

สารบัญ

รับเชิญ

เรื่องของแม่ๆลูกๆ.....๔๗
 ความเป็นตัวของตัวเอง.....๕๐
 ความสุขใจของแม่พิมพ์.....๕๘

บทความพิเศษ

เคอังกอว้าง.....๔๓

โลกทัศน์-ชีวิตทัศน์

บทวิจารณ์/สร้างปัญญาฯ.....๕
 จาก น.ส.พ./ยุคนไทยต้องทน.....๑๒
 รอบบ้านรอบตัว/ความปรารถนาฯ.....๑๕
 นำรู้จัก/เรงพา จำปี.....๑๘
 ถ้อยคำสิริมงคล/อย่าขาดเมตตา.....๔๐
 น้ำค้างในทุ่ง.....๕๖
 สัมภาษณ์/เรื่องชาว เรื่องสองฯ.....๗๑

ธรรมสำราญ

เขาค/เป็นพุทธทศกถาปา.....๒๘
 อ่านตัวเอง.....๓๕

สุขภาพและสิ่งแวดล้อม

พลาตติก-ปัญหาโลกแตก.....๖๐
 เมื่อขวดโหลกลายเป็นฯ.....๖๕
 เก็บตก/น้ำบันพิเศษ.....๗๘
 เก็บมาฝาก/ดอกไม้กับไม้ดี.....๘๐

บันเทิง

เรื่องยาว/เบบี๋ดี.....๘๖
 คิดตามบท/คำพิพากษา.....๙๘
 ปังฉิมลิขิต.....๑๐๕

๑๐๗

ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๑๓๐

ก.ย.-ธ.ค. ๒๕๕๐

เจ้าของ : สมาคมผู้ปฏิบัติธรรม

๖๓/๓๐ ถ.นวมินทร์

คลองกุ่ม ชิงกุ่ม กทม. ๑๐๒๔๐

โทร. ๐-๒๓๓๗๔-๕๖๓๑

www.asoke.info

E-mail : ppaniya@excite.com

บรรณาธิการ : ธีรธรรม อโศกตรกูล

กองบรรณาธิการ : น้อมคำ สมพงษ์ สุบัย ฟ้าทะวัน
 พานวล ปานปิ่น

พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์มูลนิธิธรรมสันติ

๖๓/๑ ถ.นวมินทร์ คลองกุ่ม ชิงกุ่ม กทม. ๑๐๒๔๐

E-mail : thatfah2520@yahoo.com

ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา : เรือตรีเชมดิน เลิศบุศย์

จำนวนพิมพ์ ๒๔,๐๐๐ เล่ม

หน้าปก : ปัญญาต้องสั่งสมตั้งแต่ตัวยังน้อยๆ



ตญ. แลเลื่อนฟ้า นรสมวสุ

คธ. เพชรเมืองพุทธ นาวาบุญนิยม

นักเรียนสันติบาล สันตือโศก

วัตถุประสงค์ในการจัดทำ "ดอกหญ้า"

* เพื่อยังความเป็นภราดรภาพ

และสามัคคีธรรมให้เกิดในหมู่สมาชิก

* เพื่อเสริมสร้างสติปัญญาและให้ตระหนัก

ถึงคุณค่าสาระของหลักธรรมในศาสนา

ในส่วนที่จะนำไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตและสังคม

หน้าฝนผ่านไปเหลือความชุ่มฉ่ำไว้บนผืนดิน แต่หลายๆแห่งไม่ได้โชคดี
 อย่างเรา โดยเฉพาะประเทศบังคลาเทศ ที่ประสบภาวะภัยธรรมชาติรุนแรงมาก
 เมื่อพายุไซโคลนพัดกระหน่ำ ทำให้ผู้คนล้มตาย ที่นั่นก็ไม่ต่ำกว่า ๓,๐๐๐ คน
 และผู้คนเป็นแสนๆไร้ที่อยู่ อีกทั้งการพลัดพรากและสูญเสียก็จะตามมาอีกเรื่อยๆ
 อย่าคิดว่าสิ่งเหล่านี้จะไม่เกิดขึ้นกับเรา トラบิตที่ผู้คนยังเห็นแก่ตัว เห็นแก่ได้
 ฉกฉวยผลประโยชน์จากธรรมชาติโดยไร้สำนึก

ต้องขออภัยเป็นอย่างยิ่งที่ “**ดอกหญ้า**” ฉบับนี้ล่าช้าเอามากๆ ไม่มีคำ
 แก้วใดๆทั้งสิ้น ก็หวังและวาดว่าท่านผู้อ่านจะได้รับและสัมผัสเนื้อหาที่เรา
 เลือกสรรสิ่งที่เป็นสัมมาทิฐิ แต่ในขณะที่เดียวกันก็ไม่ได้ทั้งความบันเทิงที่เรียบง่าย
 สบายๆ สไตล์ “**ดอกหญ้า**”

มีข่าวดีและข่าวร้ายมาบอก ข่าวดีคือ “**อิสรา**” ตกปากรับคำว่าจะกลับ
 มาเขียนคอลัมน์ “**น้ำค้างหยดเดียว**” ให้พวกเราได้อ่านกันอีก

ข่าวร้ายก็คือ เธอยุ่งมากจนไม่มีอารมณ์พอที่จะเขียนลงฉบับนี้ได้ (หวัง
 ว่าเล่มหน้าพี่ท่านคงอัดพลังลมปรารถนาไว้เต็มที – เวลาถูกทวงต้นฉบับ พี่อย่า
 มองหน้าหนูตรงๆนะคะ...)

เพื่อแก้ปัญหาเฉพาะหน้านี้ ดิฉันขอเสนอคอลัมน์ “**น้ำค้างในตุ่ม**” แทน
 เตรียมตั้งคอลัมน์นี้ไว้ เผื่อจะสวมแทนเวลาที่แม้แต่ “**น้ำค้างหยดเดียว**” ก็ยัง
 ไม่มีให้หยด !

วันที่ ๒๓ ธันวาคม อย่าลืมไปเลือกตั้งกัน ถึงแม้ว่ารายการแบบนี้มีอง

เป็นคนไทย ต้องไปเลือกตั้ง

ไทยจะมีให้ทำกันบ่อยๆ (เทียบกับประเทศประชาธิปไตยอื่นๆ) อย่าเพิ่งเบื่อกันเสียก่อน สมณะโพธิรักษ์กล่าวว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นนักประชาธิปไตยของค์แรก (ของโลก) ดังนั้นเราพุทธศาสนิกชนน่าจะเดินตามรอยพระบาทพระองค์ท่าน นั่นคือ ใช้ปัญญาและวิจรรณญาณในการเลือกตั้งครั้งนี้อย่าใช้ความรู้สึกว่าบุญคุณต้องทดแทนหรือแค้นต้องชำระ ซึ่งการกระทำอย่างนี้สมณะโพธิรักษ์เรียกว่า กิเลสชาติไทย ไม่ใช่ ประชาธิปไตย (เง่ะ..)

ก็ขอให้บอกต่อกันด้วย เพราะอนาคตของลูกหลานไทยอยู่ในกำมือทุกท่าน อย่ามัวแต่เตรียมตัวฉลองงานคริสต์มาสกันนัก ดิฉันเห็นห้างใหญ่บางแห่งประดับหน้าร้านด้วยต้นคริสต์มาส(ปลอม) เห็นแล้วตึกกะใจ นึกว่ามีอาการหลงประเทศอีกแล้ว เพราะเมื่อเดือนตุลาฯก็มีการขายสินค้าสำหรับฮาโลวีน มีหน้ากากผีฝรั่ง เสื้อคลุมแม่มดวนวายไปหมด ดิฉันไม่ทราบที่เด็กไทยร่วมฉลองกับเขาไปด้วยตั้งแต่เมื่อไหร่

ก็ต้องโทษความเห็นแก่ได้ เห็นแก่ตัวของนายทุนที่ต้องการทำทุกอย่างเพื่อหารายได้ โดยไม่คำนึงถึงปัญหาที่จะตามมาทั้งสิ้น ทุกวันนี้นักท่องเที่ยวและชาวต่างชาติที่ต้องการชมความเป็นไทยก็ต้องไปหาดูในโรงแรมหรูๆที่มีการแสดงรำไทยเท่านั้น

อย่าเพิ่งกล่าวหาดิฉันว่ารักชาติจนน้ำลายไหล เพราะสักวันหนึ่งหนังสือที่แนะนำการท่องเที่ยวประเทศไทยในภาษาอังกฤษ คงต้องมีภาคผนวกอธิบายถึงความเป็นไทยแท้เพราะ The Thais have already lost their own identity !

ความเป็นไทย ได้สูญหายไปจากคนไทยแล้ว !



เหนือเกล้าเหนือกาล

พระมหากษัตริย์
เพียรเพื่อเพียรผลพวง
ในหลวงยิ่งยอดขยัน
ทำเพื่อธรรมท่วมทัน

พระวรกายเหนือล้ำ
น้ำพระทัยยังแสดง
เยี่ยมพระพี่น้องแสดวง
ทุกข์ยิ่งเทิดองค์ให้

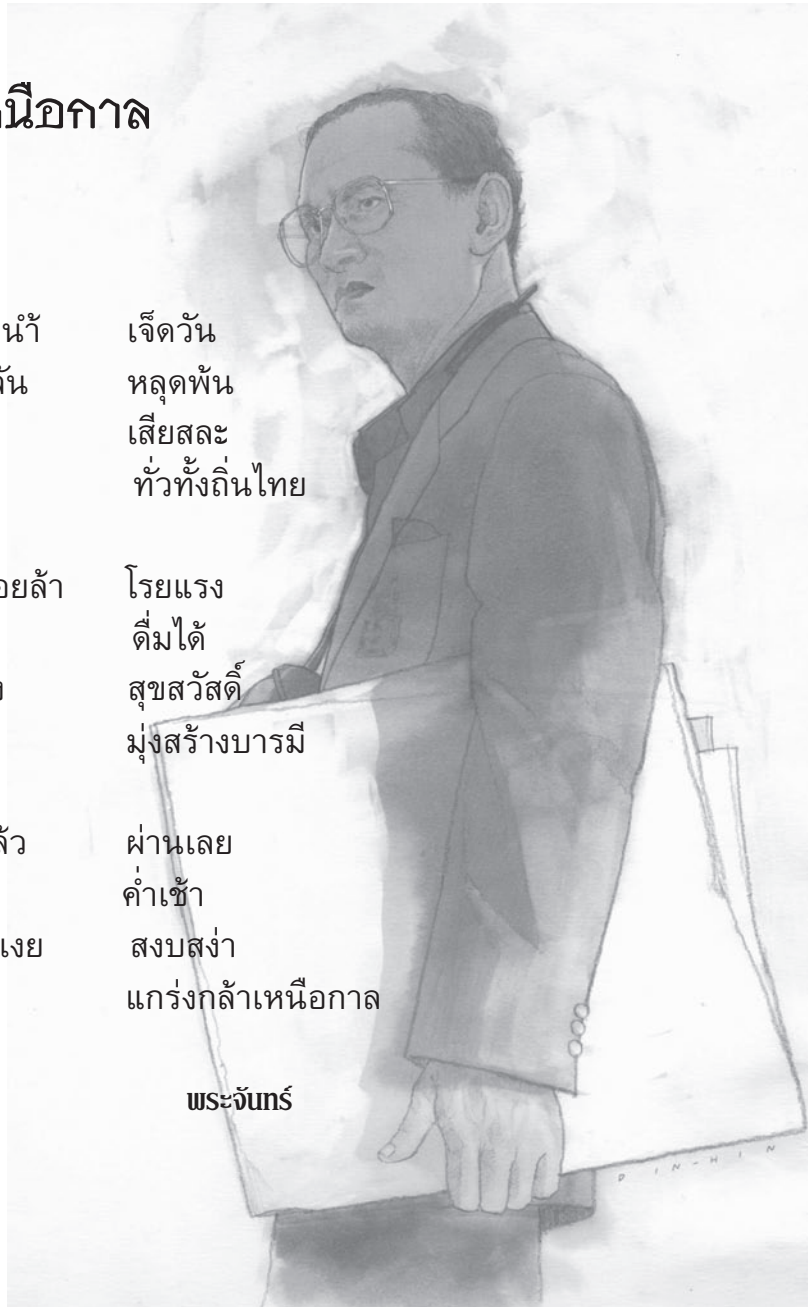
แปดสิบปีผ่านแล้ว
กาลไม่กลับดังเคย
พระเกียรติยศยิ่งงอกเงย
แปดสิบปีเหนือเกล้า

เจ็ดวัน
หลุดพ้น
เสียสละ
ทั่วทั้งถิ่นไทย

โรยแรง
ดื่มได้
สุขสวัสดิ์
มุ่งสร้างบารมี

ผ่านเลย
ค่าเช่า
สงบสง่า
แกร่งกล้าเหนือกาล

พระจันทร์



สร้าง ปัญญาเพื่อความอยู่รอด ของสังคมไทย

นี่เป็นปีที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงเจริญ
พระชนมายุ ๘๐ พรรษา และอีก ๒๐ ปีข้างหน้าก็จะ
เป็นปีฉลองพระราชสมภพครบ ๑๐๐ ปี

ถ้าใช้เวลานับจากปีมหามงคลปีนี้ จนถึงปีพระ-
ราชสมภพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ครบหนึ่ง
ศตวรรษเป็นหลักบอกเวลาสำคัญทางประวัติศาสตร์ แล้ว
มองวิสัยทัศน์ของประเทศไทยไปอีก ๒๐ ปีข้างหน้า ถ้ามอง
ว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงต้องการเห็นสังคม
ไทยเป็นอย่างไร ในวันที่คนไทยทั้งประเทศจะร่วมเฉลิม
ฉลองปีพระราชสมภพครบ ๑๐๐ ปี ของพระองค์ท่านดังกล่าว

สร้างปัญญาเพื่อความอยู่รอดของสังคมไทย

แน่นอนว่าสิ่งที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงต้องการจะเห็นก็คือ บ้านเมืองมีความสงบ มั่นคง ยั่งยืน ผู้คนอยู่เย็นเป็นสุข และคนไทยทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดี พอสมควรตามอัตภาพ เพราะสิ่งเหล่านี้ คือพระราชปณิธานในการครองแผ่นดินโดยธรรม และเป็นเป้าหมายของโครงการพระราชดำริต่างๆ มากมาย ที่เกิดจากการตรากตรำพระวรกายทรงงานหนักตลอดช่วงเวลาที่ผ่านมาของพระองค์ท่าน

แต่ภายใต้วิกฤตการณ์ปัญหาที่คนไทยทั้งประเทศจะต้องเผชิญในอีก ๒๐ ปีข้างหน้า นับจากวันนี้ คงไม่ใช่เรื่องง่ายเลยที่เราจะสามารถร่วมกันขับเคลื่อนสังคมไทยให้บรรลุถึงเป้าหมายตามวิสัยทัศน์นี้ได้ เพราะอุปสรรคจากปัจจัยภายใน

นอกที่เราควบคุมไม่ได้หลายประการ

วิกฤติประการแรกที่เราต้องเผชิญก็คือ ปัญหาขาดแคลนพลังงาน นักวิชาการทั่วโลกคาดการณ์ว่าน้ำมันดิบใต้ผิวโลกที่เป็นแหล่งพลังงานหลักของมนุษย์มีเหลือพอให้ใช้ได้ก็เพียงประมาณ ๓๐-๕๐ ปีเท่านั้น ตัวเลขที่นักวิชาการเหล่านี้ถกเถียงกันคือช่วงระยะเวลาห่างกันเพียง ๒๐ ปี โดยกลุ่มนักวิชาการที่มองโลกในแง่ดีมองว่า ยังมีน้ำมันดิบเหลือให้มนุษย์ใช้ได้ก็เพียง ๕๐ ปี ส่วนกลุ่มนักวิชาการที่มองโลกในแง่ร้ายมองว่า มีน้ำมันดิบเหลือให้มนุษย์ใช้ได้ก็เพียง ๓๐ ปี เท่านั้น ตัวเลขซึ่งห่างกันแค่ ๒๐ ปีนี้ไม่มีความหมายอะไรมากนัก เพราะสุดท้ายน้ำมันก็จะหมดจากโลกแน่นอนในอนาคตอันใกล้

ถ้าไม่มีน้ำมันใช้ การสื่อสารคมนาคมแทบทุกประเภทก็จะหยุดชะงัก และไฟฟ้าก็จะขาดแคลนอย่างหนักด้วย เพราะถ้าพึ่งโรงไฟฟ้าจากพลังน้ำของเขื่อนต่างๆ ที่มีอยู่จะไม่พอ

“

ถ้าหากสังคมไทย
ต้องเผชิญกับภาวะวิกฤติดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น
โดยขาดพลังแห่งความ "รู้-รัก-สามัคคี"
เราจะอยู่รอดได้อย่างไร

”

ใช้ แล้วเราจะอยู่กันอย่างไรถ้าไม่มีไฟฟ้าใช้ หรือไฟฟ้ามีราคาแพงมาก

เราอาจมองโลกในแง่ดีโดยฝากความหวังไว้กับความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีว่าจะสามารถช่วยแก้ปัญหาขาดแคลนพลังงานได้ โดยสามารถหาแหล่งพลังงานประเภทใหม่มาทดแทนน้ำมันดิบได้ทัน แต่ถึงมนุษย์จะสามารถพัฒนาเทคโนโลยีใหม่ได้สำเร็จ อาทิ ใช้พลังงานจากแสงอาทิตย์แทนน้ำมันจากซากฟอสซิล เป็นต้น มนุษย์ก็ยังคงต้องใช้ตลอดเวลาและต้นทุนอีกจำนวนมากมายมหาศาล ในการปรับเปลี่ยนเทคโนโลยีที่ใช้พลังงานน้ำมันจากซากฟอสซิลในปัจจุบันไปเป็นเทคโนโลยีใหม่ดังกล่าวแล้วคนจนส่วนใหญ่จะแบกรับภาระค่าใช้จ่ายของ

เทคโนโลยีใหม่ที่แพงมากเหล่านั้นได้อย่างไร

บางคนอาจคิดถึงการปลูกพืชพลังงานเพื่อทำน้ำมันไบโอดีเซลหรือก๊าซโซฮออล์ทดแทนน้ำมันจากซากฟอสซิล แต่ดาวเคราะห์สีน้ำเงินที่ชื่อว่า “โลก” ดวงนี้ปกคลุมด้วยน้ำทะเล และมหาสมุทรกว่า ๓ ใน ๔ ของผิวโลก และมีแหล่งน้ำจืดบนพื้นดินสำหรับให้มนุษย์ใช้อุปโภคบริโภคหรือเพาะปลูกเพียงประมาณร้อยละ ๑๒ ของผิวโลกส่วนที่เป็นพื้นดินเท่านั้น ถ้าต้องแบ่งผืนดินส่วนนี้มาปลูกพืชพลังงานพื้นที่เพาะปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหารของมนุษย์ก็ จะลดน้อยลง

ในขณะที่ประชากรโลกเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ และการแพทย์ทำให้ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้น จากในอดีตตั้งแต่หลังสงครามโลกครั้งที่

สร้างปัญญาเพื่อความอยู่รอดของสังคมไทย



ที่ ๒ อัตราการเพิ่มของประชากรโลกขยายตัวอย่างรวดเร็ว จากจำนวนประมาณ ๒,๕๐๐ ล้านคนหลังสงครามโลก เพิ่มขึ้นเป็นประมาณ ๖,๕๐๐ ล้านคนในปัจจุบัน และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ ๘,๐๐๐ ล้านคนในอีก ๒๕ ปีข้างหน้า เมื่ออาหารน้อยลง แต่จำนวนประชากรเพิ่มมากขึ้น เราจะอยู่กันอย่างปกติสุขได้อย่างไร
วิกฤติปัญหาโลกร้อนเป็น

เรื่องใหญ่อีกเรื่องที่คนไทยต้องเผชิญใน ๒๐ ปีข้างหน้า การใช้พลังงานจากซากฟอสซิลอย่างฟุ่มเฟือยทำให้มนุษย์ปลดปล่อยก๊าซเรือนกระจก โดยเฉพาะอย่างยิ่งก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ที่ซ่อนอยู่ใต้ผิวโลกออกมาสู่ชั้นบรรยากาศ พร้อมกับการตัดไม้ทำลายป่า ที่ไปทำลายวงจรธรรมชาติของต้นไม้ซึ่งจะช่วยดูดซับก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เหล่านี้ไว้ ส่งผลให้เกิดก๊าซเรือนกระจกปกคลุมผิวโลก(คล้ายหลังคากระจกที่คลุมโลกไว้) อันทำให้อุณหภูมิของพื้นผิวโลกเพิ่มสูงขึ้นๆ

รายงานจากคณะกรรมการ IPCC ขององค์การสหประชาชาติเดือนนี้ให้เห็นว่า ถ้าอุณหภูมิของโลกเพิ่มสูงขึ้น พืชพันธุ์และสัตว์ต่างๆทั่วโลกจะเกิดการสูญพันธุ์ครั้งใหญ่ ดินฟ้าอากาศจะเกิดความแปรปรวน บางประเทศจะมีอากาศหนาวจัดอย่างไม่เคยปรากฏ เพราะกระแสน้ำอุ่นเปลี่ยนทิศทาง ขณะที่บางประเทศจะมีอากาศร้อนจัด และแห้งแล้งจนผู้คนล้มตายเนื่องจากขาดน้ำและเพาะปลูกอะไรไม่ได้ ขณะที่บางประเทศก็จะเผชิญกับพายุจนผู้คนล้มตายเพราะอุทกภัยตลอดจนพืชพันธุ์ธัญญาหารถูกน้ำท่วม

สร้างปัญญาเพื่อความอยู่รอดของสังคมไทย



และหน้าดินถูกทำลาย

เมื่อเผชิญกับวิกฤติปัญหาภาวะโลกร้อน มนุษย์ก็ยิ่งต้องใช้พลังงานมากขึ้นเพื่อการบรรเทาปัญหา (เช่น เปิดแอร์มากขึ้น เป็นต้น) ยิ่งมนุษย์ต้องใช้พลังงานเพิ่มมากขึ้นเท่าไร ก็ยิ่งจะสร้างปัญหาวิกฤติด้านพลังงานรวมทั้งการปล่อยก๊าซเรือนกระจกออกมาทำให้โลกยิ่งร้อน มากขึ้นอีก

ผลที่สุดเมื่อทรัพยากรของโลก ลดน้อยลงเพราะเหตุปัจจัยต่างๆ ดังตัวอย่างบางเรื่องที่กล่าวมา การแย่งชิงทรัพยากรที่มีจำนวนจำกัด เพื่อความอยู่รอดของชีวิตก็จะนำไปสู่ปัญหาความขัดแย้งของผู้คนในสังคมอย่างรุนแรง แล้วท่ามกลางปัญหาความไม่ลงตัวของระบบการเมืองไทย ดังเช่นที่เป็นมานับตั้งแต่การปฏิวัติเปลี่ยนแปลงการปกครองแผ่นดินเมื่อ ๗๕ ปีก่อน จนถึงปัจจุบัน ก็ยังคงวนเวียนอยู่กับการทำรัฐประหาร ร่างรัฐธรรมนูญใหม่ เลือกตั้งแล้วก็รัฐประหาร ร่างรัฐธรรมนูญใหม่ เลือกตั้ง... วนเวียนอยู่เช่นนี้แล้วๆเล่าๆ ถ้าหากสังคมไทยต้องเผชิญกับภาวะวิกฤติดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น โดยขาดพลังแห่งความ "รู้-รัก-สามัคคี" เราจะอยู่รอดได้อย่างไร นี่ยังไม่รวมถึงวิกฤตการณ์จากปัญหาการแข่งขันในโลกยุคโลกาภิวัตน์ การขยายตัวทางเศรษฐกิจของจีน ปัญหาจากฟองสบู่ทางเศรษฐกิจของสหรัฐ ที่มีโอกาสแตก ฯลฯ

ภายใต้กรอบเวลาที่จำกัดสำหรับการเตรียมสังคมไทยให้พร้อมต่อการรับมือกับวิกฤตการณ์ปัญหา ที่ต้องเผชิญในอนาคตอันใกล้ (ดัง

สร้างปัญญาเพื่อความอยู่รอดของสังคมไทย

ตัวอย่างบางเรื่องของวิกฤตการณ์ที่ชี้ให้เห็น) บางทีการสร้างสังคมไทยให้ เป็น "สังคมฐานปัญญา" ที่ผู้คนรู้จักการใช้ปัญญาแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่าง "เที่ยงตรงในเหตุผล" และเหมาะสม "พอประมาณ" กับศักยภาพที่มีอยู่ ตามแนวทางแห่ง "ปรัชญา" หรือ "ปัญญา" ของ เศรษฐกิจพอเพียง อาจเป็นทางรอดที่สำคัญของสังคมไทยก็ได้

อีก ๔ ปีข้างหน้า เป็นปีมหามงคลที่คนไทยจะร่วมเฉลิมฉลองวโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงเจริญพระชนมายุ ๗ รอบ ๘๔ พรรษา ถ้าคนไทยจะ "ทำดีเพื่อพ่อ" ก็ไม่ควรทำอย่าง ฉาบฉวยเพียงไม่กี่วัน เหมือนที่กำลังรณรงค์ "๘๐ วันทำดีเพื่อพ่อ" เท่านั้นแต่ควรจะทำอย่างต่อเนื่องจริงจัง โดย "ความดี" ที่คนไทย น่าจะช่วยกันทำให้มากที่สุด ใน ๔ ปีข้างหน้านี้ ก็คือ การเร่งวางพื้นฐาน ของสิ่งที่จะช่วยให้สังคมไทย "มีระบบภูมิคุ้มกัน" ต่อผลกระทบจากวิกฤติ การณ์ปัญหาต่างๆ ดังที่ได้ยกตัวอย่างให้เห็นบางเรื่องข้างต้น ทั้งนี้เพื่อ ช่วยให้สังคมไทยมีโอกาสจะอยู่รอดต่อไปได้อย่างปกติสุข จนถึงวันที่คนไทยร่วมกันเฉลิมฉลองปีพระราชสมภพครบ ๑๐๐ ปี ของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ในอีก ๒๐ ปีข้างหน้าด้วย หัวใจที่เบิกบานไม่ใช่ด้วยใบหน้าที่เศร้าหมอง



วิถีทัศน์ที่อัจฉริยภาพยิ่งนักของในหลวง

ไม่ต้องเสียเวลาไปดูนาทองที่ไหน
เพราะทุ่งรวงทองเต็มไปด้วยทรัพย์อันล้ำค่า
ซึ่งพระมหาเจ้านครศรีธรรมราช
“ข้าวเปลือกมีคุณค่า
ยิ่งกว่าทรัพย์
ใดๆ”



“เขาบอกว่าตนเองชอบกินข้าวกล้อง
เราก็กินข้าวกล้องทุกวัน ภาชนะและเป็นคนจน”
(พระราชดำรัส ร.๙)



โครงการปลูกพองพียง
ที่ไม่เสี่ยงกับความเสี่ยง

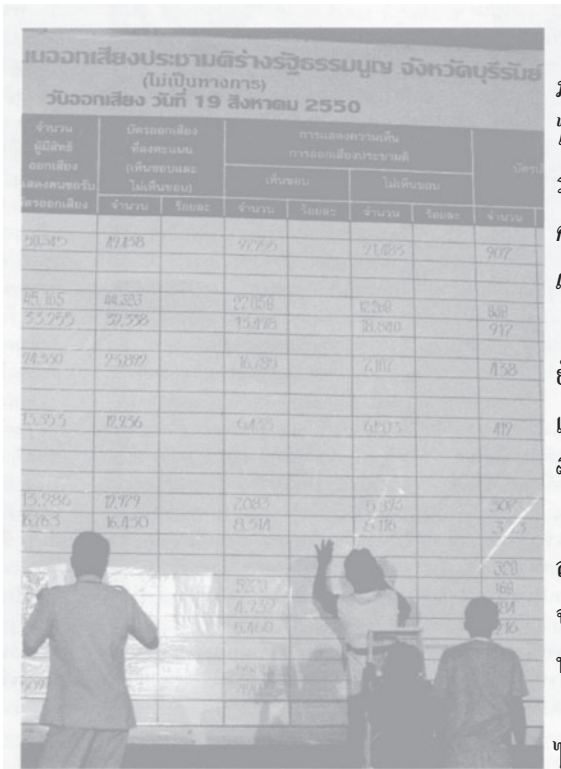


พอดทุนคือกำไร
(Our Loss is Our Gain)



หากเราให้ดอกไม้ไปบนหน้าตนเอง
เราจะได้ดอกไม้บานในจิตใจตลอดไป
เราควรใช้ชีวิตให้มีคุณค่าและเบิก
บานยิ่งกว่าดอกไม้

ยุคคนไทยต้องทน



โดยปกตินิสัยและธรรมชาติคนไทยถูกมองว่าเป็นผู้รักสงบ ชอบความเรียบง่าย ไม่ชอบหาเรื่องใคร เกรงใจฝรั่ง ชอบคนร้ายโดยไม่คำนึงถึงภูมิหลัง สื่อง่าย ให้อภัยคนชั่วร้ายเสมอ ไม่จดจำบทเรียนราคาแพง และประวัติศาสตร์อันขมขื่นปวดร้าว

นี่เป็นเพียงลักษณะส่วนหนึ่งเท่านั้น ยังมีความหลากหลาย เช่น มักร่างเอาแต่ใจ เห็นแก่ตัว ชอบของฟรี ซึ่งไม่ต่างจากมนุษยชาติอื่นๆ

ยังมีความอดทนอย่างสูง ยอมรับสภาพโดยไม่คิดสร้างความเปลี่ยนแปลง จนกว่าจะเหลืออด ทนไม่ได้จริงๆ จึงจะหาทางออก

สภาพแวดล้อมในเมืองไทย ทำให้ชีวิตไร้ค่า เต็มไปด้วยมลพิษภัย

เรามีการจราจรคับคั่งหนาแน่นในเมืองหลวงและเมืองใหญ่ ทั้งๆที่ไม่มีปัญหาและทรัพยากรในการผลิตรถยนต์มีส่วนประกอบครบ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ แถมยังจ่ายภาษีในการซื้อรถยนต์สูงกว่าประชาชนในประเทศร่ำรวย

ถ้าจะมีรถยนต์สักคัน ต้องจ่ายมากกว่า ๒-๓ เท่าตัว ซื้อมาใช้ไม่นานก็เปลี่ยนหรือโดนยึด มีรถในคืนที่ขายรถมือสองหลายแสนคัน เป็นความสูญเปล่าด้านเงินตราทรัพยากรอย่างน่าเสียดาย

เราต้องผจญกับรถติด อากาศเป็นพิษ เสียเวลากับการเดินทาง เด็กต้องโตในรถยนต์ ผู้ใหญ่ต้องแก่นในรถเช่นกัน ชีวิต ๑ ใน ๓ สูญไปกับการเดินทาง

เพื่อแลกกับโอกาสได้ใช้ชีวิต มีรายได้จากงานที่ทำ ความหวังกับโอกาส สร้างความมั่งคั่ง รวมทั้งความเสี่ยงต่อภัยสารพัด

อาจมีคนเถียงว่า จะบ่นไปทำไมในเมื่อมีอีกหลายประเทศในโลกนี้แล้วร้ายกว่าเมืองไทยเยอะแยะ และไทยได้รับการยอมรับว่าเป็นเมืองน่าท่องเที่ยวที่สุดในโลกแห่งหนึ่ง

ชาวต่างประเทศ เจ้าหน้าที่หน่วยงานองค์กรสถานทูต เกษียณอายุแล้วยังยอมลงหลักปักฐานในเมืองไทย ทั้งๆที่บ้านเมืองของตนเองเจริญกว่า

นั่นเป็นเพราะเขาเห็นโอกาสช่องทางทำมาหากิน สร้างรายได้มากกว่าเจ้าของประเทศ เทียบกับการต้องกลับไปใช้ชีวิตยามเกษียณในบรรยากาศแข่งขันเข้มข้นมีคนรุ่นใหม่เข้าสู่วงการ

ถ้ามีคุณสมบัติพร้อม แต่สภาพแวดล้อมเมืองอยู่อาศัยไม่มีโอกาสทำงาน ก็เหมือนกับการสูญเปล่า สู้อยู่เมืองไทยซึ่งมีความอุดมสมบูรณ์ เป็นแหล่งสร้างความมั่งคั่งให้ชาวต่างชาติมาหลายชั่วอายุคน

เรากำลังลืมตัวเอง และมรดกของแผ่นดินหรือไม่ ?

เรามีโทรศัพท์มือถือทุกรุ่น ทุกแบบ โดยเฉพาะมือสอง วางขายเกือบล้านกว่าตัว เดิมหลายเท่า รอค้นซื้อซึ่งนิยมของใหม่ อยาต้องใช้สินค้านี้สักครู่

เราผลิตมือถือไม่ได้แม้แต่เครื่องเดียว ต้องใช้เงินนำเข้ามูลค่านับหมื่นล้านบาท เทียบกับสินค้าส่งออกแล้วเราอยู่ในสภาพน่าสมเพชเวทนาจริง

ประชาชนภาคเกษตรชนบทยังรอคอยโอกาสลืมหาน้ำอ้าปาก หวังให้ผู้บริหารบ้านเมืองช่วยเหลือพัฒนาคุณภาพชีวิต ยกกระดับมาตรฐาน

เมื่อมองหน้าต่านักการเมืองที่เสนอตัว

มาเป็นผู้แทนแล้ว ความหวังแทบไม่เหลือจริงๆ ยิ่งคาดการณ์ว่าหน้าเก่า กลุ่มเก่าจะกลับมาผยองรอบใหม่ คนไทยต้องจำยอมรับสภาพเดิมๆอีกแล้วหรือ

ทุกวันนี้ยังต้องทนกับพฤติกรรมอหังการ กล้าทำทนายละเมิดกฎหมาย ดิ้นรนให้พ้นสภาพของนักการเมือง ซึ่งโดนตราหน้าว่าเป็นปฏิปักษ์กับการปกครองระบอบประชาธิปไตย ทำให้คนไทยต้องระอากับพวกไร้ยางอาย

กว่า ๑ ปีที่ผ่านมา ภายใต้อำนาจรัฐบาลชั่วคราวอาสาสมัคร กับผลงานไม่ได้ตั้งใจตามความคาดหมาย นำไปสู่บรรยากาศที่อึดอัด ความล้มเหลวของคณะจึงแก้ทำให้ผู้ลี้ภัยหนีหมายจับคดี ได้ใจคนระดับรากหญ้าซึ่งรอวันกลับมาสร้างความเอื้ออาทรและนโยบายประชานิยม

การเลือกตั้งที่จะมาถึงในวันที่ ๒๓ ธันวาคม จะมีเดิมพันสูง ไม่ใช่เฉพาะนักการเมืองเท่านั้น แต่เป็นการเสี่ยงกับอนาคตความอยู่รอดของชาติ

ใครจะชนะการเลือกตั้ง เป็นผู้นำบ้านเมือง และจะพำนำชาติไปสู่จุดไหน ความสงบ มั่นคง รุ่งเรือง หรือปัญหาสารพัด ความขัดแย้งรุนแรง

เราเห็นนักการเมืองใช้เงิน กลยุทธ์การตลาดแนวทางหาเสียงเอาใจประชาชนด้วยนโยบายใช้เงินรัฐหลอกล่อให้ไปลงคะแนน จะมีรัฐบาลพรรคเดียวหรือรัฐบาลผสม เกียงต่อรองหาผลประโยชน์จากตำแหน่งรัฐมนตรี หรือได้นักการเมืองซึ่งตั้งใจทำคุณความดีให้บ้านเมือง

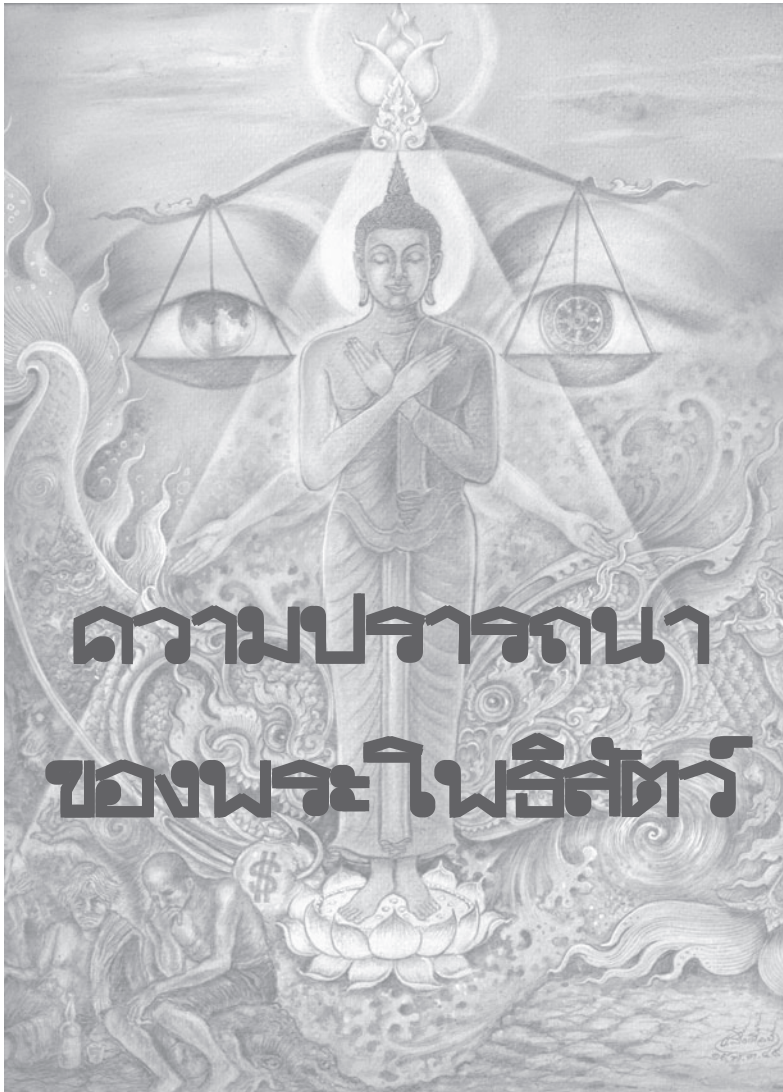
ถ้าย้อนมองประวัติศาสตร์และหน้าตา นักการเมืองเสนอตัวมาให้เลือกแล้ว เกิดความรู้สึกเป็นห่วงชาติจริงๆ มีทั้งดี เลวน้อย ไปจนถึงเลวสุดๆ

หลังจากเลือกตั้ง ถ้าเรายังอยู่โดยไม่ต้องยกพวกเข้าทำหั่นกันเพื่อต่อต้านและสนับสนุนคนมีมลทินและครอบครัว ก็น่าจะเป็นบุญของบ้านเมืองแล้วนิ ! ออิอิ !!!

