและสามารถจับต้องได้แล้วนะ มันจะทำให้เราได้ร่วมเดินทางกันอีกครั้ง อยากให้หนังสือเล่มนี้เป็นมากกว่าหนังสือ อยากให้เป็นอะไรที่เปิดมาอ่านแล้วทำให้คุณสบายใจขึ้น หรืออะไรก็ตามที่มีประโยชน์ต่อคุณ

*ยินดีที่ได้เจอมาพบกัน
คิดในใจ*

ที่มาของเพลง คิดในใจ

เริ่มแรกคงไม่คาดฝันว่าจากเพลงเล็กๆ ขำๆ จะมาถึงวันนี้ได้ หรือจะสามารถออกจากจอคอมพิวเตอร์ มาเป็นหนังสือที่จับต้องได้แบบนี้ จากที่คิดกับเพื่อนเล่นๆ ว่าจะทำเพลงอะไรกันดี โดยเราตั้งไว้สองชื่อ คือ ความในใจ กับ คิดในใจ ต้องขอบคุณ หมั่นโถ่ ที่ช่วยย้ำความคิดอีกทีว่าชื่อ **คิดในใจ** นั้นเหมาะกว่า จึงกลายมาเป็นเพลงที่นำเสนอสิ่งที่คิดในใจ กลั่นออกมาเป็นตัวหนังสือ บันทึกร่องที่ในใจอยากจะบ่นอยู่ 1 ปี และมันก็ได้มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น

คงเริ่มจากการที่ตัวเราเองเป็นผู้ประสบภัยทางความรักมากี่มากพอสมควร แถมยังชอบรับฟังเรื่องราวจากคนอื่น ๆ จึงทำให้เราเหมือนซึมซับไปด้วยในตัว อีกทั้งยังเป็นคนชอบเดินทาง Backpack ทำให้พบเจออะไรระหว่างทางมากมาย มันเลยสั่งสมมาจนทำให้เราคิดว่า เพลงเราจะสามารถเปลี่ยนเป็นแนวบทความที่เกี่ยวกับความรัก หรืออะไรที่มีประโยชน์กว่านี้ได้ไหมนะ เลยลองเขียนดูด้วยภาษาที่เรียบง่ายบ้านๆ นี่แหละ เพราะอยากให้ผู้อ่านเข้าถึงง่ายมากที่สุด โดยแฝงข้อคิดและมุมมองที่บางคนอาจเคยผ่านมาแล้วแต่ลืมไป หรือมุมมองใหม่ที่ไม่เคยเจอ ปรากฏว่าบทความแรกที่นำเสนอไป ได้รับความนิยมถล่มทลายแบบไม่คาดคิดมาก่อนเพราะมันไปไกลมากจริงๆ

เลยทำให้เราลงมือเขียนเรื่องต่อไป โดยได้กำลังใจจากผู้อ่านในเพลง **“คิดในใจ”** ส่งมาให้อยู่เสมอ มันมีความหมายต่อเรามากๆ จึงทำให้ยังเขียนอยู่มาจนถึงทุกวันนี้ และด้วยโอกาส ดวง หรืออะไรก็ตามแต่ วันนี้เพลง **“คิดในใจ”** ถูกสร้างออกมาเป็นความทรงจำที่จับต้องได้แล้วครับ

คิด
ในใจ

เกี่ยวกับผู้เขียน



ยศพล เนื้ออ่อน [เม่น]

เราเป็นผู้ชายหน้าตาตุ๋น แต่ใจดีนะ

เรียนจบนิเทศศาสตร์ ทำงานเป็น Creative Content

และ งาน Production ต่างๆ เราชอบเดินทางท่องเที่ยว

ถ่ายรูป ฟังเพลง ดูหนัง ทำอาหาร เลี้ยงสัตว์น้ำ

รวมถึงเก็บเกี่ยวประสบการณ์มาถ่ายทอดลงบนเพจคิดในใจ

ติดตามผลงานและพูดคุยกัน ได้ที่



@menysp



thinknaijai



@menyspp



@thinknaijai

คิด
ในใจ

เมื่อเราโตขึ้น พอที่จะเข้าใจคำว่า

“แฟน” หรือ “คู่รัก”

