

วะบิ ชะบิ

Wabi Sabi

the wisdom in imperfection



ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ

Nobuo Suzuki เขียน

คำนำโดย **Héctor García**

ผู้เขียนร่วมของ *อิคโก : วิถีชีวิตเรียบง่ายสไตล์ญี่ปุ่น*

วะบิ ชะบิ

Wabi Sabi

the wisdom in imperfection

ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ

Nobuo Suzuki เขียน

คำนำโดย **Héctor García**

ผู้เขียนหนังสือขายดี อิกิโกะ : วิถีชีวิตเรียบง่ายสไตล์ญี่ปุ่น



Wabi Sabi

วะบิ ซะบิ ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ

โนบูโอะ ชูซูกิ : เขียน
คันสึนีย์ วรรณางกูร : แปล

พิมพ์ครั้งแรก พ.ศ. 2565

Thai language translation copyright © 2022 by Nation International Edutainment Public Company Limited
Copyright © 2020 Francesc Miralles www.francescmiralles.com & Héctor Garcia www.kirainet.com
Translation rights arranged by Sandra Bruna Agencia Literaria, SL through Silkroad Agency, Bangkok
All rights reserved.

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

ชูซูกิ, โนบูโอะ.

วะบิ ซะบิ ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ. __ กรุงเทพฯ : เนชั่นบุ๊คส์, 2565.

188 หน้า.

1. การดำเนินชีวิต. 2. การพัฒนาตนเอง. I. คันสึนีย์ วรรณางกูร, ผู้แปล. II. ชื่อเรื่อง.

158.1

ISBN 978-616-587-047-4

เจ้าของผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

สำนักพิมพ์เนชั่นบุ๊คส์

บริษัท เนชั่น อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

กรรมการและประธานเจ้าหน้าที่สายงานการเงิน วรพจน์ จรรย์โกมล

ผู้อำนวยการกองบรรณาธิการ วิฑูรย์กานต์ ธนาโอฬาร

บรรณาธิการ ภัทธวิยา จินตไพจิตร

ปก วรเทพ เสริมธนะพัฒกุล

รูปเล่ม กฤษณา แก้วประเสริฐ

พิสูจน์อักษร พรวิมล สุพัฒน์กิจกุล

ผู้จัดการฝ่ายขายและการตลาด ณัฐชานันท์ เจริญภัทรเกียรติ

ฝ่ายขายและการตลาด จาวรรณ นาคปารุญ สุภาพร แซ่ล่อ ชาญอนุศภิวัฒน์ กันทอง ลภัสรดา สารไทย ภาคภูมิ ยินดี

สำนักงาน อาคารเล่าเป้งจัน 1 ชั้นที่ 24 เลขที่ 333 ซอยเฉยพ่วง ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900

โทรศัพท์ 0-2091-5900 โทรสาร 0-2091-5928 www.nejavu.com, www.facebook.com/nejavu, www.facebook.com/NationBooksFanPage

NationBooksFanPage

พิมพ์ที่ บริษัท แอดคิฟ พรินท์ จำกัด เลขที่ 9 ซอยลาดพร้าว 64 แยก 14 แขวงวังทองหลาง เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310

โทรศัพท์: 0-2530-4114 โทรสาร: 0-2108-8950, 0-2108-8951

ราคา 250 บาท

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558 โดย บริษัท เนชั่น อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล เอ็ดดูเทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)

ห้ามลอกเลียนแบบส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ รวมทั้งการจับก๊อป ถ่ายทอด ไม้ว่ารูปแบบหรือวิธีการใดๆ ด้วยกระบวนการ ทางอิเล็กทรอนิกส์ การถ่ายภาพ การบันทึก หรือวิธีการอื่นใดโดยไม่ได้รับอนุญาต

หากพบหนังสือมีปัญหานี้ติดต่อ หน้ากลับ หน้าซ้าย หรือหน้าขวา สามารถขอเปลี่ยนใหม่ได้จากร้านที่ท่านซื้อ หรือติดต่อสำนักพิมพ์ โทรศัพท์ 0-2091-5900

คำนำสำนักพิมพ์

วะบิ ซะบิ ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ เป็นเรื่องของแนวคิดวะบิ ซะบิ (Wabi Sabi) ในวัฒนธรรมญี่ปุ่นที่ลุ่มลึกละเอียดละมบนพื้นฐานความเชื่อที่ว่าทุกชีวิตไม่สมบูรณ์แบบ และในความไม่สมบูรณ์แบบนั้นมีความงดงามอยู่ในตัวมันเอง เพราะนั่นคือธรรมชาติแท้จริงของชีวิต

ไปไม่ร่วง ริวรอยแห่งวัย ถ้วยชามแตกบิ่น และแม้ความผิดหวังเจ็บปวดในชีวิต เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา แต่แท้จริงแล้วทุกสิ่งเหล่านั้นล้วนมีคุณค่างดงามที่แทรกอยู่ในร่องรอยของประสบการณ์และกาลเวลาการมองเห็น เข้าใจ และยอมรับธรรมชาติของความไม่สมบูรณ์แบบ จะช่วยให้เราก้าวพ้นจากหลุมพรางทางความคิดที่ทำให้ชีวิตเครียดเคร่ง ไม่ว่าจะเป็นความเครียดที่เกิดจากความคาดหวังของผู้คนรอบตัวหรือความคาดหวังของตัวเองก็ตาม