โสภณ องค์กรณ์
เนชั่น สุดสัปดาห์
ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๘๐๘
วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๐



รอบบ้านรอบตัว
อุบลาลก ครอบทำกาณ



ความปราศณา ของพระโพธิสัตว์

พระโพธิสัตว์เป็นสัญลักษณ์ของบุคคลพิเศษที่มีหน้าที่ช่วยเหลือมนุษยชาติ
ความจริงแล้ว พระโพธิสัตว์มิใช่จะอยู่ในบัญญัติของพุทธศาสนาหายาน
ทุกศาสนาล้วนมีบุคคลพิเศษเหล่านี้ มาทำงานขจัดปัดเป่าความทุกข์ และมีชื่อ
เรียกขานแตกต่างกันไป ภายใต้เนื้อหาเดียวกัน

หน้าที่ของพระโพธิสัตว์ ส่วนใหญ่จะเข้าใจกันได้ แต่พอพูดถึงความปรารถนา
เอ๊ะ ! ท่านปรารถนาอะไรล่ะ

ความปรารถนาของท่านเหล่านี้ มี ๑๐
เรื่อง รวมเรียกว่า “จริยธรรมพระโพธิสัตว์”
มีผู้ปรารถนาดีนำเอกสารมาให้ เข้าใจว่า
เป็นของหลวงปู่พุทธทาส

ความปรารถนาหรือจริยธรรมของพระ
โพธิสัตว์ ๑๐ ข้อ มีดังนี้

๑. ไม่ปรารถนาว่า ร่างกายไม่มีโรคภัย
ไข้เจ็บ

๒. ไม่ปรารถนาให้ใครตามใจ

๓. ไม่ปรารถนาให้งานสำเร็จผลโดย
รวดเร็ว

๔. การครองชีพ ไม่ปรารถนาว่าจะไม่
มีภัยอันตราย

๕. การชำระจิต ไม่ปรารถนาว่าจะไม่มี
อุปสรรค

๖. การปฏิบัติ ไม่ปรารถนาว่าจะไม่มี
มารผจญ

๗. การทำความดี ไม่ปรารถนาสิ่งตอบแทน

๘. การคบเพื่อน ไม่ปรารถนาว่าจะได้
รับผลประโยชน์

๙. เห็นลาภ ไม่ปรารถนาจะมีหุ้น

๑๐. ถูกใส่ร้ายป้ายสี ไม่ปรารถนาจะได้
ตอบ

ครับ เราไม่ได้เป็นพระโพธิสัตว์ก็จริง
แต่นิสัยพฤติกรรมของท่าน ก็เป็นสิ่งที่น่าจะ
เลียนแบบ

ทำอะไรได้ ทำไปก่อน

ความจริงแล้ว ๑๐ ข้อปรารถนา น่าจะ
เป็นคู่มือของการเดินทางสู่โพธิสัตว์ภูมิที่น่าจะได้

๑๐ ความปรารถนา คงจะพอมองเห็น
หน้าตาของพระโพธิสัตว์ว่าจะเป็นอย่างไรนะ
ครับ

ข้อที่ ๑ ถึง ๔ เป็นเรื่องการดำรงชีวิต
ทั่วไปของท่าน

ไม่รักตัวเอง ไม่โอ้ตัวเอง

ไม่เอาแต่ใจ

ไม่ใจร้อน

และมีจิตใจที่ไม่ขลาดกลัวอันตรายรอบ
ด้าน

ข้อที่ ๕-๖ การปฏิบัติธรรมของท่านเยี่ยม
ยอด พร้อมรับทุกสถานการณ์ไม่มีข้อแม้

จึงไม่เศร้าหมอง ไม่ท้อแท้ ไม่เบื่อหน่าย

ทำใจยอมรับในสิ่งที่เกิดได้เสมอ

ข้อที่ ๗-๑๐ เป็นเรื่องสัมผัสสัมพันธ์กับ
สังคม

จะเห็นได้ว่า เรื่องการหาผลประโยชน์ตัด
ทิ้งไป

ชีวิตท่าน มีแต่การเอื้อเพื่อเกื้อกูล และ
ในความหวังดี แม้จะถูกเข้าใจผิดก็ไม่เสียใจ

อย่าว่าแต่การโต้ตอบ แค่ว่าในใจท่านก็
ไม่คิด

“๑๐ ความปรารถนา” หรือจะเรียก
“๑๐ไม่ปรารถนา” ก็ตาม ถือเป็นแผนที่ คน
ดีของพระโพธิสัตว์ได้ชัดเจน

หน้าตาท่านเป็นอย่างไร เราไม่รู้ แต่วัน
นี้เรารู้จักนิสัยของมหาบุรุษเหล่านี้แล้ว

มีแผนที่ชัดเจนแล้ว ปุถุชนคนอย่างเรา
ก็ได้อาศัยเป็นคู่มือปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน

ลองเตรียมสมุดบันทึกสักเล่ม บันทึก
ก่อนนอน วันนี้ได้ฝึกนิสัยพระโพธิสัตว์ข้อ
ไหนบ้าง

สั่งสมไปเรื่อยๆ วันละหยดสองหยด
จะเต็มตุ่มมัยเนี่ย ? (โปรดย้อนไปดูข้อ
๓ !)



นำรู้จัก
กอรบก.

ท่ันุ่บอูบลพลั้งเรง
|| ร บ พ ว
จ ำ ี





ISSDWA เกิดวันจันทร์ที่ ๑๒

กุมภาพันธ์ ๒๕๑๑ ที่อำเภอพิบูลมังสาหาร จังหวัดอุบลราชธานี คุณพ่อเป็นคนยโสธร ตอนนั้นเป็นข้าราชการสังกัดสำนักงานพลังงานแห่งชาติ คุณพ่อเสียชีวิตเมื่ออายุ ๕๘ ปี เพราะเส้นเลือดฝอยในสมองแตก คุณแม่เป็นชวานาอยู่ที่สกลนคร ตอนนี้อายุ ๖๒ ปี คุณยายอายุ ๘๗ ปี คุณยายยังช่วยตัวเองได้บ้าง แต่เดินไม่ถนัด ต้องค่อยๆ คืบไปครับ ผมมีน้องสองคน น้องชายเป็นวิศวกรแต่เสียชีวิตเพราะอุบัติเหตุ ในปี ๒๕๔๗ เหลือน้องสาวคนเดียวเป็นผู้จัดการหอพักแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ ผมมาอยู่ที่ไอศ ๒๐ ปีเต็ม ปัจจุบันเป็นช่างพิมพ์ของบริษัทฟ้ายักษ์ เป็นกรรมการบริษัท เป็นกรรมการชุมชนสันติไอศ เป็นอุปนายกคนที่ ๒ ของสมาคมนักศึกษาผู้ปฏิบัติธรรม และเป็นประธานสาขาลำดับที่ ๑๐ พรรคเพื่อฟ้าดิน

ลูกคนจน

ผมเรียนประถมต้นที่โรงเรียนบ้านท่าปู่ อำเภอราษีไศล จังหวัดศรีสะเกษ ตอนนั้นก็

สนุกไปตามประสาเด็ก สมัยนั้นไม่ได้มีของเล่นที่ยั่วย้อมมอมเมา ก็เที่ยวเล่นไปตามธรรมชาติตามแม่น้ำลำคลอง ไปหาผลไม้ป่ากินกัน มีความสุข เพื่อนผมส่วนใหญ่เป็นคนจน ฐานะดีน้อยกว่า แต่ไม่มีการแบ่งชนชั้นกัน เราภูมิใจที่พ่อเป็นข้าราชการ แต่ไม่ได้ดูถูกเพื่อน จำได้ว่าเพื่อนคนหนึ่งคุณพ่อคุณแม่เขาเป็นคนเผ่าถ่าน เขาชวนผมกินข้าวเสมอไปช่วยกันหาปลาบ้าง เล่นสนุกบ้าง ตามท้องไร่ท้องนา ถ้าเราอยากกินอะไรอร่อยๆ อยากกินขนม อยากได้เงินไปซื้ออะไรสักอย่าง แทนที่จะขอแม่ขอพ่อ เราก็จะเรียนรู้จากการไปอยู่กับคนจนๆ ว่า ไปเก็บขยะขายได้ อย่างเศษเหล็กหรือขวด ไปกับเพื่อน เขาก็จะบอกอันนี้นั้นนั้นขายได้นะ เคยเดินไปไกลมากๆ คนเดียว เพื่อไปเก็บเศษเหล็ก แล้วก็ภูมิใจที่เราไม่ต้องกวนทางบ้านมาก

พอขึ้นประถมปลายก็ไม่ค่อยได้เก็บแล้ว แต่ไปตกปลา ไปหาหน่อไม้มาให้แม่ทำกิน เวลาไปโรงเรียนจะมีค่ารถค่าขนม ถ้าจะกินขนมนี้จะต้องห่อข้าวไปกินโรงเรียน ไม่งั้นเงินจะไม่พอค่าอาหารกลางวัน ถ้าจะกินพิเศษก็ไปเก็บเศษเหล็กขาย ตอนอยู่ชั้นป.๕ -๖ พ่อแม่ย้ายออกไปทำงานนอกเมืองไกลออกไปอีก ต้องปั่นจักรยานวันละ ๒๒

กิโลไปกลับบ้านและโรงเรียน ได้ออกกำลังกายไปด้วย รู้สึกว่าแข็งแรงขึ้น ตอนเด็กๆ เลี้ยงยาก เดียวใจ เดียวป่วยอดๆ แอดๆ ซึโรคร สุขภาพไม่ค่อยดี ปวดหลังตั้งแต่เด็กๆ แล้ว เพราะผมเล่นชน ปีนต้นไม้ตกลงมาหลายครั้ง

พอจะขึ้นมัธยม คุณพ่อก็ย้ายมาที่อุบลฯ ผมจึงมาต่อชั้นมัธยมที่นั่น มาเข้าโรงเรียนเบ็ญจะมะมหาราช เรื่องประทับใจที่นึกได้คือผมไม่เคยนึกอยากรวยเลยครับ เวลาเพื่อนล้อว่าเราเป็นลูกเจ๊ก เป็นลูกคนรวย เราจะโมโหก็จะบอกว่าผมอยากเป็นคนไทย ผมอยากเป็นชาวนา ผมเป็นหลานชาวนา ไม่ใช่เจ๊ก

ผมชอบคำว่า “ลูกคนจน” แต่ไม่รู้รู้สึกว่าคนรวยไม่ดี และไม่ได้รับยารู้แต่ว่าไม่อยากจะรวย คนรวยจะมีทุกอย่างครบ เช่นมีรองเท้า ๒ คู่ มีกระเป๋าหนังอย่างดี มีอาหาร มีที่พักเพอแวย์ คุณพ่อคุณแม่มารับมาส่งโรงเรียน แล้วก็จะมีเงินซื้อขนมกินเยอะแยะ

ส่วนเราต้องห่อข้าวใส่กล่องอลูมิเนียมง่ายๆ เงินนี้ต้องกัไว้ดีๆ จะกินอะไรก็คิดแล้วคิดอีก ประถมต้นนี้ได้วันละ ๕๐ สตางค์ ตอนหลังได้วันละ ๖ สตางค์ พอมีจักรยาน ไม่ต้องจ่ายค่ารถ ก็มีเงินซื้ออะไรมากขึ้น แค่นั้นแหละชีวิต ไม่ได้คิดว่าลำบาก ก็มีความสุขดี

ตอนอยู่ประถม ผมมักจะถูกแยกออกมา
มานอนอยู่คนเดียว กลางคืนก็รู้สึกกลัว ผม
ถามตัวเองเสมอว่า ถ้าตายตอนอยู่คนเดียว
มันจะเป็นยังไง แล้วจะไปไหน จะมีดีไหม
แล้วเราจะไปเจออะไร จำได้ว่ากลัวตาย จน
ผมงงว่า เอ๊ะ ทำไมมันคิดอย่างนี้

อีกเรื่องหนึ่ง พอมาปฏิบัติธรรมถึงรู้สึก
ว่า เราเห็นกิเลสของตัวเองทั้งเรื่องราคะและ
โทสะมาตั้งแต่เด็กๆ เห็นชัดเลย พอกระทบ
ผัสสะจะรู้สึกไว แต่ไม่ได้ทำให้คนอื่นเดือด
ร้อนเสียหาย ตอนนั้นผมเห็นกิเลส แต่ไม่รู้
ว่ามันเป็นกิเลส ผมอ่านมัน เห็นมัน ไม่รู้สึก
ทุกข์กับมันมาก แต่ผมไม่รู้วิธีเอามันออก

จิตใจที่มีทางออก

ผมเจอไอศกรีมตอนเรียน ม.ต้น มีสมณะ
ไปปักกลดอยู่ในโรงเรียน แต่ก็ไม่ได้สะดวกอะไร
เพียงแค่เพื่อนมาบอกว่า พระที่เทศน์กิน
มังสวิรัตด้วยนะ บอกว่าของราคา ๑๐๐ บาท
ขาย ๕๐ บาท ได้กำไร ๑๐ บาท เพื่อนก็มา
ล้อเป็นเรื่องตลกกัน

ตอนผมอยู่ ม.๕ ครูที่ปรึกษาชื่ออาจารย์
ประสาร บุญเฉลียว เป็นญาติธรรม ท่านเอา
หนังสือสารไอศกรีมให้เพื่อนผมอ่าน ผมไปเจอ
หนังสือเข้าก็ขออ่านด้วย ท่านบอกว่าแม่ผม

จะได้อ่านหนังสือสารไอศกรีมก็ยังเป็นคนมี
ปัญหาอยู่ ไม่เหมือนนักปฏิบัติธรรม ไม่
เหมือนคนอื่นที่เขาเป็นคนดี เรียบร้อย มี
มนุษยสัมพันธ์กับเพื่อนดี แต่ผมเหมือนคน
เก็บกด เก็บเอาปัญหาของผู้ใหญ่มาคิด

ผมอ่านคอลัมน์ของคุณหมอวิชัย เอก
ทักษิณ ประทับใจว่าปฏิบัติธรรมกินมังสวิรัต
แล้วก็เรียนหนังสือได้ สมองดีด้วย ไม่ขาด
อาหาร รู้สึกเท่ด้วยเข้าไป เริ่มสะดุดว่าจะถือ
ศีลข้อหนึ่งให้บริสุทธิ์ต้องกินมังสวิรัตด้วย ก็
เลยพยายามลดเนื้อสัตว์ลง แล้วก็แอบกิน
เจียบๆ ไม่ได้บอกคุณพ่อคุณแม่ ถึงวันที่เรา
นึกขึ้นได้เราก็จะทำอาหารเจง่ายๆ บางทีก็
เป็นเจเจี้ย คือเจี้ยเนื้อสัตว์ออก

จิตใจที่มีทางออก เราไม่อยากทำบาป ก็
กินมังสวิรัตได้ แต่ตอนนั้นยังไม่ได้นึกถึงธรรมะ
เพียงแต่มีที่ฟังเรื่องศีล รู้สึกว่ามีหมู่มุขที่นำ
อยู่ด้วยในโลกนี้ ปกติเรารู้สึกว่าสังคมมันเลว
จนเราอยากจะทำลายทำร้ายสังคม หรือว่าทำ
ร้ายคนไม่ดี อีกทางหนึ่งก็อยากจะหนีแล้ว
ไม่อยากอยู่แล้ว ช่วยที่บ้านให้แม่อยู่สบาย
แล้วเราก็จะไปอยู่เจียบๆ ง่ายๆ เจียบๆ แต่
เราไม่รู้ว่าสมาธิเป็นยังไงนะ เคยไปหาปู่หาปลา
ไปเรียนถักแห เตรียมที่จะไปอยู่ห่างๆ เป็น
อยู่ง่ายๆ สงบๆ เพราะว่าตัวเองเดือดร้อน

เวลาเจอสักคน ทนไม่ได้ แล้วก็ไม่ปรึกษาใครด้วย

จบ ม.๖ มาเรียนที่รามคำแหงได้พบกลุ่มรามบูชาอาสาพาหะ ฟังพ่อท่านเทศน์ในงานนี้ อ้อ นี่เธอ พ่อท่านสมณะโพธิรักษ์ในสารอโศก วันนี้ได้เห็นตัวจริงท่านได้ฟังเทศน์ผมเลยเรียนถามท่านว่า ถ้าเราอยากมาอยู่วัด เราจะเรียนไปด้วยได้ไหม คือมาพักในวัดแต่ออกไปเรียนข้างนอก ท่านบอกไม่ได้ วัดไม่ใช่โรงเรียน ตอนนั้นสังฆมวัดเรายังไม่มีนักเรียน นั่นเป็นคำตอบสมัยปี ๒๕๒๕ ซึ่งกำลังขับเคี่ยว เอาคนที่คัดมาเต็มที่เลย ก็เหมาะสมตามสมัยดี

ตอนนั้นดีใจเราได้พบหมู่กลุ่มที่ต้องการแล้ว โอ้ญาติพี่น้องอย่างนี้ เราต้องหาเวลามาร่วมกิจกรรมกับกลุ่มรามบูชาธรรม เขาให้ถอดรองเท้า ใส่หม้อฮ่อม กวาดลานวัดบำเพ็ญประโยชน์ ไม่กลัวไม่อายไม่เงินสมัยเรียนมัธยมก็เป็นลูกเสื่อมาตลอดบำเพ็ญประโยชน์ แล้วก็รักษาระเบียบวินัยชอบอาสาเป็นหัวหน้าชั้น

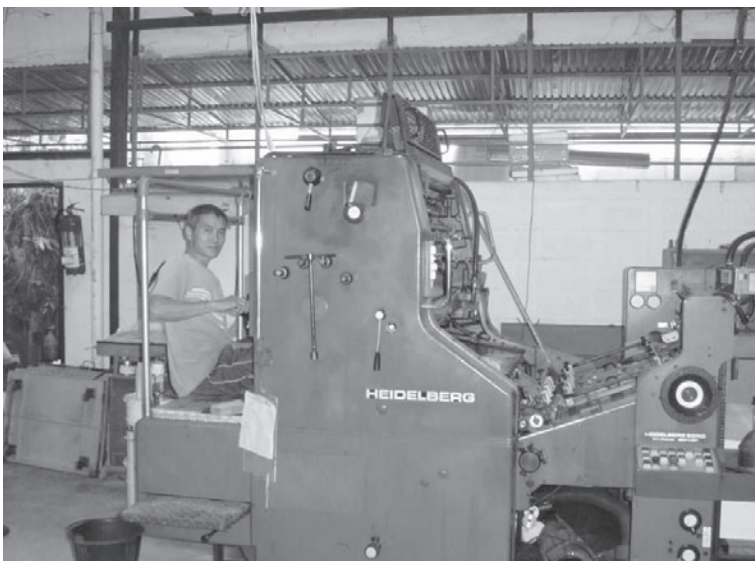
ปี ๒๕๒๕ เริ่มกินมังสวิรัต หุงข้าวกล้องใส่ถั่ว กินง่าย ๆ ประหยัด ไม่ต้องซื้อกับข้าวก็ได้ มีชี้อิววดหนึ่ง ทำน้ำพริก แล้วก็เก็บผัก กินข้าวกล้องกับถั่วกับกล้วยก็จบแล้ว มีชีวิตอยู่

รอดได้แล้ว

พอมีเพื่อนกลุ่มรามบูชาธรรมรุ่นพี่ที่เป็นผู้ช่วยแม่ครัวที่มานูญครอง ร้านอาหารท่านพลตรีจำลอง ศรีเมือง เขาชวนไปทำแทนบ้าง บางครั้ง ก็ได้เงินมา เราก็เห็นแนวทางช่วยพ่อแม่ได้แล้ว ตอนหลังเลยสมัครเป็นตัวจริงเพราะทางบ้านจำเป็นต้องใช้เงินส่งน้องเรียนเราก็หยุดเรียนไปเลย แล้วมาอยู่เป็นคนวัดได้พักหนึ่ง พอได้เป็นอารามิก ทางบ้านก็มีเหตุให้เราต้องออกไปทำงานอีก ทำงานในห้างขายอาหารมังสวิรัต ก็ไปชุดม่อฮ่อม ไม่ใส่รองเท้า ไปทำงานข้างนอกสองรอบรวมเวลา ๒ ปี

ไปอยู่ที่นั่นก็เรียนรู้วิถีชีวิตของคนที่ยินมังสวิรัตและมีศีล ๕ ปัญหาเรื่องความเป็นอยู่ร่วมกับสังคมาหมดไป เราเจอหมู่กลุ่มที่ดีมีสัมมาอาชีพ ไม่ต้องเจอเจ้านายเอารัดเอาเปรียบ ยิ่งเจอคุณลุงจำลอง ผมก็เลยไม่รู้สึกแอนดีสักคน เพราะเราพบเห็นผู้นำที่มีคุณธรรมจริงๆ ดีใจว่ามีผู้หลักผู้ใหญ่ผู้ปกครองบ้านเมืองเป็นคนคืออย่างนี้ มีคุณธรรม ชื่อสัตย์ ไม่งอแงไม่กิน ทำให้ผมย้อนมองตัวเองว่า เราจะพัฒนาตัวเองให้เป็นอย่างท่านได้ไหม

ตอนอยู่ที่วัดก็ฝึกอยู่ในศีลเคร่งครัด แม้ปัญญายังไม่เกิดก็รู้ว่าทำอย่างนี้ดี กินมือ



เดียว นอนเตียงน้อย ก็พยายามฝึกไป พอออกไปอยู่ข้างนอกก็คิด ๕ แต่ก็เป็นโสด ฟังเพลงบ้างตามประสา แต่มั่นใจว่าตนเองไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขใดๆ เพราะรับปากกับทางบ้านว่าโตขึ้นจะไม่กินเหล้า ไม่สูบบุหรี่

ช่วงหนึ่ง ผมอยากหาเงินมากขึ้น อยากสร้างฐานะให้มั่นคง ก็ลาออกจากร้านคุณลุงจำลอง ไปเป็นแคชเชียร์ที่ร้านแห่งหนึ่ง งานเบา เงินยังไม่รู้ว่าจะได้เท่าไร แต่เขาขายเหล้าขายบุหรี่ด้วย อยู่ได้ ๓ วันก็กลับวัด มาทำงานที่บริษัทพลังบุญต่อดีกว่า เพราะห่างวัดมันห่าง พุดคนละเรื่องคนละภาษากับคนข้างนอก วิธีชีวิตมันไม่เหมือนกัน ทำไปแล้วไม่เห็นคุณค่าของชีวิตและยังเกี่ยวข้องกับมิชชาชีพ อยู่กับคนไม่มีศีล มันห่าง กลับวัดดีกว่า กลับมาแล้ว สดชื่น หมุกกลุ่มทำให้เราไม่ขี้เกียจ ได้ทำประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน

อยู่ที่นี้สบายใจ

แรงบันดาลใจที่ทำให้เข้ามาอยู่ในอโศก เพราะรู้สึกว่าสังคมมีการเอารัดเอาเปรียบและก็ไม่มีความยุติธรรม ก็เลยแสวงหาสังคมที่น่าอยู่ ผมอ่านหนังสือของอโศก ใจอยากจะมาเห็นสังคมอย่างนี้ เรามาพร้อมกับกิเลสราคะ โทสะ โมหะ แต่เราอาจจะทำกุศลไว้บางส่วน ทำให้ได้พบธรรมะ แล้วก็เข้ามาที่นี่ เพื่อรับธรรมะมาล้างกิเลส

คุณพ่อคุณแม่ญาติพี่น้องทางบ้านแม้จะเห็นว่าดี แต่เขาไม่อยากจะให้เราอยู่ วัด อยากรู้อยากเห็นว่ามีฐานะมั่นคง มีครอบครัว ได้ก็ให้ทุนเงินเชื่อพ่อแม่ต่อไป เรามาที่นี่ ครอบครัวก็ได้ฟังเราระยะ เงินเดือนเราแค่สองพัน เราส่งกลับบ้านหมด เหลือไว้ไม่กิน

ทำร้ายนะครับ เพราะระบบสาธารณสุขโลกที่นี้แข็งแรงมันคง สวัสดิการก็ดี ผมถึงอยู่ที่นี้สบายใจ แล้วก็ได้นุญด้วยเพราะว่าค่าแรงงานเราสูงกว่านี้ ส่วนที่เราไม่ได้รับก็เท่ากับทำบุญครับ

น้องชายที่เป็นวิศวกรที่เสียชีวิตไปแล้ว เงินเดือนเขาเป็นหมื่น เขาไม่พอใช้ครับ ต้องมาขโมยเงินเรา พ่อแม่ก็เห็นอยู่ แต่น้องสาวอยู่แบบสมถะ ถึงแม้เขาไม่ได้มาปฏิบัติธรรม เขาเป็นคนกตัญญู เอาภาระแม่ เขาใช้เงินเดือนละไม่เกินสองพันห้า ส่วนที่เหลือเขาให้แม่หมด แม่มีบุญ ผมก็มีบุญด้วย เพราะไม่ต้องหวังว่าไม่มีใครดูแลแม่

ผมเป็นพนักงานบริษัทพลังบุญ แยกหามสินค้า ทำงานในโกดัง ก็มีมีความสุขดี ไม่ได้เกี้ยวว่าเป็นงานใช้แรง อยู่นานมันคงเหนื่อยเขาก็เลือกให้เป็นกรรมการบริษัท ทำงานกับพลังบุญ ๗ ปี ได้ฝึกตรวจสอบผ้าสะและทำตามที่พ่อท่านสอนว่า เราทำบุญ เราก็ก็นึกถึงบุญนั้น ผลงานนั้นของเรา นึกถึงเอามาเป็นตัวเป็นคน เป็นเจ้าเข้าเจ้าของ พอมีอะไรผิดพลาดต้องอภัยกันให้จริง คนอื่นเขาก็ต้องผิดพลาดบ้างเช่นเดียวกับเรา

เวลามีการเปลี่ยนแปลงแล้วเรากลับตัวไม่ทัน อดตา ความเอาแต่ใจจะโด้แต่ออกมา ก็พยายามปรับตัว แก้ไข ถ้าปรับไม่ได้ จะ

อยู่ที่เดิมก็ละอายใจ ว่าเราดีมากเกินไป เลยออกไปตั้งหลักที่บริษัทฟ้ายักษ์ อยู่ใกล้ๆ นี้เอง เคยไปติดต่อข้างนอก เป็นพนักงานขับรถปกติสตาร์ทเจ็ดพันนะ แต่เขาเห็นเป็นนักปฏิบัติธรรม จะให้หนึ่งหมื่นเลยนะ แต่ว่าผมต้องไปพักข้างนอก ผมก็เลยอยู่ฟ้ายักษ์ดีกว่า ฟ้ายักษ์ตอบรับผมก็ดีใจ เราเป็นคนมีปัญหามากแต่เขาก็ยังตอบรับอยู่

ผมมีอดีตที่แบกอยู่นั่นก็คือ เวลาทำผิดพลาด จะคิดว่าตัวเองเป็นคนผิด เป็นคนไม่ดี แล้วก็ไม่หัวอ่อนนะ พ่อท่านเคยพูดว่าถ้าปฏิบัติธรรมได้ผลจะลดทิฏฐิลงมาอ่อนนุ่มได้ ไม่ใช่ให้อภัยแต่คนอื่น จะให้อภัยตัวเองได้ด้วย แล้วไม่ทำให้ตัวเองเสียโอกาสที่จะได้ปฏิบัติธรรมต่อ ตรงนี้แหละสำคัญมากเลยครับ ตอนนั้นไม่ได้คิดเลยแต่ว่าความผูกพัน ความที่อยากจะได้นุญ รักที่จะเสียสละ ทำให้เราอยู่ต่อไป

ฟ้ายักษ์เขารับในตำแหน่งช่างทั่วไป เพราะว่าไม่มีความรู้อะไรมา ก็แค่ ม.๖ อาศัยว่าขยันเอาภาระฝึกไป อยู่ฟ้ายักษ์มา ๑๐ ปี เป็นช่างทุกอย่างครับในงานพิมพ์ การพิมพ์นี้มันขึ้นอยู่กับเครื่อง ต้องเป็นอย่างที่เขาออกแบบไว้ จะเอาแต่ใจเราไม่ได้ ต้องเอาตามเครื่อง เพราะฉะนั้นเราจึงถูกฝึกโดยปริยายว่าจะต้อง

ทำตามกฎระเบียบของส่วนรวม ไม่ใช่ระเบียบของตนเอง และต้องรู้ว่าที่ตัวเองคิดว่าตัวเองมีระเบียบนะมันเอาแต่ใจ เอาตามที่เราอยากได้ ที่เราคิดว่าดี แต่นี่ไม่ใช่ มาอยู่กับเครื่องจักร ต้องเอาตามที่เขาออกแบบมา กระจายมันเดินไม่ดีก็ต้องแก้ไปตามอาการ ไม่ใช่ว่าแก้เอาตามใจเรา บางทีโมโหเครื่องทำไมมันแก้ไม่ได้ ก็จบตรงที่ว่าต้องแก้ให้ทำตามเหตุผลของเครื่อง ไม่ใช่ตามใจเรา ตรงกับที่พระสอนว่า ต้องรู้ความจริงตามความเป็นจริง ไม่ใช่ตามใจเรา ไม่ใช่ตามกิเลสเรา ตอนหลังเห็นชัดๆ ว่าใจเราเย็นนะ เพราะเรามีโยนิสมนสิการในเวลาทำงานไปด้วยเท่าที่เราจะทำได้ ไม่ใช่ทำแบบช่างกรรมดาทั่วไปที่ไม่ได้ปฏิบัติธรรม

ขยะ ปุ๋ย กลีกรรรม ทำเพื่ออุกฤษฏโลก

เมื่อปัญหาตัวเองเบาลง เราก็เริ่มมองออกนอกมากขึ้น เห็นพ่อท่านพาทำเกษตร ธรรมชาติก็อยากจะทำ เรื่องสุขภาพก็อยากทำอะไรที่พ่อท่านว่าดี อยากทำไปหมด สังคมที่นี้ให้ออกาส ใครอยากลอง อยากทำ ก็ทำไป พอรู้ว่าไม่ได้ ไม่ถนัด หรือไม่เหมาะ ก็ย้อนกลับมาใหม่ ที่นี้ให้ออกาสตรงนี้มาก และพ่อท่านก็เคยพูด มันบาปกรรมนะให้พระให้

เจ้าไปจนขณะนี้ แม้แต่งานพิมพ์ก็เหมือนกัน พ่อท่านก็เปรยว่า ถ้าไม่มีใคร อาตมาจะไปพิมพ์เองอย่างนี้เป็นต้น เราก็เลยเงินตัวเอง มาเอาภาระตรงนี้ เราก็อีกได้ คนอื่นเขาไม่ถนัดด้านนี้ เราก็มทำ แม้ว่าจะต้องเสียสละชีวิต หรืออวัยวะที่จะต้องเสื่อม ต้องอยู่กับมลพิษมาก ผมนึกถึงสมัยไทยรบพม่า เขาฟันกันแขนขาด เขาก็ยังไปเลย เราปฏิบัติธรรม เสียสุขภาพบ้างจะเป็นไรไป

พอใจสงบลง ทำให้เรามีความคิด มีกะจิตกะใจที่จะทำงานส่วนกลางมากขึ้น อาน้อมบูชาเคยแนะนำไปดูงานจัดการขยะก็ไป เห็นว่ามันง่าย คุณป้าวิเชียร พี่สาวคุณป้าจินดาบอกว่าพวกเขาไปไม่แม้แต่เศษดินที่ไปจุดดินมาเขาจะไม่ทิ้งเลย น้ำล้างเสียมก็ไม่ให้ทิ้งให้มาจุ่มลงตรงนี้ แล้วก็หั่นเศษผักมาไว้ตรงนี้ มาหมักไว้ตรงนี้แหละ อยู่ในร่ม มันไม่โดนแดด ไม่ได้เน่าเหม็น แล้วมันก็เปื่อย ผมก็มาลองทำที่ฟ้าอภัย ผมขอเปลือกผลไม้ที่วัดไปหมักไว้ที่หลังห้องนอนผม ที่ตึกฟ้าอภัยชั้น ๕ เวลาฉี่ เราก็อามาเทใส่ด้วย มันก็ไม่เหม็น พอได้เวลา ก็เอามาใส่ต้นฝรั่ง มันขึ้นงาม โอ้โฮ ออกผลดก ปุ๋ยมันทำง่างๆ จริงนะ ยิ่งตอนหลังได้เรียนรู้เรื่องจุลินทรีย์ชีวภาพ อ้อ ตัวนี้เองเป็นตัวทำงาน

ตอนหลังก็เลยขอลองทำรอบๆ ฟ้าอภัยผมก็ทำมากขึ้น เทศอาหารลงไปก่อน แล้วคลุมด้วยกิ่งไม้ใบไม้ ถ้าดูเล็ๆ ต้องไม่ให้ถูกแดด แล้วก็ให้น้ำชุ่มอยู่ตลอด ต้องคอยรดน้ำ อย่าให้มันแห้ง ไม่เกินสามเดือนเอาไปใช้ได้ ตอนนีฟ้าอภัยไม่จำเป็นต้องไปซื้อดินมาเติม กระถางต้นไม้ที่ปลูกไว้เลยหลายปีแล้ว เอาดินที่ผมหมักทดลองไว้นี้แหละ

ขยะของฟ้าอภัยไม่ต้องการ แล้วยังมีคนเอาขยะมาบริจาคอีก มาเอาเศษอาหารที่สาละจนด้วยกองขยะก็ใหญ่ขึ้น ก็จะต้องควบคุมจะต้องระมัดระวังมากขึ้นนะครับ เพื่อไม่ให้มีกลิ่นรบกวนคนอื่น พอดีเขาจะไปทำเกษตรที่คลองสิบสาม เราทำได้เยอะๆ ก็เอาปุ๋ยที่ได้



ไปใช้ที่โน่นด้วย ช่วงนั้นชมรมนักศึกษาได้รับบริจาคน้ำมันมาเราก็ดึงได้ทำปุ๋ยน้ำมันด้วย ซึ่งเป็นปุ๋ยเร่งผลผลิต ทางวัดก็ทำปุ๋ยเราที่มีประสิทธิภาพดีก็คือพวกเศษอาหารโดยเฉพาะข้าวกล้องเป็นปุ๋ยอย่างดี ไม่ต้องหมัก ผมเอาไปใส่โคนต้นไม้เลย ในกระถางต้นไม้เรามีจุลินทรีย์อยู่แล้ว ต้องรักษาจุลินทรีย์ให้มีชีวิตไว้ไม่ให้โดนแดด แล้วก็ให้ชื้นอยู่ตลอด มันจะอยู่ตลอดนะ ไม่เกิน ๗ วันพวกแมลงตัวเล็กๆ มันย่อยเศษอาหารหมด ไม่มีมูลไม่มีเน่า

พองานอโศกร้าลึกก็คุยกันว่าจะทำปุ๋ยมากขึ้น ลองทำดูปีหนึ่งแทบตายเหมือนกันครับ มันหนักและยากนะครับ ภารกิจการทำงานแต่ละคนก็เต็มไม้เต็มมือ เราต้องทำเป็นตัวหลักจริงๆ ต้องมันคง อาจจะมีคนอื่นช่วยบ้างบางช่วงบางจังหวะ ตอนนี้อาหนึ่งพุทธคนหนึ่งที่ยินหยัดยืนยันจะทำตกลงว่าทำเฉพาะขยะเปียก

หรือเศษอาหาร ผมเป็นฝ่ายขนส่ง อาหนึ่งพุทธ จะรวบรวมใส่ถัง ไม่ต้องเอาขยะมาลงพื้นที่ที่สันติอโศกแล้วเพราะชาวบ้านร้องเรียนเขตว่ามีกลิ่นรบกวน เขามาตรวจและเตือนว่าที่หลังไม่เดือนแล้วนะ จะปรับด้วย เราก็เลยใส่ถังมีฝาปิดไม่ให้กลิ่นออกและกันไม่ให้หกเรียรดสามวันขึ้นไปสวนบุญผักพืชคลอง ๑๓ ที่หนึ่งประมาณ ๘๐-๘๐ ถึง เป็นผลไม้ เศษอาหารเศษผักก็ค่อนข้างหนักอยู่เหมือนกัน

