



나는 죽을 때까지 재미있게 살고 싶다

จงอย่า



ใช้ชีวิตวันนี้

ด้วยความรู้สึก

ของเมื่อวาน



กินฮู
เรียน

คิมซอนกยอง เรียบเรียง
วิทิตยา จันทรพันธ์ แปล

เพราะการมีชีวิตอยู่เป็นสิ่งที่ควรขอบคุณที่สุด



สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

616553081

012542829

122580244

springbooks

나는 죽을 때까지 재미있게 살고싶다

จงอย่าใช้ชีวิตวันนี้
ด้วยความรู้สึกของเมื่อวาน

276 328 81

อีกันฮู เซียน

คิมซอนทยอง เรียบเรียง

วิทยา จินทร์พันธ์ แปล



สำนักหอสมุดมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
CHIANG MAI UNIVERSITY LIBRARY

ก ร อ า น คื อ ร า ก ร ฐ า น ที่ ส ำ ค ญ



หนังสือคุณภาพ
โดยอบริณทรกรุ๊ป

สารบัญ

บทนำ คุณอยากมีชีวิตอยู่อย่างไร เมื่ออายุเพิ่มขึ้น 1

Chapter 1 _____

อยากมีชีวิตสนุกจนวันสุดท้าย 9

อะไรล่ะที่ไม่ยุติธรรม 11

สิ่งที่ตระหนักได้ หลังผ่านวิกฤติมาหลายครั้ง 16

ถ้าบอกว่าเหงา ทำอะไรลงมือทำอะไรสักอย่างล่ะ 20

Tip : เพื่อชีวิตแสนสนุก

สำหรับคุณที่ชอบพูดติดปากว่าเดี๋ยวก็ตาย 26

เคล็ดลับการใช้ชีวิตอยู่ภายใต้ชายคาเดียวกัน

ของคนสามรุ่นทั้งสิบเอ็ดคน 28

แนะนำวิธีปฏิเสธให้ลูกสะใจ 35

Tip : สำหรับพ่อแม่ที่เสียใจว่า

“ลูกคนนี้ตอนเด็ก ๆ ไม่เป็นแบบนี้ขึ้นมา...” 42

จงเจ็บปวดอย่างภาคภูมิใจ 43

เหตุผลที่การเรียนหลังวัยเจ็ดสิบสนุกที่สุด 48

การมีชีวิตอยู่อย่างโง่เขลาเป็นหนทางที่มั่นคงที่สุด 53

Tip : สำหรับคนที่พูดว่า

“ตอนแก่มีไว้ทำอะไรในที่ไม่เคยลงไป” 59

คำสอนจากเซอร์อิลลารี 61

เหตุผลที่ไม่ชอบคำว่า “จงทำให้ดีที่สุด” 65

แม้กระทั่งตอนนี้ก็ยังมีเด็กที่ไม่ยอมโตอยู่ในหัวใจ 70

Tip : สำหรับคนที่คร่ำครวญว่า

ไม่เคยมีชีวิตอิสระเป็นของตัวเองเลย 74

Chapter 2

| | |
|---|-----|
| อย่าเป็นแบบนี้เมื่อมีอายุเยอะขึ้น | 76 |
| แต่คนที่หวาดกลัวอายุที่เพิ่มขึ้น | 78 |
| Tip : สำหรับคุณผู้หวาดกลัวว่าจะน้อยหน้ากว่าคนอื่น | 81 |
| จงสละความคิดที่ว่า พออายุมากขึ้น จะต้องอ่อนแอลง | 82 |
| จงอย่าแทรกแซงชีวิตคนอื่น | 88 |
| Tip : สำหรับพ่อแม่ผู้รู้มึนคิดว่า “ก็เงินเลี้ยงลูกมาทึบมือ” | 92 |
| ต้องคิดให้ดีก่อนเก็บเงินสู่มสู่มสู่ม | 93 |
| Tip : สำหรับคุณผู้รู้สึกไม่พร้อม | 97 |
| อย่าคิดที่จะสั่งสอนคนหนุ่มสาว | 99 |
| Tip : สำหรับคุณผู้ยังยึดติดกับความภาคภูมิใจว่า “สมัยนั้นฉันนะ...” | 105 |
| อย่ามีชีวิตวันนี้ด้วยความรู้สึกของเมื่อวาน | 106 |
| วิธีรับมือกับวัยที่เพิ่มขึ้น | 110 |
| ถ้าผมหิวเราะ เธอก็จะหิวเราะ ถ้าเธอหิวเราะ ผมเองก็จะหิวเราะเช่นกัน | 114 |
| Tip : สำหรับคุณผู้กังวลใจ หวั่นกลัวว่า คู่ชีวิตจะจากไปก่อน | 119 |
| เหตุผลที่คนแก่หูใหญ่ | 120 |
| ได้เวลาใจกว้างกับตัวเองแล้ว | 124 |
| Tip : สำหรับคุณที่รู้สึกนิดบ่น้อย ๆ ว่า “ตอนนั้นทำไมฉันถึงทำแบบนั้นลงไป” | 129 |



