

ถ้าชีวิตมันยากก็ลองปล่อยจิตปล่อยใจเหมือนชิบะดูลี



ฉันเหนื่อยนะ...ชิบะอ้าว

오늘은 웃었으면 좋겠다 시바

FLIP

Flip Your Mood, Find Your Vibe



ฉันเหง่อนี่...ชิบะอินุ

오늘은 웃었으면 좋겠다 시바

FLIP

คำนำสำนักพิมพ์

หลายคนตื่นเช้ามาพร้อมความกังวล เดินทางไปทำงานด้วยความเหนื่อยล้า ใช้เวลาทั้งวันจัดการปัญหาที่รุมเร้าเข้ามาไม่หยุด และเมื่อถึงเวลาอนกียังอดกังวลถึงอนาคตข้างหน้าไม่ได้อยู่ดี เราเคยชินกับการใช้ชีวิตเร่งรีบจนหลงลืมไปว่าความสุขอาจไม่ได้อยู่ที่เส้นชัยอันแสนไกล แต่อยู่ในระหว่างทางที่เรากำลังก้าวเดินนี้เอง

“ชิบะ” สุนัขหน้าตาเป็นเอกลักษณ์ มีคิวสามเหลี่ยม และแก้มปยุ่นุ่มเหมือนโมจิ เดิมทีใช้ชีวิตในฐานะพนักงานประจำมาตลอด 8 ปี เคยผ่านวันอันแสนวุ่นวายไม่ต่างจากพวกเรา เคยถูกกดดันจากการทำงาน เคยเหนื่อยล้ากับตารางชีวิตที่แน่นเอียด เคยนั่งนับวันหยุดในปฏิทินและเฝ้ารอเวลาเลิกงานเหมือนใครอีกหลายคน ในวันที่ทุกคนกำลังเคลื่อนไปข้างหน้าอย่างรีบเร่งเหมือนอยู่บนสายพาน ชิบะกลับเลือกเดินออกมาเพื่อค้นหาเส้นทางของตัวเอง และได้ค้นพบความจริงง่าย ๆ ข้อหนึ่งว่า บริษัทอาจเดินต่อไปได้แม้ไม่มีเรา แต่ชีวิตของเราไม่อาจเดินต่อไปได้ หากไม่มีตัวเอง

บางทีเราไม่จำเป็นต้องเลิกกังวลกับอนาคต ไม่ต้องละทิ้งความรับผิดชอบ หรือใช้ชีวิตโดยไม่วางแผน แต่เราค่อยๆ กลับมาใส่ใจสิ่งเล็กๆ ที่หล่นหายระหว่างทางได้ ไม่ว่าจะเป็นการนอนหลับให้เต็มอิ่ม การกินบุฟเฟต์อร่อยๆ ในมื้อธรรมดา การยิ้มง่าย ๆ ในวันที่ไม่ต้องฝืน หรือช่วงเวลาสงบๆ ที่ได้อยู่กับตัวเอง

รู้อะไรไหม บางครั้งเรื่องราวใหญ่โตก็ไม่ได้เกิดขึ้นบ่อยอย่างที่คิดหรอกนะ และความสุขก็ไม่ได้ซ่อนอยู่ในวันที่ทุกอย่างสมบูรณ์แบบ แต่อยู่ในวันธรรมดาๆ ที่เรายังได้ใช้ชีวิต ได้หายใจ และได้เป็นตัวของตัวเอง แม้เส้นทางข้างหน้าจะยังไม่ชัดเจน แม้จะยังมีความลังเลและความกังวลอยู่บ้าง เราก็ยังมีความสุขระหว่างทางได้

เพราะฉะนั้น วันนี้ลองใจดีกับตัวเองให้มากขึ้นอีกนิดนะ แล้วมาเดินไปพร้อมกับชิบะกันเถอะ!

FLIP

อารัมภบท

ฉันไม่เข้าหอรอกนะ แต่พี่ล้าออยนิดหน่อย!