สวนบุญผักพืชเป็นโครงการหมู่บ้านชุมชนที่จะทำกิจกรรมไร่สารพิษด้วย และเป็นแหล่งอบรมของสันติอโศก อบรมนักเรียนเป็นหลัก ผมเลิกงานแล้วถึงจะขับรถตัวเองไปแล้วก็มีวันจันทร์ว่างที่จะไป เราก็ได้ประโยชน์ด้วยได้พักผ่อนด้วย ไปทำกระท่อมคือผมจองไว้ด้วยแปลงหนึ่ง กะว่าจะพาน้องหรือคุณแม่มาอยู่ด้วย เงินที่ผมเอามาสร้างนี้มันไม่พอครับ ต้องขอแม่ขोन้องมาช่วยสร้างส่วนเราออกแรง กิจกรรมขยะก็เลยมีผลพลอยได้กับตัวเองด้วย ได้ทำ ๘ อ. ครบ เราแข็งแรงขึ้น อากาศดี และในการทำขยะเราก็ดูออกกำลังกายไปในตัว ตอนนี้ผมชวนชาวฟ้าอภัยชาวแต่ชีวิตไปด้วยกันเลยไม่ช่วยขนขยะก็ไม่เป็นไร ขอให้ไปเป็นกำลังใจไปช่วยกันเก็บผัก ถอนหญ้า ไปนอนในที่

อากาศดีๆ สุขภาพจะได้ดี จะได้มีแรงทำงานอย่างที่ว่าท่านพูดว่า งานจะทำให้เราแข็งแรงขึ้น ขยะนี่เป็นการฝึกขจัดตัวรังเกียจกับตัวซีเกียจ การทำตรงนี้ได้ทำให้เราเห็นเลยว่าจากที่เรารังเกียจมาๆ ตอนหลังเราเฉยๆ แล้วและเข้าใจคำว่าปุ๋ยสะอาด

ตอนหลังผมได้เป็นกรรมการชุมชนสันติอโศก ได้ฟังพ่อท่านพูดหลายครั้งว่า “ขยะนะจะทำไหมละ เราสร้างมันมาเองนะ”

ตอนมารับหน้าที่กรรมการชุมชน สิ่งที่มาพร้อมกันคือภาระมันมาก พอลองดูแล้วไม่ไหว ก็ค่อยๆ ลดบทบาทตัวเองลง แต่ก่อนนี้เราติดโลกธรรม หน้าใหญ่ใจโต ลดไม่ลง แต่ตอนหลังเริ่มรู้สึกว่ามันมากไป ไม่ไหว รู้ฐานะของตัวเองว่าคนอื่นเขาทำได้เพราะเขาฝึกมานานแล้ว รุ่นพี่รุ่นผู้หลักผู้ใหญ่ที่เขาทำต้องมีพื้นฐาน มีความรู้ แล้วก็มีความรู้ที่เป็นผู้ใหญ่พอ มีความรับผิดชอบ มีความสามารถ ตอนนี้เรารู้ตัวเองว่าอันไหนเราหนักเราก็มองไปครับ





ศีลคือข้องดเว้นไม่ทำบาป
เป็นเครื่องปราบจิตชั่วให้กลัวหนี
จิตตั้งมั่นอยู่กับคุณความดี
ปัญญาผีไม่มีในจิตใจ

เป็น“พุทธ”หยุดทำบาป (กุลาภชาดก)

มี ภิกษุหนุ่มสองสหาย รอนแรมจากชนบทแห่งหนึ่ง มุ่งไปยังพระเชตะวันมหาวิหาร ในแคว้นโกศล ด้วยใจที่หมายได้เข้าเฝ้า**พระผู้มีพระภาคเจ้า**

ในระหว่างทาง...แรกๆก็ยินดีต่อกัน สนทนาปรองดองกัน อาศัยชมกรก(กระบอกกรองน้ำ)กรองน้ำดื่มร่วมกัน แต่พอเกิดทิฐฐิ(ความคิดเห็น)ขัดแย้งขึ้น ก็ได้เถียงไม่ยอมกัน ทำให้ภิกษุผู้เป็นเจ้าของกระบอกกรองน้ำ ไม่ให้ที่กรองน้ำแก่ภิกษุอีกรูปหนึ่งใช้ ครั้นภิกษุนั้นกระหายน้ำมากเข้า จนอดกลั้นไม่ไหว จึงดื่มน้ำจากบ่อหรือลำธาร โดยไม่ได้กรองน้ำให้ไร้อัตว์น้ำเสียก่อน



เมื่อมาถึงเมืองสาวดี ได้เข้าเฝ้าถวายบังคมแล้ว พระศาสตราภิชานภิกษุสองสหายว่า
“พวกเธอพากันมาจากที่ไหน”

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พวกข้าพระองค์มาจากโกศลชนบทแห่งหนึ่ง เพื่อจะได้เข้าเฝ้า
พระองค์”

“ก็แล้วพวกเธอสมัครสมานกันดีอยู่หรือ”

ภิกษุที่ไม่มีกระบอกน้ำ รีบทูลฟ้องพระศาสดาว่า

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ เพื่อนภิกษุของข้าพระองค์นี้ พอสนทนาขัดแย้งได้เถียงกันในขณะ
เดินทาง ก็ไม่ยอมให้กระบอกกรองน้ำแก่ข้าพระองค์ได้ใช้บ้างเลย พระเจ้าข้า”

ภิกษุผู้มีกระบอกกรองน้ำได้ยืนดั่งนั้น รีบทูลฟ้องบ้างว่า

“เพื่อนของข้าพระองค์รูปนี้ ดื่มน้ำที่ไม่ได้กรอง ทั้งที่รู้ว่าในน้ำมีตัวสัตว์ พระเจ้าข้า”

พระศาสดาทรงสดับแล้ว ทรงหันถามภิกษุที่ไม่มีกระบอกกรองน้ำ
อันเป็นบริวาร(เครื่องใช้สอยจำเป็นของภิกษุ) อย่างหนึ่ง

“ดูก่อนภิกษุ เธอรู้อยู่ แล้วดื่มน้ำมีตัวสัตว์จริงหรือ”

“จริง พระเจ้าข้า ที่ข้าพระองค์ดื่มน้ำไม่ได้กรอง”

เมื่อยอมรับอย่างนี้แล้ว พระศาสดาจึงทรงตักเตือนสั่งสอนว่า

“แม้บัณฑิตในกาลก่อน ซึ่งครองราชสมบัติในเทพนคร ยังยอมตาย ยอมที่จะพ่ายแพ้ในการ
รบ แต่จะไม่ยอมทำลายชีวิตสัตว์อื่น เพื่อความเป็นใหญ่ของตนเลย”

แล้วทรงแสดงอดีตเรื่องราวนั้น





ในอดีตกาล พระเจ้ามคธราชพระองค์หนึ่ง ครองราชย์อยู่ที่เมืองราชคฤห์ในแคว้นมคธ ๗ หมู่บ้านมจลคามแห่งแคว้นมคธนั่นเอง มีบุตรพรหมณ์คนหนึ่งเกิดอยู่ในตระกูลใหญ่ ญาติทั้งหลายตั้งชื่อให้ว่า มมะ

ครั้นเจริญเติบโตมีวัยอันควรแล้ว บิดามารดาได้ให้แต่งงานกับหญิงนางหนึ่ง ที่มีชาติและตระกูลเสมอกัน อยู่กินกันด้วยความสุขความเจริญ ทั้งมีทรัพย์และบุตรธิดามากมาย มหมามาพบ ได้เป็นผู้นำครอบครัวให้ทำบุญทำทาน และรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ เพื่อความสุขแห่งครอบครัว

ก็ในหมู่บ้านนั่นเอง อาศัยกันอยู่ถึง ๓๐ ตระกูล มีอยู่คราวหนึ่ง มหมามาพบเดินชมหมู่บ้าน เห็นสถานที่แห่งหนึ่งแล้วพอใจ จึงจัดการเก็บกวาดทำจนกระทั่งเป็นสถานที่น่ารื่นรมย์ น่าพักผ่อนหย่อนใจ

แต่พอวันรุ่งขึ้น ก็ปรากฏมีตระกูลอื่นมาใช้เป็นที่พักเสียแล้ว มหมามาพบจึงจัดหาสถานที่ใหม่ กระทำให้เป็นที่พักอันน่ารื่นรมย์อีก แต่พอวันรุ่งขึ้น ก็มีตระกูลอื่นอีกมาใช้ประโยชน์จากสถานที่นั้น เป็นอยู่ในทำนองนี้ทุกวัน กระทั่งมหมามาพบได้สร้างสถานที่อันน่ารื่นรมย์ไว้ถึง ๓๐ แห่ง ให้แก่ตระกูลต่างๆในหมู่บ้านนั้นทั้งหมด

ด้วยเหตุที่ทุกตระกูลใช้ประโยชน์ในสถานที่เหล่านั้น ทำให้มหมามาพบยิ่งปีติยินดี ต่อมาจึงได้สร้างศาลาไว้ในที่เหล่านั้น ทั้งตั้งตุ่มน้ำดื่มให้อีกด้วย กระทำศรัทธาให้เกิดขึ้นแก่ทั้ง ๓๐ ตระกูล ในที่สุดทุกตระกูลในหมู่บ้าน ก็พากันมีใจใฝ่การทำบุญทำทาน รักษาศีล ๕ ตามมหมามาพบทั้งหมด

ตั้งแต่นั้นมา ตระกูลมหมามาพบก็ได้ทำบุญกุศลทั้งหลายพร้อมกับตระกูลอื่นๆเสมอมา เมื่อทุกคนในหมู่บ้านมจลคามตั้งอยู่ในศีล ๕ มีใจใฝ่ในบุญทาน จึงมักตื่นกันแต่เช้ามีด ถีมีด ถีอ ขวาน ถีจอบ และเครื่องใช้จำเป็น พากันปรับพื้นที่จรรยาให้เรียบเหมาะแก่การสัญจร สร้างสะพาน ขุดสระน้ำ ช่วยกันพัฒนาหมู่บ้านให้น่าอยู่อาศัยยิ่งขึ้น ชาวบ้านทั้งหมดตั้งอยู่ในคำกล่าวสอนของมหมามาพบอย่างศรัทธายิ่ง

แต่เมื่ออยู่วันหนึ่ง หัวหน้าหมู่บ้านเกิดจิตวิปริตราวกับมารมาเข้าสิง ทำให้เกิดความโลภโมโทสันในจิตว่า

“เมื่อก่อน...คนในหมู่บ้านนี้ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต และดื่มสุรามึนเมา ทำให้เราได้ทรัพย์จากค่าสุราค่าปรับต่างๆเป็นอันมาก แต่บัดนี้...มฆมาณพนำพาให้ชาวบ้านรักษาศีล ๕ งดเว้นการทำบาปเสียแล้ว เราจึงขาดแคลนทรัพย์จำนวนมากดังที่เคยได้”

คิดแล้วก็โกรธโมโห จึงเดินทางไปเข้าเฝ้าพระเจ้ามคธราช กราบทูลเท็จกับพระราชา

“ข้าแต่สมมุติเทพ บัดนี้มีพวกโจรจำนวนมาก เทียวปล้นฆ่าชาวบ้านที่หมู่บ้านมจลคาม พระเจ้าข้า”

“อ้าว ! ถ้าอย่างนั้น เจ้าจงนำทางทหารของเราไปปราบโจรให้หมดสิ้น”

หัวหน้าหมู่บ้านจึงนำพาทหารไป จับกุมมฆมาณพและคนในหมู่บ้านจำนวนมากเอามาแล้วทูลเท็จกับพระราชาอีกว่า

“พวกคนที่ฆ่าพระองค์นำมานี้ ล้วนเป็นโจรร้าย พระเจ้าข้า”

พระราชาทรงหลงเชื่อในคำของหัวหน้าหมู่บ้านไม่ได้สอบสวนก่อนก็ทรงตัดสินโทษรับสั่งว่า

“จงนำโจรเหล่านี้ไป เอาช่างเหยียบให้ตายให้หมดสิ้น”

ทหารจึงนำมฆมาณพและชาวบ้านเหล่านั้นไปที่พระลานหลวง จับให้นอนลงกับพื้นทั้งหมด แล้วให้ควาญช้างไล่ช้างมา ขณะนั้นมฆมาณพจึงกล่าวสอนชาวบ้านว่า

“พวกท่านทั้งหลายจงระลึกถึงศีล จงเจริญเมตตาให้แก่คนที่ส่อเสียด(ยุแหย่ให้แตกร้างกัน) พวกเรากับพระราชา และเจริญเมตตาให้แก่ช้างนั้นด้วย”

ทุกคนได้ยินแล้ว จึงตั้งจิตกำหนดใจปฏิบัติตามนั้น เมื่อช้างมาถึงที่คนนอนอยู่ ก็หยุดยืนร้องเสียงดังสนั่น ชูวงงขึ้นแล้วเดินหนีจากไป ควาญช้างก็ไม่อาจบังคับช้างได้ แม้จะนำช้างเชือกอื่นๆมาอีก ก็มีอาการเช่นเดียวกันหมด

พอเหตุการณ์ทราบถึงพระราชา จึงตรัสให้ตรวจตราดูว่า



“ชาวบ้านพวกนี้มียาดีหรือของดีใดที่ตัวหรือไม่ พวกเจ้าจิ้งก้นหาดู”

“ตรวจหาดูแล้ว ไม่มี พระเจ้าข้า”

ถ้าอย่างนั้น พวกนี้อาจจะมีเวทมนต์คาถาอะไรอยู่ พวกเจ้าจิ้งไปสอบถามมาให้ได้”

ทหารจึงไปสอบถามมฆมาณพว่า

“พวกท่านมีมนต์คาถาจริงหรือ ช่างจึงไม่อาจทำร้ายได้”

“มีสิ ! แต่ไม่บอกแก่ท่านหรอก พวกเราจะบอกแต่พระราชาท่านั้น”

พระราชาทรงทราบดังนั้น จึงรับสั่งให้นำคนทั้งหมดมาเข้าเฝ้า แล้วตรัสถามว่า

“พวกท่านทั้งหลายรู้มนต์วิเศษใดหรือ จงบอกมนต์ที่รู้ให้เราฟังเถิด”

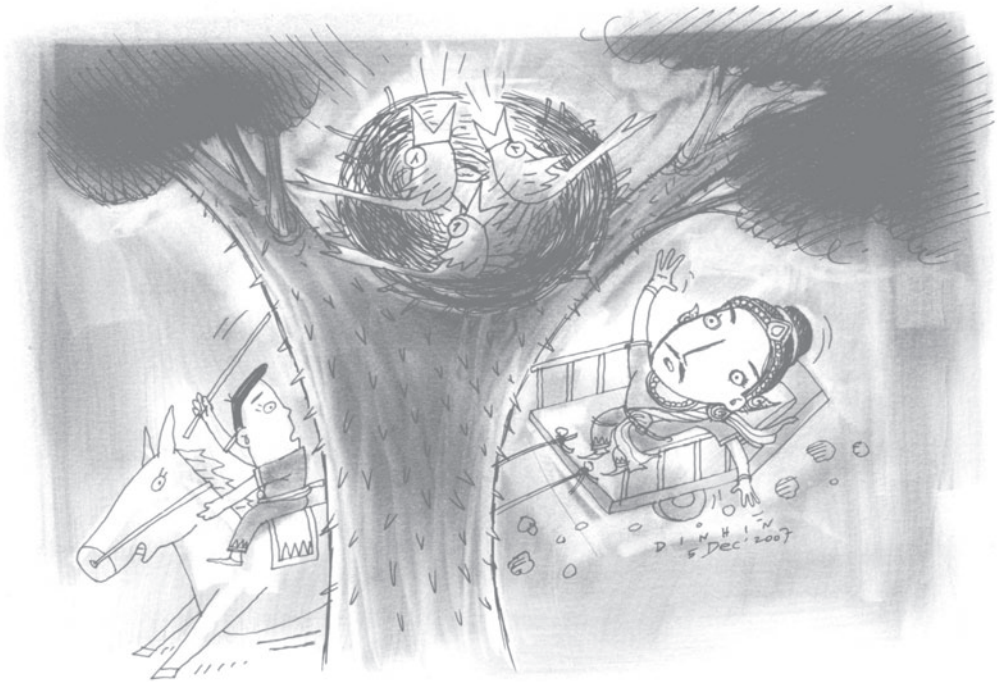
มฆมาณพจึงกราบทูลว่า

“ข้าแต่สมมุติเทพ มนต์ของพวกข้าพระองค์ไม่มีใดอื่น นอกจากการไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินอกใจ ไม่กล่าวคำเท็จ ไม่เสพของมีนเมาให้โทษ แล้วตั้งจิตเจริญเมตตา ทำบุญ ทำทานสม่ำเสมอ นี่เป็นมนต์สร้างความเจริญและเป็นเครื่องป้องกันภัยของพวกข้าพระองค์ทั้งหมดนี้”

พระราชาทรงสดับแล้วก็สิ้นสงสัย ทรงประจักษ์ในอานุภาพจิตตั้งมั่นของผู้รักษาศีล ทรงเลื่อมใสอย่างยิ่งต่อชาวบ้านมจลคามเหล่านั้น จึงทรงตัดสินให้ยกสมบัติของหัวหน้าหมู่บ้าน ทั้งหมดแก่ชาวบ้านเหล่านั้น และปลดหัวหน้าหมู่บ้านให้เป็นทาสคอยรับใช้ชาวบ้าน ทั้งทรงประทานช่างกับสร้างบ้านเรือนแก่ชาวบ้านมจลคามทั้งหมดอีกด้วย

นับแต่นั้นมา หมู่บ้านมจลคามจึงสงบสุขร่มเย็น ทุกคนอยู่กันอย่างสามัคคีปรองดอง ร่วมกันทำบุญกุศลทั้งหลายอย่างเบิกบานในธรรม รักษาศีล ๕ บริสุทธ์บริบูรณ์กันตลอดชีวิต

ส่วนมฆมาณพผู้ทรงศีลนั้น เมื่อสิ้นอายุขัยแล้ว เพราะได้ปฏิบัติวัตรบพ ๗ (คือ ๑. มาตาเปตทิโร = เลี้ยงดูบิดามารดา ๒. กุเลเชฐฐาปจายี = เคารพนอบน้อมผู้ใหญ่ในตระกูล ๓. สัมมทวาโจ = พุทธบูชาภาพูนมวล ๔. อปีสุณวาโจ = ไม่กล่าวคำส่อเสียด๕. มัจเจรวินย = ปรารถนาจากความตระหนี่ ๖. สัจจวาโจ = กล่าวแต่คำสัตย์ ๗. อโกธโน = ไม่โกรธ) ตลอดชีวิตอีกด้วย



จึงได้ไปเกิดเป็นท้าวสักกจอมเทพ (หัวหน้าของพวกเทวดาคือพระอินทร์นั่นเอง) ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ แม้พวกสหายของมณโฑก็ได้ไปเกิดเป็นเทวดา (คือผู้มีจิตใจสูง) ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์เช่นกัน

มีอยู่วันหนึ่ง พวกอสูร (คือผู้มีจิตใจต่ำช้า) ซึ่งอยู่ที่เชิงเขาสิเนรุ (หรือเรียกว่าเขาพระสุเมรุ ซึ่งมีสวรรค์ชั้นต่างๆอยู่โดยรอบ) ได้ยกทัพอสูรขึ้นสู่ยอดเขาสิเนรุ อันเป็นที่ตั้งของสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ทำรบกับท้าวสักกะหมายยึดครองเทพนครเอาไว้

ท้าวสักกะทรงสดับคำทำรบแล้ว ก็เสด็จออกจากเทพนครทันทีด้วยเวทย์มนตร์ (รถของพระอินทร์) โดยมีมัตลีเทพบุตรเป็นสารถี ตรงเข้าสู่รบกับพวกอสูรอย่างกล้าหาญ แต่พลาดท่าเสียทีแก่พวกอสูร จำต้องเล่นรถหนีหมายกลับเข้าสู่เทพนคร

ขณะพ่ายแพ้หนีกลับนั่นเอง มัตลีเทพบุตรขับรถมุ่งสู่ป่าจัมเบืองหน้าอย่างรวดเร็วจัด พอเข้าไปใกล้ป่าจัมเบือนั้น ท้าวสักกะพลันได้ยินเสียงลูกนกกริ่งดังขรม ทรงแลเห็นพวกลูกนกเกาะอยู่ที่ต้นจัมเบือ จึงรีบตรัสตะโกนบอกแก่สารถีว่า

“ดูก่อนมาตลีเทพบุตร ที่ต้นจิวเหล่านี้มีลูกนกครุฑอาศัยอยู่ ท่านจงรีบหันรถกลับเถิด เรา
ยอมสละชีวิตให้กับพวกอสูร ยังดีเสียกว่าทำให้พวกลูกนกครุฑเหล่านี้ ต้องแหลกลาญเสียชีวิต
เพราะกำลังเร็วแห่งรถของเราเคยยี่ไป”

มาตลีเทพบุตรได้ฟังรับสั่งแล้ว หันหัวรถกลับในทันที รถจึงพุ่งเข้าหาหม้อสุรที่ตามมา
ฝ่ายพวกอสูรพอเห็นท้าวสักกะกลับรถ แล่นมาด้วยความเร็ว ก็พากันตกใจกลัว คิดว่า

“กองทัพเทพลงพากันมาเสริมแล้วเป็นแน่ ท้าวสักกะจึงกล้ากลับรถมาสู้อย่างนี้”

ต่างพากันแตกตื่นหวาดกลัว กระจัดกระจายกันหลบหนีกลับคืนสู่ภพอสูรที่เชิงเขาสิเนรุ
ตามเดิม เหตุการณ์จึงกลับกลายเป็นท้าวสักกะทรงชนะ เสด็จกลับสู่เทพนครโดยปลอดภัย ได้
ประทับแวดล้อมด้วยหมู่เทพในเทวโลก (โลกของผู้ที่มีจิตใจสูง) นั้น



พระศาสดาทรงแสดงธรรมนี้แล้ว ได้ตรัสว่า

“ดูก่อนภิกษุ บัณฑิตผู้ได้ครองราชสมบัติในเทวโลก ถึงจะต้องพ่ายแพ้ ต้องสละชีวิตของ
ตน แต่ก็จะไม่ยอมฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเลย แล้วอย่างนี้ เธอซึ่งบวชในศาสนาของเรา อันเป็นไปเพื่อ
การออกจากทุกข์ จะดื่มน้ำที่มีตัวสัตว์โดยมิได้กรองแล้ว”

ได้ทรงติเตียนภิกษุนั้นแล้ว ก็ตรัสว่า

“มาตลีเทพบุตรที่เป็นสารถิในครั้งนั้น ได้มาเป็นพระอานนทีในบัดนี้ ส่วนท้าวสักกจอม
เทพในครั้งนั้น ได้มาเป็นเรตตาคตเอง”



☉ ธรรมพุทธ

พระไตรปิฎกเล่ม ๒๗ ข้อ ๓๑

อรรถกถาแปลเล่ม ๕๕ หน้า ๓๒๐



ธรรม:คำราญ
พ.กิริโกวิท



อ่านคนเดียว

มนุษย์เราทุกคน ควรจะทำจิตใจให้เบิกบานแจ่มใสอยู่กับปัจจุบันขณะ อย่าไปกระโดดค้ำกับอนาคตหรือหวนละห้อยไปกับอดีต เพราะ “อดีต” เป็นสิ่งที่ผ่านมาแล้ว เราควรจะ “คิด” ทิ้งไป ส่วน “อนาคต” มันก็ยังไม่ “คดๆงงๆ” เอาแน่นอนอะไรไม่ได้ อย่าไปกังวล ปัจจุบันเป็นสิ่งที่กำเนิดขึ้นเฉพาะหน้าจึงตะบี้ตะบันมันเข้าไป อะไรเป็นกิจที่เราต้องทำขณะนี้ จงตั้งหน้าสู้กับมัน “ตะบัน” ทำมันเข้าไป เสมอต้นเสมอปลาย เอาจริงเอาจัง ไม่คำนึงถึงอดีตที่ล่วงมาแล้ว และไม่วิตกกังวลถึงสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ดำรงจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่กับปัจจุบันเฉพาะหน้า

ภาวะที่เราอยู่กับปัจจุบันขณะโดยไม่เครียด ดำเนินชีวิตในปัจจุบันขณะนี้เท่านั้น พิจารณาตน ดูตน ตรวจสอบตนเอง เห็นกิเลสตนและทำให้มันลดลงได้ด้วยญาณปัญญาโลกุตระ เราจะมีความสุขเป็นรางวัลแห่งชีวิต เป็นความสุขสงบ

การอ่านจิตจนเห็นกิเลสด้วยสติปัญญาแล้ว “อ้อ! ฉันจับแก็ได้แล้ว” บางทีเรารู้สึกว่าทำไมฉันถึงมีกิเลสเยอะจัง เดี่ยวรักคนนั้น เดี่ยวโกรธคนนี้ ฉันไม่เหมาะที่จะปฏิบัติธรรมเลย ไม่จริง!

การที่เรามองเห็นกิเลสเป็นสิ่งพิเศษแล้ว เห็นอะไรก็ไม่พิเศษเท่าเห็นกิเลสของตนเอง แต่ก่อน
มาเราไม่เห็นกิเลส เพราะมันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับจิตของเรา จิตคือกิเลส กิเลสคือจิต พอมา
ศึกษาพระธรรมเรารู้สึกกิเลสหนา เราระอาใจกับกิเลส เราเห็นดีเห็นชอบกับมัน แสดงว่าเราเริ่ม
ปฏิบัติเป็นแล้ว มาถูกทางแล้ว

หากว่าตัวตน ภาย วาจา ใจของเราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกิเลส เราจะแยกได้อย่างไรว่า
อันไหนเป็นจิต อันไหนเป็นกิเลส แต่บัดนี้เราสามารถแยกกิเลสออกไปจากจิต แยกตัวมันออก
ไปจากตัวกูได้ จึงถือว่าเป็น “วิปัสสนาญาณ” อย่างแท้จริง

จงอย่าปล่อยตนเองให้เศร้าหมอง เหี่ยวเฉาไปกับกิเลส ขอให้กำหนดรู้ตามความเป็นจริง
เวลาโกรธใครแทนที่จะไปหงุดหงิด อึดอัดขัดเคืองกับคนที่ทำให้เราโกรธ ให้หันกลับมาพิจารณา
ดูความโกรธและเห็นโทษของความโกรธว่ามันเป็นทุกข์ ความโกรธทำให้มีดับอดสติปัญญา เป็น
ความเดือดร้อนโดยแท้

ขณะที่จิตเกิดระคะ เกิดกามตัณหาในเพศตรงข้าม แทนที่จะพิจารณาเพศตรงข้าม ให้หัน
มาพิจารณาจิตของเราที่เกิดระคะ เกิดกามตัณหาว่า กิเลสในจิตตัวนี้มันเป็นสิ่งที่น่าขยะแขยง
เป็นความทุกข์ กิเลสระคะและกามตัณหาจะนำความเดือดร้อนมาสู่เรามากน้อยแค่ไหนอย่างไรบ้าง
เวลาหงุดหงิดกับพฤติกรรมของลูก แทนที่จะไปพิจารณาลูก ให้หันกลับมาพิจารณาเรา



แล้วเราจะรู้ว่าสิ่งไหนอดัดไม่ไช้ลูกแต่เป็นกิเลสที่เข้ามาแจ้ก็เจ้าการในจิตของเรา

ชีวิตของทุกคนมีความตายมาเกาะประตู่เชื่อมเขื่อนเดือนอยู่ตลอดเวลา ตายง่ายตายนิคเดียว
ยิ่งทุกวันนี้มีเรื่องให้ตายได้โดยสะดวก เพราะฉะนั้นจงอย่าประมาทกับชีวิตที่ยังเหลืออยู่ ต้องมี
ความพร้อมที่จะตายได้เสมอ

ไอ้ชีวิตนี้หนาเหมือนฟ้าแลบ

ซีฟสว่างแวบวูบวับก็ดับสูญ

ถ้าทำดีแค่เท่าเดิมไม่เพิ่มพูน

ก็อาภูด ก็กะกะ รกโลกา

ไอ้ชีวิตนิคเดียวประเดี้ยวประด้าว

เพียงชั่วคราวเพียงชั่วครู่เพียงรู้ค่า

เรารีบเร่ง ขจัดราคะ เพิ่มทวีราคา

ก่อนชีวา จะวูบวับ และดับลง

หมั่นพิจารณาตน อย่าไปหงุดหงิดกับกิเลส อย่าไปอึดอัดขัดเคืองกับการเห็นกิเลส
เมื่อเห็นโรคเราจะต้องดีใจ เราจะได้จัดการกับโรคได้

ก็แหละการที่เราอดส่องมองดูกิเลสจนเห็นมันชัดๆแล้วจัดการกับมัน แบบที่เรียกกัน
แบบกำลังภายในว่า “รู้ให้ชัด ตัดให้ชั๊วะ” ตรวจสอบตนเองอย่างกระฉ่างกระจะ จะนำพาตนไป
สู่ความเจริญก้าวหน้า

ชีวิตจิตวิญญาณเป็นของเรา ไม่ได้เช่าไม่ได้ซื้อ ไม่ได้เช่าใครมา จงอย่าปล่อยใจให้ตกเป็น
ทาสของกิเลส อย่าให้กิเลสมีอำนาจอธิปไตยเหนือจิต

เริ่มต้นที่สามัญสำนึก ไม่ให้ถูกอิทธิพลของกิเลสเข้าครอบงำจิตใจ

วิธีการเห็นทุกข์ขอรียสังข์ประการแรกก็คือ การหมั่นพิจารณาจิตใจของเรา โดยเฉพาะจิต
ที่มีกิเลสครอบงำ ว่ามันเป็นความทุกข์ ทุกข์เป็นเช่นนั้นเอง การเห็นทุกข์ก็คือเห็นธรรม ในพระ
ไตรปิฎกกล่าวไว้ให้เราเผชิญหน้าไม่ต้องกลัวมัน ไม่ต้องหนีมัน “เมื่อใดเห็นทุกข์ เมื่อนั้นเห็นธรรม”

ความร้อนเป็นทุกข์ ความทุกข์เป็นธรรมะ ขณะที่เรารู้สึกร้อน อบอ้าว เราทุกข์ แต่ไม่
นานนักหรือ ความร้อนปลาสนาการไป เปลี่ยนเป็นฝนตก ความร้อนผ่อนเพลาลง ทุกข์น้อย
ลง นี่แหละความทุกข์ไม่เที่ยง นี่เพียงแต่ทุกข์ทางกายภายนอก ป่วยการกล่าวไปถึงทุกข์ทางใจ
มันก็ไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เราจึงไม่ควรเอาจริงจัง เอาเป็นเอาตายกับทุกข์

โปรดเข้าใจธรรมชาติของความทุกข์ อย่าจมปลักติดตันกับความทุกข์ ไม่ว่าจะจัดการกับความทุกข์หรือไม่ ทุกข์มันก็ต้องดับไปอยู่แล้วตามสภาพ

เพียงแค่เราจะไม่ให้อึดไปจดจ่อต่อเนื่องกับความทุกข์นั้นๆ คนเรานี้มีความทุกข์ด้วยกันทุกคน แต่ที่เรารู้สึกทุกข์นาน ทุกข์หนักหนาสาหัส เป็นเพราะว่าเราไปเอาจิตจ่อต่อเนื่องกับทุกข์ จึงทุกข์มากมาย ทุกข์ยาวนาน

บางทีเขามาตำเรา เขาจบไปแล้ว แต่เราเองยังเอาคำตำนั้นมาตำตัวเอง ตำ ตำ ตำ ตำ ตำ ตัวเองซ้ำๆๆๆ อยู่ นั่นแล้ว ถ้ามว่า ฉลาด หรือโง่ พระพุทธเจ้าสอนว่าอย่าเอาทุกข์มาซ้อนทุกข์ที่มีอยู่แล้ว จะได้ไม่ต้องทุกข์ยาวนาน



ถ้อยคำสี่ริมงคล

สุวลี



อภัยขาดเมตตา

ชีวิตปากกัดตีนถีบ

แก่งแย่งเพื่อความอยู่รอด

ก่อเกิดการจับผิด เฟ่งโทษ ถือสา

ตั้งเดิมนั้น การอยู่ด้วยกันคือความปลอดภัย ต่างมีใจช่วยเหลือกันและกัน

เมื่อหมดภัย บ้านเมืองหมดยุคป่าเถื่อน จึงเริ่มแข่งขัน จึงดีชิงเด่น จับผิด

และเอาแต่ใจตัว

หมู่กลุ่มมีคนแข็งแรง อ่อนแอ หัวช้า-หัวไว ความสามารถต่างขนาดนา ประจวบตัวไน้ต

ของคนตรี

เมื่อขาดสติก็มักจะทำผิดพลาดถูกดูแคลนผู้ด้อยผู้ต่ำด้อย

โง่กว่า จนกว่า อับลัทธิกว่า ฯลฯ

“อย่าขาดเมตตา” เป็นคาถาของคนแข็งแรง

“อย่าขาดเมตตา” เป็นคาถาของคนเก่งกว่า เหนือกว่า

เพราะวิบากมีจริง กรรมเก่ามีผล

ไม่มีใครอยากด้อย หากเลือกได้ก็จงเลือก “ที่ ๑” กันทั้งสิ้น

“เมตตาธรรมค้ำจุนโลก” พุทธภาษิตดั้งเดิมอย่างอ่อนโยน

แต่แท้ที่จริง “ขาดเมตตาธรรม ระวังนรกจะกินหัว !”

“อย่าขาดเมตตา” เป็นคาถาเตือนตน อย่าลุแก่อารมณ์ อย่าลุแก่อำนาจ

เพราะเราต่างเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย

เพราะเราต่างเป็นสัตว์โลกร่วมชะตากรรม

ชั่วเจ็ดที ดีเจ็ดหน...จึงอย่าลืมหันมองในชีวิต

จึงอย่าอหังการ

สังกมมนุษย์เป็นสัตว์ฝูง จึงต้องอยู่กันอย่างมีน้ำใจ ช่วยเหลือแบ่งปัน

มีวาจาที่รอบคอบ ระมัดระวัง ทุกครั้งที่เอ่ยถึงเขา พูดถึงคนอื่น

เตือนตน “อย่าขาดเมตตา” เพื่อจะได้ไม่สร้างวิบากใส่ตัว

เล่าแต่เรื่องเลวร้าย

พูดแต่ข้อบกพร่อง

พูดแต่เรื่องจุดอ่อนของคนอื่นจึงไม่ต่างไปจากการโกยอุจจาระใส่ตัวเอง

“อย่าขาดเมตตา” คิดให้รอบคอบก่อนเอื้อนเอ่ย

ถ้าเป็นเรา เราจะยอมให้คนอื่นพูดแบบนี้มั๊ย

นโม พุทธายะ...ใจเขา-ใจเรา ใจเรา-ใจเขา

เป็นมนุษย์โส เพียงแค่ศีล ๕ ใ่ว่าง่าย

ศีลข้อ ๔ มุสาวาทา มิใช่แค่การบิดเบือน โโกหก แต่การพูดถึงคนอื่นในแง่ลบ แง่ร้าย ก็เป็นขอบเขตของศีลข้อ ๔



ไม่ดูค่า

ไม่ปรึกษา

ไม่ประชด

ไม่พูดให้เขาเสื่อมเสีย

ไม่ประทุษร้ายด้วยวาจา

ลำพังศีล ๕ ก็ทำให้โลกสงบได้จริงๆนะเออ

“อย่าขาดเมตตา” เตือนตน เตือนจิต

พัฒนาตัวเอง พูดแต่สิ่งดีๆ

เลิกเป็นสัตว์ร้ายชอบกินอาม กินอุจจาระ หัน มากินอาหารชั้นพรหม ชั้นเทพ กันเสียที

ดอกไม้หอม สิ่งดีงามขอให้ออกจากปากเรา

มิใช่มีแต่ตัวนอน ตัวบึ้ง ตะขาบ กิ้งกือ ฯลฯ ไหลออกมาเพ่นพ่าน

บางคนจึงนำสงสาร เพียงนั่งเฉยๆ ตัวนอน ตัวตะขาบ ก็ไต่เลื้อยออกมาจากซอกฟัน !

เป็นชีวิตคนบาป

เป็นคนถูกสาปให้น่ารังเกียจ

สัพเพสัตตา ใต้ดีก็อย่าลืมดี

ใต้ดีก็ต้องรักษา

กรรมแห่งความเป็นมนุษย์ ต้องเจริญสติ รู้เท่าทัน

เมื่อเคลื่อนไหวกาย ขอให้เคลื่อนด้วยเมตตา

เมื่อเคลื่อนไหววาจา ขอให้เคลื่อนด้วยเมตตา

เมื่อเคลื่อนไหวใจ จะคิดจะอ่านสิ่งใด ขอให้เคลื่อนด้วยเมตตา

เหตุนี้แหละ คนได้เกิดเป็นครั้งที่สอง ท่านถึงว่ามีน้อยยิ่งกว่าน้อย !



