

LEMON

# แล้ว เวลา... จะเยี้ยวมา ทุกอย่างเอง



บางอย่าง...เราไม่ได้ต้องการคำตอบ  
แค่ต้องการ “เวลา”  
เพื่อค่อย ๆ ทำให้หัวใจ...กลับมาเป็นปกติอีกครั้ง

พอดี

แล้วเวลา...  
จะเฝ้ายายทุกอย่างเอง  
ภาพและเรื่องโดย พอดี  
บรรณาธิการบริหาร กริยา เนาวประทีป

ISBN (e-book) 2026-0528-0075-5

พิมพ์ครั้งที่ 1 มิถุนายน 2569

ราคา 99 บาท

ภาพและข้อเขียนในหนังสือเล่มนี้ สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ  
(ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

@ Lemon Book. All rights reserved.

LEMON

จัดทำโดย

สำนักพิมพ์เลมอน ในเครือบริษัท แสบปี บานานา จำกัด

เลขที่ 45 ซอยเจริญสนิทวงศ์ 40 ถนนเจริญสนิทวงศ์

แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทรศัพท์ 0-2433-7755 โทรสาร 0-2433-7703

จัดจำหน่ายในรูปแบบสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์โดย

บริษัท เกรทมีเดีย เอเจนซี จำกัด

เลขที่ 85 ซอยบรมราชชนนี 75 แขวงบางระมาด

เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170

โทรศัพท์ : 0-2433-7755 โทรสาร : 0-2433-7703

# คำนำ

---

มีบางช่วงของชีวิต  
ที่เราไม่ได้ต้องการคำตอบ

ไม่ได้ต้องการคำอธิบาย  
และไม่รู้ด้วยซ้ำว่า  
ควรเริ่มต้นใหม่จากตรงไหน

สิ่งเดียวที่เรามี  
อาจเป็นเพียง “เวลา”

เวลา...ที่ค่อยๆ พาเรา  
ผ่านความรู้สึกบางอย่างไป  
อย่างเงียบงัน

หนังสือเล่มนี้  
ไม่ได้พยายามบอกให้คุณรู้สึกดีขึ้น  
ไม่ได้เร่งให้คุณต้องเข้มแข็ง

แต่เพียงอยากอยู่ข้างๆ  
ในวันที่ทุกอย่างยังไม่ชัดเจน



และเชื่อเหมือนกันว่า  
ต่อให้วันนี้จะยังไม่ดี

วันข้างหน้า  
จะค่อยๆ ดีขึ้น

ในจังหวะของมันเอง

แล้ววันหนึ่ง  
คุณจะหันกลับมา

และยิ้มให้กับช่วงเวลานี้ได้  
อย่างอ่อนโยน

— แล้วเวลา...จะเยียวยาทุกอย่างเอง —

A soft watercolor illustration of a room. On the left, a window is partially visible with blue and green foliage outside. To the right, a window is covered by long, flowing, light-colored curtains. In the bottom right corner, a small vase holds a bouquet of pink and red flowers. The overall color palette is warm and gentle, with pastel tones.

# สารบัญ

---

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| หมวดที่ 1 เวลาไม่เคยหยุดเดิน       | 6  |
| หมวดที่ 2 เยียวยาอย่างไม่เร่งรัด   | 27 |
| หมวดที่ 3 งอกงามจากภายใน           | 48 |
| หมวดที่ 4 สิ่งงดงามที่กำลังมา...   | 69 |
| หมวดที่ 5 วันที่เรายิ้มได้อีกครั้ง | 90 |

หมวดที่

1

# เวลา ไม่เคยหยุดเดิน



ทุกวินาทีที่ผ่านไป  
คือการเดินทางของชีวิต  
แม้บางครั้งจะช้า หรือเจ็บปวด  
แต่เวลา...ยังคงเดินหน้าของมันเสมอ





เวลาไม่เคยหยุดรอใคร

เวลาไม่เคยเอ่ยคำใด

ไม่เคยปลอบโยน

ไม่เคยเร่งเร้า

แต่กลับพาเราก้าวข้าม

สิ่งที่เคยหนักหนา

ไปได้... โดยไม่รู้ตัว

บางที

สิ่งที่เขยวยาเรา

อาจไม่ใช่คำพูดใดเลย

แต่อาจเป็นเพียง

"การที่เวลา... ยังคงเดินต่อไป"



วันที่โลกยังคงหมุนต่อ

แม้บางวัน  
หัวใจของเราจะเหมือนหยุดนิ่ง

โลกภายนอก  
ก็ยังคงหมุนไปตามปกติ

แสงแดดยังมา  
ผู้คนยังเดินผ่าน  
ชีวิตยังดำเนินไป

และในความธรรมดาอันนั้นเอง  
มีบางอย่างกำลังกระซิบเบาๆ ว่า

"เรายังไปได้"



