

ทดลองอ่าน

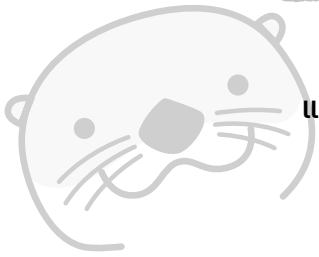
การอ่านคือรากฐานที่สำคัญ

คิดก่อนที่คุณจะพูด อ่านก่อนที่คุณจะคิด

- ฟราน เลิฟวิตซ์

ไม่ต้องตามใคร แค่ใช้ชีวิตแบบของคุณ

Fear of Missing Out



แพทริก เจ. แมคกินนิส
เขียน

สุวิชา จันทร
แปล

สำนักพิมพ์อมรินทร์ฮาวทู
กรุงเทพมหานคร



หนังสือคุณภาพ
โดยอมรินทร์กรุ๊ป

สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์ (6)

บทนำ 1

ส่วนที่ 1

ความกลัวและความลังเลในโลกที่ยากจะรับมือไหว 13

บทที่ 1 ประจักษ์ยอของ “ไฟโม” 15

บทที่ 2 “ไฟโม” ที่คุณมีไม่ใช่ความผิดของคุณ 24

บทที่ 3 มากกว่า “มีม” 43

บทที่ 4 อีกรูป “ไฟ” หนึ่งซึ่งคุณต้องรู้จัก 54

บทที่ 5 เรื่องเศร้าของชายผู้มีทุกสิ่งที่เขาปรารถนา 62

ส่วนที่ 2

ต้นกุ่มซ่อนเร้นของความกลัว 83

บทที่ 6 ธุรกิจพันล้านของ “ไฟโม” 85

บทที่ 7 “ไฟโบ” กลยุทธ์ต่อต้าน 102

ส่วนที่ 3

เด็ดขาด : เลือกในสิ่งที่คุณต้องการจริงๆ

และไม่ต้องไปสนใจสิ่งที่เหลือ	121
บทที่ 8 อิศระจากความกลัว	123
บทที่ 9 อย่าไปเหนี่ยวกับเรื่องเล็กน้อย	132
บทที่ 10 “โฟโม” มีไว้สำหรับดาวเคราะห์ ไม่ใช่ดวงอาทิตย์	150
บทที่ 11 เลือกลงมือทำ มากกว่ามูลค่าเพื่อใช้	163
บทที่ 12 ไม่ต้องสนใจสิ่งที่เหลือ	177

ส่วนที่ 4

ทำให้ “โฟโม” และ “โฟโบ” ทำงานเพื่อคุณ	199
บทที่ 13 ทุ่มสุดตัวเป็นบางเวลา	201
บทที่ 14 เกมของ “โฟ” ทั้งหลาย : จัดการกับ “โฟโม” และ “โฟโบ” ในตัวคนอื่น	222

บทส่งท้าย

เราต่างโชคดีที่มีทางให้เลือกตั้งแต่แรก	234
--	-----

บันทึกจากผู้เขียน	241
-------------------	-----

คำขอบคุณ	242
----------	-----

เกี่ยวกับผู้เขียน	246
-------------------	-----

คำนำสำนักพิมพ์

ทุกวันนี้ เราต่างอาศัยอยู่ในโลกที่ข้อมูลข่าวสารเดินทางด้วยความเร็วแสง ความเจริญทางเทคโนโลยีทำให้เราเชื่อมต่อกับข้อมูลต่างๆ ได้แบบเรียลไทม์ แค่เพียงเสี้ยววินาทีที่เลื่อนนิ้วบนหน้าจอ ข้อมูลต่างๆ ก็ถาโถมเข้ามาแบบไม่ทันตั้งตัว ไม่ว่าจะเป็นฟีดข่าวบนเฟซบุ๊ก ทวิตที่เกรียวกราด หรือสตอรี่แสนฉลาดของอินสตาแกรม สิ่งแวดล้อมเหล่านี้ต่างบ่มเพาะความกลัว การไร้ตัวตนให้ฝังรากลึกอยู่ในจิตใต้สำนึกของคุณ

หากคุณเป็นคนหนึ่งที่รู้สึกเครียดเมื่อเห็นภาพนาปีติยินดีที่เพื่อนครอบครัว หรือคนอื่นๆ โพสต์ลงในสื่อโซเชียล หรือรู้สึกว่ามีความรู้สึกบางอย่างปะทุขึ้นภายในใจ เมื่อเลื่อนหน้าจอไปเรื่อยๆ แล้วพบว่าผู้คนกำลังใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ซึ่งพูดตรงๆ เลยว่าอัศจรรย์ของอินสตาแกรมได้ไม่เอาไหนมากกว่าคุณเยอะ

ความรู้สึกเช่นนี้เรียกว่า “โฟโม” (FOMO) ย่อสั้นๆ มาจากคำว่า Fear of Missing Out แปลว่า ความกลัวที่จะพลาดอะไรบางอย่างไป

ในเล่ม แพทริค เจ. แมคกินนิส ผู้บัญญัติศัพท์คำว่า FOMO และเป็น “โฟโม เซเปียนส์” คนแรกของโลก จะพาคุณค้นลึกไปถึงต้นเหตุของอาการ “ไร้สุข” และ “วิตกกังวล” เรื้อรัง ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของคุณทั้งใน “โลกโซเชียล” และ “โลกความเป็นจริง” เพื่อรับ “ยาถอนพิษ” ที่ไม่ว่าคุณจะอยู่ในสาขาอาชีพไหน หรืออยู่ในช่วงชีวิตใด ก็เอาชนะมันได้

อย่าลืมนว่าคุณไม่สามารถมีส่วนร่วมกับการทุกสิ่งที่เกิดขึ้นบนโลกใบนี้ ขอแค่มีความสุขกับสิ่งที่มีก็พอ

AMARIN
HOW ▶ TO
ธันวาคม 2563



แต่ชาวโฟโม เซเบียนส์ทุกคน
โดยเฉพาะผู้ที่มาจาก 02163

ทุกคนอ่าน

บทนำ

การวิวัฒนาการ ของมนุษย์นับจากรุ่นอรุณแห่งเวลามาจนถึงทุกวันนี้ไม่ใช่ เรื่องที่ปลอดภัยได้แฉงแต่อย่างใด การค้นพบใหม่ๆ ล้มล้างทฤษฎีเก่า และ เปลี่ยนแปลงช่วงเวลาที่เราเคยรู้ของการพัฒนาสายพันธุ์ของเราในระยะเวลา สองสามแสนปีที่ผ่านมาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง มันเป็นเรื่องทางวิทยาศาสตร์ ที่ยังไม่ชัดเจน เป็นสิ่งที่ผสมบรรพชีวินวิทยาเข้ากับพันธุศาสตร์ กระนั้น เหล่าผู้เชี่ยวชาญก็ยังเห็นตรงกันว่าเมื่อราวสองล้านปีที่แล้ว บรรพบุรุษ คนแรกของเรา *โฮโม แฮบิลิส*¹ (ตั้งชื่อตามการใช้งานเครื่องมือที่ทำจาก หิน) ตะลอนไปทั่วทวีปแอฟริกา ในที่สุด *โฮโม แฮบิลิส* ก็ลี้กทางให้กับ *โฮโม อีเรกตัส*² และต่อมาก็คือ *โฮโม เซเปียนส์*³ ซึ่งเข้าครอบครองโลก ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

ผมเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพื่อบอกเล่าเรื่องราวเพิ่มเติมใหม่ที่สำคัญ มากกับประวัติศาสตร์วิวัฒนาการของมนุษย์ แม้ว่าผมจะไม่ใช่นักโบราณ-คดี แต่ผมก็รับรองกับคุณได้ว่าไม่มีความจำเป็นใดที่ต้องลงทุนไปซูดค้น ซากดึกดำบรรพ์ในดินแดนชายขอบเอธิโอเปีย เพื่อให้เกิดการค้นพบ สะเทือนโลกอย่างที่ผมกำลังจะบอกคุณ มีหลักฐานเหลือเฟือของมนุษย์ รูปแบบใหม่นี้บนท้องถนนในนิวยอร์ก บนรถไฟใต้ดินในกรุงลอนดอน ใน อาคารสำนักงานแห่งกรุงปักกิ่ง และที่ร้านกาแฟในกรุงเซาเปาลู เช่นเดียว

¹ *Homo habilis* มนุษย์วานร ปรากฏบนโลกเมื่อ 19 ล้านปีก่อน

² *Homo erectus* สายพันธุ์ของมนุษย์อายุ 1.24 ล้านปีก่อน พัฒนาเป็นมนุษย์ปัจจุบัน

³ *Homo sapiens* มนุษย์ในปัจจุบันที่วิวัฒนาการมาแล้ว

กับที่ *ไฮโม เซเปียนส์* เข้าแทนที่ *ไฮโม อีเรกตัส* มนุษย์สมัยใหม่เองก็ได้
หลีกเลี่ยงให้กับสายพันธุ์ใหม่ที่เรียกว่า *ไฟโม เซเปียนส์ (FOMO sapiens)*

**คุณอาจนึกสงสัยว่าทำไมผมถึงแน่ใจนักเรื่องวิวัฒนาการของ
มนุษย์ในยุคต่อจากนี้ คำตอบสั้น ๆ ก็คือ ต้องเป็นคนแบบเดียวกัน**

ผมชื่อแพทริค เจ. แมคकिनนิส และผมคือ *ไฟโม เซเปียนส์* คนแรก
ที่คุณเคยรู้จัก ผมเริ่มตระหนักถึงเรื่องนี้เป็นครั้งแรกตั้งแต่ช่วงต้นยุค 2000
ในตอนที่ผมเป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา ถึงแม้ว่าผมจะเป็นคนแรก
ของสายพันธุ์ที่ใหม่และชอบสอดรู้สอดเห็นนี้ แต่ผมมั่นใจว่าไม่ได้เป็น
คนสุดท้าย ทุกวันนี้มี *ไฟโม เซเปียนส์* อยู่เป็นร้อยเป็นพันล้านคน และ
เช่นเดียวกับที่คุณสามารถระบุตัว *ไฮโม แอบิลิส* ได้จากเครื่องมือหิน *ไฟโม
เซเปียนส์* ก็มีลักษณะเฉพาะตัวบางอย่างที่แสดงให้เห็นเช่นกัน ในหลักแห่ง
ตามธรรมชาติ คุณจะสังเกตเห็นได้ว่า *ไฟโม เซเปียนส์* โหยหาทุกสิ่ง
ทุกอย่าง ทั้งที่มีอยู่จริงและในจินตนาการที่จะทำให้ *ชีวิตสมบูรณ* แบบ ถ้า
เพียงแค่เรามีพวกมันหรือลงมือทำพวกมันได้ในทันที พวกเขาฟุ้งซ่านมาก
เสียจนหากมีนักล่าตามธรรมชาติใด ๆ อยู่ ก็จะถูกเป็นเหยื่อได้อย่างง่ายดาย
เสียจน *น่าตกใจ*

ถ้าคุณยังไม่เคยได้ยินคำว่า **ไฟโม (FOMO)** ผมจะสรุปให้ฟัง
คุณเคยรู้สึกเครียดในเวลาที่คุณเห็นว่าป๊อปิตินดี (แปลว่า คัด ตกแต่งภาพ
และตัดกรอบมาอย่างดีแล้ว) ที่เพื่อน ครอบครัว หรือคนมีชื่อเสียงโพสต์
ลงในสื่อโซเชียลบ้างหรือเปล่า ขณะที่คุณเลื่อนหน้าจอไปเรื่อย ๆ คุณอาจ
สังเกตเห็นว่ามีความรู้สึกบางอย่างปะทุขึ้นในใจ อาจเป็นที่เข้าใจได้ดีที่สุดว่า
เป็นความรู้สึกวิตกกังวลอย่างหนึ่ง หรือขณะที่คุณกำลังเล่นมือถืออยู่ จู่ ๆ
คุณก็เห็นว่าผู้คนทั้งหลายกำลัง *ใช้ชีวิต* อย่างน่าสนใจ น่าตื่นเต้น และ
ประสบความสำเร็จ ซึ่งต้องขอพูดตามตรงว่าอวัชรุปลงอินสตาแกรมได้

ไม่อายใครมากกว่าคุณเยอะ ความรู้สึกนี้เรียกว่า **โฟโม (FOMO : Fear of Missing Out)** ย่อสั้น ๆ มาจากความกลัวที่จะพลาดอะไรบางอย่างไป และผลกระทบของมันนั้นช่างใหญ่หลวงนัก