แนวคิดในหนังสือ วะบิ ซะบิ ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ เล่มนี้ให้วิธีคิดและแนวทางปฏิบัติต่างๆ ในชีวิตประจำวันที่จะนำทางคุณไปบนเส้นทางที่เรียบง่ายงดงามของความไม่สมบูรณ์แบบ และที่สำคัญคือคุณจะมีชีวิตที่มีความสุขง่ายขึ้น

จงมองหาความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ และเป็นคนไม่สมบูรณ์แบบที่ดีที่สุดที่จะเป็นได้

ด้วยความปรารถนาดี

เนชั่นบุ๊คส์



わびさび 侘び詫

Wabi Sabi

the wisdom in imperfection

National Books

Nation Books

สารบัญ

คำนำ โดย เอ็คเตอร์ การ์เซีย (Héctor García)	9
บทนำ : มหัตศวรรษแห่งความไม่สมบูรณ์แบบ สามมิติในแนวคิด วะบี ชะบี	17 25
I ปรัชญาแห่ง วะบี ชะบี	33
กำเนิดแนวคิด วะบี ชะบี	37
วิถีเซน กับ วะบี ชะบี	43
อย่าเข้มงวดกับตัวเองและคนอื่นมากนักเลย	57
บทเรียนล้ำค่าจากธรรมชาติ	67
II วะบี ชะบี ในงานศิลปะ	77
วิถีแห่ง วะบี ชะบี ในศิลปะญี่ปุ่น	81
ความเศร้าโศกที่งดงาม	95
จากความแข็งขืน สู่วิถีความเป็นธรรมชาติ	105
วะบี ชะบี กับการสร้างสรรค์	115
III วะบี ชะบี ในวิถีแห่งการดำเนินชีวิต	127
ความไม่สมบูรณ์แบบคือหนทางสู่ความเป็นเลิศ	131
วะบี ชะบี กับความยืดหยุ่น	139
สร้างพื้นที่ว่าง	151
โรงเรียนแห่งความน้อยและเรียบง่าย (Minimalism)	163
จิตวิญญาณแห่ง วะบี ชะบี	177
บทส่งท้าย จงเป็นคนที่ไม่สมบูรณ์แบบที่ดีที่สุดเท่าที่คุณจะเป็นได้	184
บรรณานุกรม	186

Nation Books

คำนำ

ผมยังจำเรื่องราวตอนที่ผมได้ยินคำว่า *วะบิ ซะบิ (Wabi Sabi)* เป็นครั้งแรก ได้ชัดเจน เมื่อสิบห้าปีที่แล้วในรายการถ่ายทอดสดทางทีวีในญี่ปุ่น ผมรู้สึกประหม่ามากในช่วงแรกของการสัมภาษณ์ แต่ก็ยังพอเข้าใจคำถามและตอบได้ด้วยภาษาญี่ปุ่นระดับต้นของผม จนมาถึงตอนที่พิธีกรถามว่า “คุณคิดยังไงกับ วะบิ ซะบิ?”

ผมไม่รู้มาก่อนเลยว่า *วะบิ ซะบิ* คืออะไร และตอนนั้นผมก็อยู่ในรายการถ่ายทอดสด! ผมหยิบโทรศัพท์มาค้นข้อมูลก็ไม่ได้ หลังจากอึ้งๆ งงๆ ไปครู่หนึ่ง ผมก็อ้อมแอ้มตอบอะไรสักอย่างที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับอะไรกับคำว่า *วะบิ ซะบิ* เลย มันฟังชัดมากกว่าผมไม่ได้เข้าใจคำถามนั้นเอาซะเลย

ความรู้สึกอับอายขายหน้าจากประสบการณ์ครั้งนั้นทำให้ผมต้องออกตระเวนหาความรู้และเรียนรู้เกี่ยวกับ *วะบิ ซะบิ* และสุนทรียศาสตร์* แบบญี่ปุ่นโดยทั่วไป มันเป็นการผจญภัยที่ยังดำเนินต่อมาจนถึงทุกวันนี้ แน่นอนที่สุดว่า *วะบิ ซะบิ* เป็นหนึ่งในสิ่งที่ยิ่งใหญ่ที่สุดที่ผมได้เรียนรู้จากคนญี่ปุ่น และมีผลอย่างมากต่อตัวผมในฐานะคนคนหนึ่งและต่อโลกทัศน์ของผม

* สุนทรียศาสตร์ เป็นแนวคิดเชิงปรัชญาที่ว่าด้วยธรรมชาติและความเป็นงาม

ผมถามเพื่อนชาวญี่ปุ่น เพื่อนร่วมงาน แฟนผม และผู้คนที่ได้พบ ว่า ะบิ ะชิบิ คืออะไร? คุณคิดอย่างไรเกี่ยวกับะบิ ะชิบิ? ะบิ ะชิบิ สำหรับคุณคืออะไร? เพียงไม่นานผมก็ได้รู้ว่าไม่มีคำตอบไหนเหมือนกันเลย แต่คำตอบทั้งหมดนั้นมีแก่นสำคัญอย่างหนึ่งร่วมกัน นั่นคือ ชีวิตและจักรวาลที่เราอาศัยอยู่นี้ล้วนเป็นเรื่องของความไม่สมบูรณ์แบบและความไม่ยั่งยืนของสรรพสิ่ง