เราจะรู้เองว่า การจะรักกันนั้นไม่ใช่เพียงแค่มายอมรับใน นิสัย ของกันและกัน หรือการพูดคำว่ารักบ่อยๆ เรื่องจริงๆ มันมีมากกว่านั้น

เพราะนิสัยบางอย่างในตัวเรา

เอาเข้าจริงๆ บางครั้งเรายังไม่ชอบมันเลย

ที่เป็นคนแบบนี้ แล้วใครจะมารับเราได้วะ

มันเลยไม่ใช่ใครก็ได้ ที่เข้ามาคุยแค่วันวัน

มันต้องใช้เวลาศึกษา ทั้งตัวเค้า และตัวเรา ให้มากพอ

อาจไม่ต้องเป็นคู่รักที่ดีที่สุด แต่เป็นคู่ที่เข้าใจกันมากที่สุด

วันที่ทุกข์ จ้ามผ่านมันไปด้วยกัน วันที่สุข ก็สุขด้วยกัน

ในวันสำคัญของเรา เค้าก็อยู่ข้างเราเสมอ

ในวันสำคัญของเค้า เราก็อยู่เป็นกำลังใจให้ตลอด

เมื่อความสัมพันธ์ เริ่มสั่นคลอน ให้จดจำไว้ว่า

“ความรักมันไม่ได้สร้างในวันเดียว”

นึกถึงวันนั้น ที่เราอยากได้คนนี้ เข้ามาอยู่ในชีวิต

แล้วช่วยกันคิดหาทางออกอย่างเข้าใจ



มันเลยเป็นเรื่องยาก ที่จะไปเริ่มใหม่กับคนอื่น
อาจด้วยเพราะวัยที่โตขึ้น ทำให้จริงจังมากขึ้นนั่นแหละ

สุดท้าย

คำว่า รัก มันเป็นสิ่งที่ตามหาได้ตลอดแหละ
แต่คนที่จะใช้ชีวิตร่วมกันไปนานๆ คงต้องขึ้นอยู่กับว่า
คนที่เข้ามาในชีวิตเราตอนนี้ จะจับมือกับเรา
แล้วเดินไปด้วยกันได้ไกลแค่ไหน

อย่าตั้งคำถามเลยว่า
เราจะเดินไปด้วยกันได้ไกลแค่ไหน
แค่เชื่อใจกันในวันนี้ก็พอ

...

ทำรักครั้งนี้ให้ดีที่สุด
จะได้ไม่ต้องมาเสียใจทีหลัง

#รักกันในวันที่ยังรักได้
รักกันในวันที่อีกฝ่ายทำตัวไม่น่ารัก

ไม่ต้องไปกังวลเรื่องคนอื่นจนเกินไป
ถึงจะมีคนอื่นเข้ามา มันก็เป็นเรื่องของเขา
อยู่ที่แฟนของเราจะมากกว่า
ใครจะทำอะไรได้ ถ้าเรารักกันมากพอ





ในวัยที่โตขึ้น
เราจะเข้าใจเหตุผล
ของคนที่ยากไป
มากกว่าจะดิ่งคนที่ไม่มีใจ
ให้กลับมารักกัน

พอถึงจุดหนึ่งเราจะไม่ได้ต้องการแฟนที่หน้าตาดี
แต่ต้องการแฟนที่เข้าใจมากกว่า

...