รับเชิญ

อัศราห์ นานประยูร



เดจังกวาง



สุดกลักรักกันเป็นน้ำตาตลอด ใจมันท้อและอ่อนล้า
ได้แต่มองเธอจนเดินล้มสาวยาว มันเหมือนว่าจะขาดใจ

เดวิดต้างเหมือนหลงทางกลางน้ำ ชื่นมองฟ้าไร้ดาว
ความเดือดดาลข้างมอธรวัก เหมือนถึงตรากลับใจ

กึ่งงอนที่มันในลงมา จากหอมตาไม่ขาดสาย
มันอึดอั้นมันตันในใจ จึงยอมให้มันออกมา

เดวิดต้างเหมือนหลงทางกลางน้ำ ชื่นมองฟ้าไร้ดาว
ความเดือดดาลข้างมอธรวัก เหมือนถึงตรากลับใจ

เนื้อเพลงเพลงหนึ่ง เขียนไว้ผ่าน
สายตา ท่านผู้อ่านมา ร้องกล่อมสังคมโดย
คุณศรัณย่า ส่งเสริมสวัสดิ์ ลอยมาตามสายลม
ให้ได้ยินวันแล้ววันเล่า ความหมายของเนื้อ
ร้อง ประกอบทำนองเสนาะจับใจ เหมือนความ
เป็นอยู่ของเขาเหมือนแกล้ง

เขาผู้ฟังก็ปลกาน มาจนอายุ ๘๐ เศษ
กรรมเวรบันดาลให้เขาพลัดหลงมาอยู่คนเดียว
ลูก ๓ คนอยู่ต่างจังหวัด ฐานะลูกเพียงพอกิน
ไม่สามารถเอื้อให้เขามีความสุขเหมือนสมัย
เขาเลี้ยงตนเองเมื่อหนุ่มๆ โชคดีลูกคนโตส่ง
เสียให้เขาพอมีชีวิตอยู่ตามอัตภาพ

ชีวิตมนุษย์คุณน้ำไหล ไหลไปเรื่อย
กระทบโชคหิน กระทบสิ่งกีดขวางอุปสรรค
ต่างๆ ผ่านมาได้เพียง ให้ชีวิตยาวนาน เขา
พยายามสืบอดีตที่ฟุ้งเฟื่องจนได้ยินบทเพลง
ถูกใจไม่ต่างกับชีวิตของเขา

กรรมเวรหิบบิ้นให้เขาอยู่คนเดียว
เสียงเพลง “แคว้งคว้าง” สะท้อนเข้าสู่ชาย

ชราขอลืมสังคมรับรู้ มันคือความจริงสิงอยู่ใน
ชีวิต อยู่ในทางเดินของเขา เขาจึงนำคำร้อง
ในบทเพลงมาเขียน แล้วตอบด้วยจิตสำนึก
ของลูกผู้ชาย เพื่อดับความแคว้งคว้างเปล่า
เปลี่ยว อย่างน้อยก็ช่วงขณะคุณศรัณย่า รำพัน
มาตามลมอย่างชัดเจน แจ่มใสไพเราะดังนี้

“กลั๊กลิ้นยี่นน้ำตาคลอ ใจมันท้อและ
อ่อนล้า”

เขาตอบในใจที่เกาะกินอยู่กับความเหงา
ว่า ทำไมยี่นน้ำตาคลอ เขาแก่แล้ว ทำไม
ต้องร้องให้ ชีวิตผันผวนมาเป็นเช่นนี้ ต้องยี่น
สู้จนกว่าจะสิ้นไม่ใช่หรือ ?

“ได้แต่มองเธอจนเดินลับสายตา มัน
เหมือนว่าจะขาดใจ”

ลิ้นกับฟันกระทบกันบ่อยๆ อยู่ร่วมกัน
ไม่ได้ ฝ่ายหนึ่งอยู่ ฝ่ายหนึ่งต้องจาก เชื่อเถิด
สองฝ่ายจำใจจากไม่คิดถึงสิ่งที่ผ่านมานั้นไม่มี

“แคว้งคว้างเหมือนหลงทางกลางป่า
ยี่นมองฟ้าไร้ดาว”

เมื่อเขาหลุดจากสังคมมาขึ้นแต่ผู้เดียว
ในที่มืดความเดียวดายความปวดร้าวรอรอย
ไปแล้ว รวมกันชี้ชัดชัดว่า ชีวิตต้องเป็นอย่างนี้

“ก็หยดน้ำที่มันไหลลงมา จากขอบตา
ไม่ขาดสาย”

ไม่มีหยดน้ำตาของชายชรา ไม่ไหล

ออกมาให้เสียศักดิ์ศรี มันไหลย้อนกลับลงในอก ถ้าน้ำตาเป็นน้ำกรด มันคงกัดหัวใจพิการหยุด
เดินมานานแล้ว

“มันอัดอั้นบีบคั้นในใจ จึงยอมให้มันออกมา”

สมเป็นผู้แพ้ สมแล้วความแก่สิ้นพลัง อยู่อย่างเคว้งคว้างเดียวดาย มีความเหงาเป็น
เพื่อน มีความเป็นอยู่ตั้งฤทัย “วิเวก-อ่อนล้า” น้ำตาไหลออกมาเอง ห้ามมันไม่อยู่ น้ำตาอย่าง
เดียวเมื่อไหร่ ความทุกข์ระทมขมขื่นปนออกมาด้วย

“เคว้งคว้างเหมือนหลงทางกลางป่า ยืนมองฟ้าไร้ดาว”

นั่งทบทวนความหลัง ความหลังสร้างแผลลึก ความแตกแยกจึงเกิดขึ้น แม่นั่ง ยืน นอน
ก็เคว้งคว้าง สงบอยู่ในห้องพระยังไม่หยุดหัวใจที่ว้าวุ่น ชีวิตเดินตามหนทาง ทางสดใสไม่เลือก
ไปเลือกทางขุ่นมัวหลง นอนกอดความแก่ กอดความหลังอันลางเลือนเต็มที มันมีมาตามกรรม
กำหนด ไซ้เลย

“ความเดียวดายช่างปวดร้าว เหมือนถึงคราวสิ้นใจ”

ความแน่นอนคือความไม่แน่นอน คนแก่บางคนสิ้นชีวิตด้วยความสุข กลับมารับความ
ตายอย่างพร้อมเพรา คนแก่บางคนสิ้นชีวิตอย่างทุกข์ทรมาน ไซ้หนักกรรมในชาติก่อน คนแก่บาง
คนฝันถึงอดีต อดีตอันสดใส วอกไปวกมา เหมือนเดินในเขาวงกต กลายเป็นเดินเข้าสู่ความเดียว
ดาย ความสดใสที่เคยพบจางไป เรียกเท่าไรไม่กลับคืน เสียงเพลงเสนาะจบสิ้นไปแล้ว ชีวิต
คนฟังยังไม่สิ้น

เคว้งคว้าง เดียวดาย ไม่ช้าความเจ็บไซ้ในรูปแปลกๆก็เกิดขึ้น เรียกหาใครที่ไหน ? สิ้น
ลมด้วยความสงบเดียวดาย จนกระทั่งกลืนกายไซ้ไปตามกระแสลมออกมาฟุ้งคนข้างๆ

นั่นแหละ "ชีวิตเคว้งคว้าง" จึงจบบริบูรณ์



เรื่องราว แม่ๆลูกๆ



เมื่อลูกยังเล็ก ก็เหมือนลูกนกที่อยู่ในรัง คอยฟังพาอาหารจากแม่นก
เวลาหิวมันก็อ้าปากร้องเสียงดัง รอแม่คาบอาหารมาป้อนให้
หน้าที่ของแม่จึงคือการดูแลให้ลูกรู้สึกอิ่มยามหิว
อบอุ่นและปลอดภัยต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัว
เพราะเขาเพิ่งลืมตาดูโลก แม่จึงคือบุคคลแรกที่ลูกรู้จัก
ได้สัมผัสคุ้นเคย เป็นที่พึ่งพิง เป็นทุกสิ่งทุกอย่างของลูก
ลูกจึงรักและต้องการแม่ที่สุดเ็นยามนี้



นักจิตวิทยาต่างก็รู้กันว่า ในชีวิตของแต่ละคนจะมีไอคิวสูงสุดอยู่ระหว่างอายุ ๒-๘ ปี เป็นช่วงเวลาที่มีสมองมีประสิทธิภาพสูงสุด ในการที่จะปลูกฝังทุกสิ่งที่ได้รับไว้ในความทรงจำอย่างดีเยี่ยม และสิ่งนั้นจะส่งผลสูงต่อพฤติกรรม อารมณ์และความคิดของเขาในภายภาคหน้า ไม่ว่าในอนาคตเขาจะได้พานพบเรื่องต่างๆที่เลวร้ายก็ตาม พื้นฐานในวัยเด็กที่ดีจะมีบทบาทช่วยเขาได้

ดังนั้นความประทับใจต่างๆที่ลูกได้รับจากพ่อแม่ในช่วงนี้ จึงมีคุณค่ามาก แต่ก็น่าเสียดายที่พ่อแม่หลายคนพลาดโอกาสที่จะได้อยู่ใกล้ชิด

ถ่ายทอดความเมตตาแห่งความรักที่อบอุ่นอ่อนโยนให้แก่ลูก ด้วยเหตุผลไม่มีเวลา อาจเพราะหน้าที่การงาน หรือถูกบีบรัดด้วยภาระของเศรษฐกิจก็ตาม ทำให้หน้าที่อันสำคัญนี้ตกไปอยู่ที่ใครก็ได้ ไม่ว่าจะ เป็นพี่เลี้ยงเด็กหรือคนใช้ในบ้าน นี่คือการทำให้เกิดช่องว่างระหว่างแม่ลูกขึ้น มันคือสัญญาณอันตรายอันใหญ่หลวงของครอบครัวทีเดียว เด็กจึงเติบโตขึ้นมาอย่างไม่สมบูรณ์ ว่าเหว โหยหาและขาดแคลน

เมื่อวันหนึ่งลูกนกมีปีกแข็งแรงพอที่จะบินหาอาหารเองได้ มันก็ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาอาหารจากแม่นกอีกต่อไป ฉันทใด วันที่ลูกเติบโตใหญ่ ฟุ้งตนได้ เขาก็ไม่ต้องพึ่งพาเรา อาจรวมถึงไม่รักเรา ไม่ต้องการ ไม่เชื่อฟัง ไม่อะไรอีกหลายๆอย่าง วันที่เขาเป็นตัวของเขาเองอย่างยั้ง เพราะระหว่างเราได้สูญเสียความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นตึงามไปเสียแล้ว

เราจึงได้เห็นภาพเด็กวัยรุ่นเดินหลงทางชีวิตกันมากมายจากยาเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ตามด้วยโรคเอดส์ หรือก่อเหตุรุนแรงต่างๆ โดยขาดปราการแห่งความรักของพ่อแม่ยับยั้งไว้ ฯลฯ พวกเขารักเพื่อน เชื้อเพื่อน ทำตามได้ทุกอย่าง ให้ความสำคัญยิ่งกว่าพ่อแม่

มีความจริงอยู่ข้อหนึ่ง พ่อแม่ที่เสียสละทุกสิ่งให้ลูกได้ นอกเหนือจากความรักแล้ว เราจึงจะได้ใจลูกมาครอง ได้ใจลูกก็เท่ากับได้ทุกสิ่ง พ่อแม่บางคนทำไม่ได้ให้เสียสละขนาดนั้น มันยากเกินไป ถ้าคิดเช่นนั้น ลองเทียบกับความเจ็บปวดใจต่อพฤติกรรมของลูก ความเศร้าโศกยามพลัด



พราว สูญเสียลูกไปกับความตายที่ไม่สมควร กับปัญหาเลวร้ายต่างๆที่ลูกก่อขึ้น ทนอย่างนี้ยากยิ่งกว่า
ใหม่ เพราะจิตใจแม่จะทุกข์และเครียด หาความสงบสุขไม่ได้เลย

ครอบครัวจึงคือสังคมแรกของมนุษย์ ก่อนจะก้าวออกสู่สังคมอื่นๆต่อไป ถ้าสังคมครอบครัวล้ม
เหลวเสียแล้ว เราจะขาดความมั่นคง อันเป็นฐานรากที่แข็งแรง เพื่อนำเราออกสู่สังคมอื่นอย่างมั่นใจ
เพราะความสุขที่ได้รับจากครอบครัว เราจึงจะมีความสุขได้ในทุกสภาพการณ์ของชีวิต และยังสามาร
แบ่งปันความสุขให้แก่ผู้คนรอบข้างได้อีก

มีพ่อแม่หลายคนที่ทุ่มเทความรักและทุกอย่างให้ลูก โดยปราศจากเงื่อนไขใดๆทั้งสิ้น มัก
ประสบความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ มีสิทธิเก็บบทสวयงามของลูกไว้ชื่นชมตั้งแต่ยังแบเบาะ
และคงรักษาไว้จนเขาค่อยๆเติบโตขึ้น ลูกเป็นเพื่อนรักที่ดีที่สุด เพราะเรารู้จักและรักกันมานาน อย่าลืม
ว่า เพราะเราสร้างเขามากับมือ แม้จิตวิญญาณจะเป็นของเขาเอง แต่ก็มีส่วนหนึ่งของเราและเราหล่อ
หลอมเขาขึ้นมา

เราให้เกียรติลูกในฐานะเพื่อนคนหนึ่ง ยอมรับฟังความคิดของเขา ให้เขาได้ทำสิ่งที่ต้องการ
ให้เขาได้ผิดพลาดและมีบทเรียนเป็นประสบการณ์ เพื่อสร้างความแข็งแกร่งให้กับชีวิตของเขาได้ และ
ในวันที่พละกำลังของเราเริ่มลดถอยลงตามวัย ลูกจะเป็นเสาหลักแข็งแรง ให้เราได้พึ่งพิง

นั่นก็คือ บนเส้นทางวงกลมแห่งชีวิต เราได้เดินทางมาถึงจุดเริ่มต้นอีกครั้ง เพื่อเก็บเกี่ยวผลที่
ได้กระทำไว้ ลูกดีจึงเป็นศรีและความสุขของพ่อแม่อย่างแท้จริง



ความเป็นตัวของตัวเอง ความเป็นตัวของตัวเอง



*ใบไม้แต่ละใบที่เกิดมาจากต้นเดียวกัน ยังมีเส้นใบที่แตกต่างกัน
คนแต่ละคนเกิดมาจากต่างพ่อต่างแม่ แต่กลับใช้ชีวิตเลียนแบบกัน
ความเป็นตัวของตัวเองมันหายไปไหน*

ทุกวันนี้คนเราใช้ชีวิตแบบอะหังถึงสำเร็จรูป อยากได้ชีวิตแบบไหน ก็ฉีกซอง เดิมน้ำร้อน อันเป็นสูตรสำเร็จของชีวิต อยากดัง อยากเป็นที่รู้จัก ก็แหกกัน สมัครรายการ reality show จนเดี๋ยวนี้ใครๆก็ต่างมีฝันเหมือนกันหมด คือ เป็นดารานักร้อง พวกที่อยากสวยทันสมัยก็แหกกันไป เข้าคอร์สสลายไขมัน จนหญิงไทยจะมีหุ่นเหลือแค่เพียงทรงกระบอกอยู่ตรงเดียว และที่มาแรง แขงโค้งในตอนี้ คือแฟนหน้าขาว ผิวขาว ยังไม่วายมีรักแร้ขาว "ไม่รู้จะไปเอาค่านิยมมาจากไหนว่า รักแร้ขาวมันดีหนักหนา จนผู้หญิงที่เกิดมาตัวดำ รักแร้ดำ รู้สึกเป็นตราบาป ต้องวิ่งโร่ไป

หา whitening มาใช้ ทั้งๆที่มันก็ช่วยอะไรไม่ได้เลย เพราะธรรมชาติสร้างมาให้เป็นอย่างนั้นเดี๋ยวนี้เราทุกคนต่างหลงใหลไปกับกระแสการเลียนแบบ อันเกิดมาจากระบอบทุนนิยม เราเสียเงินไปมากมายโดยไม่รู้ตัว ที่บอกว่าไม่รู้ตัวก็มีชื่อเสียงแปลก เพราะเราไม่ได้เป็นคนเสียเงิน พ่อแม่เราต่างเสียให้ทั้งนั้น

ธรรมชาติสร้างสรรค์ทุกอย่างขึ้นมาให้มีเอกลักษณ์ มีความเป็นตัวของตัวเอง แต่มนุษย์กลับทำลายความมหัศจรรย์อันนี้ลง นำอายดอกไม้เนาะ ดอกเข็มแม้จะไม่ได้เป็นดอกไม้ที่เกิดมามีสีสันใสดุจจัดใส่ช่อราคาแพงอย่างดอกกุหลาบ แต่มันก็ตระหงายในความเป็นตัวของมันเอง มันรู้ว่าตัวมันมีคุณค่าต่อเด็กๆ มันเป็นผู้แต่งแต่มีรอยยิ้มให้เกิดบนใบหน้าเด็กทั้งหลาย หรือว่าคุณลืมคุณค่าของมันไปแล้ว... เมื่อครั้งที่มันเป็นมงกุฎดอกไม้อยู่บนศีรษะเราในวัยเด็ก



การใช้เวลา

โลกหมุนรอบตัวเองใช้เวลา ๑ วัน คิดเป็น ๒๔ ชั่วโมง หรือ ๑,๔๔๐ นาที และ ๘๖,๔๐๐ ในหน่วยวินาที หัวใจของคนเราเต้นเฉลี่ย ๗๒ ครั้งต่อนาที ดังนั้นหัวใจของเราจะเต้นเฉลี่ย ๑๐๓,๖๘๐ ครั้งในหนึ่งวัน แต่ในจังหวะหัวใจ ๑๐๓,๖๘๐ ครั้ง คนเราใช้คุณค่าของมันไม่เท่ากัน

และนี่คือเรื่องราวของคำว่า “เวลา” ย้อนกลับไปสมัยมัธยม ฉันได้มีโอกาสฟังอาจารย์ท่านหนึ่งพูดถึงเวลา สาเหตุของเรื่องนี้ก็มีอยู่ว่า เพื่อนในห้องของข้าพเจ้าไม่ทำการบ้านกันด้วยข้ออ้างที่บอกว่า “ไม่มีเวลา”

เธอให้พวกเราจินตนาการ แก้วน้ำขึ้นมาหนึ่งแก้ว

ให้แก้วแทนเวลาหนึ่งวัน และให้เราคิดว่าสิ่งที่เราทำนั้นเปรียบเสมือนก้อนหิน หนึ่งวันเราใส่ก้อนหินลงไปจนเต็มแก้ว “นี่คือสภาพที่เธอบอกว่าไม่มีเวลานั้นหรือ เธอลองสังเกตใหม่ว่ายังมีช่องว่างระหว่างหินแต่ละก้อน แม้เราจะใส่ก้อนหินลงไปเพิ่มไม่ได้ แต่เม็ดทรายที่เล็กกว่าย่อมแทรกเข้าไปในอณูที่ว่างได้”

“มันก็เหมือนกับชีวิตที่เธออ้างว่าไม่มีเวลานั้นแหละ ถ้าเธอลองจัดการใช้เวลาให้ดีกว่านี้ เธอจะพบว่ายังมีเวลาอีกมากมายในหนึ่งวันของเธอ”

ความจริงฉันแทบจะไม่ได้นึกถึงเรื่องนี้อีกจนกระทั่งเร็วๆนี้ ฉันได้อ่านพจนานุกรมชีวิตของ สอ เสถบุตร ช่วงชีวิตหนึ่งที่เขาใช้เวลาในคุกเขียนพจนานุกรมขึ้นมา ทำให้ฉันหวนระลึกไปถึงคำพูดของอาจารย์ท่านนี้

คนเรามีเวลาเท่ากัน แต่คนที่รู้จักจัดสรรเวลานั้นย่อมรู้ดีกว่าหนึ่งวันของเขายาวนานกว่าคนทั่วไป คนเรามักไม่เห็นคุณค่าของเวลา ถ้าเรามีมันอย่างเหลือเฟือ แต่สำหรับคนที่กำลังจะจากโลกนี้ไป เวลาแค่วันี่วินาทีก็มีค่ายิ่งกว่าสิ่งใด ที่จะทันเห็นคนที่รักมาบอกลาได้ทัน





อนาคตอันเก่าแก่

คุณรู้ไหมว่าธรรมชาติจะสวยงามที่สุดเมื่อใด? ดอกไม้ สายลม แสงแดด เม็ดทราย ทะเล เปลือกหอย นกน้อย เม็ดฝน ปุยเมฆ สิ่งเหล่านี้จะมีชีวิตชีวาที่สุดเมื่อใด...?

ดอกไม้ สายลม แสงแดด มันจะงดงามที่สุดเมื่อไม่ได้อยู่บนโปสการ์ดหรือภาพถ่าย เม็ดทราย ทะเล เปลือกหอย คงจะยิ้ม

แย้มอย่างร่าเริงเมื่อไม่ได้อยู่ในขวดโหล นกน้อยจะโบยบินอย่างสง่างามันไม่ได้อยู่ในกรง
แน่นอนธรรมชาติจะงดงามที่สุดเมื่อมันไม่ถูกรบกวนจากสิ่งต่างๆ และมันจะมีชีวิตชีวาที่สุดเมื่อ
ได้อยู่อย่างอิสระ ซึ่งนี่ก็คือความหมายของธรรมชาติมิใช่หรือ

แต่น่าเศร้าที่ธรรมชาติคงไม่สวยสดเหมือนเก่า เพราะเทคโนโลยีและวิถีชีวิตของผู้คนเข้ามา
รบกวนมันมากขึ้น ธรรมชาติอันล้ำค่า ถูกกำหนดราคาด้วยค่าของเงินอันเกิดจากฝีมือมนุษย์
เพียงแค่นี้ได้เงินไม่กี่ร้อยก็พิน พวกเราก็อมตัดต้นไม้ เก็บเปลือกหอย เม็ดทรายมาใส่ไว้ในขวดโหล
ชีวิตของสิ่งสารพัดถูกกำหนดราคาเพื่อที่จะค้าขาย ราคาที่เทียบไม่ได้กับชีวิตอันมีค่าของมัน
ทำไมนะ คนถึงได้ใจร้าย ทำไมไม่ลองคิดว่า ถ้ามีคนตราราคาชีวิตของเรา แล้วเขายอมจ่ายเงินเพื่อ
แลกกับชีวิตที่ต้องเสียไป เราจะยอมไหม ?

น่าเศร้าใจที่ทุกวันนี้เทคโนโลยี ทุนนิยม วัตถุนิยมกำลังทำลายธรรมชาติลงไป แต่ที่ร้าย กว่านั้น
มันได้ทำลายคุณค่าของความเป็นมนุษย์ไปด้วย ชีวิตที่เคยอิงอาศัยธรรมชาติอย่างสุขสบาย
ไม่ให้ค่าของเงินเข้ามามีผลกระทบ บัดนี้ได้เปลี่ยนแปลงไป คนเราเห็นแก่ได้มากขึ้น ทะเลาะ
เบาะแว้งแย่งชิงอำนาจ ยอมปล่อยให้เงินเข้ามาทำลายความสัมพันธ์ที่เคยมีต่อธรรมชาติ ครอบครั
และกับคนอื่น

ทุกวันนี้คำว่า “ชีวิตที่สมดุลกับธรรมชาติ” คงไม่มีอีกต่อไปแล้ว ในเมื่อเงิน เทคโนโลยี
วัตถุนิยมได้จมนชีวิตอันเก่าแก่ที่ผาสุกของมนุษย์ลงไป ธรรมชาติถูกจับมาใส่ในขวดโหล อย่างลึ
มณะว่าธรรมชาติจะสวยสดเมื่อไม่มีอะไรไปรบกวนมัน มนุษย์คงคิดกระมังว่า กุหลาบที่อยู่ในช่
อดอกไม้จะมีราคามากกว่าต้นกุหลาบที่เปื้อนดินแต่มนุษย์คงลืมคิดไปว่าความมีชีวิต(ชีวา) มันต่างกัน

ต้นกุหลาบนั้นแม้จะดูไม่มีราคา แต่ว่าวันข้างหน้ามันจะออกดอกผลิบาน ก่อให้เกิดชีวิตใหม่ขึ้น
มาอีกครั้ง ในขณะที่กุหลาบในช่อพลาสติกนับวันมีแต่จะเหี่ยวเฉาและตายลงไป เช่นเดียวกับ
ชีวิตมนุษย์ในปัจจุบันที่แห้งเหี่ยวและตายลงอย่างช้าๆ จากช่อห่อหุ้มตัวที่เรียกว่า “เทคโนโลยี เงิน
วัตถุนิยม”



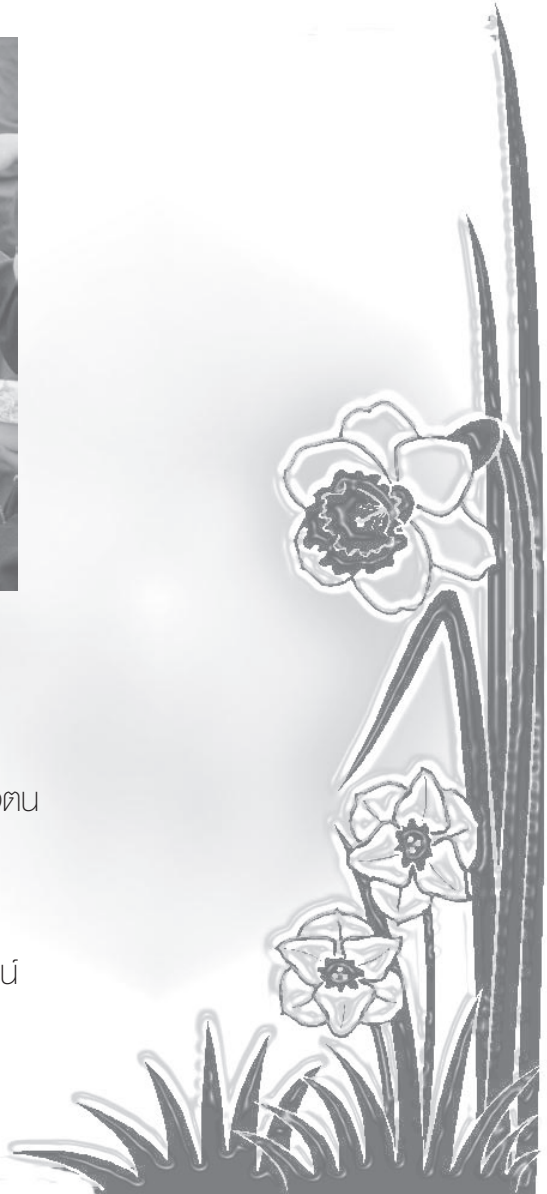


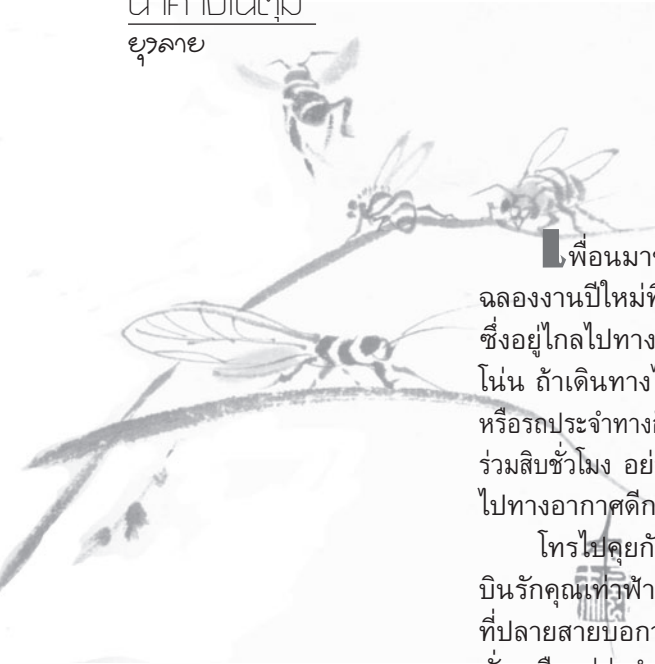
“

ผู้ประพาศิธรรม
แม้จะประพาศิเพื่อประโยชน์สุขของตน
เป็นเบื้องหน้าก็ตาม
แต่ผลได้นั้นจะแผ่กันไปทั่วโลก
ทำให้อกลายเป็นผู้ประพาศิประโยชน์
แก่โลกทั้งโลกไปโดยไม่รู้ตัว

”

พุทธทาสภิกขุ





เพื่อนมาชวนไป

ฉลองงานปีใหม่ที่ต่างจังหวัด
ซึ่งอยู่ไกลไปทางภาคอีสาน
โน่น ถ้าเดินทางไปโดยรถไฟ
หรือรถประจำทางก็ต้องใช้เวลา
ร่วมสิบชั่วโมง อย่างกระนั้นเลย
ไปทางอากาศดีกว่า

โทรไปคุยกับสายการ

บินรักคุณเท่าฟ้า เสียงหวาน
ที่ปลายสายบอกว่ายังพอมือที่
นั่งเหลืออยู่คะสำหรับตัว
ราคาถูก จะจองเลยไหมคะ
แต่ต้องจ่ายเงินเลยเพราะตัว
ราคาถูก เกิดความงกตอบว่า
ยัง จะไปตกลงกับเพื่อนก่อน
แล้วจะโทรมาใหม่ เพราะคิด
ว่ามีแต่เราเท่านั้นในประเทศ
ไทยที่จะเดินทางในวันนั้น

รุ่งเช้าตัดสินใจจ่ายเงิน
เลยก็จ่าย โทรไปอีกที ตัวถูก
หมดแล้วคะ มีแต่ตัวแพงจะ
ไปไหมคะ ฟังแล้วใจหายวาบ
อารมณ์งกทำให้เลือดขึ้นหน้า

ถามกลับไปว่า ก็เมื่อวานคุณ
บอกว่ายังมีที่ว่างไง ก็นั่นมัน
เมื่อวานนี่คะ วันนี้ไม่มี ! ก็
ไม่รู้จะไปเถียงเขาทำไม ทำ
ให้หัวใจเต้นเร็วโดยไม่จำเป็น
อีกต่างหาก กัดฟันจำใจซื้อ
ตั๋วแพง แล้วก็หุบปากสนิท

กลับถึงบ้านได้ยินเสียง

โทรศัพท์ที่ตั้งตั้งแต่ตอนไข
กุญแจ วิ่งเข้าไปรับ เสียง
ถามหาชื่อใครที่ไม่เคยได้ยิน
มาก่อนเลยในชีวิต ก็บอกไป
ว่าไม่มีชื่อนั้นที่บ้านนี้คะ วาง
หูไป อีกสิบนาทีต่อมาโทร
ศัพท์ตั้งอีก รับสายก็ได้ยินคำ
ถามเดิมอีก ก็ตอบไปอีกว่า
ไม่มีนะชื่อที่คุณถามหา “แล้วที่
นั่นที่ไหนคะ” หงุดหงิดเรื่องค่า
เครื่องบินจั่ง “อ้าว ก็คุณจะโทร
ไปที่ไหนละ..” เสียงปลายสาย
บอกขอโทษแล้วก็วางหูไป

อีกครั้งชั่วโมงต่อมา

โทรศัพท์ที่ตั้งอีก เสียงคุ่น ๆ หูก็

ถามหาคนที่เพิ่งถูกถามเมื่อ
ครึ่งชั่วโมงที่แล้ว ไม่รู้ว่านี่คือ
หลุดหรือเปล่า เลยพูดออกไป
เหมือนตะโกนว่า เอ๊ะ! ก็
บอกแล้วไงว่าไม่มีคนซื้อ
คุณจะทำให้ฉันเป็นโรค
ประสาทนะ เสียงตามสายก็
ตอบมาว่า ถ้างั้นคุณก็ไปโรง
พยาบาลบ้าซิคะ จากนั้นก็
คลิก ถือสายค่าง รู้สึกเหมือน
ถูกสูก นึกอยากจะทำอะไร
จะได้รู้ว่าเป็นที่ไหน เพราะ
ได้ยินแว่วๆว่าโทรมาจาก
หน่วยงานไหนสักแห่ง อย่าดี
กว่า เปลืองเงิน (๓ บาท +
VAT) หรือว่าไม่ต้องวางหูลง
บนแป้น เพื่อเขาจะได้มีปัญหา
โทรออกไม่ได้ อ้อย..ดูเป็น
อะไรไปแล้ว หึ่งๆที่ไปหา
เรื่องเขาเองแท้ๆ ไปขึ้นเสียง
กับเขาก่อนทำไม เขาก็คง
หงุดหงิดเหมือนกันที่ตามหา
คนที่ต้องการพูดไม่ได้ ค่อยๆ

วางโทรศัพท์ลง ต่อไปฉัน
จะใจเย็นกับคนที่อยู่อีกฝาก
ฝั่ง เพราะสักวันหนึ่งอาจจะ
เป็นเราก็ได้

ไม่เอา อย่าคิดมาก
ออกไปหาซื้อของกินดีกว่า
ใช้เวลาเดินไปกลับหลังจาก
ซื้อของไม่นาน กลับถึงบ้าน
จึงรู้ว่าเขาทอนเงินให้เราขาด
ไปยี่สิบบาท ที่จริงนี่ก็แปลกๆ
ตั้งแต่อยู่ในร้านแล้วเพราะมี
ช่วงสับสนตอนจ่ายเงิน

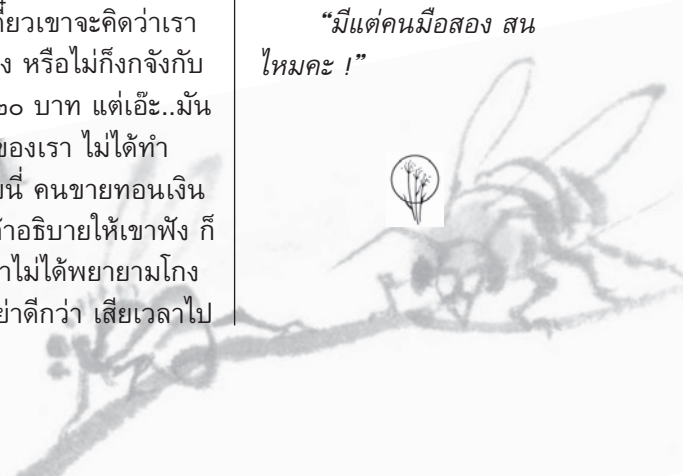
เดินคิดไปมาจะกลับไป
ทวงตีใหม่ ร้านอยู่แค่นี้เอง
เดินไม่ถึงสองนาที ไม่ดี
หรือกวนใจเราคิดว่าเรา
พูดไม่จริง หรือไม่ก็จกจกกับ
เงินแค่ ๒๐ บาท แต่เอ๊ะ..มัน
เป็นเงินของเรา ไม่ได้ทำ
หล่นหายนี่ คนขายทอนเงิน
ผิดเอง ถ้าอธิบายให้เขาฟัง ก็
จะรู้ว่าเราไม่ได้พยายามโกง
แต่เอ..อย่าดีกว่า เสียเวลาไป

พูดเปลืองพลังงานโดยใช่เหตุ
วันนี้คงไม่ใช่วันของเรา ถึง
ได้มีอะไรให้หงุดหงิดนะ
(ไม่ได้คิดหรอกว่า ตัวเอง
ตัดสินใจช้า แต่ปากไว !) ไป
ทำงานดีกว่า

เปิดคอมพิวเตอร์เตรียมพร้อม
ถูมือไปมา คราวนี้ดูจะทำ
งานให้พบบไปกับเครื่อง
คอมฯเลย (แหม..เสียต
เงิน ๒๐ บาท!) กำลังหย่อน
กันลงนั่ง เสียงโทรศัพท์ก็ดัง
ขึ้น เดินไปรับ

“ฮัลโหล ที่นั่นร้านขาย
รถมือสองใช่ไหมครับ”

“มีแต่คนมือสอง สน
ไหมคะ !”



