

สารานุกรม

เพื่อชีวิตที่งดงามและเป็นอิสระ

ISSN 1685-4020

ฉบับที่ ๕๗

ปีที่ ๗



แม่





คุณจะเป็น
‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’
ได้อย่างไร
?

“ตั้งแต่เกิดมาก็ปฏิบัติตัวเป็นลูกที่ดีเสมอมา
รับพิศชอบในหน้าที่ความเป็นลูก
ตั้งใจเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของท่าน
ถึงวันนี้ที่เป็นแม่คนแล้ว
ก็ยังให้ความรัก ความเอาใจใส่ ความใกล้ชิด ดูแล
อย่างสม่ำเสมอ
เพราะความกตัญญูคือ
การดูแลทำให้แม่มีความสุขในทุก ๆ ด้าน”



กมลชนก เขมะโยธิน - น้องเน็ต

นักแสดง

และพิธีเซนต์ออร์ธอด็อกซ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
ของกระทรวงสาธารณสุข



“ไม่คาดหวังอะไรมากมายจากแม่
เพราะแม่ก็เป็นเพียงปุถุชนคนหนึ่ง”

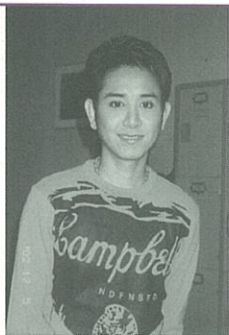


แคเทอริน นิกบาร์ก

ผู้ก่อตั้งมูลนิธิบัวขาว



“ทำตัวให้อยู่ในความถูกต้อง
เป็นบุคคลที่มีคุณภาพของสังคม
รับพีตชอบครอบครัว”



ไชยา มิตรไชย

นักร้อง - นักแสดง



“เป็นลูกที่ดี
เป็นคนดีของสังคม
ไม่เป็นภาระกับใคร
ไม่ทำให้ท่านผิดหวัง
รับພิตชอบหน้าที่ให้ดีที่สุด
กัງเรื่องงานและครอบครัว
สิ่งเหล่านี้จะทำให้แม่มีความสุข”



จินตหรา สุขพัฒน์
นักแสดง



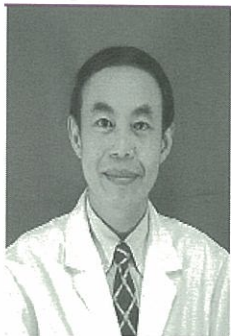
“รักแม่ให้มากที่สุด
เพราะพอเรามีลูก
เรารู้ว่าลูกเป็นทั้งดวงใจ
และลมหายใจของเรา
และเข้าใจว่าแม่รักเราเพียงใด”



หม่อมราชวงศ์หญิงจารุวรรณ รัชสิต
ศิลปิน



“ทำตัวเป็นคนดีเหมือนที่แม่หวังไว้
ชื่อสัตย์สุจริต
ทำประโยชน์ให้กับสังคม”



นายแพทย์พินศักดิ์ สุกระฤกษ์



“หลีกเลี่ยงคำพูด หรือการกระทำที่จะทำให้แม่เสียใจ
และทำหน้าที่ของแต่ละคนให้ดีที่สุด
เช่น เป็นแพทย์ก็ควรดูแลผู้ป่วยด้วยความรู้ ความเมตตา
มีความรับผิดชอบและซื่อสัตย์ต่อผู้ป่วย
ก็นับได้ว่าเป็นการทำความดีให้แม่ได้ภาคภูมิใจแล้ว”



แพทย์หญิงอญิสมัย ศรีรังสรรค์

พธิกร - ผู้ประกาศข่าว (ชอง ๗ สี)



“ทำในสิ่งที่ดี ถูกต้อง
ให้ตัวเราและคนรอบข้างมีความสุข
แล้วแม่จะรู้สึกปลาบปลื้มและยินดีกับเรา”

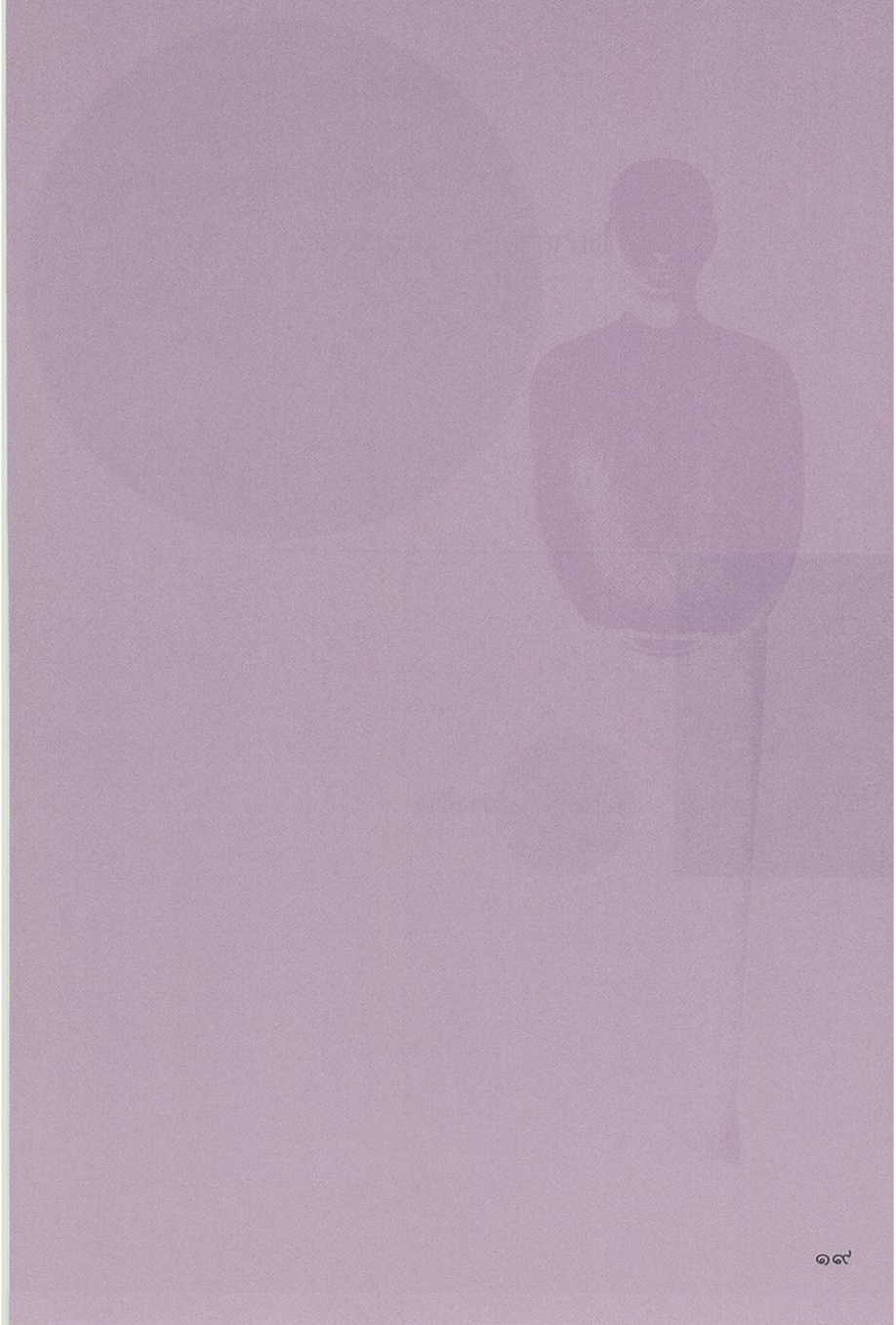


สุริยภา กุลตังวัฒนา
นักแสดง - พิธีกร

“ไม่มีลูกคนไหนที่จะเป็น
อนุสาวรีย์แห่งความดีแทนแม่ได้
แต่อย่างน้อยก็ควรเป็น
ผู้สร้างอนุสาวรีย์แห่งความดีให้กับตนเอง
เพื่อเป็นการทดแทนพระคุณแม่”



นิวัตติ กองเพียร
คอสมอนิสต์

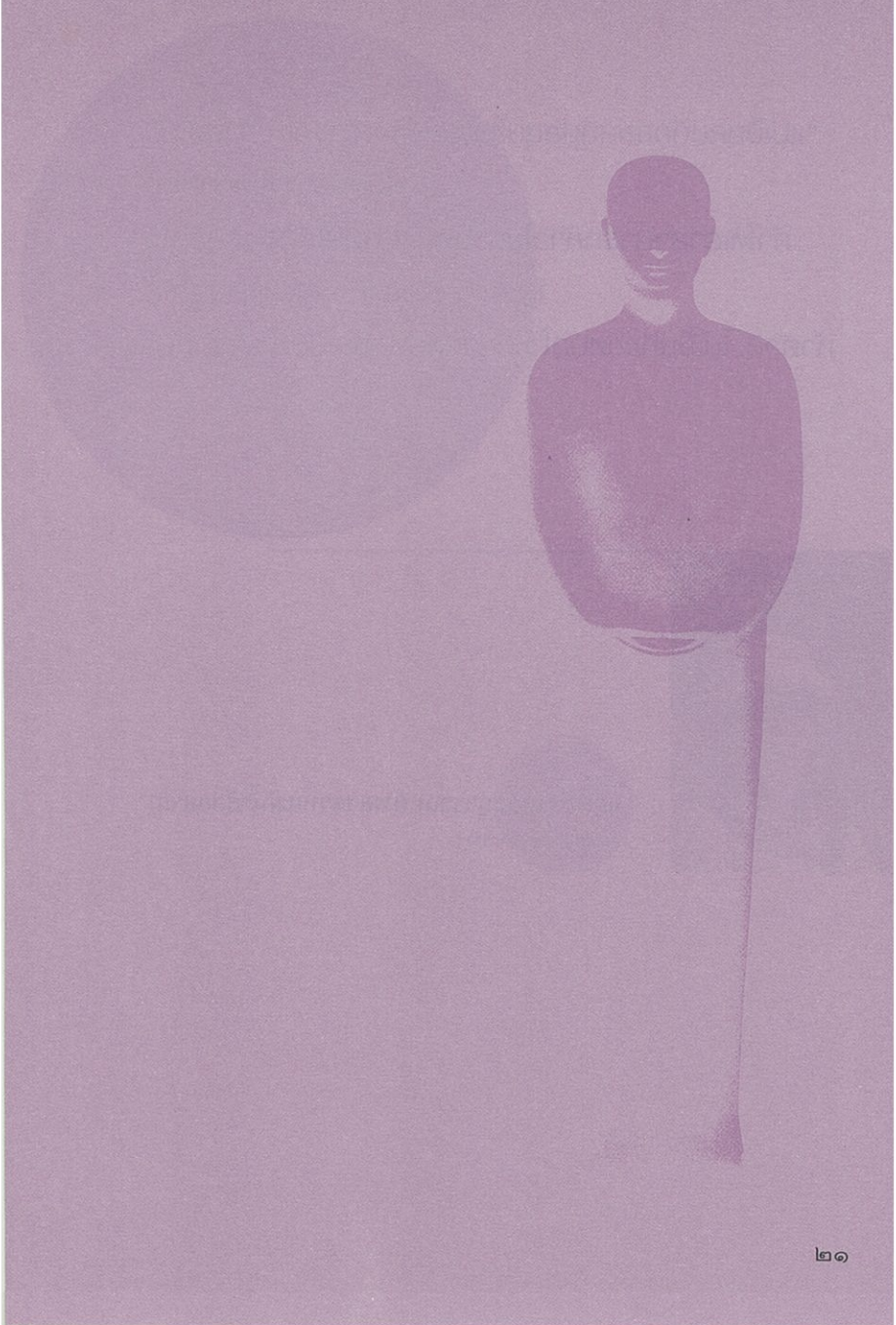


“อดทน
ทำทุกอย่างด้วยตนเอง
พยายามทำตามทุกสิ่งที่แม่เคยสอนไว้”



นรินทร์ ณ บางช้าง

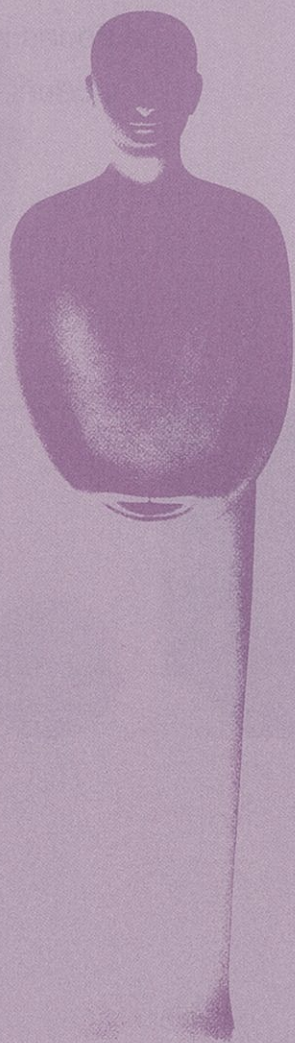
นักแสดง



“แม่เป็นคนที่คอยสนับสนุนในทุกๆอย่างที่เราต้องการจะทำ
ให้อิสระทางความคิด
ทำให้เราสามารถก้าวไปข้างหน้าได้โดยไม่ต้องกังวลใจ
เพราะฉะนั้นเราก็จะดูแลตัวเองให้ดี
ทำตัวดี ไม่เป็นที่น่าหนักใจให้ท่านต้องคอยเป็นห่วงเช่นกัน”



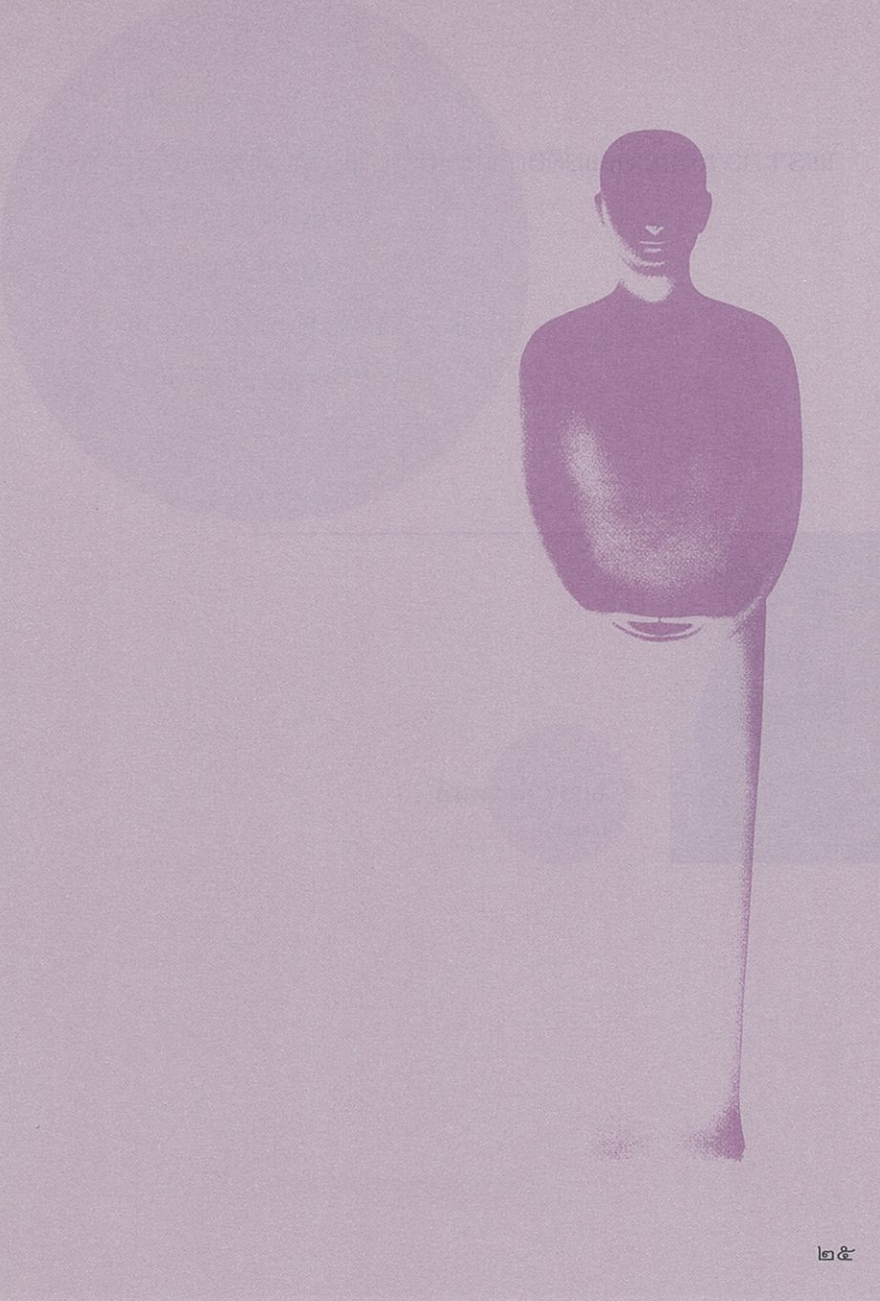
ชลลดา เตียวสุวรรณ (เพลงดาบแม่หน้าร้อยสาย)
นักเขียน - นักเดินทาง