หลายๆ คนเริ่มต้นความรัก
จากการที่ไม่รู้จักอีกฝ่ายเท่าไรนัก
และทั้งคู่ต่างผ่านช่วงเวลาที่ศึกษาใจกัน
ผ่านช่วง ทะเลาะ และ อุปสรรคต่างๆ มากมาย
แต่ก็ยังรักกันมาได้ตลอดจนถึงปัจจุบัน

แต่ความรักมันไม่ได้ง่ายเลย
อยู่กันนานไป ก็ต้องหวั่นไหวจะมีช่วงอึดอัด
ไม่มีเวลาให้กัน หรืออาจจะต้องเบื่อกันไปในสักวัน
มันเป็นบททดสอบมากมายที่ท้าทายเรามาตลอด

พอโตขึ้นทำให้รู้ว่า รักกันมันไม่เกี่ยวกับหน้าตา
แต่เป็นคนที่จะกุมมือเราผ่านเรื่องเหล่านี้
และเป็นคนที่น่าสนใจและกันต่างหากที่เราควรเลือก

“กว่าจะรักกันได้ว่ายากแล้ว
การประคองความรักให้ได้ยากกว่าอีก”

รักกันมานานเท่าไรมันไม่สำคัญเท่า
#จะรักกันไปอีกนานหรือเปล่า

กว่าการมีใครสักคนอยู่ในชีวิตเป็นเรื่องดีนะ
เป็นที่พิศพิง ในยามที่อีกคนอ่อนแอ

เป็นคนที่ตื่นมาเจอกันทุกวัน
และยังเห็นอีกคนเป็นคนที่หลงรักได้เสมอ

แท้จริงแล้วความสุข อาจเป็นการได้อยู่
กับคนที่เรามีความสุขจะอยู่ด้วย
ไม่ว่าเขาจะหน้าตาเป็นอย่างไรก็ตาม

วันนี้เราเดินกันมาไกล เกินคำว่าผูกพันแล้ว
ฉันยังอยากให้เธอไปด้วยกันอยู่นะ

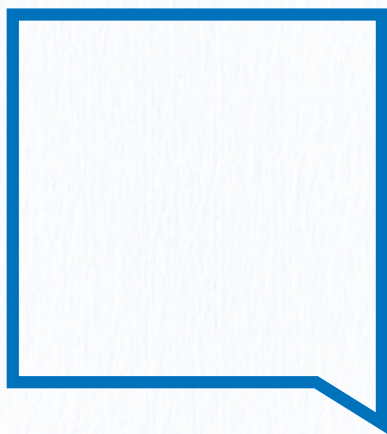
...

สุดท้าย
“ชีวิตคู่” มีเมื่อไหร่ก็ได้ แต่ “คู่ชีวิต”
จะเป็นคนที่อยู่กับเราไปตลอด

"ไม่จำเป็นต้องคุยกันตลอดเวลาหรอก
หากเราโตพอที่จะเข้าใจกัน"

*#เราทั้งคู่ต่างมีภาระหน้าที่
ที่ต้องทำในแต่ละวัน อาจจะมีเวลาว่างไม่เท่ากัน*

แต่เมื่อฉันว่าง จะเป็นเธอที่ฉันคิดถึง
ไม่ต้องห่วง ว่ารักจะน้อยลงนะ :)



ปัญหาของผู้รัก
ไม่ใช่การที่ใครพูดเยอะหรือน้อยกว่ากัน
แต่มันคือ
การที่เราฟังกันบ้างหรือเปล่าแค่นั้น



คนที่ทำให้เราล้มโลกโซเซยล
แล้วอยู่กับเขาได้ทั้งวัน

คนที่รักกันแล้วทำให้ชีวิตดีขึ้น
ไม่ต้องเครียดและระแวงกันตลอด

คนที่ตื่นเข้ามาแล้วจับเรา
ก่อนออกไปข้างนอก

“คนที่ทำให้เราตกหลุมรักเขาได้เสมอ”

คนที่ไม่ว่าเวลาทำอะไรที่น่าอาย ต่อหน้าเรา

คนที่ทำให้เรายิ้มได้
แม้ว่าวันนั้นเราจะไม่อยากยิ้ม

“คนแบบนี้ละ คือคนพิเศษนะ”

เพราะฉัน
ใครที่มีคนแบบนี้อยู่
รักษาเขาไว้ให้ดีๆ นะ