

ก่อนจะ สายเกินไป

100 เรื่องที่คนส่วนใหญ่มักเสียดาย
ในบั้นปลายชีวิต

พอดี



ก่อนจะสายเกินไป
ภาพและเรื่องโดย พอดี
บรรณาธิการบริหาร กวียา เนาวประทีป

ISBN (e-book) 2026-0918-0111 -9

พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2569

ราคา 99 บาท

ภาพและข้อเขียนในหนังสือเล่มนี้ สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ
(ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

@ Lemon Book. All rights reserved.

LEMON

จัดทำโดย

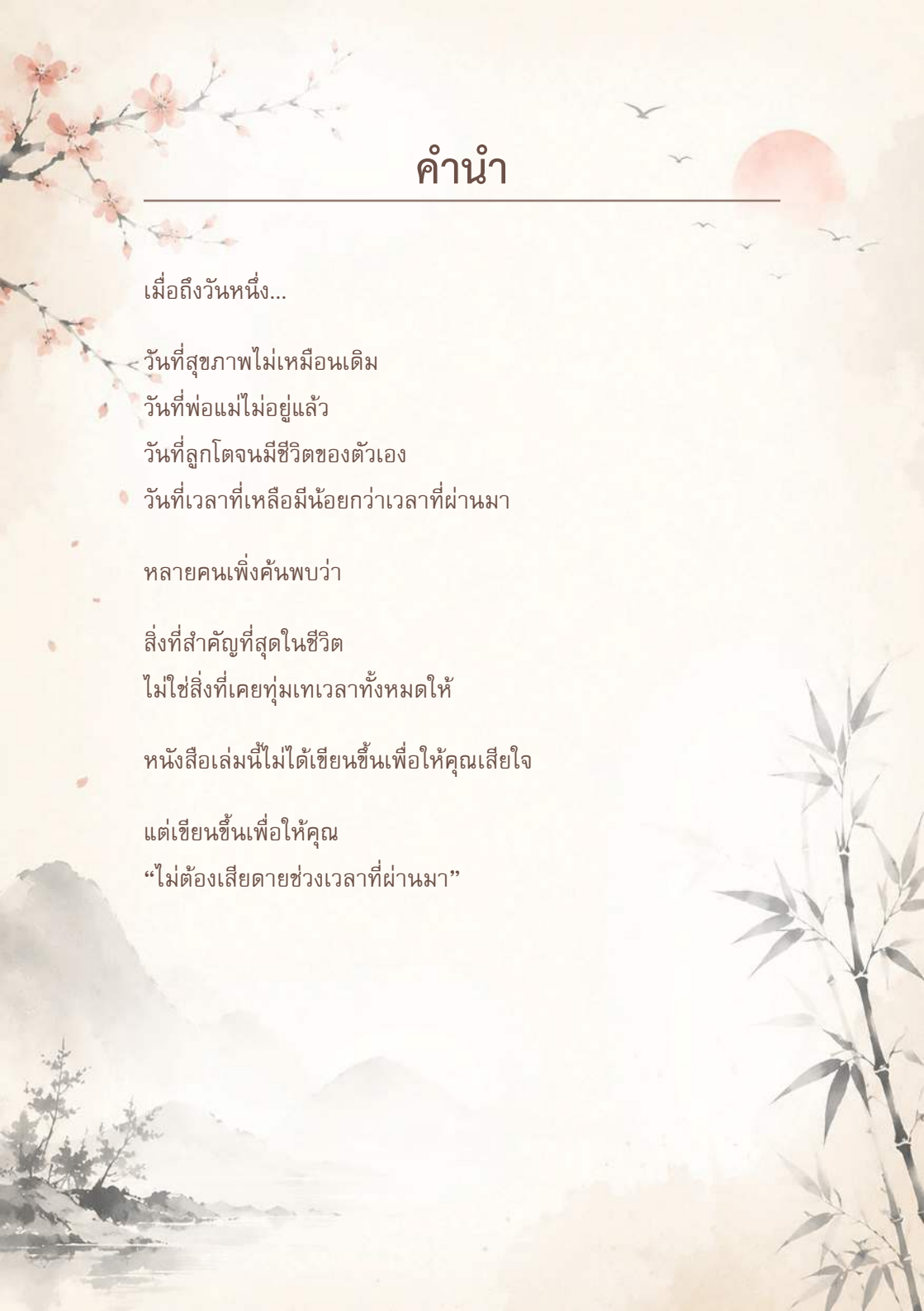
สำนักพิมพ์เลมอน ในเครือบริษัท แสปี้ บานานา จำกัด
เลขที่ 45 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 40 ถนนจรัญสนิทวงศ์
แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700
โทรศัพท์ 0-2433-7755 โทรสาร 0-2433-7703

จัดจำหน่ายในรูปแบบสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์โดย

บริษัท เกรทมีเดีย เอเจนซี จำกัด

เลขที่ 85 ซอยบรมราชชนนี 75 แขวงบางระมาด
เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170

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



คำนำ

เมื่อถึงวันหนึ่ง...