“ทุกครั้งที่จะทำอะไร
จะต้องตระหนักถึงความรักที่คุณแม่มีให้เรา
และสิ่งที่เราทำจะไม่ทำให้คุณแม่เดือดร้อน
หรือรู้สึกไม่ดี
ทำให้คุณแม่มีความสุข
และมีความเชื่อมั่นในตัวเรา



ภัทรวรินทร์ ทิมกุล
นักแสดง



เพราะความสุขของแม่คือการได้เห็นเราเป็นคนดีของสังคม

ทำในสิ่งที่ท่านสอน

มีน้ำใจกับคนอื่น

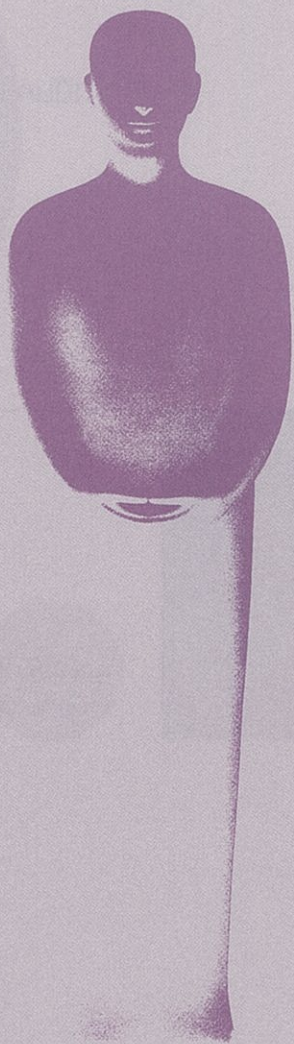
ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ใคร

ไม่ทำให้ครอบครัวเสียใจ”



รัญญา ศิยานนท์

นักแสดง

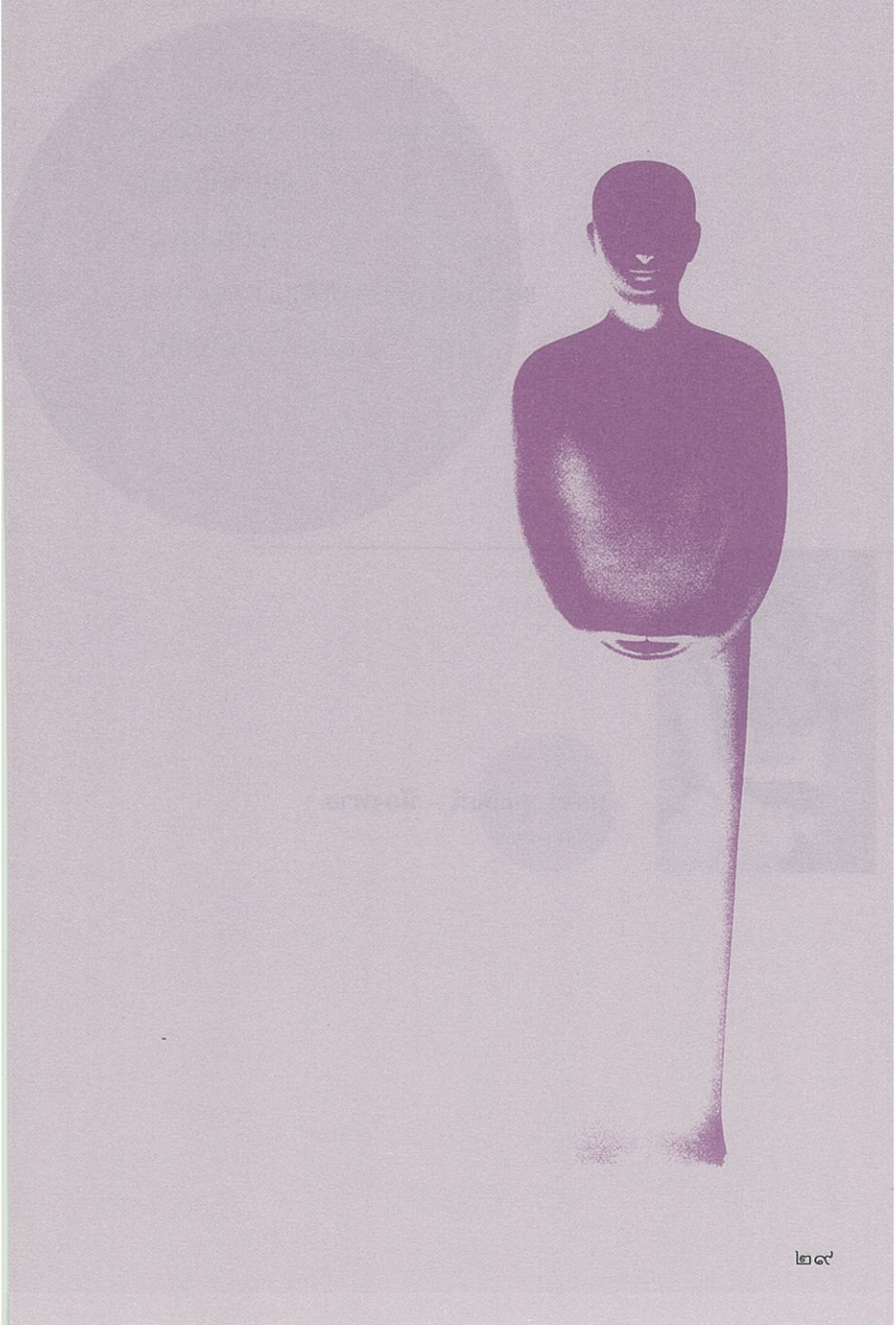


MANNEQUIN
RENDERING
BY
MARTIN SCHOELLER

“มอบความรักแก่แม่ให้เต็มที่
เพราะความรักที่แม่ให้เรา
เป็นความรักที่ยิ่งใหญ่และไม่มีเงื่อนไข”



คุณหญิงโรส บริบาลบุรีภัณฑ์
ประธานสโมสรมูลนิธิในพระบรมราชูปถัมภ์



“แม่ทุกคนคงอยากให้ลูกกอด
ให้ความใกล้ชิด
เอาใจใส่ดูแล
และเพียงแค่นี้เราเป็นคนดีของสังคม
แม่ก็คงปลื้มใจแล้ว”



ศุสชา สุขวัฒน์ - น้องพาย

นักร้อง - พิธีกร



จากปก

ARTRECORD และไทยฟอรัมสตูดิโอ



ชื่อผลงาน “สมาริธิ”

ศิลปิน นนทิวรรณ จันทนะพะลิน

วัสดุ ปูนปลาสเตอร์

ขนาด สูง ๑๗๕ เซนติเมตร

จากนิทรรศการความว่าง

(จัดแสดงระหว่าง

วันที่ ๒๔ มิถุนายน - ๑๕ กรกฎาคม

พ.ศ. ๒๕๔๕

ณ หอศิลป์ มหาวิทยาลัยศิลปากร)

การสร้างสรรคงานประติมากรรมของข้าพเจ้าแบ่งออกเป็นสาม
รูปแบบทางความคิด

รูปแบบที่หนึ่ง เป็นรูปแบบที่สร้างสรรคจากความพอใจส่วน
ตัว

รูปแบบที่สอง เป็นรูปแบบที่สร้างสรรคจากความพอใจส่วน
ตัวมาสู่ความเป็นเหตุและผลที่มีความสืบเนื่องผูกพันกัน

รูปแบบที่สาม พัฒนาสู่การเน้นเนื้อหาสาระของการแสดงออก
การสร้างสรรคผลงานในเนื้อหา 'ความว่าง' ชุดนี้ เป็นการ
เริ่มต้นแนวความคิดในรูปแบบที่สาม ที่ต้องการสื่อความหมายใน
สาระจากคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เป็นที่พึ่งที่ระลึก
อันประเสริฐสุดของมวลมนุษยชาติ

ในขณะที่ข้าพเจ้าบรรยายธรรมด้วยการสร้างสรรคโดยสื่อทาง
ประติมากรรม ในขณะที่เดียวกันประติมากรรมที่ข้าพเจ้าสร้างสรรคที่
สื่อความหมายในทางธรรมก็มีส่วนพัฒนาความคิดและจิตใจของข้าพเจ้า
ไปพร้อม ๆ กัน

ชีวิตที่ถูกโหมกระหน่ำด้วยระลอกคลื่นแห่งอารมณ์และความ
รู้สึกนึกคิดวันแล้ววันเล่า เมื่อเป็นผู้มีดวงตาเห็นธรรมย่อมปรารถนา
แสวงหาบรรคาแห่งความหลุดพ้น มรรคแห่งความรู้ วิธีการแห่งการ
ปล่อยวางทางอารมณ์และความคิด และดำเนินไปตามเส้นทางนี้ จะ
นำไปสู่ 'ความว่าง' ซึ่งเป็นฐานสำคัญที่จะนำไปพบกับแสงสว่างแห่ง
ปัญญา ที่จะนำไปสู่ความเป็น 'พุทธ' คือ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ในที่สุด

ขอเขียนของอาจารย์นนทิวรรณ จันทนะผะลิน
จากลจิบัตร์นิตรรคการความว่าง

ผู้ก่อตั้ง แม่ชิตันสนีย์ เสถียรสุด
อาสาสมัคร แม่ชื่อมรรตน์ ชัยบุตรดี
กองบรรณาธิการ พิกุล วิชาสประทีป
ถมทอง ทองนอก
ฉัตรวรัญญ์ องคสิงห์
ศันสนีย์ ศีตะปิ่นย์ เมอลเลอร์
นิน่า ศีตะปิ่นย์ เมอลเลอร์

อาสาสมัครถ่ายภาพ บัณฑิตชัย เกตุวงษ์
โยธิน สกุลเกษวีวรรณ
มนตรี ศิริธรรมปิติ
พรรณวดี อมรมณีกุล

อาสาสมัครกราฟิก หจก.ไทยฟอร์ม สตูดิโอ

ที่ปรึกษาฝ่ายต่างประเทศ ตูมระย้า มังคละพฤษ์
ที่ปรึกษาฝ่ายกฎหมาย นางเยาว์ สุนธนันท์
ฝ่ายประชาสัมพันธ์ สายน้ำผึ้ง รัตนงาม

ที่ปรึกษา คุณหญิงจางานศรี หาญเจนลักษณ์
เดือนใจ ตีเทคน์
มนทิวรา จุฑะพุทธิ
สุชาติา จักรพิสุทธิ
สุภาวดี หาญเมธี
ศิริวรรณ เต็มมาติ

เจ้าของ เสถียรธรรมสถาน
๒๔/๕ ซอยวัชรพล ถนนรามอินทรา ๕๕
แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐
โทรศัพท์ ๐-๒๕๑๐-๖๖๕๗
โทรสาร ๐-๒๕๑๔-๔๖๓๓
www.savika.org
e-mail address: editor@savika.org

พิมพ์ บริษัท แพลน พรินท์ติ้ง จำกัด
โทร. ๐-๒๕๘๗-๑๓๗๗

ราคา ๙๙ บาท



นิตยสารสาวิกา

ฉบับที่ ๕๗

๒๕๔๖

ปีที่ ๗

ปฏิทินข่าว

วิถีแห่งสติ

- ๐๙.๐๐ น. ทำวัตรเช้า ณ ห้องพระบรมสารีริกธาตุ
- ๑๐.๐๐ น. สนทนาธรรม / สมาธิภาวนา / ภาวนากับการทำงาน
- ๑๑.๓๐ น. พิจารณาอาหารกลางวัน
- ๑๓.๓๐ น. ฝึกภาวนาอย่างผ่อนคลายในอิริยาบถนอน (สำหรับคนนอนไม่หลับ)
- ๑๔.๐๐ น. เดินเล่นอย่างมีสติ (เดินจงกรม)
- ๑๕.๐๐ น. คอยกันเหมือน...เป็นเพื่อนทุกข์ / ตอบคำถาม
- ๑๗.๓๐ น. ทำวัตรเย็น ณ ห้องพระบรมสารีริกธาตุ

ขอเชิญร่วมปฏิบัติภาวนา

ในวันสันติภาพโลก

๒๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๖

ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรม (พักค้าง) ทุกวันศุกร์-เสาร์-อาทิตย์
ในกิจกรรม

พระแพะแดง

สนใจ... ติดต่อขอรับใบสมัครและระเบียบการปฏิบัติได้ทุกวัน
ที่เสถียรธรรมสถาน สอบถามเพิ่มเติม ๐-๒๕๕๐-๖๖๙๗

สวท

ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๕๗ / ๒๕๔๖

สารบัญ

เรื่องเด่นประจำฉบับ



๑

น่านทศนะ

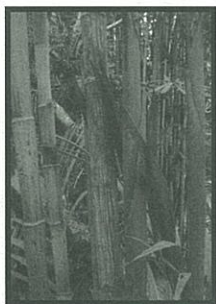
คุณจะเป็น 'อนุสาวรีย์แห่งความดี
งามของแม่' ได้อย่างไร?