ที่คำนึงถึงความเชื่อของคนทั่วไปก็คือ “โฟโม” ไม่ได้จำกัดอยู่แค่ สิ่งที่คุณเห็นบนโลกออนไลน์เท่านั้น มันกินความไปไกลกว่านั้นมาก โดยมีนัยที่ไกลกว่าการตีกรอบชีวิตประจำวันของชาวดิจิทัล เช่น คนยุค มิลเลนเนียล หรือเจนซี (Gen Z) เป็นต้น ตามธรรมชาติแล้ว คนสอง กลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะวิวัฒนาการไปเป็น โฟโม *เซเปียนส์* อยู่แล้ว แต่พ่อแม่ ของพวกเขา ก็เข้าข่ายอย่างเห็นได้ชัดเช่นกัน “โฟโม” ยังตามรั้งความผู้บริหาร วัลกลางคนซึ่งติดอยู่แต่ในออฟฟิศ ในขณะที่เพื่อนร่วมงานวัยหนุ่มกว่า ได้รับเชิญไปร่วมงานประชุมสัมมนาที่ลาสเวกัส นอกจากนี้ มันยังสร้างความ ยุ่งยากใจให้กับหญิงวัยหกลสิบผู้มีเพื่อนที่ผอยแต่เรื่องยับยั้งเป็นโขง เกี่ยวกับหลาน ๆ ให้ฟัง จนเธอต้องโอดครวญด้วยความหวังที่จะให้ลูก ๆ ของเธอมีหลานให้กับเธอบ้าง โลกออนไลน์ทำให้ “โฟโม” โดดเด่นขึ้น แต่ คุณไม่จำเป็นต้องติดติดกับโทรศัพท์เพื่อที่จะตกหลุมพรางของมัน สิ่งที่คุณ ต้องทำก็แค่ผลาญเวลาและพลังงานอย่างเลียด จดจ่อไปกับทุกสิ่ง ทุกอย่างที่คุณ *อยากได้* แทนที่จะซาบซึ้งในคุณค่าของสิ่งที่คุณ *มี* อยู่ในมือ แต่เหมินมัน ความเข้ายวนใจให้ทำเช่นนั้นมื่ออยู่มากมาย เพราะปัจจุบันผู้คน จำนวนมากต่างอาศัยอยู่ในโลกที่มอบทางเลือกให้อย่างท่วมท้นไม่ว่าจะเป็น ของจริงหรือในจินตนาการ

ก่อนที่จะไปไกลกว่านี้ ผมควรสารภาพบางเรื่องเสียก่อน เหตุผลที่ ผมกล้าบอกว่าตัวเองเป็น โฟโม *เซเปียนส์* คนแรกก็เพราะว่าผมเป็นคน บัญญัติศัพท์คำว่า **โฟโม (FOMO)** ขึ้นมานั่นเอง ในปี 2004 ผมนำเสนอ ตัวย่อนี้ในบทความที่ชื่อว่า “ทฤษฎีทางสังคมที่เอชบีเอส : สองโพล์ของ แมคกินนิส” ใน *The Harbus* หนังสือพิมพ์นักศึกษาประจำคณะบริหาร ธุรกิจ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด และในตอนนี้ เมื่อสิบห้าปีผ่านไป อักษร

สี่ตัวนั้นกลายเป็นเรื่องใหญ่มีใช้น้อย มันปรากฏไปทั่ววัฒนธรรมซึ่งเป็นที่นิยมกัน และได้รับการบรรจุลงในแม่ข่ายของพจนานุกรมที่เชื่อถือได้อย่างออกซฟอร์ด (Oxford) และ เมอร์เรียม-เว็บสเตอร์ (Merriam-Webster) ตลอดชีวิตที่ผ่านมา ผลงานอันจับต้องได้ที่สุดของความมีชื่อเสียงนี้คือมีคนจำนวนมากอยากถ่ายรูปคู่กับผม และก็เป็นธรรมดาที่พวกเขาจะโพสต์มันลงบนสื่อโซเชียลเพื่อที่จะแจกจ่าย “โฟโม” ให้กับเพื่อน ๆ ต่อไป...ถ้าเผื่อว่าคุณยังนึกตามไม่ทัน เรากำลังใช้มันไปสร้างตัวของมันเองนั่นแหละ

นอกจากเรื่องถ่ายรูปคู่แล้ว ผมค่อนข้างรู้สึกผิดที่ทำให้คำว่า “โฟโม” เป็นรูปเป็นร่าง แม้ว่ามันจะได้รับคามนิยมอย่างมากและติดแท็กได้ง่ายสุดๆ แต่มันไม่ใช่เรื่องน่าบันเทิงใจเลย มันก่อให้เกิดความรู้สึกเครียดไม่มั่นคง อิจฉาริษยา และแม้กระทั่งหุดหู่ มันยังเป็นอันตรายต่อความสำเร็จในหน้าที่การงานของคุณ หลีกเลี่ยงให้คุณลงทุนแบบเก็งกำไร และบีบให้ผู้นำทางธุรกิจ นับตั้งแต่ผู้บริหารสูงสุดขององค์กรไปจนถึงผู้ก่อตั้งบริษัทสตาร์ทอัพวิ่งไล่ตามกลยุทธ์ที่ผิดพลาดและกลยุทธ์พยากรณ์ล้ำค่าพูดง่าย ๆ มันเป็นสิ่งกวนใจขนาดมหึมา เป็นสิ่งที่ทำให้สิ้นเปลืองทั้งเวลาและพลังงานอันมีค่าไป

ที่กล่าวมาทั้งหมดไม่ใช่เรื่องเลวร้ายที่สุดของมัน ผมเสียใจที่ต้องบอกคุณว่า “โฟโม” ไม่ได้เป็นแค่ “โฟ” (FO) เดียวที่คุณต้องพะวง ถ้าคุณสนใจอ่านอย่างละเอียดสักหน่อย คุณอาจสังเกตเห็นได้ว่าบทความที่ผมเขียนมีหัวเรื่องย่อยว่า “สองโพล์ของแมคกินนิส” ถ้าอย่างนั้นอีก “โฟ” หนึ่งคืออะไร ในขณะที่คำว่า “โฟโม” ได้รับความนิยมและประสบความสำเร็จ แต่อีก “โฟ” หนึ่งกลับยังไม่ค่อยมีใครรู้จักมากนัก

โฟโบ (FOBO : Fear of a Better Option) หรือความกลัวว่าจะมีตัวเลือกที่ดีกว่า คือความกังวลว่ามีสิ่งที่ดีกว่ากำลังเกิดขึ้น ทำให้ไม่อยากผูกมัดตนเองไว้กับตัวเลือกที่มีอยู่เมื่อต้องตัดสินใจ ความทุกข์จากการมีทางเลือกมากเกินไปที่ผลักดันให้คุณเปิดประตูให้กับทุกตัวเลือก

และกระจายความเสี่ยง ผลก็คือ คุณอาศัยอยู่ในโลกของความไม่แน่นอน หลอกตัวเองและคนอื่นไปวัน ๆ แทนที่จะประเมินตัวเลือก หยิบมาสักหนึ่ง อย่าง แล้วไปทำเรื่องอื่นต่อ คุณกลับชะลอเรื่องที่ไม่อาจเสี่ยงได้ออกไป ไม่ต่างอะไรกับการทุบปุ่มปลุกซ้ำบนนาฬิกาปลุกของคุณ เพียงเพราะแค่อายากดิงผ้าห่มคลุมโปงแล้วนอนต่อ แล้วคุณก็จะได้เรียนรู้จากประสบการณ์ว่า ถ้าคุณทุบปุ่มปลุกซ้ำมากพอ คุณจะลงเอยด้วยการตื่นสายและวิ่งกระหืดกระหอบไปทำงาน แล้วอารมณ์เสียไปทั้งวัน ในขณะที่การทุบปุ่มปลุกซ้ำทำให้รู้สึกสบายใจในตอนแรก แต่มันกลับกลายเป็นบทเรียนราคาแพง

“โฟโบ” เป็นปัญหาร้ายแรงที่สร้างความเสียหายให้กับเราได้มากกว่า “โฟโม” ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการต่อสู้กับความรู้สึกภายในใจ พุดง่าย ๆ คือ คุณไม่ได้เป็นผู้แบกรับความเสียหายของ “โฟโบ” เพียงผู้เดียว แต่มันยังรบกวนผู้คนรอบข้างคุณอีกด้วย เมื่อคุณปฏิบัติต่อชีวิตของคุณราวกับเล่นทินเดอร์ บัดทิ้งไม่ยั้งโดยไม่ยอมลงเอยกับตัวเลือกไหนเลย คุณได้เปลี่ยนทุกอย่างรอบตัวคุณ นับตั้งแต่โอกาสไปจนถึงผู้คนให้กลายเป็นสินค้า นอกจากนี้คุณยังส่งสัญญาณที่ชัดเจนไปยังคนอื่น ๆ อีกด้วยว่า *คุณเป็นจอมเล่นแง่ที่ร้ายกาจ* คุณไม่มีวันที่จะวางแผนให้ชัดเจน หรือยอมผูกมัดอยู่กับแผนปฏิบัติการใด ๆ แทนที่จะเป็นแบบนั้น คุณจะปล่อยให้โอกาสที่เข้ามาทับถมกันจนกองพะเนิน และตัดสินใจก็ต่อเมื่อคุณได้เปรียบเท่านั้น ซึ่งส่วนใหญ่คือวินาทีสุดท้าย (ถ้าทำได้) ความบกพร่องส่วนบุคคลเหล่านี้ อาจสร้างความเสียหายให้กับความก้าวหน้าทางอาชีพการงานของคุณ และพวกมันยังอาจแปรสภาพไปเป็นความท้าทายในเชิงบริหารที่กว้างขึ้น ซึ่งทำให้บริษัทต่าง ๆ ทั้งใหญ่น้อยตกอยู่ในอันตราย

ไม่ใช่เรื่องบังเอิญที่ผมค้นพบ “โฟโบ” ในเวลาเดียวกันกับ “โฟโม” เป๊ะ ถ้าคุณเป็นคนประเภทที่มีแนวโน้มว่าจะกลัวตกกระแส คุณก็น่าจะเป็นตัวแทนของคนทั้งคับให้ตัวเองเปิดทางเลือกต่าง ๆ เอาไว้ด้วยเช่นกัน

สิ่งที่ยังมักเกิดขึ้นระหว่างแนวคิดทั้งสองอย่างคือ “คุณมีตัวเลือก” กับ “โอกาสมากมาย” ไม่ว่าจะเป็นเรื่องจริงหรือในจินตนาการ ซึ่งเป็นผลพลอยได้อย่างยิ่งยวดของยุคสมัยที่เต็มไปด้วยเทคโนโลยีสมัยใหม่ ทว่าในขณะที่คนส่วนใหญ่รู้จักวิธีสังเกต “โฟโม” ในชีวิตส่วนตัวและหน้าที่การงาน แต่ “โฟโบ” กลับถูกปล่อยผ่าน ผู้คนแทบจะไม่ทันสังเกตเห็นมันเลย

ถึงเวลาแล้วที่จะยอมรับว่าเมื่อคุณอาศัยอยู่กับผลกระทบอันเลวร้ายของ “โฟโม” หรือ “โฟโบ” หรือทั้งคู่ คุณก็มีความเสี่ยงที่จะทำให้อาชีพของคุณดิ่งลงเหว ทำลายธุรกิจ在手 หรือเป็นอันตรายต่อความสัมพันธ์ส่วนตัว และการงานอย่างยิ่งยวด และในระหว่างนั้นก็ทรมานตนเองไปด้วย โดยไม่คำนึงถึงผลสืบเนื่องระยะยาวอันร้ายแรงที่จะตามมา ทั้งนี้ “โฟ” ทั้งคู่ยังแทรกซึมเข้าไปในชีวิตประจำวันของคุณและส่งผลกระทบต่ออย่างรุนแรงกับประสิทธิภาพการทำงาน มันจะค่อย ๆ ทำให้คุณไขว้เขว ฉกฉวยการตัดสินใจที่เฉียบขาด และพาคุณออกจากปัจจุบันขณะไปยังโลกอันยุ่งเหยิงของการสมมติ การคำนวณ และการแลกเปลี่ยน พวกมันยังดูความเชื่อมั่นไปจากคุณ เฝ้าผลาญพลังงาน และทำให้การทำงานของลูกพร่อง ซึ่งนิสัยแต่ละอย่างล้วนสร้างปัญหาในตัวเอง และถ้ามาพร้อมกันแพ็คคู่ พวกมันคือหายนะ! เมื่อคุณผนวก “โฟโม” เข้ากับ “โฟโบ” คุณจะลงเอยด้วยการเป็นอัมพาตจากอาการรุนแรงของ **โฟดา (FODA : Fear of Doing Anything)** หรือความกลัวการลงมือทำ

คุณเคยได้ยินหนังสือชื่อ *The Wounded Healer* (ผู้เยียวยาที่บาดเจ็บ) บ้างไหม มันเป็นแม่แบบบุคลิกภาพที่สร้างขึ้นโดยนักจิตวิทยาชื่อว่า คาร์ล จุง เพื่ออธิบายว่าทำไมบางคนจึงกลายเป็นนักจิตบำบัด เขาเชื่อว่านักบำบัดจำนวนมากเลือกอาชีพนี้ เพราะประสบการณ์ตอนเป็นผู้ป่วยของพวกเขาบอบอาชีพิพิเศษนี้มาให้ เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นรับมือกับปัญหาในทำนองเดียวกัน พวกเขาอาจเดินนำหน้าผู้ป่วยไปเพียงไม่กี่ก้าวบนเส้นทางแห่งการฟื้นฟู แต่เมื่อทำตามขั้นตอนเหล่านั้นพวกเขาอยู่ใน

ตำแหน่งที่พิเศษไม่เหมือนใคร ผมน่าจะโยงไปถึงเรื่องทำนองเดียวกันได้ ผมขอคิดว่าตัวเองเป็นนักโฟโมวิทยาคนแรกของโลก ผมศึกษาสาเหตุ ธรรมชาติ และความหมายของมันมานานแล้ว ที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้น หลังจากที่อยู่กับ “โฟโม” และ “โฟโบ” มาเป็นเวลาสิบห้าปี ในที่สุดผมก็รู้จัก จัดการกับพวกมัน ถึงแม้ว่าจะยังต้องสู้กับมันต่อไปก็ตาม