ทางที่แนบชิดแผ่นหลังกับลำตัวอวบอ้วน
คือสามเหลี่ยมกับแก้มกลมย้วยเหมือนโมจิโดนบีบแน่น
ท่วงท่าการเดินขยับสะโพกตุ๊กตุ๊กไปมาอย่างมั่นใจ

เจ้าหมาขี้หนุ่ดหงิดจอมดี๋ดึ่ง
ซึ่งพอหิวก็จะคาบขามข้าวมาเขี่ยใส่เจ้าของ
ถ้าเดินอยู่ดี ๆ แล้วเปื้อนขึ้นมา ก็จะนอนเหมะแนบพื้นไม่ยอมไปไหน



สุนัขชิบะที่ดูสุขุม สงบ และไม่เห่าพรวดพราด
ความจริงแล้วเป็นหมาที่ซี้ซื่อที่สุดๆ เลยละ
ตอนอยู่โรงพยาบาลสัตว์ก็กรีดร้องตั้งแต่เข็มฉีดยายังไม่ทันแตะตัว
จนสัตวแพทย์หลายคนเรียกเสียงนั้นว่า
“เสียงกรีดร้องของชิบะ (shiba scream)”

ระดับนี้ถือว่าเป็นจอมล่าถอยตัวท้อปเลยใช่ไหมล่ะ
แต่...ล่าถอยบ้างจะเป็นอะไรไปล่ะ นั่นนะ เส้นหน้ของชิบะเลยนะ

หลายครั้งที่เจ้าของเรียกก็ทำเป็นไม่ได้ยินเพราะถือตัวสุดๆ
แถมยังรักความสะอาดมากจนไม่เคยขับถ่ายในบ้านเลย
เป็นชิบะที่เข้าใจยาก ละเอียดอ่อน และมีเสน่ห์เฉพาะตัว

ก่อนจะเข้าใจอย่างจริงจัง ฉันอยากบอกอะไรสักหน่อย
ตัวเอกของหนังสือเล่มนี้คือ “ชิบะ” ก็จริง
แต่ไม่เกี่ยวกับ “ชิบะ” ทั้งหมดหรอกนะ
ฉันแค่มียุ้ยเจ้าชิบะสุดน่ารักมาเป็นอวตาร
ความจริงแล้วฉันอยากเล่าเรื่องราวของคุณและฉัน
ซึ่งใช้ชีวิตอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงมากกว่า

ถ้าจะพูดให้ชัดขึ้นอีกหน่อย

นี่เหมือนเป็นคำมั่นว่าเราจะลองใช้ชีวิตแบบชิบะดูสักครั้ง

เวลาที่อยากตดก็ตดออกมาดัง **ปุด**

เวลาที่อยากเดินก็เดิน เวลาที่อยากนอนก็ทิ้งตัวลงนอนเหมือนชิบะ

คนเราได้รับการสอนให้พูดจาสุภาพและรักษามารยาท

แต่บางครั้งก็อยาก “สบล” ออกมาแรงๆ

ก็อดไม่ได้ที่จะพูดคำว่า ชิบะ¹ ออกมาละนะ

เหมือนที่ชิบะใช้ชีวิตในแบบของชิบะ

เราก็กองใช้ชีวิตในแบบของเราดูบ้างเถอะ

“ขอให้วันนี้มีรอยยิ้มเยอะนะ ชิบะ!”

¹ ในภาษาเกาหลี 시바 (si-ba) คือการออกเสียงสำหรับใช้เรียกสุนัขพันธุ์ชิบะอินุ ซึ่งฟังดูคล้ายกับ 씨발 (ssi-bal) ที่เป็นคำสบถ



สารบัญ

อาร์มภพ ฉันไม่เห่าหรือกนะ แต่ขี้ลำออยนิดหน่อย! 008

บทที่ 1

ฉันจะใช้ชีวิต
ให้มันง่ายกว่านี้
อีกสักหน่อย

016

วันแรกที่ตื่นมาเป็นคนตงงาน • ทุกวันคือวันหยุด
สุดสัปดาห์ • ดินะที่เป็นผื่นไร้สาระ • ผลอลืม
อยู่บ่อยๆ • ห่มผ้าแล้วนอนชะ • ปล่อยให้
มันผ่านไปได้ • ตั้งแต่วันนี้ไปพวกเรา • ชิบะ
จะแกะพัสดุละนะ • ชีวิตคือซูชิจานหมุน • ดัชนี
คอร์นเฟลกส์ • เต็มแล้วเต็มอีก • ทุกคนเท่าเทียม
กันเมื่ออยู่ต่อหน้าปลิงทะเล • เปล่า ไม่ใช่
แบบนั้นสักหน่อย • ขอบคุณนะ คุณแดนยักซ์
• ใครก็ได้เก็บฉันไปเลี้ยงที • นอนราบเหมือนชิบะ
• ฉันนี้แหละติดบ้านที่สุดแล้ว • พัง พังยับ
• ขอให้ฉันได้ว่างงานอย่างชอบธรรมอีกสักวัน
นะคะ • เครียดเพราะมีเรื่องให้กังวล • ใส่ลง
ไปเถอะ ใส่ลงไปซะ • ไม่มีตอนเช้าสำหรับ
คนว่างงาน • ข้างนอกมันหนาวนะ ชิบะ • อาร์มณ
ก็สำคัญนะ • ละ...โล่งอกไปที • ชีวิตที่สอง