วันที่สุขภาพไม่เหมือนเดิม

วันที่พ่อแม่ไม่อยู่แล้ว

วันที่ลูกโตจนมีชีวิตของตัวเอง

วันที่เวลาที่เหลือมีน้อยกว่าเวลาที่ผ่านมา

หลายคนเพิ่งค้นพบว่า

สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิต

ไม่ใช่สิ่งที่เคยทุ่มเทเวลาทั้งหมดให้

หนังสือเล่มนี้ไม่ได้เขียนขึ้นเพื่อให้คุณเสียใจ

แต่เขียนขึ้นเพื่อให้คุณ

“ไม่ต้องเสียเวลาช่วงเวลาที่ผ่านมา”



สารบัญ

หมวดที่ 1 คนที่เรารัก...ไม่ได้อยู่ตลอดไป	5
หมวดที่ 2 สุขภาพที่เสียไป เอาคืนยากที่สุด	16
หมวดที่ 3 งาน เงิน และความสำเร็จ	27
หมวดที่ 4 ความรักและความสัมพันธ์	38
หมวดที่ 5 ลูกและครอบครัว	49
หมวดที่ 6 ความฝันที่ไม่เคยเริ่ม	60
หมวดที่ 7 เรื่องเล็กๆ ที่สำคัญกว่าที่คิด	71
หมวดที่ 8 ความกลัวที่ขโมยชีวิตไป	82
หมวดที่ 9 ความจริงที่คนส่วนใหญ่เพิ่งเข้าใจตอนแก่	93
หมวดที่ 10 ก่อนจะสายเกินไป	104



หมวดที่

1

คนที่เรารัก... ไม่ได้อยู่ตลอดไป



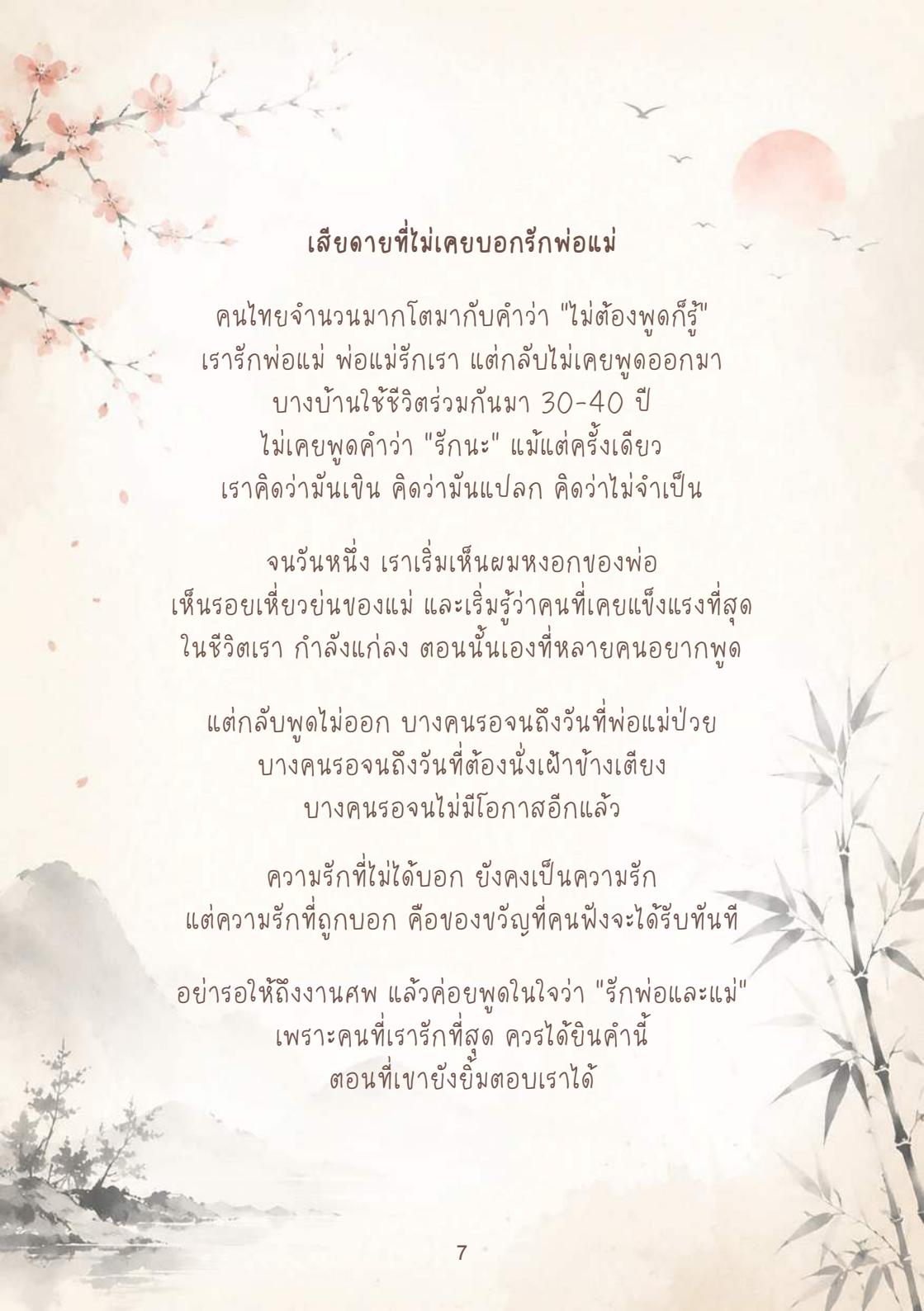
เสียดาบที่ไม่ได้ใช้เวลากับพ่อแม่มากกว่านี้