ความสุขใจ ของแม่พิมพ์

“

ฉันอยู่ต่อหน้าต่อตาพระคุณอาจารย์มานานระดะ ที่ทำให้น้องมีวันนี้ เพราะถ้าไม่มีอาจารย์ น้องก็ไม่ว่าจะมีโอกาสได้เรียนต่อหรือเปล่า อาจารย์ช่วยผลักดันให้น้องได้เรียนต่อ เริ่มตั้งแต่อาจารย์โทรศัพท์มาหาตอนที่น้องไม่ได้ไปรายงานตัวที่สุโขทัย ถือว่าน้องโชคดีมากๆ ที่ได้รับความสะดวกสบายจากอาจารย์ เพราะไม่ต้องยากแค้นว่าจะมีคนสนใจรักบ้านนอกอย่างไรเลยล่ะค่ะ ๒๒: อาจารย์ก็ช่วยเหลือน้องมาโดยตลอดในทุกๆ เรื่องที่มีปัญหา ไม่ว่าจะเป็นที่อื่นหรือหน้าทำการติดต่อผู้ใจบุญบริจาคทุนให้น้อง ซาทีนี้น้องควรขอขอบคุณคุณอาจารย์ไว้หมดแล้ว เพราะอาจารย์มีบุญคุณต่อฉันน้องมากเหลือเกิน

น้องสัญญาว่าจะตั้งใจเรียนให้ได้ดีที่สุด เป็นคนดีพอควรตาม ถ้าฉันมีโอกาสจะช่วยเหลือคนอื่นที่เป็นอย่างไรฉันก็มีโอกาสทางการศึกษา นั่นคือในโอกาสวันแม่ น้องขออวยพรให้อาจารย์มีความสุขมากๆ มีสุขภาพแข็งแรง น้องหวังว่าจอนหมายฉบับนี้คงไม่รบกวนเวลาของอาจารย์นะ:

สุดท้ายนี้ น้องขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยจงบันดาลให้อาจารย์มีความสุขความเจริญจากผลบุญที่อาจารย์สร้างไว้ ๒๒: ปรารถนาความสำเร็จในทุกๆ ด้านนะ: ”

นี่เป็นความตอนหนึ่งของจดหมายที่ดิฉันได้รับในวันแม่ จากเด็กคนหนึ่ง อันที่จริงในชีวิตการเป็นครู ดิฉันเคยช่วยเด็กหลายคน บางคนช่วยทั้งด้านเงินทองและจิตใจ บางคนต้องดูแลกันเป็นปีๆ ต้องพูดคุยกับพ่อแม่ ร่วมกันแก้ไขปัญหา เมื่อเขาเรียนจบ เราก็ตีใจเพราะส่งเขาถึงฝั่ง เด็กบางคนยังระลึกถึงอยู่ บางคนก็อาจลืมเลือนแต่นั่นก็ไม่ใช่ว่าเรื่องที่ครูต้องสนใจ หน้าที่ที่ต้องทำ เมื่อทำแล้วก็ป็นอันเสร็จสมบูรณ์ ไม่มีอะไรต้องกังวลว่าเด็กจะนึกถึงเรา หรือจดจำสิ่งที่เราเคยช่วยเหลือเขาหรือไม่

สิ่งสำคัญที่สุดคือเมื่อเรามีโอกาสจะได้ช่วยเหลือใคร ถือเป็นบุญของชีวิต เราต้องรีบฉวยโอกาสนั้นไว้ เพราะมันอาจมาเพียงครั้งเดียว ทั้งคนที่รอโอกาสและคนที่ให้โอกาส จึงต้องมีบุญสัมพันธ์กัน ดิฉันนึกย้อนกลับไปถึงเด็กหลายๆคน ต้องขอบคุณจริงๆที่พวกเขาเปิดโอกาสให้เราได้ช่วยเหลือ และในบางครั้ง สิ่งที่เราให้ช่างเล็กน้อยเหลือเกิน ทว่ามันกลับยิ่งใหญ่มากสำหรับผู้รับ หลายๆครั้งที่ดิฉันไปบรรยาย ไปพูดเรื่องความเป็นครู จะมีคนมาแสดงความยินดี ชื่นชมต่างๆนานา สำหรับตัวเองแล้วคิดว่าตัวเองยังทำน้อยไป มีเรื่องราวอีกมากมายที่อยากทำอยากช่วยแต่จนด้วยเวลา เนื่องจากเรื่องที่เราทำใช้ “ใจ” ที่ไม่อาจมีใครมาจ้างได้มาขับเคลื่อน จึงทำให้เกิดพลังต่อเนื่องในการ “เอาภาระ” และได้รับ “ปีติ” เป็นเครื่องหล่อเลี้ยง ซึ่งนั่นก็เกินพอแล้ว (หากเราจะหวังรางวัลตอบแทน)

ดิฉันไม่มีลูก แต่มีลูกศิษย์ลูกหามากมาย แล้วในวันแม่ปี ๒๕๕๐ จดหมายฉบับนี้ก็ได้นำ “ความภาคภูมิใจและความสุขใจ” มามอบให้ดิฉันผู้ประกอบอาชีพ “แม่พิมพ์” โดยไม่คาดฝัน



ช่วยคิด ช่วยทำ
ลดภาวะโลกร้อน



**ถุงพลาสติกเป็นปัญหา
โลกแตก ?**

หลีกเลี่ยงการใช้ ฤงพลาสติก เพื่อ “ลดมลพิษ” จากขยะ

ขยะและสิ่งโสโครกจากบ้านเรือนกำลังกลายเป็นปัญหา ที่สร้างความรำคาญใจให้ทั้งประเทศ
อุตสาหกรรม และประเทศกำลังพัฒนาทั่วโลก

ประมาณกันว่า คนคนหนึ่งสามารถทำให้เกิดขยะที่เป็นของแข็งในแต่ละปีได้ถึง “สิบเท่าของน้ำหนักตัว” ขยะ
ของแข็งเหล่านี้ ได้แก่ กระดาษ แก้ว ฤงพลาสติก และโลหะต่างๆ

ศูนย์สิ่งแวดล้อมแห่งอองกง ซึ่งเป็นผู้อนุเคราะห์เงินอุดหนุนได้ชี้ประมาณว่า ๑ ใน ๓ ของสิ่ง
โสโครกจากบ้านเรือนนั้นมาจากวัสดุต่างๆ ที่ใช้บรรจุหรือห่อของ และยังพบอีกว่า ฤงหรือวัสดุห่อของส่วน
ใหญ่มีส่วนประกอบของวัตถุที่มีพิษปนเปื้อนอยู่ เช่น สารเคมีที่ใช้ทำยาฆ่าแมลง หรือใช้ในการฟอกหรือทำ
ความสะอาดพลาสติก วัตถุที่มีพิษเหล่านี้สามารถทำให้เกิดปัญหาสิ่งแวดล้อมที่รุนแรงได้

การทำลายวัสดุห่อเหล่านี้เป็นเรื่องยาก ถ้านำไปเผาแล้วจะเป็นอันตรายแก่สุขภาพอย่างยิ่ง เพราะจะทำให้
สารพิษต่างๆ ในวัสดุเหล่านี้ระเหยขึ้นไปในอากาศได้ง่ายขึ้น

เพื่อหลีกเลี่ยงหรือลดความรุนแรงจากสิ่งแวดล้อม ศูนย์สิ่งแวดล้อมอองกงจึงเสนอข้อแนะนำเล็กๆ
น้อยๆ เกี่ยวกับขยะที่ทำลายยากเหล่านี้ไว้ ๗ ประการด้วยกันคือ

๑. หลีกเลี่ยงการซื้อสินค้าที่ต้องใช้การห่อหรือบรรจุมากๆ เพราะนอกจากจะเพิ่มปัญหาขยะแล้ว
ยังทำให้สูญเสียทรัพยากรของโลกมากขึ้นด้วย

๒. ซื้อสินค้าที่เป็นชิ้นใหญ่ๆ ดีกว่าซื้อแบบชิ้นเล็กชิ้นน้อย

๓. โรงงานอุตสาหกรรมและผู้ผลิตทั้งหลาย ควรหันมาบรรจุสินค้าด้วยวัสดุที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่
หรือสามารถผ่านกระบวนการทำความสะอาดและแปรรูปใหม่ เพื่อการใช้วัสดุห่อของลง วัสดุที่สามารถนำกลับ
มาใช้ใหม่ ได้แก่ กระป๋องอะลูมิเนียมและขวดแก้ว

๔. ควรหันกลับมาใช้วัสดุห่อของที่มาจากธรรมชาติ เนื่องจากผลิตง่าย นำกลับมาใช้ใหม่ได้ และทำลาย
ได้ง่าย

๕. ขยะจากบ้านเรือนควรได้รับการแยกก่อนจะส่งไปทิ้งหรือทำลาย เช่น แยกขยะจำพวกแก้วหรือโลหะ
ออกจาก กระดาษและพลาสติก วิธีดังกล่าวนี้จะช่วยสนับสนุนการนำกลับมาใช้ประโยชน์อีกด้วย

๖. หนังสือพิมพ์หรือนิตยสารเก่าๆ เวลาทิ้งก็ควรแยกออกจากขยะเปียก เพื่อสะดวกแก่การนำไปเข้ากระบวนการย่อยและกลับมาใช้ใหม่ เมื่อถึงโรงแยกขยะ:

๗. วัสดุที่ใช้บรรจุหรือห่อของทั้งหลาย ควรจะสามารถเก็บไว้ใช้ประโยชน์ได้หลายๆครั้ง ไม่ควรทิ้งทันทีเมื่อนำกลับมาถึงบ้านแล้ว วัสดุเหล่านี้ก็คือถุงพลาสติก ขวดแก้ว และกล่องกระดาษ

อย่างไรก็ตาม ศูนย์สิ่งแวดล้อมแห่งอองกงได้เสนอว่า การนำวัสดุเดิมกลับมาใช้ใหม่ ย่อมดีกว่าการนำไปเข้ากระบวนการย่อยและแปรรูปเพื่อนำมาใช้ใหม่ เพราะจะไม่ต้องผ่านกระบวนการของสารเคมีใดๆ ที่อาจเป็นพิษต่อร่างกายและสิ่งแวดล้อมได้

นี่เป็นบทความจาก น.ส.พ.สยามรัฐ ประจำวันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๓ หน้า ๑๒ คอลัมน์สิ่งแวดล้อม เป็นเรื่องที่ถูกค้นเมื่อสี่สิบกว่าปีมาแล้ว ! แต่คงจะเห็นได้ว่าความคืบหน้าในองค์กรรวมยังไม่เป็นที่ชัดเจนนักก็มียุทธศาสตร์เหมือนกันที่ตรงกันอย่างจริงจัง แต่รูปแบบในด้านจิตสำนึกของชาวบ้านก็ยังไม่ค่อยพร้อมที่จะเสียสละเวลาและให้ความสนใจกับเรื่องเหล่านี้เท่าใด เป็นเรื่องของจิตสำนึกและความพร้อมที่จะรับรู้ ถ้าทุกคนช่วยกัน ลูกหลานเราก็จะปลอดภัยจากสารเคมีต่างๆที่รุ่นพ่อรุ่นแม่(รุ่นเรา)สร้างสมไว้ งานทุกชิ้นต้องมีจุดเริ่มต้น มีแรงขับเคลื่อน และมีความตั้งใจเป็นพื้นฐาน

ร้านพลังบุญซึ่งเป็นหน่วยงานหนึ่งของกลุ่มชาวอโศกได้มีการรณรงค์เรื่องการงดใช้ถุงพลาสติกบริการลูกค้ามานาน แต่มีผลใช้เด็ดขาดเมื่อต้นปีที่ผ่านมา ได้พยายามชักชวน





ประกายขวัญ ปัญญาพร
กับกล่องบรรจุอาหาร
ที่ทำจากมันสำปะหลัง
และชานอ้อย

ให้ลูกค้านำถุงหรือตะกร้ามาเอง โดยทางร้านมี
ถุงกระดาษ (ใบละ ๑ บาท) และถุงผ้าดิบไว้บริการ
(ราคาถุง) ในกรณีที่ลูกค้าไม่มีหรือลืมเอาภาชนะ
มาใส่สินค้า

ซึ่งเรื่องนี้ คุณประกายขวัญ ปัญญาพร
หรือคุณเจี๊ยบซึ่งเป็นผู้สนองนโยบายของกลุ่มกล่าวว่า
ทางร้านมิได้เน้นเรื่องขายถุงเพื่อเอารายได้เข้าร้าน
แต่เพื่อช่วยอำนวยความสะดวกสบายให้ลูก
ค้าเท่านั้น อีกทั้งยังเป็นการช่วยกันลด
มลภาวะจากถุงพลาสติก เป็นเรื่องที่ตัวคุณ
เจี๊ยบเองได้พยายามทำมาร่วมสี่สิบปีแล้ว โดย
พนักงานในร้านและลูกค้าก็ให้ความร่วมมือ
เป็นอันดี และร้านพลังบุญจะเปิดเทปเกี่ยวกับ
เรื่องของโลกร้อนตลอดเวลา เพื่อกระตุ้น

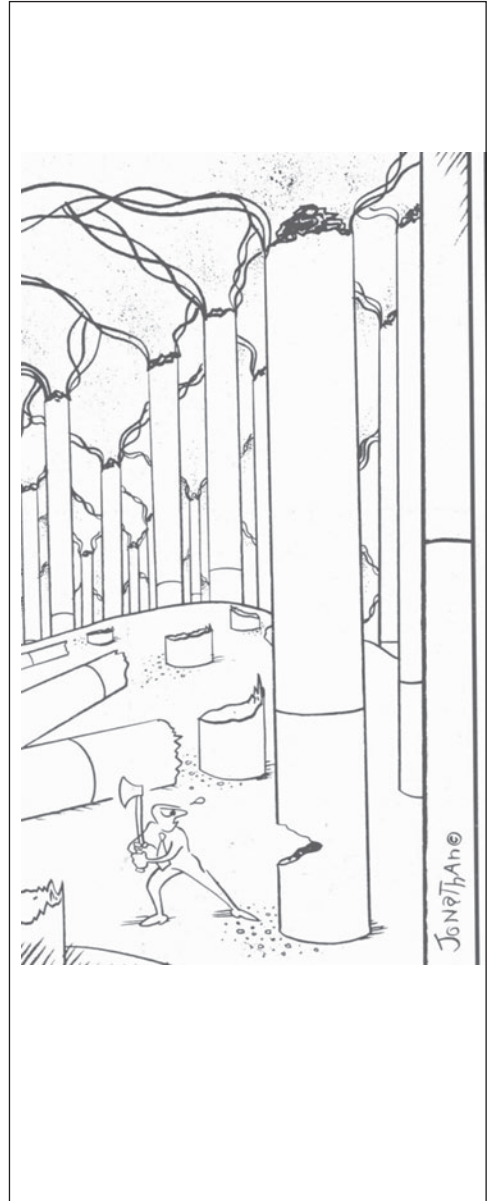
และต้องการให้ผู้ที่ได้ยินตระหนักถึงภาวะและ
สิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในโลกของเรา

นอกจากนี้ คุณเจี๊ยบก็พยายามค้นหาวัสตุ
หรือภาชนะที่ไม่เป็นพิษเพื่อใช้บรรจุอาหาร
โดยเธอได้แสดงผลผลิตภัณฑ์ที่ทำจากมัน
สำปะหลัง และชานอ้อย แต่เนื่องจากทางร้าน
มีนโยบายขายสินค้าราคาต่ำกว่าท้องตลาดทั่วไป
และส่งเสริมผลิตภัณฑ์ที่ไม่ฟุ้งเฟ้อ เป็น
อุตสาหกรรมในบ้าน ดังนั้น จึงต้องคำนึงถึง
ต้นทุนของการผลิตด้วย ก็คงต้องรอดูกันไป
ว่าจะมีผู้ผลิตท่านใด ใจถึงพอที่จะใช้ภาชนะ
บรรจุอาหารที่สามารถนำไปเป็นปุ๋ยต่อ หรือ
ย่อยสลายได้ง่าย โดยทางร้านพลังบุญจะเปิด
โอกาสให้มีการปรับราคาสินค้าเพิ่ม

คุณน้อมนบ ปัฐยาวัต กรรมการบริษัท
พลังบุญ ได้ให้เหตุผลที่ว่าทำไมต้องมีถุงผ้าดิบ
ไว้บริการด้วย ก็คือ สำหรับผู้ที่ต้องการถุงผ้าที่
นำกลับมาใช้ได้อีก แข็งแรงกว่าถุงกระดาษ อีก
ทั้งราคาถูก เพราะเป็นผ้าดิบที่ไม่ผ่านการฟอก
ด้วยสารเคมี นอกจากนี้เธอยังได้ชี้ชวนให้ชม
เสื้อผ้าที่ขายภายในร้าน ซึ่ง ๙๐ % ตัดเย็บ
ด้วยผ้าฝ้าย

ผู้อ่านท่านใดสนใจ จะช่วยอุดหนุนหรือ
เสนอสินค้าที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ขอเชิญ
ติดต่อท่านทั้งสองได้ที่ บริษัท พลังบุญจำกัด
นวนิรินทร์ ๔๘ ถนนนวนิรินทร์ บึงกุ่ม กทม.
๑๐๒๔๐

และถ้าท่านผู้อ่านต้องการจะเริ่มต้นร่วม
กระบวนการรักครอบครัว, รักรัษ์โลก ก็มาเริ่มกัน
จากกันครัวของเราดีไหม โดยช่วยกันล้างถุง
พลาสติกใส่อาหาร หลังจากใช้แล้ว ดากแดดให้แห้ง
จากนั้นก็รวบรวมส่งให้คนงานเก็บขยะเอาไปทำประ
โยชน์ต่อ หรือนำมาบริจาคได้ที่ “โครงการขยะ
ด้วยหัวใจ” ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากสำนักงานหนังสือ
พิมพ์ “ดอกหญ้า” ในกรุงเทพฯ หรือใครมี
ข้อคิดดีๆ ก็ช่วยกันส่งมาให้ดิฉันได้รับ
ทราบบ้าง เผื่อจะได้เผยแพร่กันต่อไป



ภัยจากสิ่งแฉดล้อม

เพื่อนนน้ำร้อน



เมื่อขวดใสกลายเป็น

ขยะต้นโลก

ในยุคสังคมบริโภคนิยมที่ผู้คนถือเอาความสะดวกสบายเป็นใหญ่ สิ่งใดที่มีแนวโน้มว่า เพิ่มความสะดวกสบาย ประหยัดเวลา สิ่งนั้นดูเหมือนจะได้รับความนิยมมากเป็นพิเศษ

ไม่ว่าจะนับแต่พฤติกรรมการดื่มน้ำของคนเรา จะสังเกตเห็นว่า ทุกวันนี้เราหันมาดื่มน้ำจากขวดพลาสติกกันมากขึ้น ทั้งน้ำเปล่าและน้ำอัดลม เพราะความสะดวกในการเข้าถึง ไปกินข้าวที่ไหนหรือเดินทางไปไกลเพียงใด น้ำบรรจุขวดก็แทรกซึมเข้าถึงทุกพื้นที่ ผิดกับภาวโองดินใส่น้ำฝนวางไว้หน้าบ้าน มีกระบวยวางไว้ให้ดื่มน้ำได้ตามสบาย ภาพเหล่านี้ถูกแทนที่ด้วยความสะดวกสบายจนหมดสิ้น

ขวดพลาสติกบรรจุน้ำที่เราเห็นกันทั่วไปมี ๒ ลักษณะคือ “ขวดใส” กับ “ขวดขุ่น” แต่ที่ได้รับความนิยมมากเห็นจะเป็นขวดใส หรือที่เราเรียกว่า ขวด PET (Polyethylene terephthalate) นิยมนำมาบรรจุน้ำดื่ม น้ำอัดลม น้ำผลไม้ เพราะความใสของขวดช่วยสร้างความมั่นใจให้ผู้บริโภคว่า ของเหลวที่บรรจุอยู่ภายในไม่มีสิ่งปลอมปน ข้อดีอีกอย่างคือพกพาสะดวก ขนาดกะทัดรัด หยิบจับถนัดมือ

ความสะดวกที่ว่ามาทำให้น้ำดื่มบรรจุขวดได้รับความนิยมไปทั่วโลก แม้ว่าเมื่อเทียบราคาแล้วน้ำดื่มบรรจุขวดจะแพงกว่าข้าวหรือขนมปังด้วยซ้ำ แต่หลายคนก็ยอมจ่ายเพื่อแลกกับความความสะดวกสบายนี้



มีรายงานว่าในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ผู้คนทั่วโลกดื่มน้ำบรรจุขวดเพิ่มขึ้น ๕๗ เปอร์เซ็นต์ หรือ ๕๑ พันล้านกก.ลลอนมากกว่าปี พ.ศ. ๒๕๕๒ หรือ ๕๗ เปอร์เซ็นต์ เมื่อก่อนที่ผู้บริโภคจ่ายไปเพื่อซื้อน้ำดื่มนี้รวมกันแล้วไม่ต่ำกว่า ๑ แสนล้านดอลลาร์สหรัฐ



ขณะที่ปัญหาจากขวดพลาสติกกลายเป็นขยะล้นโลก พฤติกรรมของผู้บริโภคกลับไม่เปลี่ยนแปลง จำนวนขวดพลาสติกที่ผลิตขึ้นมาใช้ขวดพลาสติกจำนวน ๑ ครั้ง แต่ผู้คนที่ส่วนใหญ่ก็ไม่ค่อยตระหนักในเรื่องนี้นัก

แต่เบื้องหลังความสะดวก เรากำลังสร้างขยะขวดพลาสติกจำนวนมหาศาลให้โลก โดยไม่เคยถูกคิดเลยว่าการบริโภคที่มากแต่ขาดการบริหารจัดการที่ดี กำลังจะทำให้โลกนี้กลายเป็นสุสานขยะขวดพลาสติกและกำลังกลายเป็นปัญหาสิ่งแวดล้อมระดับโลก

ส่วนข้อมูลการเก็บขยะของกรุงเทพมหานคร มีการคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ.๒๕๔๘ จะมีปริมาณขยะถึงวันละ ๑๓,๕๕๐ ตัน ในจำนวนนี้เป็นขยะพลาสติกถึง ๒๘ เปอร์เซ็นต์

ในช่วง ๓ ปีที่ผ่านมา จำนวนความต้องการน้ำดื่มบรรจุขวดเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ และไม่มีแนวโน้มที่จะลดลง เนื่องจากการผลิตบรรจุภัณฑ์พลาสติกมีความยืดหยุ่นสูงสามารถนำไปผลิตเป็นรูปร่างต่างๆได้ตามความต้องการน้ำดื่มเบาและสะดวกในการขนส่งมากกว่าวัสดุจากธรรมชาติ เช่น แก้วไม้ หรืออื่นๆ ทั้งยังมีการพัฒนาพลาสติกชนิดใหม่ๆ ที่มีคุณสมบัติดีขึ้น จึงนำไปใช้งานได้หลากหลายมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม แม้ขวดพลาสติก ๖๐ เปอร์เซ็นต์ จะสามารถนำมารีไซเคิลใหม่ได้ถึง ๖ ครั้ง โดย ๒-๓ ครั้งแรกสามารถนำมาทำเป็นขวดน้ำได้อีก หลังจากนั้นจะนำมาทำเป็นขวดสีเขียว สีน้ำตาล และจบลงด้วยการทำเป็นผลิตภัณฑ์พลาสติกสีดำ แต่ปริมาณพลาสติกที่เหลืออีก ๔๐ เปอร์เซ็นต์ ได้กลายเป็นขยะฝังอยู่ใต้ดิน ต้องใช้เวลาย่อยสลายถึง ๑,๐๐๐ ปี หรืออาจถูกเผาทำลายกลายเป็นมลพิษในสิ่งแวดล้อม

นอกจากประเด็นเรื่องขยะแล้ว ในอุตสาหกรรมผลิตน้ำดื่มบรรจุขวดยังใช้พลังงานมหาศาล โดยเฉพาะการผลิต

ขวดเพื่อตอบสนองความต้องการของคนอเมริกันต้องใช้น้ำมันถึง ๑.๕ ล้านบาร์เรล/ปี เท่ากับน้ำมันที่เติมให้รถราว ๑๐๐,๐๐๐ คันวิ่งได้ทั้งปี รวมถึงการขนส่งน้ำบรรจุขวดไปยังประเทศต่างๆ ไม่ว่าจะทางเรือ รถไฟ หรือแม้แต่เครื่องบินก็ต้องสิ้นเปลืองพลังงานมากเช่นเดียวกัน

นอกจากนั้น ในหลายพื้นที่ยังประสบปัญหาน้ำขาดแคลนจากการถูกดูดน้ำไปขาย เพื่อผลิตเป็นน้ำบรรจุขวด ชาวไร่ชาวนาในชนบทต้องเจียดเงินรายได้ที่มีอยู่น้อยนิดไปเป็นค่าน้ำดื่มบรรจุขวด เนื่องจากพวกเขาไม่สามารถหาน้ำดื่มกินจากแหล่งน้ำธรรมชาติได้อีกต่อไป และสิ่งทีตามมามีอีกคือขยะจากขวดพลาสติกที่เพิ่มขึ้น

อนุรักษ์สิ่งแวดล้อมคุณเลือกได้

เราได้เห็นแล้วว่า ขวดใสบรรจุน้ำดื่มนั้นนอกจากจะกลายเป็นปัญหาขยะระดับโลกแล้ว มันกำลังจะกลายเป็นปัญหาด้านพลังงานของโลกด้วย และอีกสิ่งที่เป็นข้อกั๊กขาของหลายๆฝ่ายก็คือ การบริโภคน้ำบรรจุขวดปลอดภัยจริงหรือไม่

เราทราบกันว่าขวด PET ที่ใช้บรรจุน้ำดื่มนั้น ผลิตขึ้นมาสำหรับการบรรจุเครื่องดื่มเพียงครั้งเดียว ไม่ได้ออกแบบให้นำมาทำความสะอาดใหม่โดยใช้ความร้อนสูง หรือการขจัดดูเพื่อนำกลับมาใช้ใหม่ กรณีนี้อาจเป็นไปได้ที่สารบางอย่างจากขวด PET จะละลายออกมาเจือปนกับอาหาร หรือแม้แต่การตั้งทิ้งไว้ให้ถูกแสงแดดเป็นเวลานาน ก็อาจก่อให้เกิดการเจือปนได้เช่นเดียวกัน เราควรรู้อีกว่าน้ำบรรจุขวดที่ผ่านกระบวนการทำให้บริสุทธิ์จะไม่มีคุณค่าทางโภชนาการเหลืออยู่เลย แล้วเราดื่มน้ำที่ไม่มีคุณค่าเลยเพื่ออะไรกัน แถมราคายังแพงอีกต่างหาก

ถึงวันนี้เราต้องกลับมาตั้งคำถามกับตัวเองแล้วว่า จำเป็นแค่ไหนที่เราต้องดื่มน้ำขวด หรือหากเลี่ยงไม่ได้เราก็ควรตั้งคำถามกับตัวเองว่า เราจะช่วยโลกลดปริมาณขยะจากขวดพลาสติกเหล่านี้ได้อย่างไร เพราะไม่เช่นนั้น วันหนึ่งขวดพลาสติกเหล่านี้จะกลายเป็นขยะล้นโลก จนไม่มีที่เหลือให้เราขึ้นอยู่บนพื้นดินก็เป็นได้

จากนิตยสารชายแมก

ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๑ ม.ค. ๒๕๕๐

คอลัมน์ อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม





สถาบันขยะวิทยาด้วยหัวใจ (สขจ.) Institute of Ethical Waste Management

ขอความร่วมมือช่วยโลกให้สดสวย ช่วยชีวิตให้สดใส

ในวันสิ่งแวดล้อมโลก (๕ มิถุนายน)

ด้วยการร่วมแรงร่วมใจ งดใช้ทรัพยากรธรรมชาติทำลายโลก (เช่น โฟม กระจกพลาสติก)

และร่วมบุญโดยการบริจาคของเก่าที่เหลือใช้ ของใหม่ที่เกินจำเป็น

ได้ที่ เครือข่ายชุมชนชาวโคกทุกแห่ง หัวประเทศ

สนใจติดต่อสอบถามได้ที่ โทร. ๐๘๘-๕๓๓-๒๓๓๓, ๐๘๑-๕๐๑-๕๕๕๖

โลกนี้ไม่เที่ยง



เมื่อพระเจ้าเสด็จนิรมลหน้า

พระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิดว่าพระเจ้าพิภพสมาธิธรรมอันเป็นที่ธรรมจะเสด็จไป แห่งหนึ่ง ขณะ
ที่พระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิดเพื่ออำพรางสมาธิ จันทรจันทรไต้หนึ่งพระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิด
เพื่อเสด็จขึ้นแล้วพูดว่า “ผมลืมเอาเสื้อมาด้วย” จากนั้นไม่นาน ก็ถูกขากที่หนึ่ง เดิน
เหยียบที่ธรรมหน้าแล้วก้าวเดินหน้าตาเฉย ช้าเข้าไปเอาเสื้ออีกที่หนึ่ง

เมื่อพระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิดแต่เสด็จขึ้นแล้วพูดว่า “ผม
ลืมตากผ้า” แล้วไม่นานก็เดินอย่างช้าๆเหยียบไปบนนิรมลหน้า ค่อยๆเข้ามาฟังไปฟังที่ปาก
อีกปากหนึ่ง

พระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิดของพระเจ้าเสด็จนิรมลหน้าตาปกปิดแต่เสด็จขึ้นแล้วพูดว่า “ผม
ลืมตากผ้า” แล้วไม่นานก็เดินอย่างช้าๆเหยียบไปบนนิรมลหน้า ค่อยๆเข้ามาฟังไปฟังที่ปาก
อีกปากหนึ่ง

“ท่านทั้งสองคิดว่า กายหรือจิตของท่านสูงกว่าผมหรือจิตใจ ผมจะเสด็จให้ท่าน
ดูว่า ผมก็เสด็จมาตรงๆอย่างที่ท่านทั้งสองทำได้”

พูดแล้วก็เดินอย่างช้าๆเข้าไปฟัง เพื่อเดินบนหน้า จันทรจันทรไต้หนึ่งพระเจ้าเสด็จนิรมลหน้า
ก็เสด็จขึ้นแล้วพูดว่า “ผมลืมเอาเสื้อมาด้วย” จากนั้นไม่นาน ก็ถูกขากที่หนึ่ง เดิน
เหยียบที่ธรรมหน้าแล้วก้าวเดินหน้าตาเฉย ช้าเข้าไปเอาเสื้ออีกที่หนึ่ง

“คุณคิดว่าเขาน่าจะบอกเขาไหมว่า ก้อนหินสำหรับเหยียบเข้ามาฟังอยู่ตรง
ไหน ?”



ตีพิมพ์ครั้งแรก:
ฝนตกชุก



เรื่องยาว เรื่องสวดย ใครช่วยได้ ?

สามสัปดาห์มาแล้ว สถานีโทรทัศน์ CNN รายงานข่าวจากฮ่องกงว่า กลุ่มสาวเอเชีย ตะวันออกเฉียงใต้กำลังบ้าคลั่งเสริมสวยด้วย ครีมที่ทำให้หน้าขาว โดยมีอิทธิพลมาจากกลุ่ม นางแบบที่มีผิวขาวซีดมาก ซึ่งส่วนใหญ่เป็น นางแบบจากเอเชีย โฆษณาผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางที่ดูแล้วเหมือนเหล่านางฟ้าที่ไม่เคยถูก แดด ลงมาจากสวรรค์ เพื่อเผยแพร่ความงาม ที่เป็นอมตะ

นอกจากนั้น นิตยสารแฟชั่นและหนังสือ ไร้สาระเกี่ยวกับผู้หญิง ก็มีนางแบบที่มีใบหน้า ขาวผ่องเหมือนกระเบื้องเคลือบชั้นดี เหล่าห้างสรรพสินค้า มีโปสเตอร์สาวหน้าใสที่ ใหญ่มากอยู่ในห้าง เพื่อโชว์ว่าเป็นผู้หญิงสวย ต้องแบบนี้ โดยคุณต้องใช้เครื่องสำอางที่มีส่วน ผสมที่เป็นสกิน ไวท์เทนนิ่ง (skin whiten- ing) ซึ่งมีขายทั่วไปในห้าง เจริญเลยคุณสาว ๆ เจริญเข้ามาจ่ายจๆๆ แล้วคุณจะสวยอย่างนาง แบบที่เห็นในรูป

Skin whitening คืออะไร ไม่มีใคร สนใจที่จะค้นคว้าความสวยที่ติดลบ จนกระทั่ง เกิดปัญหาครีมเป็นพิษเฉียบพลัน ที่ฮ่องกง เมื่อปี ค.ศ. ๒๐๐๒ ซึ่งมีผู้โทรศัพท์ สายด่วนมาก

กว่า ๑,๒๐๐ ราย โดย ๔๓๕ ราย ตรวจพบสาร อันตรายในร่างกาย หนึ่งรายถูกส่งตัวเข้าโรง พยาบาล หลังจากนั้นมีการตรวจพบว่าครีมบาง ยี่ห้อมีส่วนผสมของเมอคิวรี (mercury) สูงมาก ครีมตัวนี้เป็นส่วนผสมที่ทำให้ใบหน้าขาว และอีกสองยี่ห้อมีส่วนผสม ๕,๐๐๐ ถึง ๖๕,๐๐๐ เท่า มากกว่าที่กำหนดไว้

ความขาวคือใบเบิกทาง

ความนิยมของการเป็นคนมีผิวขาวสวย พุดชานกันมากในประเทศจีนและญี่ปุ่น เป็น ความนิยมที่มีมานาน โดยเชื่อว่าคนผิว ขาวดูเป็นผู้ดี มีรสนิยมและร่ำรวย เพราะคนรวย เท่านั้นที่จะสามารถอยู่แต่ในบ้านได้ ไม่ต้อง ออกไปอาบเหงื่อต่างน้ำกลางทุ่งนา ซึ่งความ เชื่อนี้คงไม่ค่อยเป็นที่ยอมรับสักเท่าไรในยุโรป เพราะคนรวยทางยุโรปจะพยายามทำให้ผิวคล้ำ ขึ้นเพราะเชื่อว่าทำให้ดูแข็งแรง อีกทั้งคนอื่นจะ พากันคิดว่าไปตากอากาศมา แสดงว่ามีเกะดั่งค์ จนในปัจจุบันนี้มีการแวบเข้าไปทำผิวเหมือน ไปอาบแดดมา (sun tan) ตามร้านที่มีเครื่อง อาบผิว ระบบอิเล็กทรอนิกส์บริการในช่วง หยุดพักกลางวัน ก็ปรากฏว่ามีผลพิสูจน์ออก

มาแล้วถึงการไปอบแดดปลอมๆ แบบนี้ ว่ามีโอกาasเป็นมะเร็งผิวหนังสูงขึ้นเช่นกัน

อย่าเพิ่งคิดว่าการใช้ครีมหน้าขาวอันตรายน้อยกว่าการอบแดด เปิดดูโทรทัศน์ทุกวันนี้ เห็นแต่สาวหน้าใสที่มีโทนสีขาวเดียวกันไปหมด ความสวยแบบผู้หญิงไทยๆมีอยู่ไม่กี่คน ที่ดูแล้วเจริญหูเจริญตากว่ากัน เยอะเลย เพราะไม่รู้สักเหมือนดูหุ่นพลาสติก(เป็นคำพูดของผู้ชายแท้ๆ) และนี่คือคำตอบหรือเปล่าว่า โอกาสที่จะได้งานทำหรือจะสะดุดตาแมวมองได้เร็วกว่า ถ้าคุณมีใบหน้าขาว ไร้สิ่วฝ้า ตาสองชั้น จมูกเป็นสัน สมองสั้นนิดๆ (คลินิกศัลยกรรมในเมืองไทยมีเป็นพันๆแห่ง ราคาก็ไม่แพงเหมือนต่างประเทศ ดูได้จากอินเทอร์เน็ต)

ไม่ผิดหรอกที่ค่านิยมในเมืองไทยหรือประเทศไหนๆยังเป็นแบบนี้ อยู่ ทำให้ทั้งผู้หญิงและผู้ชายในหลายๆประเทศที่กำลังพัฒนาอย่าง



นี่คือคำตอบหรือเปล่าว่า
โอกาสที่จะได้งานทำ
หรือจะสะดุดตาแมวมอง
ได้เร็วกว่า

ถ้าคุณมีใบหน้าขาว ไร้สิ่วฝ้า
ตาสองชั้น จมูกเป็นสัน สมองสั้นนิดๆ

ประเทศไทย ต้องตกเป็นเหยื่อของนายทุนที่เห็นแก่ตัวไปโดยปริยาย

ขาขึ้น สว่างขึ้น

บริษัทผู้ผลิตเครื่องสำอางค์ ยักษ์ใหญ่หลายยี่ห้อมองเห็นความฮิต และความนิยมหน้าขาวในประเทศแถบเอเชีย จึงได้ค้นคิดเครื่องสำอางที่มุ่งประเด็นไปที่ความขาว สดใสของใบหน้า และเนียนกว่าแต่ก่อน โดยมีคำอธิบายเพิ่มว่าผิวหนังจะยืดหยุ่นกระชับขึ้น ดูเหมือนมีรัศมีขาวนวลไปทั่วใบหน้า (radiant) ก็แหงละ สารเคมีทั้งนั้น จะไม่ให้เห็นว่ามันกำลังเรืองแสงได้ยังไง

เมื่อปี คศ. ๒๐๐๐ ดร. ไมเคิล ขาน นายแพทย์โรงพยาบาลลามแอนปรีนส์ออฟเวล (Lam and Prince of Wales Hospital) ได้ทดสอบครีม ๑๖ ยี่ห้อจากบริษัทต่างๆทั่วโลก พบว่า ๘ ยี่ห้อใส่สารอันตรายมากกว่าที่กำหนดไว้ตามกฎหมายของกระทรวงอาหารและยาในอเมริกา ซึ่งครีมทั้ง ๘ ตัวนี้มาจากประเทศจีน และได้หวั่น ดร.ไมเคิลกล่าวว่านี่อาจเป็น “เพียงแค่ยอดของภูเขา น้ำแข็งเท่านั้น” เพราะครีมทุกตัวได้มีการวางตลาดจำหน่ายมา

หลายปีแล้ว ก็ไม่รู้ว่าจะมีคนได้รับผลกระทบนี้อีกเท่าไรในอนาคต เมื่อคุณหมอโทรศัพท์สอบถามไปที่ผู้จัดจำหน่ายบริษัทหนึ่ง ก็ได้รับคำตอบว่า

“มีปัญหอะไรรักหนา เพียงแค่มิเมอคิวรีในครีมบ้าง ตราบใดที่มันทำให้ผู้หญิงทั่วโลกสวยขึ้น !”

เมอคิวรีคือตัวช่วย ?

ข่าวจาก CNN บอกว่าครีมทุกตัวที่มีส่วนผสมของเมอคิวรีอยู่ด้วยเป็นอันตราย ซึ่งเริ่มจากการที่เจ้าตัวดีนี้ผ่านเข้าไปในร่างกาย และอยู่แบบนั้นในรูปของผู้ประสงค์ร้าย จากนั้นก็เริ่มทำลายกระดูก ระบบเส้นประสาท และการเดินทางของเส้นเลือด นี่ยังไม่นับสิ่งที่จะตามมาเช่น มีปัญหาเกี่ยวกับการได้ยินหรือมองเห็น และมือสั่น การมีเมอคิวรีในร่างกายที่สูงมากจะกระทบกับบุคลิกภาพส่วนตัว มีอาการกระวนกระวาย นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ความจำไม่ดีและอาจเกี่ยวพันกับสมอง ถึงที่สุดดับก็จะถูกทำลายไปเลย

เมอคิวรีที่ร้ายมากคือเมอคิวรีบริสุทธิ์ มันสามารถแทรกซึมเข้าไปทำลายเด็กใน

กรรมก็ได้

เนื่องจากเมอคิวรี ถูกขับถ่ายออกจากร่างกายโดยการปัสสาวะ และอุจจาระ ดังนั้นผู้ที่หยุดใช้เมอคิวรีไม่ต่ำกว่าหกเดือนหรือมากกว่านั้น ก็คงไม่ต้องกังวลมากนัก



และขึ้นอยู่กับส่วนผสมของเนื้อครีมเองด้วย ซึ่งมีอยู่หลายตัวด้วยกัน บางตัวก็ต้องขออนุญาตก่อนใช้ เช่น hydroquinone (ไม่ต้องพยายามพุดออกเสียง หรอก ไม่เคยสำเร็จ)

การใช้ครีมไวท์เทนเนอร์ตัวนี้ไปนานๆ จะทำให้เกิดริ้วรอยบน

ผิว และเป็นรอยแดงง่าย จึงไม่น่าที่จะใช้เครื่องสำอางที่มีส่วนผสมนี้นานมากกว่าหนึ่งปี

ส่วนครีมไวท์เทนเนอร์ที่มีส่วนผสมจากพืชหรือผลไม้ ว่ากันว่ามีความสามารถทำให้เหมือนกับไปลอกหน้า กำจัดเซลล์ที่ตายหลุดออกจากใบหน้า เพิ่มความชุ่มชื้น ริ้วรอยบนใบหน้าหายไป ผิวพรรณเปล่งปลั่ง และมีอันตรายน้อยกว่าพวกที่สกัดมาจากสารเคมีโดยตรง

ฟังดูแล้ว too good to be true ก็เอาเถอะ ถ้าอยากหน้าขาวเป็นไปปกจจริงๆก็ขอให้ระวังหน่อย เวลาออกแดดทาครีมกัน

ไวท์เทนเนอร์ - สวรรค์สีขาว ?