ต่อมาอีกไม่นานนัก ผมก็ได้ตระหนักรู้ว่า ะบิ ะชิบิ เป็นมากกว่าสุนทรียศาสตร์ มันเป็นเรื่องของชีวิต ความเป็นมนุษย์ และแม้แต่จักรวาลโดยรวม เป็นเรื่องแห่งธรรมชาติที่ไม่จริงยั่งยืนของสรรพสิ่ง การเรียนรู้ที่จะยอมรับธรรมชาตินั้น และแม้กระทั่งโน้มรับมัน ะบิ ะชิบิ เป็นผิวสัมผัสที่มองไม่เห็นซึ่งเชื่อมโยงหลายสิ่งเข้าด้วยกัน ทั้งศิลปะ วิถีชีวิต สถาปัตยกรรม ประวัติศาสตร์ ปรัชญา ศาสนา และแม้แต่ความคิด พฤติกรรมทางสังคม และกรอบความคิดแบบญี่ปุ่นด้วย

ความคิดแบบตะวันตก โดยเฉพาะอย่างยิ่งความทันสมัย ผลักดันให้เราทุกคนคิดว่าในทุกสิ่งที่เราทำจะมีเป้าหมายสูงสุดที่สมบูรณ์แบบที่สุดที่จะนำเราไปสู่ความสำเร็จและความสุข โนบูโอะ ชูซูกิ ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ได้ช่วยให้เราได้ไตร่ตรองลึกซึ้งถึงเป้าหมายที่เรามุ่งหวังไปว่ามันคือความสำเร็จ และวิถีที่เราอาศัยอยู่ในเมืองสมัยใหม่ ถ้อยคำของโนบูโอะ ชูซูกิ ช่วยให้ผมระลึกได้ว่าความสมบูรณ์แบบนั้นไม่มีอยู่จริง ตั้งแต่แรกแล้ว มันเพียงอยู่ในเขตแดนแห่งจินตนาการของมนุษย์เท่านั้น (และอาจจะอยู่ในวิชาคณิตศาสตร์ด้วย)

ะบิ ะชิบิ คือสภาวะที่เป็นจริง

ความสมบูรณ์แบบไม่มีอยู่จริง

หลังจากชิมซาบเข้าใจแนวคิดที่ลุ่มลึกแห่งวะบิ ชะบิแล้ว ผมก็เริ่มสัมผัสประเทศญี่ปุ่นด้วยมุมมองที่ต่างไปจากเดิม ผมสังเกตว่าตัวผมเองเริ่มมองถ้วยชาญี่ปุ่นด้วยความหลงใหลแทนที่จะมองแล้วเฉยๆ แบบตอนที่ยังเป็นหนุ่ม รวมทั้งเริ่มเพลิดเพลินและชื่นชมสวน บทกวี เครื่องปั้นดินเผา การจัดดอกไม้และสถาปัตยกรรมแบบญี่ปุ่นมากขึ้น

การเปลี่ยนแปลงทางการคิดและการรับรู้ของผมไม่ได้จำกัดอยู่แค่วิธีมองญี่ปุ่นและสิ่งต่างๆ ที่เป็นญี่ปุ่นเท่านั้น พอผมเดินทางกลับยุโรป ผมสังเกตเห็นตัวเองกลับมาสนใจงานศิลปะทุกรูปแบบ รวมทั้งสนใจผู้คนในแง่วิถีชีวิตที่แตกต่างกัน ตลอดจนสนใจครอบครัวของผมและเพื่อนฝูงในเรื่องราวความไม่สมบูรณ์แบบอันแสนมหัศจรรย์ทั้งหมดของพวกเขา ทุกสิ่งมีคุณค่าขึ้นมาใหม่สำหรับผมเลยทีเดียว

เมื่อคิดย้อนกลับไป ผมนึกบางอย่างขึ้นมาได้แบบตลกๆ ว่า การที่ผมไม่สามารถอธิบายว่า วะบิ ชะบิคืออะไรตอนออกทีวีครั้งนั้น ผมก็ไม่เห็นต้องรู้สึกอายหรือเสียหน้าเลยนี่นา บางทีคำตอบของผมตอนนั้นอาจจะ “ถูก” ก็ได้ ยิ่งไปกว่านั้นคือ ไม่เห็นจะเป็นอะไรเลยที่ผมไม่สมบูรณ์แบบมันก็ต้องมีบางเรื่องนะที่เราไม่รู้ (แม้จะเป็นตอนที่สัมภาษณ์ออกรายการทีวีก็เถอะ)

วะบิ ชะบิ : ความงดงามในความไม่สมบูรณ์แบบ เป็นการสำรวจที่สวยงาม เริ่มจากพื้นฐานของวะบิ ชะบิ ไปจนถึงความหมายที่ลุ่มลึกในทุกแง่มุม หนังสือเล่มนี้ไม่ได้เสแสร้งนำเสนอคำอธิบายที่ชัดเจนเกี่ยวกับปรัชญาวะบิ ชะบิ แต่จะทำให้คุณอยากดำดิ่งลงไปแนวคิดนี้ และเปลี่ยนวิธีที่คุณคิดและรู้สึกเกี่ยวกับตัวคุณเองและโลกที่เราทุกคน

