

# เบบิ เบบิ

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร



ห้องสมุดพระนครเหนือ



501032114

พิมพ์ครั้งที่ 3

BETH KEMPTON

วุฒิชัย กฤษณะ-ประกรกิจ แปล

Be(ing)

# คำนำสำนักพิมพ์

วะบิ ชะบิ คือปรัชญาเก่าแก่ของญี่ปุ่นที่อยู่ควบคู่กับปรัชญาญี่ปุ่นอื่นๆ อย่าง 'อิคิไก' และ 'คินสิจิ' ฝังรากลึกอยู่ในวัฒนธรรมที่ยึดโยงอยู่กับธรรมชาติของชาวญี่ปุ่นมายาวนาน และได้รับการเผยแพร่ไปทั่วโลกอย่างกว้างขวาง น้อยคนที่จะไม่เคยได้ยินคำนี้

แต่เมื่อเทียบความหมายแล้ว วะบิ ชะบิ ดูจะล่องลอยมากกว่า อิคิไก และ คินสิจิ อาจจะเนื่องจากหลักปรัชญาอีก 2 อย่างนั้น มีสำนักพิมพ์ในประเทศไทยทำหนังสือที่นำเสนอความหมายของหลักการและการประยุกต์ใช้ออกมาให้เราได้ศึกษากันอย่างชัดเจนแล้ว อิคิไก คือ วิธีแห่งการค้นหาเป้าหมายและความหมายของชีวิต ส่วน คินสิจิ คือ การกอบเก็บและเยียวยาบาดแผลทางใจเมื่อเราต้องประสบเรื่องเลวร้าย

## แล้ว ะบิ ะบิ คืออะไร

เมื่อไปตามคนญี่ปุ่นว่า ะบิ ะบิ คืออะไร ก็แทบไม่มีคนญี่ปุ่นคนไหนตอบได้ตรงๆ ทุกคนจะบอกว่ามันพริ้วไหวอยู่ในสายลม ร้อนระริกอยู่ในแสงแดด สดชื่นอยู่ในดอกซากุระบาน และตรึงใจอยู่ในริ้วรอยของใบเมเปิ้ลเหี่ยว ทั้งในความสุขและความทุกข์ ในรูปและในนาม แต่โดยรวมๆ แล้ว มันกำลังบอกว่าทุกสรรพสิ่งล้วน 'ไม่เที่ยง, ไม่สมบูรณ์, และไม่เสร็จสิ้น' และหากเราต้องการมีความสุข ก็ควรมองโลกใบนี้ด้วยแว่นตานี้

แต่เมื่อหันไปมองรอบตัว โลกเราในยุคปัจจุบันกลับดูจะตรงข้ามกับหลักการของ ะบิ ะบิ อย่างมาก สังคมเราให้คำสิ่งที่ 'เที่ยงแท้แน่นอน', 'ความสมบูรณ์แบบ' และ 'ความสำเร็จเสร็จสิ้น' เช่นนี้ ะบิ ะบิ จะเป็นเพียงแนวคิดหนึ่งที่เคยใช้ได้เมื่อบรรพกาล ซึ่งมาถึงตอนนี้หมดอายุและหลงยุคไปแล้ว หรือมันจะเป็นทางเลือกให้คนที่เริ่มอ่อนล้ากับการตามหาความสมบูรณ์แบบ ที่ยิ่งตามก็เหมือนจะยิ่งห่างออกไปเรื่อยๆ กันแน่

เบท เคมป์ตัน ผู้หญิงที่เป็นอะไรหลายอย่าง ทั้งล่ามภาษาญี่ปุ่นประจำ UN นักข่าวกีฬา ผู้ก่อตั้งบริษัท Do What You Love บริษัทที่ปรึกษาสำหรับคนที่อยากทำในสิ่งที่ตนรัก

และแม่บ้านลูกสอง แต่สิ่งที่เธอเป็นสำหรับหนังสือเล่มนี้คือ ผู้ได้รับการยอมรับว่าเข้าใจวัฒนธรรมญี่ปุ่นลึกซึ้งอย่างหาคน เทียบได้ยาก