ตัวอย่างในกรณีนี้ก็คือ ถ้อยคำต่างๆ ในหน้านี้เขียนขึ้นระหว่างการปลีกวิเวกที่ผมหลบไปอยู่ในเม็กซิโกซิตี้ ทำไมผมจึงต้องไปปักหลัก ยังต่างเมืองและเลือกทำงานจากสถานที่ซึ่งไกลจากบ้านกว่า 2,000 ไมล์ กันเล่า ผมอยากจะบอกเหลือเกินว่า เพื่อจะได้ตีพิมพ์กินทาโก้และเตกีล่าได้ โดยสะดวก แต่เหตุผลที่แท้จริงก็คือ “โฟโม” เมื่อต้องเผชิญหน้ากับงาน ที่กินเวลา ผมรู้ว่าหากผมยังคงอยู่ที่บ้านในนิวยอร์ก ความเสี่ยงในการ ตกเป็นเหยื่อให้กับสิ่งรบกวนจิตใจจาก “โฟโม” นั้นสูงลิบ และด้วยการ ตัดสินใจแบบนี้ ทำให้ผมจัดการกับความเจ็บใจจาก “โฟโบ” ได้สำเร็จ อีกด้วย ตอนที่ผมพยายามเลือกวัน จองที่ฟักแอร์บีเอ็นบีที่ดีที่สุด และ หาร้านกาแฟเจ๋งๆ ที่จะใช้นั่งทำงาน ผมตัดสินใจเรื่องทั้งหมดนี้ในขณะที่ มีสติรับรู้เต็มที่ว่า “โฟโม” และ “โฟโบ” จะผลักดันพฤติกรรมของผมอย่างไร จากนั้นผมจึงพึงพากลยุทธ์ที่จะแสดงให้คุณเห็นในหนังสือเล่มนี้เพื่อสยบ พวกมัน

เส้นทางสู่ความ (ค่อนข้างจะ) มีอิสรภาพของผมจาก “โฟโม” และ “โฟโบ” ไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบ ที่ผ่านมามีใช้ชีวิตวัยผู้ใหญ่อาศัยอยู่ใน นิวยอร์ก สถานที่ซึ่งเป็นเคหาสน์ของ โฟโม เซเปียนส์หลายล้านคน ผู้ซึ่งไม่คิดมากในการต่อแถวเป็นชั่วโมงเพื่อสัมผัสประสบการณ์จากร้าน อาหารเปิดใหม่ งานแสดงศิลปะที่ฮือฮา หรือการทำงานร่วมกันระหว่าง แปรนด์แฟชั่นอย่างสุพรีมกับแบรนด์อื่นๆ ผมยังทำงานอยู่ในอุตสาหกรรม กลุ่มทุน ซึ่งมักถูกขับเคลื่อนโดย “โฟโม” และ “โฟโบ” ทั้งยังได้เดินทางไปทั่วโลกตั้งแต่ซิลิคอนแวลลีย์จนถึงปากีสถาน ต่อไปยังอิสรตันบูลและ

กรุงบัวโนสไอเรส เพื่อเสาะหาบริษัทสตาร์ทอัพดาวรุ่งพุ่งแรง แม้กระทั่งตอนที่ผมหาพวกเขาเจอแล้ว ผมก็มักจะค้างเติ่งในตอนที่ต้องวางเดิมพันครั้งใหญ่ ช่วงขณะของการลังเลเหล่านั้น ผมต้องจ่ายด้วยเวลา เงินทอง และความใส่ใจ ทั้งหมดก่อให้เกิดความเสียหายต่อกระเป๋าตังค์และชีวิตความเป็นอยู่ของผม จนถึงตอนที่ผมรู้สึกตัวว่า “โฟ” ทั้งหลายทำให้ผมสิ้นเปลืองเวลาและความสุขสงบในจิตใจไป ทำให้ผมตัดสินใจได้ว่าถึงเวลาแล้วที่ต้องหาทางจัดการพวกมัน ที่จริงบทเรียนต่าง ๆ จากวิชาชีพของผมในฐานะนักร่วมลงทุนได้มอบความรู้เรื่องกลยุทธ์ในการตัดสินใจหลายประการที่คุณจะได้เรียนรู้ในหนังสือเล่มนี้

ถ้าคุณยังอ่านถึงตรงนี้ในตอนนี้อยู่ ผมจะถือว่าคุณก็กำลังมองหาวิธีการเอาชนะ “โฟโม” หรือ “โฟโบ” เช่นกัน ไม่ว่าคุณจะอยู่ในสาขาอาชีพหรือช่วงชีวิตใด ยาแก้พิษสำหรับปัญหาเหล่านี้เป็นยาขนานเดียวกัน นั่นคือคุณต้องเรียนรู้ที่จะ *เด็ดขาด* เมื่อคุณมีความเด็ดขาด คุณจะปลดปล่อยความกลัวออกจาก การตัดสินใจ ปลดปล่อยอารมณ์ออกจาก การพิจารณา และลงมือทำ หากทำเช่นนั้น คุณจะรับรู้ได้ว่าเมื่อคุณพลาดโอกาสหนึ่งไป คุณไม่ได้ถูกบังคับให้จำกัดทางเลือก ในทางตรงกันข้าม คุณได้มอบอิสรภาพให้กับตนเอง แทนที่จะปล่อยให้ชีวิตผ่านไป ในขณะที่คุณกำลังหวั่นไหว คุณเรียกร้องสิ่งที่คุณต้องการอย่างแท้จริงจากชีวิต คุณทำให้สิ่งต่างๆ เกิดขึ้น แทนที่จะปล่อยให้โชคชะตาพาไป คุณเปลี่ยนความกลัวให้กลายเป็นความมั่นใจ

ถ้าทั้งหมดที่ว่ามาฟังดูเย๋เย๋ม ก็ถึงเวลาแล้วที่จะเริ่มกันเสียที ในขณะที่วิธีแก้ปัญหารื่อง “โฟ” ทั้งหลายของคุณอยู่ใกล้แค่เอื้อม แต่การดำเนินชีวิตและการทำงานอย่างเด็ดขาดไม่ใช่สิ่งที่จะเกิดขึ้นได้เพียงชั่วข้ามคืน ไม่ต่างอะไรกับการที่ความลังเลค่อย ๆ แทรกซึมลงไป ในจิตใจได้สำนึกของคุณ คุณต้องใช้เวลาลึกพักในการปลดปล่อยตัวเองจากพันธนาการเหล่านั้น คุณจะทำเรื่องเหล่านี้ได้ผ่านขั้นตอนซึ่งมีหลักการสำคัญสองข้อ คือ

1. **คุณจะได้เรียนรู้ที่จะเลือกในสิ่งที่คุณต้องการจริงๆ** แทนที่จะเก็บสะสมทุกอย่าง ตัวเลือก และผลาญเวลารวมทั้งพลังงานไปกับการชั่งน้ำหนักทางเลือกที่เป็นไปได้ทั้งหมด แต่คุณต้องกล้าที่จะตัดสินใจปิดทางเดินอื่นทั้งหมด ก้าวไปข้างหน้า และไม่มีภัยย้อนกลับไปเสียตายเมื่อคุณทำได้เช่นนั้น คุณจะพบว่า การตัดสินใจคือทางตรงไปสู่อิสรภาพ แม้กระทั่งในโลกที่มีตัวเลือกอย่างท่วมท้นเช่นนั้น

2. **คุณจะได้พบกับความกล้าที่จะพลาดสิ่งต่างๆ** ถ้าคุณหยุดที่จะพยายามทำทุกอย่างและเป็นทุกสิ่งแล้ว คุณจะมีความครบทุกอย่างจริงๆ ด้วยการไม่ต้องมีทุกอย่างทุกอย่างก็ได้ แทนที่จะโหยหาแต่สิ่งที่คุณขาด คุณจะพบกับความผ่อนคลายทันทีที่คุณปล่อยวางทุกอย่างทุกอย่างไว้ คุณจะมีความสุขกับสิ่งที่คุณพลาดไป และให้ความสนใจกับทุกสิ่งที่สำคัญสำหรับชีวิตจริงๆ แทน

ในขณะที่ “โฟโบ” ไม่มีคุณค่าใดๆ เลย และควรได้รับการแก้ไข คุณสามารถใช้ประโยชน์จาก “โฟโม” ด้วยการเปลี่ยนมันให้กลายเป็นพลังอย่างถาวรและทำให้มันเหมาะกับคุณ ที่สำคัญที่สุด คุณจะทำได้เช่นนั้นได้โดยไม่ต้องสละความใส่ใจที่คุณพยายามอย่างหนักเพื่อให้ได้มันมา

หนังสือเล่มนี้แบ่งออกเป็นสี่ส่วน สองส่วนแรกจะแสดงให้คุณเห็นว่าอะไรคือตัวผลักดันให้เกิด “โฟโม” และ “โฟโบ” จากนั้นจะพาคุณไปพบผลกระทบที่พวกมันมีต่ออาชีพการงาน ธุรกิจ และชีวิตของคุณ ส่วนที่สามจะเตรียมพร้อมให้คุณออกไปยังโลกแห่งความเป็นจริงและต่อสู้กับ “โฟ” ทั้งหมดด้วยการมอบเครื่องมือที่ต้องใช้ในการเอาชนะให้กับคุณ ท้ายที่สุดส่วนที่สี่จะช่วยให้คุณเปลี่ยนวิธีคิดเกี่ยวกับ “โฟโม” และ “โฟโบ” เพื่อตีกรอบและใช้พวกมันให้เกิดประโยชน์ นอกจากหนังสือเล่มนี้แล้ว คุณยังหาเครื่องมือ แนวคิด และทรัพยากรเพิ่มเติมได้ตลอดเวลาจากเว็บ patrick.com

mcginnis.com และพ็อดแคสต์ของผม *FOMO Sapiens*

ในขณะที่คุณเรียนรู้ที่จะเอาชนะ “โฟโม” และ “โฟโบ” คุณจะเห็นว่าวิธีการที่คุณใช้แตกต่างจากกลยุทธ์การตัดสินใจที่คุณอาจเคยใช้มาในอดีต โดยเฉพาะอย่างยิ่งตอนที่คุณกำลังรับมือกับ “โฟ” ทั้งหลาย การเอาชนะ “โฟโม” ได้นั้น คุณต้องประเมินว่ามีโอกาสหรือตัวเลือกใดจากที่มีอยู่มากมาย ซึ่งคุณรู้สึกว่าย้วยวนใจให้สำรวจตรวจค้น มีค่าควรที่จะไล่ตามอย่างแท้จริง ในทางกลับกัน ตอนที่คุณมี “โฟโบ” นั้นหมายความว่า คุณมีตัวเลือกที่ใช้การได้มากกว่าที่คุณจะรับมือไหว ความท้าทายของคุณก็คือ การเลือกมาสักหนึ่งอย่างแล้วก้าวต่อไป

ก่อนที่เราจะเริ่ม เป็นเรื่องคุ้มค่าที่จะพิจารณาดูว่า แม้ในขณะที่คุณเรียนรู้ที่จะจัดการพวกมัน ไม่ว่าจะ เป็น “โฟโม” หรือ “โฟโบ” มันมีคุณสมบัติดีเด่นใดที่ควรค่าแก่การสงวนไว้หรือไม่ คำตอบอาจน่าแปลกใจอยู่สักหน่อย นั่นคือ “มี” หากคอยจับตาดูจะพบว่า “โฟโม” ช่วยมอบแรงบันดาลใจให้ลองสิ่งใหม่ๆ ยอมรับเสี่ยง และสร้างความเปลี่ยนแปลงในชีวิต ลองคิดดูว่าถ้าคุณทำงานแปดสิบชั่วโมงต่อสัปดาห์ และกำลังเจ็บปวดจาก “โฟโม” เพราะอดีตเพื่อนร่วมงานซึ่งตอนนี้เป็นผู้ประกอบการกำลังระดมทุนได้หลายล้านเหรียญบนเว็บคิกสตาร์เตอร์ (Kickstarter) คุณจะเรียนรู้อะไรบ้างจากความรู้สึกเหล่านั้น อาจจะมีมากมายเลยทีเดียว

จะว่าไปผมเองก็คิดถึง “โฟโม” ในแบบเดียวกับที่ผมคิดถึงการดื่มไวน์ เมื่อดื่มในปริมาณที่พอประมาณ มันย่อมมีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไม่ต้องสงสัย แต่มันยังช่วยให้คุณผ่อนคลายความยับยั้งชั่งใจลงเล็กน้อย (เราจะซื้อสัตว์ที่สุกก็ตอนเมา) เพื่อที่คุณจะได้เดินไปยังสุดขอบแห่งความรื่นรมย์ ตราบใดที่คุณยังไม่ดื่มมากเกินไป คุณจะรู้สึกสบายในตอนที่เข้า และคุณจะทำพร้อมสำหรับการผจญภัยครั้งต่อไป ในบทที่ 13 จะแสดงให้เห็นถึงวิธีการควบคุม “โฟโม” อย่างถาวร ให้คุณค้นหาประสบการณ์ใหม่ในวิถีที่ยั่งยืน

ในอีกแง่หนึ่ง “โฟโบ” ก็ไม่ต่างอะไรกับการสูบบุหรี่ มันไม่มีคุณสมบัติที่น่ารักและไม่ก่อให้เกิดสิ่งดีใดๆ ประการแรก มันมีการเสพติดสูง ประการที่สอง ถึงแม้ว่ามันจะรู้สึกดีในตอนแรก แต่กลับส่งผลให้เกิดหายนะระยะยาวต่อทุกแง่มุมในชีวิตของคุณ ที่แย่ที่สุดก็คือ “โฟโบ” ส่งผลข้างเคียงต่อผู้อื่นไม่ต่างอะไรกับการสูบบุหรี่มือสอง ในขณะที่คุณกำลังจดจ่ออยู่กับความต้องการที่เห็นแก่ตัวของคุณ ข้อเสียนี้จะทำร้ายทุกคนรอบตัวคุณด้วย นั่นเป็นเหตุผลว่าทำไมคุณจึงต้องคิดกลยุทธ์เพื่อตัดไฟแต่ต้นลมและลงมือทำด้วยความมั่นใจ คุณจะได้เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องนี้ในบทที่ 14