อยู่ร่วมกันนี้ตลอดไป

พออ่านหนังสือเล่มนี้จบแล้ว ผมพบว่าในแต่ละวัน ตัวผมเองรู้สึกถึง วะบิ ซะบิ ได้มากขึ้นในทุกหนทุกแห่ง ไม่ว่าจะขณะทำงานและมี ปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ขณะเดินอยู่ท่ามกลางธรรมชาติหรือในเมือง และ โดยเฉพาะอย่างยิ่งตอนที่ผมไม่ได้ทำอะไรเลย นอกจากนี้ ผมยังรู้สึก มากขึ้นถึงความเจ็บปวดที่เราเผชิญเมื่อเราใช้ชีวิตขัดแย้งกับวะบิ ซะบิ โดยการพยายามทำให้ชีวิตของเราสมบูรณ์แบบอยู่เสมอ อย่างเช่น 'ไต่เต้าให้ "สูงขึ้นไป" เพื่อให้ได้งานที่ "ดีกว่า" บ้านที่ "ดีกว่า" "กิจวัตรประจำวัน"ที่ "ดีกว่า" ทุกอย่าง "ดีกว่า" ในโลกทุกวันนี้เราติดอยู่กับความคิดแบบ "ฉันทลาดโอกาสที่จะทำสิ่งนี้หรือสิ่งนั้น" "ฉันยังไม่ ประสบความสำเร็จมากพอ" "ฉันยังไม่เก่งเหมือนกับ..." และด้วยเหตุนี้ เราจึงพูดกับตัวเองด้วยความรู้สึกไม่เพียงพอและไม่มีค่า ซึ่งไม่ควรทำ อย่างนั้น เราเป็นสิ่งมีชีวิตที่สวองามซึ่งเป้าหมายและความคาดหวัง บิดเบี้ยวไปเพราะค่านิยมสมัยใหม่ ทำไมเราทุกคนถึงตั้งเป้าอยากมีชีวิต ที่สมบูรณ์แบบกันนัก ทั้งๆ ที่มันไม่เคยมีอยู่จริง?

วะบิ ซะบิ คือการเรียนรู้ที่จะยอมรับอะไรก็ตามที่เราเป็นอยู่ และ มีอยู่ในขณะนี้ การยอมรับนี้ไม่ได้ปลดความรับผิดชอบของเราจากการ มุ่งมั่นที่จะเป็นคนที่ดีขึ้นและใช้ชีวิตอย่างเต็มที่มากขึ้น แต่หมายความว่าเมื่อเรารู้สึกได้ว่าเรายอมรับช่วงขณะแห่งปัจจุบันได้ เราก็จะก้าวไป ข้างหน้าทุกวัน ทีละก้าว ทีละก้าว โดยไม่��มุ่งเป้าไปที่ความสมบูรณ์แบบ แต่มุ่งที่ตัวตนที่ดีที่สุดของเรา เพื่อค้นหาแก่นแท้ของตัวตนที่แท้จริง ของเรา ซึ่งก็คือ *อิกิไก* (*ikigai*) ของเรานั้นเอง แนวคิดปลดปล่อยตัวเรา

จากความคาดหวังที่ไม่สมจริงเพื่อก้าวไปข้างหน้า และเพื่อชีวิตที่ดีขึ้นนี้เป็นหนึ่งในหลายๆ ประเด็นความคิดสำคัญที่คุณจะพบได้ในหนังสือเล่มนี้

แน่นอนว่า ตอนนี่ผมรู้จักอะบิ สะบิมากกว่าตอนที่ได้อินคำนี้ครั้งแรกเมื่อสิบห้าปีที่แล้ว แต่ผมก็ยืนยันว่ายิ่งรู้ยิ่งเข้าใจอะบิ สะบิมากขึ้น ความรู้สึกซาบซึ้งตีมด่าก็ยิ่งเพิ่มขึ้น และจะไม่มีวันเบื่อหน่ายมันเลย

หนังสือเล่มนี้ได้พาผมไปยังสถานที่ใหม่ๆ ในการเดินทางด้วยมุมมองอะบิ สะบิ มุมมองนั้นปลูกให้ผมกระตือรือร้นต่อประสบการณ์การมีชีวิตอยู่ในโลกใบนี้อย่างที่มีนัยเป็น และช่วยให้ผมซาบซึ้งในปรัชญาอะบิ สะบิมากยิ่งขึ้นอีก และยึดเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตของผมด้วย

ขอให้เราโอบรับความไม่สมบูรณ์แบบของตัวเองและโลกที่ไม่สมบูรณ์แบบใบนี้ของเรา เพื่อจะได้เห็นว่าโลกนี้สวยงามเพียงใด แล้วจะได้ช่วยกันทำให้โลกยิ่งสวยงามขึ้น หนังสือของโนบูโอะ ชูซูกิ เล่มนี้จะช่วยพาคุณเริ่มก้าวเดินไปบนเส้นทางสายนี้ ผมหวังว่าคุณจะสนุกกับการอ่านเรื่องราวเหล่านี้เหมือนกับผม

เอ็กเตอร์ การ์เซีย

โตเกียว, ตุลาคม 2020

Nation Books

“เส้นตรงแต่เพื่อนมนุษย์
เส้นโค้งนุ่มถวายแต่พระเจ้า”
อันตอณี เกาดี (Antoni Gaudí)



Nation's Books

บทนำ

มหัศจรรย์แห่งความไม่สมบูรณ์แบบ

เล่ากันว่า มีพระภิกษุรูปหนึ่งที่มีหน้าที่ดูแลสวนของวัดนิกายเซนในญี่ปุ่น ท่านเป็นพระที่มีนิสัยแปลกอย่างหนึ่งคือ เวลากวาดใบไม้ร่วงบนทางเดินปูหิน ท่านจะปล่อยให้ใบไม้ร่วงเหลือทิ้งไว้บนหนึ่งบนทางเดินปูหินนั้น ก่อนจะกลับเข้าไปในกุฏิ

ท่านทำอย่างนั้นทำไมนะ?

