

ผมได้แรงบันดาลใจในการเขียนบันทึกนี้ จากการอ่าน [หนังสือ ศิลปะแห่งการรัก](#) แปลจาก [The Art of Loving](#) [หนังสือ](#) คลาสสิก เขียนโดย [Erich Fromm](#) แปลโดยสุรพงษ์ สุวจิตตานนท์

ผมอ่านบทกล่าวนำ โดย ปีเตอร์ ดี. เคอร์เมอร์ และเพียงไม่กี่หน้าของบทแรก ก็เกิดแรงบันดาลใจเขียนบันทึกนี้ โดยผมตีใจการแยกแยะคำว่า "ความรัก" ออกเป็น ๒ นัย คือ การเป็นที่รัก (being [love](#) d) กับ การรัก ([loving](#)) คือการมอง "ความรัก" ให้กว้าง ทั้งเพื่อตนเอง, เพื่อคนอื่น, และเพื่อส่วนรวม เช่นเพื่อสังคม เพื่อมนุษยชาติ เพื่อโลก หรือหากตีวงแคบที่ความรักระหว่างคน ๒ คน ก็ยังมองได้เป็น ๔ นัย คือ เพื่อให้เขารักเรา, เพื่อเรารักเขา, เพื่อความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน, และเพื่อเราร่วมกันสร้างสังคมที่น่ายุ

อีกมุมหนึ่ง สามารถมอง "ความรัก" ได้เป็น ๒ นัย นัยหนึ่งมองว่าเป็นเสมือน "สิ่งของ" หรือ "เป้า" (object) และอีกนัยหนึ่งมองเป็น "ความสามารถ" (faculty) การมองเป็น ความสามารถ หรือสมรรถนะ นี้แหละ ที่ทำให้ผมคิดลากเข้าสู่ การเรียนรู้ เราสามารถมอง "ความสามารถในการรัก" เป็นการเรียนรู้อย่างหนึ่ง ที่ผมคิดว่า อยู่ในกลุ่มการเรียนรู้ทักษะชีวิต หากคิดเช่นนั้น "การรัก" ก็เป็นสิ่งที่เรียนรู้ฝึกฝนได้ และเราจะเรียนรู้ได้ดี หากเราเชื่อใน " [กระบวนทัศน์องกงาม](#) " ([Growth Mindset](#)) ว่าคนเรฝึกฝนตนเองเพื่อองกงาม "ขีดความสามารถในการรัก" ให้แก่ตนเองได้

โดยนัยข้างต้น กระบวนทัศน์องกงาม (Growth Mindset) จึงนำไปสู่การองกงามทักษะแห่งการรัก (The Skills of Loving)

ตรงกับคำโปรยที่ปกหลังของ [หนังสือ](#) ที่ระบุว่า "การรักเป็น" ช่วยให้คนจำนวนมากได้พัฒนาความสามารถในการรัก เปลี่ยนชีวิตของคนเมื่อรู้จัก " [ศิลปะแห่งการรัก](#) "

อ่านหนังสือแล้ว ผมนึกถึงความรักที่เกิดจากสัญชาตญาณ ที่ผมนึกออกมี ๒ อย่าง คือ สัญชาตญาณรวมหมู่ ในฐานะที่มนุษย์เป็นสัตว์สังคม กับสัญชาตญาณสืบต่อเผ่าพันธุ์ แต่ในวิถีคิดแบบ "กระบวนทัศน์องกงาม" ความรักเกิดจากการองกงามด้านในของความเป็นมนุษย์ได้ด้วย

อีริก ฟรอมม์ บอกว่า ความรักเป็นศิลปะ เหมือนดนตรี หรือการเขียนรูป จึงเรียนรู้ได้ และต้องเรียนรู้ ๒ ด้าน คือด้านทฤษฎี กับด้านปฏิบัติ

ทฤษฎีที่ผมคิดว่ามีคุณค่าที่สุดคือ เรื่องการรักตนเอง กับ การรักผู้อื่น สองสิ่งนี้ไม่เป็นขั้วตรงกันข้ามกัน คนที่รักตนเอง ไม่ใช่คนที่ไม่รักผู้อื่น คนที่รักผู้อื่น ไม่ใช่คนที่ไม่รักตนเอง ความรักตนเองกับความรักคนอื่นเป็นสิ่งที่เกื้อกูลกัน ไม่ใช่สิ่งที่ขัดกัน คนที่รักตนเองไม่เป็น จะรักคนอื่นไม่เป็นด้วย และในทำนองเดียวกัน คนที่รักคนอื่นไม่เป็น ก็รักตนเองไม่เป็นด้วย หลักการเช่นนี้ เรียกว่า ตรรกะที่เป็นปฏิทัศน์ (paradoxical logic) หรือ จุดยืนที่เป็นทวิลักษณ์ (dualistic standpoint) และผมตีความว่า สอดคล้องกับ Growth Mindset

แล้วผมก็พบว่า "มนุษย์ที่เปลี่ยนแปลงไป" (transforming man) (หน้า ๑๒๑) ซึ่งหมายความว่า มนุษย์เรามีการเรียนรู้ องกงาม และเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

ชีวิตที่พอเพียง : ๒๕๒๐. กระบวนทัศน์องคางามสู่ศิลปะแห่งการรัก.