เออละ! การเดินทางของคุณเริ่มต้นขึ้นตั้งแต่ตอนนี้ ที่ตลกก็คือก้าวแรกของคุณคือการตัดสินใจว่าคุณจะพลิกหน้าต่อไป ทั้งแบบที่ทำจริง ๆ และแบบที่อุปมาไว้ว่าเป็นการเริ่มต้นไปสู่สิ่งใหม่ แล้วเริ่มอ่านหรือไม่ การพลิกอ่านหน้าต่อไป หมายถึงการปิดกัน “โฟโบ” ของคุณแล้วก้าวไปข้างหน้าอย่างต่อเนืองกับการเดินทางครั้งนี้ (ลาก่อนนะ วิดีโอแอมวที่มีคนส่งมา) และมันยังหมายถึงการเลิกสนใจ “โฟโบ” ของคุณด้วย (เลิกเปิดเว็บแอมะซอนเพื่อหาหนังสือที่ดีกว่านี้มาอ่าน) ในอีกสองร้อยหน้าต่อจากนี้ คุณจะจดจ่ออยู่กับหนังสือในมือ นั่นเป็นวิธีที่คุณจะพลิกหน้านี้ หน้าต่อไป และหน้าอื่นๆ จนกระทั่งไปถึงปกหลัง นั่นคือสิ่งที่เรียกว่า ความเด็ดขาด



ທດສະຍອຳນ

ส่วนที่ 1

ความกลัว

และความล้ม

ในโลกที่ยากจะ

รับมือไหว

“ไม่มีมนุษย์คนใดนำเวทนาเสียยิ่งไปกว่า
คนที่ไม่มีความอดทนจากความล้ม”

-วิลเลียม เจมส์



ທດສະຍອຳນ

ประวัติย่อของ “โฟโม”

“โฟโม (ความกลัวตกกระแส)

เป็นศัตรูต่อการเคารพเวลาของคุณเอง”

- แอนดรูว์ หยาง

เป็นที่ยอมรับกันว่า เรามีช่วงเวลาที่เรียบง่ายกว่านี้ ก่อนที่ใครๆ จะรู้จักการคุยหิวหรือเซลฟี ตอนที่ผมเริ่มเรียนบริหารธุรกิจ ผมไม่มีสื่อโซเชียล และไม่มีใครมี ตอนนั้นเครือข่ายสังคมออนไลน์ยังอยู่ในช่วงตั้งไข่ ผมแทบไม่รู้อะไรเลย ขณะที่มาร์ก ซักเคอร์เบิร์ก กำลังสร้างเฟซบุ๊กรุ่นแรกห่างจากหอพักนักศึกษาของผมไปไม่ถึงไมล์ อย่างไรก็ตาม ถึงแม้จะไม่มีเฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ และเครือข่ายสังคมอื่นๆ ที่ช่วยหนุนปรากฏการณ์ “โฟโม” อย่างทุกวันนี้ แต่มีบางสิ่งเกิดขึ้นกับผมในนาฬิกาที่ผมก้าวเท้าเข้าไปในมหาวิทยาลัย จู่ๆ ผมก็ถูกรอรับด้วยโรควิตกกังวลเรื้อรัง ที่ทำให้ไม่ว่าผมจะอยู่ที่ไหน หรือกำลังทำอะไร ก็จะมีบางอย่างที่ดีกว่าเกิดขึ้นที่อื่น เรื่องนี้เป็นผลงานที่ชัดเจนของสภาพแวดล้อมใหม่ของผม เป็นครั้งแรกในชีวิตที่ผมอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมซึ่งอุดมไปด้วยตัวเลือกมากมายที่ดูเหมือนอะไรก็เกิดขึ้นได้ ที่ผมต้องทำทั้งหมดก็คือเปรียบเทียบตัวเองกับเพื่อนฝูง ซึ่งส่วนใหญ่คือคนที่ยินดีจะเล่าให้ผมฟังว่าพวกเขาทำอะไรต้องทำบ้าง เพื่อที่ผมจะได้รู้ว่าตนเองไม่มีทางตามทัน

ขอให้ผมได้อธิบายชีวิตที่เฮซบีเอส (Harvard Business School: HBS) เพิ่มเติม มันคือสิ่งที่ผมจินตนาการว่าคล้ายกับการใช้ชีวิต อยู่ใน

เครือข่ายสังคมออนไลน์ ทุกวันที่เต็มเหยียดเหมือนกับส่วนผสมของเว็บ
ลิงค์อิน เฟซบุ๊ก ทวิตเตอร์ และสแนปแชต ถึงแม้ว่าจะไม่มีบริษัทเหล่านี้
อยู่เลยในตอนนั้น คุณอาศัยอยู่ในโลกที่ข่าวสารเดินทางด้วยความเร็วแสง
ดังนั้นการสนทนาและไอ้จ้อของคุณ (แสร้งถ่อมตนหรือไม่ก็อย่างอื่น)
จึงทำหน้าที่แทนเครือข่ายสังคมออนไลน์ มันทำงานหลายหน้าที่เหมือนกับ
พีคซ่า สตอรี่ แสนฉลาดของอินสตาแกรม หรือทวิตที่เกี่ยววราด
สิ่งแวดล้อมแบบนีบ่มเพาะความกลัวการไร้ตัวตนที่ฝังรากลึกไว้รอบตัวคุณ
โดยเฉพาะถ้ามันจะลงเอยด้วยการกลายเป็นสิ่งที่ใหญ่กว่า ดีกว่า และ
สดใสกว่า สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่ ถึงแม้ว่าคุณจะยังไม่มีแม้กระทั่งชื่อที่จะ
เรียกความรู้สึกแบบนี้ และทั้งผมและเพื่อนร่วมชั้นก็ยังไม่รู้จักชื่อ แต่คุณ
กลับต้องทนอยู่กับพวกมันตลอดเวลา

บางทีผมอาจทุกข์มากกว่าเพื่อนก็เป็นได้ หากนี่ก็ย้อนกลับไป ผม
เป็นตัวแทนโดยธรรมชาติที่จะกลายเป็น โฟโม เซเปียนส์ คนแรกของโลก
ผมเติบโตขึ้นมาในเมืองเล็กๆ ในรัฐเมน ซึ่งคล้ายกับสถานที่ที่คุณจะพบได้
ในนวนิยายของสตีเวน คิง หากคุณยังไม่เคยไป ผมขอเล่าให้คุณฟังสัก
เล็กน้อยว่าเขาทำอะไรกันที่นั่น พวกเขากินกึ่งลือบสเตอร์ เดินเล่นบน
ชายหาด ตักหิมะ และเดินร้านแอล.แอล.บี๋น มันเป็นสถานที่ที่ยอดเยี่ยม
ที่คนคนหนึ่งจะเติบโตและอยู่อาศัย แต่มันไม่ใช่สภาพแวดล้อมที่มีอะไร
ให้เลือกมากนัก ชีวิตค่อนข้างจำเจ ถึงขนาดไม่ต้องคิดอะไรมาก และผม
เคยชินกับการเลือกอะไรก็ตามที่ผมอยากได้หรือต้องใช้จากตัวเลือกจำนวน
พอสมควร

ทั้งหมดเปลี่ยนไปเมื่อผมเริ่มชีวิตใหม่เป็นนักศึกษาบริหารธุรกิจ
ไม่เพียงแค่ว่าผมจะถูกกระหน่ำด้วยตัวเลือกมากมาย แต่ผมยังรู้สึกจากใจจริง
ว่าผมไม่ควรปล่อยให้ประสบการณ์ที่อาจเกิดขึ้นครั้งเดียวในชีวิตแบบนี้
ผ่านไปเฉยๆ จากมุมมองของผม ถ้าคุณไม่กลัวตกรัศมี ก็เป็นไปได้ว่า
คุณอาจตกรัศมีไปเรียบร้อยแล้ว เพื่อให้แน่ใจว่าผมไม่พลาด ผมเลย

ลองทำทุกอย่างที่มหาวิทยาลัย ผมอยู่ไปทั่ว สิ่งเดียวที่ผมไม่กลัวตก
กระแสก็คือการนอน ผมสมัครเข้าร่วมชมรมจำนวนมากและไปปรากฏตัว
ในกระแสนั้นไม่รู้จบของงานสังคม การนำเสนอตำแหน่งงาน งานสัมมนา
การเดินทางช่วงสุดสัปดาห์ การบรรยาย และแน่นอนคือในชั้นเรียน ใน
วันธรรมดาผมจะลากตัวเองออกจากเตียงก่อนเจ็ดโมงเช้าและล้มตัวลงนอน
ตอนหลังเที่ยงคืน ส่วนวันสุดสัปดาห์ก็อุ่นวยพอกัน ถ้าคุณเขี่ยงหินลงไป
ที่งานไหนสักงานในวิทยาเขตก็อาจโดนหัวผม

เพราะความปรารถนาของผมที่อยากมีส่วนร่วมในทุกเรื่อง เพื่อน ๆ
เลยเริ่มล้อว่าผมอาจเผลอหัวมาตั้งแต่เปิดของจดหมายเชิญ พวกเขาคิดว่า
ผมทรมานอย่างเห็นได้ชัดจากโรควิตกกังวลเรื้อรังว่าผมอาจล้มเหลวที่จะใช้
ประโยชน์เต็มที่ได้จากอะไรก็ตามที่เกิดขึ้นรอบตัว ไม่ว่าจะมันจะเป็นทางสังคม
ทางวิชาการ หรือเรื่องอื่น และเพื่อเป็นการตอบโต้ ผมเลยบอกให้พวกเขา
ลองส่งกระดาษจดดู พวกเขาไม่ได้ดีไปกว่าผมนักหรอก เราทุกคนต่างยุ่งอยู่
กับการสร้างความมั่นใจว่าจะไม่ถูกทิ้ง จนเราใช้เวลาและพลังงานมากมาย
ไปกับสิ่งต่างๆที่ไม่ได้สะท้อนลำดับความสำคัญที่แท้จริงของพวกเราจริง ๆ
แทนที่เราจะทำสิ่งต่างๆ เพราะพวกมันทำให้เรามีความสุขยิ่งขึ้นหรือฉลาด
ขึ้น เรากลับทำสิ่งเหล่านั้นเพียงเพราะคนอื่น ๆ ก็กำลังทำอยู่เช่นกัน มีข้อคิด
เล็กน้อยอยู่เบื้องหลังพฤติกรรมนี้ นั่นคือ “เมื่อคุณตอบตกลงกับทุกสิ่ง
คุณก็ไม่ต้องใช้สมองใคร่ครวญเรื่องอะไรเลย”

ถึงแม้ว่าผมกับเพื่อนจะล้อเล่นกัน แต่ความกลัวนั้นมืออยู่จริง มันยัง
เป็นเรื่องธรรมดาสามัญในชีวิตของผมและเพื่อน จนผมตัดสินใจว่าจะตั้งชื่อ
ให้มัน ด้วยความที่ผมชอบคิดคำสแลงและคำย่อ จึงตัดสินใจว่าแนวคิดนี้
ความกลัวนี้ สมควรจะมีตัวย่อของมันเอง ผมย่อ “ความกลัวตกกระแส” เป็น
“โฟโม” แล้วเอาไปพูดให้คนอื่นฟังจนติดปาก และทำจนมันกลายเป็นศัพท์
ที่รู้จักกันระหว่างเพื่อนในกลุ่ม ไม่นานก่อนเรียนจบในเดือนพฤษภาคม ปี
2004 ผมเขียนคำโปรยคำใหม่นี้ลงบทความนำโชคในหนังสือพิมพ์ของ

โรงเรียน แค่เลยผ่านไปไม่กี่คำ ผมก็ร้อยเรียงวัฒนธรรมในมหาวิทยาลัยที่ถูกแทรกซึมด้วย “โฟโม” และ “โฟโบ” เข้าไว้ด้วยกันได้เป็นดับ

ในขณะที่บทบาทความกำลังได้รับความนิยม ความคาดหวังของผมต่อโอกาสระยะยาวของตัวเอกก็มีจำกัด ที่จริงผมตั้งความหวังไว้กับอีกคำที่ผมเพิ่งคิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้มากกว่า คือคำว่า แมคกินซิเดนต์ (McGincident) ที่ผมอยากให้กลายเป็นคำบรรยายพื้นฐานของอะไรก็ตามที่คนในครอบครัวของผมทำแล้วตลก เจ็บ หรือน่าประทับใจ แต่ทว่าอย่างช้า ๆ และโดยที่ผมไม่ทันรู้ตัว คำว่า “โฟโม” กลับได้รับความนิยมจนจุดไม่อยู่ ตลอดทศวรรษที่ผ่านมา เรื่องราวของ “โฟโม” และการผจญภัยเพื่อยึดครองโลกของมันกลายเป็น “แมคกินซิเดนต์” ที่สูงงอมอย่างแท้จริง