คำตอบหนึ่งคือ เพราะอีกไม่นานต้นไม้แถวนั้นก็จะมีใบไม้สีทองลงมาใหม่อีก ส่วนอีกคำตอบคือ เพราะความงามตามอุดมคติของญี่ปุ่นนั้นไม่จำเป็นต้องมีความสมบูรณ์แบบ ความสม่ำเสมอ หรือมีรูปแบบที่แน่นอนตายตัว แต่ในความเป็นธรรมชาตินั้น ความงดงามถูกส่งผ่านออกมาด้วยใบไม้ที่ร่วงหล่นลงในสวนที่ว่างเปล่าในวัดเซน

คุณลักษณะที่โดดเด่นอย่างหนึ่งของวัฒนธรรมญี่ปุ่นคือ แนวคิดแปลกเรื่องความงาม สำหรับชาวตะวันตกหรือแม้แต่ชาวจีนก็ตาม ถ้วยชามที่สวยงามที่สุดคือถ้วยชามที่ออกแบบอย่างประณีต มีเส้นรอบวงที่กลมเนียน พื้นผิวเนียนเรียบไร้ริ้วรอยใดๆ และหากจะมีการตกแต่งถ้วยชามนั้นๆ ก็จะเป็นการตกแต่งประดับประดาที่มีรูปแบบลงตัวสวยงาม

ส่วนที่ญี่ปุ่นนั้น ถ้วยชามที่มีคุณค่าที่สุดและราคาแพงที่สุดมักจะเป็นถ้วยชามที่มีตำหนิ เพราะมันทำให้ถ้วยชามใบนั้นมีเอกลักษณ์

เฉพาะตัว มันอาจมีรอยบุ๋ม มีหินทรายติดอยู่ หรือแม้แต่มีรอยร้าว หรือผ่านการซ่อมแซมด้วยศิลปะแห่งคินสึจิ (kintsugi) ซึ่งเราจะพูดถึงเรื่องนี่ในบทต่อๆ ไปในหนังสือเล่มนี้

นอกจากมีเอกลักษณ์และบอกเล่าเรื่องราวเฉพาะตัวแล้ว ถ้วยที่มีตำหนิ พิเศษเหล่านี้ยังถ่ายทอดจิตวิญญาณของชาวญี่ปุ่นที่เรียกว่า วะบี ชะบี ซึ่งมองว่าสิ่งที่คล้ายคลึงกับธรรมชาตินั้นแหละคือความงาม ซึ่งอาจรวมหลักการสามเรื่องต่อไปนี้เข้าด้วยกัน

1. ไม่มีสิ่งใดสมบูรณ์แบบ
2. ไม่มีสิ่งใดเสร็จสิ้นสมบูรณ์
3. ไม่มีสิ่งใดคงอยู่ตลอดไป

สำหรับคนเราก็เช่นกัน การตระหนักถึงความไม่สมบูรณ์แบบของตัวเรานี่ ทำให้เรารู้จักถ่อมตน การยอมรับนี้ทำให้เราเป็นอิสระจากการเคี่ยวเข็ญตัวเองอย่างไม่ปราณี และพ้นจากการยึดมั่นในความสมบูรณ์แบบที่ไม่มีอยู่จริงในธรรมชาติ และรวมไปถึงว่าไม่มีอยู่ในมนุษย์เราด้วย

การยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบของตัวเองและธรรมชาติที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวของแต่ละคนนั้นไม่ได้แปลว่าถอดใจล้มเลิก แต่เป็นการช่วยให้เราเห็นแนวทางที่จะพัฒนาปรับปรุงต่อไปในฐานะที่เป็นมนุษย์

ใครก็ตามที่เชื่อว่าตนเองบรรลุความเป็นเลิศแล้วนั้น ในแง่หนึ่งเป็นความเข้าใจผิด เพราะคนเรานั้นมีจุดให้พัฒนาปรับปรุงได้เสมอ ในอีกแง่

คือทำให้ขาดความยืดหยุ่น การยึดมั่นในความจริงแท้ตามความรู้สึก
ของตัวเองทำให้ไม่มีพื้นที่สำหรับการเติบโต คนประเภทนี้จึงแข็งกระด้าง
คร่ำครึ และไม่ได้เติมเต็มชีวิต

ต่อไปคือหลักการที่สอง วัชระปิ ษะปิย้าเตือนเราชัดเจนว่า ไม่มีสิ่งใด
ที่เสร็จสิ้นสมบูรณ์ ดังเช่นธรรมชาติที่แปรเปลี่ยนไม่สิ้นสุดในวัฏจักรของ
การเกิดและการตาย มนุษย์เราก็เคลื่อนวนไปจุดเดียวกัน