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันพุธที่ 27 พฤษภาคม 2015 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันพุธที่ 27 พฤษภาคม 2015 เวลา 11:45 น.

ตรงกับหลักการ [Transformative Learning](#) ที่เราใช้กันในปัจจุบัน และในหน้า ๑๓๙ ระบุชัดเจนว่า คำว่า ความรัก ใน [หนังสือ](#) เล่มนี้ หมายถึงความรักในฐานะที่เป็นการแสดงออกของบุคลิกที่มีวุฒิภาวะ

ที่หน้า ๑๒๙ มีคำว่า "ความรักจอมปลอม" และ อีริก ฟรอมม์ บอกว่า ที่คนในยุคปัจจุบันเรียกว่าความรักนั้น ส่วนใหญ่เป็นความรักจอมปลอม โดยเขาโทษว่าทุนนิยมเป็นสาเหตุ นี่คือนักหนังสือที่เขียนในปี ค.ศ. 1956 คือ ๕๙ ปีมาแล้วนะครับ คำถามคือ แล้วเวลานี้ สภาพของความรักในสังคมไทยเราชำรุดทรุดโทรมอย่างไรในสังคมตะวันตก ตามที่ อีริก ฟรอมม์ วิพากษ์เมื่อ ๖๐ ปีที่แล้วหรือไม่ คำตอบของผมคือ ใช่

ในบทที่ ๔ การปฏิบัติการรัก เขาระบุว่า ไม่มีสูตรตายตัว (ไม่มีใบสั่งยา) แต่ได้ระบุปัจจัยสำคัญ ๔ ประการคือ ความมีวินัย (discipline), สมาธิ (concentration), ความอดทน (patience), และ ความใส่ใจสูงสุด (supreme concern) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ ในการทำงานศิลปะ เงื่อนไขสำคัญต่อความสำเร็จคือ การเอาชนะการหลงใหลตัวเอง

(narcissistic orientation) (น. ๑๗๘)

ท่านที่สนใจเรื่องราวของ อีริก ฟรอมม์ อ่านได้ [ที่นี่](#)

สรุปสุดท้ายของผม ความรักคือส่วนผสมที่พอเหมาะระหว่างความเป็นหนึ่งเดียว กับความเป็นปัจเจกหรืออัตลักษณ์ของตนเอง เราจะรักคนอื่นได้อย่างยั่งยืน หากเรายอมรับอัตลักษณ์ของเขา

ผมเขียนบันทึกนี้แบบตีความสุดๆ ไม่ได้สรุปหรือรวบรวมประเด็นจาก [หนังสือ](#) เล่มนี้ ผมลากเข้าหาประเด็นของ การเรียนรู้ ที่เป็นการเรียนรู้เพื่อชีวิต - ทักษะชีวิต การอ่านบันทึกนี้จึงไม่ทดแทนการอ่านหนังสือเล่มนี้เลยแม้แต่น้อย ผมคิดว่า

[จงการรัก](#)

[ศิลปะแห่ง](#)

เป็นหนังสือที่ประเทืองปัญญายิ่ง ขอขอบคุณที่มูลนิธิเพื่อสังคมแปลออกสู่สังคมไทย

ขอขอบคุณ [มูลนิธิหนังสือเพื่อสังคม](#) ที่ส่งหนังสือเล่มนี้มาเป็นอนินันทนาการ อ่านแล้วประเทืองปัญญาจริงๆ ผมเคยเขียนอ่านหนังสือของสำนักพิมพ์นี้ ๒ เล่ม คือ ฟ้ากว้างทางไกล

กับ

[ความสุขแห่งชีวิต](#)

ชีวิตที่พอเพียง : ๒๕๒๐. กระบวนทัศน์งอกงามสู่ศิลปะแห่งการรัก.

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันพุธที่ 27 พฤษภาคม 2015 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันพุธที่ 27 พฤษภาคม 2015 เวลา 11:45 น.

วิจารณ์ พานิช

๑๑ เม.ย. ๕๘

[บันทึกนี้เขียนที่ GotoKnow](#) โดย [Prof. Vicharn Panich](#)

คัดลอกจาก: <https://www.gotoknow.org/posts/590556>