“โฟโบ” ครองโลกได้อย่างไร

ถึงแม้ว่าผมจะไม่รู้อะไรเลยเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นในตอนนั้น แต่ตอนนี้ผมปะติดปะต่อเส้นทางความนิยมของ “โฟโบ” นับจากตอนที่มันค่อย ๆ เริ่มเป็นที่รู้จักอย่างช้า ๆ และขยายตัวออกไปนอกแวดวงเพื่อนฝูงและเพื่อนร่วมชั้นของผมไปยังทั่วทุกมุมโลกได้ คำนี้ได้รับความนิยมอย่างมากเป็นครั้งแรกในหมู่นักศึกษาบริหารธุรกิจทั่วสหรัฐฯ ซึ่งเชื่อมโยงได้ง่ายกับแนวคิดนี้และรับมันอย่างรวดเร็วไปใช้เป็นศัพท์สามัญที่ใช้กันปากต่อปากระหว่างโรงเรียนต่าง ๆ ตามที่นิตยสาร *Businessweek* (ตอนนั้นคือ *Bloomberg Businessweek*) รายงานไว้อย่างประชิดประชันในปี 2007 ว่า

โรคระบาดชนิดหนึ่งได้โจมตีหลักสูตรบริหารธุรกิจตัวหลักของอเมริกาเข้าแล้ว ที่คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด มันมีชื่อว่า “โฟโม” หรือความกลัวตกกระไดอากาศของมันประกอบด้วยความไร้ประสิทธิภาพเรื้อรังที่จะ

บอกปิดคำเชิญใดๆ ให้ไปยังงานเลี้ยงสังสรรค์ รับประทานอาหารค่ำ หรือการท่องเที่ยวที่มีใครก็ตามซึ่งอาจมีค่าเพิ่มเติมให้กับเครือข่ายของเขาไปด้วย ไม่ว่าจะต้องแลกกับอะไรก็ตาม

ปีถัดมา ในหนังสือขายดีของ *New York Times* ที่มีชื่อว่า *Ahead of the Curve : Two Years at Harvard Business School* แต่งโดยฟิลิป เดลฟ์ โบรวด์ัน ซึ่งเรียนจบสองปีหลังจากผม เขียนไว้ว่า

เคล็ดลับของเอสพีเอสที่ฝ่ายธุรการบอกเราอยู่เสมอก็คืออย่าไปพ่ายแพ้ต่อ “โฟโม” คุณจำเป็นต้องเลือกสิ่งที่คุณอยากทำ และทำมันโดยไม่ต้องไปหงุดหงิดกับเรื่องอื่น ๆ ที่กำลังเกิดขึ้น ผมระงับ “โฟโม” ของผมด้วยการออกไปห้องสมุดทุกวันและอ่านหนังสือพิมพ์ พยายามปล่อยให้สมองออกห่างความฟุ้งซ่านมากเท่าที่จะทำได้ แต่ “โฟโม” เป็นนักสะกดรอยหัวรั้นประจำมหาวิทยาลัย มันคอยหว่านพิษไว้ในใจเราทุกคน

“โฟโม” สร้างแรงดึงดูดอย่างต่อเนื่องในมหาวิทยาลัยมากขึ้นเรื่อยๆ และเดือนพฤษภาคมในแต่ละปี ชาว โฟโม เซเปียนส์ ใจใหม่ต่างก็ทำงานในอุตสาหกรรมต่างๆ อย่างเช่น เทคโนโลยี ที่ปรึกษา หรือการเงิน เมื่อพวกเขาไปยังที่ทำงานทั่วประเทศและทั่วโลก พวกเขา ก็พา “โฟโม” ไปด้วย และแนะนำมันให้กับคนอื่น ๆ ในขณะเดียวกัน การขยายตัวอย่างรวดเร็วของสื่อโซเชียล การแทรกซึมของอินเทอร์เน็ตสู่มือถือ และการตลาดดิจิทัลก็ทำให้ “โฟโม” เป็นที่รู้จักในวัฒนธรรมยอดนิยมทั่วไป

แต่ขณะที่ความก้าวหน้าที่ทางเทคโนโลยีเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการเผยแพร่ “โฟโม” ให้เป็นที่รู้จักในวงกว้าง ผมยังนึกถึงภาษิตเก่าๆ ที่เป็น

คำโปรยของภาคการเงิน นั่นคือ “แม้มีความสัมพันธ์กันก็ไม่ได้หมายความว่า เป็นเหตุผลของกันและกัน” ตามที่คุณจะได้เห็นในบทถัดไป “โฟโม” เกิดขึ้นมานานก่อนที่โทรศัพท์มือถือจะถูกประดิษฐ์ขึ้น และมันจะยังคงอยู่ แม้ว่า คุณจะจำกัดชุดเครื่องมือติดตัวไว้แค่เครื่องปาล์มไพลอต (Palm Pilot) ยุคแรก ๆ ก็ตาม เทคโนโลยีในตอนนี้อยู่ติดอาวุธให้กับสังคมชาตญาณ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของมนุษยชาติมาตั้งแต่สมัยของ โโฮโม แอบิลิส เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์ที่คุณหยิบหิ้วไปด้วยช่วยเติมเชื้อไฟซึ่งรอวันคุกรุ่นมานาน และทำให้มันลุกโชนในช่วงอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน

ที่จริง “โฟโม” คือสำนวนอมตะฉบับโพสต์โมเดิร์นที่เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมอเมริกันมาเนิ่นนาน ย้อนกลับไปในปี 1913 การ์ตูนล้อเลียนเรื่อง *Keeping Up with the Joneses* เปิดตัวในหน้าหนังสือพิมพ์ *The New York Globe* การ์ตูนเรื่องนี้ตีพิมพ์ติดต่อกันมาหลายทศวรรษ มีเนื้อหาล้อเลียนชีวิตของผู้ดีใหม่ชื่อว่า “อลอยเซียส” และครอบครัว ซึ่งคอยไล่กดดันความสำเร็จของครอบครัวโจนส์ซึ่งเป็นเพื่อนบ้านของพวกเขา ถ้าคุณสามารถอ่านการ์ตูนเรื่องนี้ คุณจะพบว่ามันเป็นบันทึกเหตุการณ์ของ “โฟโม” ฉบับแอนะล็อกที่ยอดเยี่ยมที่สุด โดยมีโครงเรื่องทั่วไปเกี่ยวกับความพยายามของภรรยาของอลอยเซียสที่มักบังคับให้เขาสวมถุงเท้าสีชมพู เนกไทสีแดง และรองเท้าสีเขียว แบบเดียวกันเป๊ะกับคุณโจนส์เพื่อนรัก หักเหลี่ยมโหดของเขา แม้ว่าผมจะผูกเนกไทสีแดงบ้างเป็นบางครั้ง แต่ก็ยังเอือมระอาเกินที่มีจุดอื่นซึ่งเชื่อมโยงอลอยเซียสกับตัวผม ชื่อเต็มของเขาคือ อลอยเซียส พี. แมคกินิส ดังนั้นนามสกุลของเราจึงสะกดต่างกันแค่ “น” ตัวเดียว ซึ่งเห็นได้ชัดว่าทั้งอลอยเซียสและผมต่างมีอะไรที่เหมือนกันมาก เขาเป็นแมคกินิสคนแรกที่มี “โฟโม” แต่แน่ละ! ไม่ใช่คนสุดท้าย

“โฟโม” ดาราศาสตร์ระดับโลก

ทุกวันนี้ “โฟโม” แทรกซึมเข้าไปในทุกชนชั้นของสังคม มันไม่ใช่ปัญหาเล็กๆ อีกต่อไป แต่เป็นความเดือดร้อนระดับมหาชนที่จะโจมตีใครก็ได้ ในการยอมรับสถานภาพนี้ มันถูกเพิ่มเข้าไปใน *Oxford English Dictionary* (พจนานุกรมภาษาอังกฤษ ฉบับออกซฟอร์ด) ในปี 2013 และได้รับการบรรจุลงใน *Merriam-Webster* (พจนานุกรมฉบับสมบูรณ์ของเมอร์เรียม-เว็บสเตอร์) ในอีกสามปีต่อมา เมื่อมันถูกแพร่หลายในวงกว้าง ก็เป็นที่รู้จักไปทั่วโลกด้วยการที่มันถูกใช้เป็นคำพาดหัวอยู่บนสื่อทั่วโลก จึงเห็นได้ชัดว่า “โฟโม” ไม่ได้เป็นแค่ปรากฏการณ์ของชาวอเมริกันอีกต่อไป ตลอดหลายปีที่ผ่านมา หนังสือพิมพ์ *El País* ของสเปนนำเสนอคอลัมน์บันทึกเหตุการณ์การถือกำเนิดของ “ยุคโฟโม” หนังสือพิมพ์ *The Times of India* ตั้งคำถามว่า “โฟโมทำให้คุณเกิดวิตกกังวลหรือไม่” ในขณะเดียวกัน หนังสือพิมพ์ *Le Figaro* ของฝรั่งเศสก็สงสัยว่า “โฟโม” อาจเป็นแค่โรคของศตวรรษใหม่หรือเปล่าในบทความเรื่อง “โฟโม โรคใหม่แห่งศตวรรษนี้หรือ” ในขณะที่หนังสือพิมพ์ *Daily Sabah* ของตุรกีเตือนว่า “ชื่อโรคคือ ‘โฟโม’! คุณก็อาจติดได้เช่นกัน” อี๊!

การค้นหาคำนี้ในกูเกิลให้ผลลัพธ์ออกมามากกว่าเก้าล้านรายการ และแฮชแท็ก #FOMO โผล่ออกมานับร้อยนับพันครั้งบนเว็บไซต์อย่าง ทวิตเตอร์และอินสตาแกรม นอกจากนี้มันยังถูกใช้อย่างกว้างขวางในทุกสื่อทั้งในโฆษณา บิตโมจิ (bitmoji) และบทสนทนาในชีวิตประจำวันนับไม่ถ้วนทั่วโลก



บารัค โอบามา

@BarackObama

ไม่จำเป็นต้อง #FOMO เข้ามาเลย ฟรี มาพบประธานาธิบดีของคุณ

29 มิถุนายน 2013 12:53 น.



โคลอี้ คาร์เดเชียน

@khloekardashian

ฉันโดน "โฟโม" โจมตีเข้าให้แล้ว! ครอบครัวยุคทุกคนอยู่ที่นิวยอร์ก แต่ฉันไปไม่ได้เพราะติดถ่ายรายการ *Cocktails* ฉันอาจจะต้องโดดขึ้นเครื่องบินหลังถ่ายเสร็จ

11 กุมภาพันธ์ 2016 3:49 น.



แบ็กสตรีทบอยส์

@backstreetboys

อีกวันนะที่เราจะได้ไปส่องเรืออีก #FOMO #BSBCRUISE 2016

8 ตุลาคม 2015 5:33 น.



เทรเวอร์ โนอาห์

@Trevornoah

ทุกคนพูดถึงแต่ "โฟโม" "โฟโม" คืออะไร ผมอยากรู้ เพราะผมจะได้เล่นด้วย ช่วยผมที!

13 พฤศจิกายน 2012 6:05 น.



ฮาร์เลย์-เดวิดสัน

@harleydavidson

#SturgisOrBust! @SturgisRally ครั้งที่ 78 ไม่ใช่อะไร
นอกเสียจากเสียงฟ้าคำรามใน #BlackHills ถ้าคุณยังไม่อยู่
ที่นี่ ก็รีบมา #FOMO เป็นเรื่องจริง #HarleyDavidson
#FindYourFreedom

5 สิงหาคม 2018



ไทรา แบงส์

@tyrabanks

วันนี้เป็นวันสำคัญ! ลงทะเบียนงาน #FierceUp ได้วันนี้
หรือไม่ก็ถ้านี้ #FOMO ให้ได้ตลอดนะ @nyledimarco

28 กรกฎาคม 2016



พูดง่าย ๆ ก็คือ ตอนนี้ “โฟโม” กลายเป็นดาราศัพท์ระดับนานาชาติ
ไปแล้ว ไม่ว่าจะป็นยาจก ประธานาธิบดี หรือตระกูลคาร์เดเซียน ก็ใช้
เหมือนกัน ด้วยอิทธิพลของมัน ตอนนี้มันอยู่ที่ศูนย์กลางของการ
สมคบคิดระดับโลกที่จะส่งผลต่อการตัดสินใจของคุณ ซึ่งจะถูกผลักดัน
โดยเหล่าคนดังบนโลกโซเชียล แปรนต์ต่างๆ และแม้กระทั่งเพื่อนชาว
โฟโม เซปียนส์ ของคุณเอง ที่ตลกก็คือ แม้แต่ตระกูลคาร์เดเซียนผู้โด่งดัง
ก็ยังตกอยู่ใต้อำนาจของมันเช่นเดียวกับคุณและผม ดังที่คุณจะได้เห็น
ในบทถัดไป แทบไม่มีใครเลย ยกเว้นคนที่มึนงงใจเด็ดเดี่ยวและไม่หวั่นไหว
จึงจะหนีพ้นเงื้อมมือของมันได้อย่างแท้จริง

“โฟโม่” ที่คุณมี ไม่ใช่ความผิดของคุณ

“ไฟร์เฟสติวอลดูเหมือนจะจัดว่าเป็น
งานกระตุ้น ‘โฟโม่’ ที่ใหญ่ที่สุด
ประจำปี 2017”