แม้พระพุทธองค์ยังทรงตรัสว่า “เราเป็นผู้เริ่มต้นใหม่เสมอ”

การใช้ชีวิตแบบวัชระปิ ษะปินั้นหมายถึงว่า เมื่อคุณรับรู้ความ
ไม่สมบูรณ์แบบของตัวเองแล้ว ก็ให้ปล่อยรับการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง
และถือว่าทุกอย่างยังต้องดำเนินไป และดังนั้น สรรพสิ่งทั้งหลายจึงยัง
ดำรงอยู่ต่อไป

หลักการที่สามของวัชระปิ ษะปิ คือ ความเข้าใจในธรรมชาติแห่งความ
ไม่จีรังยั่งยืนของสรรพสิ่ง ซึ่งเป็นแนวคิดที่นำเรากลับไปสู่วิถีเซน ขอกลับมา
ที่เรื่องของพระพุทธเจ้าอีกครั้ง พระองค์ได้ทรงชี้ให้เห็นว่า เหตุแห่งทุกข์
ประการหนึ่งก็คือ มนุษย์ปรารถนาให้สิ่งทั้งหลายคงอยู่ตลอดไป ทั้งๆ ที่
โดยธรรมชาติแล้วทุกสิ่งล้วนเป็นเพียงของชั่วคราวเท่านั้น

วัยเด็กโอบบิณจากไป เติบโตกลายเป็นผู้ใหญ่ แล้วจากนั้นก็แก่เฒ่า
กันไป

โทรทัศน์รุ่นใหม่เทคโนโลยีสุดล้ำที่คุณเพิ่งซื้อมานั้น ถึงจุดหนึ่งก็ต้อง
เสียจนใช้การไม่ได้ หรือไม่ก็กลายเป็นของตกุ่นหรือล้าสมัยเข้าสักวัน
คนที่เราเคยมองว่าสวยงามหล่อจนใจละลาย ถึงจุดหนึ่งคนเหล่านั้นก็สิ้น

ความตั้งใจ หรือไม่เราก็เริ่มจิตจางห่างไปราวกับกิ่งไม้สองกิ่งที่เติบโตไปคนละทิศละทาง

แทนที่จะเศร้าโศกเสียใจ การยอมรับได้ว่า *ไม่มีสิ่งใดคงอยู่ตลอดไป* จะเป็นแรงบันดาลใจให้เราให้คุณค่าแก่ความงดงามของ ณ ช่วงเวลานั้น ซึ่งเป็นเพียงสิ่งเดียวที่เราช่วยคว้าได้ที่นี้และเดี๋ยวนี้ เป็นการเชิญชวนให้เราเต็มที่กับสิ่งที่เรากำลังทำอยู่ในตอนนั้น

การเดินเล่นในสวนสาธารณะของเราอาจจะเป็นครั้งสุดท้ายที่เราได้ไปเดินในสวนนั้นก็ไม่ได้ หากเราทำให้การเดินนี้เป็นเสมือนว่าเรากำลังกล่าวคำอำลาแต่ชีวิต การเดินบนโลกใบนี้ไม่ว่าจะในที่แห่งใด ก็แสนคุ้มค่า

สำหรับแนวคิดเรื่องความงามของชาวญี่ปุ่นนั้น ใบไม้แห่งที่กำลังจะปลิวร่วงจากกิ่งไม้ที่แห้งโกร่นนั้นมีความเคลื่อนไหวมากกว่าพุ่มหญ้าเขียวขจีที่ดอกไม้บานสะพรั่ง เช่นเดียวกับที่ชาวญี่ปุ่นเห็นว่าถ้วยชาที่มีคุณค่าสูงสุดคือถ้วยชาที่ไม่ได้งามสมบูรณ์หรือถ้วยชาที่มีร่องรอยการซ่อมแซมรอยบิ่นแตกกร้าวไว้

นั่นคือความมหัศจรรย์ของวะบิ ๕-บิ ซึ่งเป็นแรงบันดาลใจให้ชีวิตของเรา มอบขอบฟ้าใหม่แห่งความละเอียดอ่อน ความเติบโตองงาม และการเติมเต็มชีวิตให้แก่เรา

โนบุโอะ ชูซูกิ

Nation Books



A MEDITATION

*The cawing of the crows,
the snow-covered tōrō that looks like a bokushi in a hat,
the weight of the snow bending the tree branches,
the water from the fountain threading its way through the snow,
the sound of my footsteps deadened by the snow,
am I a tiny part of this imperfect garden?
or is the garden part of me, of my universe?*

คำรำพึง

เสียงร้องของอีกา

โคมหินที่ปกคลุมด้วยหิมะดูราวกับนัทบวชโบคุชิที่สวมหมวก
น้ำหนักของหิมะโหน้กถึงก้านของต้นไม้ให้โอนอ่อน
น้ำจากน้ำพุที่รินไหลเป็นสายไหลผ่านหิมะ
เสียงฝีเท้าของฉันเจียบหายไปนหิมะนั้น
ฉันเป็นส่วนเล็กๆ ของสวนที่ไม่สมบูรณ์แบบแห่งนี้้อย่างนั้นหรือ?
หรือว่าสวนแห่งนี้เป็นส่วนหนึ่งของฉัน? ของจักรวาลของฉัน?



