

howto

ប៉ងក៏កង់ទូក (ឡូ) ឆាយ

Scott Galloway

เขียน

ពពុលវិធីនា ភូមាបណ្ណ

แปล

การอ่านด้วยวิธีนี้



บันทึกถึงลูก (ผู้) ชาย

Notes on Being a Man

howto

ในเครือบริษัทอมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์ จำกัด (มหาชน)

378 ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี) เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170

โทรศัพท์ 0-2422-9999 ต่อ 4964, 4969 E-mail: info@amarin.co.th

www.amarinbooks.com   @amarinbooks  Amarin HOW-TO

Thai Translation copyright © 2026 By Amarin Corporations Public Company Limited

NOTES ON BEING A MAN

Original English Language edition Copyright © 2025 by Scott Galloway

All rights reserved.

Published by arrangement with the original publisher, Simon & Schuster, LLC

สงวนลิขสิทธิ์หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

ห้ามคัดลอกเนื้อหา ภาพประกอบ รวมทั้งดัดแปลงเป็นแบบบันทึกเสียง ตีพิมพ์ตีพิมพ์

หรือเผยแพร่ด้วยรูปแบบและวิธีการอื่นใดก่อนได้รับอนุญาต

พิมพ์ครั้งแรก กันยายน 2569

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของศูนย์ข้อมูลอมรินทร์

Scott Galloway.

Notes on Being a Man บันทึกถึงลูก (ผู้) ชาย / Scott Galloway: เขียน; ตฤณวัฒนา ภูษานันต์: แปล จาก Notes on Being a Man- กรุงเทพฯ: ฮาวทู อมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์, 2569.

(6), 354 หน้า: ภาพประกอบ.

1. จิตวิทยาประยุกต์. 2. จิตวิทยาพัฒนาตนเอง. 3. การดำเนินชีวิต. I. ตฤณวัฒนา ภูษานันต์, ผู้แปล. II. ชื่อเรื่อง.

158 ส2น9

DDC 158

ISBN 978-616-18-9433-7

เจ้าของ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา บริษัทอมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์ จำกัด (มหาชน)

กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ สิริ บุญพิทักษ์เกศ • กรรมการผู้จัดการ ฤษณีย์ วิธกพันธ์

รองกรรมการผู้จัดการ ศศกร วัฒนาสุทธีวงศ์ • ที่ปรึกษา งามอาจ จิระอร

ที่ปรึกษากลุ่มเนชั่นพิกซ์ มนทิรา ภูปากงั่ว • บรรณาธิการบริหาร พชร สูงเด่น

บรรณาธิการ นิธิธร ศรีสุมงคลโชติ • ผู้จัดการส่วนศิลปกรรม วณิชชา สนิทชน

ศิลปกรรมปกและออกแบบรูปเล่ม สิริรัตน นวลนุ่ม • คอมพิวเตอร์ มนัสสนันท์

ผู้จัดการส่วนผลิตและควบคุมคุณภาพ ดวงกมล บุญจันทร์

พิสูจน์อักษร ปรีธิดา สร้อยคำ, ปุณยวิชัย พันธุ์แก้ว

แยกสีและพิมพ์ที่ สายธุรกิจโรงพิมพ์ บริษัทอมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์ จำกัด (มหาชน)

376 ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี) เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170 โทรศัพท์ 0-2422-9000, 0-2882-1010

จัดจำหน่ายโดย บริษัทอมรินทร์บุ๊คเซ็นเตอร์ จำกัด

108 หมู่ที่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรพักตรพิมาน ตำบลมหาสวัสดิ์ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130 โทรศัพท์ 0-2423-9999

www.naiin.com

ราคา 345 บาท



ผลิตภัณฑ์นี้ผลิตจากวัตถุดิบและกระบวนการผลิตที่ได้รับการรับรองมาตรฐานสากลว่า
เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมและสอดคล้องกับหลักการความยั่งยืน

Made from certified Eco-friendly materials and processes for sustainability.

คำนำสำนักพิมพ์

การเติบโตเป็นผู้ใหญ่ไม่เคยมีคู่มือ

เราถูกบอกให้ตามหาความฝัน แต่ไม่มีใครบอกว่าหากผิดหวัง
จะทำอย่างไร

เราถูกบอกให้หารักแท้ แต่ไม่มีใครบอกวิธีดูแลหัวใจตัวเอง

เราถูกบอกให้ประสบความสำเร็จ แต่ไม่มีใครบอกว่าจะรับมือ
กับวันที่รู้สึกว่าคุณเองไม่ดีพออย่างไร

เด็กผู้ชายและชายหนุ่มมักเติบโตมาพร้อมความคาดหวัง
จากเสียงรอบข้าง แต่กลับไม่มีพื้นที่ให้แสดงออกถึงความกลัวหรือ
ความสับสนที่ซ่อนอยู่ภายใน จึงไม่น่าแปลกใจที่ปัญหาความโดดเดี่ยว
ความวิตกกังวล ไปจนถึงความรุนแรงที่มีรากจากความโกรธและ
คับข้องใจอันไม่เคยได้รับการเยียวยา กลายเป็นความท้าทายที่
หลายครอบครัวกำลังเผชิญ

หนังสือเล่มนี้ไม่ได้พยายามมอบคำตอบสำเร็จรูป แต่ชวนให้
เรากลับมาทบทวนบทเรียนพื้นฐานของการใช้ชีวิต ผ่านเรื่องราวของ
ชายคนหนึ่งที่เคยล้มเหลว เคยหลงทาง เคยตั้งคำถามกับคุณค่า
ของตัวเอง และค่อยๆ เรียนรู้ว่าการเข้มแข็งไม่ได้เกิดจากการปฏิเสธ
ความอ่อนแอ แต่เกิดจากการกล้าเผชิญหน้ากับมัน

Scott Galloway ถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิตทั้งในฐานะลูก ผู้ประกอบการสามี และพ่อ เพื่อชวนให้เรามองเห็นว่าการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ไม่ใช่การพิสูจน์ตัวเองเหนือใคร แต่คือการเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบชีวิตของตัวเอง ดูแลผู้คนที่เรารัก และสร้างคุณค่าให้กับสังคมในแบบที่เป็นตัวเอง

ไม่ว่าคุณจะเป็นผู้ชายที่กำลังค้นหาทิศทางชีวิต หรือเป็นพ่อแม่ ครู และผู้ที่กำลังเลี้ยงดูเด็กผู้ชาย หนังสือเล่มนี้อาจทำหน้าที่เป็นบทสนทนาที่หลายคนไม่เคยมีโอกาสดังพูด ชวนให้เราเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของเด็กผู้ชายและชายหนุ่มที่อยู่ข้างๆ มากขึ้น เข้าใจความวิตก ความเปราะบาง และความว้าวุ่นที่พวกเขาอาจไม่เคยเอ่ยออกมา เพื่อที่เราจะได้เป็นพื้นที่ปลอดภัยให้พวกเขาได้มีตัวตนในโลกใบนี้อย่างจริงแท้ และเมื่อถึงวันที่พวกเขาเติบโตใหญ่ พวกเขาก็จะส่งต่อความปลอดภัย ความเข้าใจ และความอ่อนโยนให้กับใครอีกหลายคนเช่นกัน

howto

สารบัญ

บทนำ	1
1 วัยเด็ก	15
2 ทุกอย่างเริ่มยุ่งเหยิง วัยรุ่น	48
3 วัยมหาวิทยาลัย	80
4 วัยทำงาน	98
5 สุขภาพ	153
6 มิตรภาพ	198
7 เช็กซ์ รัก การแต่งงาน	233
8 วัยพ่อคน	273
9 สุขภาพ...บุรุษ	316
10 ชีวิตแสนสมบูรณ์	325
บทสรุป จดหมายถึงลูกชาย	345
กิตติกรรมประกาศ	351

บทนำ

ปี 2007 ผมได้เป็นพ่อคนครั้งแรกตอนที่อายุมากแล้ว ขณะที่ยืนตัวสั่นมองดูลูกชายที่เพิ่งลืมตาดูโลก ผมไม่ได้ตกหลุมรักเด็กคนนั้นในทันทีแต่ไม่นานนักผมก็รักเขา 3 ปีถัดมา ผมก็ได้ลูกชายคนที่ 2 หัวใจยิ่งเปี่ยมไปด้วยความรักอย่างไม่มีเงื่อนไข ก่อนที่ไม่กี่ปีให้หลังความวิตกกังวลจากสิ่งที่ได้เห็นและได้ยินบนโลกออนไลน์และโลกความจริงจะเข้ามาแทนที่

หนึ่งในข้อดีเล็กๆ น้อยๆ ที่น่าตื่นเต้นของการเป็นนักวิชาการและ “ผู้นำทางความคิด” คือการได้ขุดค้นข้อมูล โดยเฉพาะข้อมูลที่ชัดเจนแต่กลับถูกซ่อนเอาไว้ สถานการณ์อันน่าเป็นห่วงของเด็กผู้ชายและชาวอเมริกันทำให้ผมหันมาให้ความสนใจ ผมติดตามอีเมลที่ได้รับอย่างใกล้ชิด อีเมลส่วนใหญ่ส่งมาจากบรรดาพ่อแม่ โดยเฉพาะเหล่าแม่ๆ ที่เป็นห่วงลูกชาย ในทำนองว่า “ฉันมีลูกสาวอาศัยอยู่ที่เมืองชิคาโกและทำงานด้านประชาสัมพันธ์ ลูกสาวอีกคนเรียนอยู่ที่มหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนีย ส่วนลูกชายหมกตัวอยู่ในห้องชั้นใต้ดินสูบบุหรี่ไฟฟ้า และเล่นแต่เกม” คนที่ลูกขึ้นมามีจัดการปัญหานี้มักเป็นแม่ ไม่ใช่พ่อ คนอื่นๆ ถ้าไม่ทำเป็นมองข้ามก็ไม่อยากพูดถึง