-สไลด์นำเสนออันกลางๆ

เดือนเมษายน ปี 2017 ไฟร์เฟสติวอล (Fyre Festival) เทศกาลดนตรีที่พลาดไม่ได้ ซึ่งสนับสนุนโดยบิลลี แมคฟาร์แลนด์ และแร็ปเปอร์ นักลงทุนนามว่าจา รูล จัดขึ้นบนเกาะส่วนตัวของปาโบล เอสโกบาร์ ในหมู่เกาะบาฮามาส ด้วยความที่อยากขายตั๋วให้ได้มากๆ ผู้จัดจึงวางเดิมพันหมดหน้าตักไว้กับกลุ่มชนชั้นสูงและผู้มีชื่อเสียงในโลกโซเชียล โดยตั้งชื่อให้ว่า ไฟร์สตาร์ทเตอร์ส (Fyre Starters) ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายเป็นคุณมิลเลนเนียล ที่เกือบครึ่งยอมรับว่าไปร่วมงานต่างๆ เพราะอยากมีบางอย่างแชร์ในโลกโซเชียล กลุ่มไฟร์สตาร์ทเตอร์สนี้ประกอบด้วยผู้ทรงอิทธิพลสี่คนในตอนนั้น คือ เคนดัลล์ เจนเนอร์, เอมีลี ราทาจโคร์สกี และสองเบลล่าส์ (ธอร์นกับฮาดิด) ซึ่งมีผู้ติดตามในอินสตาแกรมรวมกันกว่า 150 ล้านคน

ภายใต้การนำของจตุรราชา (หญิง) แห่งวันสิ้นโลกโซเชียล กลุ่ม

ไฟร์สตาร์ตเตอร์สดึงดูดคนได้ถึง 300 ล้านคน และชักชวนให้ผู้ติดตามของพวกเขาจ่ายเงินซื้อตั๋วแพงถึงใบละ 12,000 เหรียญ เพียงแค่นี้ก็ลิบแปดชั่วโมงหลังจากเปิดจอง ตั๋วก็ขายหมดไปถึง 95 เปอร์เซ็นต์ แม้สัญญาว่าจะเป็นสุดสัปดาห์ที่คุณไม่มีวันลืมไปชั่วชีวิต แต่ไฟร์เฟสกลับลงเอยด้วยการเป็นถึงเผากระดาศให้เจ้าที่ทำงานขึ้นเป็นพิเศษให้กับโลกโซเชียล ผมหมายถึงถึงที่มีไฟร์อะนะ ปรากฏว่าเมื่อคุณวางแผนที่จะจัดงานเทศกาลดนตรีนานาชาติ แค่มันใหญ่และมีจากรูล หนุนหลังยังไม่พอ คุณต้องมีความพร้อมด้วย ในตอนที่แขกคนแรกมาถึง ก็เห็นได้ชัดว่างานล้มแน่เนื่องจากความไม่พร้อมหลายอย่าง ทั้งด้านการรักษาความปลอดภัย อาหาร และที่พัก นอกจากนี้วงร็อกอย่างบลิงก์-182 ยังถอนตัวกะทันหันอีกด้วย คุณลองนึกภาพดูสิ

ที่น่าตลกก็คือ งานเทศกาลที่สร้างขึ้นบนหลังของผู้ทรงอิทธิพลบนโลกโซเชียลกลับถูกกระชากลงมาโดยแก๊งผู้ร่วมโกงกันที่โพสต์ของพวกเขาแพร่ออกไปอย่างรวดเร็ว เมื่อกระแส #FyreFestival ติดเทรนด์จึงเริ่มกระจางว่าเรื่องทั้งหมดนี้ถูกวางแผนมาตั้งแต่ต้น นับตั้งแต่อ้างว่าชื่อเกาะของเอสโกบาร์ไปจนถึงสัญญาว่าจะมีอาหารชั้นเลิศและที่พักหรูหราเพื่อที่จะสร้างรายได้และเรียกเงินจาก “ไฟโม” ของคน มันน่ารังเกียจและมากเกินไป แถมยังเป็นการสมคบคิดกันกระทำความผิดอีกด้วย ในที่สุดแมคฟาร์แลนด์ก็ถูกตัดสินจำคุกเป็นเวลาหกปีจากการกระทำของเขา

ถ้าคุณถูกยั่วให้มองบนหรือสายหน้าตอนที่คุณคิดถึงเรื่องบ้า ๆ อย่างไฟร์เฟส คุณไม่ใช่คนเดียว คนส่วนใหญ่ไม่มีทางที่จะฝันถึงการทำเงินจำนวนไม่น้อยเพราะพวกเบลล่าสไฟร์สท์บางอย่างลงบนอินสตาแกรม เหตุการณ์ทั้งหมดอย่างเก่งก็ดูเป็นเรื่องโง่ ๆ หรือไม่ก็เรื่องตลก แต่ในทุกวันนี้แ่งมุมที่เล็กและแยบยลกว่ามาก คุณกำลังเผชิญหน้ากับไฟร์เฟสของตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการปฏิเสธงานสังสรรค์เพื่ออยู่ดีที่ทำงาน พยายามไม่หยิบโทรศัพท์ขึ้นมาบนโต๊ะอาหาร หรือสงสัยว่าทำไมทุกคนจะรวยขึ้นจากบิตคอยน์ในขณะที่คุณไม่รู้เรื่องเลยว่าเป็นบิตคอยน์คืออะไร คุณถูกตัว

กระตุ้นระดมเข้าไปอย่างต่อเนื่องทั้งในโลกออนไลน์และในชีวิตจริง ที่เจาะเข้าไปยังจิตใจได้ลึกและปล้นความตระหนักรู้ของคุณไป “โฟโม” นั้นขยายวงออกไปไกลไม่ว่าคุณจะรับรู้หรือไม่ก็ตาม

ด้วยสภาพที่เป็นจริงแบบนี้ ก้าวแรกที่จะเอาชนะ “โฟโม” ได้ก็คือการเรียนรู้ที่จะสังเกตการจ้องเล็ก ๆ เหล่านี้ต่อความสนใจและความใส่ใจทั้งหมด ซึ่งการจะทำเช่นนั้นได้ คุณต้องเข้าใจว่า “โฟโม” ทำงานอย่างไร และมันหมายถึงอะไรเสียก่อน ที่จริงเรื่องนี้นั้นยากกว่าที่คิด ในตอนที่คำคำนี้ได้รับความนิยมมากขึ้น คำนิยามเย็นเยื่อที่อธิบายความหมายของมันก็เช่นกัน เพื่อความชัดเจน ผมขอเสนอคำนิยามที่ครอบคลุมสำหรับ “โฟโม” ของผมเอง ซึ่งจะตีกรอบวิธีการที่เราใช้และพูดคุยกันเกี่ยวกับคำนี้นับตั้งแต่นี้

โฟโม

ˈfō-()mōl คำนาม ไม่เป็นทางการ

1. อาการวิตกกังวลอันไม่ปรารถนาที่ถูกกระตุ้นโดยการมองเห็นโลก มักจะรุนแรงขึ้นจากสื่อสังคมออนไลน์ที่ผู้อื่นกำลังมีประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจมากกว่าคุณ
2. แรงกดดันทางสังคมซึ่งเป็นผลมาจากการสำนึกได้ว่าคุณจะพลาดหรือถูกกีดกันออกจากประสบการณ์ร่วมที่เป็นบวกหรือน่าประทับใจ

บทบาทของการมองโลก

ความประทับใจของคุณกับคุณค่าที่แท้จริงของบางสิ่งขึ้นอยู่กับบทบาทภายในและภายนอกหลายประการ สิ่งต่างๆ เช่น ครอบครัว เพื่อนฝูง ผู้มีอิทธิพลในโลกโซเชียล ประสบการณ์ที่ผ่านมา และความสนใจหรือความหลงใหล เป็นต้น สิ่งเหล่านี้คือส่วนประกอบที่หว่านล้อมว่าคุณ

ต้องทำหรือมีบางอย่าง ตามธรรมชาติพวกมันไม่อาจวัดเป็นปริมาณได้ แต่จะแฝงตัวอยู่ใต้ความรู้สึก ความลำเอียง ความหวัง และความรู้สึก ไม่ปลอดภัยแทน โดยพื้นฐานแล้ว การมองโลกเป็นผลของการคำนวณซึ่งใช้อารมณ์เป็นส่วนใหญ่ เมื่อคุณรู้สึกถึง “โฟโม” ในแง่นี้ แรงกระตุ้นหลักของคุณจึงวางอยู่บนการปรับปรุงสภาพของคุณ สิ่งที่ทำให้คุณอยากลุกออกจากโซฟาและไล่ตามงานเลี้ยงสังสรรค์ การเดินทางท่องเที่ยว การมีลูกหรือหน้าที่การงาน ก็คือความเชื่อที่ว่าหากทำเช่นนั้นแล้วชีวิตของคุณจะดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ตอนนี้ แก่นของมันก็คือ “โฟโม” เป็น *ความทะเยอทะยาน* โดยธรรมชาติ มีรากฐานมาจากการแสวงหาอะไรก็ตามที่ *ใหญ่กว่า* *ดีกว่า* และ *สดใสมากกว่า* สภาพปัจจุบันที่คุณอยู่ นอกจากนี้มันยังทักท้วงว่าคุณมีตัวเลือก อาจถึงขนาดที่มีตัวเลือกมากมายจับไม่ไหว ไม่ว่าจะ เป็นของจริงหรือในจินตนาการก็ตาม

ในเวลาเดียวกัน การมองโลกยังเป็นการหลอกหลวงได้อีกด้วย ถ้าคุณลองคิดดูให้ดี คุณไม่รู้เลยจริงๆ ว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะเป็นไปตามที่บอกไว้หรือไม่ การแยกกันระหว่างสิ่งที่คุณคิดหรือหวังว่าคุณจะได้อีกกับสิ่งที่คุณได้รับจริงๆ ซึ่งรู้จักกันในชื่อ *ความไม่สมมาตรของข้อมูล* ผูกพันโดยตรงกับพันธุกรรมของ “โฟโม” เมื่อคุณนึกขึ้นได้ว่าอิทธิพลภายนอกที่พยายามชักจูงให้คุณทำบางสิ่งบางอย่างนั้นเลื่อนรางและเป็นไปได้ว่าถูกบิดเบือนโดยความไม่สมมาตรของข้อมูล นั่นเป็นจุดที่สิ่งต่างๆ น่าสนใจ คุณจะไม่ใช่เวลาสักนาทีหรือเผาผลาญแคลอรีเพื่อกังวลว่าจะพลาดในบางสิ่ง หากคุณรู้อยู่แล้วว่าคุณจะได้อะไร ทว่า คุณจะตอบรับหรือไม่ก็ปฏิเสธมันไปแทน ถ้ามีข้อมูลที่ครบถ้วน ความไม่รู้จะสูญเสียอำนาจของมัน หากเคยเข้าร่วมการนัดเดตออนไลน์หรือซื้อสังหาริมทรัพย์ซึ่งสภาพที่แท้จริงไม่เคยตรงปกเลย คุณคงรู้ว่าผมกำลังพูดถึงอะไร เมื่อคุณเปรียบเทียบสิ่งที่รับรู้เข้ากับสภาพที่เป็นจริง ความแตกต่างอาจทำให้คุณชนลูก นั่นเป็นเหตุผลว่าทำไมผู้ทรงอิทธิพลในโลกโซเชียลจึงมีแรงจูงใจที่ผิดปกติในการทำให้แน่ใจว่าจะอะไรก็ตามที่พวกเขา กำลังเร่งขายอยู่ดูน่าอัศจรรย์ แม้ว่า

ที่จริงแล้วมันจะค่อนข้างห่วยก็ตาม นาฬิกาไหนที่ความไม่สมมาตรของข้อมูล ถูกยกออกไปก็จบเกม

บทบาทของการมีส่วนร่วม

ตามที่คุณจะได้เห็นต่อไปในบทนี้ มนุษย์ถูกกำหนดให้แสวงหาการมีส่วนร่วมและหลีกเลี่ยงการถูกคัดออกแทบทุกวิถีทาง ในขณะที่สัญญาต-ญาณนี้ในทางประวัติศาสตร์เป็นข้อบ่งชี้ถึงหลักอันเข้มงวดของการดำรงชีวิต อย่างเหมาะสม ในตอนนี้มันได้แปรสภาพไปเป็นอย่างอื่น นั่นคือความปรารถนาที่จะรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและเป็นที่ยอมรับ โดยพื้นฐาน มันคือความเท่าเทียมกันทางอารมณ์ของการเลือกตัวผู้เล่นเข้าทีมในตอน ที่คุณยังเด็ก ขณะที่คุณยืนฟังกำแพง หัวหน้าที่มจะเลือกคนจากเพื่อน ร่วมชั้นของคุณทีละคน จนกระทั่งเหลือผู้โชคร้ายแค่สองคนสุดท้าย ถ้าคุณ เล่นกีฬาไม่เก่ง (ผมไม่ชอบคุณสำหรับน้ำหนักที่เกินมาไม่น้อย) ความกลัว สุดขีดของคุณก็คือถูกเลือกเป็นคนสุดท้าย (ซึ่งผมมักจะเป็น) สิ่งที่ผม ต้องการในขณะที่ยืนอยู่ตรงนั้น ก็หันหน้ามองรองเท้าในก็ ก็คือรู้สึกถูกรับรวม เข้าไปด้วย ถ้าคุณเคยตกที่นั่งเดียวกันกับผม คุณก็คงรู้ว่าผมพูดถึงอะไร คุณไม่จำเป็นต้องชนะเกมก็ได้ คุณยังไม่จำเป็นต้องสนใจด้วยว่าจะทำแต้ม ได้หรือเปล่า แต่คุณแค่ไม่ต้องการถูกทิ้งเท่านั้นเอง

เทศกาลวิ่ววิ่วของอเมริกา

แม้ว่าการให้นิยามคำว่า “ไฟโม่” จะมีประโยชน์ แต่ทางที่ดีที่สุด ในการพูดถึงมันคือการแสดงให้เห็นว่ามันมีชีวิตอยู่ได้อย่างไรในโลกแห่ง ความเป็นจริง แม้ว่าจะมีกรณีศึกษาจำนวนมากในโลก แต่ผมเชื่อว่าวันหนึ่ง