unit 2

ถ้าควบคุมจิตใจ
ให้เป็นไปตาม
ที่ต้องการได้
จะยังเรียกว่า
จิตใจได้อยู่หรือ
058

ภารกิจออกไปทำงาน • ดูจะเป็นอย่างนั้น
• เสมอต้นเสมอปลายจริงๆ นะ ชิบะ • บางที
ถ้ามันช้าลงหน่อย • พูดทั้งที่รู้ไม่จริง • ไม่อยาก
ทำงาน • สัมภาษณ์ห่วยๆ • บางครั้งก็ใช้ทางลัด
• ถ้าควบคุมจิตใจให้เป็นไปตามที่ต้องการได้
จะยังเรียกว่าจิตใจได้อยู่หรือ • ทุกคนก็ใช้ชีวิต
ครั้งแรกกันหมดนั่นแหละ • นั่นมันแฟนตาซี
ชัดๆ ชิบะ • ข้อดีของการไปทำงาน • จะไปหา
เดี๋ยวนี้นะ • ถ้าจะให้อธิบายออกมา 1 คำ
• คนที่ป่วยคือฉันนะ • หัวหน้าที่มึน หัวหน้าที่มึน
ของเรา • จะร้องไห้ไม่ได้ • วาฬพูดไม่หยุด
• ท่านประธานคะ ขอเวลาสักเดี๋ยวละ • ห้องน้ำ
ชั้น 9 ห้องที่ 2 ทางซ้าย • มันต้องมีอะไรแน่ๆ
• นรกของมด ตอน เกียงคำไม่ตกปาก • ภาษา
ของบริษัท • อะตรินาสินนี่แหละปัญหา • ช่าง
ไม่มีเซนต์เอชเลย • เช็กलिस्ट • ยังไหวใช่ไหม
• อุ่นที่เอี่ยมไม่ถึง • ไม่ว่าจะมี หรือไม่มีฉัน
• ทุกคนลาออกกันหมด ยกเว้นฉัน • ที่จริงก็ไม่ใช้
ครั้งแรก

บทที่ 3

บันทึก
ชีวิตของชิบะ
ฉบับไร้
ความปรานี

112

เมื่อถึงวันสัมภาษณ์งาน • ถ้าจะทำก็รีบทำซะสิ
• อาจดูคล้าย • โอกาสจากบรรพบุรุษ • ต่อ
เงินเดือน • สิ่งที่ชอบมากที่สุด • สรุปแล้วเรา
เป็นอะไรกันแน่ • เวิร์กช็อปคืออะไร • วันสีแดง
• ถลึงตาชัด ๆ • ถ้ามีชิบะ 2 ตัว • บันทึกชิบะ 1
• บันทึกชิบะ 2 • ความเมตตาของพระพุทธเจ้า
• ขอโทษที่ไม่เจ๋งพอ • วันแบบนี้ • บ้านอิฐแดง
• กล้ามั่นใจอะไรในเวลานี้ • ลาคึ่งวันดีไหม
• ตอนหมามันกินข้าว • พุดไปเรื่อย • ไม่มีอะไร
ดีเลย • หัวหน้าแผนก ผู้ช่วย และฉัน • หาเงิน
แทบตาย • ชีวิตหมามันจะไปมีอะไรมาก • ในคืน
วันพฤหัสบดี • รับน้องใหม่ซะ • มดกับตักแตน
ในชีวิตจริง • เวลาที่มีเรื่องแบบนี้ก็ต้องเป็นฉันทุกที
• จัดการเลยหรือยังก่อนดี