เรื่องนี้เลยด้วยซ้ำ สิ่งที่ยังขาดหายไปคือการวิเคราะห์อย่างมีสติโดยใช้ข้อมูลเป็นหลัก ปฏิกริยาของสังคมที่สะท้อนออกมาโดยอัตโนมัติเหมือนจะเป็นแค่ โห ผู้ชายนี่แย่กว่าที่เราคิดไว้อีก และมองว่าปัญหาที่พวกผู้ชายเผชิญเป็นผลมาจากความห่วยแตกของพวกเขาเอง รวมถึงว่าตลอด 40 ปีที่ผ่านมาเราก็ได้ให้ความสำคัญกับการดิ้นรนของกลุ่มอื่นๆ ที่สมควรได้รับมากกว่าแล้วไม่ใช่หรือ

ผมรู้สึกเชื่อมโยงกับประเด็นนี้เป็นการส่วนตัว นึกย้อนกลับไปตอนที่เติบโตขึ้นมา ความหวังโยอย่างไว้เหตุผลของแม่ต่อสุขภาพะของผม ความใจกว้างของผู้เสียภาษีชาวแคลิฟอร์เนียที่เปิดโอกาสให้เด็กธรรมดาคนหนึ่งผู้มีการเรียนปานกลางได้เข้าเรียนในมหาวิทยาลัยและสถาบันธุรกิจ รวมถึงอุปสรรค สิ่งยั่ววน และกับดักทั้งหลายที่อาจจุดรั้งพัฒนาการทางสังคมของผมได้อย่างง่ายดาย ไม่ว่าจะเป็นสมาร์ทโฟน การหาคู่ออนไลน์ สื่อลามก การพนัน วิดีโอเกม และการทำงานทางไกล ผมตั้งคำถามว่าทำไมสิ่งที่เด็กชายและชายหนุ่มกำลังต้องเผชิญถึงเกิดขึ้นมาได้ และผมจะเลี้ยงลูกชายอย่างไรให้เติบโตไปในโลกที่พวกเขา รวมถึงผู้ชายทุกช่วงวัย สามารถมีชีวิตที่องกามได้

ข้อมูลเกี่ยวกับเด็กชายและชายหนุ่มนั้นมีมากมายเต็มไปหมดเท่าที่จำได้ ในช่วงที่ผ่านมาแทบไม่มีคนกลุ่มไหนที่จะตกต่ำได้รวดเร็วและรุนแรงเท่ากับพวกเขา ทำให้ถึงเป็นเช่นนั้น ประการแรก เด็กชายต้องเผชิญกับระบบการศึกษาที่ไม่เป็นธรรม เพราะสมองของพวกเขาพัฒนาช้ากว่าเด็กหญิง ทำให้ตามหลังเพื่อนร่วมชั้นผู้หญิงแทบจะในทันที เด็กชายหลายคนเติบโตมาโดยขาดชายผู้เป็นแบบอย่าง รวมถึงครูผู้ชายด้วย เนื่องจากผู้ชายที่เป็นครูในระดับอนุบาลถึงมัธยมมีจำนวนน้อยกว่าผู้หญิงที่ทำงานในสาย STEM เสียอีก โดยครูคนดำและครูเชื้อสายฮิสปานิกนั้นยิ่งถูกมองข้ามเป็นพิเศษ

หลังจบมัธยม สัญญาทางสังคมที่ยึดโยงสหรัฐอเมริกาไว้ด้วยกัน นั่นคือทำงานหนัก เล่นตามกติกา แล้วชีวิตคุณจะดีกว่าพ่อแม่ของคุณ ก็ถูกฉีกทิ้ง ในปัจจุบัน ชาวอเมริกันวัย 70 ปี มีความมั่งคั่งโดยเฉลี่ยแล้วมากกว่าถึง 72 เปอร์เซ็นต์เมื่อเทียบกับ 40 ปีก่อน ขณะที่คนอายุต่ำกว่า 40 กลับมีความมั่งคั่งลดลง 24 เปอร์เซ็นต์ การถ่ายโอนความมั่งคั่งจากคนหนุ่มสาวไปสู่คนรุ่นก่อนอย่างจืดจางตลอดศตวรรษที่ผ่านมา ส่งผลให้ค่าใช้จ่ายด้านการศึกษาและที่อยู่อาศัยสูงเกินเอื้อมอย่างยากจะอธิบายได้ รวมถึงหนี้การศึกษาที่พุ่งสูง ทั้งหมดนี้ล้วนส่งผลกระทบต่อชายหนุ่มโดยตรง นั่นคือเหตุผลว่าทำไมคนอายุ 25 ปีในปัจจุบันจึงมีรายได้น้อยกว่าตอนที่พ่อแม่และปู่ย่าตายายอายุเท่าพวกเขา อีกทั้งยังต้องแบกรับหนี้ที่คนรุ่นก่อนแทบจินตนาการไม่ออก ค่าแรงขั้นต่ำและค่าแรงเฉลี่ยก็ไม่ได้เพิ่มขึ้นตามอัตราเงินเฟ้อหรือผลิตภาพแรงงาน ขณะที่ราคาที่อยู่อาศัยกลับพุ่งแซงทั้งสองไปไกล เมื่อค่าเล่าเรียนมหาวิทยาลัยสูงเกินกว่าที่ครอบครัวส่วนใหญ่จะรับไหว งานภาคการผลิตจำนวนมากที่ไม่ต้องใช้วุฒิการศึกษาและเคยเป็นบันไดสู่ชนชั้นกลางสำหรับผู้ชาย (เสียส่วนใหญ่) ก็ถูกย้ายฐานไปต่างประเทศ ตลาดอสังหาริมทรัพย์ที่แพงเกินเอื้อมก็เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ผู้ชายอายุ 18-24 ปีกว่า 60 เปอร์เซ็นต์ยังอาศัยอยู่กับพ่อแม่ และ 1 ใน 5 ยังอาศัยอยู่ในบ้านพ่อแม่แม้อายุ 30 แล้วก็ตาม พวกเขาติดอยู่กับที่และไม่สามารถย้ายไปหาช่องทางเศรษฐกิจที่ดีกว่าในเมืองใกล้เคียงได้ จึงหันไปหาการบรรจบกันของความหนักแน่น ความร่ำรวย ความเป็นมนุษย์ ความคิดสร้างสรรค์ ความเฝ้าหวง และบทสนทนาที่เมืองใหญ่มอบให้ผ่านโทรศัพท์มือถือแทน ในแมนฮัตตัน อพาร์ตเมนต์ขนาด 400 ตารางฟุตมีค่าเช่าอยู่ที่เดือนละ 3,000 ดอลลาร์สหรัฐฯ แต่ตอนนี้สิ่งที่เข้ามาแทนคือ ห้องสตูดิโอขนาด 17 ตารางนิ้วบนมือถือ ซึ่งมีค่าใช้จ่าย

ราว 42 ดอลลาร์ต่อเดือน ส่งตรงผ่านบริษัทเอทีแอนด์ที, ทีโมเบล หรือเวไรซอน

ขณะเดียวกัน คอนเทนต์ที่คัดเลือกโดยอัลกอริทึมบนโซเชียลมีเดียก็ทั้งส่งเสริมและหากำไรจากความโดดเด่นทางสังคม ความเปราะบาง และความรู้ของเหล่าชายหนุ่ม บริษัทที่มีเงินทุนมหาศาลที่สุดในโลกกำลังพยายามโน้มน้าวให้ชายหนุ่มเชื่อว่าพวกเขาสามารถใช้ชีวิตจำแลงบนหน้าจอได้ ส่งผลให้หลายคนดิบดีตขึ้นมาโดยไม่เคยพัฒนาทักษะในการสร้างทุนทางสังคมหรือสร้างความมั่งคั่ง สัดส่วนของผู้ชายอายุ 20 - 24 ปีที่ไม่ได้เรียนและไม่ได้ทำงานเพิ่มขึ้น 3 เท่านับตั้งแต่ปี 1980 การมีส่วนร่วมของผู้ชายในตลาดแรงงานตกไปอยู่ที่ต่ำกว่า 90 เปอร์เซ็นต์ โดยสาเหตุมาจากการขาดแคลนงานรายได้ดี ค่าแรงที่หยุดนิ่ง ความพิการ ความไม่สอดคล้องของทักษะและ/หรือการฝึกอบรมความรู้ รวมไปถึงความต้องการที่ลดลงในงานที่ตามเดิมแล้วผู้ชายวัยทำงานจะเป็นคนทำ

เรื่องนี้ถึงตายได้จริง ในแต่ละปีตั้งแต่ปี 2005 - 2019 มีชาวอเมริกันประมาณ 70,000 คนเสียชีวิตจากความสิ้นหวัง ไม่ว่าจะเป็นการฆ่าตัวตาย ไข้ยาเกินขนาด หรือพิษสุรา โดยผู้เสียชีวิตที่มีจำนวนมากเกินสัดส่วนคือชายผิวขาวตกงานที่ไม่มีวุฒิปริญญา หากไม่นับการเสียชีวิตจากวิกฤตโอปิออยด์ อัตราการฆ่าตัวตายและการเสียชีวิตจากแอลกอฮอล์ของชาวอเมริกันทุกเชื้อชาติก็ถือว่าสูงที่สุดในรอบ 1 ศตวรรษ นอกจากนี้ยังเป็นวิกฤตการหาคู่ด้วยเพราะโดยทั่วไปผู้หญิงมักเลือกคู่ที่มีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมเท่ากันหรือสูงกว่า ขณะที่ผู้ชายมักเลือกคู่ที่เท่ากันหรือต่ำกว่าจนถึงกลางศตวรรษที่ 20 การแต่งงานระหว่างคนที่มระดับการศึกษาใกล้เคียงกันยังเป็นเรื่องปกติ แต่ปัจจุบัน “ไฮโปกามี” (Hypogamy) หรือการที่ผู้หญิงแต่งงานกับผู้ชายที่มีการศึกษาต่ำกว่ากลับเพิ่มขึ้น