ระหว่างที่เราหยุด...เวลาเดินไป

มีช่วงหนึ่งของชีวิต  
ที่เราารู้สึกเหมือนหยุดอยู่ที่เดิม

ไม่กล้าก้าว  
ไม่ออกไปไหน

แต่เวลา...ไม่เคยหยุดอยู่กับเรา

มันค่อยๆ พาเรา  
เคลื่อนออกจากจุดเดิม  
แม้เราจะยังไม่วันทัวก็ตาม



การเคลื่อนไหวที่เจ็บงัน

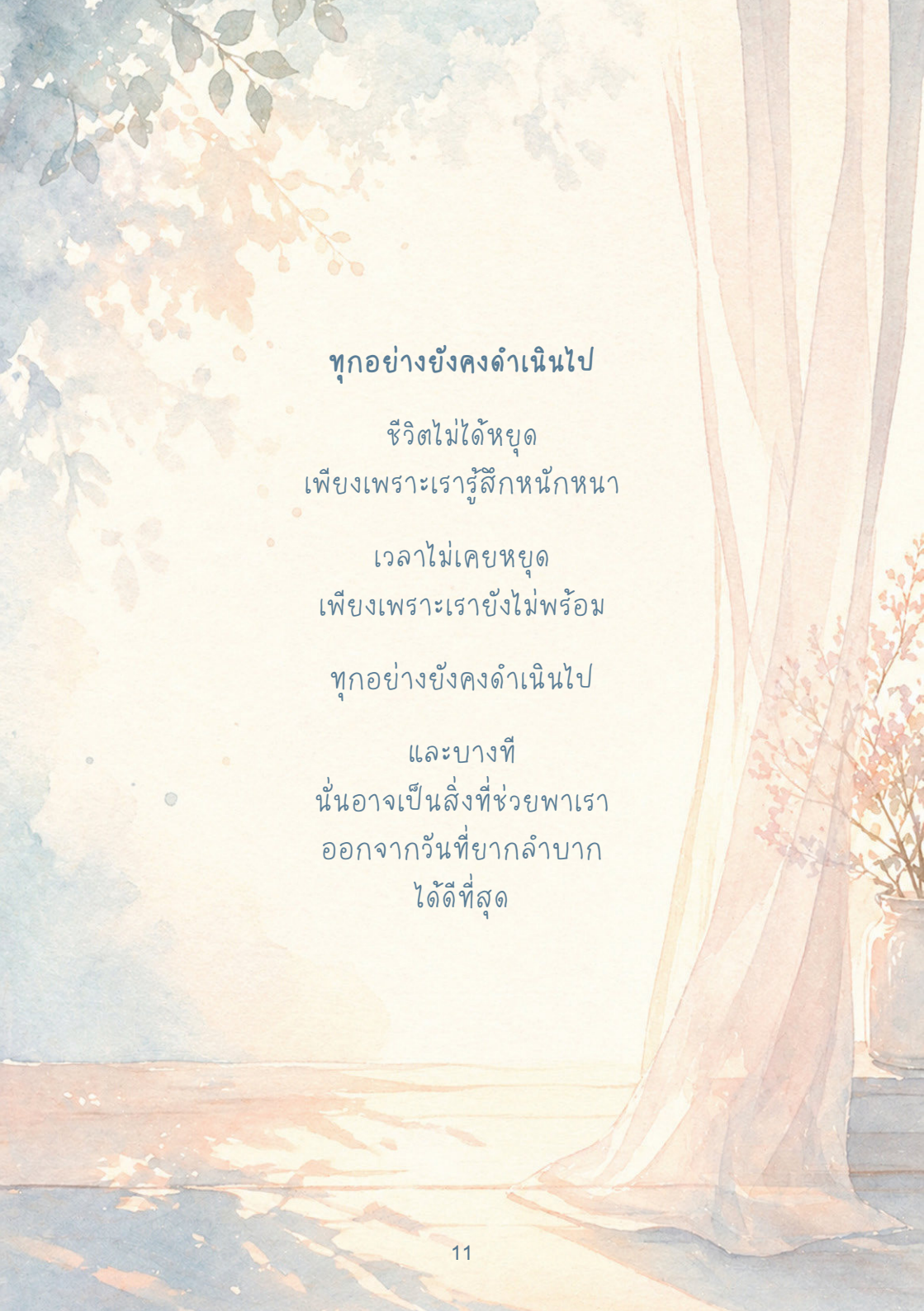
การเปลี่ยนแปลงบางอย่าง  
ไม่ได้ส่งเสียง

มันไม่ประกาศตัว  
ไม่เร้งรัด

แต่ค่อยๆ เคลื่อนไป  
อย่างเจ็บงัน

จนวันหนึ่ง  
เราหันกลับไปมอง

แล้วพบว่า  
เราไม่ได้อยู่ที่เดิมอีกแล้ว



ทุกอย่างยังคงดำเนินไป

ชีวิตไม่ได้หยุด  
เพียงเพราะเรารู้สึกหนักหนา

เวลาไม่เคยหยุด  
เพียงเพราะเรายังไม่พร้อม

ทุกอย่างยังคงดำเนินไป

และบางที  
นั้นอาจเป็นสิ่งที่ช่วยพาเรา  
ออกจากวันที่ยากลำบาก  
ได้ดีที่สุด