มีคนเคยถามผู้สูงอายุจำนวนมากว่า
"ถ้าย้อนเวลากลับไปได้คุณอยากเปลี่ยนอะไรในชีวิตมากที่สุด"

คำตอบที่พบเสมอไม่ใช่เรื่องเงิน
ไม่ใช่เรื่องบ้าน ไม่ใช่เรื่องตำแหน่งงาน

แต่คือ... "อยากใช้เวลากับคนที่รักให้มากกว่านี้"
โดยเฉพาะพ่อแม่ ตอนเราเด็ก พ่อแม่คือคนที่มีเวลาให้เรา
มากที่สุด เขาตื่นก่อนเรา นอนทีหลังเรา
ทำงานหนักเพื่อเรา แต่เมื่อเราโตขึ้น
ทุกอย่างกลับสลับด้าน เรามีเวลาให้เพื่อน มีเวลาให้ลูกค้า
มีเวลาให้หัวหน้า แต่กลับไม่มีเวลาให้คนที่เคยมีเวลาให้เรา
ทั้งชีวิต เราโทร. หาพ่อแม่บ่อยลง กลับบ้านบ่อยลง
นั่งคุยบ่อยลง และมักคิดว่า "ไว่ก่อน" แต่ความจริงคือ
ชีวิตไม่มีใครรู้ว่า "ก่อน" จะเหลืออีกกี่ครั้ง

วันหนึ่งพ่อแม่อาจยังอยู่ แต่เดินไม่ไหวแล้ว
จำอะไรไม่ได้แล้ว หรืออาจไม่อยู่ให้เราได้ใช้เวลาด้วยอีกต่อไป
ตอนนั้นเงินที่เราได้มากขึ้น อาจซื้อทุกอย่างได้ ยกเว้นเวลา
หากวันนี้ยังมีโอกาส ลองนั่งกินข้าวกับพ่อแม่สักมื้อ
โทร. หาเขาสักสาย หรือแค่แวะไปหาโดยไม่มีธุระอะไรเลย
เพราะวันหนึ่ง สิ่งที่เราเสียดาบที่สุดอาจไม่ใช่
เวลาที่เสียไปกับงาน แต่คือเวลาที่ไม่ได้ใช้กับคนที่รัก