เมื่อจำนวนผู้ชายที่มีคุณสมบัติเท่ากันหรือสูงกว่าลดลง โอกาสในการสร้างคู่ครอง ครอบครัวย่อมมีลูกก็ลดลงตามไปด้วย มาดูสถิติชวนชวนลูกกันดีกว่า ผู้ชายอายุ 18-25 ปีกว่า 45 เปอร์เซ็นต์ไม่เคยเข้าหาผู้หญิงแบบตัวต่อตัวเลย และเมื่อไม่มีรavingsกันตกให้ความสัมพันธ์เหล่าชายหนุ่มก็ใช้ชีวิตราวกับว่า...ไม่มีรavingsกันตกเลย

ขณะเดียวกัน ประเด็นเรื่องนิยามความเป็นชายก็กลายเป็นเรื่องอ่อนไหว และเต็มไปด้วยบทสนทนาที่ให้ความรู้สึกเหมือนการดูหมิ่น [เช่น “ภาวะความเป็นชายที่เป็นพิษ” (Toxic Masculinity)] มากกว่าที่จะเป็นการพูดคุยเพื่อแก้ปัญหาอย่างจริงจัง (ผมยังไม่ได้พูดรวมถึงกลุ่มคนข้ามเพศหรือเพศสภาพอื่นๆ ในปัจจุบันด้วยซ้ำ) ถ้าผู้ชายกำลังลำบาก แนวคิดที่แพร่หลายก็คือว่า เป็นความผิดของพวกเขาเอง

บันทึก : สิ่งที่เราเรียกว่า “ภาวะความเป็นชายที่เป็นพิษ”
ไม่มีอยู่จริง มันเป็นคำที่ขัดแย้งในตัวเองขึ้นสุด
โลกนี้มีทั้งความโหดร้าย อาชญากรรม การรังแก
การล่าเหยื่อ และการใช้อำนาจในทางที่ผิด หาก
คุณมีพฤติกรรมเหล่านี้ หรือมองว่าการเป็นผู้ชาย
คือความหยาบคายและป่าเถื่อน แสดงว่าคุณ
ไม่ใช่ลูกผู้ชาย แต่เป็นพวกต่อต้านความเป็นชาย

สื่อส่วนใหญ่มักนำเสนอผู้ชายเป็นคนโง่ที่จิตใจดี หรือไม่ก็เล่าเรื่องผู้ชายที่ต้องเอาชนะความโง่ การเหยียดเชื้อชาติ หรืออคติเพื่อกลายเป็นคนที่ดีขึ้น แบบอย่างของผู้ชายที่ถูกยกย่อง เช่น กัปตันอเมริกา, เจมส์ บอนด์ (James Bond), เลอบรอน เจมส์ (LeBron James) และอื่นๆ ล้วนเป็นสิ่งที่พวกเราส่วนใหญ่เฝ้าติดตามไม่ถึงอีกทั้งจากประสบการณ์ของผม ก็แทบไม่ค่อยเห็นตัวอย่างของผู้ชาย

ธรรมดาที่พยายามเป็นคนดี ทำมาหาเลี้ยงชีพ และดูแลครอบครัว
ของตัวเองเลย

ทำไมเราถึงเลี้ยงที่จะยอมรับและเฉลิมฉลองสิ่งดีๆ เกี่ยวกับ
ผู้ชายและความเป็นชายกันนัก และทำไมเรื่องนี้ถึงสำคัญ เพราะ
เราจะไม่วันเจริญก้าวหน้าหากเราสอนเด็กชายและชายหนุ่มว่า
พวกเขาเป็นเหยื่อ หรือว่าพวกเขาไม่จำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นและ
ความยืดหยุ่น หรือว่ามุมมองของพวกเขาไม่มีคุณค่า ถ้าทำแบบนั้น
เราจะได้สังคมซึ่งมีแต่คนแก่และไม่มีการเติบโตทางเศรษฐกิจ หาก
เราไม่สามารถทำให้ชายหนุ่มเห็นเกียรติและคุณค่าเฉพาะตัวในการ
แสดงออกถึงความเป็นชาย เราจะสูญเสียพวกเขาให้กับชุมชนสุดโต่ง
เฉพาะกลุ่มบนโลกออนไลน์ ชายหนุ่มมีบทบาทสำคัญในเหตุการณ์
ยิ่งใหญ่ที่สุดบางเหตุการณ์ของศตวรรษที่ 20 ซึ่งเกือบทั้งหมดต้อง
อาศัยความร่วมมือ ความกล้าหาญ การกล้าเสี่ยง ความอดทน และ
การเสียสละอย่างยิ่งยวด เรายอมรับกันได้ไหมว่าชายหนุ่มส่วนใหญ่
เป็นคนสำคัญ มีทักษะ แข็งแกร่ง และมีศักดิ์ศรีมากเพียงใด
ในบทบาทที่พวกเขาช่วยสร้างโลกที่เราอาศัยอยู่ทุกวันนี้ ตัวอย่าง
บางส่วนได้แก่

ติกเอ็มไพร์สเตตสร้างโดยผู้ชาย การก่อสร้างเริ่มขึ้นในปี 1930
และแล้วเสร็จใน 1 ปีต่อมา ซึ่งเร็วกว่ากำหนดและใช้บรณน้อยกว่า
ที่ตั้งไว้ ในแรงงาน 3,400 คนมีทั้งช่างไม้ ช่างเหล็ก ช่างประปา
ช่างก่ออิฐ และผู้ควบคุมเครน โดยส่วนใหญ่ได้ค่าแรงวันละ
15 ดอลลาร์ 2 ปีต่อมาภาพยนตร์เรื่อง *King Kong* ก็ทำให้ยอดตึกนี้
โด่งดัง

เขื่อนฮูเวอร์ที่กินพื้นที่รัฐแอริโซนาและเนวาดาผลิตไฟฟ้า
พลังน้ำให้ 3 รัฐ การก่อสร้างใช้เวลา 5 ปีและทำให้เกิดทะเลสาบมัตต์
ซึ่งกักเก็บน้ำได้ถึง 9.2 ล้านล้านแกลลอน รว 1 ปีหลังเข้าสู่ภาวะ

เศรษฐกิจตกต่ำครั้งใหญ่ ผู้ชายประมาณ 20,000 คนเดินทางมาที่
ลาสเวกัสเพื่อทำงานท่ามกลางอากาศร้อนเกิน 100 องศาฟาเรนไฮต์
มีคนงานเสียชีวิตจากโรคลมแดด 16 คนและอีกนับไม่ถ้วนจากพิษ
คาร์บอนมอนนอกไซด์

เหล่านักการที่บุกขึ้นชายหาดนอร์มั่งดีในวันดีเดย์ และต่อสู้
จนชนะในยุทธการตอกลิ้มลั๊วเป็นชายหนุ่ม เมื่อเยอรมันหรือรัสเซีย
กำลังบุกข้ามพรมแดนหรือถล่มยิงจากชายฝั่ง พลังชายแท้ก็ไม่ใช่แค่
แนวคิดเท่ๆ แต่เป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง ยุทธการตอกลิ้มเป็นยุทธการ
ครั้งสุดท้ายและรุนแรงที่สุดของสงครามโลกครั้งที่ 2 ทหารเยอรมัน
200,000 นายและรถถัง 1,000 คันรวมตัวกันในป่าอาร์เดนส์ในช่วง
ฤดูหนาวปี 1944 อันเป็นความพยายามครั้งสุดท้ายของเยอรมันที่จะได้
ฝ่ายสัมพันธมิตรออกจากมาตุภูมิ การสู้รบดำเนินอยู่ 41 วันในอุณหภูมิต่ำ
ติดลบ ทุกอย่างเลวร้ายมาก ฝ่ายสัมพันธมิตรชนะ กองทัพอเมริกัน
สูญเสียทหาร 19,000 นายและมีผู้บาดเจ็บล้มตายรวม 75,000 คน

ผมมักพูดเสมอว่านวัตกรรมยิ่งใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์
ไม่ใช่เคมีคอนคเรตหรือไอโฟน แต่คือชนชั้นกลางของอเมริกา
พวกเขาไม่ใช่สิ่งมีชีวิตที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่จะหายไป
หากไม่มีการกระจายรายได้จากกลุ่มรายได้สูงมาสู่กลุ่มรายได้ปานกลาง
โลกดำเนินไปในแบบที่กลุ่มคนจำนวนน้อยที่มีพรสวรรค์ เส้นสาย
และโชคมักกระโดดหน้าคนอื่น จากนั้นก็ใช้ความสัมพันธ์กับเงินทุน
ดันตัวเองให้ห่างจากฝูง ก่อนที่สุดท้ายจะได้ครอบครองทรัพยากร
ในสัดส่วนที่ไม่สมดุล เมื่อเวลาผ่านไป คนอีก 99 เปอร์เซ็นต์ก็เริ่ม
ตระหนักว่า วิธีที่เร็วที่สุดในการเพิ่มทรัพย์สินเป็น 2 เท่าคือกำจัดคน
1 เปอร์เซ็นต์บนยอดสุด แล้ววงจรก็เริ่มใหม่อีกครั้ง นี่คือนิยามของโลก
ผู้ชนะ (ชาย) เพียงไม่กี่คนที่ได้รับอภิสิทธิ์สูงเบียดผู้ชายคนอื่นออกไป
นั่นคือเหตุผลว่าทำไมในประวัติศาสตร์ทั่วโลก ผู้หญิงจึงส่งต่อดีเอ็นเอ

