

ไม่สวย...แล้วไง?

คุณค่าของผู้หญิงไม่ได้อยู่ที่หน้าตา

ฉันอาจไม่สวยในสายตาใคร
แต่ยังงดงามในชีวิตของตัวเอง

ลำนาคำคม ชุด “แล้วไง” เล่ม 2

พิมพ์ลายคลีน



ซีรีส์ล่านาคำคม “แล้วไง”

1. ไม่เก่ง...แล้วไง?
2. ไม่สวย...แล้วไง?
3. ไม่มั่นใจ...แล้วไง?
4. เคยล้ม...แล้วไง?
5. อายุมาก...แล้วไง?



ไม่สวย...แล้วไง?

คุณค่าของผู้หญิงไม่ได้อยู่ที่หน้าตา

เขียนโดย รีมทรายปลายคลื่น



ไม่สวย...แล้วไง?

ซีรีส์ล่านำคำคม “แล้วไง” เล่ม 2

เขียนโดย รีมทรายปลายคลื่น

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย

ห้ามคัดลอก ดัดแปลง หรือเผยแพร่ส่วนหนึ่งส่วนใด

โดยไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์

ฉบับจัดทำ พ.ศ. 2569



คำนำ

หนังสือเล่มนี้ไม่ได้เขียนขึ้นเพื่อบอกว่าผู้หญิงทุกคนต้องรู้สึกว่าย่ดตลอดเวลา เพราะมีหลายวันที่กระຈกไม่เป็นมิตร และคำชมก็ไปไม่ถึงใจ

หน้าต่อจากนี้จึงไม่ชวนให้หลอกตัวเอง แต่ชวนวางไม้บรรทัดที่คนอื่นยื่นให้ มองเห็นบาดแผลอย่างไม่ว่าวโทษ และค่อย ๆ จำว่า ร่างกายไม่ใช่โครงการที่ต้องแก้ไขเพื่อให้คู่ควรกับความรัก

ถ้าวันนี้ยังรักตัวเองไม่ไหว ขอเพียงอย่ารีบทอดทิ้งตัวเอง เราจะเดินไปด้วยกันทีละหน้า



An artistic watercolor illustration of a woman with dark hair tied in a bun, leaning over a large, shallow, greyish-blue bowl and washing her face with water. Her hands are cupped together, and water is splashing over her face. The bowl sits on a light-colored stone or concrete ledge. To the left of the bowl, a pink towel is draped over the edge. To the right, a small branch with white flowers and green leaves lies on the ledge. In the background, more greenery and white flowers are visible, suggesting an outdoor or semi-outdoor setting. The overall mood is serene and contemplative.

ก่อนจะถามว่า
เราสวยพอหรือยัง

อยากชวนถามเบา ๆ ว่า
เหตุใดชีวิตของผู้หญิงคนหนึ่ง
จึงต้องรอคำอนุญาตจากสายตา
ใคร

บางที การกลับมาเย็นข้างตัวเอง
อาจไม่ได้เริ่มจากคำว่า “ฉันสวย”

แต่เริ่มจากคำว่า
“ต่อให้ไม่สวย...ฉันก็ยังมีค่า”

คำตัดสิน

เราเริ่มรู้จักคำว่า “สวย” ก่อนจะรู้จักตัวเอง
เสียอีก ผู้ใหญ่ชมเด็กคนหนึ่ง แล้วเปลอ
เจียบกับเด็กอีกคน เสียงหัวเราะเพียงครู่
เดียวจึงกลายเป็นไม้บรรทัดที่ติดอยู่ในใจ
นานหลายปี ทั้งที่วันนั้นไม่มีใครรู้เลยว่า
เด็กคนนั้นจะเติบโตเป็นคนอ่อนโยนเพียง
ใด

คำชมที่ไม่มาถึง ไม่ได้แปลว่าคุณค่า
ของเราหายไป



An artistic watercolor illustration of a woman with dark hair tied in a bun, leaning over a large, shallow, greyish-blue bowl and washing her face. She is holding water in her cupped hands, and droplets are falling from her face into the bowl. The background is a soft, light blue and white wash. To the left, there are green leaves and small white flowers. In the foreground, a pink towel is draped over the edge of the bowl, and a small bouquet of white flowers lies on the surface next to it.

คำตัดสิน

หน้ากระจกเคยเป็นเพียงที่ให้เราหิว
ผม แต่เมื่อสายตาคนอื่นเข้ามาอยู่ใน
นั้น กระจกก็เริ่มถามคำถามที่เราไม่
เคยอยากตอบ จมูกพอดีหรือยัง ผิว
ดีพอไหม รอยยิ้มเหมือนใครหรือ
เปล่า ทั้งที่กระจกไม่เคยพูดเลย เรา
ต่างหากที่ยิ้มเสียงคนอื่นมาใส่ไว้

กระจกสะท้อนใบหน้า ไม่ได้
สะท้อนคุณค่าทั้งชีวิต

คำตัดสิน

ภาพถ่ายหนึ่งใบใช้เวลาเพียงเสี้ยววินาที แต่เราอาจใช้เวลาทั้งวัน
ลงโทษตัวเองเพราะมัน มุมที่ไม่คุ้น แสงที่ไม่เข้าข้าง รอยยิ้มที่ยัง
ไม่ทันตั้งตัว ล้วนถูกเรียกว่า “ไม่สวย” ง่ายเกินไป ทั้งที่ชีวิตจริง
ของเราเคลื่อนไหว อบอุ่น และกว้างกว่ากรอบสี่เหลี่ยมนั้นมาก

หนึ่งภาพไม่เคยมีสิทธิ์สรุปผู้หญิงทั้งคน





คำตัดสิน

ในห้องที่มีคนสวยกว่า เราเคยทำตัว
ให้เล็กลงโดยไม่มีใครสังเกตเห็น
หัวเราะ เก็บมือไว้ข้างตัว และยืน
หลบจากแสง รวากับความโดดเด่น
ของคนอื่นต้องแลกด้วยการหายไป
ของเรา ความจริงคือดอกไม้หลาย
ชนิดบานอยู่ในสวนเดียวกันได้ โดย
ไม่ต้องขอให้ดอกไม้ไหนหุบกลีบ

ความงามของใคร ไม่ได้เบียด
พื้นที่ของเรา