

ชีวิตติดปีกด้วยศิลปะแห่งการช่างแม่ง

อภิสรรา ศรีวิชัย

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา, เชียงใหม่, ประเทศไทย

The Subtle Art of Not Giving a F*ck

Apisara Sriwichai

Rajamangala University of Technology Lanna, Chiang Mai, Thailand

Article Info

Vol. 3 No. 2

(August.-December. 20/ก)

Book Review

Self-Improvement:

Received 03 Jul 2024

Revised 28 Sep 2024

Accepted 07 Oct 2024

บทวิจารณ์หนังสือ



ผู้เขียน: Mark Manson

ผู้แปล: ยอดเถา ยอดยิ่ง

จำนวนหน้า: 236 หน้า

ปีที่พิมพ์: 2018

ครั้งที่พิมพ์: 1

โรงพิมพ์: บิงโก

บทนำ

ในโลกนี้ยังมีอีกหลายคนที่ใช้ชีวิตตามความคาดหวังของคนอื่น และยอมทิ้งความฝันของตนเองเพื่อทำสิ่งต่างๆ ที่คนรอบตัวบอกว่าดี แต่การที่เราคิดแบบนั้นจะทำให้เราประสบความสำเร็จแต่ไม่มีความสุข อย่าทำให้ความคาดหวังของคนอื่นมาทำให้ชีวิตของเรา ไม่มีความสุข หนังสือเรื่อง “ชีวิตติดปีกด้วยศิลปะแห่งการช่างแม่ง” ไม่เพียงแต่อธิบายการให้ความสำคัญกับสิ่งที่สำคัญจริงๆ ในชีวิต การปรับมุมมองต่อความทุกข์และความสุข แต่ยังแนะนำการใช้ชีวิตในรูปแบบต่างๆ ที่จะทำให้เราพัฒนาตนเองและใช้ชีวิตโดยการเลือกคุณค่าและเส้นทางของตัวเองให้เป็นไปตามที่เราคาดหวัง

เนื่องจากหนังสือเล่มนี้มีคุณค่าต่อการอ่านอย่างยิ่ง ทำให้ผู้อ่านทราบถึงแนวทางการพัฒนาตนเองและการสร้างแรงบันดาลใจให้กับตัวเอง โดยการใช้ชีวิตให้มีความสุขและให้เป็นไปตามแบบที่ใจเราต้องการ ยอมรับ

ความผิดพลาด ความอ่อนแอ และความเป็นจริง เพื่อไปพัฒนาและปรับปรุงตัวเอง ผู้วิจารณ์จึงหยิบหนังสือเล่มนี้มาวิจารณ์เพื่อหวังว่าจะเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตให้แก่ผู้ที่สนใจและบุคคลที่อยากพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

เนื้อหา

หนังสือเรื่อง “ชีวิตติดปีกด้วยศิลปะแห่งการช่างแม่ง” หนังสือเล่มนี้ถูกเขียนโดย Mark Manson นักเขียนและบล็อกเกอร์ชื่อดัง และแปลโดย ยอดเถา ยอดยิ่ง หนังสือเล่มนี้มีจำนวน 236 หน้า ประกอบด้วย 9 บท ดังนี้

บทที่ 1 อย่าพยายาม คำนี้ตรงข้ามกับคำว่าความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น แต่จงให้เรามองโลกด้วยความเป็นจริง อย่าชวนขวยให้เราเป็นอย่างที่ค่านิยมของสังคมต้องการ ว่าฉันต้องสวย ว่าฉันต้องรวย ยิ่งเราพยายามหาในสิ่งที่เราขาดไปมากเท่าไร ก็ยิ่งเป็นการตอกย้ำความทุกข์ที่เกิดจากการไม่มีมากเท่านั้น จงเป็นตัวของตัวเอง มีความสุข พอใจ และยอมรับในสิ่งที่เรามี

บทที่ 2 ความสุขคือปัญหา ปัญหาไม่เคยหายไปไหนถ้าเรายังโหยหาแต่ความสุขเราต้องมีชีวิตอยู่กับปัญหา และความทุกข์ หากเราแก้ปัญหได้ดีเราก็จะมีความสุขมากกว่า ปัญหาที่ตามมาก็คงน้อยลง เราต้องยอมรับกับปัญหาและเราถึงจะแก้ไขปัญหานั้นได้