ของตัวเองไปสู่ลูกหลานมากกว่าผู้ชาย

เช่นเดียวกับสิ่งประดิษฐ์ที่ยิ่งใหญ่และยั่งยืนส่วนใหญ่ แท้จริงแล้วชนชั้นกลางถือเป็นเรื่องผิดแผกทางประวัติศาสตร์อยู่ไม่น้อย ตรงจุดศูนย์กลางของเรื่องคือชายร่างกายกำยำ หน้าตาดี และเคยรับราชการทหารในสงครามโลกครั้งที่ 2 ราว 7 ล้านคน พวกเขาได้แสดงให้เห็นถึงความเป็นเลิศทางความเป็นชาย อย่างความสามารถในการปกป้องพวกเราจากศัตรู พวกเขาสวมเครื่องแบบ ถ่อมตัวกับวีรกรรมของตัวเอง และมีความเข้มแข็ง สหรัฐฯซึ่งรู้สึกขอบคุณและอาจถึงขั้นขึ้นชมยกย่องตัดสินใจให้เงินพวกเขาผ่านกฎหมายช่วยเหลือทหารผ่านศึก เงินกู้สินเชื่อกับที่อยู่อาศัย และพระราชาบัญญัติการขนส่งทางหลวงแห่งชาติ แต่มีเครื่องแบบสุดเนี้ยบกับเงินสักหน่อย แล้วรู้อะไรไหม ผู้หญิงพบว่าผู้ชายเหล่านี้ น่าดึงดูดจนนำไปสู่การแต่งงาน มีลูก และครอบครัวที่อบอุ่นมั่นคง สรุปคือนวัตกรรมยิ่งใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์เติบโตขึ้นจากสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยชายหนุ่มผู้กล้าหาญและน่าดึงดูด หรือเรียกว่าจุดสูงสุดของความเป็นชายก็ได้ สิ่งนี้เกิดขึ้นได้อีกครั้งถ้าเราทำให้มันเกิดขึ้น

ความก้าวหน้าของผู้หญิงในช่วง 3 ทศวรรษที่ผ่านมาที่น่าทึ่งมาก ไม่มีใครควรอยากชะลอทิศทางการก้าวหน้านี้ ผู้คนหลายกลุ่มควรได้รับความสนใจมานานแล้ว ไม่ใช่แค่เด็กหญิงและผู้หญิง แต่ยังรวมถึงกลุ่มอื่นๆ อีกมากมายที่ไม่เคยได้รับประโยชน์แบบเดียวกับที่ผู้ชายได้ตลอดประวัติศาสตร์ที่ผ่านมา แต่ความเห็นอกเห็นใจไม่ใช่เกมที่ต้องมีใครแพ้ใครชนะ มันควรครอบคลุมถึงทุกคน ไม่ใช่การแข่งขันแบบ *Hunger Games* เพื่อแย่งชิงทรัพยากรที่กำลังร่อยหรอ ผู้คนมากมายในปัจจุบันกำลังลำบากและต้องการการลงทุน ความสนใจและการสนับสนุน แต่ไม่มีทางเลือกเลยความจริงที่ว่าเราทั้งเห็นและกำลังสร้างชายหนุ่มรุ่นหนึ่งจากทุกภูมิหลังที่

(ก) โดดเดี่ยวเกินทนไหว (ข) ไม่มีศักยภาพทางเศรษฐกิจ (ค) ไม่มีความพร้อมทางอารมณ์ และ (ง) แคใช้ชีวิตไปวันๆ ไม่มีอะไรอันตรายไปกว่าชายหนุ่มที่โดดเดี่ยวและยากจน พวกเขาเป็นพลังด้านมืดไม่ว่าจะในสังคมไหน และจะน่าสะพรึงกลัวยิ่งกว่าในสังคมที่ดิถีเซี่ยลมีเดีย เต็มไปด้วยอาวุธปืน และมีพฤติกรรมหยาบคาย เป็นอีกครั้งที่ผมรู้สึกเชื่อมโยงกับประเด็นนี้เป็นการส่วนตัว ผมคิดว่า ถ้าไม่ได้รับความเมตตาจากพระเจ้า ผมคงตกอยู่ในสภาพแบบนั้น หรืออาจคิดจะทำหากมีความคิดแบบนั้น

ผมเป็นอาจารย์ที่สถาบันธุรกิจสเติร์นของมหาวิทยาลัยนิวยอร์ก และสอนวิชาชื่อการวางกลยุทธ์แบรนด์ ไม่ใช่วิชาปัญหาที่เด็กชายและผู้ชายกำลังเผชิญ ผมไม่ใช่นักกีฬา นักการเมือง อดีตหน่วยซีล หรือผู้เผยแพร่ศาสนา ผมไม่เคยผ่านการฝึกอบรมในเรื่องเด็กชายและผู้ชายไม่ว่าจะในฐานะนักวิชาการหรือนักบำบัด ผมไม่ได้ทุ่มเทชีวิตเพื่อเป็นผู้ชายที่ดีหรือพลเมืองที่ดี ตอนผมยังหนุ่ม จุดมุ่งหมายเดียวของผมคือการเป็นคนที่มีมั่งคั่ง ความรวยทำให้คุณอู้ฟู่ มันไม่ได้ทำให้เป็นคนที่ดีขึ้น แต่หลังจากใช้เวลา 6 ทศวรรษที่ผ่านมาในร่างกายของผู้ชายไปพร้อมกับเฝ้าดูขบวนแห่ของผู้ชายจอมปลอมที่ออกมาขายภาพบิดเบือนของนิยามความเป็นชาย ผมก็มีความคิดเห็นบางอย่าง

ผมเติบโตในแคลิฟอร์เนียตอนใต้ในช่วงปลายทศวรรษ 1960 และต้นทศวรรษ 1970 ซึ่งเป็นยุคของซิตคอม *The Partridge Family* ชุดสัตว์เลี้ยวซิมป์กัส และลีโอ เซเยอร์ (Leo Sayer) ผมเป็นลูกชายคนเดียวของแม่เลี้ยงเดี่ยวผู้ด่วนจากไปตอนผมอายุ 30 กว่า อีกทั้งยังเป็นคนที่ผมนึกถึงและคิดถึงทุกวัน พ่อทิ้งผมไปตอนผมอายุประมาณ 9 หรือ 10 ขวบ นอกจากแวดศักยภาพเล็กๆ น้อยๆ ในช่วงต้นแล้ว ผมก็เป็นแค่เด็ก วัยรุ่น นักศึกษาปริญญาตรี และนักเรียนปริญญาโท

ด้านบริหารธุรกิจธรรมดาๆ คนหนึ่ง ผมแต่งงานและหย่าตอนอายุ 34 ผมก่อตั้งบริษัทมา 9 แห่ง หลายแห่งประสบความสำเร็จ และความสำเร็วจนเหล่านั้นก็นำไปสู่ธุรกิจสื่อที่ให้ผลตอบแทนทั้งทางเศรษฐกิจและทางจิตใจที่คุ้มค่า ผมแต่งงานใหม่กับผู้หญิงที่แสนวิเศษ และเรามีลูกชายวัยรุ่นด้วยกัน 2 คน ผู้ซึ่งผมรักพวกเขามาก ผมบินไปทั่วโลกเพื่อขึ้นบรรยาย จัดพอดแคสต์ และออกรายการโทรทัศน์เป็นครั้งคราว ผมเป็นคนสันโดษ เป็นอินโทรเวิร์ตที่ต้องรับมือกับภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย และมีปัญหาด้านการควบคุมความโกรธ แล้วคุณก็จะไม่พบหน้าผมบนโปสเตอร์ในห้องของชายหนุ่มคนไหนแน่นอน

เรื่องนี้ทำผมอดสงสัยขึ้นมาไม่ได้ว่า ทำไมไม่มีใครออกมาปกป้องและสนับสนุนผู้ชายเลย ตามโง่งมทางเดินในมหาวิทยาลัยนิวยอร์กมีโปสเตอร์สีสันสดใสติดประกาศเกี่ยวกับกิจกรรม การประชุม และการรวมตัวของกลุ่มต่างๆ ตั้งแต่นักเรียนปีสกอตไปจนถึงนักเต้นมอริส ถ้ามีอะไรที่จัดเพื่อผู้ชายโดยเฉพาะ ก็มักถูกมองว่าเป็นกลุ่มลับ น่าสงสัยอะไรสักอย่าง ความไม่แยแสนี้ยังลามไปถึงคณะกรรมการแห่งชาติพรรคเดโมแครต ซึ่งบนเว็บไซต์มีหน้าที่ชื่อว่า “เรารับใช้ใคร” โดยระบุรายชื่อกลุ่มผู้สนับสนุน 16 กลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นชาวแอฟริกันอเมริกัน ชุมชน LGBTQ+ ผู้หญิง ทหารผ่านศึกและครอบครัวทหาร รวมถึงกลุ่มประชากรอื่นๆ อีกนับสิบ แต่ที่ขาดหายไปอย่างเห็นได้ชัดคือเด็กชายและผู้ชาย 20 ปีที่ผ่านมาผู้ชายเพิ่งได้เผชิญกับประสบการณ์แบบเดียวกับที่ผู้หญิงและอีกหลายกลุ่มต้องพบเจอมานานกว่า 2,000 ปี แต่บทเรียนจากเรื่องนั้นคือการให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมในบทสนทนาไม่ใช่หรือ