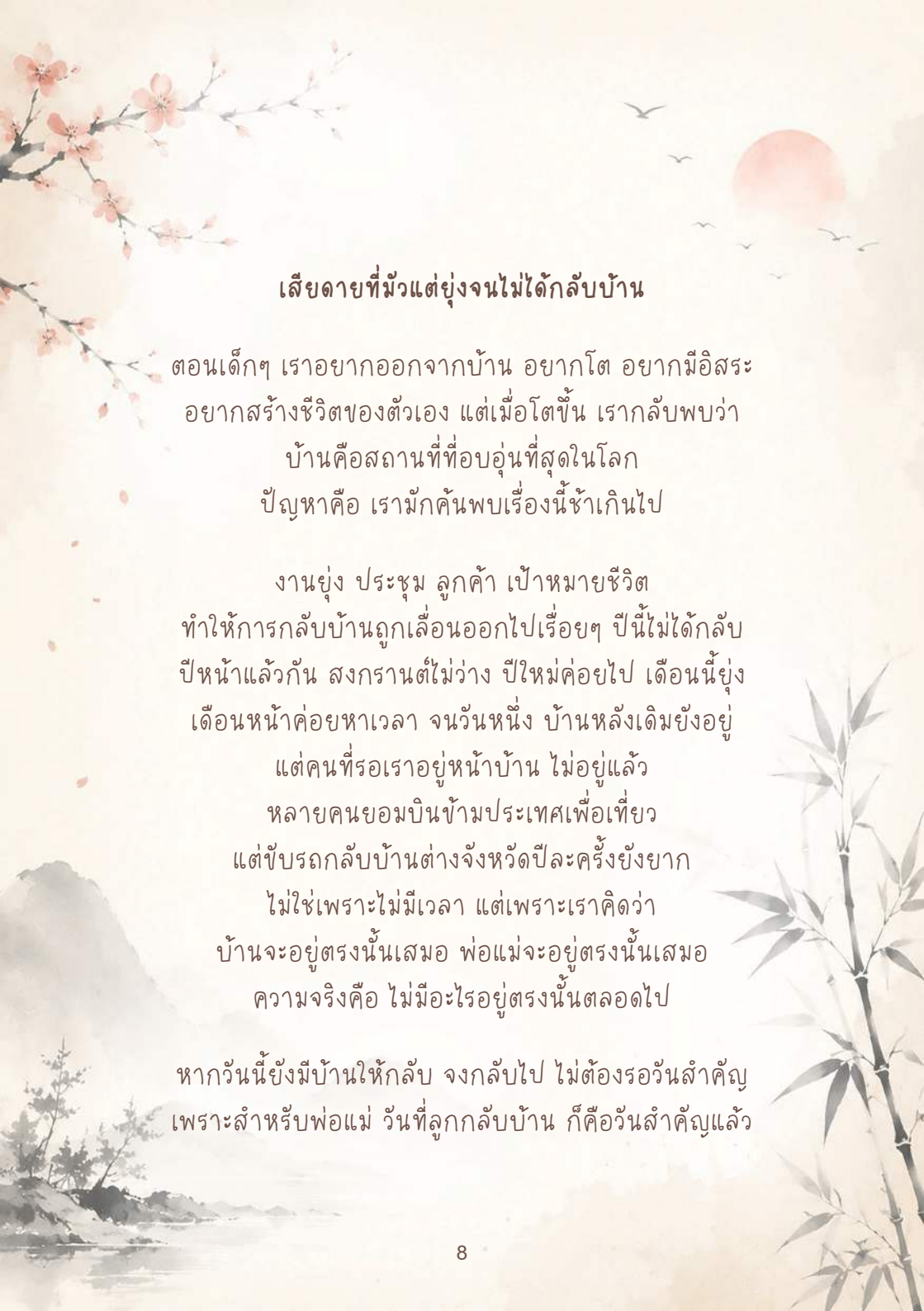
เสียดายที่ไม่เคยบอกรักพ่อแม่

คนไทยจำนวนมากโตมากับคำว่า "ไม่ต้องพูดก็รู้"
เรารักพ่อแม่ พ่อแม่รักเรา แต่กลับไม่เคยพูดออกมา
บางบ้านใช้ชีวิตร่วมกันมา 30-40 ปี
ไม่เคยพูดคำว่า "รักนะ" แม้แต่ครั้งเดียว
เราคิดว่ามันเขิน คิดว่ามันแปลก คิดว่าไม่จำเป็น

จนวันหนึ่ง เราเริ่มเห็นผมหยอกของพ่อ
เห็นรอยเหี่ยวย่นของแม่ และเริ่มรู้ว่าคนที่เคยแข็งแกร่งที่สุด
ในชีวิตเรา กำลังแก่ลง ตอนนั้นเองที่หลายคนอยากพูด

แต่กลับพูดไม่ออก บางคนรอจนถึงวันที่พ่อแม่ป่วย
บางคนรอจนถึงวันที่ต้องนั่งเฝ้าข้างเตียง
บางคนรอจนไม่มีโอกาสอีกแล้ว

ความรักที่ไม่ได้บอก ยังคงเป็นความรัก
แต่ความรักที่ถูกบอก คือของขวัญที่คนฟังจะได้รับทันที
อย่ารอให้ถึงงานศพ แล้วค่อยพูดในใจว่า "รักพ่อแม่และแม่"
เพราะคนที่เรารักที่สุด ควรได้ยินคำนี้
ตอนที่เขายังมีชีวิตตอบเราได้