บทที่ 3 คุณไม่ได้พิเศษกว่าคนอื่น มีคน 2 ประเภทในโลกนี้ คือ คนที่มองว่าตนเองพิเศษที่สุด เก่งที่สุด จนถูกผู้อื่นแสดงว่าเป็นคนที่เห็นคุณค่าของตัวเองในทางที่ผิดและอีกประเภทหนึ่ง คือคนที่มองว่าตัวเองเป็นคนขี้แพ้ โชคร้ายที่สุด และเจ็บปวดที่สุดแต่ไม่เป็นความจริงเพราะทุกคนล้วนมีความทุกข์และเจ็บปวดเหมือนกัน เราทุกคนบนโลกนี้คือคนธรรมดา จงพอใจในความธรรมดาที่ทำให้คุณเป็นคนธรรมดา ความสุขไม่จำเป็นต้องเกิดจากเรื่องพิเศษเสมอ แต่ความสุขนั้นเกิดจากเรื่องธรรมดาที่แสนเรียบง่ายก็พอ

บทที่ 4 คุณค่าของความทุกข์ ชีวิตของคนเราล้วนมีแต่ความทุกข์ ให้ความสำคัญกับค่านิยมที่ดีและเลือกสิ่งที่เหมาะสมจะแคร์ หากความทุกข์หรือความยากลำบากที่เราพร้อมจะทำมัน เช่น การซื้อรถเราก็ต้องยอมรับว่าวันหนึ่งเราก็ต้องซ่อมมัน การที่เราไปเป็นทหารเราต้องสละชีพเพื่อให้คนในประเทศปลอดภัย ดังนั้นจงอย่าหลีกเลี่ยงแต่ให้เผชิญหน้าและแก้ปัญหา

บทที่ 5 คุณกำลังเลือกเสมอ ยอมรับความโชคร้ายที่เกิดขึ้น ถึงแม้ว่าจะเป็นเพราะคนอื่นก็ตาม และไม่มีใครรับผิดชอบความรู้สึกของเราได้นอกจากตัวเราเอง เช่น โดนทิ้งให้ออกหัก แต่คนที่ทิ้งเราก็ได้รับความเจ็บปวดจากเราไม่ได้ยุติ จะไปโทษเขามันก็ไม่มีอะไรดีขึ้นนอกจากทำใจและยอมรับมัน

บทที่ 6 คุณผิดหมดทุกเรื่องนั่นแหละ อย่าเชื่อบนโลกความเป็นจริง ยอมรับความผิดพลาดของตนเองเพื่อจะได้มีโอกาสแก้ไขมันให้ถูกต้อง คนเราทำผิดพลาดเป็นเรื่องธรรมดา เราควรเปิดใจเพราะจะทำให้เราได้พัฒนาตนเองและเรียนรู้ที่จะผิดพลาดน้อยลงหรืออาจจะไม่ทำผิดพลาดซ้ำอีก

บทที่ 7 ความล้มเหลวคือการก้าวไปข้างหน้า คนที่ไม่ล้มเหลวคือคนที่ไม่ทำอะไรเลย และค่านิยมเป็นสิ่งที่กำหนดว่าอะไรคือความล้มเหลว และเราต้องเลือกค่านิยมให้ถูกต้องชก่อน ปัญหาต่างๆ ถึงจะได้รับการแก้ไขในทางที่ถูกต้อง อย่างกลัวที่จะล้มเหลวเพราะความล้มเหลวนั้นจะเป็นแรงผลักดันให้เราประสบความสำเร็จ

บทที่ 8 ความสำคัญของคำว่าไม่ เลือกที่จะปฏิเสธให้ได้ เราไม่สามารถแบกรับทุกอย่างบนโลกใบนี้ได้ ชีวิตคือการเลือกปฏิเสธเลือกทำในสิ่งที่ใช่เพราะสิ่งเราเลือกเราพร้อมที่จะอยู่กับมัน พร้อมที่จะเป็นทุกข์กับมันได้ และต้องมีความจริงใจ เราจะต้องรู้สึกสบายใจกับการพูดและฟังคำว่า “ไม่” ต้องยอมรับการถูกปฏิเสธให้ได้ เพราะทุกคนมักเลือกสิ่งที่ดีให้กับตนเองเสมอ

บทที่ 9 บทสรุปแล้วคุณก็ตาย ยังไงสักวันหนึ่งคนเราก็ต้องตาย การที่เรากลัวความตายนั่นแสดงว่าเรากลัวการสูญเสียการใช้ชีวิตที่ยังไม่ประสบความสำเร็จหรือยังความสุขไม่มากพอ เราไม่จำเป็นต้องเสียเวลาในชีวิตเพื่อตามหาชื่อเสียง ยศลาภ เงินทอง ซึ่งเป็นของนอกกาย แต่เราควรเลือกที่จะใช้ชีวิตที่มีให้คุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุดให้กับตนเองและสังคม ทำในสิ่งที่เราคิดว่าเราคิดว่ามีความสุขกับมัน