๓๙

บทความพิเศษ

หนังสือดีสี่ทรี

โดย ชยสาโร ภิกขุ





ค อ ลั ม น์ ป ระ จ ำ

สาวิกาสิกขาลัย ๖๐

เล่าสู่กันฟัง ๗๐

วิถีชีวิต ๙๔

คุยและความคิดกับหมอมรทิพย์ ๑๑๐

สิ่งแวดล้อม

๑๑๗

วาทะพุทธทาส

๑๒๓

สุขกาย-สบายใจ

๑๒๔

ธรรมเยี่ยวยา

๑๒๙

จิตกาแฟกลางสวน

๑๔๒

อาหารปรุงด้วยรัก

๑๔๖

สา-ระ-ขัน

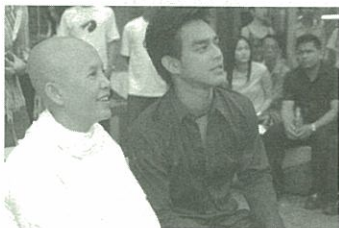
๑๔๙

ความรู้คู่สุขภาพ

๑๕๓

คุยกันเหมือน...เป็นเพื่อนทุกซ์

๑๖๓





ธรรมสวัสดิ์

มาช่วยกันนำ

พลังของแม่

มาสร้างลูกเพื่อโลก

เพราะ

พลังของแม่

ทำให้ลูกรอดได้ ถ้าลูกรอด โลกก็รอด

และ

พลังของแม่

ที่เยียวาลูกเป็นความมั่งคั่งบนโลกใบนี้

แม่ชีตันสนีย์ เสถียรสุด

หนังสือดีสี่บท

เมื่อยี่สิบกว่าปีที่แล้ว ตอนที่ยังไม่ได้บวช อาตมาเชื่อว่า ปัญหาเกิดจากประสบการณ์ จึงเดินทางออกจากบ้านเกิดเมืองนอน ที่ประเทศอังกฤษ ะเห่ร่อนหาประสบการณ์ชีวิตทางยุโรปและเอเชีย ยิ่งลำบากยิ่งชอบ เพราะรู้สึกว่าการลำบากช่วยให้รู้จักตัวเองมากขึ้น ซึ่งเป็นกำไรชีวิต

แต่การเดินทางไปอินเดียผิดหวังนิดหน่อย ไม่ได้ทำทนายอย่างที่คาดหวัง ขากลับจึงตัดสินใจลองเดินทางจากประเทศปากีสถาน ไปยังอังกฤษโดยไม่ใช้เงิน โบกธไปเรื่อย ๆ อยากรู้ว่าเป็นไปได้ไหม อยากรจะทราบความรู้สึกของผู้ไม่มีอะไรอย่างลึกซึ้ง

ผจญภัยเยอะเหมือนกันและผ่านเหตุการณ์ที่ไม่มีวันลืมเลือน

อย่างเช่น พอถึงเตหะราน เมืองหลวงของประเทศอิหร่าน รัสเซียจะ
หมดแรงแล้ว ผอมแห้งบักโกรก เสื้อผ้าก็มอมแมมกระด่ากระต่าง คง
ดูน่าเกลียดพอสมควร เห็นหน้าในกระจกห้องน้ำสาธารณะก็ตกใจ ส่วน
ใจก็เป็นเปรตมากขึ้นทุกวัน กังวลหมกมุ่นแต่ในเรื่องอาหารการกิน
วันนี้เราจะมီးไรทานใหม่หนอ? แต่ละวันท้องจะอิมจะว่างก็แล้วแต่
น้ำใจของเพื่อนมนุษย์ เราจำเป็นต้องพึ่งบารมีเพราะไม่มีอย่างอื่น

พอดีเจอผู้ชายอิหร่านคนหนึ่ง เขาคงสงสารและอยากฝึก
พูดภาษาอังกฤษด้วย เขาจึงพาไปกินน้ำชาแล้วให้สตางค์ไปเล็ก ๆ
น้อย ๆ กลางคืนพักข้างถนนในซอยเงียบ กลัวว่าตำรวจเห็นจะซ้อม
รุ่งเช้าเดินไปร้านขายซูบแห่งหนึ่ง ซึ่งจำได้ว่าชื่อซูบหนึ่งจวน แล้วเขา
ให้ขนมปังฟรี ในขณะที่กำลังเดินไปโดยพยายามไม่มองร้านอาหาร
ข้างทางที่ดึงดูดตาเหลือเกิน ไม่ดมกลิ่นหอมที่โชยออกมา เราได้สวน
ทางกับผู้หญิงคนหนึ่ง เขาเห็นเราแล้วก็หยุดชะงัก จ้องมองเราอย่าง
ตะลึงสั๊กพักหนึ่ง แล้วเดินตรงมาหาหน้าบูดบึ้ง แล้วสั่งให้ตามเขาไป
โดยใช้ภาษามือ เราเป็นนักแสวงหาเลยยอมตามไป เดินไปสักสิบ
นาทีก็ถึงตึกแถว ชั้นลิฟต์ไปถึงชั้นที่สี่ สันนิษฐานว่าคงเป็นบ้านเขา
แต่เขาไม่พูดไม่จาอะไรเลย ยิ้มก็ไม่ยิ้ม หน้าถมึงทิ้งตลอด

พอเปิดประตูเข้าไป ปรากฏว่าเป็นบ้านของผู้หญิงคนนี้
จริง ๆ เขาพาเข้าห้องครัวแล้วชี้ไปที่เก้าอี้ให้หนึ่ง นั้งแล้ว เขาเอาอาหาร
มาให้ทานหลาย ๆ อย่าง อาตมารู้สึกเหมือนกับขึ้นสวรรค์ ทำให้รู้

ว่าอาหารที่อร่อยที่สุดในโลกคืออาหารที่ทานในขณะที่หิวและท้อง
กำลังร้องจ๊อก ๆ เขาเรียกลูกชายมา สั่งอะไรก็ไม่รู้เพราะฟังไม่รู้เรื่อง
แต่สังเกตว่าลูกดูจะอายุไล่เลี่ยกับเรา สักพักใหญ่ลูกชายก็กลับมา
พร้อมด้วยกางเกงและเสื้อเชิ้ตชุดหนึ่ง พอเขาเห็นว่าเราอึ้งหน้าสำราญ
แล้ว ก็ชี้ไปที่ห้องน้ำ สั่งให้อบน้ำเปลี่ยนผ้าชุดใหม่ (ของเก่านำกลัว
เอาไปเผา) เขาไม่ยิ้ม ไม่แยม ไม่พูดจาอะไรเลย มีแต่สั่งอย่างเดียว
ขณะที่อาบน้ำอยู่ก็คิดสันนิษฐานว่า แม่คนนี้อาจเห็นอาตมาแล้ววาด
ภาพนึกถึงลูกชายเขาเองว่า ถ้าสมมติว่าลูกเราเดินทางไปต่างประเทศ
แล้วตกทุกข์ได้ยากอย่างนี้ อยู่ในสภาพน่าสมเพชอย่างนี้ มันจะเป็น
อย่างไร ฉะนั้นอาตมาจึงคิดว่าเขาช่วยเราด้วยความรักของแม่ เลย
คิดแต่งตั้งเขาเป็นแม่กิตติมศักดิ์ประจำเมืองอิหร่าน ยืนยิ้มหน้าบาน
อยู่ในห้องน้ำคนเดียว

เมื่อเสร็จเรียบร้อยแล้ว เขาก็ไปส่งเราตรงจุดที่ได้เจอกัน แล้ว
เดินลุยเข้าไปในกระแสชาวเมืองที่กำลังเดินไปทำงาน อาตมายืน
มองผู้หญิงอิหร่านคนนั้นถูกหมู่ชนกลืนไป รู้อย่างแม่นยำว่าชาตินี้
คงไม่มีวันลืมเขาได้ อาตมาประทับใจและซาบซึ้งมาก น้ำตาทำท่า
จะไหลลลอม เขาให้เราทั้ง ๆ ที่ไม่รู้จักกันเลย ตัวสูง ๆ ผอม ๆ เหมือน
ไม้เสียบผิจากป่าช้าที่ไหนก็ไม่รู้ เสื้อผ้าก็เหม็น สกปรก ผมงก็ยาวรุงรัง
แต่เขากลับไม่รังเกียจเลย มีหน้าซำยังพาเราไปที่บ้าน และดูแลเหมือน
เราเป็นลูกของเขาเอง โดยไม่หวังอะไรตอบแทนจากเราเลย แม้แต่
การขอบคุณ เวลาผ่านไปสิบกว่าปีแล้ว อาตมาจึงอยากประกาศคุณ

ของพระโพธิสัตว์หน้าบุญตคนนี้ให้ทุกคนได้ทราบ ว่าแม้ในเมืองใหญ่ ๆ ก็ยังมีคนดี และอาจมีมากกว่าที่เราคิด

ไม่ใช่เพียงแค่นั้นคนเดียว ตอนสมัยที่อาตมาแสวงหาประสบการณ์ชีวิตนั้น ได้รับความเมตตาอารีความช่วยเหลือจากคนหลาย ๆ ชาติ ทั้ง ๆ ที่เราไม่ได้ขออะไรจากใคร ทำให้ตั้งใจว่ามีโอกาสเมื่อไหร่ต้องช่วยคนอื่นบ้าง ต้องมีส่วนในการสืบอายุของน้ำใจในหมู่มนุษย์ แม้สังคมทั่วไปจะอึดอัดกันดารคุณงามความดีเพียงไร แต่ขอให้เราพยายามเป็นแหล่งเขียวเล็ก ๆ แก่เพื่อนร่วมโลกก็ยังดี

ต่อมาอาตมาได้กลับไปอยู่อินเดียอีกครั้งหนึ่ง พักปฏิบัติธรรมกับครูบาอาจารย์สายฮินดูองค์หนึ่ง ท่านน่าเลื่อมใสมาก มีข้อวัตรปฏิบัติคล้ายกับของพุทธ อยู่กับท่านมีเวลานั่งคิดไตร่ตรองชีวิตของตนเองมาก ตอนบ่ายชอบเดินขึ้นเขาไปนั่งใต้ต้นไม้เก่าแก่ท่ามกลางสายลม ดูทะเลสาบข้างล่าง และทะเลทรายที่เหยียดยาวออกไปถึงขอบฟ้า ความคิดก็ปลอดโปร่งดี แล้ววันหนึ่งก็นั่งนึกแปลกใจตัวเองว่า เมื่อไหร่ที่เราจะเลิกในความมีน้ำใจของผู้ที่เคยเกื้อกูลการเดินทางของเรา ให้อาหารบ้าง ให้ที่พักสักคืนสองคืนบ้าง เราจะรู้สึกดีทุกครั้ง แต่ทำไมพ่อแม่เลี้ยงเรามา ๑๘ ปี ให้อาหารทุกวันไม่เคยขาด วันละสามมื้อบ้าง สี่มื้อบ้าง และยังเป็นห่วงว่าจะไม่ถูกปากเราอีก ท่านให้ทั้งเสื้อผ้าและที่นอน ยามป่วยใช้ท่านก็พาไปหาหมอ และ

ดูเหมือนว่าท่านจะเป็นทุกข์มากกว่าเราเสียอีก ทำไมเราไม่เคยซึ่งในเรื่องนี้เลย? มันไม่ยุติธรรมและน่าละอาย สำนึกได้ว่าประมาทเหลือเกิน ในขณะที่นั้นเหมือนเขื่อนพัง ตัวอย่างความดีของพ่อแม่ไหลทะลักเข้ามาในจิตจนตื่นตันใจมาก นี่คือจุดเริ่มต้นของการรู้จักบุญคุณของพ่อแม่ในชีวิตของอาตมา

เราคิดต่อไปว่าตอนคุณแม่ท้องก็คงลำบาก ในช่วงแรกคงแพ้ท้อง ต่อมาการเดินทาง การเคลื่อนไหวทุกประเภทคงไม่สะดวกไปหมด ปวดเมื่อย แต่ท่านก็ยอมเพราะเชื่อว่าความทุกข์ที่เกิดขึ้นมีความหมายและความหมายนั้นคือเรา

ตอนเด็กเราต้องอาศัยท่านหมดทุกสิ่งทุกอย่าง ทำไมเรารู้สึกเฉย ๆ เหมือนกับว่าเป็นหน้าที่ของท่านที่จะต้องให้และเป็นสิทธิของเราที่จะรับ ต่อมาเลยสำนึกว่า ที่มีโอกาสปฏิบัติธรรมเพื่อเป็นที่พึ่งของตน ก็อาศัยที่ว่าคุณแม่เคยเป็นที่พึ่งอันมั่นคงแก่เราในกาลก่อน ทำให้จิตใจเรามีฐานที่เข้มแข็งพอที่จะสู้กับกิเลสของเราได้

เมื่ออายุ ๒๐ ปี อาตมาเดินทางมาเมืองไทยเพื่อบวชในวรมหาพุทธศาสนา โยมพ่อโยมแม่ก็ไม่ขัดข้อง เพราะต้องการให้ลูกดำเนินชีวิตในทางที่พอใจและมีความสุข ได้ชนะความหวังส่วนตัวในใจของท่าน ปีที่แล้วนี้เอง ที่โยมแม่สารภาพกับอาตมาว่าวันที่ลูก

จากบ้านไปเป็นวันที่แม่เศร้าโศกที่สุดในชีวิต อาตมาประทับใจมากที่สุดที่
ท่านพูดอย่างนั้น แต่ที่ประทับใจยิ่งกว่านั้นคือการทำโยมแม่อดทน ไม่
พูดให้เราทราบความทุกข์นี้ตั้ง ๒๐ ปี เพราะกลัวเราจะไม่สบายใจ

พอบวชแล้ว บางครั้งอดที่จะตำหนิตัวเองไม่ได้เหมือนกันว่า
ตอนอยู่กับพ่อแม่มีโอกาสตอบแทนบุญคุณท่านทุกวันแต่ไม่ค่อยได้
ทำอะไร เดี่ยวนี้อยากทำแต่ทำไม่ได้เพราะอยู่ห่างไกลและเป็นพระ
จึงรู้สึกเสียดาย ต้องตั้งใจแผ่เมตตาแก่ท่านทุกวัน

ในภาษาอังกฤษ คำว่า ‘บุญคุณของพ่อแม่’ ไม่มี ที่เมือง
นอก ความรักและความผูกพันระหว่างพ่อแม่กับลูกมีอยู่เหมือนกับ
เป็นเรื่องธรรมดา แต่ความรู้สึกว่าสมาชิกครอบครัวมีหน้าที่ต่อกันมี
น้อยกว่าที่นี้ ชาวตะวันตกชอบเป็นตัวของตัวเอง ไม่ชอบการก้าวก่าย
ไม่ค่อยเชื่อว่าความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกมีความลึกซึ้งอะไร
ไม่เห็นว่าคุณแม่มีสิทธิอะไรพิเศษที่จะได้กำหนดแนวทางชีวิตของลูก

ในบทสอนเกี่ยวกับสัมมาทิฐิระดับโลกีย์ คือพื้นฐานของ
ความเข้าใจว่าอะไรเป็นอะไรในชีวิต พระพุทธองค์ตรัสข้อหนึ่งว่า ต้อง
เชื่อว่าพ่อแม่มีจริงแม่มีจริง อ่านแล้วชวนให้งงนะ เอ เรื่องนี้ น่าจะชัดเจน
ต่อทุกคนอยู่แล้ว ใครจะไม่รู้ว่าคนเราจะเกิดเป็นคนได้ก็เพราะมีพ่อแม่

ในเรื่องนี้ขอให้เข้าใจว่าเป็นสำนวนในภาษาบาลี อาจแปล

ขยายความได้ว่า ต้องเชื่อว่าความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก มีความหมายสำคัญที่ควรยอมรับและเคารพ ความสัมพันธ์นี้เป็นเรื่องลึกซึ้ง และลึกซึ้ง พระพุทธองค์ทรงสอนว่าไม่มีบาปกรรมใด ๆ หนักกว่าการฆ่ามารดาหรือบิดา ในภาษาบาลีท่านเรียกว่าเป็น *อนันตริยกรรม* คือ กรรมชนิดที่สำนึกบาปแล้วกลับตัวอย่างไรก็แก้ไม่ได้เลย ฉะนั้น องค์สิมมาล ฆ่าคน ๙๙๙ คน แต่ยังบรรลुเป็นพระอรหันต์ได้ แต่ถ้าสมมติว่าองค์สิมมาลได้ฆ่าพ่อหรือแม่เพียงคนเดียว ก็หมดหนทางเรียกว่าเป็นเรื่องลึกซึ้ง ไม่ใช่ว่าพระพุทธองค์ทรงสอนอย่างนั้นเพียงเพื่อเป็นอุบายช่วยเสริมความมั่นคงของสถาบันครอบครัวนะ แต่เป็นสัจธรรมความจริงที่ท่านทรงค้นพบ แล้วเปิดเผยเพื่อประโยชน์สุขแก่มนุษย์ทุกยุคทุกสมัย ฉะนั้น มติของพระพุทธศาสนาคือ เรากับท่านทั้งสอง คือคุณพ่อคุณแม่ มีความผูกพันที่ลึกล้ำ คงข้ามภพชาติหลายภพหลายชาติแล้ว เป็นสิ่งที่เราควรยอมรับ เคารพ และเอาใจใส่

สรุปแล้ว เรามีอะไรที่ยังค้างอยู่กับท่าน ซึ่งในบางกรณีอาจจะ เป็นสิ่งที่ไม่ดีบ้างเหมือนกัน ลูกที่ถูกทอดทิ้งหรือโดนทารุณกรรม โดยการทุบตีหรือล่วงละเมิดทางเพศก็มีและดูจะมีมากขึ้นทุกวัน แต่ความสัมพันธ์พิเศษระหว่างพ่อแม่กับลูกยังมีอยู่ในทุกราย ชาตินี้เป็นแค่ฉากเดียว ฉากก่อนเราไม่รู้ว่ามีอะไรเกิดขึ้น เราควรระดม และพยายามทุกวิถีทางที่จะป้องกันการเบียดเบียนลูก ลงโทษผู้กระทำผิดตามกฎหมาย แต่ไม่ต้องฟ่งโทษเขาด้วยอคติ เพราะข้อมูล

เราไม่ครบ ฝ่ายลูกควรตอบแทนบุญคุณที่อาจมองไม่เห็นเท่าที่ทำได้
อย่างน้อยที่สุดด้วยการให้อภัย

พ่อแม่ที่เป็นยักษ์เป็นมารกับลูกยังมีน้อยส่วนใหญ่เป็นพรหม
เป็นพระกับลูกมากกว่า พระพุทธองค์ทรงสอนเรื่องการตอบแทน
บุญคุณแก่พ่อแม่ในที่หลายแห่ง ที่ชินหูกันมากที่สุดคือตอนที่ท่าน
ทรงสอน ทิศหก ให้กับหนุ่มชื่อ สิงคาลกะ มีข้อความตอนหนึ่งว่า
บุตรธิดาควรบำรุงมารดาบิดาผู้เป็นเหมือนทิศเบื้องหน้าว่า
โดย...