สามมิติในแนวคิด ะบิ ะบิ

เสียงระฆังที่ก้องกังวาน

จากวัดในขุนเขา

แผ่หายไปในสายหมอก

โยชะ โนะ บุซง (Yosa no Buson)

เมื่อครั้งที่ผมอาศัยอยู่ในหมู่บ้านแห่งหนึ่งที่ชาวบ้านทุกคนรู้จักกันหมด ทุกๆ เช้าผมจะเริ่มออกเดินจากหัวหมู่บ้านไปจนจรดท้ายหมู่บ้าน ก้มหัวทักทายพวกเด็กๆ ที่กำลังไปโรงเรียน รวมทั้งเพื่อนบ้านที่ผมรู้จักมักคุ้นมานานปี และคนเฒ่าคนแก่ที่พาสุนัขออกมาเดินเล่น

แต่ละคนล้วนมุ่งหน้าไปตาม *อิกิไก (ikigai)* หรือเหตุผลของการมีชีวิตอยู่ ของตัวเอง ชาวบ้านบางคนก็โบกมือทักทาย บ้างก็ก้มหัวให้หรือไม่ก็ยิ้ม

เมื่อไปถึงท้ายหมู่บ้าน ผมเดินผ่านสะพานสีแดงเข้ม เพลิดเพลินกับความสดชื่นของสายน้ำ รู้สึกได้ว่าอากาศสดสะอาดจากภูเขาช่วยให้หายใจได้สดชื่นเต็มปอดและสมองปลอดโปร่ง เสียงพึมพำของสายน้ำไหลกระทบโขดหินสอดประสานไพเราะกับเสียงนกร้อง ผมหันไปมองเจดีย์ที่ตัดกันของใบไม้สีเขียวกับสีส้มของฤดูใบไม้ร่วงที่มีฉากหลังเป็นสุ่มทึมพุ่มไม้ที่ปกคลุมอยู่บนภูเขา

ผมเดินผ่านประตูไม้เข้าไปในวัด ทักทายเป็นที่กำลังกวาดใบเมเปิล
ที่หล่นเกลื่อนในปลายฤดูใบไม้ร่วง จากนั้นก็กลับบ้านไปหาเจ้าทามะ
แมวคู่วิว และเขียนหนังสือ

ที่เล่ามาทั้งหมดนี้เป็นการเดินทางที่ใช้เวลาไม่เกินสี่สิบห้า นาที แต่เวลา
เท่านี้แหละที่สำคัญอย่างยิ่งต่อความสุขของผม

เมื่อวานนี้ ยูจิ เพื่อนของผมมาหา เขาเป็นบรรณาธิการนิตยสาร
ด้านวรรณกรรมที่โตเกียว ผมชวนยูจิไปเดินเล่นด้วยกัน แล้วก็กลับมา
จิบชากันในห้องนั่งเล่นที่มองออกไปเห็นภูเขาทั้งลูก

“กลิ่นเสื่อทาทามิผสมกับกลิ่นชาเขียวนี้ทำให้คิดถึงวัยเด็กของผม
ขึ้นมาเลย” เพื่อนผมพูดขึ้นมา

“มันเป็นกลิ่นหอมประจำวันของผมเลย” ผมตอบ

หลังจากนั่งเงียบๆ กันได้สักพัก ขณะที่เรากำลังจิบชาอุจิกันเพลินๆ
อยู่นั้น เพื่อนเก่าที่แสนดีก็พูดขึ้นอย่างกระตือรือร้นว่า

“นี่ โนบุโอะ...คุณน่าจะไปอยู่ที่โตเกียวนะ คนอย่างคุณจะต้อง
ประสบความสำเร็จในเมืองนั้นแน่ๆ”

“ประสบความสำเร็จ...แล้วมันดียังไงล่ะ?”

“คุณก็จะมีชื่อเสียงในแวดวงวรรณกรรม ผู้คนในแวดวงนี้ก็จะเชิญ
คุณไปออกงานทุกวัน ได้เจอผู้หญิงสวยๆ เจอผู้คนที่มียศถิพ
ในวงการนี้ แล้วก็ทำเงินได้อีกโขเลย แถมนจะมีโอกาสงามๆ ด้าน
อาชีพการงานมากกว่าหมกตัวอยู่บนภูเขาไปถึงสิบเท่าเลยนะ”

“ก็ใช่...แต่นั่นก็จะมาพร้อมกับความเครียดแบบชีวิตในเมือง แล้ว
ผมก็จะหมดแรงบันดาลใจลงไปอีกสิบเท่า พอๆ กับหมดความสุขไปอีก

ลืบท่าด้วยนะสิ”

“ขอรับรองเถอะ โนบูกิโอะ” เพื่อนผมมึนงง “อย่าเอาแต่คิดแง่ลบ
นักเลย”

“ไปใช้ชีวิตในเมือง...เพื่ออะไร? เพื่อจะได้มีอะไรต่อมิมอะไรที่ผม
ไม่ต้องการนะเหรอ?”