หนังสือเล่มนี้ทำให้เราทราบถึงแนวทางการดำเนินอย่างถูกต้อง ว่าการคิดทางบวกนั้นเป็นเรื่องที่ดี แต่ความจริงที่เราหนีไม่พ้นคือบางครั้งชีวิตมันก็แย่ และสิ่งที่ดีที่สุดที่เราสามารถทำได้นั้น คือยอมรับและเผชิญหน้ากับปัญหาที่ถาโถมเข้ามาในชีวิต

บทวิจารณ์

ภาพรวมของหนังสือ

หนังสือเรื่อง “ชีวิตติดปีกด้วยศิลปะแห่งการช่างแม่ง” หนังสือเล่มนี้ถูกตีพิมพ์ด้วยยอดขายถล่มทลายมากกว่า 2 ล้านเล่มทั่วโลก ถูกเขียนโดย Mark Manson นักเขียนและบล็อกเกอร์ชาวอเมริกัน เป็นหนังสือที่พูดถึงการใช้ชีวิตอย่างไรให้มีความสุขทำให้เราได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์การใช้ชีวิตของผู้เขียนโดยมีเนื้อหาที่มีความจริงใจใช้ภาษาที่กระแทกใจผู้อ่านทำให้ผู้อ่านคิดตามและอยู่บนโลกแห่งความเป็นจริงให้มากที่สุด เช่น สื่อออนไลน์ที่ทำให้เรามีอีกตัวตนหนึ่งที่ดูดี มีความสุขอยู่เสมอ ซึ่งอาจไม่ตรงกับชีวิตจริงนักหนังสือเล่มนี้จึงสอนให้เราเป็นตัวของตัวเองอย่าเอาค่านิยมของคนอื่นมาทำให้ตัวเราไม่มีความสุข

หนังสือได้ตอบโจทย์การใช้ชีวิตในปัจจุบันเป็นอย่างมาก มีการยกตัวอย่างสถานการณ์ต่าง ๆ และสมมติตัวละครให้เป็นเรื่องราวที่เข้าใจง่ายและยังสอดแทรกเคล็ดลับการใช้ชีวิตและคำคมต่างๆ ให้ตลอดทั้งเล่ม ทำให้ผู้ที่ได้อ่านนั้นได้คิดตามและนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง และใช้ชีวิตให้อยู่บนโลกแห่งความเป็นจริง ยอมรับและเข้าใจค่านิยมการใช้ชีวิตที่ถูกต้องเพื่อให้เราอยู่บนโลกใบนี้ให้มีความสุข

จุดเด่น

หนังสือเล่มนี้ถือเป็นหนังสือหมวดจิตวิทยาพัฒนาตนเอง มีคุณค่าต่อการอ่านและการครอบครอง ผู้วิจารณ์จะขอล่าวรายละเอียดดังนี้

ประการที่ 1 มีการสมมติตัวละครและการยกตัวอย่างสถานการณ์ต่างๆ เช่น การอธิบายความสุขของนักดนตรี 2 คน ที่ถูกไล่ออกจากวงดนตรีโดยไม่ทราบสาเหตุ คนหนึ่งดำเนินชีวิตด้วยความโกรธแค้นจนประสบความสำเร็จ แต่ไม่มีความสุขกับอีกคนหนึ่งที่ใช้ชีวิตแสนเรียบง่ายกับครอบครัว ไม่แข่งขันกับใครทำให้เขาใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข เรื่องนี้ทำให้ผู้อ่านเข้าใจเนื้อหาได้อย่างลึกซึ้งมากขึ้นและสนุกสนานกับการอ่านและเหตุการณ์จำลอง แสดงให้เห็นถึงตัวอย่างการใช้ชีวิตที่ถูกต้องและผิด วิเคราะห์สถานการณ์และสรุปเหตุการณ์ว่า เราสามารถทำอะไรได้บ้างกับสิ่งที่เกิดขึ้น เสมือนว่าเราได้เข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้นจริงๆ และเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การใช้ชีวิตของตัวผู้เขียน