หลายครอบครัวสัมผัสเรื่องนี้ได้ ผมเชื่อว่าการเลือกตั้งปี 2024 เป็นเรื่องของคนหนุ่มสาวที่กำลังดิ้นรน โดยเฉพาะชายหนุ่มที่กำลังลำบาก ถ้าลูกชายคุณหมกตัวอยู่ในห้องชั้นใต้ดิน สูบบุหรี่ไฟฟ้า

และเล่นวิดีโอเกม คุณก็คงไม่ได้สนใจเรื่องนักกีฬาข้ามเพศหรืออริบไต่ยเหนือดินแดนในยูเครนมากนัก คุณแค่ต้องการการเปลี่ยนแปลงซึ่งก็คือความโกลาหลและการพลิกโฉม เมื่อเห็นแบบนี้ แคมเปญของโดนัลด์ ทรัมป์ (Donald Trump) จึงมุ่งเจาะชุมชนชายแท้ (Manosphere) ด้วยภาษาดิบหยาบ, คริปโต, โรแกน (Rogan), เวทีมวยยูเอฟซี และฮัลก์ โฮแกน (Hulk Hogan) ทรัมป์ได้คะแนนเสียงจากชายหนุ่มเพิ่มขึ้น 16 เปอร์เซ็นต์ในปี 2024 ถือว่าเป็นช่วงอายุที่มีการพลิกหัวจากพรรคเดโมแครตไปพรรครีพับลิกันเยอะที่สุด อีกการเปลี่ยนแปลงสำคัญคือในกลุ่มผู้หญิงอายุ 46 - 64 ปี ซึ่งผมเชื่อว่าเป็นแม่ของชายหนุ่มที่กำลังดิ้นรน การเลือกตั้งครั้งนี้เดิมทีควรจะเป็นการลงประชามติเรื่องสิทธิสตรี แต่สุดท้ายกลับกลายเป็นการลงประชามติเรื่องชายหนุ่มที่กำลังล้มเหลว

แม้ผมกับลูกชายจะมีช่องว่างระหว่างวัยมากพอสมควร แต่ผมเชื่อว่าสิ่งที่แน่นอนบางอย่างเกี่ยวกับนิยามความเป็นชายส่วนใหญ่ไม่ได้ล้าสมัยหรือหมดความหมายไปตามกาลเวลา ผมมองความเป็นชายว่าเป็นเก้าอี้ 3 ขา และขาทั้งสามคือแนวทางสำหรับเด็กชายและผู้ชายในปัจจุบัน เพื่อตอบคำถามว่า *ผู้ชายมีไว้ทำไม* และ *ผู้ชายทำอะไร* คำตอบแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือผู้ชายต้องปกป้องหาเลี้ยง และสืบพันธุ์

ปกป้อง : ถ้าคุณกำลังมองหาคำย่อที่ดีสำหรับความเป็นชายที่ดีในปี 2025 อาจไม่มีคำไหนเหมาะไปกว่า “เมนช์” (Mensch) ซึ่งในภาษาเยอรมันหมายความว่า “มนุษย์” และในภาษายิดดิชใช้เรียก “คนที่มีความซื่อสัตย์หรือความเที่ยงธรรม บุคคลที่ยึดถือซื่อสัตย์ หรือมีเกียรติ” สัญชาตญาณแรกของเมนช์คือการปกป้องเสียสละเพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตัวเอง และไม่รังแกคนที่อ่อนแอ แต่ดูแลครอบครัวและชุมชนของตัวเอง ผู้ชายที่แท้จริงไม่เริ่มเรื่องทะเลาะ

วิวาทในบาร์ แต่เป็นคนเข้าไปห้าม พวกเขาไม่โพสต์โจมตีคนอื่นหรือประเทศของตัวเอง แต่เลือกปกป้องทั้งสองอย่าง ค่าตั้งต้นของผู้ชายควรเป็นการเข้าไปปกป้องในทุกสถานการณ์

หาเลี้ยง : ในอดีตการหาเลี้ยงชีพครอบครัวเป็นงานของผู้ชาย แต่การที่ผู้หญิงก็กลายมาเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวด้วยไม่ได้ทำให้บทบาทนี้ของผู้ชายมีความสำคัญน้อยลง ในช่วงเริ่มต้นเส้นทางอาชีพ ผู้ชายทุกคนควรถือว่าตัวเองมีหน้าที่รับผิดชอบเรื่องการเงินของครอบครัว ผู้ชายที่มีงานมั่นคงในสภาพเศรษฐกิจที่กำลังสร้างความมั่งคั่ง จ่ายภาษี และสะสมทุนทางสังคม อีกทั้งยังทำให้รู้สึกภาคภูมิใจในตัวเองด้วย เขายังเป็นผู้สรรหาความมั่นคง การสนับสนุนความรัก และความไว้วางใจให้กับครอบครัว ชุมชน และตัวเอง เป็นเหมือนแรงถ่วงสมดุลที่คอยรองรับเรื่องวุ่นวายที่เกิดขึ้นรอบ ๆ โดยไม่ยอมแพ้ต่อมัน นอกจากนี้การเป็นผู้หาเลี้ยงบางครั้งก็หมายถึงการหลีกเลี่ยงให้ภรรยาหรือคู่ครองที่อาจเก่งเรื่องการเงินมากกว่า แล้วหันไปช่วยแบ่งเบาภาระด้านอื่นแทน แต่ก็ยังต้องคอยสนับสนุนอย่างเต็มที่

สืบพันธุ์ : องค์ประกอบพื้นฐานที่ 3 ของความเป็นชาย คือการรับประกันว่าสายพันธุ์จะดำรงอยู่ต่อไป สิ่งนี้ไม่ได้หมายความว่า การมีลูกถือเป็นภาระผูกพัน หลายคนไม่สามารถมีลูกหรือเลือกที่จะไม่มี และกลายเป็นลุงป้าน้าอา ญาติพี่น้อง เพื่อน และเมนเทอร์ที่ยอดเยี่ยมแทน แต่ก็อาจเป็นเหตุผลที่เรามาอยู่จุดนี้ทุกอย่างเริ่มต้นด้วย...เช็กซ์ คนรุ่นผมไม่เคยยอมแพ้เรื่องเช็กซ์ แต่พักหลังมานี้ ชายหนุ่มว่างงานและเสพติดหน้าจอ ผู้รู้สึกถูกปฏิเสธในตลาดการหาคู่ที่มีการแข่งขันแบบกินรวบมากขึ้นเรื่อย ๆ ต่างก็ถอดใจกันไปหมด ขณะเดียวกันเหล่าหญิงสาวกลับพบว่าตัวเองอยู่ในการแข่งขันที่เข้มข้นขึ้นของการหาคู่ครองที่มองว่าเหมาะสมในบรรดา

ตัวเล็กที่มีน้อยลง ประโยคที่โด่งดังไปทั่วคือ “ฉันกำลังมองหาผู้ชายในสายการเงินหรือสื่อ” ไม่ใช่ “ฉันกำลังมองหาคนเรียนไม่จบมัธยมและอาศัยอยู่กับพ่อแม่” การเป็นผู้สืบพันธุ์ไม่ได้หมายความว่าต้องมีเซ็กซ์กับผู้หญิงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หรือไม่รับผิดชอบลูกของตัวเอง ผู้สืบพันธุ์ที่ดีจะทุ่มเวลา พลังงาน และทรัพยากรเพื่อเลี้ยงดูเด็กให้เติบโตขึ้นอย่างแข็งแรง ฉลาด รวดเร็ว และเก่งกาจยิ่งกว่าตัวเอง

เป้าหมายสูงสุดของผู้ชายทุกคน คือการสร้างสิ่งทีริชาร์ด รีฟส์ (Richard Reeves) ผู้เขียน *Of Boys and Men* (ผู้เป็นเหมือนอาจารย์โยดาของผมในประเด็นนี้) เรียกว่า มูลค่าส่วนเกิน (Surplus Value) วลีนี้จะโผล่มาให้เห็นบ่อยๆ ในหนังสือเล่มนี้ ซึ่งมีความหมายว่าคุณให้ไปมากกว่าที่ได้รับ สำหรับผู้ชาย สิ่งนี้หมายถึงการมอบความรักให้ผู้อื่นมากกว่าที่ตัวเองได้รับ นั่นคือเป็นลูกชาย พี่ชาย เพื่อน หรือนายจ้างที่ดีกว่าคนอื่น หากวันหนึ่งกลายเป็นพ่อคนงานของคุณคือการสร้างมูลค่าส่วนเกิน โดยวัดจากการเป็นพ่อที่ดีกว่าที่พ่อของคุณเคยเป็นให้กับคุณ

ทำไมประเด็นนี้ทำผมหมกมุ่น คำตอบง่ายๆ คือลูกชายทั้งสองมอบความสุขและความพึงพอใจให้ผมมากกว่าสิ่งอื่นใดในชีวิต หนังสือเล่มนี้เกิดมาจากความห่วงใยต่อความเป็นอยู่ที่ดีของพวกเขาและความปรารถนาของผม ซึ่งพ่อแม่ที่มีลูกชายทุกคนมีส่วนร่วม พวกเราอยากให้เห็นพวกเขาใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากลูกชายมองว่าผมเซยและไม่เท พวกเขาคงไม่อ่านหนังสือเล่มนี้นัก ผมจึงหวังว่าคนอื่นจะอ่าน

หนังสือเล่มนี้มีโครงสร้างคล้ายบันทึกความทรงจำ จัดเรียงตามลำดับเวลาในการเดินทางของผมจากวัยเด็กสู่วัยผู้ใหญ่ (หมายเหตุ : ผมยังเรียนรู้อยู่) ความคิดเห็นต่างๆ ในหนังสือเล่มนี้