ท่านเลี้ยงเรามาแล้วเลี้ยงท่านตอบ

ช่วยทำกิจธุระการงานของท่าน

ดำรงวงศ์สกุล

ประพฤติตนให้เหมาะสมกับความเป็นทายาท

เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญให้ท่าน

คำสอนในพระสูตรนี้ เป็นโครงสร้างของสังคมพุทธ ที่เน้น
ความรับผิดชอบต่อกันหรือหน้าที่ มากกว่าสิทธิของแต่ละคน ทุก
วันนี้ในเมืองไทยยังมีลูกที่ปฏิบัติตามหลักนี้อย่างน่าชมจำนวนไม่น้อย
แต่ที่นี้อาตมาอยากจะอ้างพระพุทธพจน์อีกบทหนึ่ง ซึ่งมีการปฏิบัติ
ตามน้อยกว่า คือพระพุทธองค์ตรัสว่า ลูกคนไหนเชิญคุณพ่อคุณแม่
ไปนั่งบนบ่าคนละข้าง แล้วแบกไปแบกมาตลอดร้อยปี รับประทานอาหาร
ประณีตที่ท่านชอบ อาบน้ำนวดเส้นให้ท่าน แม้จนกระทั่งปล่อยให้

ท่านถ่ายบัตรสภาวะและอุจจาระรดบ่า หรือไม่อย่างนั้นมอบเงินให้
ท่านเป็นจำนวนล้านหรือสิบ ๆ ล้าน ตั้งท่านไว้ในตำแหน่งมีเกียรติ
ยศและอำนาจ ทำถึงขนาดนี้ก็ยิ่งยากที่จะตอบแทนบุญคุณท่านได้
หมด

แต่ว่าลูกคนใดสามารถปลุกฝังหรือชักนำให้พ่อแม่ผู้ไม่มี
ศรัทธาในหลักธรรมหรือมีศรัทธาน้อย ได้มีศรัทธามากขึ้น พ่อแม่ผู้
ไม่มีศีลหรือมีศีลที่ขาดตกบกพร่อง ได้มีศีลมากขึ้น พ่อแม่ผู้ตระหนี่
ให้กลายเป็นผู้ยินดีในทานและการช่วยเหลือเกื้อกูล พ่อแม่ผู้ไม่มี
ปัญญาชนะกิเลสและดับความทุกข์ได้มีปัญญาลูกที่ทำอย่างนี้ได้สำเร็จ
ก็ถือว่าตอบแทนบุญคุณของพ่อแม่ได้สมบูรณ์ ได้ใช้หนี้อันศักดิ์สิทธิ์
ได้หมด

พระสูตรนี้ให้ข้อคิดหลายอย่าง อาตมาเข้าใจว่าพระองค์
ตรัสบทนี้อย่างอมยิ้ม ไม่เชื่อลองวาดภาพตัวเองป้อนอาหารแก่พ่อ
แม่ผู้นั่งบนบ่าเราดูเถิด รับประทานอาหารไม่ถึงร้อยปีหรอก อาจไม่ได้
ห้าห้าที่ด้วยซ้ำไป คุณแม่บางคนอาจไม่กล้าขึ้นเลย เพราะกลัวตกพื้น
แขนขาหัก ที่พระพุทธองค์ตรัสอย่างนี้ น่าจะเป็นเพราะว่าท่านทรง
ต้องการให้เราพิจารณาว่า โอ้โฮ! ทำถึงขนาดนั้นยังไม่พอ นับ
ประสาอะไรกับที่พวกเราทำกันทุกวันนี้ ท่านคงอยากให้เห็นว่ามัน
เหมือนกับเราเป็นหนี้สินจำนวนมหาศาล ดิ้นรนแทบตายก็ได้แต่
ดอกเบี้ยยไปให้เขา เขาทวงเงินเรา จะอ้างความเหน็ดเหนื่อยกับเจ้า

หนี้ไม่ได้ ไม่ใช่ประเด็น เขาสนใจแต่เงินที่ยังเหลืออยู่ เราทำอะไรให้พ่อแม่ก็เหมือนกัน เราอาจคิดว่าเราทำได้มากแล้ว จริง ๆ แล้วถ้าไม่ช่วยทางด้านธรรมะ การปรนนิบัติเป็นแค่การชำระดอกเบี้ยเท่านั้นเอง เพราะหนี้พ่อแม่ไม่ใช่หนี้ธรรมดา แต่เป็นหนี้ศักดิ์สิทธิ์

พระพุทธองค์จึงทรงสอนว่า นอกเหนือจากการปฏิบัติต่อพ่อแม่ แบบบทศกหกแล้ว ชาวพุทธเราต้องพยายามส่งเสริมให้ท่านทำแต่คุณงามความดี เรียกว่าเป็นกัลยาณมิตรของมารดาบิดา

ตรงนี้เราสามารถเห็นลักษณะของสังคัมพุทธชัดเจนว่า เป็นสังคัมที่ทุกคนพยายามเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน พ่อแม่ควรเป็นกัลยาณมิตรต่อลูก ลูกควรเป็นกัลยาณมิตรต่อพ่อแม่ พี่ควรเป็นกัลยาณมิตรต่อน้อง น้องควรเป็นกัลยาณมิตรต่อพี่ สามีควรเป็นกัลยาณมิตรต่อภรรยา ภรรยาควรเป็นกัลยาณมิตรต่อสามี ทุกคนควรช่วยกันขัดเกลากิเลส สร้างชีวิตและสังคัมแห่งความเมตตา กรุณา และปัญญา

ในพระสูตรข้างต้น พระพุทธองค์ทรงระบุธรรมสี่ประการ ก่อนอื่นขอทบทวนและขยายความของธรรมเหล่านั้น

ศรัทธา คือความเชื่อมั่นว่าพระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้จริง เชื่อว่าคำสอนของท่านเป็นจริง เมื่อศึกษาและปฏิบัติตามแล้ว มีผลจริง

ต่อผู้ที่ปฏิบัติจริง เชื่อว่าผู้ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบตามคำสอนมีจริง และ
หมู่ोरิชยชนนั้นนำเคารพนับถือยิ่งกว่าหมู่ชนอื่นทั้งหลายทั้งปวง เชื่อ
ว่ามนุษย์เป็นผู้กำหนดชะตากรรมของมนุษย์เอง เราจะดี จะชั่ว จะ
สุข จะทุกข์ ก็อยู่ที่เรา ชีวิตของเราไม่ได้ขึ้นอยู่กับภุมพิศาค เทวดา
พรหม หรือการดลบันดาลของใครที่ไหน หากขึ้นอยู่กับกรกระทำ
ของมนุษย์เอง ทางกาย วาจา ใจ ทั้งในอดีตและสำคัญที่สุดในปัจจุบัน
เชื่อมั่นในศักยภาพของตัวเองที่จะบรรลุธรรม และเชื่อว่าความเป็น
อิสระจากความทุกข์และกิเลสเป็นสิ่งที่สูงสุดที่มนุษย์ควรจะได้จากชีวิต

ศีล คือความงดงาม คือการห้ามใจจากการทำหรือพูดสิ่งที่
เบียดเบียนตนหรือคนอื่น การหลุดพ้นจากบาปกรรมทางกายและวาจา
ศีลจะมั่นคงด้วยการคุ้มครองของความละอายต่อบาป และความ
เกรงกลัวต่อบาป ศีล คือมาตรฐานชีวิตสำหรับผู้มุ่งการเจริญทางธรรม

จาคะ คือการไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งนอกตัว คือความยินดีใน
การให้ทานและการเกื้อหนุนจนเจือ ผู้มีจาคะเป็นคนใจดี อารีอารอบ
ไม่ขี้ก ขี้ตืด ไม่ตระหนี่ถี่เหนียว เป็นผู้มีน้ำใจ

ปัญญา คือความรู้ที่ดับทุกข์ดับกิเลสได้ มนุษย์อยู่ดี ๆ ก็เป็น
ทุกข์ได้ทั้ง ๆ ที่ไม่ยอมเป็นแม้แต่ชนิดเดียว เพราะไม่เข้าใจว่าความ
ทุกข์เกิดขึ้นและดับไปอย่างไร ทำไม่ไม่เข้าใจ? เพราะไม่เข้าใจตัวเอง
และไม่พยายามที่จะเข้าใจเท่าที่ควร ผู้ที่ไม่เข้าใจตัวเองต้องใช้ชีวิต

เป็นเหยื่อของอารมณ์อยู่เรื่อยไป อยู่ในห้องมืดกับงูเห่า จะเดินไปเดินมาโดยไม่โดนงูกัดหรือแค่ว่าไม่ชนเฟอร์นิเจอร์ก็เหลือวิสัย

ปัญญาในเบื้องต้นคือความรู้ระดับสัญญา ความจำที่เกิดจากการได้ยิน ได้ฟัง ได้อ่านหลักธรรม อารมณ์ทั้งดีและชั่ว เราปรุงขึ้นด้วยความเห็นและความคิด ผู้ที่เคยฟังหลักธรรมแล้วจดจำเอาไว้ ไตร่ตรองจนเข้าใจความหมายแล้ว จะมีแนวความคิดที่ดี เมื่อจิตแล่นไปตามแนวที่ดีก็ไม่ดกร่อง ไม่กระแทก ไม่เลื่อนไหล เช่น เมื่อมีใครกลั่นแกล้ง ผู้ที่ไม่เคยฟังเทศน์หรืออ่านหนังสือธรรมะมักจะโกรธแค้นหรือก่อกลั่นกลุ่ม ส่วนผู้ที่เคยศึกษาธรรมะจะจำได้ว่า พระเคยเล่าว่าแม้พระพุทธองค์เองทรงเคยโดน ทำไมเราจะโดนไม่ได้ เลยทำได้มากขึ้น ไม่ต้องคว่ำเอาขวดเหล้าหรือยานอนหลับเป็นที่พึ่ง ปัญญาในระดับนี้เป็นปัญญาที่รู้บาปบุญคุณโทษ ให้มุมมองชีวิตและโลกที่สงบและตรงต่อความเป็นจริง

ปัญญาในระดับสูงขึ้นไป เป็นปัญญาที่ให้ความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นในจิตใจของผู้มีศีลบริสุทธิ์และสมาธิหนักแน่น ถึงขั้นนี้ ไม่ใช่ความคิดเสียแล้ว มันเร็วกว่าความคิด เหมือนเครื่องบินรบที่เร็วกว่าเสียง ปัญญาคือการเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงอย่างประจักษ์แจ้งจนหมดสนุกในการยึดติดว่าเป็นเราหรือของเรา ปัญญาทะลุปรุโปร่งรู้ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง รวมถึงความรู้สึกนึกคิดของตน ล้วนแต่เป็นของธรรมชาติที่ไม่มีเจ้าของ ปัญญาค้นพบว่าชีวิตไม่ใช่

ป้อมปราการในที่กันดาร หากเป็นแม่น้ำที่ไหลอย่างเยือกเย็นอยู่ใน
อุทยานแห่งโลก เมื่อปัญญาเห็นอย่างนี้ก็จะปล่อยวาง

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า ลูกที่ดีควรเอาใจใส่ปรนนิบัติมารดา
บิดา การปรนนิบัตินั้นเริ่มด้วยวัตถุแต่ไม่ได้จบด้วยวัตถุ การให้วัตถุ
หรือการอำนวยความสะดวกสบายเป็นสัญลักษณ์ของความรัก แต่
ไม่ใช่เครื่องพิสูจน์ความรัก และไม่ควรเป็นสิ่งทดแทนความรักเสีย
เลย

วิธีการปฏิบัติต่อพ่อแม่ในแต่ละครอบครัวจะไม่เหมือนกัน
เพราะย่อมขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยหลายอย่าง เช่นลูกมีกี่คน ยังเด็ก
หรือโตแล้ว อยู่ที่บ้านหรือออกเรือนแล้ว อยู่ใกล้หรือไกล เป็นต้น ถ้า
คุณพ่อคุณแม่อยู่ในวัยชราแล้ว ลูกที่ดีก็ต้องช่วยกันดูแล หรือผู้ที่ไม่
สะดวกจริง ๆ (ไม่ใช่แค่ข้ออ้าง) ก็ไปเยี่ยมบ่อย ๆ หรืออย่างน้อย
ที่สุด โทรศัพท์ไปคุย หรือเขียนจดหมายเป็นประจำ เล่าให้ท่านฟัง
เรื่องราวในชีวิตของลูก เพราะความที่รู้ว่าลูกคิดถึงและเป็นห่วง เป็น
ยาเย็นที่สามารถสงบจิตใจของพ่อแม่ได้อย่างสนิท มีฤทธิ์มาก
กว่ายาที่หมอจัดให้ท่านเยอะ ฉะนั้น ลูกต้องให้ในสิ่งที่ตนมีอยู่ ท่าน
ป่วยเราเสียค่ายาค่าหมอให้ท่านก็ดีมาก แต่ถ้าเรายากจน ช่วยด้าน
นั้นไม่ได้ เราต้องให้ในสิ่งที่เรามี เช่น เวลา การนั่งเป็นเพื่อน อ่าน
หนังสือให้ท่านฟัง หรือการพยาบาลเท่าที่เราทำได้ เช่นการนวด การ
เช็ดตัว การป้อนข้าว อาจมีค่าต่อท่านมากกว่าเงิน

พระสูตรที่อ้างถึงข้างต้นนั้นทำให้เข้าใจว่าตัวกำหนดความสุขและความทุกข์ในชีวิตของเราที่ยิ่งใหญ่ คือความรู้สึกนึกคิดหรือจิตใจของเราเอง ท่านจึงสอนว่า ลูกที่สามารถช่วยให้คุณพ่อคุณแม่ตั้งอยู่ในคุณธรรม มีจิตใจแจ่มใสเบิกบานได้ ก็ได้บุญมากทีเดียว เพราะเป็นการให้ หรือช่วยให้ท่านได้สิ่งล้ำค่า การให้สิ่งของมันเสียได้เสียได้ บางครั้งกลายเป็นดาบสองคมก็มี การรับใช้ก็ช่วยท่านได้เฉพาะในชาตินี้ แต่คุณงามความดีไม่มีโทษอย่างนั้นเลย ไม่ลอยตัวตามความเชื่อถือของใคร ไม่มีขึ้นมีลง ไม่มีใครแย่งชิงได้ และยังเป็นเสบียงในการเดินทางไปสู่ชาติหน้าด้วย ท่านจึงเรียกคุณธรรมต่าง ๆ ว่าเป็นอริยทรัพย์ คือเป็นทรัพย์อันประเสริฐ ประเสริฐ เพราะเป็นสื่อให้ได้สิ่งอันประเสริฐ คือความเป็นอิสระจากความทุกข์อย่างสิ้นเชิง เราควรจะให้ความสุขความสบายแก่ผู้มิบุญคุณต่อเรา ให้มากที่สุดเท่าที่เราทำได้ แต่ในขณะเดียวกัน ไม่ควรลืมความจริงว่า สิ่งที่สูงกว่านี้ยังมีอยู่ ต้องเข้าใจว่าการช่วยลดความทรมานในการตุนัตตุนในวัฏสงสารของพ่อแม่ ยังสู้การลดเหตุที่พ่อแม่ต้องรับการทรมานนั้นต่อไปไม่ได้

มติของพระพุทธศาสนาในเรื่องการตอบแทนบุญคุณ จึงขึ้นอยู่กับหลักความเชื่อของเราว่า...