ไม่ใช่มีแต่คุณผู้หญิงหรือผู้ชายไทยเท่านั้นที่นิยมให้หน้าขาว บ่าวเมื่อสองสามเดือนที่แล้วพุดถึงผู้ชายอินเดียว่า ครีมทำให้หน้าขาวสำหรับคุณผู้ชายมียอดขายสูงขึ้นเรื่อยๆ หนุ่มมาเลเซียก็ไช่ย่อย นิยมใช้ทั้งครีมและหญิงหน้าขาว ถ้าขาวซิดเพราะไม่มีจะกิน สงสัยว่า จะยังสนอยู่หรือเปล่า

ไวท์เทนเนอร์เป็นตัวช่วยให้รอยตกกระ และจุดที่บอกว่าฉันทกำลังแก่จางลงไป ซึ่งจะ ได้ผลเร็วแค่ไหนก็อยู่ที่ความเข้มของสีผิว

แดดไว้บ้างก็ดี อ้าว ! แนะนำให้เสียเงินเพิ่ม
หรือนี่

การทำร้ายที่ถูกกฎหมาย

ธุรกิจเกี่ยวกับความงามจะรุ่งเรืองไปอีก
นาน ทรายที่เรายัดค่าของความสวยความ
งามที่รูปลักษณ์ สุภาพิตไทยที่ว่า “สวยแต่รูป/
จูบไม่หอม” ก็ไม่ค่อยได้ยืมใครพูดวิจารณ์กัน
แล้ว คงเกรงว่าจะถูกกล่าวหาว่าเป็นคนพูด
อย่างทำอย่าง (hypocrite) กระมัง ดังนั้นจึง
ได้แต่อยู่แบบสอพลอกันไปวันๆ

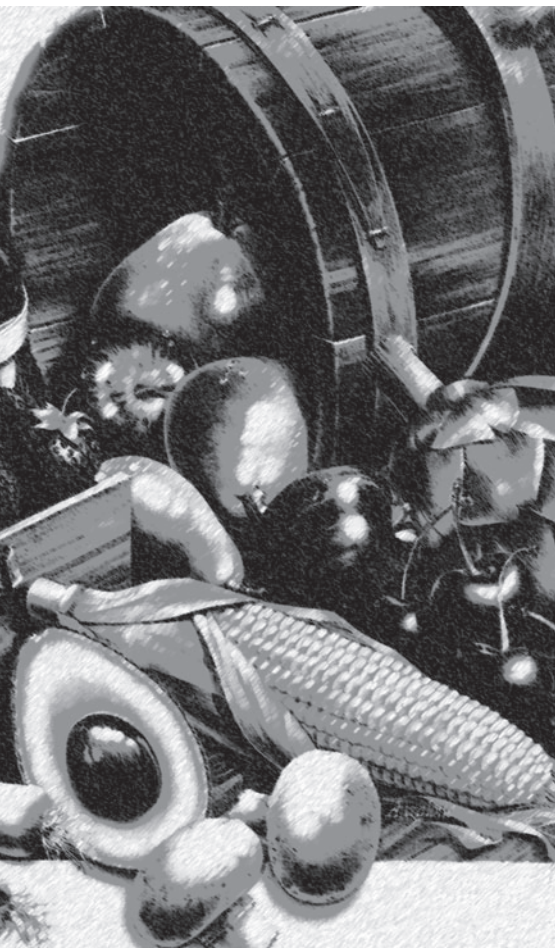
มันเป็นความฉาบฉวยที่ผู้มีสติเท่านั้น
ที่จะรู้ทันโลกแห่งความหลอกลวงใบนี้ ราคา
ของเครื่องสำอางเหล่านี้สูงมาก โดยเฉพาะ
ผลิตภัณฑ์ที่มาจากต่างประเทศ แต่หลายๆคน
ก็ยอมที่จะเสียเงินจำนวนมาก เพื่อแลกกับคำ
มั่นสัญญาตามจ้อโทรทศน์และนิตยสารต่างๆ
ที่อยู่ในรูปแบบของการโฆษณา ไม่ใช่คำนิยม
ในความงามแบบไทยๆเท่านั้นที่เปลี่ยนไป
แต่ค่านิยมของคนงามต่างหากที่เริ่มเลอะ
เลือนจนหาความหมายของมันไม่เจอ

จนบัดนี้ ในห้องกงยังไม่มีการลงโทษ
บริษัทที่กระทำผิดใดๆทั้งสิ้น



ถ้าจะยอมให้ถูกทำร้ายกันซึ่งๆหน้า ก็แล้ว
ไป เป็นห่วงแต่น้องนางบ้านนาผู้บริสุทธิ์ ต้อง
มาสังเวทความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ อันเป็นเรื่องที่ถ้า
เกิดขึ้นแล้ว ก็ไม่รู้ว่าจะไปโทษใคร

เราน่าจะมาทำความงามที่เริ่มจากข้างใน
เหมือนที่คนแก่หลายคนเคยพูดเอาไว้ ว่าการมี
จิตใจดี มีความคิดที่ไม่เป็นพิษภัยต่อผู้อื่นและ



ตัวเอง หรือการมองโลกในแง่ดี(positive thinking) ก็ทำให้ใบหน้าสดใสด้วยความสบายใจได้ หรือถ้าจะให้ทั้งสวยและร่างกายแข็งแรงด้วย จะยิ่งครบสูตรเลย โดยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ พวกผักผลไม้ซึ่งจะทำให้ระบบการย่อยอาหารเป็นไปอย่างราบรื่น มีผลให้การขับถ่ายเป็นปกติ ช่วย

ทำให้ร่างกายไม่สะสมพิษเอาไว้ หนักก็จะไม่ขึ้นสิ่ว อารมณ์ก็สดใส

การออกกำลังกายที่พอดีและเหมาะสม ช่วยให้เกิดกล้ามเนื้อและอวัยวะในส่วนต่างๆของร่างกายเกิดการการกระตุ้นและตื่นตัวอยู่เสมอ มีโฆษณาทางโทรทัศน์ที่ว่า แคลยับ..ก็ออกกำลังกาย.. นี่เป็นความคิดที่ดี แต่ยับยั้งบ่อยๆนะ ไม่ใช่แค่เดินไปเปิดตู้เย็นเพื่อตักน้ำหรือหาของกิน

การเดินไปซื้อของหน้าปากซอย แทนที่จะนั่งมอเตอร์ไซด์หรือขับรถไปเอง ก็เป็นความคิดที่ไม่เลวนะ แต่ระวังรถที่คนอื่นขับหน่อยก็แล้วกัน เดินขึ้นบันไดแทนการขึ้นลิฟท์ก็เคยได้ข่าวว่ามีคนหกล้มป่วยจากโรคร้ายมาแล้ว หรือแม้แต่การเดินทางในหรือรอบๆบ้าน เพื่อช่วยในการย่อยอาหาร หลังรับประทานอาหารทุกมื้อทำให้ลดหน้าท้องได้สบายๆเลย แต่ไม่ใช่รับประทานจนจุกหายไปไม่ออก เพราะหวังว่าเดินแล้วจะช่วยได้ เตือนไว้ก่อนเดี๋ยวหัวใจวาย แล้วจะมาโทษกันทีหลัง

อย่าลืมนะเชื่อมั่นในตัวเองว่าคุณเท่านั้นที่จะช่วยให้ตัวเองสบายได้ และสบายอย่างภูมิใจด้วย



น้ำมันหัตถการรยสำหรับผิ...ผม

ชญ.วิจนา อัจฉริยวณิช



น้ำมันมะพร้าวเป็นน้ำมันที่มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อสุขภาพ ตามตำราอายุรเวทของอินเดีย มีการใช้น้ำมันมะพร้าวรักษาโรคมามากกว่า ๔,๐๐๐ ปี แพทย์แผนไทยก็ใช้รักษาโรคมานาน เช่น ในตำราโอสถพระนารายณ์สมัยกรุงศรีอยุธยา ปรากฏตำรับน้ำมันมะพร้าวเป็นยานวดแก้ปวดเมื่อย รักษาโรคกระดูก รักษาอาการปวดเมื่อย รักษาแผลเน่าเปื่อย ส่วนแพทย์แผนปัจจุบันใช้รักษาโรคกระดูกที่เกิดจากอุบัติเหตุ รักษาผดผื่นคัน แผลฟกช้ำ ชาวตะวันตกนำน้ำมันมะพร้าวไปใช้กับผู้ป่วยที่มีอาการอาหารไม่ย่อย ช่วยดูดซึมอาหาร รวมทั้งการใช้ในเด็กทารกที่ไม่สามารถย่อยสลายไขมันได้ นอกจากนี้กรดลอริกในน้ำมันมะพร้าวช่วยต่อต้านเชื้อแบคทีเรีย เชื้อราและยีสต์ได้โดยไม่ทำให้เกิดอาการคัน

สำหรับกระบวนการผลิตน้ำมันมะพร้าว ในปัจจุบัน มักใช้กระบวนการบีบโดยไม่ใช้ความร้อน วิธีนี้จะได้น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ สีใสเหมือนน้ำ อุดมไปด้วยวิตามินอี อาจมีกลิ่นมะพร้าวอ่อนๆ ถึงแรง ขึ้นกับกระบวนการผลิต (ถ้าผ่านการที่ใช้ความร้อนและกระบวนการทางเคมี น้ำมันที่ได้จะมีสีเหลืองอ่อน ไม่มีกลิ่น ไม่มีรส ที่สำคัญจะปราศจากวิตามินอี เพราะถูกทำลายโดยกระบวนการทางเคมี) ถ้ามีความชื้นไม่เกินร้อยละ ๐.๑ จะเรียกว่า Virgin coconut oil หากนำมารับประทานไขมันที่อยู่ในน้ำมันจะสามารถเปลี่ยนเป็น พลังงานได้ทันที จึงไม่มีไขมันสะสมในร่างกาย และช่วยนำไขมันที่สะสมไว้ก่อนหน้าไปเผาผลาญเป็นพลังงาน ช่วยทำให้รูปร่างได้สัดส่วน

กรดไขมันที่อยู่ในน้ำมันมะพร้าวมีขนาดโมเลกุลที่เล็ก ดูดซึมเข้าไปในร่างกายได้ง่าย เมื่อนำมาขโลมผิวหรือนวดตัว ก็ดูดซึมได้เร็วช่วยให้ผิวชุ่มชื้น ดูอ่อนกว่าวัย นอกจากนี้มีวิตามินอีช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ ที่เป็นตัวการทำให้เกิดการเสื่อมของเซลล์ผิวหนัง ป้องกันการเสื่อมโทรมของเซลล์ที่เกิดจากกระบวนการออกซิเดชัน

จึงทำให้ผิวดูอ่อนเยาว์ และนุ่มชุ่มชื้น ช่วยป้องกันฝ้าและกระได้อีกด้วย ถ้านำมาหมักผมก็จะทำให้ผมนุ่มสลวย เงางาม ช่วยปรับสภาพของผม ทำให้ผมดกดำ เพราะวิตามินอีช่วยเสริมสร้าง การเจริญของเส้นผม ช่วยบำรุงสุขภาพของหนังศีรษะ น้ำมันมะพร้าวมีสารปฏิชีวนะจากโมโนลอริน ที่คอยทำลายเชื้อโรค ลดรังแคและวิตามินอียังช่วยบำรุงหนังศีรษะอีกด้วย นอกจากนั้น ยังช่วยลดการสูญเสียโปรตีนของเส้นผมที่เกิดจากการหวี



ข้อมูลจากหนังสือ
“น้ำมันมะพร้าว บทบาทต่อสุขภาพ
และความงาม”

โดย ดร.ณรงค์ โฉมเฉลา
ขอขอบคุณ คุณลุงอัทธ์ ฝั่งประยูร
ที่มีเมตตาส่งข่าวคราวความเคลื่อนไหว
ในวงการเพื่อนสารถีมาโดยตลอด



ดอกไม้ที่ขี้ได้

๑. ดอกขจร (สลิด) ทำแคงส้ม, แคงจี๊ด, ยำ, ชุบแป้งทอดกินกับขนมจีนน้ำพริก หรือจิ้มกินกับซอส, ชุบแป้งทอดราดด้วยน้ำยำ
๒. ดอกโสน แคงส้ม, ยำ, ลวกจิ้มน้ำพริก, ชุบแป้งทอด, ทำขนมดอกโสน
๓. ดอกบัวหลวง กลีบดอกตูมสีขาวและชมพู ชุบแป้งทอดจิ้มซอส
๔. ดอกผักตบชวา ดอกอ่อน กินเป็นผักลวกจิ้มน้ำพริก ทำแคงส้ม
๕. ดอกผักปลัง ดอกอ่อน ลวกจิ้มน้ำพริก ใส่แคงอ่อน, แคงแค
๖. ดอกพวงชมพู ชุบแป้งทอดกรอบ กินกับขนมจีนน้ำพริกหรือจิ้มกินกับซอส, ชุบแป้งทอดราดด้วยน้ำยำ
๗. ดอกเฟื่องฟ้า เหมือนดอกพวงชมพู
๘. ดอกลั่นทมขาว เหมือนดอกพวงชมพู
๙. ดอกเข็ม เหมือนดอกพวงชมพู
๑๐. ดอกอัญชัน เหมือนดอกพวงชมพู และนำคั้นจากดอกไม้ใช้แต่งสีอาหารและขนม
๑๑. ดอกกุหลาบ ชุบแป้งทอดจิ้มกินกับซอส หรือราดด้วยน้ำยำ
๑๒. ดอกพะยอม แคงส้ม, ปลา
๑๓. ดอกฟักทอง ดอกตูม ทำแคงส้ม, แคงเสียง หรือลวกกินกับน้ำพริก

๑๔. ดอกมะขาม แกงส้ม, ต้มโคล้ง
๑๕. ดอกกระเจี๊ยบแดง เชื่อม, ทำแยม, ต้มน้ำใสน้ำตาล, ตากแห้งเก็บเอาไว้ทำน้ำกระเจี๊ยบ
๑๖. ดอกเก๊กฮวย ตากแห้งทำน้ำเก๊กฮวย
๑๗. ดอกมะลิ ลอยน้ำเชื่อมให้ขนมมีกลิ่นหอม, แขน้ำปรุงขนมข้าวแช่
๒๐. ปลีกล้วย กินเป็นผักเคียงกับถ้วยเตี๋ยผัดไทย, ยำ, ใส้แกงเลียง, ซุบเป็งทอด, ลวกจิ้มน้ำพริก
๒๑. ดอกกะทือ (หัวทือ) ซ่อดอกอ่อนนำมาแกงเผ็ด หรือต้มจิ้มน้ำพริก
๒๒. ดอกกุหลาบมอญ แขน้ำปรุงขนมข้าวแช่ให้ความหอม ใสน้ำยาร่วมกับดอกไม้อื่นๆ และดอกแห้งให้ซังเป็นชา
๒๓. ดอกแค ดอกที่ยังไม่บานกินเป็นผักลวกจิ้มน้ำพริก, ซุบเป็งทอด หรือทำแกงส้ม (ดึงเกสรตัวเมียสีเหลืองอ่อนออกก่อน เพราะมีรสขม)
๒๔. ดอกขบา ใ้แกงเลียง, ซุบเป็งทอด, น้ำคั้นใช้เป็นสีผสมอาหาร (จะให้สีม่วงแดง ถ้าเติมน้ำมะนาวลงไปจะได้สีแดงสด)
๒๕. ดอกชมพูมาเหมียว เกสรตัวผู้สีแดงอมม่วง มีรสเปรี้ยวและมีกลิ่นหอมอ่อนๆ ใ้ยำ ใ้ทั้งดอกต้มกับกะทิจิ้มน้ำพริก, กินกับหลนปลาร้าหรือกะปิคั่ว
๒๖. ดอกชুমเห็ดเทศ ต้มกินกับน้ำพริก (ไม่ควรกินเกิน ๓ ดอกเพราะมีฤทธิ์เป็นยาถ่าย)
๒๗. ดอกช่อนกลิ่น ใ้แกงจืด
๒๘. ดอกไม้จีน ดอกตูมสดผัดน้ำมัน ดอกตากแห้งใ้แกงจืด
๒๙. ดอกดาวเรือง ดอกตูมลวกจิ้มน้ำพริก, กินกับลาบ, กะปิคั่ว ดอกบานใ้ในน้ำ
๓๐. ดอกดาหลา (จินตะหลา) ดอกตูม จิ้มน้ำพริก, แกงเผ็ด, ซุบเป็งทอด หรือหั่นเล็กๆผสมในข้าวต้ม
๓๑. ดอกตาลปัตรฤๅษีหรือบอนจีน ึ่งกินกับน้ำพริก, แจ่ว
๓๒. ดอกสะเดา ลวกกินกับน้ำปลาหวาน
๓๓. ดอกขี้เหล็ก แกงกะทิ





ยาดอกไม้

ส่วนผสม

ดอกไม้ที่ทานได้ (ดอกลั่นทม ดอกชบา ดอกพวงชมพู ดอกอัญชัน ดอกกุหลาบ ดอกเข็ม ดอกดาหลา ดอกขจร ดอกโสน ดอกแค)

แป้งทอดกรอบ

น้ำเย็น

น้ำมันสำหรับทอด

ถั่วลิสง หรือเม็ดมะม่วงหิมพานต์คั่ว

ลูกชิ้นเจ หรือปลาหมึกเจ หั่นเป็นชิ้นพอคำ

ส่วนผสมน้ำยา

กระเทียม ๑๐ กลีบ

พริกชี้หนู ๕ เม็ด

เกลือป่น ๑/๒ ช้อนชา

ซีอิ้วขาว ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำมะนาว ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลปี๊ป ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำน้ำยา

ตำกระเทียม พริกชี้หนู เกลือป่น เติมเครื่องปรุงรส เติมน้ำสุกเล็กน้อย

วิธีทำ

๑. ล้างดอกไม้และซับน้ำให้แห้งอย่างเบามือ

๒. ผสมแป้งทอดกรอบกับน้ำเย็น นำดอกไม้ชุบแป้งแล้วนำลงทอดในน้ำมันร้อนปานกลาง จนเป็นสีเหลืองทอง ตักขึ้นวางบนกระดาษซับมันสักพักหนึ่งจึงตักใส่จาน

๓. โรยด้วยถั่วลิสง เม็ดมะม่วงหิมพานต์ ลูกชิ้นเจ หรือปลาหมึกเจตามชอบ ราดหน้าด้วยน้ำยา





บอบฟาคจากครัว

ธันถกีน

ซุปรืดเก๋หนาว

ตั้งแต่ปลายเดือนพฤศจิกายนแล้ว ที่อากาศเริ่มหนาวเย็นเรื่อยๆ แล้วก็คงจะหนาวไปอีกเดือน-สองเดือน อยากให้ท่านผู้อ่านให้ความสนใจกับผู้สูงอายุมากขึ้น เพราะอุณหภูมิของร่างกายจะลดลงเมื่อเรานอนหลับ แต่เมื่ออากาศเย็นลงกว่าปกติ ถ้าไม่ทำให้ร่างกายอบอุ่นพออาจไม่สบาย ฝ่าฝืนคอและถุงเท้าเป็นสิ่งจำเป็นมากเวลานอน เพราะถ้าคอหรือเท้าเย็น ก็อาจเป็นหวัดได้

ในประเทศที่มีหน้าหนาวยาวนานหรือหนาวมาก เขามักรับประทานซุปรืดเก๋หนาว หรือรับประทานซุปรืดเป็นหลัก เพราะรับประทานง่ายและช่วยให้ร่างกายอบอุ่นขึ้น ขอแนะนำซุปรืดซึ่งมีวิธีทำง่ายมากและใช้เวลาน้อย อีกทั้งมีแคลอรีต่ำแต่อร่อยและราคาไม่แพง

ในยุโรปนิยมใช้เห็ดที่เรียกว่า Chestnut Mushrooms หรือเห็ดเกาลัด ดิฉันไม่แน่ใจว่าตรงกับชื่อไทยว่าอย่างไร ถ้าท่านผู้ใดทราบช่วยอนุเคราะห์ให้ความกระจ่างด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

เครื่องปรุง

เห็ดเกาลัดหรือเห็ดอะไรก็ได้ที่ชอบประมาณ ๕๐๐ กรัม
หอมใหญ่ หั่นเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็กๆ ๓๐๐ กรัม
นมปลอดไขมันหรือนมถั่วเหลืองไม่ใส่น้ำตาล ๕๐๐ กรัม
น้ำซุปรักต้มเองหรือซุปรักก้อน
ผักชีฝรั่ง

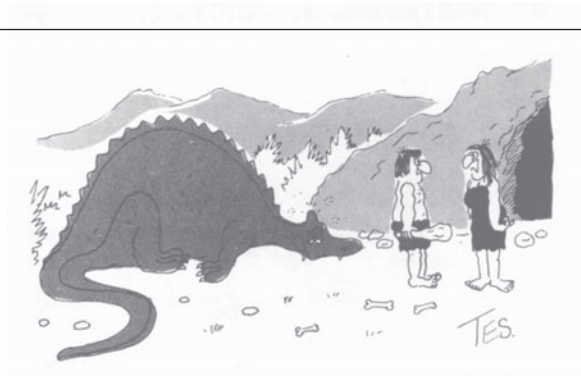
วิธีปรุง

ใส่เนยหรือน้ำมันเล็กน้อยในกระทะ หั่นเห็ดเป็นชิ้นเล็กๆ ใสลงไปผัดกับหอมใหญ่ ประมาณ ๕ นาที เติมนมและน้ำซุปรัก ตั้งไฟประมาณ ๑๐ นาที คนให้ทั่ว จากนั้นยกลงเทใส่เครื่องปั่น ปั่นจนเป็นครีมข้น เวลาเสิร์ฟโรยผักชีฝรั่งหั่นละเอียดด้วย จะได้กลิ่นหอมจากผักชีฝรั่ง ซึ่งไปกันได้ดีกับซุปรักอุ่นๆที่เข้มข้น ถ้าต้องการรับประทานให้ครบสูตรก็ต้องรับประทานกับขนมปังโรล หรือขนมปังฝรั่งเศสจะไปกันได้ดีทีเดียว

ซุปรักหนึ่งถ้วยมีแคลลอรี่ที่ต่ำมาก ประมาณ ๑๐๔ แคลลอรี่ ไขมัน ๓ กรัม เกลือ ๐.๕ กรัม และน้ำตาลประมาณ ๑๐.๕ กรัม ซึ่งเมื่อเทียบกับอาหารอื่นๆแล้ว เป็นอาหารที่ช่วยลดน้ำหนักได้อย่างดี คุณสามารถดัดแปลงเครื่องปรุงไปใช้ผักชนิดต่างๆเช่น บล็อกโคลี่ ซึ่งมีวิตามินสูงมาก ซุปรักมะเขือเทศหรือมันฝรั่งก็อร่อยอย่าบอกใครเชียว



ทำไมคุณไม่ซื้อผักมาด้วยล่ะ !





(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

“อาจเป็นแฮมยอร์ก แต่มันก็ไม่แย่งเงินไปนัก”

เบโรนิก้าหัวเราะก๊าก แล้วถามว่า

“เธอไม่ได้คิดถึงเรื่องอื่นนอกจากเรื่องกินเลยหรือไง ฉันไม่ได้พูดเรื่องแซนด์วิชสักหน่อย แต่หมายถึงเรื่องเรียนนะ วิชาไหนที่เธออ่อน”

ไอโนราโต้หน้าแดง หัวเราะพึ่นๆ แล้วตอบว่า

“สังขยาหน้าละ”

“วิชาเลขนะหรือ อ้อย ง่ายจะตาย ก็แค่ต้องรู้หลักเท่านั้น”

แล้วเธอก็ได้โอกาสเทศนาเขาเกี่ยวกับความจำเป็นที่ต้องทบทวนตำราให้ทัน ถ้าอยากประสบความสำเร็จในอนาคต แถมยัง



เสนองจะช่วยสอนคณิตศาสตร์ให้ ถ้าเขาอ่อนวิชาที่ที่สุด เบโรนิก้าอบรมยียดยาวนานเบือ จนเบนี่ได้กล่าวโอโนราโต้คงด่ากลับแน่ แต่เด็กชายกลับก้มหัว และพึมพำว่า

“ก็ได้”

เรื่องทั้งหมดดูวุ่นๆ ครูพลศึกษาในวันก็ยิ่งเข้มงวดกับการฝึกซ้อม เพราะนี่ก็เดือนพฤษภาคมแล้ว และการแข่งขันกีฬา ระหว่างโรงเรียนจะมีขึ้นในเดือนมิถุนายน แต่ในขณะที่เดียวกันครูวิชาอื่นๆ ก็ไม่ได้เข้มงวดน้อยไปกว่าครูพลศึกษาสำหรับการสอบปลายภาค ยิ่งไปกว่านั้น เบนี่ได้ยังตกอยู่ในสภาพที่มีไอโนราโต้ติดเป็นตังเมตลอดเวลา ไทจนจะซ้อมวิ่ง ไทจนจะอาหารว่างแล้วยังตีวพิเศษต่างๆ ที่พี่สาวเขาสอนให้ เบนี่ได้จึงไม่อาจสลัดไอโนราโต้ทิ้งได้

ที่แย่งก็คือว่าทุกคนดูจะดีใจกับ

พัฒนาการของไอโนราโต้ ยกเว้นตัวเอง เพราะไอโนราโต้ยังคงชอบเปิดเผยการกับเขา แม้บางครั้งเด็กชายจะรู้สึกสงสารไอโนราโต้ก็ตาม วันหนึ่งไอโนราโต้ทำตัวน่าเบื่อมาก เขาว่าเบนิโต้หัวอ่อนและชีวิตในภายหน้าจะลำบาก เบนิโต้จึงซังกะตายตอบเขาว่า

“แล้วนายละ นายจะไม่แยءเลยหรือไง”

“ชีวิตฉันนะมันแยءอยู่แล้ว” ไอโนราโต้ตอบปลงๆ ด้วยน้ำเสียงที่ต่างไปจากปกติของเขา จนทำให้เบนิโต้สะเทือนใจ

“เออ น้า!” เขาลำนึกผิดที่เป็นคนเริ่ม ไอโนราโต้สภคคำที่ให้คำจำกัดความชีวิตเสียงเครื่องของเขา แล้วทั้งคู่ก็วิ่งต่อไปเรื่อยๆ

นิสัยชอบสภคนี้เองทำให้เกิดเรื่องวุ่นวายขึ้น ทั้งๆ ที่เบนิโต้ตัดสินใจแน่วแน่ว่าจะมองเพื่อนที่เขาไม่สามารถหลีกเลี่ยงคนนี้ได้ด้วยมุมมองใหม่

วันนั้นไอโนราโต้หลุดคำที่รุนแรงกว่าคำสภค เป็นประเภทคำดูหมิ่นพระเจ้า ซึ่งอันที่จริงเขาแยกไม่ออกหรือว่าต่างกันอย่างไร หลังกินของว่าง เบโรนิก้าอธิบายใจห้เลขอยู่ที่โต๊ะตัวเดิม เผอิญว่าไอโนราโต้คิดคำตอบได้ด้วยตัวเอง จึงดีใจมากและสภคคำดูหมิ่นพระเจ้าออกมา ที่จริงก็เป็นคำที่คนเขม้กั้ใช้กัน แต่เบโรนิก้ารับไม่ได้จึงดูเขาทันทีว่า

“อย่าพูดแบบนี้ทีนี้ละ อันที่จริงไม่ว่าจะที่นี่หรือที่ไหนก็ไม่ควร”

แล้วก็เลิกสอน ตอนแรกไอโนราโต้ทำทางจะเอาเรื่องซึ่งเบนิโต้รู้ดี เพราะเขาเคยกลัวว่าไอโนราโต้จะระเบิดออกมาไม่เวลาใดก็เวลาหนึ่ง จากนั้นเขาก็หน้าแดงและทำท่าคล้ายกับว่าไม่สนใจเรื่องที่เกิดขึ้น แต่เขาหายหน้าไปสองวัน ไม่ยอมมาซ้อมวิ่งในสวนสาธารณะ และที่โรงเรียนเขาก็พยายามหนีหน้าเบนิโต้ วันที่สามซึ่งต้องไปสนามกีฬาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งสองจึงพบกัน แล้วไอโนราโต้ก็ว่า

“ฉันไม่ไปกินของว่างบ้านนายแล้วละ พี่สาวนายโกรธฉัน”

“อีอัม” เบนิโต้ไม่พูดมาก

“ก็ฉันไม่รู้นี่หว่า”

“อีอัม” เบนิโต้ซ้ำคำเดิม โดยไม่ถามว่าอะไร คือสิ่งที่เขาไม่รู้

“แค่นี้แหละ” ไอโนราโต้ว่า

เบนิโต้แน่ใจว่าเรื่องคงจะจบลงและไอโนราโต้ก็คงไม่คิดจะกลับไปกินของว่างที่บ้านเขาอีก ซึ่งก็เป็นเรื่องน่าโล่งใจสำหรับเขา แต่ไม่รู้เพราะเหตุใดเขาจึงตอบไปว่า

“เบโรนิก้าไม่ว่าอะไรหรอกที่นายพูดแบบนี้” เขาโกหก “เธอพูดแทนแม่ล่ะ เพราะแม่จะทนฟังคำพวกนี้ไม่ได้”

“ก็ฉันไม่รู้นี่นา” อีกฝ่ายแก้ตัว

“ฉันว่านายกลับมาใหม่ได้” เบนิโต้แสดงความเห็น

“อย่างน้อยก็มาวิ่งไง”

“ก็ไม่ได้”

เรื่องการวิ่งดูจะเข้มข้นขึ้นทุกที ทั้งเบนิโต้ โอนิราโต้และเอล อาอิวิต้าต่างทำเวลาได้ดี ครูพลศึกษาย้ำว่า “ถ้าพวกเธอตั้งใจจริงล่ะก็ มีหวังได้ขึ้นรับรางวัลนะ” และเบนิโต้ก็มองเห็นตัวเองขึ้นไปอยู่บนแท่นเรียบริ่อย โดยมี โอนิราโต้ยืนดูด้านขวาและเอล อาอิวิต้าอยู่ด้านซ้าย อาจใช้หรือไม่ใช้ก็ได้ เพราะหลังๆ มานี่ค่อนข้างชัดเจนว่า ถ้าพวกเขาทั้งหมดวิ่งนำในทางตรงสุดท้าย คนที่จะไปถึงเส้นชัยจะเป็นโอนิราโต้ “มันก็ธรรมดา” ครูพลศึกษาปลอบ “เขาอายุมากกว่าเธอตั้งสองปี ดังนั้นเขาจึงมีแรงมากกว่า เธอสบายใจเถอะ” แล้วครูก็ว่าพวกเขาต้องซ้อมด้วยกันต่อไปเป็นทีม เพื่อว่าวันหนึ่งเมื่อถึงเวลาที่เหมาะสม ก็จะมีวิ่งตามยุทธวิธีที่วางไว้

เอล อาอิวิต้าเป็นแขกมัวร์อารมณ์ดี และขยันขันแข็งมาก เขาฝึกซ้อมในสวนสาธารณะกับเพื่อนร่วมชาติแถวบ้าน เวลามาซ้อมที่สนามกีฬาเขาพูดว่า “ฉันไม่สนเรื่องวิ่งตามยุทธวิธีหรืออะไรทั้งนั้น ถ้าเอาชนะได้ฉันก็จะเอาชนะ” โอนิราโต้สนุกกับเรื่องของแขกมัวร์คนนั้นมาก เขามักจะล้อเลียน แก่ลิ่งซัดซา แต่หัวเราะไปด้วย เบนิโต้รู้สึกว้าว โอนิราโต้ไม่ได้ทำหน้าที่ยวนกวนประสาทอย่างเมื่อแรกที่เขารู้จัก และเรื่องที่ทำให้เขา

แปลกใจมากก็คือสิ่งที่ครูมอนโซ่บอกเขาในวันหนึ่งว่า

“เธอทำดีมากเลย พ่อหนุ่ม”

“แต่วันนี้ผมวิ่งไม่ค่อยดีเลย” เบนิโต้แปลกใจ เขารู้สึกเหนื่อยอาจเป็นเพราะซ้อมมากเกินไป

“ไม่ใช่ ไม่ใช่” ครูอธิบาย “ครูไม่ได้พูดถึงเรื่องวิ่ง เธอก็รู้ว่าครูหมายถึงอะไร”

และเพื่อคลายข้อสงสัยครูจึงเสริมว่า “พี่สาวเธอก็ทำดีมากเหมือนกัน”

— ๑๐ —



เบรินีก้าวางตัวดีมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันแรกที่โอนิราโต้กลับมาวิ่งในสวนสาธารณะอีกครั้ง เธอคอยเด็กชายทั้งสองอยู่ที่ประตูทางเข้าตี๊ก และพูดกับโอนิราโต้ว่า

“เออละ หนู่มน้อยคนดี มากินของว่างกัน สงสัยว่าเราต้องระวังคำพูดกันหน่อยแล้วละมัง”

วันนั้นเอง เบนีได้เข้าใจแจ่มแจ้งว่า เบโรนิก้ามีอิทธิพลต่อโอโนราโต้ เพราะเขากระตือรือร้นที่จะทำให้เบโรนิก้าพอใจถึงขนาดยอมกินแซนด์วิชเพียงอันเดียวเพื่อให้ดูเป็นผู้ดี และเมื่อเบโรนิก้าเริ่มสอนเลขคณิต เขาก็จ้องมองและตีมดากับคำพูดทุกคำของเบโรนิก้าจนเธอต้องเรียกสติเขากลับคืนมา

“นี่เธอมานั่งจ้องหน้าฉันทำไม ไอ้ที่ต้องดูนะคือหนังสือ”

โอโนราโต้หน้าแดง เบนีได้คิดว่า ‘เจ้าวายร้ายนี่มันบังอาจมาแอบหลงรักพี่สาวเราหรือนี่’ เด็กชายไม่ประหลาดใจที่มีผู้ชายหลายคนมาหลงรักพี่สาวเขา เพราะถึงแม้เธอจะเวอร์ไปบ้างในเรื่องชอบช่วยเหลือชาวบ้าน แต่เธอก็เป็นคนอภัยง่ายดีมากและยังสวยอีกด้วย ทว่าสำหรับกรณีนี้ เขารู้สึกว่ามันไม่เหมาะสมด้วยเหตุผลหลายประการ ยิ่งไปกว่านั้นเบโรนิก้าก็อายุมากกว่าโอโนราโต้ตั้งสองปี แต่ถ้าเขาชอบผู้หญิงอายุขนาดแม่ของการล่ะก็ได้ ก็ย่อมเป็นเหตุเป็นผลที่เขาจะชอบผู้หญิงซึ่งมีอายุมากกว่าเขาเพียงนิดเดียว

ไม่ต้องสงสัยเลยว่าเขาต้องชอบเบโรนิก้า เพราะเมื่อเธอสอนเสร็จก็เทศนายืดยาวต่อว่าทำไมจึงพูดคำสบถอย่างนั้นไม่ได้ เพราะ

มันเป็นการลบหลู่ความเชื่อของผู้อื่นและโอโนราโต้ก็ได้แต่ก้มหน้าฟังเท่านั้น

“เธอว่าแม่เธอจะชอบหรือที่ได้ยินเธอพูดแบบนี้” เบโรนิก้าจบการเทศนา

โอโนราโต้ทำหน้าสำนึกผิด แม้เขาจะเชื่อว่าแม่เองก็พูดอย่างนี้เหมือนกัน เขายอมรับสิ่งที่เบโรนิก้าอบรมเขา แต่เด็กชายมาสารภาพภายหลังกับเบนีได้ว่า

“นี่เบนีได้ ฉันไม่ค่อยรู้เรื่องที่เบโรนิก้าพยายามจะอธิบายเท่าไรนักหรอก นายช่วยอธิบายให้ฉันฟังอีกทีนะ”

และที่ยิ่งมหัศจรรย์ขึ้นไปอีก ก็เมื่อเขาเสริมว่า

“และถ้านายเห็นฉันทำอะไรไม่เข้าท่าล่ะก็บอกฉันเลยนะ”

เบนีได้วิตกกังวลกับท่าทีที่เปลี่ยนแปลงของโอโนราโต้ จึงเตือนพี่สาวว่า

“พี่ไม่ต้องเป็นห่วงเป็นใยดูแลเขามากเกินไปหรอกนะ ผมว่าเขาแอบหลงรักพี่แล้วละ”

“งั้นหรือ” เธอว่าพลางพยายามปิดบังความพึงพอใจ “เธอไม่ต้องห่วงหรอก เดี่ยวเขาก็เลิกไปเอง มันเป็นวัยของเขา”

เบนีได้ก็ไม่ได้แปลกใจอะไรนักเพราะเป็นที่รู้กันตั้งแต่สมัยอยู่ต่างจังหวัดแล้วว่าเธอชอบให้มีคนมาชื่นชม ยิ่งกว่านั้นมันเป็นเรื่องที่ออกจะจำเป็นเลยทีเดียวถ้าหากเธอจะมีโอกาสเป็นนักแสดง และทันใดนั้นเองเธอก็