บทที่ 4

ฉันในเวอร์ชัน
ที่ดีที่สุด
ก็คือ
ฉันตอนนี้

162

ลมมรสุม • ฉันโตมาในแบบของตัวเอง
• ให้อะไรฉันก็ให้อะไร • คำคั้นกำลังมีดมีดลง
• มีกลิ่นเท้าแล้ว ชิบะ • ชีวิตในวัย 9 ขวบ
• เธอมีชีวิตอยู่ไปทำไม • บนโลกนี้ไม่ได้มีอะไร
เลวร้ายไปซะหมดหรอก • ในคืนที่ดาว
ส่องประกาย • เปลี่ยนจากแก้วเป็นพลาสติก
• จับตายความอยากได้อย่างมี • จะนอนไม่ได้
เด็ดขาด • มีก็กังวล ไม่มีก็กังวล • จำได้ด้วย
เธอเนี่ย • อะไรที่ยังเหมือนเดิมก็ปล่อยมันไว้
แบบนั้นเถอะ • ต่างกันราวฟ้ากับเหว • ตามแสง
ที่สะท้อนบนคลื่นน้ำ • ไม่ใช่วอลท์กิ้งนัสนี้ • ชีวิต
ของข้าวสาร • อยากได้รับความสนใจบ้าง ชิบะ
• เอาแต่พอดี ๆ หน่อย • คนบนเขากับคน
ข้างบ้าน • ร้านอร่อยแถวบ้านเธอ • ก็คิดเผื่อไว้
เฉย ๆ แต่ก็ตามคาด • แทบจะไม่เชื่อหูตัวเอง
• อัตราความน่าจะมีความสุข • ต้องใช้ชีวิตให้ดี
• เจ้าของอยู่ไหนกันน้ำ • ประวัติอาชญากรรม
ของแกนะ • คนว่างงานในย่านนี้คือฉันเอง
• ความลับในบ้านของเรา • แก้อัดนตรี •
ประกาศนียบัตรต่าง



วันสุดท้ายของการไปทำงาน
ท้องฟ้าที่เห็นประจำวัน
กลับดูสดใสเป็นสีฟ้าสวยกว่าปกติ

“คราวนี้แหละ ชิบะ
ฉันจะใช้ชีวิตตามใจตัวเองแล้วนะ”

บทที่ 1

ฉันจะใช้ชีวิตให้มันง่ายกว่านี้
อีกสักหน่อย



วันแรกก็ตื่นมาเป็นคนตกงาน



ว่างงานวันแรก

ทันทีที่ลืมตาแล้วดันตัวออกจากผ้าห่ม

ทำไมรู้สึกดีจัง

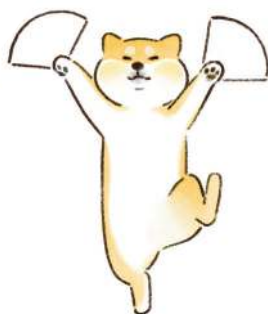
แค่หายใจก็ตื่นเต้นแล้ว

เวลาเดินก็เหมือนเดินอยู่บนก้อนเมฆ!

จะบอกว่าเป็นเรื่องดี ๆ ก็ไม่ใช่

จะบอกว่าเป็นเรื่องแย่ ๆ ก็ไม่เชิง

ดีจังที่ฉันได้เป็นตัวเอง ชิบะ



หายใจเฉยๆ
ก็สนุกได้ จีบะ

ทุกคนคือวันหยุดสุดสัปดาห์

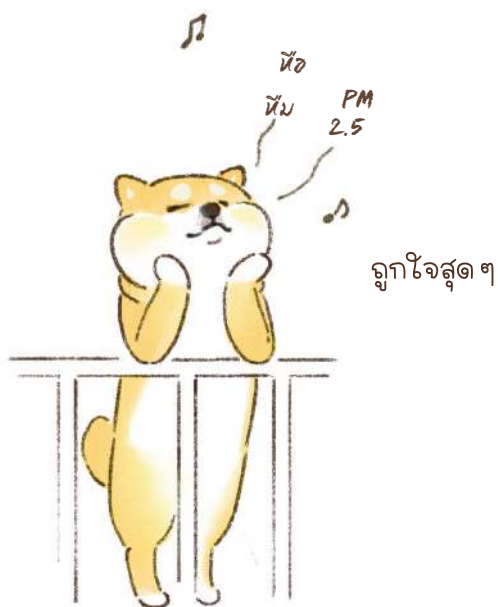
ได้ยินมาว่าสี่แยกตรงทางม้าลายจะมียมมาเปิดเดือนหน้า
เขารู้ได้ไงนะว่าฉันอยากออกกำลังกายอยู่พอดี
สุดสัปดาห์นี้เกมมือถือที่เฝ้ารอก็จะเปิดให้ลงทะเบียนล่วงหน้า
ถ้าติดตั้งเกมแล้วจะได้ไอโมทิกอนใหม่ด้วยนะ
พรุ่งนี้ค่าฝุ่น PM 2.5 จะเริ่มลดลง
อากาศยังหนาวอยู่ก็จริง แต่ตรงที่แดดส่องก็พออุ่นขึ้นมาบ้าง