๑. การเวียนว่ายตายเกิดเป็นทุกข์ และการไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดเป็นสุข

๒. การเวียนว่ายตายเกิดมีกิเลสเป็นเชื้อ

๓. มนุษย์ปล่อยวางกิเลสได้และควรปล่อยวาง

๔. การปล่อยวางกิเลสและบำเพ็ญความดีคือการปฏิบัติไปสู่ความสุขที่แท้จริง

ปัญหาคือว่า ทำอย่างไรเราจึงจะได้ปลุกฝังหรือชักนำให้คุณพ่อคุณแม่ของเราเจริญด้วยศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา อย่างที่พระพุทธองค์ทรงแนะนำไว้ ก่อนอื่นขอให้เตรียมตัวรับความผิดหวัง เราอาจจะทำไม่ได้เหมือนกันหรืออาจจะได้ผลน้อย ไม่อ่อนของเรา ยังดัดยากพอสมควร ทำให้ไม่ไถ่แก่ของท่านต้องดัดง่าย อย่ารำคาญท่านเลย อย่าหงุดหงิด อย่าท้อแท้ ใจจะไม่เป็นบุญ การที่คนเราเปลี่ยนยากเป็นเรื่องธรรมดา ฉะนั้น ขอให้ทำโดยไม่ต้องคาดหวังมาก ทำเพราะเป็นหน้าที่ของลูกที่ดี อายายอมให้เป็นทุกข์กับการทำความดีเลย

สิ่งที่สำคัญที่เราต้องเป็น ตัวอย่างที่ดี โบราณบอกว่า สิ่งที่ทำดีกว่าคำพูด การชักนำที่ดีที่สุดอาจจะไม่ใช่การพูดก็ได้ จงให้คุณพ่อคุณแม่เห็นประโยชน์ที่เราได้จากการศึกษาและปฏิบัติธรรม ให้ท่านเห็นความใจดี ความใจเย็น ความเมตตา ความสุขุมรอบคอบ ความไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคของเรา ท่านจึงจะเลื่อมใสและมีกำลังใจทำตาม พูดง่าย ๆ ว่าอยากช่วยคุณพ่อคุณแม่ต้องช่วยตัวเองพร้อม ๆ กัน

การช่วยในข้อที่สามคือจาคะ คงจะง่ายกว่าเพื่อน เพราะ

วัฒนธรรมไทยได้เน้นในเรื่องนี้มาตลอด คงไม่มีประเทศไหนในโลก
ที่คนยินดีในทานเหมือนเมืองไทย อย่างไรก็ตาม ลูกกตัญญูต้องคอย
ชวนท่านทำบุญอยู่ตามโอกาส และในอัตราที่เหมาะสมและพอดี ควร
ชวนท่านให้ในทางที่เป็นประโยชน์ต่อพระศาสนาและสังคมทั่วไป
อย่างแท้จริง

มีสติปัญญาในการให้ รู้ความควรและไม่ควร เช่นให้ทราบว่า
พระวินัยห้ามพระขออะไรจากโยมผู้มีปัญญา นอกจากว่าโยมเคย
ปวารณาไว้ ฉะนั้น พระเรียไรกำลังทำสิ่งที่ผิดวินัย ไม่ต้องกลัวว่า
ถ้าไม่ให้จะเป็นบาป ตรงกันข้าม ให้แล้วเป็นบาปมากกว่า เพราะ
เป็นการส่งเสริมความทุกข์ของพระ และความเสื่อมเสียของสถาบัน
สงฆ์

นอกจากนี้ การเป็นตัวอย่างในการใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย ไม่
ฟุ้งเฟ้อฟุ้งเฟ้อ ไม่สุรุษสุร่าย ไม่หลงใหลกับวัตถุ เป็นการเตือนสติ
ให้พ่อแม่ไม่ให้ติดในวัตถุด้วย ซึ่งเป็นอีกความหมายหนึ่งของคำว่า
จาคะ ในกรณีนี้เราทำหน้าที่เป็นกระจกให้ท่านได้ดูตัวเอง คุณพ่อ
บางคนเห็นรถยนต์รุ่นใหม่เอี่ยมก็กระโดดโลดเต้นเหมือนเด็กหนุ่ม คุณ
แม่บางคนพอเห็นเสื้อผ้าแบบใหม่เอี่ยมก็อุทานออกมาเหมือนสาวรุ่น
ทั้งสองมักจับไข้อยากได้โดยฉับพลัน ในสมัยปัจจุบันอาภักดิ์กับกิริยาที่
โบราณถือว่าเป็นการเสียผู้ใหญ่กลายเป็นเรื่องธรรมดา การรู้จักความ
พอดีของเราจึงอาจเตือนท่านได้บ้าง

ในข้ออื่นคงแล้วแต่นิสัยของพ่อแม่ ถ้าท่านเคยเข้าวัดและสนใจเรื่องธรรมะ เราคงชวนท่านคุยในเรื่องมีสาระได้ง่ายหน่อย แต่ถ้าท่านไม่เคยและสุขภาพยังดี (คือยังไม่กลัวตาย) ท่านอาจจะไม่ชอบเพราะผู้ที่ยังหวงแหนกิเลสว่าเป็นของมีค่า เป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีรสชาติจะรู้สึกว่าการธรรมะเป็นสิ่งที่คุกคามและเขาจะพยายามหลบหลีกหรือบดเป่า ถ้าเป็นอย่างนั้นต้องยอมรับด้วยความเคารพในสิทธิของท่าน อย่าเพิ่งถือท่านมาก ไม่ต้องเคี้ยวเข็ญ ธรรมะไม่ใช่สิ่งที่ใครจะยึดเย็ดให้ใครได้ ถึงแม้ว่าผู้อยากให้มีหวังดีก็ตาม ต้องปล่อยวางไว้ก่อน ถ้าท่านพร้อมเมื่อไหร่เราก็ยังยินดีเหมือนเดิม

ส่วนพ่อแม่ที่สนใจ ชวนท่านไปวัดก็ดี ให้ท่านได้ทำบุญ ฟังเทศน์ นั่งสมาธิภาวนาในที่สงบบ้าง ท่านยังมกมายในเรื่องวัดดุมงคล ไสยศาสตร์ การดูหมอ หาคนทรง ไหว้พระราหู ฯลฯ พุดได้ก็พุด แต่หากกาลเวลาอันสมควร และอย่าให้ท่านรู้สึกที่เรารู้ ท่านไม่รู้ เราฉลาด ท่านโง่ ชวนให้ท่านออกกำลังกายเป็นประจำ การรำมวยจีนเหมาะดีเพราะเป็นการเจริญภาวนาอยู่ในตัว หาหนังสือธรรมะดี ๆ ให้ท่านอ่าน หรือเปิดเทปให้ท่านฟัง ชวนท่านคุยในเรื่องความเกิดความแก่ ความเจ็บ ความตายบ้าง โดยไม่ถือว่าเป็นเรื่องอัปมงคล ศรัทธาและปัญญาเกิดจากการกล้าเผชิญหน้ากับความจริงของชีวิต ไม่ใช่จะไม่ยอมคิดถึงเรื่องพรรคนี้จะพินันไป

ขอให้เข้าใจด้วยว่า การเป็นลูกที่ดีไม่ได้หมายความว่าต้อง

ทำทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณพ่อคุณแม่สั่งหรือขอร้อง ไม่ใช่การฝืนใจท่าน ต้องบาปเสมอ ทำไม? ก็เพราะพ่อแม่ที่สั่งและขอร้องในสิ่งที่ไม่ถูกต้องหรือไม่เหมาะสมก็มี ท่านชวนเราทำในเรื่องผิดกฎหมายหรืออบายมุขต่าง ๆ เช่นกินเหล้าหรือเล่นการพนันเป็นต้น เราไม่ทำตามก็ไม่ผิด นอกจากพ่อแม่เราแล้ว เรายังเป็นลูกของพระพุทธเจ้าอยู่ บุญคุณของพระพุทธองค์ยิ่งมากกว่าของพ่อแม่อีก ฉะนั้น ในเมื่อการตอบแทนบุญคุณของพ่อแม่ขัดกับหลักความถูกต้อง ผู้มีปัญญาต้องเอาความถูกต้องก่อน การเป็นกัลยาณมิตรกับตัวเองและคุณพ่อคุณแม่ ไม่ต้องเอาใจท่านในทุกเรื่อง เราต้องมีหลักการที่ชัดเจน ดึงาม และไม่เข้าข้างตัวเอง

มีเวลาว่างตอนเช้าหรือตอนเย็นก็ทำวัตรสวดมนต์กับท่าน ชวนท่านนั่งสมาธิด้วยกัน ความสงบให้ความสุข ความเข้มแข็ง และความผ่องใสที่นำอัครรรยแก่ผู้ที่เข้าถึง และผู้ใดทำจิตสงบได้แล้วมักมีอายุยืนด้วย เนื่องจากว่าพลังสมาธิข่มความว้าวุ่นขุ่นมัว ความวิตกกังวล ซึ่งเป็นตัวทำลายภูมิต้านทานโรค ถ้าท่านฝึกสมาธิจนชำนาญ ท่านจะมีที่พึ่งภายในอันเลิศในยามเจ็บไข้ได้ป่วย ส่วนการช่วยท่านขัดเกลากิเลส วิธีการง่าย ๆ อย่างหนึ่งคือการไม่ยอมพุดคุยในเรื่องที่เป็นอกุศล ไม่ยินดีในการนินทาใครลับหลัง ถ้าเราเจียบไปท่านจะไม่สนุกและคงจะรู้สึกตัวบ้าง

ลูกที่ยังอยู่ที่บ้านต้องเป็นกลางในการปะทะกันระหว่างพ่อ

กับแม่ที่อาจเกิดขึ้นเป็นครั้งคราว ในยามดึกเครียด ทั้งสองฝ่ายมักจะทาบทามเพื่อให้เราเข้าข้างเป็นพันธมิตร ลูกที่ดีต้องไม่ยอมอย่างนั้น คงอยู่เป็นกรรมกรดีกว่า พยายามพูดให้ท่านเย็นลง ระวังอย่าทำอะไรหรือพูดอะไรที่ทำให้เหตุการณ์กำเริบ ชวนให้ท่านยอมซึ่งกันและกันโดยไม่ต้องมีแพ้มิชนะกัน อดทนในการฟังเรื่องทุกซอกซี้ของท่านทั้งสองโดยไม่เบื่อหน่าย อย่างนี้เรียกว่าการตอบแทนบุญคุณเหมือนกัน เป็นการช่วยให้ท่านมีสติ ไม่ละเมิดในหลักสัมมาวาจา

ถ้าเราปฏิบัติเป็นกัลยาณมิตรต่อคุณพ่อคุณแม่ นาน ๆ เข้า ความเชื่อถือของท่านในตัวเราจะเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ และโอกาสที่เราจะได้ชักนำท่านในทางที่ดีจะมีมากขึ้น แต่ต้องค่อยเป็นค่อยไป อย่าใจร้อน ขอให้สังเกตว่าเราเองก็ได้กำไรอยู่เรื่อย เพราะในการปฏิบัติต่อผู้ใหญ่ เราต้องใช้ความอดทนมาก ผู้ที่ชราแล้วชอบหงุดหงิด จุกจิก หรือหลงลืมเป็นอย่างนั้น แล้วเราต้องรักษาความทรงจำของตัวเองไว้ ทั้ง ๆ ที่อยากรำคาญ การช่วยท่านกับช่วยตัวเองจึงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ที่จริงโลกนี้เป็นโลกแห่งบุญคุณ อาหารที่เราได้ทานวันนี้เราปลูกเองไหม? มันมาจากไหน? เสื้อผ้าที่ใส่วันนี้เราตัดเองไหม? ผ้ามาจากไหน? เสื้อที่ทำจากฝ้ายชิ้นหนึ่งต้องมีทั้งผู้ปลูกฝ้าย ผู้เก็บเกี่ยวฝ้าย ผู้ทอฝ้าย ผู้ตัดเสื้อ หรือออกแบบเครื่องทอและตัด ผู้ผลิตผู้ชาย ฯลฯ วันนี้ถ้าได้ใช้โทรศัพท์ ดูโทรทัศน์หรือนั่งรถยนต์ เราได้

อาศัยความฉลาดและความเพียรของเพื่อนมนุษย์สักกี่คนในทีประเทศ? การสำนึกในสิ่งที่เราได้ว่ามาจากไหนบ้าง จะทำให้จิตใจสงบลงไปได้ และทำให้เรารู้สึกถึงสายสัมพันธ์ระหว่างชาวโลกที่ตาเรามองไม่เห็น

ไม่ใช่ที่เราเป็นหนี้แต่มนุษย์อย่างเดียว สัตว์ก็มีบุญคุณต่อเราเหมือนกัน เช่น ไล่เดือนไม่กินดิน มนุษย์ก็ทำการเกษตรไม่ได้ ทำการเกษตรไม่ได้ก็ตายทั้งนั้นแหละ ไล่เดือนก็มีบุญคุณต่อเรามาก ไม่ต้องพูดถึงควาย วัว และสัตว์เลี้ยงอย่างอื่น เราเคยคิดขอบใจมันบ้างไหม

จริง ๆ แล้วมนุษย์หายจากโลกเมื่อไร น่ากลัวสัตว์ทุกจำพวก ต้องออกมาโห่ร้องกันจนเสียงแหบเมื่อนั้น เพราะมนุษย์เราเนรคุณใช้สอยของธรรมชาติตลอด แต่กลับทำลายธรรมชาติจนโลกจะพินาศ เพียงเพื่อผลประโยชน์ส่วนตัว ด้วยหลงว่าเราเป็นเจ้าโลก ไม่ต้องรับผิดชอบอะไรต่อสัตว์และพืชร่วมโลก ของใครของมัน แม้ชาวพุทธเราซึ่งน่าจะฉลาดกว่านี้ ก็รับเอาความคิดบ้า ๆ บอ ๆ ของชาวตะวันตกโดยไม่ค่อยรู้สึกตัว เลยยินดีกับการทำลายอนาคตของโลกอย่างหน้าตาเฉย ต่อจากนี้ไปเราและลูกหลานของเราจะต้องรับผลกรรม แล้วเราจะไปโทษใคร เตี้ยวันนี้อาจจะไม่สายเกินแก้ แต่เราต้องเปลี่ยนความคิดใหม่ให้รับรู้ในความลึกซึ้งของบุญคุณ ช่วยกันปราบความเห็นแก่ตัวของมนุษย์ จุดเริ่มต้นคือครอบครัวของเราเอง