เมื่อจิตแพทย์และนักสังคมวิทยาจับมือกันเพื่อศึกษาเรื่อง “โฟโม” ที่มากเกินไป และผลกระทบของมันต่อสังคม ไม่ต้องสงสัยเลยว่าพวกเขาจะอุทิศผลการค้นคว้าทางวิชาการเป็นตั้งให้กับพิธีกรรมที่มีมาช้านาน ซึ่งได้กำหนดการเริ่มต้นของฤดูกาลจับจ่ายใช้สอย ทุกปีในช่วงเช้าตรู่ของวันศุกร์ที่สี่ในเดือนพฤศจิกายน ชาวอเมริกันนับล้านคนจะเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในปรากฏการณ์ทางวัฒนธรรมที่ว่า นั่นก็คือ แบล็กฟรายเดย์

แม้คุณจะต้องใจว่าขอแค่ดูอยู่ข้างสนาม แต่การจู่โจมของแบล็กฟรายเดย์ตอนวันชอปคุณพระเจ้ามักเป็นอะไรทำนองนี้ คือ คุณกำลังยุ่งกับภารกิจ เตรียมตัวให้พร้อมสำหรับวันพบปะญาติพี่น้อง อาหารการกิน และฟุตบอล แต่แล้วคุณก็รู้ว่ามิของลดราคา ของที่ถูกจนเหลือเชื่ออยู่ห่างออกไปไม่ไกลนัก มีองค์ประกอบทางสื่อออนไลน์ที่ชัดเจนสำหรับปรากฏการณ์นี้ เนื่องจากข่าวการลดราคาที่เกิดขึ้นไม่บ่อยครั้งนี้แพร่กระจายออกไปราวกับไฟลามทุ่งทั่วทั้งอินเทอร์เน็ต แม้กระนั้นตัวเลขคร่าจนวนมากที่ซบเซาเลื่อนแบล็กฟรายเดย์ก็ยังคงเป็นแอนะล็อกอย่างเหนียวแน่นโดยธรรมชาติ ประการแรกคือ หนังสือพิมพ์ท้องถิ่นฉบับวันชอปคุณพระเจ้าของคุณจะถูกปะหน้าด้วยใบปลิวมันวับซึ่งรับปากว่าจะมีส่วนลดอย่างงามให้กับผู้กล้าที่ไปยืนหัวแถวตอนร้านเปิด จากนั้นคุณก็เปิดโทรทัศน์หรือวิทยุเพื่อจะได้ฟังคนเตือนว่าถ้าคุณรักใครสักคนจริง ๆ คุณต้องพิสูจน์ด้วยการซื้อของขวัญให้ในตอนกลางดึก สุดท้ายในระหว่างที่คุณกำลังอ้าปากจับพายพิททอง ป้าของคุณก็ประกาศว่าเธอกำลังจะช้านอนในอีกไม่ช้าเพื่อที่จะไปห้างสรรพสินค้าได้ทันตอนตีสามและไปฉวยเครื่องเล่นเกมรุ่นใหม่ล่าสุดที่ดีที่สุดมาให้หลาน ๆ ดังเช่นที่เธอทำเป็นประจำทุกปี

นอกจากเรื่องของลดราคา ใครบ้างที่ไม่ชอบของราคาดี มีเรื่องมากมายที่ทำให้แบล็กฟรายเดย์ไม่น่ารัก ในแต่ละปี งานขายจะเริ่มเร็วขึ้นเล็กน้อย ซึ่งหมายความว่าผู้คนที่ทำงานค้าปลีกจะต้องงดวันหยุดของพวกเขา และมักจะทำงานในวันชอปคุณพระเจ้าแทน นอกจากนี้แบล็กฟรายเดย์ไม่ได้มีแค่วันเดียวอีกต่อไป เพราะตอนนี้อุตสาหกรรมค้าปลีก

ออกลูกออกหลานมากขึ้น ประกอบด้วยวันเสาร์แห่งธุรกิจขนาดเล็กและ
ไซเบอร์มันเดย์ เป็นต้น เมื่อเพิ่มวันอังคารแห่งการให้เข้าไป ทั้งสี่ปดาห์
แถววันขอบคุณพระเจ้าก็เลยกลายเป็นช่วงเมามันแห่งการจับจ่ายอย่าง
หนักมือ อย่างไรก็ตาม ความน่ารำคาญเหล่านี้เป็นเรื่องเล็กไปเลย เมื่อ
เทียบกับธรรมเนียมอื่น ๆ ที่มาพร้อมกับแบล็กฟรายเดย์ ทุกปีผู้คนจะ
บาดเจ็บหรือถึงขั้นล้มตายเมื่อฝูงชนกลุ่มใหญ่ต่อสู้แย่งชิงกันเป็นที่หนึ่งเพื่อ
กรุกกันเข้าไปซื้อสินค้า อย่างน้อยก็มีเหตุผลว่าทำไมพวกเขาถึงเรียกรายการ
ส่งเสริมการขายนี้ว่า “ลดถล่มราคา” พวกมันดึงเอาสิ่งเลวร้ายที่สุดในนิสัย
มนุษย์ออกมาอย่างสม่าเสมอ มีแม้กระทั่งเว็บที่ชื่อว่า blackfridaydeath
count.com ที่บันทึกข้อมูลอัตราการตายที่มีสาเหตุมาจากความโกลาหล
การตะลุมบอน และการสู้กันเพื่อแย่งชิงที่จอดรถ!

เมื่อคุณถอยหลังไปหนึ่งก้าว จะเห็นได้ชัดว่าแบล็กฟรายเดย์เล่น
กับองค์ประกอบเดียวกันที่ทำให้เกิด “โฟโม” นั่นคือการมองโลกและการ
มีส่วนร่วม ประการแรกคือ ความไม่สมมาตรของข้อมูลในมน้าวคุณว่า
ต้องร่วมกับมวลชนถ้าคุณอยากมีโอกาสยื่นมือออกไปคว้าของราคางาม ๆ
ในขณะที่ยังมีของอยู่ คุณไม่รู้เลยว่าการแข่งขันจะหน้าตาเป็นอย่างไร
หรือมีของอยู่มากแค่ไหนในคลังสินค้า คุณก็เลยต้องไปอยู่ที่นั่นตอน
ประตูเปิดเพราะกลัวว่าจะพลาดส่วนลดไป ประการที่สอง ความบ้าคลั่ง
ถูกออกแบบมาเพื่อเจาะเข้าไปยังพลังของมวลชน ประสบการณ์ทั้งหมดถูก
สร้างขึ้นบนความตื่นเต้นในการแข่งกับเพื่อนบ้านเพื่อไล่ตามสินค้าที่ดีที่สุด
เพื่อมาวางไว้ใต้ต้นคริสต์มาสถัดจากเชิงเทียนเจ็ดกิ่งหรือในตู้เสื้อผ้าของ
คุณเอง ผู้ค้าปลีกจะใช้ทุกวิถีทางเพื่อให้แน่ใจว่าคุณจะโผล่มา ในปี 2018
วอลมาร์ทประกาศว่าห้างของพวกเขาจะจัด “งานเลี้ยงสังสรรค์” เพื่อแจก
กาแฟสี่ล้านแก้วและคุกกี้สองล้านชิ้นฟรี กลยุทธ์ประเภทนี้อาจฟังดูแปลก
แต่มันได้ผล เพราะชาวอเมริกันราว 175 ล้านคน (รวมทั้งผมด้วย) ในตอนนี้
ซื้อของออนไลน์หรือไม่กี่ที่ร้านในช่วงสุดสัปดาห์ระหว่างวันขอบคุณพระเจ้า

และไซเบอร์มันเดย์

เมื่อนำมาเชื่อมโยงกัน อำนาจต่างๆ ที่อยู่เบื้องหลังแบล็กฟรายเดย์ จะรวมกันเป็นแผนการลึกลับซับซ้อนที่แยกตัวคุณออกจากครอบครัว เติงยอนอน และบัตรเครดิต มันไม่ได้เป็นแค่เรื่องเดียว ทุกวันไม่ว่าจะ เรื่องใหญ่หรือเล็ก คุณกำลังเผชิญหน้ากับแผนลับที่ถูกกระตุ้นโดยการ ผสมผสานกันอย่างมีศักยภาพของชีววิทยา วัฒนธรรม และเทคโนโลยี เพื่อบรรลุมิติวัตถุประสงค์เดียวกันกับแบล็กฟรายเดย์ นั่นคือเพื่อกระตุ้น “โฟโม” ของคุณ และบังคับให้คุณสร้างทางเลือกตามที่ได้รับข้อมูลจาก ปัจจัยภายนอกต่างๆ แทนที่จะเป็นส่วนผสมของสัญชาตญาณและเหตุผล ส่วนตัวของคุณเอง นั่นเป็นเหตุผลว่าทำไมจึงสำคัญที่ต้องจำไว้ว่าคุณไม่ได้ เลือก “โฟโม” ของคุณเอง ในทางตรงกันข้าม มันถูกยึดเยียดให้คุณโดย กลุ่มคนหลายจำพวกที่ผู้เล่น ไม่ว่าจะเปิด กูเกิล เฟซบุ๊ก สแนป ทุกๆ แอปในโทรศัพท์ของคุณ แปรนดีผู้บริโภครหลัก ผู้มีอิทธิพล ในสื่อโซเชียล สมองของคุณ บรรพบุรุษของคุณ หรือแม้แต่พระคริสต- ธรรมคัมภีร์ เพราะงั้น แม้ว่า “โฟโม” ของคุณจะยังเป็นของคุณ แต่จาก ที่คุณจะได้เห็นในลำดับถัดไป คุณแทบไม่มีโอกาสต้านทานมันได้เลย

ทำไม “โฟโม” ที่คุณมิใช่ความผิดของคุณ

#1 ชีววิทยา

แม้ว่าตัวอย่างที่ใช้บรรยายพวกมันเป็นของใหม่ แต่แรงกระตุ้น เบื้องหลัง “โฟโม” นั้นไม่ใช่ จากมุมมองทางประสาทวิทยา มนุษย์ถูก กำหนดให้รู้สึก “โฟโม” นับย้อนไปไกลตั้งแต่ช่วง *โฮโม แฮบิลิส* และ *โฮโม อีเรกตัส* บรรพบุรุษของเราเป็นนักล่าที่เก็บของป่าที่อยู่กันเป็นเผ่า และ ฉลาดหลักแหลมพอที่จะรู้ว่าอะไรคือสิ่งที่พวกเขามีและอะไรคือสิ่งที่พวกเขา ไม่มี แต่ต้องมีเพื่อที่จะเอาชีวิตรอด ในตอนนั้นมันเป็นเรื่องที่ต้องวิตกจริต

ตามหน้าที่ ถ้าคุณเดินทางไปทั่วกับเพื่อนโฮมมินิสต์ของคุณ แล้วคุณพลาดแหล่งอาหาร แหล่งน้ำ หรือที่อยู่อาศัยที่สำคัญมากไป ชีวิตของพวกเขาทั้งหมดอาจตกอยู่ในอันตราย ในเวลาเดียวกัน มนุษย์รุ่นแรกสังเกตเห็นว่าอีกแรงผลักดันหนึ่งของความอยู่รอดก็คือ การร่วมมือกันอย่างสม่ำเสมอในกลุ่มของพวกเขาที่ช่วยให้เดินทางผ่านสภาพแวดล้อมอันเลวร้ายในช่วงนั้นไปได้ ถ้าคุณถูกตัดออกจากรุ่นหรือทิ้งไว้ไม่ให้รู้ข้อมูลที่จำเป็นต่อชีวิต คุณจะตกอยู่ในอันตราย คุณรู้ว่าคุณต้องอาศัยซึ่งกันและกัน คุณต้องการการมีส่วนร่วมเพื่อมีชัยในการเอาชีวิตรอด หากไม่มี “โฟโม” สายพันธุ์ของเราอาจหายไป!