“คุณนี่ช่างเป็น ‘เซน’ ซะจริงๆ...ไม่เคยเปลี่ยนเลย”

“ก็ทำไมผมจะต้องสะสมอะไรๆ ให้มากกว่าที่ตัวเองต้องการ
ด้วยล่ะ ผมอยากใช้ชีวิตที่สอดคล้องกับธรรมชาติของตัวเอง ะบิ ะบิ
คือแนวทางของผม”

“ะบิ ะบิก็เป็นแค่คุณค่าด้านความงามเท่านั้นแหละ” ยูจิพูด
“มันจะช่วยคุณได้ในเรื่องงานศิลปะที่คุณทำ แต่กับเรื่องอื่นๆ มันคง
ช่วยได้น้อยมาก”

“แต่สำหรับผมนะ ะบิ ะบิอยู่เหนือทุกสิ่ง” ผมค้าน “มันเป็น
ปรัชญา และวิถีชีวิต และผมกลัวพูดด้วยว่ามันเป็นวิถีทางที่จะเข้าใจ
ไปถึงห้วงจักรวาลเลยทีเดียว”

“ที่คุณว่ามาทั้งหมดนั้นก็ฟังดูดีอยู่หรอก แต่ว่า...คุณไม่กลัว
หรือว่าจะพลาดอะไรบางอย่างไป แล้วต้องมาเสียใจทีหลังว่ายังไม่
ทำอะไรเลย นอกจากเขียนหนังสือ เล่นเปียโน แล้วก็เดินท่อมๆ อยู่ใน
ภูเขา?”

ผมไม่รู้จะว่ายังไงกับคำถามนั้นนอกจากหัวเราะและตอบไปว่า

“ประเด็นก็คือ ในชีวิตแบบะบิ ะบิ มัน ไม่มีคำว่าผิดพลาดหรอก
เพราะโดยนิยามชีวิตก็ไม่ได้สมบูรณ์แบบอยู่แล้ว ฉะนั้นถ้าผมทำ
ผิดพลาดอะไรไป ก็ให้มันเป็นไปตามนั้นแหละ!”

เมื่อเพื่อนบรรณาธิการของผมกลับไปแล้ว ตอนพลบค่ำผมมานั่ง
ใคร่ครวญดู โดยมีเจ้าแมวเหมียวอยู่บนตัก ผมคิดว่าสำหรับผมแล้ว
อะบิ อะบิ นั้นมีอยู่ด้วยกันสามมิติ

ก่อนที่จะระบุว่าสามมิติคืออะไรบ้างนั้น ผมอยากจะบอกว่า
อะบิ อะบิ นั้นอยู่กับผมตั้งแต่นาทีที่ผมลืมตาตื่น เรื่อยไปจนกระทั่งผม
เข้าอนนเลยที่เดียว มันอยู่ในงานศิลปะที่ผมสร้างและมีความสุขกับมัน
อยู่ในบ้านและสวนของผม รวมทั้งในความสัมพันธ์ของผมกับครอบครัว
และเพื่อนๆ แม้แต่ในความผูกพันกับเจ้าแมวทามาของผมนด้วย

อะบิ อะบิ เป็นวิถีแห่งความรู้สึกของผมที่มีต่อการใช้ชีวิตอยู่และ
การมีปฏิสัมพันธ์กับโลกอย่างสง่างาม กลมกลืน และสงบสุข

การมาเยือนของยูจี้เป็นแรงบันดาลใจให้ผมเขียนหนังสือเล่มนี้
ขึ้นมา โดยผมจะแบ่งออกเป็นตอนหลักๆ สามตอนตามมิติต่างๆ
ที่จะได้กล่าวถึงต่อไป

1. อะบิ อะบิ ในเชิงปรัชญา

ในตอนแรกนี้ ผมจะพูดถึงอะบิ อะบิ ในมุมมองของโลกและตามแนว
ปรัชญาแบบอัตถิภาวนิยม (Existential Philosophy) ซึ่งจะทำให้เรามี
ความเข้าใจและความรู้สึกที่แตกต่างไปเกี่ยวกับจักรวาลและความ
สัมพันธ์ของเรากับผู้อื่น การมองโลกผ่านมิติต่างๆ ของอะบิ อะบิ จะช่วยให้
เราใช้ชีวิตอยู่ในความกลมกลืน ทั้งในโมงยามแห่งความสงบสุขและ
ช่วงเวลาแห่งความขี้เครียด

ปรัชญาอะบิ อะบิ บอกเราว่าทุกสิ่งไม่จีรังยั่งยืน แม้แต่ก้อนหินที่



วะบิ ชะบิ

Wabi Sabi
the wisdom in
imperfection

วะบิ ชะบิ คือแนวคิดการใช้ชีวิตที่งดงามเรียบง่าย

โดยยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบและความไม่ยั่งยืนของทุกสิ่ง

ใบไม้ร่วง ริ้วรอยแห่งวัย ถ้วยชามแตกบิ่น และแม้ความผิดหวังเจ็บปวดในชีวิต

ล้วนมีคุณค่าางงามที่ธรรมชาติได้มอบไว้ให้ในร่องรอยของกาลเวลา

จงมองหาความงามที่ซ่อนอยู่ในความไม่สมบูรณ์แบบให้เจอ

เรียนรู้และเติบโต เพื่อเป็นตัวเองที่ดีที่สุด มีความสุขมากขึ้น

และเป็นคนไม่สมบูรณ์แบบที่ดีที่สุดที่จะเป็นได้!

Bht 250.-
ISBN 978-616-587-047-4



NG-178 พิมพ์ตนเอง