เธอแกะรอย ะบิ ะบิ ว่ามันเป็นสิ่งใดและมีประโยชน์ อะไรที่เราสามารถหยิบจับมาใช้ได้ในโลกยุคนี้ ด้วยการสอบถามความหมายของคำคำนี้กับผู้รู้หลากหลายในหลายสถานที่ ตั้งแต่ถามพระที่บ่อน้ำศักดิ์สิทธิ์ในวัด คุณยายอายุกว่าร้อยปี ครูสอนพิธีชงชาผสมในถ้วยรากุ ไปจนถึงดีไซเนอร์ชื่อดัง แล้วค้นวิถีของปรัชญาเก่าแก่ออกมาเป็นวิธีคิดและวิถีปฏิบัติ อันชัดเจน เพื่อให้เราเข้าใจและนำไปใช้ในโลกที่แห่แหนไล่ล่า ความสมบูรณ์แบบจนหนื่อยทั้งกายและใจได้จริง

สำนักพิมพ์อยากเชิญชวนให้ผู้อ่านที่สนใจใคร่รู้จัก ะบิ ะบิ ปรัชญาญี่ปุ่นเก่าแก่อันล้ำค่า สละเวลาตามคุณ เคมป์ตันท่องไปในญี่ปุ่นสลับกับมองลึกเข้าไปภายในใจตนสัก ช่วงเวลาหนึ่ง เมื่ออ่านจบแล้วก็ลองตั้งคำถามดูว่า ชีวิตที่ดี คืออะไร บางทีคำตอบที่ได้อาจทำให้เรามีความสุขกับตัวเอง มากกว่าเดิม

ขอขอบคุณ  
กองบรรณาธิการ  
มิถุนายน 2563

# สารบัญ

คำนำ โดย ฮิเดโตะชิ นากาตะ 前書き	18
เกริ่นนำ はじめに	24
บทที่หนึ่ง: ที่มา คุณลักษณะ สิ่งที่เห็นและเป็นอยู่ ของ ะบิ ะบิ ในทุกวันนี้ 「侘び寂び」とは	39
บทที่สอง: เรียบง่ายและงดงาม 質素簡潔	73
บทที่สาม: อยู่กับธรรมชาติ 自然を愛でる	135
บทที่สี่: ยอมรับและปล่อยวาง 吾唯足知	177
บทที่ห้า: ทบทวนความล้มเหลว 七転び八起き	219
บทที่หก: ทะนุถนอมความสัมพันธ์ 人との絆	263

บทที่เจ็ด: รื่นรมย์บนเส้นทางการงาน 人生行路	301
บทที่แปด: เก็บรักษาวันเวลาที่ดี 今を生きる	343
คำตาม: ผูกโยงทั้งหมดเข้าด้วยกัน 結びに	380
คำขอบคุณ 後書き	386
อ้างอิง 注	394
บันทึกสำหรับการไปเยือนญี่ปุ่น 日本を旅する	412
บรรณานุกรม 参考文献	418
เกี่ยวกับผู้เขียน ベス・ケンプトン	426
ประวัติผู้แปล	430

สามารถยืมและติดตามหนังสือใหม่ได้ที่ ระบบห้องสมุดอัตโนมัติ Walai Autolib

<https://lib.rmutp.ac.th/bibitem?bibid=b00110016>



Wabi sabi วะบี สะบี : แด่ความไม่สมบูรณ์แบบของชีวิต / เบก เคมบีตัน, เขียน ; วุฒิชัย ฤกษ์ประกรกิจ, แปล.  
เคมบีตัน, เบก.

My list



Subject [การยอมรับตนเอง](#)  
[ความตระหนักในศักยภาพตน](#)  
[ปรัชญาญี่ปุ่น](#)  
[สุนทรียศาสตร์](#)

#### Details

Added Author [วุฒิชัย ฤกษ์ประกรกิจ, ฟูแปล](#)  
Published นนทบุรี : อมรินทร์ บุ๊ค เซ็นเตอร์, 2565.  
Edition พิมพ์ครั้งที่ 3.  
Detail 431 หน้า ; 17 ซม.  
ISBN 9786169352525

0 1 0

MARC

Export

Save

Share

สำหรับการศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอก