

โพลีเมอร์ ชั้น 112=157

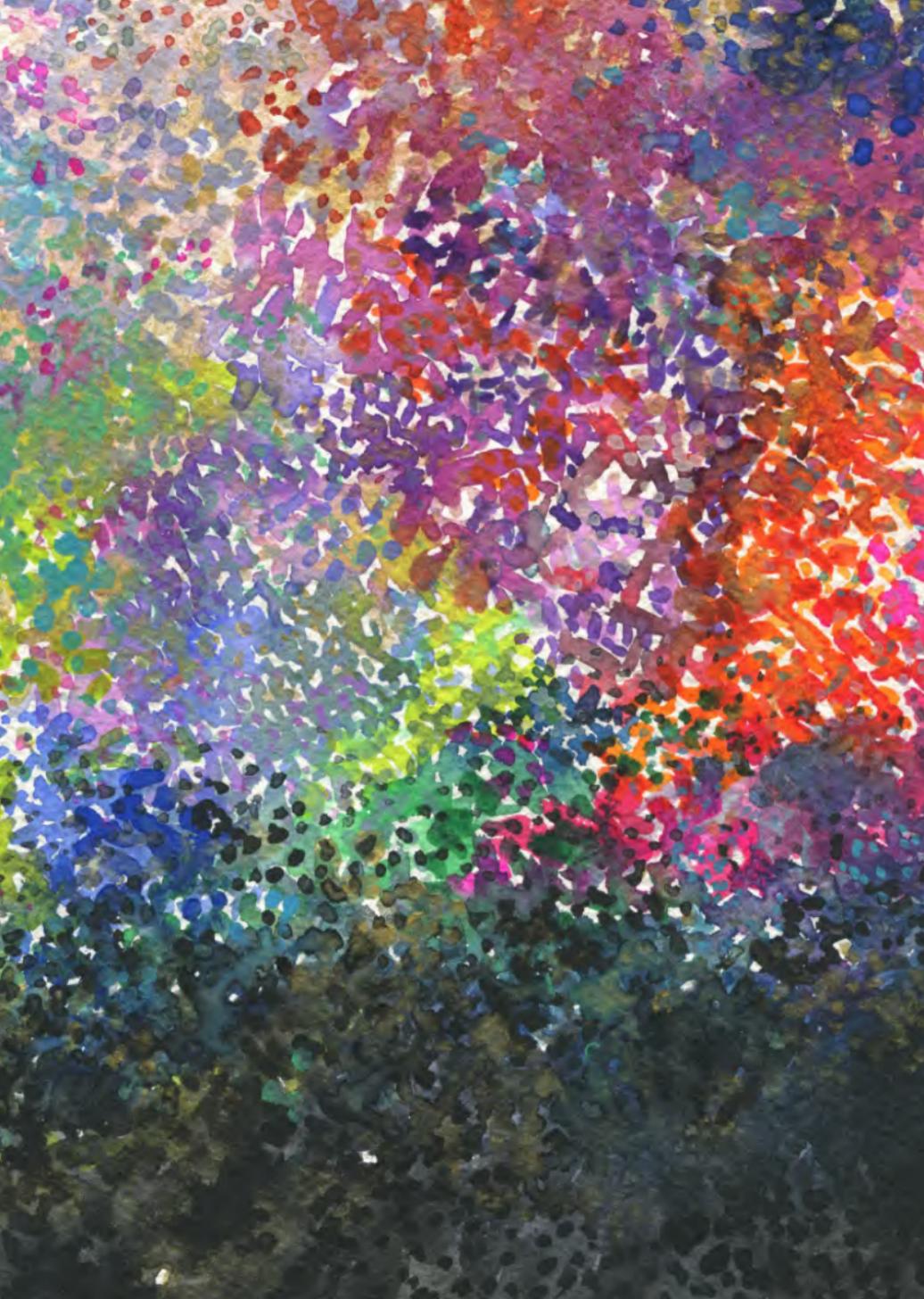
โพลีเมอร์

โพลีเอสเตอร์

สี

112-157

โพลีเอสเตอร์



ดีใจที่วันนั้น

ฉันทราบว่าฉันมีทางเลือก

.

.

.

ฉันไม่จำเป็นต้องตัดใจไปจากเธอ

เพื่อจะได้อยู่กับเธออีกคน

# โหมโหมโพลี่ ฉบับ แฉ=รยา

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537  
เผยแพร่ครั้งแรกใน ReadAWrite พ.ศ. 2565  
ปรับปรุงและพิมพ์เล่มนี้ สิงหาคม พ.ศ. 2567

เรื่อง: โหมโหมโพลี่

ปกและภาพประกอบในเล่ม: โหมโหมโพลี่

เบต้ารัด: พีวีร์ คุณสัมพันธ์ และคุณชวาลา

พิสูจน์อักษร: warm workspace

จัดทำโดย กมลเนตร ตริสุพัฒน์ศิลป์

พิมพ์ที่: บริษัท สำเนาพลัส จำกัด  
295 ถนนนครราชสีมา เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300

โทร 02-2445648

ISBN: 978-616-616-222-6

ติดต่อพูดคุยกับผู้เขียน

#โหมโหมโพลี่

Content Warnings:

ความสัมพันธ์แบบ non-traditional การมีคนรักหลายคน

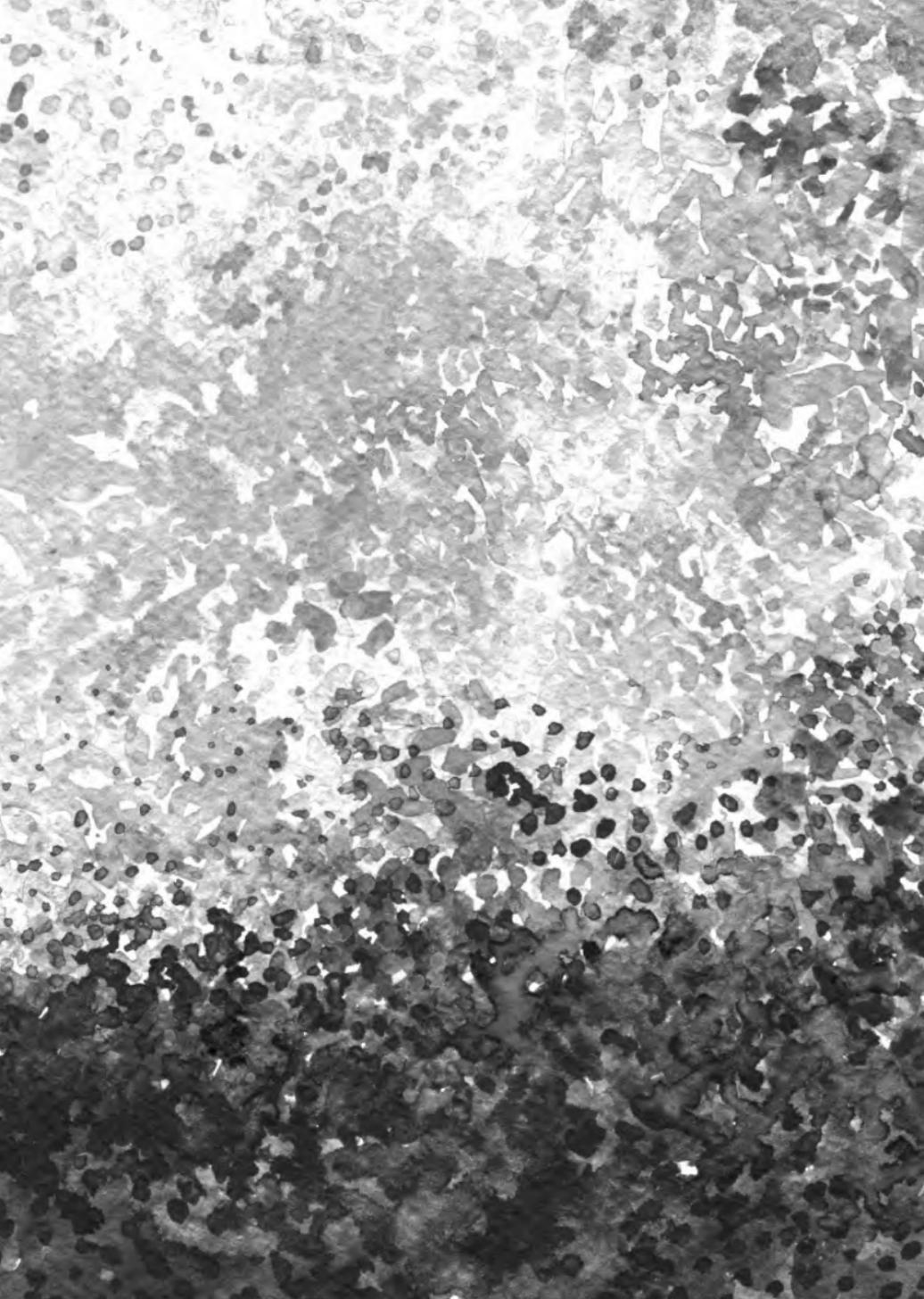
—

หมายเหตุ เพื่อรักษาความเป็นส่วนตัวของทุกคนที่ถูกกล่าวถึง  
ชื่อของผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งหมดเป็นชื่อแฝง  
และเรื่องราวบางส่วนถูกปรับให้กระชับโดยรักษาเนื้อหาสำคัญเดิม

## สารบัญ

จากใจ		9
ภาคแรก โพลีแอมเอรี ฉันทน์ และเรา		
หนึ่ง	ความสัมพันธ์ของบ้านที่ขยายทางด้านกว้าง เอ๊ะ! ในนี้เรานับได้กี่คนกันนะ?	15
สอง	ความรัก ตัวตน และชามราเมง ช่วยด้วย ชามฉันมีรู จะอุดอย่างไรดี?!	21
สาม	อะไรคือยูนิคอร์น? รู้ไหมว่ากำลังหาอะไรอยู่ สัตว์เขาเดี่ยวอาจจะเป็นแรดนอเดียวก็ได้นะ	28
สี่	รูปแบบความสัมพันธ์ต่างๆ ของโพลีแอมเอรี เพย์กับฉันทน์เป็นดาวหางของกันและกัน	40
ห้า	ความยินยอมนั้นสำคัญไฉน อ้าว! อย่ามัดมือชกกันสิ!	58
หก	ขอบเขต: ทำอย่างไรถึงจะไม่ตีกัน อย่าใส่กระเทียมมา เพราะฉันทน์จะไม่กิน!	66

เจ็ด	ทำอย่างไรถึงจะไม่ตีกัน: การสื่อสารเพื่อสันติ การสื่อสารเพื่อเน้นความเข้าใจ	77
แปด	ทำอย่างไรถึงจะไม่ตีกัน: พูดอย่างไรดี? ข้อใจเรื่องใดอย่าปล่อยผ่าน	88
เก้า	อะไรคือ commitment? ฉันรักเนื้อและหน่อไม้ต้องคนละแบบ	101
ภาคสอง เมื่อเรามีคนรักเพิ่ม		
สิบ	อะไรคือ commitment? จงกล้าจะที่เดินเข้าไปในป่าทึบ	111
สิบเอ็ด	ถามตอบกับวิษณุเรื่อง Dark Night of the Soul วิษณุ: ตอนที่เจอไม่รู้หรือกลัวหรือคืออะไร โม: ขอบอกว่าตอนนั้นดาร์กมากเลยคะ	127
สิบสอง	อะไรคือ commitment? ตัวเราและเมตามอร์	141
สิบสาม	โพลีแอมเมอริสจะหาคนคบเพิ่มไปเรื่อยๆ หรือ? เอาจริงดิ แล้วจะเอาเวลาที่ไหนนอนล่ะฮิ?	153
ส่งท้าย		161
บรรณานุกรม		164



# จากใจ

ความสัมพันธ์มากกว่าสองคนโดยที่แต่ละฝ่ายให้ความ  
ยินยอมโดยสมัครใจ (consent) ให้มีคนที่รักเพิ่มนั้นมีจริงด้วยหรือ?

มีค่ะ บ้านฉันนี่แหละ มันก็ดีนะ อบอุ่นในดงไม้ ถึงจะ  
มีคนมากความก็เถอะ

ความสัมพันธ์เช่นนี้มีชื่อเรียก

หากเรียกกันในภาษาไทยก็คือ การมีคนที่รักหลายคน หรือ  
โพลีแอมเอรี มาจากคำว่า poly (มากมาย) + amor (ความรัก)  
คำคำนี้ปรากฏขึ้นช่วงต้นทศวรรษ 1990 จากการรวมตัวของ  
กลุ่มคนที่มีไลฟ์สไตล์แบบนี้นั่นเอง

ความสัมพันธ์แบบโพลีแอมเออรี (polyamory) เป็นความสัมพันธ์ที่เรามีคนรักมากกว่าหนึ่งคน ไม่ได้มีคนรักเพียงหนึ่งเดียวอย่างโมนอกามี<sup>1</sup> โดยที่คนรักเดิมยินยอมให้เรามีคนรักเพิ่ม จริงใจซื่อสัตย์ต่อกัน และพร้อมจะปรับแผนชีวิตของกันและกันเพื่อที่จะได้ก้าวไปด้วยกัน นับว่าเป็นไลฟ์สไตล์แบบหนึ่ง มีคอมมูนิตี้ใหญ่ในยุโรปและอเมริกา มีการนัดพบกันอยู่เนืองๆ

โพลีแอมเออรีไม่ใช่โพลีแกมี<sup>2</sup>ที่เราเห็นกันแต่ช้านานในสังคมไทย ที่ฉัน (ที่เป็นผู้ชาย) มีภรรยาเพิ่มได้ แต่ไม่อนุญาตให้ภรรยามีคนรักเพิ่มได้

โพลีแอมเออรีเป็นความสัมพันธ์ที่ฉันมีคนรักเพิ่มได้ถ้าเธอยินยอม และเธอมีคนรักได้ถ้าฉันยินยอม ฉันดีใจที่เธอเจอคนที่ใช่อีกคนและมีความสุข และเธอดีใจที่ฉันเจอคนที่ใช่อีกคนและมีความสุข (และแน่นอนว่าคนที่ใช่ของพวกเขาก็อาจจะคบกับคนที่ใช่เพิ่มได้หากเรายินยอมด้วยเช่นกัน) เป็นความสัมพันธ์ที่ทุกคนเท่าเทียมกัน การให้ความรัก การเอาใจใส่ ความรู้สึกยินดีที่เห็นคนรักมีความสุข ความเชื่อใจกันและกันก็เหมือนหลักการความสัมพันธ์แบบโมนอกามี เพียงแต่มีหลายคนใน

---

<sup>1</sup> monogamy การมีคนรักเพียงคนเดียว

<sup>2</sup> polygamy การที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสามารถหาคู่รักใหม่ได้หลายคนโดยที่คนรักเดิมไม่มีสิทธิอ้างและไม่มีสิทธิหาคู่รักเพิ่มได้ นับเป็นอำนาจที่ไม่เท่าเทียมระหว่างกันเพิ่มเติม — หนึ่งในสามหลายภรรยาคือ polygyny ส่วนเป็นหนึ่งในภรรยาหลายสามีคือ polyandry

ความสัมพันธ์ มีความอึดอ้อมเพิ่มขึ้นจากคนรักที่เพิ่มขึ้น และมีการประคับประคองความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนขึ้น (ก็มีคนรักเยอะขึ้นนี่นา)

มันอาจจะฟังตื้นตื้นนะ แต่เรื่องบนเตียงอันซู้ซ่าที่คนมักจินตนาการถึงเป็นแค่ส่วนหนึ่งของความสัมพันธ์เท่านั้นแหละ

ชีวิตจริงของชาวโพลีแอมเออร์ก็เหมือนชีวิตจริงคู่มอโนกามีนั้นแหละ ทำงาน ผ่อนบ้าน ซักผ้า เลี้ยงลูก (ถ้ามี) ดูแลกันยามเจ็บป่วย รดน้ำต้นไม้ จ่ายภาษี ซึ่งในเล่มนี้เห็นว่าเป็นการจัดการชีวิตโดยทั่วไปซึ่งทุกคนก็รู้กันอยู่แล้ว

ผู้เขียนเลือกที่จะกล่าวถึงการจัดการชีวิตจริงของชาวโพลีแอมเออร์แบบคร่าวๆ อันประกอบด้วย การจัดการตัวเอง ขอบเขตที่เราทำได้ การสื่อสาร และการบริหารเวลา เพื่อมาจัดการกับสิ่งที่เราจะพบเจอได้ในความสัมพันธ์ เช่น

ชาวโพลีแอมเออร์จะรู้สึกไม่หึงจริงๆ เหรอ?

คนใหม่หน้าตาดีกว่า ดีกว่าเราทุกอย่าง เราจะรู้สึกดีกว่าเราดีไม่พอเลยหรือ?

ทำอย่างไรถ้าเห็นพวกเขาจูบกันคาตาแล้วเราไม่ชอบ?

มันใจได้อย่างไรว่า เขาจะไม่ทิ้งเราไปอยู่กับอีกคน?

อยู่กันอย่างไรไม่ให้ตีกัน?

ถ้าเราไม่รู้สึกหึง แต่เขาเห่อคนรักใหม่มากกว่าเราละ  
เราจะทำอย่างไรดี?

และอื่นๆ อีกมากมาย

—

หนังสือเล่มนี้เหมือนเป็นขั้นแรกของการรู้จักว่าอะไรคือ  
ความสัมพันธ์แบบโพลีแอมเออร์สำหรับผู้สนใจทั่วไป แต่ถ้าอยาก  
จะเริ่มความสัมพันธ์ในชีวิตจริง จงศึกษาให้ดีเสียก่อน ตามอ่าน  
ได้จากบรรณานุกรมที่รวบรวมไว้ท้ายเล่ม

ฉันใช้ชีวิตในไลฟ์สไตล์นี้อย่างเจียบๆ มานานแปดปี แม้  
จะไม่โลดโผน แต่ก็ผ่านความสุขสันและความปั่นป่วนมาแล้ว  
ไม่น้อย เรื่องนี้มีเพื่อนในชีวิตจริงไม่กี่คนเท่านั้นที่รู้ เพื่อนสนิท  
คนหนึ่งบอกกับฉันว่า ดีจริงๆ ที่มีคนที่รักเธอหลายคน

และในวันหนึ่งก็มีคนถามฉันว่า

*การรักใคร่มากกว่าหนึ่งมีจริงด้วยหรือ?*

ตอนนั้นฉันตอบได้ในทันทีว่ามีและไม่ได้รักคนที่มืออยู่  
แล้วน้อยลงด้วย และเขาตอบกลับมาอย่างซื่อตรงว่าจินตนาการ  
ไม่ได้จริงๆ

บทสนทนานี้ทำให้ฉันอยากบอกเล่าบางส่วนของชีวิต  
ตัวเองที่เกี่ยวข้องกับโพลีแอมเออร์และส่วนที่พวกเราได้ศึกษาจาก

หนังสือ More Than Two ของคุณ Eve Rickert และคุณ Franklin Veaux ในช่วงแรกๆ ที่พวกเราเริ่มต้นไลฟ์สไตล์นี้กัน ฉันและวิชญ์นั่งอ่านจนหนังสือเปียกและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันจนบัดนี้

ด้วยอยากให้คนจำนวนหนึ่งในสังคมรู้จักความสัมพันธ์เช่นนี้และเห็นว่ามันเป็นไปได้จริงๆ ไม่ใช่แค่แฟนตาซี และต่างจากโพลีแกมีที่เราพบเห็นกันบ่อยในสังคม ฉันจึงเริ่มเขียนบทความสั้นๆ เล่าสิ่งที่ตนเองและคนในความสัมพันธ์ของฉันได้พบเจอพร้อมวาดภาพประกอบง่ายๆ เพื่อช่วยให้เข้าใจเรื่องโพลีแอมเอรีโดยเบื้องต้นได้มากขึ้น

ฉันไม่ได้เพื่อฝันถึงขั้นอยากให้โลกนี้ยอมรับ แต่ไม่ยากถูกมองว่าเป็นตัวประหลาดมากรัก ไร้ศีลธรรมตอนความจริงเปิดเผย

และในวันหนึ่งก็อยากจะพาคนสำคัญของฉันอย่างน้อยอีกคน เข้าไปแนะนำตัวกับที่บ้านได้อย่างสบายใจว่า

*“แม่คะ นี่คือคนในครอบครัวของโมอีกคนค่ะ”*

โดยปราศจากความกลัว

โม

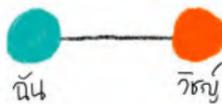


ภาคแรก

โพสเอนเอนรี่ ฉัน และเรา

หนึ่ง  
ความสัมพันธ์ของบ้าน  
ที่ขยายทางด้านกว้าง

เพื่อให้ผู้อ่านทุกคนเห็นภาพไปด้วยกัน ฉันจะเริ่มจาก  
โครงสร้างครอบครัวขยายของฉันในช่วงที่แตกแขนงมากที่สุดก่อน



วิชญ์เป็นเพื่อนสมัยมัธยมปลาย แล้วเราก็กบกันตอน  
อายุสี่สิบ ฉันไม่เคยมองตัวเองเป็นผู้หญิง และไม่เคยมองวิชญ์เป็น  
ผู้ชาย



หลังคบกันทางไกลมาห้าปีอย่างมั่นคง อาจเคยหันมองคนอื่นบ้าง แต่ไม่เคยนอกใจ จนกระทั่งวันหนึ่งฉันก็ได้พบกับเพ็ญ เราเป็นเพื่อนสนิทกันอยู่ราวสองปีจนความรักแบบเพื่อนเริ่มดำดิ่งลึกซึ้ง ฉันพบว่าตัวเองมีใจให้เพ็ญในขณะที่ยังรักวิชญ์เท่าเดิม แต่สุดท้ายฉันตัดสินใจเลือกวิชญ์ เพราะตอนนั้นเข้าใจว่าชีวิตเราเลือกคนรักได้เพียงคนเดียว

ฉันเป็นคนแนวแน่และชัดเจน ในเมื่อเลือกวิชญ์ไปแล้ว ฉันจึงตั้งใจตัวเองไว้ตลอดเวลาที่อยู่กับเพ็ญและไม่คิดจะเผยความในใจให้เธอรู้ ตั้งใจมั่นว่าจะหอบหิ้วความรักนี้ลงโลงไปด้วย

วิชญ์รู้มาตลอดว่าฉันรักเพ็ญ แต่เขาไม่เคยแสดงอาการหึงหวง จากนั้นเราแต่งงานกัน ความสัมพันธ์ของเราดีมาก มีอะไรก็พูดกันตรงๆ ไม่เคยโกรธกันเกินหนึ่งวันเลย

—

เวลาล่วงผ่านไปสี่ปี ฉันได้พบเพ็ญอีกครั้งและพบว่าความรักที่ฉันมีให้เพ็ญไม่เคยจางหายไปไหน

และพบว่าเพ็ญก็ยิ่งรักฉันอยู่