ประการที่ 2 การใช้ภาษา ผู้เขียนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและตรงไปตรงมาเหมือนกับชื่อหนังสือ ทำให้ผู้อ่านอยู่บนโลกของความเป็นจริงไม่เพ้อฝัน เช่น เรื่องกฎแห่งการย้อนกลับ ถ้าเราอยากสวยเราก็จะมองตัวเองว่าไม่สวย ถ้าเราอยากเป็นคนรวยเราจะมองตัวเองว่าเป็นคนจน ถ้าเราแคร่สิ่งต่างๆ น้อยลงชีวิตก็จะมีแต่ความสุข และหนังสือเล่มนี้ยังเป็นหนังสือที่แปลมาจากภาษาอังกฤษ ผู้แปลสามารถแปลหนังสือออกมาได้เข้าใจง่ายทำให้ผู้อ่านเข้าใจเนื้อหาได้มากยิ่งขึ้น

ประการที่ 3 การออกแบบรูปเล่มหนังสือ มีความเรียบง่ายและมีชื่อหนังสือที่สะดุดตาชวนให้หยิบขึ้นมาอ่าน ภายในหนังสือยังเป็นกระดาษถนอมสายตาและมีคำคมข้อคิดต่าง ๆ สอดแทรกให้ตลอดทั้งเล่มทำให้หนังสือไม่น่าเบื่อและน่าติดตาม

จุดด้อย

ผู้วิจารณ์มองว่าหนังสือเล่มนี้มีจุดด้อยน้อยมาก เนื่องจากเป็นหนังสือจิตวิทยาพัฒนาตนเองที่มีคุณค่าอย่างมาก ผู้วิจารณ์จะขอลอ่าวรายละเอียดดังนี้

ประการที่ 1 มีเนื้อหาที่ตรงไปตรงมากระแทกกระทั้นใจผู้อ่าน เช่น เรื่องของการผจญภัยสุดเพี้ยนของแพนด้าโมโกหก แพนด้าที่ใครๆ ก็ต่างกลัว เพราะเป็นแพนด้าที่จะพูดแต่ความจริงว่า เรามันขี้แพ้ เราไม่เก่ง เราไม่เคยเรียนเกี่ยวกับวิชานี้เลยเราจะไปทำงานได้อย่างไร ทำให้ผู้อ่านรู้สึกเสียตลึง สะเทือนใจ กับสิ่งที่ได้อ่านและต้องยอมรับความผิดพลาด ความเจ็บปวดและความอ่อนแอของตนเอง เพื่อที่จะได้ปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้อยู่บนโลกของความเป็นจริงได้ดีมากขึ้น

บทสรุป

หนังสือเล่มนี้ต่างจากหนังสือฮาวทูทั่วไป ว่าทำอะไรถึงจะประสบความสำเร็จ แต่เป็นหนังสือที่ทำให้เรารู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่สำคัญจริงๆ ในชีวิตของเรา คำว่า “ช่างแม่ง” ในที่นี้ ไม่ได้แปลว่าให้เราละเลยกับทุกเรื่องในชีวิต แต่เป็นการให้เราพูดคำนี้ให้กับสิ่งที่ไม่สำคัญในชีวิตของเรา เพราะฉะนั้นเราควรจะรู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่สำคัญจริงๆ ในชีวิตและอะไรเป็นสิ่งที่เราควรแคร์ เพราะธรรมชาติของมนุษย์นั้นถูกสร้างมาให้แคร์สิ่งรอบตัวมากเกินไป การที่เราต้องมานั่งแคร์ทุกคนและแคร์ทุกอย่างนั้น จะทำให้ตัวเราสูญเสียบางอย่างในชีวิตของเราไป เพราะชีวิตคือการเลือกอยู่เสมอ ถ้าเรารู้ว่าอะไรสำคัญและมีความหมาย เราก็แค่ใช้เวลาของเราไปกับสิ่งนั้นๆ ให้มากที่สุด ค่านิยมที่ดีจะให้ความสุขหรือความทุกข์ ทุกอย่างล้วนเกิดจากมุมมองของตัวเราเอง จงเลือกที่จะใช้ชีวิตให้มีคุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุดให้กับตนเองและสังคม ทำในสิ่งที่เราคิดว่าเราคิดว่าจะมีความสุขกับมัน เพราะในบทสุดท้ายของหนังสือเล่มนี้กำลังจะบอกเราว่าสุดท้ายแล้วทุกคนก็ต้องตาย

เอกสารอ้างอิง

มาร์ก แมนสัน. (2561). ชีวิตติดปีกด้วยศิลปะแห่งการช่างแม่ง. (ยอดเกา ยอดยิ่ง, ผู้แปล). กรุงเทพฯ : บิงโก.