ล้วนเป็นข้อสังเกต ไม่ใช่งานวิจัยทางวิชาการที่ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญหรือแผนที่ร่างขึ้นโดยคนที่ไปถึงจุดหมายแล้ว เช่นเดียวกับผู้ชายส่วนใหญ่ ผมยังอยู่ระหว่างการพัฒนา สิ่งที่ผมนำมาสู่ประเด็นนี้คือความอยากรู้อยากเห็น และไม่มีผู้เชี่ยวชาญมากไปกว่าการค้นคว้าบางส่วน ผนวกกับความรู้ด้านชีววิทยา การรับรู้ และมุมมองของตัวเอง ซึ่งรวมถึงช่วงเวลาที่ผมทำพลาดและไม่ควรเรียกตัวเองว่าเป็นผู้ชายหรือมนุษย์ด้วยซ้ำเลย ผมไม่ได้จะบอกว่าสิ่งที่อยู่ในหนังสือเล่มนี้คือทางที่ถูกต้อง แต่มันคือทางของผม ผมหวังว่าเรื่องราวของผมจะสะท้อนและเชื่อมโยงกับประสบการณ์ชีวิตของคนกลุ่มอื่นๆ เพราะปัญหาหลายอย่างที่กล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้ล้วนรุนแรงเป็นพิเศษสำหรับคนที่ไม่ใช่ชายผิวขาว ผู้คนจำนวนไม่น้อยย่อมมีมุมมองและทัศนคติที่แตกต่างออกไป ผมเข้าใจเรื่องนั้นดี และในฐานะชายแท้ผิวขาว ผมก็ไม่ได้จะอ้างว่ามีทักษะหรือประสบการณ์ชีวิตมากพอที่จะเล่าให้คนอื่นฟังถึงนิยามความเป็นชาย ขอให้คุณไตร่ตรองการเดินทางและความสัมพันธ์ของคุณกับความ เป็นชายแทน โดยถามตัวเองว่าเรื่องราวของคุณคืออะไร ในท้ายที่สุด หนังสือเล่มนี้ก็คือการนิยามการเป็นมนุษย์ที่ร่างกายเต็มไปด้วย เทสโทสเทอโรน (Testosterone) ผู้มีความรับผิดชอบ ตามมุมมองของผม รวมทั้งเพื่อสนับสนุนให้เราโอบรับอุดมคติของความเป็นชายที่สามารถใช้เป็นหลักยึดในการดำเนินชีวิตต่อไปได้

อย่างที่คาร่า สวิชเชอร์ (Kara Swisher) พิธีกรร่วมของพอดแคสต์ *Pivot* ของผมแสดงความเห็นไว้ครั้งหนึ่งว่า ทุกคนควรต้องใส่ใจหากผู้ชายไม่มีชีวิตที่งอกงาม ผู้หญิงและเด็กๆ ไม่สามารถมีชีวิตที่เบิกบานได้หากผู้ชายมีชีวิตที่ย่ำแย่ ประเทศของเราก็เช่นกัน

บทที่ 1

วัยเด็ก

“อันไม่เคยเห็นแววในตัวนายเลย”

อดัม มาร์กแมน (Adam Markman) คือเพื่อนซี้ของผมตั้งแต่ป.5 เราคุยกันเกือบทุกสัปดาห์ตลอด 50 ปีที่ผ่านมา เช่นเดียวกับผม พ่อแม่ของอดัมหย่าร้างกันตั้งแต่เขายังเด็ก แต่ต่างจากผมตรงที่แม่ของอดัมกลับไปเรียนต่อด้านกฎหมาย จึงทำให้เธอได้พบและแต่งงานกับพอล ชายหล่อเหลาที่อายุน้อยกว่าเธอ 10 ปี พอล ดูเหมือนคริส คริสตอฟเฟอร์สัน (Kris Kristofferson) เวอร์ชันอิตาเลียน เขาเป็นผู้ชายแบบฉบับจ่าฝูง (Alpha Male) และมีคุณสมบัติสำคัญที่ทำให้ผู้ชายในแคลิฟอร์เนียยุค 70 และ 80 น่าประทับใจ กล่าวคือรถสุดเท่ ทั้งดัดสัน 240Z, พอร์ช 911 และจุดสูงสุดแห่งความเป็นชายฉบับแคลิฟอร์เนียตอนใต้อย่างเฟอร์รารี ความยิ่งใหญ่เหล่านี้เป็นเพียงเชิงอรรถเล็กน้อยเมื่อเทียบกับความก้าวหน้าในอาชีพภรรยาที่ว่าความให้บริษัทประกัน

พอลและดอรร่าห์ แม่ของอดัม อยู่ด้วยกันมา 50 ปีแล้ว ตอนนี้เธอกำลังต่อสู้กับโรคมะเร็งเส้นมดลูก และพอลก็ปฏิเสธ

คำแนะนำของลูก ๆ ที่อยากให้ส่งเธอเข้าบ้านพักคนชรา แต่กลับเลือกทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลเธอเต็มเวลาแทน ถ้าให้ผมสรุปความรู้สึกและนิยามความเป็นชายออกมาเป็นภาพเพื่อแสดงให้ลูก ๆ ของผมดู ภาพนั้นอาจคือพอล ชายหล่อเหลาที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ประสบความสำเร็จ เป็นพ่อเลี้ยงที่ดี จิตใจมั่นคง และตอนนี้ยังเป็นผู้ดูแลเต็มเวลา ผู้คอยพยาบาลภรรยาคู่ชีวิตที่อยู่ด้วยกันมา 50 ปี ผมไม่เคยได้ยินพอลบ่นเลยแม้แต่บ่อย ภาพที่ผมจำได้มีอยู่ไม่กี่ภาพ คือ ใบหน้า (หล่อเหลา) ของเขา ความใจดี รถเฟอร์รารี เสียงหัวเราะมุกตลกกับเพื่อน ๆ ระหว่างดู *Monday Night Football* และเมื่อที่จับมือดอราห์ระหว่างกินข้าวกลางวัน ขณะที่เธอเรียกผมว่า อัดัมซ้ำแล้วซ้ำเล่า พอลนั้นเป็นคนดี

ตอนเติบโตขึ้น อัดัมกับผมใช้เวลาที่บ้านของเขามากกว่าบ้านของผมด้วยเหตุผล 2 ประการ เหตุผลแรกคือบรรยากาศที่บ้านอัดัมสนุกกว่า เพราะเขามีพี่สาว (จิลล์) ที่พวกเราชอบแกล้ง และพอลมักจะเชิญผู้ชายที่น่านับถือคนอื่น ๆ มาดูอเมริกันฟุตบอลด้วยกัน อีกเหตุผลคือแม่เขาทำอาหารอร่อยกว่า รากเหง้าเชื้อชาติอังกฤษของแม่ผมบวกกับการทำงานเต็มเวลาเป็นส่วนผสมที่ทำให้อาหารในบ้านกลายเป็นเหมือนการลงโทษ อีกทั้งผมยังรู้สึกว่าการเล่นข้าวเป็นเรื่องน่าทึ่ง และผมก็มีปัญหาเรื่องการรักษาน้ำหนักมาโดยตลอด แต่เรื่องที่จะเล่าไม่ใช่เรื่องของภาวะไม่พอใจในรูปร่างหน้าตาของตัวเอง (Body Dysmorphia) หรือเรื่องของอัดัม มันเป็นเรื่องของพอล

10 ปีที่แล้ว พอลมาเยือนนิวยอร์ก และผมชวนเขามาที่แอลทู บริษัทข้อมูลธุรกิจที่ผมก่อตั้งและต่อมาขายให้กับการ์ตเนอร์

บริษัทแอลทูกินพื้นที่ถึง 2 ชั้นและมีผังออฟฟิศแบบเปิด มันได้กลายเป็นตัวแทนของธุรกิจยุคใหม่แห่งมหานครนิวยอร์ก เป็นบริษัทที่เท่ ดุดัน และเต็มไปด้วยชีวิตชีวา ล้อมรอบด้วยคนหนุ่มสาว

ที่โดดเด่นในห้องประชุมเคียงข้างลูกค้าที่ดูเทไม่เท่า ผู้กำลังจ้องมองข้อมูลกว่า 1,200 จุดที่ชี้ให้เห็นจุดแข็งและจุดอ่อนของตัวตนบนโลกดิจิทัลของพวกเขาเมื่อเทียบกับคู่แข่ง

ผมรู้สึกภูมิใจ และแม้พอจะดูนิ่งๆ แต่ผมก็รับรู้ได้ว่าเขาก็ประทับใจ เรานั่งที่โต๊ะทำงานแล้วผมก็เริ่มเล่าว่าแอลทูทำอะไร นักวิเคราะห์คนหนึ่งแวะเข้ามาแสดงภาพวิเคราะห์การมีส่วนร่วมของผู้บริโภคบนอินสตาแกรมโดยเปรียบเทียบระหว่างเอสเต ลอเดอร์ กับลอรีอัล จุดสุดท้ายที่เราแวะไปชมคือสตูดิโอภายในบริษัทที่ซึ่งพนักงานแอลทูอีกกลุ่มกำลังถ่ายทำวิดีโอเกี่ยวกับแนวโน้มอีคอมเมิร์ซในจีน บรรยากาศทั้งหมดให้ความรู้สึกเหมือนฉากหนึ่งจากซีรีส์ *Mad Men* ถ้าซีซั่นสุดท้ายดำเนินเรื่องที่นิวออร์กปี 2017 และดอน เดรเปอร์ (Don Draper) หน้าตาธรรมดากว่านี้มาก