Chapter 3

| | |
|---|-----|
| สิ่งที่ควรรู้ตอนอายุสี่สิบ | 132 |
| อาจไม่ถูกนักถ้าจะบอกว่า “ไม่มีอะไรเป็นไปตามใจสักอย่าง” | 134 |
| Tip : สำหรับคนที่เข้าใจความหมายของคำว่า “การมองโลกในแง่ดี” ปิดไป | 138 |
| สิ่งที่ดีที่สุดที่พ่อแม่จะให้ลูกได้ | 140 |
| ถ้ารู้ว่าตัวเองเป็นใคร ก็ไม่จำเป็นต้องแข่งกับใคร | 145 |
| เหตุผลที่ไม่เคยสำนึกผิดในชีวิตที่ผ่านมา | 152 |
| ยิ่งอายุมากขึ้น ยิ่งต้องควบคุมความโกรธเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้ดี | 155 |
| Tip : สำหรับคุณที่รู้สึกโกรธเมื่อถูกปฏิเสธ | 161 |
| อย่าเทียบจรรยาบรรณการฝึกหยุดพัก | 162 |
| จงวาดภาพชีวิตก่อนจะสาย | 165 |
| Tip : สำหรับคนที่ช่วงนี้ซึนเซ่ร้ายซึน | 169 |
| สิ่งที่อยากบอกคนที่ไม่ยอมคืนดีกับพ่อแม่ | 171 |
| สิ่งที่อยากบอกคนที่ต้องออกจากงาน | 176 |
| Tip : สำหรับคุณผู้กังวลใจว่าจะไม่มีใครมาเยี่ยม | 179 |
| คำสอนสามประการสำหรับคู่รัก | 180 |
| Tip : สำหรับคนที่โกรธแค้นคนรัก | 183 |

Chapter 4

เรามีชีวิตอยู่เพื่ออะไร

185

คำสารภาพหลังแต่งงานมา 50 ปี

187

สิ่งที่จำเป็นที่สุดคือเพื่อความสุขร่วมกัน

190

Tip : สำหรับคุณผู้เหนียวแน่น

การทะเลาะเรื่องเดิม ๆ กับครอบครัว

196

ผู้คนที่พบเจอคือชีวิตของเรา

197

Tip : สำหรับผู้คนมากมายรู้สึกผิดเพราะพอลังปาก

201

สิ่งที่ตระหนักเมื่อเลี้ยงหลาน

204

ลองจัดงานฉลองอายุครบห้ารอบดู

211

จงเพลิดเพลินกับความสนุกในความต่างของยุคสมัย

215

จงเขียนไดอะรี่ทุกวันจนครบหนึ่งปี

219

Tip : สำหรับคุณผู้กังวลว่า ควรวางแผนชีวิตอย่างไร

224

ทำไมถึงชอบเอาเรื่องความจำเสื่อมมาล้อเล่น

225

สิ่งที่เหลือไว้ให้คนที่รัก ก่อนจากไป

228

สิ่งที่จะทำให้ชีวิตมีความหมายขึ้นอีกนิด

233

Tip : สำหรับคนที่คิดว่าตัวเองยังไม่แก่พอ

236



Chapter 5

| | |
|--|-----|
| สำหรับคุณผู้ยืนอยู่ในจุดออกตัวใหม่ของชีวิต | 239 |
| ยุคทองของชีวิตคือตอนนี้นั่นเอง | 241 |
| Tip : สำหรับคนที่หวาดกลัวเทียนวันเกิดที่เพิ่มมากขึ้น | 244 |
| ถ้าอยากลองเริ่มทำงานอะไรก็ตามอีกครั้ง | 245 |
| อย่าคิดว่ารู้จักชีวิตดีแล้ว | 249 |
| Tip : สำหรับคนที่บอกว่า ชีวิตน่าเบื่อและไม่สนุกเลย | 252 |
| อย่าอ้างว่าไม่มีเวลา | 253 |
| คนที่อยากทำดีด้วยมากที่สุด | 256 |
| Tip : สำหรับคุณผู้บอกว่า การอดกลืนเป็นสิ่งที่ดีที่สุด เมื่อทะเลาะกับคูริค | 258 |
| ชีวิตแตกต่างกัน เมื่อทำบางสิ่งล่วงหน้า | 260 |
| Tip : สำหรับคนที่ตัดสินใจไม่ได้ในทันที เมื่อยืนอยู่บนทางแยกซึ่งต้องเลือก | 263 |
| เหตุผลที่จะไม่เลือกข้อบางสิ่ง | 266 |
| สิ่งที่เรียนรู้จากเป็นอาสาสมัคร | 268 |
| ตอนที่รู้ว่าไร้ประโยชน์นั้นมีประโยชน์ | 272 |
| Tip : สำหรับคุณผู้ยึดติดกับหิวโหยเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น | 275 |
| ข้อคิดที่ได้เมื่อใครสักคนจากไป | 277 |
| Tip : สำหรับคนที่เสียดายทุกสิ่ง จนไม่กล้าละทิ้งอะไรเลย | 280 |
| จงใช้วันนี้ให้คุ้มค่า | 281 |

| | |
|-------------------|-----|
| เกี่ยวกับผู้เขียน | 285 |
| จากผู้เรียบเรียง | 288 |
| ผู้เรียบเรียง | 292 |