สารภาพเรื่องน่าประหลาดใจเป็นอย่างยิ่งว่า

“พี่ก็เคยเป็น แม่ตอนนี้เธอจะเห็นพี่
ปกติดี”

“เกิดอะไรขึ้นกับพี่ละ”

“ก็พี่เคยแอบหลงรักครูโรเบิร์ตนี่สิ
แม้ว่าครูจะอายุมากกว่าพี่ตั้งเยอะ แต่มันก็
ผ่านไปแล้วละ”

“งั้นหรือ”

“ก็อย่างที่พี่บอก มันเป็นเรื่องของวัยนะ”
แล้วทันใดนั้นเธอก็ทำหน้าที่กึ่งกังวลกึ่ง
ยินดีและบอกเบนิได้ว่า

“เธอไม่มีทางคิดออกเลยว่า ครูโรเบิร์ตได้
นะไปติดพันใครอยู่”

เบนิได้ส่ายหน้า เบโรนิกำลังกำซบให้
เขาสาบานว่าจะไม่บอกใคร แล้วจึงกล่าวแก่
น้องชายว่า

“ก็อเดล่าไง”

“อเดล่าหรือ” เบนิได้แปลกใจและไม่
ค่อยเข้าใจนัก

“ใช่ อเดล่าแม่ของไอโนราต์ไง”

นี่เป็นเรื่องที่เบนิได้คิดไม่ถึงจริงๆ แต่
ถ้านึกทบทวนดูให้ดีก็จะเห็นว่า ครูโรเบิร์ตได้
ไปที่สนามกีฬาบ่อยๆ เพื่อพูดคุยกับไอโนราต์ได้

“แต่ครูไม่ยอมรับ” เบโรนิก้าพูดต่อ

“และอ้างว่าครูอยากจะช่วยอเดล่าแก้ปัญหา
รวมทั้งช่วยไอโนราต์ด้วย ก็ครูโรเบิร์ตนี่แหละ
ที่ขอให้พี่ช่วยสอนเลขให้ไอโนราต์ได้”

เบนิได้พูดอะไรไม่ออก ได้แต่พิศวง
งงงวยกับเรื่องยุ่งๆ ที่เกิดขึ้นต่อหน้าโดยเขา
ไม่รู้เรื่องอะไรเลย

“แต่ทุกคนสังเกตได้ว่าเวลาที่ครูไป
เยี่ยมอเดล่า เขากลายเป็นคนละคน นี่ยังไม่
พูดถึงอเดล่านะ บางครั้งพอพวกเราไปกับครูไป
หอพักสำนักซีที่เธอรักษาตัวอยู่ อเดล่าเห็น
ครูก็หน้าตาอึมเิบ แต่ตอนนี้ครูแอบหนี
พวกเราไปคนเดียว ทั้งที่เมื่อก่อนอยากให้
พวกเราไปด้วย ครูพาอเดล่าไปเดินเล่นราว
กับเป็นคู่รักกัน และบรรดาแม่ซีก็ยินดีเพราะ
พวกท่านบอกว่าการที่จะให้ผู้ติดยาก้าวไป
ข้างหน้าด้วยดีนั้น สิ่งสำคัญที่สุดคือต้องมี
เป้าหมายในชีวิต”

ในที่สุดเบนิได้ก็เพิ่งจะมีปฏิกิริยาและ
ถามว่า

“ก็ครูมีแฟนอยู่ที่เกาะคานารี เตรียม
จะแต่งงานด้วยไม่ใช่หรือ”

“ใครว่า” เบโรนิก้าตอบพลางหัวเราะ
“มันเป็นเรื่องที่ครูกู้อื่น เพื่อไม่ให้เด็กสาวๆ
มีความหวัง”

เบนิได้รู้สึกชีวิตช่างเป็นเรื่องแสน
ลึกลับและก็อย่างที่ไอโนราต์บอกซ้ำหลายครั้ง
ว่า เขาเป็นไปก่อนที่ไมรู้เรื่องอะไรเลย

วันต่อมาซึ่งต้องไปฝึกซ้อมในสวน
สาธารณะ เขาตัดสินใจเลิกเป็นไปก่อนที่ไมรู้
เรื่องอะไรเลย เขาพูดกับไอโนราต์ราวกับรู้

เรื่องที่ว่า

“ฉันได้ข่าวว่าแม่หนายกำลังไปได้ดี และ
ครูโรเบิร์ตก็ดีใจมาก”

เบนนี่ตอบเช่นนั้นเพราะคิดว่าโอโนราได้
คงอยากรู้ และเขาก็อยากอวดว่าตนเองรู้เรื่อง
ชาวบ้านกับเขาเหมือนกัน โอโนราได้ทำหน้าที่
แปลกๆเพราะเขาไม่เคยพูดคุยกับเบนนี่ได้ถึง
เรื่องแม่ของเขา เด็กชายยังคงวิ่งต่อไปและ
หายใจลึกๆ แต่ในที่สุดก็พูดว่า

“เบโรนี่กำบอกนายใช่ไหม”

เขาหายใจลึกๆ อีกหลายครั้ง และ
หอบฮักๆ เมื่อขึ้นเนินเขา

“โรเบิร์ตเป็นครูโคตรดีเลย แม่ฉัน
ก็ด้วย”

แล้วเขาก็พูดไม่หยุดตลอดการวิ่ง แม่เขา
เป็นคนวิเศษ เธอไม่มีความผิดอะไรเลย
เพียงแต่อาภัพอัปโชค ส่วนเรื่องพ่อนั้นเขายัง
ไม่อยากจะพูดถึง เพราะแทบจะไม่รู้จัก แต่
เรื่องเลวร้ายที่สุดที่พ่อได้ทำไปนั้นก็ทำให้ต้อง
ได้รับโทษอยู่ในคุกแล้ว ส่วนครูโรเบิร์ตก็เป็น
ผู้ชายโคตรดี ครูสัญญาว่าจะหาพาร์ทเมนท์
ให้เมื่อแม่ออกจากหอพักสำนักซี พวกเขาสอง
แม่ลูกจะได้ไม่ต้องกลับไปอยู่ชุมชนแออัดอีก
แม่โอโนราได้ก็บอกว่าขอเพียงได้ออกจาก
ชุมชนที่เป็นราวกับขุมรกรกนั้นเถอะ เธอพร้อม
จะยอมทำทุกอย่างแม้จะต้องไปถูกฟันก็ตาม

เขาวิ่งไปคุยไปราวกับว่าการเล่าเรื่องนี้

ให้พลังแก่เขาเป็นอย่างยิ่ง เขายังขอยกเท้าถึ
ขึ้นจนเบนนี่ได้หอบและร้องว่า

“อย่าวิ่งเร็วนักสิพวก”

“ทำไมล่ะ ฉันขอทำนายวิ่งจนถึงทาง
ออกเลยแหละ”

ทั้งสองวิ่งแข่งและผลออกมาชัดเจนว่า
โอโนราได้สามารถเอาชนะเขาได้อย่างง่ายดาย
โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยยุทธวิธีแต่อย่างใด

“ฉันว่าจะทุ่มฝึกเอาดีทางนี้ ครูมอนโซ่
บอกว่าไม่จำเป็นจะต้องเก่งขนาดนักวิ่ง
เหรียญทองอย่างเฟร์มิน เกาโซ่ แต่เราก็
สามารถหาเลี้ยงชีพได้อย่างดีด้วยการวิ่ง ลอง
นึกภาพดูสิว่า ไอ้เจ้าคนที่พิชิตเหรียญทอง
โอลิมปิกที่ซิดนีย์ได้จะได้เงินตั้งสิบเอ็ดล้านกว่า
เปเซต้าซึ่งเป็นเงินจำนวนมหาศาลทีเดียว”

“ก็ใช่” เบนนี่ตอบรับ “แต่มันยาก
ที่สุดที่จะได้มา”

“แล้วมีอะไรล่ะพวก ที่ไม่ยากในชีวิตนี้”
โอโนราได้ให้เหตุผล “สำหรับนายนะคงไม่
เท่าไร เพราะนายมีครอบครัวโคตรเจ๋ง
และนายก็สามารถเรียนจนจบมหาวิทยาลัยได้
แต่ฉันล่ะ!”

“นายก็...”

“ฉันก็ไม่มีทาง ฉันจึงอยากวิ่งมากกว่า
เพราะฉันก็ชอบด้วย ครูมอนโซ่บอกว่าแม่ฉัน
จะไม่ได้เป็นซูเปอร์แชมเปียน ฉันก็อาจจะ
เป็นครูสอนพลศึกษาเหมือนเขาได้ นายลอง

คิดดูสิ”

สิ่งสุดท้ายที่เบนีโต้จะคิดได้ก็คือคิดว่า โอนิราโต้เป็นครู แต่เขากลับพยักหน้ายืนยัน และเรื่องก็ยุติลง ทว่าก็เป็นเพียงช่วงสั้นๆ เพราะเรื่องราวต่างๆ กลับพลิกผันรุนแรงดู พายุทอร์นาโด ดูราวกับไม่ใช่ชีวิตจริง



ปีนั้นฤดูใบไม้ผลิอากาศเย็นสบาย ฝนตก ชุก ทำให้พื้นดินชุ่มฉ่ำอุดมสมบูรณ์ ดอกไม้บานานาชนิดซึ่งไม่เป็นที่รู้จักนักแต่มีน้อย ความงาม บานสะพรั่งสองข้างทาง

ที่โรงเรียน นักเรียนพูดกันถึงเรื่องการ สอบและเรื่องรักๆใคร่ๆ แต่ดูจะเน้นเรื่อง หลังมากกว่า ยกเว้นพวกนักกรีฑาซึ่งพูดถึง แต่การแข่งขันโอลิมปิกโรงเรียนซึ่งใกล้เข้ามาทุกที

เบนีโต้ตั้งขนาดโต้วตรองว่าจริงไหมที่เขาหลงรักการ์ล่าเพื่อจะได้ไม่น้อยหน้าคนอื่น

การ์ล่านั้นสวยมากและยังคงซุ่มวิ้ง แต่เพื่อให้เอ็นโดรฟินหลังไปเพิ่มความชุ่มชื้นแก่ผิวพรรณ และเพิ่มความงามโดยทั่วไปเท่านั้น เธอไม่ได้คิดจะเข้าร่วมการแข่งขันกีฬา ระหว่างโรงเรียนแต่อย่างใดเพราะไม่พร้อมที่จะฝึกซ้อมอย่างหนัก ดูเหมือนว่าเธอจะได้ความคิดนี้มาจากแม่ซึ่งในตอนนี้อยู่ตลกมาก เพราะห้องกลมใหญ่ แต่ผิวเป็นของโยเซนิดที่ ไม่จำเป็นต้องให้เอ็นโดรฟินช่วย เมื่อเบนีโต้ คุ่นเคยกับแม่ของการ์ล่า เขามั่นใจว่าเธอคงมี โอกาสเป็นมิสสเปนแน่นอน หากเปเป้นักดับเพลิงไม่เข้ามาขวางทางเสียก่อน

เบนีโต้เองไม่ค่อยอยากจะลงแข่งเพราะ รู้สึกว่าบทบาทของตัวเองเป็นรองในการแข่งขัน กีฬา ระหว่างโรงเรียนที่โด่งดังนี้ โอนิราโต้ลี น่าครั้นคร้าม เขาพร้อมจะฝึกซ้อมทุกอย่างที่ ต้องฝึกและมากกว่านั้นอีกก็ยิ่งได้ และเอล อาวิต้าก็ไม่น้อยหน้าเพราะเขาอยากเป็น นักวิ่งอาชีพเมื่อโตขึ้น ครูมอนโซไม่อาจปิดบัง ความเอาใจใส่ต่อทั้งสอง และยังหารองเท้าวิ่ง พื้นตะปูมาให้ฟรีอีกด้วย ส่วนเบนีโต้ั้นพอ ของเขาเป็นผู้ซื้อให้ ในการฝึกซ้อมครูก็พุ่ง ความสนใจไปที่พวกเขาและพูดกับเบนีโต้ เหมือนเช่นเคยว่า หากพวกเขาทั้งสามคน เข้ารอบสุดท้าย เบนีโต้ต้องวิ่งนำในตอนแรก เพื่อให้โอนิราโต้และ เอล อาวิต้าได้อยู่ ตำแหน่งที่ดีในทางตรงสองร้อยเมตรสุดท้าย

ก่อนเข้าเส้นชัย

มันเป็นความลำเอียงที่เห็นได้ชัดเจน ขนาดโอโนราโต้ต้องปลอมใบเบนิโต้ซึ่งรู้สึกประหลาดใจมากว่า

“อย่าเง่ไปหน่อยเลย ไม่ต้องไปสนครุมนิโศหรือ นายก็วิ่งของนายไปสิ แล้วให้คนที่เก่งที่สุดชนะไป”

โอโนราโต้หมายความว่าเช่นนั้นจริงๆ เพราะเขามั่นใจว่าคนที่เก่งที่สุดคือเขาเองซึ่งดูได้จากกรซ้อม แต่เขาก็ยังมีน้ำใจ โดยเฉพาะเมื่อพิจารณาว่าสองสามเดือนก่อนหน้านี้ โอโนราโต้ยังคงคอยข่มขู่เบนิโต้อยู่เลย จนถึงขนาดว่าเขาต้องขออัครราชย์จากแม่พระให้ โอโนราโต้จมจ่อมอยู่กับปัญหาในชุมชนแออัดของเขา และขอให้ไม่สามารถกลับมาเรียนที่โรงเรียนได้อีก มาขณะนี้เบนิโต้รู้สึกละอายใจ เมื่อนึกถึงเรื่องนั้น และเมื่อเขาสารภาพกับพี่สาว เธอก็ปลอบว่า “เธอขอให้แม่พระทำอัครราชย์และพระนางก็ให้เธอ แต่ในรูปแบบของพระนางเอง นั่นหมายความว่าให้ดีกว่าที่เธอขอเพราะแม่พระทำสิ่งที่ดีกว่าเสมอ”

ด้วยเหตุนี้เบนิโต้ถึงชอบพี่สาวของเขา เพราะเธอมักจะมาคอยตอบให้แก่เรื่องสำคัญๆ เสมอ ดังนั้นเขาจึงเล่าเรื่องส่วนตัวทั้งหมดให้เบโรนิก้าฟัง ยกเว้นเรื่องการ?ล่า เพราะเขารู้ว่าจะได้คำตอบอย่างเดิมคือ “มันเป็นเรื่องของวัย” อย่างไรก็ตามเวลาเบโรนิก้าอยู่บ้าน

เธอดูเป็นธรรมชาติกว่ามาก เพราะเมื่ออยู่นอกบ้าน เธอมักจะทำตัวเหมือนนักแสดงที่เธออยากเป็น ความคิดอยากเป็นนักแสดงส่งเคราะห์ก็ดูเหมือนจะเลือนหายไปแล้วตั้งแต่เธอรู้สึกว่าการเบโรนิก้าไม่ใช่คนที่น่าหลงใหล คลั่งไคล้ขนาดนั้น มีหน้าซ้ำบ้างครั้งเธอยังวิจารณ์เขาด้วย เมื่อเบนิโต้บอกว่าครุโรเบโรโต้ไปสนามกีฬาบ่อยๆ เพื่อคุยกับโอโนราโต้ เบโรนิก้าก็พูดเสียดสีว่า

“เขาพยายามขึ้นชมนักบุญด้วยการบูชาแทน”

“แล้วมันแปลว่าอะไร” เบนิโต้สนใจถาม

“ก็แปลว่า เขาพยายามแสดงความเป็นพ่อและปฏิบัติต่อลูกชายด้วยความอ่อนโยน เพื่อจะจีบแม่”

นั่นหมายความว่าโอโนราโต้คือแทนและแม่ของเขาคือนักบุญ ซึ่งกรณีนี้ทำให้เบนิโต้แปลกใจมากเพราะครุโรเบโรโต้มีชื่อเสียงดียิ่งในตอนที่แม่ของโอโนราโต้เป็นผู้หญิงติดยาน่าสงสาร

“ไม่ใช่อย่างนั้น” เบโรนิก้าให้เหตุผล “อเดล่าเป็นผู้หญิงมีระดับและมีเสน่ห์ที่เดียว ถ้าเธอเห็นแม่ของโอโนราโต้ตอนนี้ล่ะก็ เธอไม่มีทางจำได้เลย”

“แล้วครุโรเบโรโต้ล่ะ” เบนิโต้อยากรู้

“ครุโรเป็นคนน่ารัก แต่ออกจะเพ้อฝันไปหน่อย เอาเถอะ แล้วเรามาคุยกันว่าเรื่องจะจบยังไง”

ปลายเดือนพฤษภาคมเป็นช่วงที่หลายสิ่งหลายอย่างใกล้จะสิ้นสุดลงไม่ว่าจะเป็นการบำบัดแม่โอโนราได้ การปิดภาคการศึกษา หรือการแข่งขันกีฬาระหว่างโรงเรียนที่โด่งดัง เบนินได้อยากให้ปิดเทอมเสียทีเพื่อจะได้กลับบ้านต่างจังหวัด และเล่าให้ลูกพี่ลูกน้องเขาฟังพร้อมกับโอตควรวญเรื่องต่างๆ แต่ก็ไม่มากนักเพราะอันที่จริงเขาก็ชอบกิจกรรมทั้งหลายในเมือง ซึ่งมีเรื่องราวใหม่ๆ อยู่เสมอเหมือนกัน และเรื่องใหญ่ที่สุดกำลังจะตามมา

ตอนเย็น ขณะซ้อมวิ่งกันในสวนสาธารณะเหมือนเช่นเคย โอโนราได้ก็บอกว่า

“พรุ่งนี้แม่ฉันจะออกมาแล้ว”

“โอ โยดไปเลยพวก”

ทั้งสองหายใจหอบแรงๆ ขณะวิ่งขึ้นเนิน ซึ่งเป็นเนื้อที่ส่วนน้อยของการซ้อมวิ่งที่เบนินได้ผู้มีน้ำหนักน้อยกว่าได้เปรียบ

“ก็ใช่” โอโนราได้รับ แต่ดูไม่มั่นใจนัก

พวกเขาหอบมากขึ้น แล้วเบนินได้ก็ถามว่า

“เป็นอะไรไปละ น้ำเสียงนายไม่ค่อยดีเลยนี่หว่า”

“ฉันกลัว”

“อะไรกัน ทุกคนก็บอกอยู่แล้วว่ามันยอดไปเลย”

“แต่ทำไมไม่รู้หรือว่ามันเป็นยังไง”

“มัน” ในที่นี้คงจะหมายถึงชุมชน เบนินได้จึงให้กำลังใจเขาว่า

“แต่ตอนนี้ฉันยากับแม่จะย้ายไปอยู่อพาร์ทเมนต์ที่ไม่ใช่หรือ”

“ฉันก็หวังว่านั่น”

“เอาน่า ไม่ต้องกลัวหรอก หัดไว้ใจคนอื่นบ้าง” เบนินได้ย้ำและพยายามพูดเลียนแบบพี่สาวเขาในกรณีเช่นนี้ และเพื่อจะให้โอโนราได้ตระปรีกระเปราะจึงทำแข่ง แต่พอแข่งเสร็จโอโนราได้ก็พูดอย่างเดิมว่า

“ยังไงก็ตาม ฉันกลัวว่ะ”

เพื่อให้ความกลัวต่างๆ ของโอโนราได้สัมผัสผล ต้องเกิดเหตุร้ายมากมายหลากหลายจริงๆ มากจนกระทั่งว่าชาวแรกๆ ที่มาถึงโรงเรียนในบ่ายวันนั้นคือ โอโนราได้ติดคุก

ชาวนั้นมาจากเพื่อนๆ ชายหญิงในชั้นเรียนของเขาซึ่งคงเป็นเพราะสับสนและเข้าใจผิดอะไรบางอย่าง ด้วยเด็กพวกนี้เคยถูกโอโนราได้แกล้ง ครั้นนี้จึงพูดไปในทางไม่ค่อยดีว่า

โอโนราได้ติดคุก

“เป็นไปไม่ได้” ครูสอนภาษาอังกฤษว่า

“จะจับเด็กไปติดคุกได้อย่างไรกัน เขายังไม่บรรลุนิติภาวะเลย”

“แต่เขาก็จับแล้วครับ พร้อมยาเสพติดด้วย” เด็กผู้คาบข้าวยื่นยัน

แต่เมื่อเห็นเบนินได้ ครูซึ่งทราบความสัมพันธ์ของเด็กทั้งสองจึงถามเขาว่า

“เธอรู้เรื่องอะไรไหม”

“ไม่ทราบเลยครับ เมื่อวานตอนเย็น
เรายังซ้อมกันอยู่เลย”

“แล้วไง...”

เบนิโต้ดูซีดเขียวจากภายนอกและ
สับสนอยู่ภายใน พูดแต่เพียงว่า

“แล้วก็ไม่มีอะไรนี่ครับ เราวิ่งเหมือน
กับทุกวัน”

เขาหยุดคิดอีกนิดจึงเสริมว่า “เขาว่า
วันนี้แม่เขาจะออกมา”

“แม่เขานั้นแหละอยู่โรงพยาบาล” เด็ก
คนเดิมว่า “รู้สึกจะเสพยาเกิน”

ครูอังเคลส ซึ่งได้รับทุกซ์ทรามาจาก
โอโนราโต้มากที่สุดคนหนึ่งพึมพำว่า

“พระเจ้า ช่างน่าเศร้าจริงๆ” และต้อง
รวบรวมกำลังใจอย่างมากที่จะสอนต่อจนจบ
ชั่วโมง

ทันทีที่สัญญาณกระดิ่งหมดเวลาดังขึ้น
เบนิโต้ก็วิ่งกลับบ้าน เหน้ขึ้นบันไดกลาง
ตะโพนเรียกเบโรนิก้าเสียงดัง เพราะคิดว่า
พี่สาวน่าจะรู้เรื่องนี้ดี หรือถ้าไม่รู้ก็ควรจะ
บอกให้เธอรู้โดยเร็วที่สุด

“เกิดอะไรขึ้นล่ะ พ่อคุณ” แม่ซึ่งนั่ง
ถักไหมพรมอยู่หน้าทีวีสงสัย

“รีบวิ่งมาด้วยเรื่องอะไรกันล่ะนี่ กลับ
มาเร็วเขียว ไม่ต้องซ้อมวิ่งหรือลูก”

“พี่ไม่อยู่หรือครับแม่”

“ไม่อยู่จ๊ะ วันนี้เธอต้องไปซ้อมละคร
กับพวกยิปซี เพราะจะมีการแสดงวันอาทิตย์
นี่แล้ว”

“อ้อ งั้นเดี๋ยวผมมานะครับ”

“จะรีบไปไหนกันล่ะ” แม่สอบถาม

“เดี๋ยวผมกลับมาเล่าให้แม่ฟังนะ” เด็กชาย
ตอบโดยที่ยังไม่แน่ใจเหมือนกันว่าจะเล่าอะไร

แล้วเบนิโต้ก็รีบวิ่งไปยังชุมชนแออัด
ทั้งกระโดด ทั้งวิ่งเท่าที่การจราจรบนท้อง

ถนนและสัญญาณไฟจะเป็นใจ ในหัวมีแต่
เรื่องสับสนจนไม่รู้ว่าจะคิดเข้าข้างไหนดี

ทันใดเด็กชายก็คิดขึ้นว่า “นี่เป็นการซ้อมวิ่ง
เหมือนกัน” แต่แล้วก็คิดว่ามันไม่ถูกต้องเท่าไร

นักที่จะซ้อมวิ่งขณะเพื่อนติดคุก เขารู้สึกไม่
แน่ใจขึ้นมาอีกว่า โอโนราโต้เป็นเพื่อนหรือ

เปล่านั้นเขาไม่จำเป็นต้องทุกซ์ทรามกับโชค
ชะตาของคนที่คิดถึงแต่ตัวเองและก่อเรื่องให้

ผู้อื่น อย่างน้อยก็จนถึงสองสามเดือนมานี้ใช่
หรือไม่ และถ้าตอนนี้โอโนราโต้เปลี่ยนไป ก็

ต้องขอบคุณแซนด์วิชเลิศรสที่แม่ของเขา
เตรียมให้รวมทั้งความเอาใจใส่ของพี่สาวเขา

อย่างไรก็ตามเบนิโต้ก็ยังมีก้อนสะอื้นๆอยู่ที่คอ
ทำให้หายใจลำบากและต้องหยุดวิ่งเป็นระยะๆ

สิ่งที่เด็กชายทุกซ์ใจมากที่สุดก็คือ แม่ของ
โอโนราโต้ต้องอยู่โรงพยาบาลและอาจตายได้

เขาคิดเช่นนั้นเพราะทุกครั้งที่โอโนราโต้พูดถึง
แม่เขาจะกลายเป็นคนละคน เช่นเดียวกับ

เวลาพูดถึงเบโรนิก้า ความแตกต่างก็คือกับเบโรนิก้านั้น โอโนราได้คงทำอะไรไม่ได้ แต่ออเล่แม่ของเขาระวังเขาไปจนชั่วชีวิต อย่างน้อยแม่ทุกคนที่เบนิได้รู้จักก็เป็นเช่นนี้

เบนิได้เคยเพียงแต่ชะโงกมองชุมชนแออัดจากทางด่วนอีกด้าน แต่ก็รู้ว่าจะเข้าได้ทางไหน และเคยเห็นรูปที่พี่สาวเอามาให้ดูเป็นรูปกลุ่มซุ้มละครกับพวกยิปซี

เมื่อวิ่งไปถึงอุโมงค์ใต้ทางด่วน เขาเห็นรถตำรวจ แต่ไม่มีใครพูดอะไรกับเขาจนกระทั่งมาถึงทางเข้าชุมชน

๑๒



ที่ทางเข้ามีรถตำรวจจอดอยู่หลายคัน และเบนิได้ก็ไม่ประหลาดใจ นักเพราะพี่สาวเคยเล่าว่าหลายครั้งที่เธอจะเข้าไปในชุมชน

ตำรวจมักจะซักถามมากมาย พวกเขาคิดว่าเราเป็นพวกเด็กมีเงินที่จะมาซื้อยาหรือเป็นสายส่งยา.....' เธออธิบายด้วยน้ำเสียงตื่นเต้น 'และพวกเขา ก็มักไม่ค่อยเชื่อว่าเราจะไปดูแลพวกยิปซี'

ครั้งนี้เช่นกัน ตำรวจถามเบนิได้ว่าจะไปไหน เบนิได้รู้วิธีแล้วจึงตอบอย่างรวดเร็วว่า

“มาชมการแสดงที่จะเล่นวันอาทิตย์นี้”

“การแสดงหรือ” ตำรวจแปลกใจ “เกี่ยวกับอะไร”

“ละครและเต้นรำ”

“แต่วันนี้คงจะทำอะไรไม่ได้หรอก”

ตำรวจมีท่าทีหวาดระแวงและตำรวจเบนิได้ตั้งแต่หัวจรดเท้า เมื่อเห็นว่าเขาสะอาดสะอาดอันดีจึงแนะนำว่า

“กลับไปบ้านไม่ดีกว่ารี ไอ้หนู วันนี้นี่นี้มีเรื่องยุ่งๆ นิดหน่อย”

“คือว่าพี่สาวผมอยู่ในนั้น เธอเป็นผู้กำกับการแสดง” เบนิได้ชี้แจง

ขณะนั้นตำรวจที่ยศสูงกว่าเดินเข้ามาใกล้ถามว่า

“เกิดอะไรขึ้น”

“เด็กคนนี้จะบอกว่าจะมาด้วยเรื่องการแสดงอะไรนี่แหละครับ”



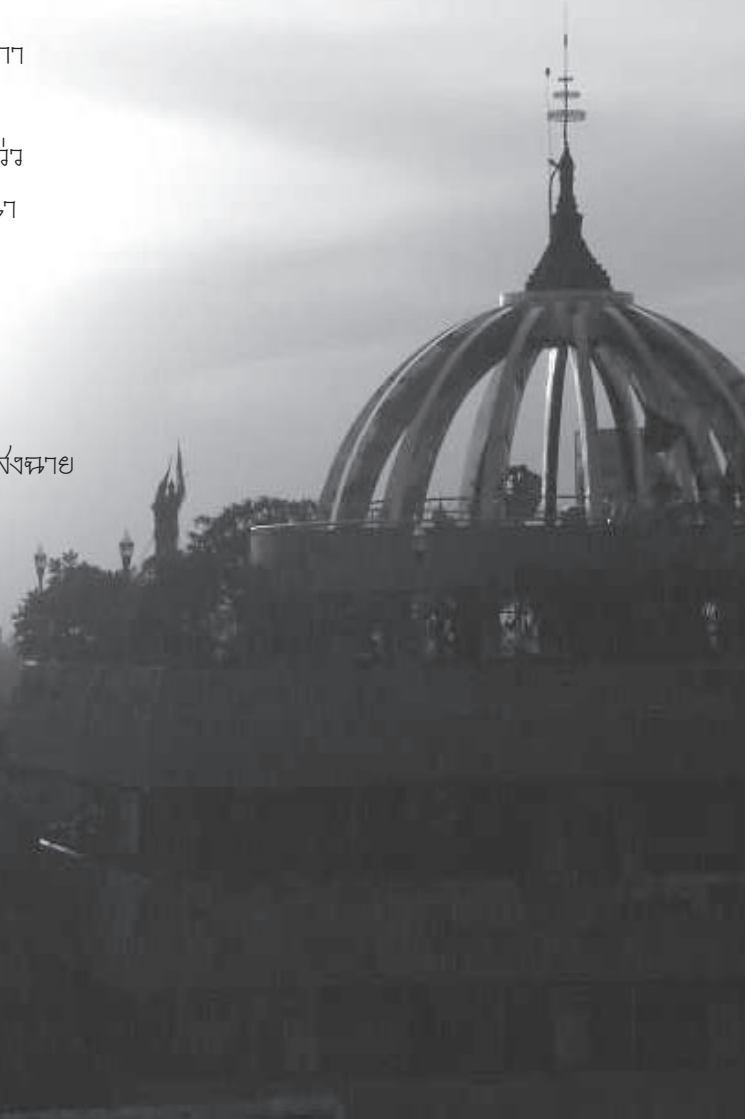
อรุณรุ่งแห่งแกมมัตถุ

หนามรน้ำค้างพวงพชายปสลายยอดตมเฝ้า
เทพธิดาไปชยหยาดเพชรเป็นเม็ดดีไล
ตฤณษรดาติชอุ่มพชวรสอองไ
มาจนวันใหม่คลี่แถบทองฟองนภา

ตุแหว่าแฉ้วฉ่าเซียงเสียงหรวาแฉ้ว
นอปกเน้าแฉ้วเน้าแฉ้วดีเฝฝิตพนา
ทุกเหมม้นตตตพาคู่มา
คือสัสตมูช่ายั้งยี่นมิคินคสาย

สุธิยัณพฉัณฑชาฟ้งฟ้ากว้าง
ยามชุ้งสว่างก่อนช้อนแสงแพตแสงฉาย
ทั้งมวรสชุตาดิกภาพชิบปชระกาย
ฟากเอนโสภอุ่นอกเฝฝระระงัน

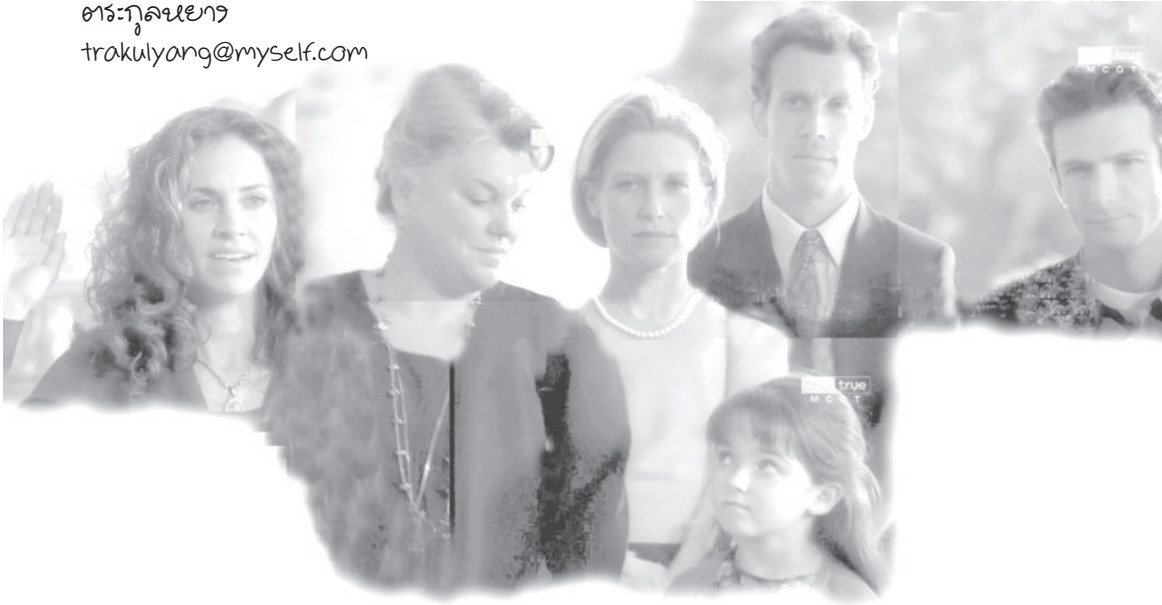
สุชาวดี



คิดตามทง

สาระกฤษณยาร

trakulyang@myself.com



คราวนี้ยังคงเป็นเรื่องผู้พิพากษาเอมี เรื่องนี้มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับผู้คนมากมายที่หมุนเวียนเข้ามาในชีวิตของแม่ น้องชาย และตัวเอมีเอง ทั้งสามคนมีบทบาทเยียวยาความทุกข์ระทมของผู้คนในสังคม เป็นตัวอย่างการทำงานที่คนเขียนบทความนี้อาจจะทำบ้าง ดูหนังแล้วก็ย้อนดูตัวเองว่าถ้าอยู่ในสถานการณ์อย่างนั้น เราจะทำได้อย่างที่เขาทำหรือเปล่า

แมกซัน แม่ของผู้พิพากษาเอมี เป็นนักสังคมสงเคราะห์ที่อุทิศชีวิตช่วยเหลือเด็กด้อยโอกาส ด้วยใจรักและปรารถนาดียิ่งนัก เควินเป็นเด็กโบ้ หูหนวก อายุ ๘ ขวบ พ่อตายเมื่อ ๕ ปีก่อนเดือนก่อนแม่ประสบอุบัติเหตุเสียชีวิต เควินเคยไปโรงเรียน เคยใช้ภาษามือสื่อสารกับคนอื่น แต่แล้วจู่ๆ เขาก็ไม่ไปโรงเรียน ไม่ยอมใช้ภาษามือ เจ้าหน้าที่ที่ดูแลเควินเป็นห่วงว่าเขาจะถูกตัดออกจากโลกภายนอก จึงขอร้องให้แมกซันไปเยี่ยมเควินที่บ้านที่เขาอยู่กับพี่ชายชื่อพอล

ตอนที่เควินกับแม่ประสบอุบัติเหตุ แม่เสียชีวิต เควินอยู่ในโรงพยาบาล พอลอยู่ข้างเตียงน้องตลอดสองอาทิตย์จนน้องออกจากโรงพยาบาลได้ พอลออกจากโรงเรียนเพื่อทำงานเลี้ยงน้องชาย พอลไม่อยากให้หนักสังคมเพราะห้เข้ามาเกี่ยวข้อง เขาอยากปกป้องน้องไม่ให้ถูกเพื่อนรังแกที่โรงเรียน ศาลเห็นว่าพอลดูแลน้องไม่ได้ เพราะเควินขาดเรียน ไม่ไปหาหมอตามนัด บ้านสกปรก แมกซิงกลับเห็นว่าพี่น้องรักกันมากจึงช่วยให้พอลได้ดูแลน้องต่อไป

พอลขอร้องศาลไม่ให้แยกน้องของเขาไป เขาบอกว่า น้องเป็นสิ่งเดียวในครอบครัวเขา เขาพลาดไปในการดูแลน้อง แต่สัญญาว่าจะทำให้ดีขึ้น แมกซิงกล่าวสนับสนุนว่า กองสวัสดิการเด็กไม่ได้ช่วยเหลือพอลเท่าที่ควร และเขาก็รับมือไม่ไหว พอลก็คงไม่รู้ว่ามีสิทธิ์ขอความช่วยเหลือ ตอนนี้เขารู้แล้ว แมกซิงเชื่อว่าเขาดูแลน้องได้นอกจากนี้เควินก็ขออยู่กับพี่ชาย เขาบอกศาลว่า “พี่ชายผมเป็นพี่ที่ดีที่สุดในโลกเขาขงช้อกโกแลตร้อนให้ผมทุกคืน เขาสอนผมให้โยนลูกบอล เขาดูแลผมอย่างดี และเขาก็ต้องการผมด้วย ผมเตือนให้เขาให้อาหารปลา



และตอนนี้มันจะตายหมด ตอนกลางคืนเวลาเขาเศร้ามากๆ ใครจะคอยจับมือเขา ผมเสียใจที่หยุดใช้ภาษามือ ผมไม่อยากให้เด็กอื่นๆ คิด

ว่าผมประหลาด ผมสัญญาว่าจะใช้ภาษามือ
ถ้าคุณให้ผมกลับบ้านไปกับพี่ชายผม ผมคิด
ถึงเขา”