พระพุทธองค์ตรัสว่า ในโลกนี้ ผู้ที่ไม่เคยเป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นพี่ เป็นน้องของเราในชาติก่อนหาได้ยากมาก ฉะนั้น ผู้ที่ซาบซึ้ง ในบุญคุณของผู้มีอุปการคุณต่อตนควรจำบทนี้ไว้ด้วย แล้วให้เรา ปฏิบัติต่อเพื่อนมนุษย์ทุกคนในลักษณะเป็นเพื่อนที่ดี และให้เราเป็น เพื่อนที่ดีของโลกที่เราอยู่ด้วย

ชยสาโร ภิกขุ
จากหนังสือ 'หนัศักดิ์สิทธิ์'

ชยสาโร ภิกขุ

นามเดิม : ฉอน ชิเวอร์ตัน (SHAUN CHIVERTON)

พ.ศ. ๒๕๐๑ : เกิดที่ประเทศอังกฤษ

พ.ศ. ๒๕๒๑ : ได้พบกับท่านอาจารย์สุเมโธ ที่วิหารแอมสแตด ประเทศอังกฤษ ถือเพศเป็น
อนาคาริกะ (ปะขาว) อยู่กับท่านอาจารย์สุเมโธ ๑ พรรษา แล้วเดินทางมายังประเทศไทย

พ.ศ. ๒๕๒๒ : บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี

พ.ศ. ๒๕๒๓ : อุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดหนองป่าพง

โดยมีพระโพธิญาณเถร (ชา สุภัทโท) เป็นพระอุปัชฌาย์

ปัจจุบัน : ผู้รักษาการเจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ ตำบลบึงหวาย อำเภอวารินชำราบ

จังหวัดอุบลราชธานี

เศรษฐศาสตร์ในร้านไอติม money business happiness

เสียงกริ่งกริ่งของเหรียญเงิน รอยยิ้ม และความภูมิใจของเด็ก ๆ จากการได้ร่วมอดออม เพื่อทำธุรกิจร้านไอติมธรรมดาในวันแม่ที่ผ่านมา ได้สร้างบรรยากาศที่เต็มไปด้วยความสุข ความสดใส และพลังของความตั้งใจที่คนทุกวัยจะได้มีโอกาสร่วมแบ่งปันภายใต้หลังคา 'ร้านไอติมธรรมดา' ณ เสถียรธรรมสถาน

พี่ตักไอติมให้น้อง พ่อจูงมือแม่เข้ามาแบ่งปันความพร้อมให้ลูก เด็กกินไอติมฟรี แต่ผู้ใหญ่จ่ายเงิน คือกิจกรรมที่สื่อถึงการแบ่งปันและการแลกเปลี่ยน เป็นวิธีการทำธุรกิจรูปแบบใหม่ที่หาได้ยากในสังคมปัจจุบัน

เงิน ธุรกิจ และความสุข มีความสำคัญในการขับเคลื่อน

ชีวิตมนุษย์ในโลกปัจจุบัน แต่การเคลื่อนไหวของคนในโลกของการทำธุรกิจ กลับพบถึงความยากลำบากที่จะสัมผัสถึงความสุข หลายคนมีเงินเป็นเป้าหมายสำคัญแห่งการทำธุรกิจ หลายคนเลือกที่จะมีความสุขต่อเมื่อธุรกิจเป็นไปตามต้องการ บางคนทุ่มเททั้งชีวิตเพื่อให้ได้มาซึ่งความสะดวกภายนอก แต่ขาดความสุขภายใน

ถึงเวลาแล้วหรือยัง ที่เราจะยกเลิกการปลูกฝังความเชื่อของการเป็น 'นักค้า' ที่มีศูนย์รวมความคิดอยู่ที่ความเห็นแก่ตัวและกิเลส ถึงเวลาแล้วหรือยังที่เราจะหันมาบริหารเงิน บริหารงาน บริหารชีวิต

เพื่อความเป็นมนุษย์ที่แท้ ไม่ใช่เป็นแค่เหยื่อ และให้โอกาสเด็ก ๆ ฝึกเป็นนักผลิต สร้างธุรกิจที่ให้ผลเป็นความสุขมหาศาล

ทุน...ไม่สุรุ่ยสุร่าย กำไรคือความสุข

คือข้อความที่ติดอยู่ด้านหลังกระปุกออมสินสีชาวสะอาด เด็ก ๆ จะเรียกผู้หญิงที่มีลักษณะอย่างนี้ว่าอะไรก็ตาม แต่ให้เด็ก ๆ รู้ว่า ผู้หญิงที่มีลักษณะอย่างนี้จะชวนหนูทำความดีทุกวัน..

เนื่องในวันแม่แห่งชาติที่ ๑๒ สิงหาคมที่ผ่านมา คณะแม่ชีในงานสาวิกาสิกขาลัย ชวนเด็ก ๆ มาทำความดีงามร่วมกัน โดยเริ่มจากการเปิด 'ร้านไอติมธรรมรส' ซึ่งจะเป็นธุรกิจที่เราใช้วิธีการลงทุนเอาจากสิ่งที่เราใช้อย่างไม่สุรุ่ยสุร่ายโดยให้เด็ก ๆ นำเงินที่ได้

จากการใช้ชีวิตอย่างไม่สุรุ่ยสุร่าย เป็นทุนอดออมไว้ เช่น พุด
โทรศัพท์ให้สั้นลง ไม่ใช่เสื้อผ้าฟุ่มเฟือย แล้วเก็บค่าใช้จ่ายที่ไม่สุรุ่ย
สุรายนั้นเอาไว้ในกระปุกออมสินมาร่วมลงหุ้น เพื่อทำธุรกิจที่ให้
ผลกำไรคือความสุขร่วมกัน ธุรกิจที่ได้จากวิธีการลงทุนด้วยสิ่งที่เรา
ไม่สุรุ่ยสุร่ายนี้ จะเป็นไปเพื่อความสุขของเด็กทุกคนในโลกนี้ เด็ก ๆ
จะมีกำไรจากธุรกิจนี้ คือความสุขที่หล่อเลี้ยงชีวิต เป็นการฝึกวินัย
ภายในเพื่อให้เกิดการสะสมบารมี สะสมการทำความดีงามที่เป็น
สัมมาทิล्ली ซึ่งเด็ก ๆ จะมีความสุขที่ได้สะสม แล้วนำสิ่งที่สะสมนั้น
ไปคิดกันต่อว่าจะทำอะไร โดยวันนี้เราชวนเด็ก ๆ ทำธุรกิจแรกร่วม
กันคือ ร้านไอติมธรรมชาติ

ร้านไอติมธรรมชาติ คือสถานที่นัดหมายในทุกเดือนที่เราจะ
สื่อสารกับเด็ก ๆ ด้วยหัวใจ ให้เด็ก ๆ เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันอย่าง
มีความสุขและถักทอความสุขนั้นไปยังผู้อื่น เจ้าของหุ้นคือนักธุรกิจ
ตัวน้อยที่กำลังแบ่งปันความสุขจากรอยยิ้ม ไอติมอร่อย...

ท่านแม่ซีตันสนีย์ได้กล่าวถึงแนวความคิดของร้านไอติมธรรม-
รสว่า

“ร้านไอติมของเด็ก ๆ ผู้ลงทุนจะกินฟรีในฐานะผู้อดออม
ผู้ใหญ่ต้องจ่ายเงิน แต่เงินที่ผู้ใหญ่ให้ นั้นจะหมุนเวียนเป็นเงินทุน
สำหรับทำธุรกิจกับเด็ก ๆ ทุกคนที่ลงหุ้น จะก่ีสตางค์ก็ตาม หุ้นนั้น
จะเอามาอยู่รวมกันกับเด็ก ๆ ในโลกใบนี้ แล้วเราจะให้เด็ก ๆ คิดว่า

เขาจะทำธุรกิจอะไร ที่ให้ผลกำไรคือความสุข เราไม่เอาเป้าหมาย
ของธุรกิจเป็นเงิน แต่เอาความสุขเป็นกำไร”

เด็ก ๆ จะได้เรียนรู้การบริหารเงิน บริหารงาน บริหารชีวิต
ที่มีเป้าหมายร่วมกันคือ ความสุข ซึ่งมีใช่ความสุขจากการเป็นผู้ซื้อ
และเป็นผู้เสพ แต่เป็นความสุขจากการเป็นผู้ให้ เป็นผู้ผลิต...

ทุน คือหัวใจของเด็ก ๆ ที่เป็นทรัพย์สินภายใน คือหุ้นสำคัญ
ที่จะทำให้ทุกอย่างเคลื่อนไปด้วยดี คือมีความสุขตั้งแต่ดำริที่จะทำ
และขณะที่กำลังทำอยู่...

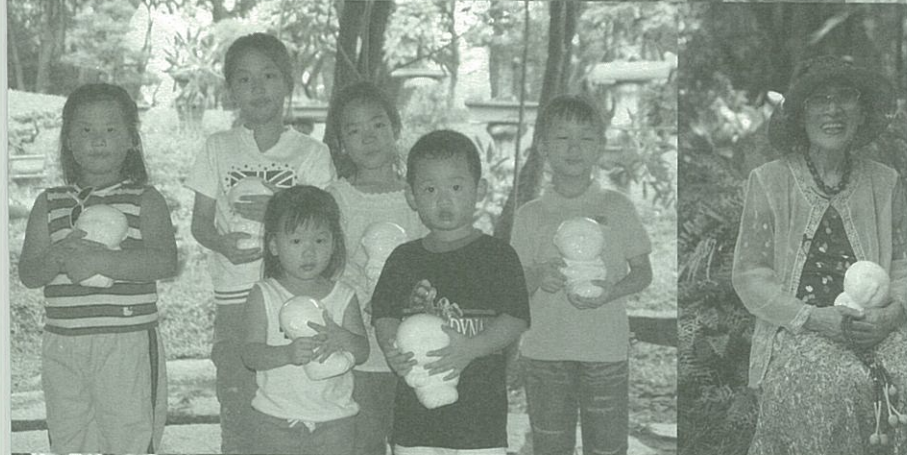
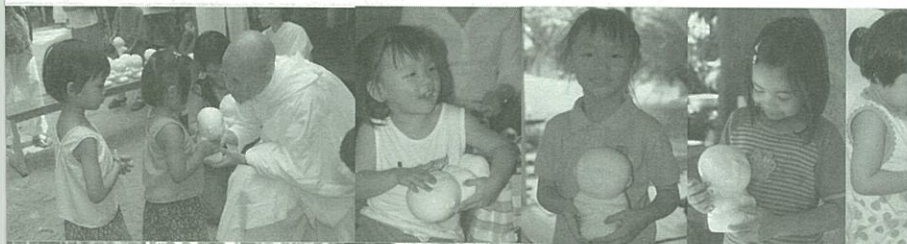
พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ได้กล่าวถึงเรื่องธรรมะกับธุรกิจ
นี้ว่า

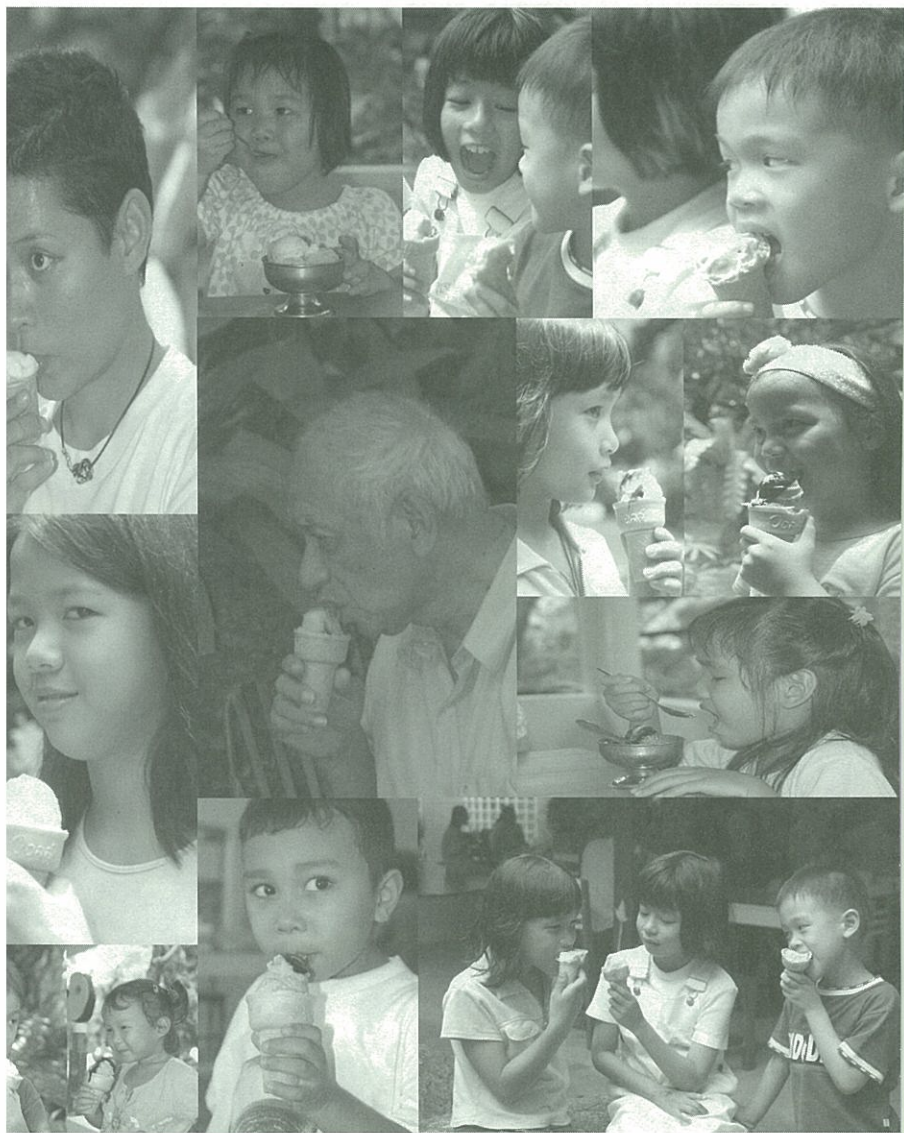
ทรัพย์สินภายนอกมีคุณค่าและความหมายเมื่อมีทรัพย์สินภายใน
เป็นฐาน การใช้ทรัพย์สินและอำนาจให้เป็นอุปกรณ์ของธรรมะนี้เป็น
ตัวอย่างอันหนึ่ง que แสดงถึงวิธีปฏิบัติต่อทรัพย์สินให้ถูกต้อง แต่การที่พระ
เจ้าอโศกมหาราชและคนที่ตั้งงามทั้งหลายจะปฏิบัติต่อทรัพย์สินที่เป็น
วัตถุได้ถูกต้องนั้น ข้อสำคัญก็คือการมีคุณธรรมภายใน...

คุณธรรมภายในที่จะทำให้เราประพฤติปฏิบัติต่อวัตถุทั้งหลาย
ภายนอกถูกต้องนั้นก็เป็ทรัพย์สินเหมือนกัน ทางพระท่านถือว่าเป็น
ทรัพย์สินภายใน คู่กับทรัพย์สินภายนอก...