ตอนเช้าพับผ้าห่มให้เรียบร้อยแล้วออกไปจ่ายตลาด
ขากลับแวะซื้อกาแฟเย็นติดมือมาด้วย
ทำแกงเต้าเจี้ยวกินเป็นมื้อกลางวัน
นั่งเล่นสัปดาห์
ผลอแป๊บเดียวก็ถึงมือเย็นอีกแล้ว

งานนอกหน้าต่างทอดยาวออกไป
แสงแดดสีชาวย่อย ๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองและสีแดง
ชิบะมองทิวทัศน์เหล่านั้นแล้วพูดขึ้นว่า

“อืม วันนี้ทั้งวันก็ไร้สาระดีแฮะ”

วันนี้ทั้งวันก็ไร้สาระดีแฮะ



ดินะที่เป็นฝันไร้สาระ



เดดไลน์มาจ่ออยู่ตรงหน้า ทุกคนต่างหัวหมนกันสุด ๆ
ฉันเห็นพนักงานนั่งสิงหน้าจอคอมพิวเตอร์
จดสิ่งที่ต้องทำในสัปดาห์นี้ เตรียมการประชุม
พยายามทำให้เสร็จพร้อมกับกุมหัวตัวเองไปด้วย
เพราะวันนี้เป็นวันศุกร์จึงไม่มีใครอยากทำงานล่วงเวลา

อะไรเนี่ย ทศนิยมภาพแบบนี้

แต่ฉันลาออกจากงานไปแล้วนี่
หรือที่แจ้งลาออกไปมันเป็นแค่ความฝันกันนะ
อุตส่าห์ลำบากจัดการทุกอย่างจนเรียบร้อยแล้วแท้ ๆ
นี่ฉันต้องแจ้งข่าวอีกรอบเหวอ
“มันไม่ควรเป็นแบบนี้สิ...”
ขณะที่คิดแบบนี้ ฉันก็ลืมหูลืมตาขึ้น

“อา ชิบะ ไร้ฝันไร้สาระนี่”

ຈື່ຈື່ ທຸກ ເລື້ອຍ
ພາຍໃຕ້ຕາມຂອງສຸດ ທຸກ...



เพลงคือมออยู่บ่อยๆ



อ้อใช่ ฉันลาออกจากงาน
แล้วนี่นา...



ห่มผ้าแล้วนอนซะ



ตอนยังเด็กฉันมักได้ยินคุณย่าพูดอยู่เสมอว่า

“ห่มผ้าแล้วนอนซะ ช่วงเปลี่ยนฤดูลมมันเย็นนะ”
“อย่าดื่มน้ำเย็นทันทีที่ตื่นนอนสิ เดี่ยวก็ปวดท้องหรือ”
“กินข้าวเสร็จแล้วอย่าเพิ่งนอน เดี่ยวอาหารไม่ย่อยนะ”

ตอนนั้นฉันคิดว่าคำพูดพวกนั้นน่ารำคาญที่สุดในโลก
แต่นอกจากคุณย่า
ก็ไม่มีใครบนชั้นเบบนั้นอีกแล้ว
คนที่กังวลว่าฉันจะปวดท้อง
และห่วงใยเรื่องอุณหภูมิของน้ำ
ก็มีแค่คุณย่าคนเดียวเท่านั้นแหละ

ชิบะเองก็อยากพูดกับเธอ
เหมือนที่คุณย่าเคยพูดจนติดปากว่า

“ห่มผ้าแล้วนอนซะ ช่วงเปลี่ยนฤดูลมมันเย็นนะ”

อย่าเตะผ้าห่ม
ห่มให้ดีๆ แล้วนอนนะ จีบะ