ขณะพาพอลเดินไปที่ลิฟต์ ผมก็รู้สึกถึงมือของเขาที่วางลงบนไหล่ผม “สกอตต์ พุดตรงๆนะ” เขาหยุดเว้นช่วง หันมองไปที่ออฟฟิศ แล้วหันกลับมามองผม “ฉันไม่เคยเห็นแววในตัวนายเลย”

ประโยคนั้นทำให้รู้สึกพึงพอใจอย่างน่าประหลาด เพราะมันทั้งจริงใจและเป็นความจริง ตลอดการเติบโตของผมหรือวิธีที่ผมใช้ดำเนินชีวิต ไม่มีตัวชี้วัดอะไรจะคาดการณ์ได้ว่าผมจะประสบความสำเร็จ เมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมา ผมกลับไปร่วมงานรวมรุ่นครบรอบ 30 ปีของโรงเรียนมัธยม ตอนนั้นผมมีชื่อเสียงและชื่อเสียงพอสมควรแล้ว แต่แทบไม่มีเพื่อนร่วมชั้นคนไหนจำผมได้ ถ้ามีใครจำได้ ผมว่าพวกเขาต้องมีอะไรผิดปกติแล้วแหละ อดีตคือบทนำของทุกสิ่งที่เป็นไปได้ รวมทั้งทุกอย่างที่จะไม่มีวันเป็นไปได้จริง ส่วนสำคัญในระบบความเชื่อของผม ทั้งในเรื่องที่ผมทุ่มเงินให้และประเด็นที่ผมให้ความสำคัญ ล้วนหล่อหลอมจากความเชื่อที่ว่า ไม่มีใครหรือสถาบันใดทำนายความยิ่งใหญ่หรือความล้มเหลวของเด็กอายุ 18 ปีได้

เด็ก 8 ขวบยังไม่ต้องพูดถึง อเมริกาคือสถานที่แห่งการรณรงค์น้ำดื่มไม่
ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ใช่พยายามตัดสินว่าเมล็ดพันธุ์ใด
จะโตเป็นต้นสนเร็วสุด

เรื่องราวจุดกำเนิด

ทุกคนมีเรื่องราวจุดกำเนิด เรานิยามตัวเองผ่านภูมิหลัง ผ่านเหตุการณ์
และผู้คนที่ทำให้เราเป็นตัวเราในทุกวันนี้ แต่เรายังไม่ยอมให้ความจริง
มาขัดขวางเรื่องราวดีๆ เรื่องเล่าของ “ตัวฉัน” มักเป็นเพียงเรื่องเล่า
เรื่องหนึ่งที่อาจฟังดูเหมือนการเร่งเสนอขายไอเดียใหญ่ในลิฟต์
เรื่องราวส่วนที่ซื่อสัตย์และละเอียดอ่อนกว่านั้นว่าเราเป็นใคร
มักมาจากเพื่อน คู่ชีวิต และนักบำบัด (ถ้ามี) นี่คือเรื่องราวของผม
เกี่ยวกับว่าครอบครัว สถานการณ์ จังหวะเวลา วัฒนธรรม ผู้หญิง
รวมถึงเด็กชายและผู้ชายคนอื่นๆ ช่วยให้เราถึงจุดที่ผมยืนอยู่
ทุกวันนี้ได้อย่างไร

ตอนป.2 ผมเป็นลูกชายคนเดียวของครอบครัวขนาดเล็ก
ที่มีพ่อเป็นรองประธานบริษัทอินเตอร์เนชั่นแนลเทเลโฟนแอนด์
เทเลกราฟ (ไอทีที) และแม่เป็นเลขานุการ เราอาศัยอยู่ในบ้าน
ที่มองเห็นมหาสมุทรแปซิฟิกในลา구나ในเกิล ซึ่งอยู่ในออเรนจ์เคาน์ตี
พ่อแม่ของผมต่างกำลังใช้ชีวิตตามความฝันแบบอเมริกัน ทั้งคู่เป็น
ผู้อพยพ แม่เป็นคนอังกฤษ พ่อเป็นคนสกอต ทั้งสองจบแค่ชั้น
มัธยมต้น พวกเขาใช้ความขยันหมั่นเพียรและความสามารถเพื่อ
เล่นเรือต้านกระแสลมที่แรงที่สุดในประวัติศาสตร์ นั่นคือเศรษฐกิจ
สหรัฐฯ บ้านของเราอยู่ใกล้ชายหาดพอที่ถ้าคุณยืนเขย่งในห้องนั่งเล่น
ก็จะมองเห็นแถบสีน้ำเงินบาง ๆ ของท้องทะเล บ้านของเรามีมุม

ที่มองเห็น “วิวทะเล”

พ่อ : หนึ่งในความทรงจำแรกสุดและชัดเจนที่สุดของผม คือ การสังเกตว่าผู้คนรอบข้างมีพฤติกรรมอย่างไรเวลาอยู่กับพ่อ ตั้งแต่ อายุ 5 ขวบ ผมเห็นว่าพวกเขาปฏิบัติกับพ่อต่างจากคนอื่น พวกเขา จะจ้องตา พยักหน้า แล้วหัวเราะ ผู้หญิงจะแตะแขนพ่อพร้อม หัวเราะคิกคัก ส่วนผู้ชายเมื่อเห็นเขาจะตะโกนว่า “ทอมมี!” ด้วย ความยินดีจากใจจริง พ่อผมเป็นคนพูดเก่งและฉลาด (ก็คนสกอต อะนะ) เป็นสูตรผสมระหว่างความฉะฉาน ความตรงไปตรงมา และความฉลาด เสริมด้วยสำเนียงสกอต ทำให้เขามีเสน่ห์ต่อผู้หญิง และนายจ้าง โดยเฉพาะผู้หญิง แม้ผมเป็นภรรยาคนที่ 2 ของเขา และยังมีอีก 2 คนรออยู่

คำอธิบายของแม่เมื่อผมถามถึงอิทธิพลที่พ่อมีต่อผู้คนคือ “พ่อของลูกเป็นคนมีเสน่ห์” เสน่ห์นี้คำจูนวิถีชีวิตชนชั้นกลางค่อนข้างไปบน ของตัวเขา แม่ และผมมาตลอด 1 ทศวรรษ ระหว่างที่เขาเดินทางไป ทัววันฝั่งตะวันตกของสหรัฐฯและแคนาดา สร้างมิตรภาพปลอมๆ กับ ผู้จัดการแผนกของตกแต่งสวนในร้านเซียร์สและโลว์สภายใน 15 นาที เพื่อแลกกับการที่ผู้จัดการคนนั้นและเพื่อน 200 คนของพ่อได้สั่งซื้อ มูลสัตว์มากเกินความจำเป็น...เพราะพ่อกำลังขายปุยยี่ห้อโอ.เอ็ม. สกอตต์ ซึ่งเป็นบริษัทในเครือโอทีที

แม่ : ระหว่างโตขึ้นมา พ่อชอบย้ำเตือนว่าช่องแคบอังกฤษ กว้าง 21 ไมล์ได้ช่วยชีวิตผมไว้ แม่ผม ผู้ที่ผมพูดถึงบ่อยมาก และแม่คงชอบใจ ตอนนั้นอายุ 4 ขวบ เชื้อสายยิว และอาศัยอยู่ใน ลอนดอนตอนเกิดสงครามโลกครั้งที่ 2 ก่อนจะถูกย้ายไปชนบทของ อังกฤษพร้อมกับเด็กคนอื่นๆจากใจกลางลอนดอน แม่กับครอบครัว ต้องนอนในสถานีรถไฟใต้ดินที่ได้กลายเป็นหลุมหลบภัยชั่วคราว มีผู้ใหญ่คอยแจกหน้ากากกันแก๊ส หน้ากากของเด็กๆ มีปากคล้าย

เปิดยางและหุรูปทรงตลก ๆ เพื่อให้หน้ากากและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นดูน่ากลัวน้อยลง

ทั้งพ่อและแม่ยอมเสี่ยงครั้งใหญ่เพื่อมาที่อเมริกา ทำไมนะหรือ ก็เพราะพวกเขาอยากทำงานหนักและได้รับผลตอบแทนจากความเสี่ยงที่พวกเขาพร้อมจะรับ นี่คือนโยบาย คำมั่นแห่งความรุ่งเรืองสำหรับคนฉลาด ขยัน และกล้าเสี่ยง โดยสัญญาว่าจะแบ่งผลประโยชน์ให้มากกว่าพวกคนที่ไม่มีความสมบัติเหล่านั้น ผมอาศัยอยู่ในลอนดอนและออกงานพูดบรรยายมากกว่า 50 ครั้งต่อปี เวลาพูดกับคนอังกฤษพวกเขามักขอให้เปรียบเทียบสหรัฐกับสหราชอาณาจักร ผมมักตอบว่า “สรุปสั้น ๆ คือ อเมริกาคือสิ่งมีชีวิตที่ดีเอ็นเอสืบทอดมาจากคนที่กล้าเสี่ยง” แล้วหยุดเว้นช่วง “ส่วนพวกคุณคือคนที่อยู่กับที่”

ขณะเดียวกัน หลายความสำเร็จและความล้มเหลวก็เกิดจากความบังเอิญกับอุบัติเหตุ ซึ่งส่วนใหญ่มักขึ้นอยู่กับว่าคุณเกิดตอนไหนและที่ไหน

แม่ของผม ซิลเวีย เป็นคนมีอารมณ์ขัน ชอบหัวเราะ ทำงานหนักเสมอ เป็นเพื่อนที่ดี รวมถึงเป็นคนจิตใจดีและรักใคร่ ไม่เคยต้องสงสัยเลยว่าผมคือสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตแม่ ผมคิดถึงแม่มาก