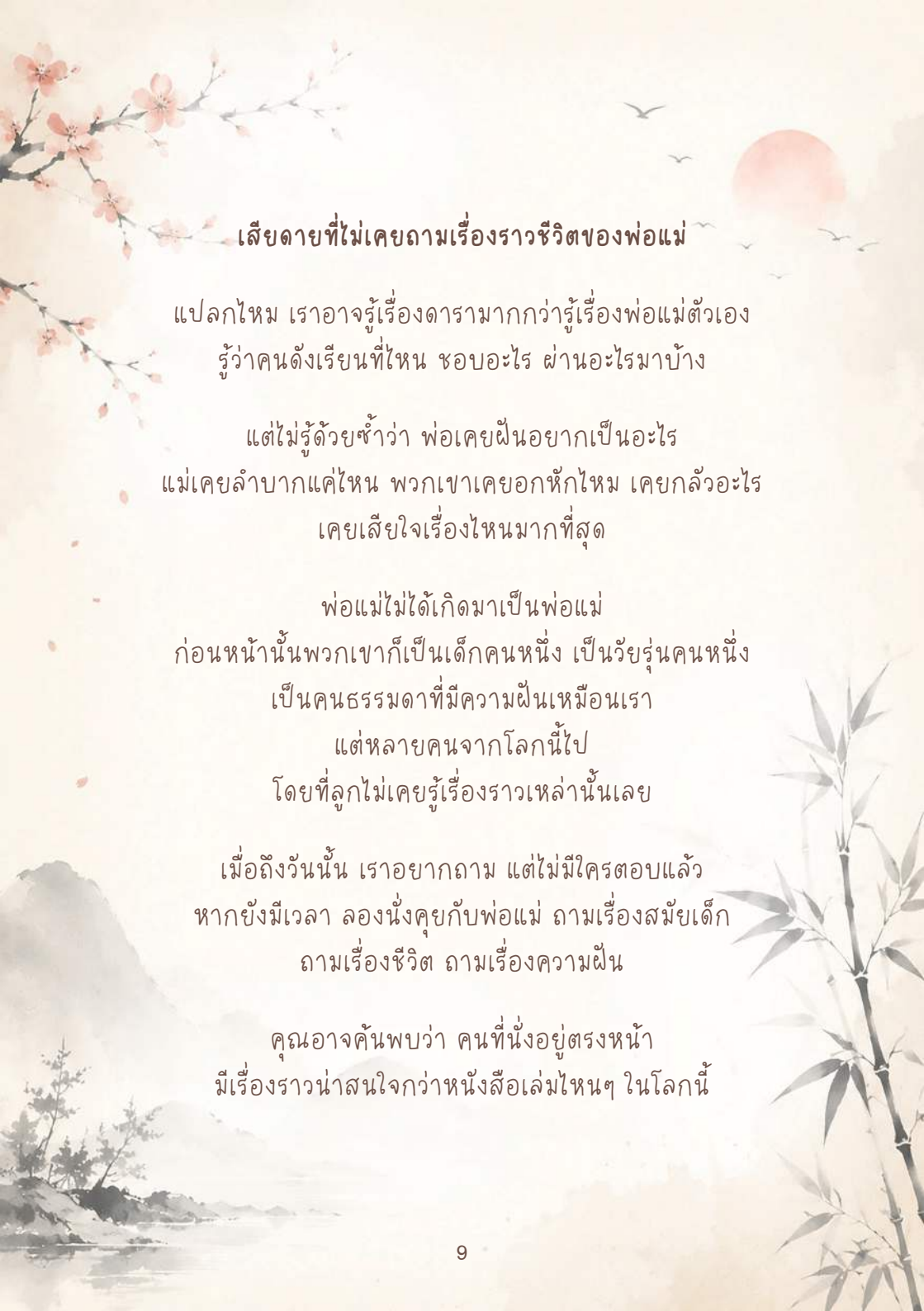


เสียดายที่มัวแต่ยุ่งจนไม่ได้กลับบ้าน

ตอนเด็กๆ เราอยากออกจากบ้าน อยากโต อยากมีอิสระ
อยากสร้างชีวิตของตัวเอง แต่เมื่อโตขึ้น เรากลับพบว่า
บ้านคือสถานที่ที่อบอุ่นที่สุดในโลก
ปัญหาคือ เรามักค้นพบเรื่องนี้ช้าเกินไป

งานยุ่ง ประชุม ลูกค้า เป้าหมายชีวิต
ทำให้การกลับบ้านถูกเลื่อนออกไปเรื่อยๆ ปีนี้ไม่ได้กลับ
ปีหน้าแล้วกัน สงกรานต์ไม่ว่าง ปีใหม่ค่อยไป เดือนนี้ยุ่ง
เดือนหน้าค่อยหาเวลา จนวันหนึ่ง บ้านหลังเดิมยังอยู่
แต่คนที่รอเราอยู่หน้าบ้าน ไม่อยู่แล้ว
หลายคนยอมบินข้ามประเทศเพื่อเที่ยว
แต่ขับรถกลับบ้านต่างจังหวัดปีละครั้งยังยาก
ไม่ใช่เพราะไม่มีเวลา แต่เพราะเราคิดว่า
บ้านจะอยู่ตรงนั้นเสมอ พ่อแม่จะอยู่ตรงนั้นเสมอ
ความจริงคือ ไม่มีอะไรอยู่ตรงนั้นตลอดไป

หากวันนี้ยังมีบ้านให้กลับ จงกลับไป ไม่ต้องรอวันสำคัญ
เพราะสำหรับพ่อแม่ วันที่ลูกกลับบ้าน ก็คือวันสำคัญแล้ว