ทว่าคุณสมบัติทางเคมีที่ขับเคลื่อน “โฟโม” ของบรรพบุรุษยังคงดำรงอยู่ในรหัสพันธุกรรมของเราจนกระทั่งทุกวันนี้ เมื่อไม่นานมานี้ นักวิจัยที่มหาวิทยาลัยมิชิแกนตีพิมพ์ผลงานวิจัยในวารสาร *Molecular Psychiatry* เล่าถึงรายละเอียดในวิธีการที่สมองพัฒนาการตอบโต้ทางอารมณ์ต่อภัยคุกคามจากการปฏิเสธ การทดลองนี้ถูกจัดขึ้นเหมือนกับแอปหาคู่ฉบับเด็กเรียน ที่มีผู้เข้ารับการทดลองค้นหาประวัติย่อบุคคลสำหรับหาคู่ และจัดลำดับคนเหล่านั้นตามประเภทที่พวกเขาจะสนใจที่สุดในการสานสัมพันธ์อันลึกซึ้ง ลำดับต่อมา นักวิทยาศาสตร์จะทำการสแกนสมองในขณะที่ผู้เข้ารับการทดลองเรียนรู้ว่าคนที่เขาสนใจในเชิงรักใคร่ที่สุดได้ตอบรับการทาบถามของเขาหรือปฏิเสธ ครั้นเมื่อน้ำตาแห่งสนิท ผลการวิจัยจึงเปิดเผยให้เห็นว่าสมองมนุษย์ใช้ระบบแก้ปวดทางธรรมชาติเช่นเดียวกับยาแก้ปวดอย่างโอปิออยด์ (opioids) เพื่อตอบสนองต่ออาการบาดเจ็บทั้งทางกายภาพและทางจิตใจ เช่น ความล้มเหลวหรือการปฏิเสธ เป็นต้น กลายเป็นว่าคำพูดนั้นสร้างความเจ็บปวดอย่างน้อยก็พอ ๆ กับการถูกทุบด้วยไม้หรือปาด้วยก้อนหิน โดยเฉพาะเมื่อคุณกำลังแสวงหาการมีส่วนร่วมและการยอมรับ

ไม่ได้มีเพียงแต่มนุษย์เท่านั้นที่แสวงหาการยอมรับเข้ากลุ่มโดยสัญชาตญาณ สัตว์บางสายพันธุ์ก็ถูกกำหนดไว้ค่อนข้างจะในทางเดียวกัน ตอนที่ผมเฝ้าสังเกตการณ์การอพยพของชาวอเมริกันไปยังทางสรรพสินค้าในวันแบล็กฟรายเดย์ ผมระลึกถึงการอพยพของวิลเดอร์บีสต์ที่เดินทางข้ามอุทยานแห่งชาติเซเรนเกติ ในแต่ละปีสัตว์ป่ามากกว่า 1.5 ล้านตัวเดินทางเป็นระยะทาง 1,000 กิโลเมตรจากภาคเหนือของแทนซาเนียเข้าไปในเคนยา ก่อนที่จะหันกลับและเดินย้อนรอยตนเอง มันเป็นการเดินทางที่เต็มไปด้วยอันตราย และสัตว์ราว 250,000 ตัวตายระหว่างทาง แต่ไม่มีทางเลือกอื่น วิลเดอร์บีสต์ถูกบังคับด้วยสัญชาตญาณให้ย้ายถิ่นฐาน

ขณะที่พวกมันรุดหน้าขึ้นเหนือไปทางเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่ามาไซมารา วิลเดอร์บีสต์จะรวมกลุ่มกันโดยทิ้งระยะห่างเพียงเล็กน้อยระหว่างปลายหางของตัวหนึ่งกับจมูกของอีกตัวหนึ่งเป็นทิวแถวทอดยาวไปไกลจนสุดสายตา ตอนที่ฝูงเดินทาง ความหมายของการเดินทางที่ดูเหมือนจะไม่มีที่สิ้นสุดนี้เริ่มเป็นรูปเป็นร่าง กลยุทธ์ในการเอาตัวรอดของพวกมันขึ้นอยู่กับปรากฏการณ์ที่เรียกว่า *ปัญญาเชิงกลุ่ม* การเดินทางเป็นฝูงทำให้ศัตรูล่าสมาชิกจำนวนมากกว่าสองสามตัวในคราวเดียวกันได้ยาก ดังนั้นแม้สัตว์นักล่าจะลากเหยื่อตัวใดตัวหนึ่งออกไปได้สำเร็จ ส่วนที่เหลือของกลุ่มก็จะเดินทางต่อไปโดยไม่สะทกสะท้าน สัตว์แต่ละตัวเชื่อในสัญชาตญาณของตัวเอง เพราะนั่นเป็นวิธีที่มันจะเอาชีวิตรอดจากการเดินทางไกลข้ามพื้นที่ราบได้

คุณอาจกำลังสงสัยว่าการอพยพของวิลเดอร์บีสต์มันเกี่ยวอะไรกับแบล็กฟรายเดย์ด้วย ถ้าลองคิดดูให้ดี ทั้งคู่เป็นตัวอย่างของพฤติกรรมที่ตามฝูงชน “ไฟโม่” เกิดจากความปรารถนาดีที่ดำบรรพ์ของมนุษย์ที่อยากเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แล้วอะไรกันเล่าที่ทำให้เราไม่ต่างจากพวกวิลเดอร์บีสต์มากนัก เราถูกขับเคลื่อนโดยสัญชาตญาณของเราเพื่อแสวงหาการมีส่วนร่วม ซึ่งเรามองว่าเป็นพื้นฐานของการเอาตัวรอด (ทางอารมณ์)

ของเราเอง เพราะงั้น เมื่อคุณลองคิดดูดี ๆ ผู้คนที่ทั้งหลายที่วิ่งกันอลหม่าน ใน “งานเทศกาลวิ่งวู้ดของอเมริกา” ก็อาจกล่าวโทษได้ว่าเรื่องทั้งหมดนี้เป็นความผิดของพันธุกรรม

ตามที่บอกไปแล้วก็คือ มีบางอย่างที่สำคัญให้จำ นั่นคือ พวกเขาไม่ใช่วิลเดออร์บีสต์ แม้ว่าคุณข้ามไฟร์เฟสหรืองานเลี้ยงครบรอบในรัชมหาศึกชิงบัลลังก์ของเพื่อนบ้านไป ก็แทบไม่มีโอกาสเลยที่คุณจะถูกโจมตีโดยตัวไฮยีนาจนตาย ถ้าคุณไม่ได้อยู่ในอุทยานแห่งชาติเซเรนเกติ (ตามที่วิลเดออร์บีสต์ตัวไหนก็ตามจะบอกคุณว่า ความน่าจะเป็นของผลลัพธ์แบบนี้อาจไม่สลักสำคัญอะไรนักทางสถิติ) คุณก็ข้ามมันไปได้เลย ที่ต่างกับวิลเดออร์บีสต์คือ คุณไม่จำเป็นต้องทำตาม ๆ กันไปเพื่อที่จะมีชีวิตยืนยาว

กำโบ “โทโ” ที่คุณมิใช่ความผิดของคุณ

#2 วัชอุสสุ

รากฐานทางชีววิทยาที่ทำให้มนุษย์ยอมก้มหัวให้กับความรู้สึกลอย่าง “โฟโม” ตลอดประวัติศาสตร์ไม่ได้หายไปโดยไม่บอกกล่าว ในฐานะที่เป็นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ มันถูกแสดงออกในศิลปะ การแสดง ภาพยนตร์ ศาสนา และวัฒนธรรมที่ได้รับความนิยมมาเป็นเวลานานนับพันปี

ลองดูหนังสือปฐมกาลในพระคริสตธรรมคัมภีร์สิ ฉากของมันคือ รุ่งอรุณแห่งเวลา อาดัมกับอีฟกำลัง่วนอยู่กับภารกิจของตนเอง ดูแลสวนเอเดน และทำให้แน่ใจว่าจะไม่กินอะไรจากต้นไม้แห่งความรู้ที่ชั่วตามที่พระเจ้าห้ามไว้อย่างชัดเจน สิ่งต่างๆ เป็นไปด้วยดี พวกเขาอาศัยอยู่ในสวรรค์บนดินหลังจากนั้น จนกระทั่งอสรพิษเผยตัวออกมาและโน้มน้าวให้อีฟกินผลจากต้นไม้ต้องห้าม เขาเสนอในสิ่งที่เธอไม่อาจปฏิเสธได้ ผลไม้มันช่างน่ากินเมื่อได้เห็น และถ้าเธอกินมัน เธอจะรู้ดีชั่วเช่นเดียวกับพระเจ้าเป็นเจ้า เมื่อพ่ายแพ้ต่อการยั่ว เธอก็ถูกขับไล่ออกจากสวนเอเดน

สำหรับเธอ นั่นคือสิ่งที่ต้องขอใช้ให้กับ “โฟโม”

ตามธรรมเนียมจากพระคัมภีร์ อีฟเป็นมนุษย์คนแรกที่ต้องทนทุกข์จากผลที่ตามมาของการตัดสินใจบริโภคอย่างไม่ฉลาด แต่เธอไม่ใช่คนสุดท้ายอย่างแน่นอน ไม่ว่าจะเป็พริก อบเชย หรือนม มีวิดีโอของผู้คนที่กินอาหารอย่างพิสดารได้รับยอดวิวเพิ่มขึ้นหลายร้อยล้านวิวบนยูทูป พฤติกรรมเหล่านี้จะเกิดขึ้นอีกในร้านอาหาร ที่บ้าน และในสนามเด็กเล่น เมื่อผู้คนทั่วโลกในตอนนี้ทำหูทวนลม ยอมให้ “โฟโม” ครอบงำ แล้วโดดเข้าร่วมวงในความท้าทายเรื่องกินที่ไร้เหตุผล พวกเขาถูกขย้ำ ไม่ใช่จากอสรพิษ แต่เป็นโอกาสที่จะได้เข้าฝูงและเป็นส่วนหนึ่งของแนวคิดทางวัฒนธรรม นอกจากการโยนอาหารทิ้งๆ ทิ้งไปแล้ว พฤติกรรมตลกๆ เหล่านี้ก็มีราคาที่ต้องจ่าย พวกมันอาจส่งคุณไปนอนโรงพยาบาลได้ เด็กนักเรียนห้าคนในโอไฮโอซึ่งกินพริกปีศาจที่เผ็ดขึ้นชื่อถูกนำส่งโรงพยาบาลหลังจากทนทานจากอาการแพ้ ที่แย่กว่านั้นคือ ชายผู้หนึ่งในแคลิฟอร์เนียใช้เวลาสี่สิบสามวันในโรงพยาบาลด้วยภาวะหลอดอาหารทะลุ

การรวมตัวกันของ “โฟโม” และอินเทอร์เน็ตทำให้ผู้คนทำสิ่งที่ไม่ทันยังคิดได้ ในปี 2017 เป็ปีที่หวังจะจับภาพจินตนาการของชาว मिलเลนเนียลซึ่งเป็นกลุ่มประชากรโปรดที่ใส่ใจการเมืองด้วย “ภาพยนตร์สั้น” ที่มีชื่อว่า “Live for Now Moments Anthem” ในภาพยนตร์ (เอ่อ...โฆษณา) นางแบบเคนดัลล์ เจนเนอร์ ทั้งการถ่ายแบบมาเข้าร่วมการประท้วงที่บังเอิญเดินผ่านมา แม้ว่าจะไม่ชัดเจนนักว่าเป็นการประท้วงเรื่องอะไร (สัญลักษณ์หนึ่งแค่บอกว่า “รัก”) เคนดัลล์ก็เดินไปที่หัวขบวน เมื่อเธอไปถึงที่นั่น เธอก็ก้าวอย่างมั่นใจไปยังแถวตำรวจปราบจลาจลหน้าหนึ่ง ความตึงเครียดสลายไปเมื่อเธอยื่นเป็ชี่ไปให้เจ้าหน้าที่ ตอนที่เขาตัมมันแล้วยัม ผู้ชนก็ส่งเสียงไชโยให้ร้องและกอดกันด้วยความสำนึกว่าเป็ชี่อาจเป็นหนทางรักษาทุกปัญหาในโลกได้

ในความพยายามที่จะรวมกลุ่มคนยุคมิลเลนเนียลที่ชื่นชอบเครื่องดื่มนี้ เป๊ปซี่ประสบความสำเร็จในการทำสิ่งที่อาจจะยากยิ่งขึ้นไปอีก นั่นคือ มัดรวมกลุ่มชาวอเมริกันจากการเมืองทุกสีให้มาเชื่อมรอกันว่าภาพยนตร์ (เอ่อ...โฆษณา) เรื่องนี้ไม่รู้จำกแยกแยะ ภาพที่เลือกมารวมกันของการประท้วงโดยสันติเพื่อขายน้ำอัดลม ถูกมองว่าเป็นการทำให้การเคลื่อนไหวทางสังคมที่จริงจังซึ่งสร้างแรงบันดาลใจให้กับโฆษณาตั้งแต่แรกกลายเป็นเรื่องเล็กน้อย หลังจากมีกระแสต่อต้านอย่างกว้างขวาง เป๊ปซี่ก็ถอดโฆษณาชิ้นนี้ออกภายในเวลาไม่ถึงสี่สัปดาห์ จากนั้นได้กล่าวขอโทษผู้บริโภคและคุณเจนเนอร์ มันเป็นจุดเริ่มต้นของเดือนที่เลวร้ายสำหรับเจนเนอร์ เนื่องจากไฟร์เฟสก็เกิดขึ้นในอีกเพียงไม่กี่สัปดาห์ต่อมา

ไม่ว่าจะเป็นการกินผลไม้ต้องห้าม กินอาหารต้องห้าม หรือดื่มเป๊ปซี่ต้องห้าม ตัวอย่างเหล่านี้ทำให้เห็นได้ชัดว่า “โฟโม” ฝังลึกอยู่ในวัฒนธรรมจนคุณไม่จำเป็นต้องมีมือถือหรือสื่อโซเชียลเพื่อจะได้ประสบหรือชดใช้มัน ก่อนการถือกำเนิดของอินเทอร์เน็ตและสื่อโซเชียล หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ การสนทนากับเพื่อนข้างถังน้ำดื่ม หรือแม้กระทั่งการนำเสนอภาพนิ่งของลุงแฟรงก์ในการล่องเรือไปยังฮาวาย ทั้งหมดนี้ทำหน้าที่กระตุ้นความรู้สึกว่าได้พลาดอะไรไป อย่างไรก็ตาม ในช่วงยี่สิบปีที่ผ่านมา มีบางสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างชัดเจน ยกตัวอย่างเช่น ทำไมทุกคนนับจาก *โฮโม แอบบิลิส* ไปจนถึง *โฮเมอร์ ซิมป์สัน* อาศัยอยู่ในโลกมาได้เป็นเวลานานนับพันปีโดยไม่จำเป็นต้องอาศัยคำใดมาบรรยายความรู้สึก “โฟโม” จนกระทั่งถึงตอนนั้นกันแล้ว แน่แน่นอนว่าการเปลี่ยนแปลงก็คือการปรากฏตัวของอินเทอร์เน็ต และการที่มันเข้ามาเปลี่ยนแปลงสังคมของเราจากแอนะล็อกไปสู่ดิจิทัลนั่นเอง