ตัวผม : มีหลายอย่างที่ผมไม่รู้ ตัวอย่างเช่น ผมไม่ตระหนักเลยว่าการเกิดในช่วงเวลาและสถานที่แบบที่เป็นเท่ากับผมถูกลอตเตอรี่ไปแล้ว ผมเป็นเด็กธรรมดาที่โชคดีเกิดมาเป็นชายแท้ผิวขาวในแคลิฟอร์เนียยุค 60 สิ่งนี้หมายความว่าสถาบันการศึกษาชั้นนำบางแห่งของโลกจะเปิดโอกาสให้ผมเข้าเรียนฟรี ๆ

ก่อนพ่อแม่จะหย่ากัน พ่อมักกลับบ้านเร็วแล้วพาผมไปเล่นไต้คลื่น เราจะเห็นแมวน้ำและโลมาอยู่ไม่ไกลจากฝั่ง เมื่อพายู่เข้าตอนเช้าเราจะเดินทางไปที่นิวพอร์ตบีช แล้วมองออกไปไกลหลายร้อยฟุตจากปลายท่าเรือเรา และคอยเรียกชื่อกันเมื่อเห็นน้ำทะเล

หลายล้านแกลลอนพุ่งเข้าหาฝั่งก่อนที่มันจะแปรสภาพเป็นทรง
ครึ่งกระบอกสี่เหลี่ยมน้ำเงินสูง 8 หรือ 10 ฟุต เราจะรอให้ท่าเรือ
สันโคลงเมื่อพื้นทะเลยกตัวขึ้น ดันคลื่นให้พุ่งสูง แล้วกระแทกลงมา
ใส่น้ำด้านล่าง คืบหนึ่งในบรรดาคืนพระจันทร์เต็มดวงและคืนเดือนมืด
ในฤดูใบไม้ผลิ แม่ผมจะปลุกผมตอนเที่ยงคืน ในมือถือไฟฉาย
แล้วเราจะเดินไปที่ชายหาดเพื่อดูสิ่งที่ดูเหมือนแผ่นโลหะร้อนกำลัง
เต็นระบำในน้ำตื้น สิ่งนั้นคือปลากระดูกเนียน ปลาตัวเล็กสีเงินที่กำลังวิ่ง
ขึ้นมาวางไข่บนทราย

เริ่มต้น

ผมรู้ตัวไหมว่าตัวเองเป็นเด็กผู้ชาย หรือรู้ว่าเพศจะมีบทบาทต่อโอกาส
ในชีวิต ไม่ คุณมีสังคมแบบปิตาธิปไตยพร่ำบอกว่าเด็กชายและผู้ชาย
ชินกับการอยู่ในที่นั่งคนขับ เขี่ยบคันเร่ง และเปิดไฟกะพริบ จนลืม
ไปว่าตัวเองกำลังขับรถอยู่

ความจริงทุกอย่างถูกจัดวางไว้แล้ว ผมเกิดมาเป็นผู้ชายได้
อย่างไรเป็นกระบวนการ 4 ขั้นตอนเหมือนกับเด็กผู้ชายทุกคน ขอผม
แฉเล่าวิทยาศาสตร์ของเด็กชายและเพศชายสั้นๆ สักครู่

เทสโทสเตอโรน หรือ T คือแอนโดรเจน (Androgen) คำว่า
Andro มาจากภาษาละตินที่แปลว่า “ชาย” และ Gen ย่อมาจาก
“Generating” (การสร้าง) แอนโดรเจนคือฮอร์โมนใดๆ ที่สนับสนุนและ
ส่งเสริมการพัฒนาลักษณะทางเพศชาย โดยมีเป้าหมายให้เพศชาย
วัยหนุ่มสามารถสืบพันธุ์ได้ T เป็นสารที่นำทางมาก มันคือเครื่องยนต์
แห่งความเป็นชาย เป็นสิ่งที่ชนะสงครามและคว้าแชมป์โลก และ
มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาของทารกในครรภ์ทั้งสองเพศ แต่เด็กชาย

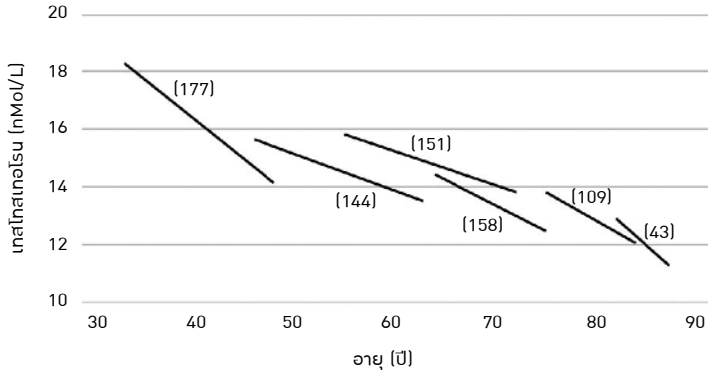
และผู้ชายมีปริมาณ T มากกว่าเด็กหญิงและผู้หญิง 10-20 เท่า ตัวอ่อนทุกตัวเริ่มต้นชีวิตด้วยการเป็นเพศหญิง การรวมตัวกันของโครโมโซม Y และเทสโทสเตอโรนทำให้พัฒนาการของร่างกายและสมองในเพศชายแยกออกจากเพศหญิงอย่างชัดเจน

การหลั่ง T ครั้งแรกเกิดในครรภ์ นอกจากเป็นตัวกำหนดสรีระและกายวิภาคของเพศชายแล้ว T ยังทำให้ผู้ชายตัวสูงกว่าผู้หญิงด้วย บทบาทของเทสโทสเตอโรนในการสร้าง “สมองเพศชาย” (Male Brain) เป็นหัวข้อที่อาจนำไปสู่การถกเถียงกันในวงการศึกษา การคำถามคือ T เข้าควบคุมสมองเด็กชายเพื่อทำให้พวกเขาสนใจฉลาม ไดโนเสาร์ รถไฟ อุปกรณ์ก่อสร้าง และอาวุธ หรือสมองเป็นเหมือนกระดานไวท์บอร์ดที่ตกเป็นเหยื่อของการแบ่งแยกระหว่างสีฟ้ากับสีชมพู ตามที่วัฒนธรรมกำหนดกันแน่ จากประสบการณ์ของผม ซึ่งส่วนใหญ่ได้มาจากวิธีการวิทยาศาสตร์ที่ไม่แม่นยำอย่างการสังเกตเวลาลูก ๆ เล่นกับเพื่อน พบว่าผมเห็นด้วยกับสิ่งที่มิเชลล์ โอบามา (Michelle Obama) พูดว่า “มันมาของมันเอง” นั่นคือธรรมชาติมีผลมากกว่าการเลี้ยงดู

มุมมองทางวิทยาศาสตร์คือ T ทำให้สมอง “มีความเป็นชาย” หลายคนไม่เห็นด้วยกับเรื่องนี้ เพราะพันธุกรรม ฮอโมน และสิ่งแวดล้อมต่างมีผลต่อการพัฒนาสมองของแต่ละคน ทุกคนเกิดมาพร้อมพันธุกรรมที่แสดงออกถึงพฤติกรรมที่เรียกว่า “ชาย” และ “หญิง” ได้ทั้ง 2 ด้าน เพียงแต่อัตราส่วนจะแตกต่างกัน คนที่มีความเป็นชายที่น่ายิ่งที่สุดซึ่งผมรู้จักส่วนหนึ่งเป็นผู้หญิง และผู้ชายที่ยอดเยี่ยมที่สุดบางคนที่ผมรู้จักก็มีคุณสมบัติแบบผู้หญิง เพื่อนคนหนึ่งของผมเป็นผู้จัดการกองทุนเฮดจ์และมีย่านในมอนทอก ทุกครั้งที่ผมไปเยี่ยม เขาจะพับผ้าปูที่นอนและจุดเทียนรอต้อนรับผม อีกทั้งยังคอยดูแลผมเป็นอย่างดี

ระดับเทสโทสเตอโรนตามอายุ

สหรัฐอเมริกา ปี 2003



ที่มา : Institute of Medicine of the National Academies, 2003.

Clinical Research Directions: Testosterone and Aging.

ถ้าการหลั่ง T ครั้งแรกเกิดในครรภ์ ครั้งที่ 2 จะเกิดทันทีหลังคลอด ส่วนครั้งที่ 3 เกิดขึ้นเมื่อเริ่มวัยแรกรุ่น เมื่อ T กระตุ้นช่วงการเจริญเติบโตแบบพุ่งพรวดของเพศชาย หนองเคราและขนก็จะเริ่มขึ้นตามร่างกาย ผลิตอสุจิ กระดูกแข็งแรงและยาวขึ้นมวลกล้ามเนื้อมากขึ้น และเสียงทุ้มลง ระดับ T จะสูงสุดตอนอายุ 20 ซึ่งถือว่าการปิดฉากช่วงวัยแรกรุ่น จากนั้น T จะลดลงเหมือนลมที่ค่อยๆ รั่วออกจากยางรถ T จะลดลงประมาณ 1.2 เปอร์เซ็นต์ต่อปีหลังอายุ 40 ผู้ชายทุกคนทราบเรื่องนี้ดีโดยไม่ต้องให้เตือน เมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมา ผมได้เริ่มฉีดเทสโทสเตอโรน T ทำให้ผมรู้สึกแข็งแรงขึ้น อ่อนเยาว์ขึ้น และน่าจะช่วยปกป้องสมองกับหัวใจด้วย ซึ่งไม่ใช่ประโยชน์เพียงเล็กน้อยเลย

ตั้งแต่ยังเด็ก T ทำให้เด็กชายมีข้อได้เปรียบทางกีฬาที่สูงกว่าเด็กหญิงโดยธรรมชาติ ในทุกวัฒนธรรม เด็กผู้ชายมักเล่นกันแรงๆ