เสียดายที่ไม่เคยถามเรื่องราวชีวิตของพ่อแม่

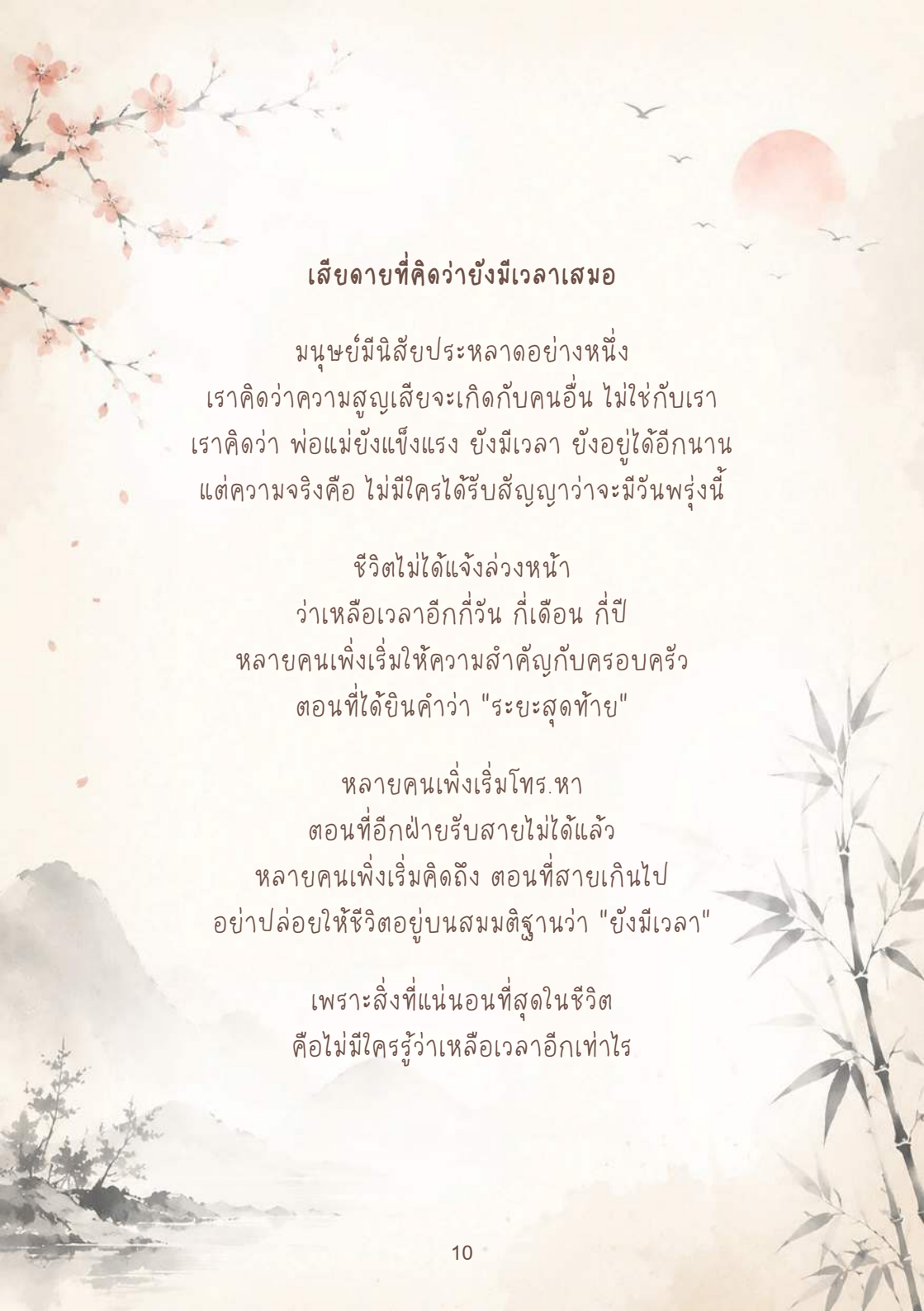
แปลกไหม เราอาจรู้เรื่องดรามามากกว่ารู้เรื่องพ่อแม่ตัวเอง
รู้ว่าคนดังเรียนที่ไหน ชอบอะไร ผ่านอะไรมาบ้าง

แต่ไม่รู้ด้วยซ้ำว่า พ่อเคยฝันอยากเป็นอะไร
แม่เคยลำบากแค่ไหน พวกเขาเคยอกหักไหม เคยกลัวอะไร
เคยเสียใจเรื่องไหนมากที่สุด

พ่อแม่ไม่ได้เกิดมาเป็นพ่อแม่
ก่อนหน้านี้พวกเขาก็เป็นเด็กคนหนึ่ง เป็นวัยรุ่นคนหนึ่ง
เป็นคนธรรมดาที่มีความฝันเหมือนเรา
แต่หลายคนจากโลกนี้ไป
โดยที่ลูกไม่เคยรู้เรื่องราวเหล่านั้นเลย

เมื่อถึงวันนั้น เราอยากถาม แต่ไม่มีใครตอบแล้ว
หากยังมีเวลา ลองนั่งคุยกับพ่อแม่ ถามเรื่องสมัยเด็ก
ถามเรื่องชีวิต ถามเรื่องความฝัน

คุณอาจค้นพบว่า คนที่นั่งอยู่ตรงหน้า
มีเรื่องราวน่าสนใจกว่าหนังสือเล่มไหนๆ ในโลกนี้



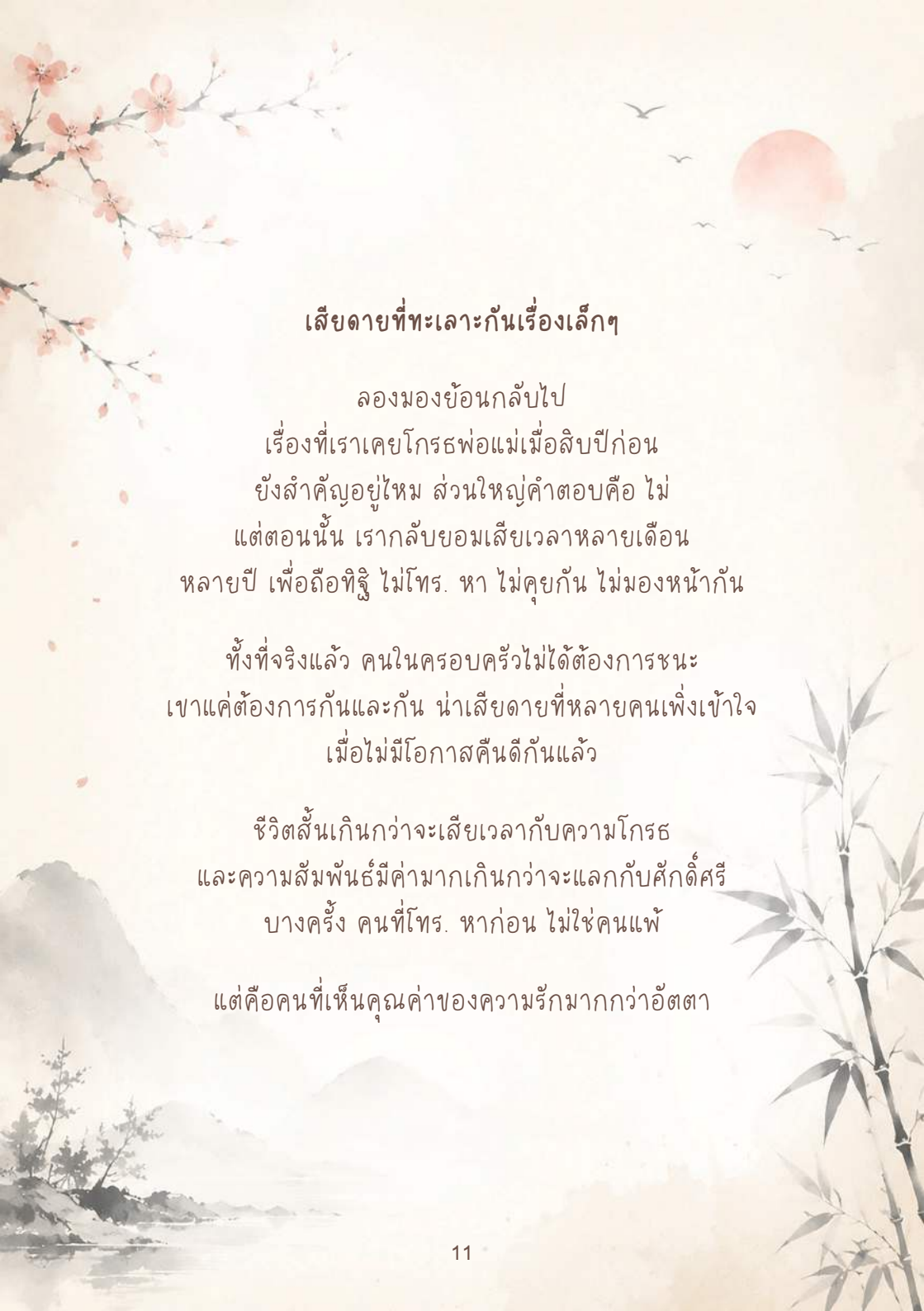
เสียดายที่คิดว่ายังมีเวลาเสมอ

มนุษย์มีนิสัยประหลาดอย่างหนึ่ง
เราคิดว่าความสูญเสียจะเกิดกับคนอื่น ไม่ใช่กับเรา
เราคิดว่า พ่อแม่ยังแข็งแรง ยังมีเวลา ยังอยู่ได้อีกนาน
แต่ความจริงคือ ไม่มีใครได้รับสัญญาว่าจะมีวันพรุ่งนี้

ชีวิตไม่ได้แจ้งล่วงหน้า
ว่าเหลือเวลาอีกกี่วัน กี่เดือน กี่ปี
หลายคนเพิ่งเริ่มให้ความสำคัญกับครอบครัว
ตอนที่ได้ยินคำว่า "ระยะสุดท้าย"

หลายคนเพิ่งเริ่มโทรหา
ตอนที่อีกฝ่ายรับสายไม่ได้แล้ว
หลายคนเพิ่งเริ่มคิดถึง ตอนที่สายเกินไป
อย่าปล่อยให้ชีวิตอยู่บนสมมติฐานว่า "ยังมีเวลา"

เพราะสิ่งที่แน่นอนที่สุดในชีวิต
คือไม่มีใครรู้ว่าเหลือเวลาอีกเท่าไร



เสียดายที่ทะเลาะกันเรื่องเล็กๆ

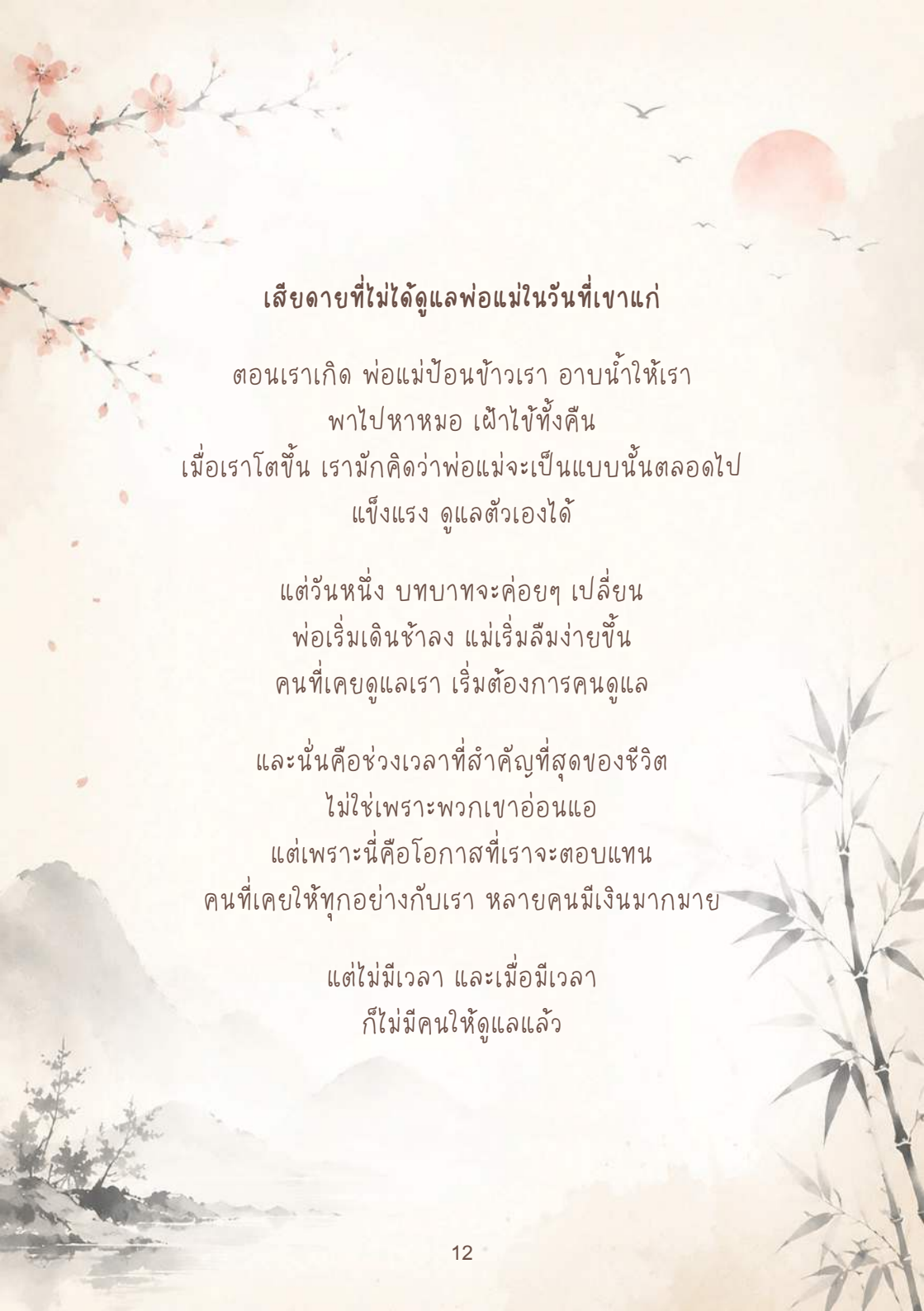
ลองมองย้อนกลับไป

เรื่องที่เราเคยโกรธพ่อแม่เมื่อสิบปีก่อน
ยังสำคัญอยู่ไหม ส่วนใหญ่คำตอบคือ ไม่
แต่ตอนนั้น เราลืบบอมนเสียเวลาหลายเดือน
หลายปี เพื่อถือทิฐิ ไม่ไทร. หา ไม่คุยกัน ไม่มองหน้ากัน

ทั้งที่จริงแล้ว คนในครอบครัวไม่ได้ต้องการชนะ
เขาแค่ต้องการกันและกัน น่าเสียดายที่หลายคนเพิ่งเข้าใจ
เมื่อไม่มีโอกาสคืนดีกันแล้ว

ชีวิตสั้นเกินกว่าจะเสียเวลากับความโกรธ
และความสัมพันธ์มีค่ามากเกินกว่าจะแลกกับศักดิ์ศรี
บางครั้ง คนที่ไทร. หาก่อน ไม่ใช่คนแพ้

แต่คือคนที่เห็นคุณค่าของความรักมากกว่าอึดตา



เสียดายที่ไม่ได้ดูแลพ่อแม่ในวันที่เขาแก่

ตอนเราเกิด พ่อแม่ป้อนข้าวเรา อาบน้ำให้เรา
พาไปหาหมอ ฝ่าไฟทั้งคืน
เมื่อเราโตขึ้น เรามักคิดว่าพ่อแม่จะเป็นแบบนั้นตลอดไป
แข็งแรง ดูแลตัวเองได้

แต่วันหนึ่ง บทบาทจะค่อยๆ เปลี่ยน
พ่อเริ่มเดินช้าลง แม่เริ่มลืมนั่งขึ้น
คนที่เคยดูแลเรา เริ่มต้องการคนดูแล

และนั่นคือช่วงเวลาที่สำคัญที่สุดของชีวิต
ไม่ใช่เพราะพวกเขาอ่อนแอ
แต่เพราะนี่คือโอกาสที่เราจะตอบแทน
คนที่เคยให้ทุกอย่างกับเรา หลายคนมีเงินมากมาย

แต่ไม่มีเวลา และเมื่อมีเวลา
ก็ไม่มีคนให้ดูแลแล้ว