ทรัพย์สินภายนอก คือทรัพย์สินเงินทองต่าง ๆ ตลอดจนจณลาภ
สักการะนั้นประการหนึ่ง แต่ภายในใจของเรายังมีทรัพย์สินอีกประการ
หนึ่งคือทรัพย์สินภายใน ที่ทางพระท่านเรียกว่าอริยทรัพย์ ทรัพย์สินภายใน







นี้มีมากมายหลายประการ

ทรัพย์นั้นเป็นเครื่องทำให้คนเรามีความสมบูรณ์ในตัวเอง ถ้าเรามีทรัพย์ภายในเราก็จะมีความสมบูรณ์ทางจิตใจ เรามีทรัพย์ภายนอกเราก็มีความมั่นใจภายนอก แต่ถ้าเรามีทรัพย์ภายในเราก็มีความมั่นใจภายใน

อะไรคือทรัพย์ภายในที่ว่า มีหลายอย่างหลายประการ พระพุทธเจ้าตรัสไว้คือ หนึ่ง ศรัทธา คือความเชื่อ ความมั่นใจ การมีความมั่นใจในหลักการอะไรบางอย่าง โดยเฉพาะคือหลักการแห่งความดีงาม ความเชื่อในการกระทำความดี ความเชื่อในกรรมดี ข้อนี้เป็นทรัพย์ที่สำคัญประการที่หนึ่ง ถ้าคนใดมีศรัทธาในกรรมดี ในการกระทำความดี คนนั้นก็มีความมั่นใจในตัวเอง จึงนับว่ามีทรัพย์ประการที่หนึ่ง ซึ่งจะเป็นทุนรอนในการสร้างสรรค์สิ่งดีงาม พุทธศาสนิกชนมีศรัทธาในพระศาสนา มีความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย ก็มีทรัพย์ประจำใจ

คนที่มีทรัพย์คือศรัทธานี้มีใจอบอุ่น มีสิ่งที่หล่อเลี้ยงใจ และทำให้ใจมีกำลังเข้มแข็งไม่ว่าเหว แม้อยู่คนเดียวก็ไม่เหงา เพราะว่ามีศรัทธาประจำใจ แต่คนที่ไม่ศรัทธา ไม่มีชีวิตจิตใจ ไม่มีหลักการอะไรในจิตใจ ไม่มีเครื่องหล่อเลี้ยงใจ เวลาอยู่คนเดียวก็จะเหงา จะว่าเหวใจมาก เพราะฉะนั้นศรัทธานี้จึงเป็นหลักสำคัญสำหรับทรัพย์ประจำใจไว้

นอกจากศรัทธาคือความเชื่อแล้วก็คือความประพฤติดีงาม ความเป็นคนสุจริต การที่ได้ดำรงตนอยู่ในทางที่ถูกต้องไม่ได้ประ-

พฤติกรรมเป็นคนเสียหายนะ ความบริสุทธิ์สุจริตนั้นก็ทำให้เกิดความมั่นใจ
ในตัวเอง เป็นทรัพย์สินประการที่สอง ทางพระท่านเรียกว่า **ศีล**

ต่อไปก็มี **หิริโอตตัมปะ** คือความละอายบาป และความ
เกรงกลัวต่อบาป ซึ่งจะเป็นเครื่องคุ้มครองป้องกันใจเรา เป็นหลัก
ประกันให้เราไม่ทำความชั่วไม่ทำความเสียหาย ทำให้เรามีความประ-
พฤติอยู่ในครรลองด้วยดี

ต่อจากนี้ก็คือ **พาหุสัจจะ** ความรู้ที่ได้เล่าเรียนต้นคว่ำและ
ฝึกฝนอบรมมา ได้แก่ ความรู้ในวิชาการต่าง ๆ ความรู้ในวิชาหาเลี้ยง
ชีพ ตลอดจนความรู้ในศิลปวิทยาและความเชี่ยวชาญในกิจการงาน
ต่าง ๆ ซึ่งเป็นทรัพย์สินสำคัญที่จะช่วยให้เราหาทรัพย์สินภายนอกได้ด้วย
อย่างน้อยคนที่มีความรู้ก็มีความมั่นใจในตัวเองและมีความพร้อม
ในการที่จะดำเนินชีวิตให้เป็นอยู่ด้วยดี

ประการต่อไปคือ **จาคะ** การรู้จักเสียสละความมีน้ำใจ การ
เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ช่วยเหลือบำเพ็ญประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ คนที่
ดำเนินชีวิตโดยทำชีวิตของตนให้เป็นประโยชน์ ไม่อยู่ว่างเปล่า ก็เป็น
คนที่มี ความมั่นใจในตัวเอง และมั่นใจอิมใจในความมีคุณค่าแห่งชีวิต
ของตน มีความสบายใจ อิมใจในตัวเองอยู่เสมอว่า ชีวิตของเรานี้มี
ค่าเป็นคุณประโยชน์แล้ว นับว่าเป็นทรัพย์สินที่ทำให้เกิดความภูมิใจอย่าง
สำคัญ

ประการต่อไปและข้อสุดท้ายที่ขาดไม่ได้ก็คือ **ปัญญา** ได้แก่
ความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ความสามารถที่จะจัดทำดำเนินการ
สิ่งต่าง ๆ ให้ถูกต้องและได้ผล ความรู้ที่จะแก้ปัญหาคำถาม ความรู้เข้าใจ

เหตุผลเข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง อันนี้เป็นทรัพย์สินประจำตัวที่สำคัญที่สุด

ทรัพย์สินทั้งหมดเหล่านี้รวมแล้วก็มีสองอย่างด้วยกัน คือความรู้ อย่างหนึ่ง และความดีอย่างหนึ่ง ความรู้และความดีนั้นแหละเป็นอริยทรัพย์ เป็นทรัพย์สินภายในที่สำคัญ

คนเรามีทรัพย์สินภายในแล้วก็จะทำให้ทรัพย์สินภายนอกมีความหมาย ถ้าไม่มีทรัพย์สินภายใน ไม่มีอริยทรัพย์ ทรัพย์สินภายนอกก็จะไม่มีความหมายอย่างแท้จริง

ถึงเวลาแล้วที่เราจะแปรเปลี่ยนวัฒนธรรมของโลกธุรกิจที่มีการแข่งขัน เพื่อกำไรและชัยชนะ ซึ่งมีผลคือความทุกข์

ถึงเวลาแล้วที่สังคมจะพลิกฟื้นทัศนคติของการบริหารเงินงาน และชีวิต เพื่อความสุขร่วมกัน โดยมีเยาวชนคนหนุ่มสาว เด็ก ๆ และผู้ใหญ่ใจดีทุกคน จะใช้เวลานี้ทำงานนี้ร่วมกัน

โจทย์คือ...

คุณจะบริหารธุรกิจอย่างไร

ที่จะส่งผลเป็นความสุขของมวลมนุษยชาติ? 

สนใจโครงการ มีสิทธิร่วมลงทุน เป็น 'เจ้าแก่น้อยร้านไอติม'

เรียนรู้เพื่อบริหารเงิน บริหารงาน และบริหารชีวิต

ทุนที่ไม่สุรุ่ยสุร่าย นำมาซึ่งกำไรคือความสุข

อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่

ถึงแม่ที่รัก

ระยะเวลากว่าหนึ่งอาทิตย์ที่ผ่านมา ลูกได้มีโอกาสนำความรักความเมตตาของแม่ที่มีอยู่ในหัวใจของลูกอย่างเต็มเปี่ยมมกล้นออกมาเป็นความสุขที่ให้กับคนรอบข้างมากมาย ในฐานะลูกของพ่อ หลานของยาย เพื่อนของเพื่อน และที่สำคัญที่สุด...ลูกของแม่

นานกว่าสามเดือนแล้วที่แม่เดินทางไปยังดินแดนที่แปลกใหม่อันไกลโพ้น

นานกว่าสามเดือนแล้วที่ลูกไม่ได้เปิดใจตัวเอง และเล่าให้แม่ฟังว่าลูกรู้สึกอย่างไรกับการเดินทางของแม่

นานกว่าสามเดือนแล้วที่ลูกปิดกั้นโอกาสแห่งการเรียนรู้ด้วยอคติและความขัดแย้งในจิตใจของตัวเอง

วันนี้ ลูกจะทำความดีให้แม่ โดยถอดถอนอคติและความ
ขัดแย้งนั้นออกจากหัวใจของลูก เพื่อเป็น...

‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’

วันที่ ๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

เช้าวันนี้ ความรักของแม่อยู่ในใจของลูก ลูกตื่นขึ้นด้วย
เสียงเชิฏฐระฆังเพื่อบอกเวลาทำวัตรเช้า ลูกเปิดตาขึ้นอย่างช้า ๆ ด้วย
หัวใจที่กำลังบอกตัวเองว่า วันนี้ลูกจะมีความสุข สงบเย็น และเป็น
ประโยชน์ให้กับคนรอบข้างเพื่อแม่

วันนี้ ลูกได้มีโอกาสมาเจอกับเพื่อน ๆ ที่เซ็นเตอร์พ้อยต์
สยามสแควร์ ในงานแถลงข่าว ‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’ โดย
เสถียรธรรมสถานได้ร่วมกับกระทรวงวัฒนธรรม และ ส.ส. จัด
โครงการนี้ขึ้นเนื่องในโอกาสวันแม่แห่งชาติ เพื่อถวายเป็นพระราช
กุศลแด่สมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ

ท่านแม่ซีคันสนีย์ เสถียรสุดได้ริเริ่มให้มีการรวมตัวของเยา-
ชนเพื่อทำสิ่งที่ดีงามเพื่อแม่ของทุกคน ตั้งแต่วันที่ ๘-๑๒ สิงหาคม
๒๕๔๖ ณ เสถียรธรรมสถาน โดยมีวันนี้เป็นจุดเริ่มต้นของโครงการ
ที่จะดำเนินการอย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปี

ท่านแม่ซีได้เริ่มงานแถลงข่าวโดยกล่าวว่า

“คงไม่มีใคร ณ ที่นี้ที่เกิดมาโดยไม่มีแม่ เด็ก ๆ เคยถามตัว
เองมั๊ยคะ ว่าเราเกิดมาทำไม ในโอกาสและวาระที่จะเป็นวันแม่แห่ง

ชาติ เราลองมาตั้งประเด็นคำถามกับคนหนุ่มสาวว่าคุณกำลังเป็นอะไรของแม่คุณ”

โครงการนี้มีรูปแบบของการใช้ศิลปะทุกแขนงมาช่วยทำให้วัยรุ่น คือลูกและเพื่อน ๆ ลด ละ เลิก อบายมุข และส่งเสริมให้ฝึกฝนพัฒนาจิตใจ โดยได้มีการนำเสนอธรรมชาติในรูปแบบที่เข้าใจได้ง่าย อีกทั้งได้เชิญชวนภาครัฐบาล ภาคธุรกิจ และภาคสื่อสารมวลชน มาช่วยกันจัดเวทีให้มีการรวมพลังกันของพวกเราเพื่อการทำความดีงาม เป็นเวทีฝึกฝนให้เกิดต้นกล้าอาสาสมัครที่จะทำประโยชน์ให้สังคม โดยทำให้ลูกและเพื่อนได้คุยกับคนในรุ่นเดียวกัน และชักชวนคนรุ่นเดียวกันออกมาช่วยกันทำความดีงามให้เป็นความจริงและกตัญญูต่อแผ่นดิน

งานแถลงข่าว ‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’ ดำเนินไปอย่างคึกคัก ท่ามกลางบรรยากาศที่เป็นกันเอง ท่านแม่ชีต้นสนีย์ ได้ชวนศิลปิน ดารา และนักร้อง มาพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนะเรื่องแม่ เช่น คุณแม่ย์ ภัทรวรินทร์ ทิมกุล, คุณมอส ปฏิภาณ ปรวีกันต์ คุณอู๋ ซ่อมกา วิริยานนท์ และศิลปินดินป่าจิวัน เหล่าศิลปินได้จุดประกายให้มีการริเริ่มที่จะทำความดีร่วมกัน โดยได้เล่าให้ฟังว่าในวันแม่นี้ที่ ๆ จะใช้ชีวิตเพื่อเป็นอนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่ได้อย่างไร การแลกเปลี่ยนบนเวทีได้สร้างบรรยากาศที่สงบเย็นให้กับเซ็นเตอร์พ้อยต์อย่างประหลาด

คุณมอส ปฏิภาณ เล่าให้ฟังว่า

“ในความรู้สึกของความเป็นลูก มอสคิดว่า ไม่ว่าจะ

ทำความดีหรือความชั่ว มอสมีแม่เป็นเงา รับรู้อยู่กับการกระทำของ มอสตลอดเวลา ทำให้มอสเกิดความละอาย เพราะจะมีแม่มาคอย เตือนสติมอสเสมอ”

ท่านแม่ซีคันทันนีย์กล่าวเสริมในตอนท้ายอย่างน่าสนใจว่า

“การหยุดตัวเองที่จะชั่วต้องมาจากพลังของการปฏิบัติ เรา ต้องกลับมาดูแลจิตใจของตัวเองที่จะทำให้เรามีพลังทำในสิ่งที่ดีงาม ต่อไป กลับมาดูแลชีวิต กลับมาสู่ปัจจุบันขณะ กลับมาใช้ชีวิตอย่าง คนที่ทันสมัย เพราะมีใจที่รู้ตื่นและเบิกบาน คนเขยคือคนที่กำลัง ทอดทิ้งชีวิตของตัวเอง แต่คนที่ทันสมัยคือคนที่ตระหนักรู้ถึงพระ คุณของแม่ในการใช้ชีวิต”

ในการแถลงข่าวครั้งนี้ ลูกและเพื่อน ๆ ได้ร่วมกันสร้าง ‘นกพิราบเพื่อสันติภาพ’ โดยเป็นการประกอบโครง ตาไก่ ผ้า และ ไม้ไผ่ ให้เติบโตเป็นนกพิราบขึ้นไปบินอยู่บนเวทีแห่งสันติภาพโลก เป็นการสร้างให้เกิดตัวอย่างการทำความดีเพื่อแม่ เพื่อสื่อถึงการ ทำงานเพื่อสันติภาพภายใน โดยการผลักดันตัวเองให้ริเริ่มการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม และเริ่มต้นทำสิ่งที่ดีงามให้กับโลก

ในการร่วมมือร่วมใจกันสร้างนกพิราบเพื่อแม่นั้น ลูกคิดว่า สิ่งสำคัญที่สุดคือการที่ลูกจะได้เรียนรู้ว่านกพิราบตัวนี้จะสร้างข้อแตก ต่างกับชีวิตของลูกได้อย่างไร ต่อเมื่อลูกได้ศึกษาถึงสิ่งที่นกพิราบ ตัวนี้กำลังสอนลูก มันจึงทำให้ลูกหันมาให้ความสนใจจรภาพและ การตกเป็นเหยื่อ ลูกได้เกิดข้อคิดว่า ลูกจะโยยบินได้ดังนกพิราบตัว นี้ก็ต่อเมื่อลูกดูแลใจของลูกด้วยการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของลูก ลูก



ต้องเริ่มภาวนา และในขณะที่ลูกสร้างนกพิราบตัวนั้น ลูกต้องมีรากฐานที่เข้มแข็งในหัวใจลูก คือมีจิตที่ไม่ขุ่นมัว นี่คือการที่นกพิราบตัวนี้จะเป็นตัวอย่างของการทำความดี เพื่อการเป็นอนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่อย่างแท้จริง

ในงานแถลงข่าววันนั้น มีคำพูดอยู่ประโยคหนึ่งของท่านแม่ซีที่ทำให้ลูกระลึกถึงแม่

“ถ้าทุกคนที่มารวมอยู่ที่ตรงนี้มีแม่อยู่ในใจ แล้วก็รักแม่ของตัวเอง แค่เพียงไม่ทำชั่วเพื่อแม่ของเรา คุณก็เป็นคนหนึ่งที่เป็น ‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’ ได้”