ในที่สุดศาลก็ตัดสินให้พอลดูแลเควิน
ได้ โดยให้กองสวัสดิการเด็กช่วยเหลือ

เด็กอีกคนหนึ่งที่มีจะต้องช่วยเหลือ
คือเอริก ทารกน้อยผิวดำอายุ ๒๓ เดือน ถูก
แม่ทอดทิ้ง พ่อเสียชีวิต เอริกอยู่กับยายจน
อายุได้ ๖ เดือน ยายป่วยหนักด้วยโรคหัวใจ
ครอบครัวเชสซึ่งเป็นคนผิวขาวที่รับเอเลียห์
พี่สาวของเอริกเป็นบุตรบุญธรรมแล้วเมื่อสี่ปี
ก่อน ก็ได้รับอีริกไปอุปถัมภ์ต่อ แต่ยาย
ต้องการดูแลหลานเอง เพราะตอนนี้เธอ
พร้อมทั้งร่างกายและการเงิน สามี่เธอเสียชีวิต
เธอได้รับเงินประกันชีวิตของสามี่ จึงมีฐานะ
การเงินดีขึ้น

ตอนที่ต้องยกเอเลียห์ให้ครอบครัวเชสนั้น
คุณตาป่วย ยายจึงรับหลานมาดูแลไม่ได้ ความสูญเสียทำให้ขมขื่นใจมาก ยายคิดว่าถ้าเอริกได้
เติบโตในสังคมของคนผิวดำ เขาจะได้รับ
ความรักและการดูแลอย่างที่ไม่มีในสังคมคน
ผิวขาว



ส่วนครอบครัวเซสซึ่งรับเอริกมาอยู่กับพี่สาว ๑๗ เดือนแล้ว รักเด็กๆ เหมือนลูกเด็กทั้งสองเรียกพวกเขาว่าพ่อและแม่ ทำให้ความฝันของเขาเป็นจริง เขาให้ลูกอุปถัมภ์ไปโบสถ์คนผิวดำ เรียนในโรงเรียนนานาชาติที่มีวัฒนธรรมหลากหลาย ไม่ให้เด็กต้องมีปัญหาเรื่องความแตกต่างของสีผิว สองคนพี่น้องผูกพันกันมาก ถ้าต้องแยกกันก็จะโหดร้ายมาก

ผู้พิพากษาเอมิกกล่าวว่า

เด็กส่วนใหญ่ที่เข้ามาในศาล ไม่มีใครใส่ใจ แต่คดีนี้ให้โอกาสเราทำสิ่งพิเศษให้เอริก ได้รับสิ่งที่ดีที่สุดของทั้งสองโลก และถ้าคุณมุ่งมั่นเท่าความจริงใจที่จะให้สิ่งที่ดีที่สุดแก่เอริก ฉันเสนอให้ประนีประนอมกัน ฉันให้สิทธิ์ดูแลเด็กกับครอบครัวเซส โดยให้คุณขยายไปเยี่ยมได้ประจำ หลังการรับเลี้ยง ศาลคิดว่าเอริกเป็นเด็กโชคดีที่มีคนมากมายรักเขาและอยากมีบทบาทในชีวิตเขา

ในฐานะคนดูแล เราอาจคล้อยตามเอมีว่าเอริกจะมีชีวิตที่อบอุ่นและมั่นคงในครอบครัวเซส ขณะเดียวกันก็ยังได้รับความรักและความสัมพันธ์จากคุณยายที่มีสายเลือดเดียวกัน แต่รัฐฯ ผู้ช่วยของเอมี ซึ่งเป็นคนผิวดำ เขา

คิดว่าคำตัดสินของเอมีจะทำให้เอริกสับสนไปตลอดชีวิต เพราะเอริกจะถูกเหยียดหยามจากสังคมคนผิวขาว ซึ่งครอบครัวเซสและเอมีจะไม่มีวันเข้าใจ ถ้าเอริกเติบโตในครอบครัวคนผิวดำที่ต้องอดทนกับการถูกคนผิวขาวกดขี่ข่มเหง เอริกจะได้เรียนรู้วิธีจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของตนเองเมื่อถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม

อีกคดีหนึ่ง โรเบิร์ต เซตวินด์ ถูกพิพากษาว่าฆ่าเจนนิเฟอร์ มาร์ควอดโดยไม่เจตนา เรื่องเกิดขึ้นขณะแก๊งอันธพาลขับรถมาแล้วยิงกราดไปถูกเจนนิเฟอร์ อัยการเสนอให้จำคุกสิบปี ส่วนทนายเสนอให้อยู่ในความดูแลของกองสวัสดิการเด็กสี่ปี

เอมีเมื่อข้ออ้างเดิมๆ ที่เด็กที่ก่อคดีเป็นเด็กกำพร้า ไม่มีครอบครัว ไม่มีแบบอย่างที่ดี เอมีเห็นใจพ่อแม่ญาติพี่น้องของคนที่ถูกฆ่าที่ต้องสูญเสียคนอันเป็นที่รักในครอบครัว และอยากจะได้งานเซตวินด์ให้หนัก แต่เมื่อได้ฟังเรื่องราวของเซตวินด์ เอมีก็ให้โอกาสเขาได้กลับตัว เซตวินด์เป็นลูกสุดท้องมีพี่ ๕ คน พ่อไม่เคยอยู่บ้าน แม่เลี้ยงลูกไม่ไหว จึงส่งไปบ้านอุปถัมภ์ เซตวินด์ย้ายบ้าน ๖ แห่ง เซตวินด์ถูกทารุณทางร่างกายและทาง



เพศในบ้าน ๒ แห่ง วันที่เกิดเหตุ เขายืนอยู่ที่ถนน มีพวกเด็กวัยรุ่นขับรถผ่านมาและชวนเขาไปนั่งรถเล่น เซตวินด์ได้ยินมาว่าจะมีการล้างแค้น ก็เลยอยากดูว่าจะเกิดอะไรขึ้น พอมาถึงที่หัวถนน มีผู้ชายสองคนยืนอยู่ คนในรถก็ยิงปืนออกมาทางหน้าต่างรถ เซตวินด์ไม่ได้เห็นเจนนีเฟอร์ มาร์ควอด และได้เป็นคนยิงด้วย

ในที่สุด เอมี่ก็ตัดสินใจดีโดยกล่าวว่า

ผลกระทบของความรุนแรงมากมายนัก หลายชีวิตถูกกระทบ ชีวิตเด็กเสียไป ความสูญเสียนำความเศร้าโศกมาสู่ครอบครัว เพื่อนๆ คนในชุมชน เด็กหนุ่มกำลังจะถูกศาลตัดสิน ทำให้ชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ศาลอยากบอก

พวกคุณจากใจลึกๆ ว่ารู้สึกแย่ที่เกิดอาชญากรรมแบบนี้ขึ้น เด็กๆ ตายในชั่วพริบตา ความโหดร้ายพวกนี้เกิดขึ้นในเมืองที่ฉันเกิดและโตมา ไม่มีการตัดสินใดๆ จะทดแทนการสูญเสียเจนนีเฟอร์ มาร์ควอดได้ ไม่มีการลงโทษใดๆ จะสาสม เป้าหมายของศาลคือลงโทษอาชญากร ขณะเดียวกันก็ยังหวังว่าเด็กคนนี้จะถูกฟื้นฟูและกลับมาเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม การส่งเซตวินด์เข้าคุกผู้ใหญ่จะลดโอกาสนั้น ศาลจึงสั่งให้เซตวินด์เข้าสถานกักกันเยาวชนเป็นเวลา ๔ ปี

ขณะที่เอมี่กำลังพิจารณาคดีดังกล่าว ที่บ้านก็มีเรื่อง วินเซนต์ถือของที่ซื้อมาจากบ้านของซำ ผ่านมาเห็นผู้หญิงถูกผู้ชายทำร้าย จึง

เข้าไปช่วย ผู้ชายคนนั้นยิงวินเซนต์แล้วหนีไป แมกซีนติดต่อดำรวจที่รับผิดชอบคดีเพราะรู้ว่าถ้าไม่ติดตามตามข่าว ตำรวจก็จะละเลยคดีไป แม้วินเซนต์จะไม่อยากเอาเรื่อง แมกซีนก็ให้เหตุผลว่าการปล่อยผู้ร้ายไป เท่ากับปล่อยให้มีโอกาสไปหาเหยื่อคนอื่นอีก ส่วนเอมีก็ทำหน้าที่วินเซนต์เข้าไปยุ่งเรื่องของคนอื่นวินเซนต์ควรจะช่วยโดยเรียกตำรวจมาจัดการแทนที่จะเข้าไปจัดการเสียเอง

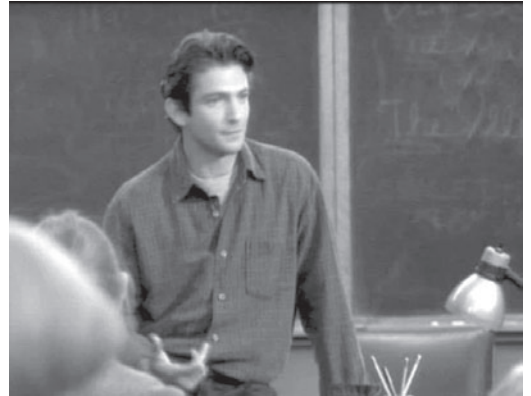
สถานการณ์แบบนี้ที่เอมีและวินเซนต์ประสบ ถ้าเป็นเรา เราจะทำอย่างไร การเอาเรื่องเอาราวคนผิดให้ถึงที่สุดกับการให้อภัยอะไรจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมมากกว่ากัน

ก่อนหน้านั้นวินเซนต์ได้รับเชิญไปสอนศิลปะการเขียนให้นักศึกษาปริญญาโท แต่นักศึกษาไม่สนใจจริงจังนัก ไม่มีใครฝันที่จะเป็นนักเขียน ไม่มีใครใช้เวลาว่างเขียนหนังสือ ไม่มีใครอยากซื้อหนังสือที่วินเซนต์แนะนำให้อ่านคนที่มีความรอบครัวก็อยากจะให้เลิกเรียนเร็วๆ เพื่อกลับไปดูแลครอบครัว บรรยากาศในห้องเรียนทำให้วินเซนต์ไม่อยากจะสอนอีกต่อไป วินเซนต์คิดว่างานประจำทำให้เขาควบคุมชีวิตไม่ได้ เอมีให้ข้อคิดว่าเอมีก็ทำงาน

ประจำเหมือนกัน แต่งานไม่ได้ทำลายชีวิตเธอเลย ปีเตอร์ พี่ชายคนโตก็เต็มใจสืบทอดกิจการบริษัทประกันภัยของพ่อ ทั้งที่ไม่ใครบังคับ แมกซีนเล่าให้วินเซนต์ฟังว่า ตอนที่มหาวิทยาลัยตอบรับให้พ่อเข้าเรียนแพทย์ แม่กำลังท้องลูกชายคนแรก พ่อก็เลยแลกความฝันที่จะเป็นหมอกับความฝันที่จะสร้างครอบครัวที่มีความสุข เพราะพ่อรักลูก จึงหันมาทำงานขายประกันเลี้ยงครอบครัว พ่ออยากให้ครอบครัวมีความสุข อยากให้ลูกมีความสุข

แต่วินเซนต์ก็ยังไม่เชื่อว่าพ่อจะมีความสุข เขาเห็นว่างานขายประกันเป็นงานประจำที่น่าเบื่อ ไม่มีอิสระ แต่เมื่อได้คุยกับปีเตอร์ ปีเตอร์กลับยืนยันว่าตนเองมีความสุขกับงานที่ทำอยู่ เพราะงานของเขาทำให้คนมีความหวังในชีวิต ทุกวันเขาไปพบและช่วยเหลือลูกค้าที่กำลังสูญเสียและหมดหวัง ทำให้ปีเตอร์กลับบ้านด้วยความภูมิใจในคุณค่าของตนเอง

วินเซนต์เป็นตัวอย่างของคนรักอิสระที่คิดว่าคนที่อยู่ในกรอบจะไม่มีความสุข แต่แมกซีน ปีเตอร์ และเอมีล้วนอยู่ในกรอบ



ของระบบสังคมยินดีที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นตามขอบข่ายงานของแต่ละคน

ไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะทำงานแบบอุทิศชีวิต พร้อมกับดูแลครอบครัวให้มีความสุขได้ ครอบครัวของเอมี แม้จะไม่สมบูรณ์แบบ แต่ก็มีความรักมากเหลือเกินกว้างให้สังคมผ่านการทำงานอย่างทุ่มเทเต็มกำลัง ชีวิต

จริงของผู้อ่านดอกหญ้าก็คงเคยได้ยินหรือได้เห็นคนดีๆ ที่น่าประทับใจ หรือที่เคยทำเอง อยากให้ท่านผู้อ่านเล่าสู่กันฟังบ้าง ขอเชิญชวนให้ช่วยกันเล่าเรื่องดีๆ มากๆ จนท่วมทับเรื่องราวๆ ในสังคมให้จมหายไปให้ได้ทีละนิด







๓ ๔ ๕ ๖ ๗

ฉบับนี้ขอเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาบ้านเมืองที่ท่านผู้อ่านเขียนส่งไปกันมากมาย พร้อมกับเสนอวิธีแก้ไขปัญหานั้นนำไปปฏิบัติจริงๆ ใครมีโอกาสเข้าไปทำงานการเมือง อย่าลืมที่เคยคิดไว้นะคะ

ตัวอย่างปัญหาสังคมที่ท่านผู้อ่านเคยประสบ

 ผมเคยรับราชการเป็นเจ้าหน้าที่ปกครอง ระดับล่างกลางสูง ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๑๓ ถึง พ.ศ.๒๕๔๔ เรื่องสำคัญคือ การโกงโดยการกินเปอร์เซ็นต์ จากการบริหารงาน จากการจัดซื้อจัดจ้าง ทุกระดับ ปัจจุบัน ดูเหมือนองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น อบต. ฯลฯ สังเกตจากสื่อหนังสือพิมพ์ โทรทัศน์ ฯ จะมีการฆ่ากันบ่อยๆ เพราะผลประโยชน์จัดแบ่งไม่ลงตัว ขัดขวางผลประโยชน์กัน

๒๖๒๗๖๖ กทม.

 เกือบทุกปีการศึกษาจะมีน.ศ. หญิง ท้องก่อนจบการศึกษา ต้องช่วยกันให้พักการศึกษา ดรออป เพื่อให้กลับมามาเรียนต่อ ในภายหลัง นี่คงไม่นับที่ทำแท้ง กันเอง หรือป้องกันได้ด้วยวิธีอื่น หรือพูดถึงการไปสถานบันเทิง การดื่มสุรา เป็นเรื่องปกติ

๒๓๖๒๗๘



ไปติดต่อราชการแล้วไม่บรรลุนเป้าหมาย ในการไปติดต่อ เพราะเจ้าหน้าที่ไม่อยู่ หรือ มาทำงานสาย และมักพูดไม่ค่อยเพราะ กับผู้ มาติดต่อ

๒๕๖๑๐๐ เชียงใหม่



เห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุตรชายของ กระผมเมื่อเดือนกรกฎาคม ๒๕๔๘ ขณะที่ เขาขึ้นรถครูสอนพิเศษอยู่ที่หน้าตึกเรียน ซึ่ง ติดถนนซอยในใจกลางเมืองของจังหวัดเชียงใหม่ มีชายหนุ่มรุ่นราวคราวเดียวกับมอเตอร์ไซด์มา จอดประชิดตัวและถามขอให้โทรศัพท์มือถือของบุตร ชาย เพื่อโทรหามารดา ซึ่งเพิ่งได้รับอุบัติเหตุ รักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล ด้วยความที่บุตรชายได้ ถูกเลี้ยงดูมา ให้รู้จักเอื้ออาทรต่อผู้ทุกข์ยาก เขาจึงมิได้นึกคิด ว่านั่นคือกลอุบายของเหล่า มิฉฉาชีพ จึงได้มอบโทรศัพท์ทำให้ชายหนุ่มนั้นไป ปรากฏว่าชายหนุ่มนั้น ก็ถือโอกาสฉก โทรศัพท์ไปใช้โดยมิต้องเสียแรงอะไรเลย มัน เกิดอะไรขึ้นกับสังคมไทยเรา คนดีบางคนก็ ไม่อยากทำสิ่งดีๆแก่สังคมเพราะมักเกิดเรื่อง แบบนี้อยู่เสมอ

๒๕๕๒๓๓๗ เชียงใหม่



๑ พบวัยรุ่นตั้งครรภ์ ต้องปิดบัง พ่อแม่

กลัวพ่อแม่รู้ต้องหยุดเรียน บางรายแม่พามา ฝากครรภ์ อายุ ๑๔ ปี ผู้ชาย ๑๕ ปี แม่ ร้องไห้เสียใจมาก แต่ก็ต้องจำยอม

๒. วัยรุ่นใส่ชุดนักเรียนมาโรงพยาบาล บอกว่าปวดท้องโรคระเพาะ ตรวจร่างกาย ปรากฏว่าปวดท้องตลอด ส่งห้องคลอดเลย

๓. วัยรุ่นติดเชื่อเอดส์มากขึ้นเพราะ ประมาทไม่ป้องกัน และเสียชีวิต ทิ้งให้พ่อ แม่มีชีวิตอยู่อย่างทุกข์ระทม


๔. เกิดความเครียดในครอบครัวต้องพึ่งพา รักษาทางจิตเวช

๒๖๒๘๑๗ เชียงใหม่




เด็กและเยาวชนในพื้นที่ที่ข้าพเจ้าอยู่ ส่วนใหญ่ เกินครึ่ง ยังอ่านเขียนได้ไม่ดีพอ ข้าพเจ้าผู้ปกครองก็ฝากความหวัง เรื่องการ เรียนการสอนให้แก่ครู (แท้จริงผู้ปกครอง หรือพ่อแม่ นั้นแหละคือครูคนแรกของลูก) ทำให้เด็กกลับมาบ้านก็ไม่สนใจศึกษา โลก แห่งความเป็นจริง ค้นหาตัวเองไม่เจอ ไม่รู้ว่า ชอบหรือสนใจด้านใด เมื่อโตขึ้นก็ไม่รู้ว่าตัว เองอยากจะทำด้านไหนต่อ ได้แต่เรียนๆให้ จบดังที่พ่อ-แม่หวัง จบแล้วก็ดูไม่ค่อยจะมี คุณภาพ

วีรวัดณ์ กังวานนวกุล กทม.

 ดิฉันถูกรถของนายความ ซึ่งเป็น
นายความของสภานายความแห่งประเทศไทยชนท้ายรถของดิฉัน ในขณะที่
นายความคนนั้นเมาสุรา ไม่ยอมรับผิดชอบไม่เจรจา
ไม่ยอมชดใช้ ให้ดิฉันวิ่งเต้น เสียค่านายความ
เพื่อฟ้องร้องเรียกค่าเสียหาย(เอาความเป็น
นายความแห่งประเทศไทยมาข่มขู่)จน
กระทั่งบัดนี้ ดิฉันยังไม่ได้รับความยุติธรรมเลย
เรื่องยังไม่จบ เรื่องอยู่ที่ศาล ไม่ทราบว่าจะอีกกี่
นานจะจบ


๒๔๘๔๐๒


 พ่อไปมีภรรยาใหม่ แม่ทนทุกข์มาตลอด
พอมีครอบครัวบ้าง ก็คิดว่าจะทำทุกอย่างเพื่อ
เจ้าตัวน้อยทั้ง ๒ ที่เกิดมา แต่มันก็ไม่ง่าย
อย่างที่หวังและตั้งใจ จนเข้าทำนอง “คนใน
อยากออก คนนอกอยากเข้า” ก็ได้แต่เตือน
ตัวเอง กับทุกปัญหาที่เกิดขึ้น อย่างน้อยก็
มีดอกหญ้า มาให้พบเจอ และเป็นกำลังใจ ที่
ดีเสมอมา ตั้งแต่เรียนมัธยมจนบัดนี้ และ
เสียตายวันเวลาที่เคยได้บอกกับดอกหญ้าไว้ว่า
จะไม่มีครอบครัว เพราะรักทำให้ทุกจจริง ๆ
๑๗๕๖๗ เชียงใหม่

 เมื่อหลานได้ไปทำมาค้าขายอยู่ที่ภาคใต้

คือจังหวัดปัตตานี มีคนแปลกหน้าคลุมหน้า
ด้วยผ้าเดินผ่านไปๆมาๆตลอด ไม่รู้ภายในผ้า
คลุมมีอาวุธอะไร เวลา ๑๘-๑๙ น. ต้องรีบ
ปิดร้านอยู่อย่างหวาดผวา ไม่รู้ว่าเมื่อไหร่จะ
โดนฆ่า เหมือนกับบ้านเมืองเดือน


๒๒๕๒๑๐ ลำพูน

 ปัญหาด้านสามจังหวัดชายแดนภาคใต้
เป็นเรื่องที่แก้ไขไม่ตก เป็นเรื่องที่สำคัญมาก
ดิฉันเป็นห่วงมากไม่อยากให้เกิดเหตุการณ์
แบบนี้ขึ้นมาเลย เสียใจมากๆ ไม่อยากให้เกิด
เหตุการณ์แบบนี้ขึ้นมาอีก อยากให้เรื่องนี้มัน
จบไป จบให้ได้สงสารเพื่อร่วมโลกด้วยกัน
ลำพูน ภูมิเงิน ภาพสินธุ์


 เด็กสมัยนี้พูดจาไม่รู้เรื่อง ไม่มีลครา
วสอกกับผู้อาวุโส การเรียนตกต่ำสนใจแต่
เทคโนโลยี ความบันเทิงเร่ใจ ขาดระเบียบ
วินัยและคุณธรรม เคยพยายามคิดหาเหตุผล
ลองมองคู่มือการเรียนของเด็กๆสมัยนี้ อ่าน
แล้วไม่ค่อยรู้เรื่องบทความไร้สาระ ไม่แฝง
คติธรรมหรือข้อคิดดีๆใดๆ แก่แต่ให้เป็นเรื่อง
ให้เด็กอ่านเพื่อเพิ่มคำศัพท์ใหม่ลงไปเท่านั้น ๑
บท ๑ เรื่อง ไม่มีความหมายเลย เสียหายหลัก
สูตรภาษาไทย สมัย มานะ มานี ปิดี ชูใจ ที่

ทำให้เรารักการอ่าน เพราะเนื้อหาจัดการ และ
แฝงแง่คิดดีๆ ให้อักรอบครัว, เพื่อน, ชาคีและ
ศาสนา ให้อ่านที่ความรับผิดชอบ ต่อตนเอง
และผู้อื่น ปลูกฝังความคิดดีทำให้เราโดยที่
เราซึมซับแบบไม่รู้ตัว และเพื่อนๆหรือคน
รู้จักกันส่วนใหญ่ก็มีความคิดและความรู้สึก
เช่นนี้เหมือนกัน (โล่งใจที่ตัวเองไม่ได้
อนุรักษ์นิยมอยู่เดียวดาย)


จิรวรรณ เกษตรเกรียงไกร ราชบุรี

 มีครอบครัวที่อยู่ใกล้กันชอบเล่นการ
พนัน เช่นหวยใต้ดินจนเป็นหนี้สินรุงรัง ไม่
ขยันทำมาหากิน ชอบความสะดวกสบายเช่น
มีรถยนต์ รถจักรยานยนต์ มีโทรศัพท์มือถือ
ราคาแพง

๒๐๕๑๘๔

 อาจารย์ท่านหนึ่งชมประเทศที่เจริญแล้ว
ว่าผู้นำที่มีการแข่งขันกัน เมื่อพ่ายแพ้การ
เลือกตั้ง เขาก็ยินดีร่วมมือ กับคนอีกฝ่ายหนึ่ง
แต่พออาจารย์ท่านนี้สมัครเป็นคณบดีตนเอง
พ่ายแพ้แก่อีกผู้หนึ่ง กลับไม่ให้ความร่วมมือ
ใดๆ


๒๕๘๓๕๕

 ๑.ผู้นำในหน่วยงาน ไม่มีภาวะผู้นำ
รวมทั้ง วุฒิภาวะทางอารมณ์ ทำให้ผู้ใต้
บังคับบัญชา อยู่ในภาวะจำยอม ทั้งๆที่ไม่
เห็นด้วย สังคมไทยไม่ยอมรับผู้ใต้บังคับ
บัญชาที่มีความเห็นที่แตกต่างจากผู้บังคับบัญชา
ซึ่งอาจทำให้หน่วยงานนั้นขาดการพัฒนา
หรือพัฒนาไปในทิศทางเดียว


๒ หน่วยงานขาดความรัก ความ
สามัคคีในหน่วยงาน มีการแก่งแย่ง ชิงดีชิง
เด่น มีใครยาวสาวได้สาวเอา มีแบบอาวุโส
ที่ไม่พัฒนา ทำให้คนอยากทำดี ท้อแท้
ขาดกำลังใจ


สุรินทร์

ปัญหาอื่นๆ ยังมีอีกร้อยแปดพันประการ
แต่ขอยกมาบางส่วนเท่านั้น เพื่อแบ่งหน้า
กระดาษสำหรับการแก้ปัญหาสังคมบ้าง คน
แรกที่คัดมาเสนอในฉบับนี้ ดูเหมือนจะเป็น
ปัญหา แต่ตอนท้ายแก้ปัญหาได้นำประทับใจเหลือเกิน


 พ่อไปแต่งงานใหม่ เมื่อดิฉันอายุได้ ๑๑
ปี เป็นพี่คนโต และมีน้องอีก๔ คน แม่ต้อง
เลี้ยงลูกคนเดียวพ่อแม่ไม่เคยส่งเสียเงินทองเลย
น้องได้เสียชีวิต ๑ คน พ่อไม่มาในงานศพน้อง

ทั้งๆที่พ่อเดินผ่านไปผ่านมาระหว่างบ้าน ญาติพี่น้องพอกับบ้านพ่อแม่ ที่เป็นภรรยาใหม่ บ้านดิฉันอยู่ระหว่างกลาง แม่ได้ส่งเสียให้ลูกเรียนหนังสือทุกคน มีงานทำรับราชการ๒ คน พ่ออายุมากแล้วเริ่ม เจ็บป่วย เริ่มมาหาลูกให้รักษาความเจ็บป่วย ให้นอนร.พ. ๓ เดือนไม่ต้องเสียค่าพยาบาล ดิฉันและน้องๆได้ดูแลพ่อจนกระทั่งสุดท้าย ของชีวิต มีความภาคภูมิใจ ๒๕๖๕๘ สงขลา

 เดินทางไปทำงานโดยรถโดยสารประจำทาง ดึกว่านั่งรถยนต์ เป็นการช่วยชาติประหยัดน้ำมันลดมลภาวะเป็นพิษ พยายามปลูกต้นไม้ที่บ้าน ถ้าเดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัวไปทางเดียวกับคนที่เรารู้จักก็ไปด้วยกัน ช่วยประหยัดพลังงาน
วัชรพร จันทร์ขันธ์ นนทบุรี

 ต้องเริ่มตั้งแต่การรับสมัครข้าราชการ คือต้องมีสิ่งอ้างอิงว่าผู้สมัครเป็นคนมีคุณธรรม จริยธรรม นอกเหนือจากการดูใบจบการศึกษา ต้องเซ็นสัญญาตอนสมัคร หากตรวจสอบพบว่า คนใดมีการทุจริต จะลงโทษโดยการให้ทำประโยชน์เพื่อสังคม เช่นกวาดถนน ล้างห้องน้ำ และที่สำคัญ จะต้องนำเงินที่

ทุจริตมาคืนตามจำนวนที่เอาไป ๒ เท่า
ถวิล น้อยวัน ขอนแก่น

 ด้านศีลธรรมที่เสื่อมลง ประมาณปีที่แล้ว มีพระปฏิบัติรูปหนึ่งมาจำพรรษาที่วัดใกล้บ้านฉันมือเดียว ไม่รับเงิน ท่านห้ามกลุ่มวัยรุ่นที่มาดมยาที่ลานวัด ทำให้กลุ่มวัยรุ่นไม่พอใจ ตอนกลางดึกจึงรวมพวกมาตะโกนด่า เอาหินปากุฎี หลวงพี่ทนได้อยู่ประมาณ ๓ อาทิตย์ เห็นว่าจะเป็นเรื่องใหญ่โต เพราะไปบอกพ่อแม่ของเด็กกลุ่มนี้ พ่อแม่ทำอะไรไม่ได้พวกติดยาเลยพาลถึงพระรูปอื่นๆในวัด ทำให้หลวงพี่ต้องออกจากวัดไปอยู่ที่อื่น ๒๕๕๖๖ ราชบุรี

 วิธีแก้ปัญหาของประเทศ

๑.ประสานงานช่วยศาสนจักร เพื่อกำหนดเป้าหมายบทบาท ที่จะส่งเสริมจรรโลงสังคมให้ดีขึ้น เพิ่มบทบาทสงฆ์ผ่านสื่อทุกประเภท

๒.คัดกรองคนที่จะบวชเป็นพระภิกษุ

๓.กำหนดหลักสูตรบวช ๗ วัน ๑๕ วัน

๑ พรรษา ว่าต้องเรียนรู้ อะไรบ้าง

๔.การแต่งตั้งสมณศักดิ์ชั้นต่างๆต้องทำโดยปราศจากทรัพย์สินเกี่ยวข้อง

๕. ผู้บริหารประเทศต้องกินน้อยใช้ประหยัด ทำงานให้มาก ถือคติ “ทำมากได้บุญ ทำน้อยขาดทุน” ด้วยความขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์อดทน ฉับไว

วิธีสร้างคนดี

๑. ทุกคนมีสำนึกดีว่าต้องคิดดี พุคดี และทำดี


๒. ทุกองค์กรสรรหาคนดีเพื่อประกาศเกียรติคุณและผลงานให้สาธารณชนทราบ

๓. ผู้บริหารระดับประเทศลงมาถึง หัวหน้าหน่วยงานระดับปฏิบัติทำเป็นแบบอย่าง โดยทำตนให้ได้ให้ดีกว่าก่อน ค่อยบอกสอนผู้อื่น

๔. คนดีสามัคคีกันให้ได้ ปัจจุบันคนดีมีอัตรา เลยคืออยู่คนเดียวหาหมู่กลุ่มไม่ได้


๕. สื่อสนับสนุนให้คนยึดแนวทางในการทำความดีมีน้อยควรเพิ่มให้มาก เราไม่เลว คนหนึ่งก็เพิ่มคนดีแล้ว ๑ คน

๖. สร้างสัมมาทิฐิรู้ว่าคนดี ทำดีได้ดีคือเป็นเช่นไร เพราะโลกของวัตถุนิยม คิดว่าได้ดีคือได้โชค ถูกหวยรวยเบอร์ ได้เงิน *สมชาย วิเชียรเลิศ บุรีรัมย์*


 หากจะให้คนไทยเป็นคนดีมากขึ้น จะต้องเปลี่ยนจากวันหยุดเป็นวันเสาร์-อาทิตย์ มาหยุดงานในวันพระวันโกน และให้

ประชาชนและข้าราชการได้มีโอกาส เข้าวัด ฟังธรรม ทำบุญให้ทานรักษาศีล ไม่ใช่วันหยุดคือวันเที่ยวเตร่สรวลเสเฮฮา เสพอบายมุข ประเทศไทยเดินทางผิดตั้งแต่ปล่อยให้ นักเรียนนอกมาบริหารประเทศ ไปเอาวันหยุดตามฝรั่ง ไม่เอาวันโกนวันพระ ข้าพเจ้าประทับใจกับตัวเองคือจะถือศีล ๘ ในวันพระได้ยากมาก บางที่ต้องล้มกลางคัน เพราะต้องวุ่นวายอยู่กับการทำงานทำการ สมทานไว้แล้วก็ทำได้ไม่ตลอดทุกข้อ

สำเนียง คำแก้ว ยโสธร

 สมัยเมื่อ พ.ศ.๒๕๓๐ ผมเป็นเด็กเล็ก อยู่แต่จำเหตุการณ์ได้ ใกล้วันสำคัญทางประเพณีชักพระ (ลากพระ) แม่ผมเป็นช่างตัดผม ก่อนงาน ๑ วันคือวันขึ้น ๑๕ ค่ำเดือน ๑๑ ตอนเช้ามีผู้หญิง ผู้ชาย มานั่งรอตัดผมฟรี ไม่น้อยกว่า ๕ คนและมาช่วย ซ่อมข้าวสาร เหนียว ชูมะพร้าว เพื่อข้าวมัดป้ออันยาวๆ เพื่อไปทำบุญในวันรุ่งขึ้น สมัยก่อน เขาทำงานช่วยกัน ไม่มีค่าจ้าง คนมาตัดผมก็คนแม่ผมต้องตัดให้ทุกคน และทุกคนมาช่วยทำงานมทำป้อมัดให้แม่ จนเสร็จแม่ไม่ ต้องทำเอง


เจิม ศรีสุวรรณ นครศรีธรรมราช

 คิดเล่นๆว่าถ้าคนไทยทุกคนมีศีล ๕ และ
ถืออย่างเคร่งครัด จะเป็นจุดเริ่มต้นของความ
ดีทุกอย่าง

ส่งเสริมเรื่องการศึกษา เน้นเรื่องคุณ
ธรรมจริยธรรม

อยากให้องค์กรด้านพุทธศาสนา
รณรงค์ให้ชายไทยนับถือพุทธ บวชเป็นพระ
ภิกษุ ๑ พรรษาเต็ม และหญิงบวชเป็นภิกษุณี
ได้ ๑ พรรษาเต็ม เพื่อศึกษาพุทธศาสนา
อย่างจริงจัง โดนสามารถลางานได้ มีกฎหมาย
ออกมาเลย

นพลักษณ์ นิรันดร์โสภณ กาญจนบุรี


 ถ้าผมมีอำนาจจะยุบพรรคการเมือง
ทั้งหมด จะให้มีแค่ ๒ พรรคการเมืองก็พอ
๒ เท่านั้น ให้มีสมาชิกผู้แทนตำบลละหนึ่งคน
ทั่วประเทศหรืออำเภอละ ๑ คน ทั่วประเทศ
ถ้าพรรคการเมืองใดได้เป็นรัฐบาล ให้มี
กฎหมายว่า ฝ่ายค้านต้องเป็นที่ปรึกษาของรัฐ
ด้วย และเป็นฝ่ายค้านด้วย จะได้ไม่แบ่งกัน
จนทำอะไรไม่ได้เลย เหมือนที่เป็นอยู่ใน
ปัจจุบันนี้

บุญธรรมย์ แก้วดวงแสง หนองคาย

 รวมกลุ่มผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ

ไปตามหมู่บ้านช่วยสอนอบรมจนปฏิบัติได้จริง
และหาอาสาสมัครให้เป็นหัวหน้ากลุ่มที่จะดู
แลให้คำปรึกษาในหมู่บ้านนั้น ค่อยทำไปทีละ
จังหวัด

กาญจน นีละคุปต์ กทม.

 ๑. ทำตัวเองเป็นคนดี เพราะประเทศ
ไทยมีคนดีเพิ่มขึ้นอีก ๑ คน

๒. ทำตนเองเป็นแบบอย่างที่ดีคนที่
กิเลสไม่หนาจะให้เห็นเป็นตัวอย่างแล้วอาจจะ
มีคนดีเพิ่มขึ้นอีก

๓. ส่งเสริมสร้างเสริม วิชาศีลธรรม-
หน้าที่พลเมือง ให้กลับมาเข้มข้น ในหลัก
สูตรการเรียนทุกระดับ และสำนักงานเช่น
สสส.(สำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพลดละ
เลิกบุหรี่เหล่า) หรือสำนักงานที่ให้คนไทยลด
ละเลิกอบายมุข

๔.ควบคุมสื่อต่างๆ เช่นโทรทัศน์ วิทยุ
หนังสือพิมพ์ นิตยสาร เสนอสิ่งไม่เป็นสาระ
ทั้งหลาย เช่นละครน้ำเน่าหลังข่าว โฆษณา
สินค้าฟุ่มเฟือย ฯลฯ ให้อยู่ในกรอบคุณธรรม-
จริยธรรมอย่างชัดเจน

ทรงยศ ศิริศิลป์ประศาสน์ น่าน

 คนไทยสังคมไทยเป็นชาวพุทธ

๕๐% ต้องเป็นชาวพุทธแท้ๆ เป็น
 แค่ว่าเขียนบ้านที่ผ่านมา ต้อง
 ศึกษาเรียนรู้ แล้วปฏิบัติเหมือนกับ
 ชาวคริสต์อิสลาม เขาปฏิบัติจริงๆ
 แต่ชาวพุทธทำแค่พิธี จึงขอให้คน
 ไทยพุทธ เข้าถึงศีลธรรมกันจริงๆ
 ลดโลภโกรธหลงกันจริงๆ ทุกวัน
 คนปฏิบัติศีลธรรมเป็นจำนวนน้อย
 มาก ส่วนใหญ่และ มากจะหลงเงิน
 ลาภยศสรรเสริญลืมการลดกิเลสจึง
 เป็นเหตุให้สังคมมีปัญหา
 เสิด เชื้อดวงผุย นาแกนครพนม

นอกจากนี้เกือบร้อยละ ๕๐ ที่
 บอกให้แก้ปัญหาด้วยการส่งเสริม
 ให้คนถือศีล ปฏิบัติธรรม และให้
 นักเรียนนักศึกษาเรียนศีลธรรมกัน
 มากขึ้น อ่านวิธีแก้ปัญหาก็
 อยากจะทำทั้งนั้นเลย ดิฉันก็เชื่อ
 มั่นว่าถ้าได้ทำจริง ประเทศของเรา
 ดีขึ้นราวกับฝันแน่นอน



ผู้เตรียมปัญญาธรรม
 ฮาศัยศยามเห็นอันเป็นมาป
 คัดค้านคำสอนของพหุชะชียะ
 ผู้เป็นพหุชะชหันต์ ตำซงฉิวอยู่ไผ่ชชช
 เขาย่อมเกิดมาเพื่อฆ่าตนเอง
 เหมื่อนขุยไผ่ฆ่าตัวไผ่ชนะนั้น

ล. ร้อยดาว
 แปลจากธรรมบท