ลูกจะมีแม่อยู่ในใจของลูกเสมอ

วันที่ ๑๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

วันนี้ลูกตื่นขึ้นมาด้วยความกระตือรือร้น เพราะลูกจะได้ไปร่วมงานเข้าค่ายกับเพื่อน ๆ ที่มาจากเกือบทั่วทุกมุมโลก ถ้าแม่ได้มาร่วมงานวันนี้กับลูก แม่คงจะได้เห็นลูกและเพื่อนคนอื่น ๆ ที่กำลังชักชวนคนที่อยู่ในรุ่นอายุเดียวกันให้หันมาให้ความสนใจกับการใช้ชีวิต สิ่งที่ลูกได้เรียนรู้จากเพื่อนที่มาร่วมงานนั้นยิ่งใหญ่มาก ลูกได้มีโอกาสเรียนรู้ว่า คำว่า ‘การทำความดีงามให้แม่’ นั้น จริง ๆ แล้วมันมีความหมายที่ลึกซึ้งกว่านั้นอย่างไร

แม่อยู่ในใจของลูกตลอดเวลา แต่การที่จะให้แม่เป็นผู้ผลักดันให้ความดีงามให้เกิดขึ้นจริง ๆ ในตัวของลูกนั้น เป็นความท้าทาย

ที่ลึกซึ้งกว่านั้น เพราะมันจะต้องเริ่มจากการที่ลูกมีความเข้าใจ และ
เรียนรู้ที่จะมองตัวเองอย่างคนที่มีศรัทธาต่อศักยภาพของตัวเองในฐานะ
ฐานที่เป็นมนุษย์

ลูกได้เรียนรู้ในงานเข้าค่ายเยาวชนในวันนี้ว่า ลูกกำลังมี
โอกาสครั้งยิ่งใหญ่ในชีวิตเพียงใด ที่ได้มายืนอยู่ท่ามกลางเพื่อนรุ่น
เดียวกันซึ่งมีความแน่วแน่ที่แตกต่าง ที่มีความมั่นใจและตั้งใจที่จะ
สร้างให้ความตึงตังจากหัวใจข้างในอย่างแท้จริง เพื่อนลูกหลาย
คนอาจคิดว่าฉันนี่ฉันจะหยุดกินเหล้าสักคืนเพื่อแม่ หรือฟุ้งนี่เป็น
วันแม่ฉันจะโทร. หาแม่ฉันสักครั้งหนึ่ง แต่ลูกกลับคิดว่า สิ่งที่ต้อง
เกิดขึ้นจริง ๆ คือคนคนหนึ่งจะต้องมีศรัทธาในอิสราเอลแห่งการ
เป็นมนุษย์ที่จะสามารถเลือกวิถีชีวิตที่แตกต่างออกไปได้อย่างแท้จริง

ในระหว่างการเข้าค่ายนั้น ลูกและเพื่อน ๆ ได้ร่วมกันทำ
กิจกรรมมากมาย โดยในวันแรกนั้น เราได้ร่วมกันสร้างนกพิราบ
เพื่อศานติภาพด้วยกัน ซึ่งเป็นการตระหนักที่จะใช้ชีวิตโดยการมีทุน
ของชีวิตคือจิตที่ไม่ขุ่นมัว และมีสติอยู่ในทุกปัจจุบันขณะ เป็นฐาน
แห่งการทำความดีเพื่อแม่

อีกหนึ่งกิจกรรมที่น่าสนใจคือเราได้พูดคุยแลกเปลี่ยนกัน
ประเด็น 'มิติทางจิตวิญญาณกับคนรุ่นใหม่'

ลูกได้รับฟังความคิดเห็นของเพื่อนมากมาย เช่น

"มีหลายครั้งค่ะที่เห็นเพื่อนหลายคนกำลังทำบางสิ่งบางอย่าง
ที่ไม่ทันคิดว่าเป็น 'ความชั่ว' เช่น แข่งกันซื้อโทรศัพท์มือถือเครื่อง
ที่ใหม่ที่สุด หรือซื้อกระเป๋าสักใบในราคาที่ถูกแล้วเกินครึ่งแสน ซึ่ง



โดยส่วนตัวนั้น เขาคิดว่ามันไม่ได้เบียดเบียนใคร แต่เขาจะมองไม่เห็นว่่าสิ่งที่เขา กำลังทำอยู่มันคือการเติมเต็มสิ่งที่โลกกำลังปลุกฝังให้เขาเชื่อว่าเขา ‘ขาด’ ซึ่งหลายครั้งนักที่เราถูกสอนให้คิดว่าเรา ‘ขาด’ หรือ ‘ไม่มี’ และมันทำให้เราต้องใช้ชีวิตอย่างไร้สาระไปกับอะไร ๆ มากมายเหลือเกินในแต่ละวัน”

ลูกริดว่าการทำความดีให้แม่มีขอบเขตหรือไม่เราเป็นผู้ตัดสินเอง ‘การหยุดที่จะไร้สาระ’ จะเป็นความดีที่จะทำเพื่อแม่ได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าคุณมีศักยภาพในการนำตัวเองในระดับไหนที่สำคัญที่สุดคือคุณคือผู้กำหนดขอบเขตนั้นด้วยตัวของตนเอง

ท่านแม่ซีตันสนีย์ได้นำภาวนาในวันนี้ และถามคำถามแรกกับเราทุก ๆ คนว่า

“เด็ก ๆ กำลังอยู่บนหนทางกันคืออยู่หรือเปล่า”

หนทางแห่งการทำความดีเพื่อแม่ของคุณคือหนทางไหน คุณ จะทำความดีนั้นอย่างผิวเผิน หรือคุณต้องการสร้างให้เกิดความแตกต่างกับชีวิตคุณอย่างจริงจัง คุณเป็นผู้ตัดสิน และเลือกเดินเอง

การจับมือร่วมกันของเยาวชนเพื่อการนำมาซึ่งสถานติภาพใน ครั้งนี้ เป็นสิ่งที่ลูกคิดว่าท้าทายศักยภาพของความเป็นมนุษย์กับทุกคนเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นการตอกย้ำคำถามคำถามหนึ่งลงไปในหัวใจลึก ๆ ของเยาวชนทุกคนว่า

“คุณพร้อมหรือไม่ ที่จะหยุดมองทุกอย่างที่เกิดขึ้นในโลกใบนี้ อย่างฉาบฉวย...

“คุณพร้อมหรือไม่ ที่จะหยุดการใช้ชีวิตอยู่บนเปลือก และ



ยอมรับจำนวนกับความไม่รู้...

“คุณพร้อมหรือไม่ ที่จะเป็นผู้นำของตัวคุณเองไปสู่การค้นคว้าศักยภาพภายในตัวคุณอย่างจริงจัง”

ดังเช่นท่านแม่ซีคัสสนีย์ได้กล่าวไว้ว่า

“เราต้องมีศักยภาพ ความพร้อม และมีความเข้มแข็งพอที่จะบอกกับตัวเองได้ว่า แม้ว่าคนทั้งโลกจะชั่ว ฉันจะเป็นคนหนึ่งที่จะหยุดตัวฉันเองได้ เพราะฉันรู้เท่าทันปัจจุบันขณะ”

ในการเข้าค่ายครั้งนี้ นอกจากจะเป็นการเข้าค่ายเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดในเชิงลึกกับเยาวชนทั่วทั้งประเทศแล้ว ยังเป็นการสร้างเยาวชนให้มีความเข้มแข็งทางจิตวิญญาณ เพื่อเป็นการฝึกเยาวชนให้พร้อมที่จะก้าวสู่เวทีโลก ในการประชุมสุดยอดผู้นำเยาวชนเพื่อสานติภาพโลก เอเชียแปซิฟิก ที่จะเกิดขึ้นที่กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย ในเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๗ และระดับโลก ณ กรุงไนโรบี ประเทศเคนยา ในเดือนตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๗ ซึ่งเวทีการประชุมนี้จะเป็นเวทีระดับโลกที่จะให้ลูก ๆ ทุกคนได้กลับมาทำทายตัวเองกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในระดับปัจเจก คุณต้องเริ่มต้นเดินบนหนทางนี้ด้วยตัวคุณเอง

การเข้าค่ายครั้งนี้จึงเป็นการจุดประกายเยาวชนในเชิงลึกที่จะหยุดชั่วเพื่อแม่

ในวันเดียวกันนั้น เราทุกคนได้ร่วมกันทำงานศิลปะขึ้นมา

หนึ่งชั้น ซึ่งเป็นการสร้างผลงานการทำความดีความงามเพื่อแม่ร่วมกัน ศิลปะชั้นนั้นได้สอนเรื่องศานติภาพให้กับลูกมากมายเหลือเกิน ในวันนั้นเรามีเพื่อน ๆ จากหลากหลายเชื้อชาติ อาทิ ญี่ปุ่น อินเดีย สวิส ฝรั่งเศส นิวยอร์ก ไทย แต่ที่น่าสังเกตก็คือ วิธีการสร้างงานศิลปะชั้นนั้นกลับไม่ต้องให้ใครให้คำอธิบายใดๆ ทุกคนดูเหมือนจะมีหน้าที่และเป้าหมายที่ตรงกันอย่างน่าสนใจ

ด้วยความร่วมมือร่วมใจกัน เราใช้มือของเราทาบสีแต่ละสีลงบนแผ่นกระดาษสีขาวที่อยู่ตรงหน้าของเรานั้นอย่างมีสติ เป็นการเรียนรู้ที่จะทำงานอย่างมีลมหายใจของตัวเองเป็นเพื่อน ซึ่งก็คือการค้นหาคำสมดุลในการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น นี่คือตัวอย่างการทำงานที่เป็นรูปธรรมที่สุดในการทำงานเพื่อศานติภาพโลก

ในการเข้าค่ายและร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การจรรโลงงานศิลปะร่วมกันในวันนี้ได้สื่อให้ลูกเห็นว่าเราต้องเรียนรู้ที่จะกลับมาใช้ชีวิตอย่างรู้คุณค่าแห่งการเกิดเป็นมนุษย์ โดยการพัฒนาให้การใช้ชีวิตของเราเป็นงานศิลปะชิ้นหนึ่ง เพื่อฝึกฝนให้เราไปถึงจุดที่เราจะค้นพบได้ซึ่งศิลปะแห่งการใช้ชีวิตสูงสุด คือการรอดพ้นจากความทุกข์

ดังเช่นท่านพุทธทาสได้เคยกล่าวไว้ว่า

“ยังมีศิลปะอีกประเภทหนึ่ง คือไม่ใช่วัตถุ มันเป็นศิลปะทางความคิด ความนึกทางสติปัญญา รู้จักใช้สติปัญญา ถ้าศิลปะในส่วนวิญญานอย่างนี้มันพิเศษ ในการที่จะพาคนไปถึงบรมธรรมได้ นั่นแหละคือยอดของศิลปะ”

ลูกคือคนหนึ่งที่มั่นใจว่าไม่สามารถปฏิเสธโอกาสแห่งการ

เรียนรู้นี้ได้

แม่จะไม่ใช่เพียงผู้ให้กำเนิดลูกเท่านั้น
เพราะความกตัญญูที่ลูกมีต่อแม่นั้นมันยิ่งใหญ่มหาศาลกว่านั้น
แม่คือผู้เปิดประตูทางจิตวิญญาณของลูก

วันที่ ๑๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

ลูกระลึกถึงแม่แต่เช้าด้วยจิตที่อ่อนไหว ลูกสัมผัสความรัก
ของแม่ได้เพียงบางเบา ลูกเฝ้าถามตัวเองอีกครั้ง ทั้งที่แม่มาเยี่ยม
ลูกถึงกรุงเทพฯ แต่ทำไมใจของแม่จึงอยู่ห่างไกลจากหัวใจของลูก
เหลือเกิน

ความบอบช้ำจากความคาดหวังที่ลูกมีต่อแม่ได้ทำให้เช้าวัน
นั้นลูกร้องให้ความรู้ไม่เท่าทันความเป็นจริงทำให้ลูกทุกข์ในเช้าวันแม่
...เมื่อหมอกช่วงเช้าจางหายไป ในสายของวันนั้น ลูกได้รับ
กอดที่อบอุ่นจากแม่ของคนอื่น แต่ลูกกลับรู้สึกได้ถึงความรักของแม่
จากกอดของผู้หญิงคนนั้น ลูกหยุดร้องให้ แม่กลับมาอยู่ในใจของ
ลูกอีกครั้ง...

เช้าของวันนี้เริ่มต้นด้วยผู้คนมากมายหลังไหลกันเข้ามา
ดักบาตร ลูกจูงแม่ แม่จูงลูก เพื่อชวนกันมาทำบุญ ลูกเองได้มี
โอกาสพบแม่ พ่อ คุณตา คุณยาย ที่ได้มาร่วมทำบุญดักบาตรร่วม
กัน

ท่านแม่ซีศันสนีย์นำภาวนาว่า

“ขอให้เราทุก ๆ คนจงหลับตาลง และระลึกถึงความดีที่แม่
ได้ปลูกฝังเอาไว้ในใจของเรา”

ลูกได้เห็นน้ำตาที่คลอตาพ่อ น้ำตาที่บ่งบอกถึงความรู้สึก
ซาบซึ้งในความรักที่คุณย่ามีต่อพ่อตลอดมา และลูกได้เห็นน้องสาว
ของลูกตั้งใจาวนาเพื่อแม่ ในขณะที่เดียวกันนั้นเอง ลูกก็หนีออกไป
เห็นเด็กพิการคนหนึ่งได้มาร่วมงานทำบุญตักบาตรเพื่อแม่ในเช้าวัน
นั้นด้วย น่าสนใจที่เด็กสอนอะไรเราได้เสมอ

เด็กคนนั้นพิการ เดินไม่ได้ กระจุกขา แขน และลำตัวบิด
เบี้ยวไม่สมประกอบ พิการตั้งแต่กำเนิด ด้วยสาเหตุจากการกระทำ
ของผู้เป็นแม่

คำถามแรกที่ท่านแม่ซีค้นสนีย์เอ่ยถามเด็กคนนั้นก็คือ

“คุณให้อภัยแม่ของคุณแล้วหรือยัง”

แล้วลูกก็ได้เรียนรู้ถึงสิ่งมหัศจรรย์จากคำถามนั้น ปาฏิหาริย์
ที่ลูกได้เห็นคือ เด็กพิการคนนั้นพุงตัวเองขึ้นไปพบท่านแม่ซีที่
ธรรมาสน์ และกล่าวว่า

“หนูไม่เคยโกรธแม่เลย หนูอภัยให้แม่เสมอ”

ความตื่นตันใจในคำพูดของเด็กคนนี้ทำให้ลูกเกิดความละอาย
อย่างหาที่เปรียบไม่ได้ ลูกได้เรียนรู้ว่า ลูกต้องเลิกที่จะเพ่งโทษแม่
และถอดถอนอคติทั้งหมด และหันกลับเข้ามาให้ออกาสตัวเองศึกษา
ใจของลูกบ้าง ความเป็นจริงที่เกิดขึ้นตรงหน้า ทำให้ลูกต้องกลับมา
ตระหนักกับตัวเองว่า

“ฉันกำลังเป็นอะไรของแม่ฉัน”

ลูกได้เรียนรู้ว่าลูกไม่สามารถใช้ข้ออ้างใด ๆ ที่จะไม่พัฒนา ศักยภาพทางจิตวิญญาณของตัวเองได้อีกต่อไป ลูกมีคนทั้งโลกที่พร้อมจะโอบกอดลูก ในขณะที่เดียวกัน ลูกก็ยังหาข้ออ้าง และทำตัวเป็นเด็กด้อยโอกาส

คุณจะไม่สามารถทำความดีให้ใครในโลกนี้ได้เลย ถ้าคุณไม่เริ่มเมตตาต่อตัวคุณเอง การเริ่มที่ดีอย่างหนึ่งที่ลูกได้เรียนรู้คือการ เลิกเพ่งโทษแม่ ลูกได้เรียนรู้ที่จะให้อภัย ทำความเข้าใจกับความสุขของแม่ เปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองในระดับปัจเจก โดยหันมาให้ความสำคัญกับกระทำของตนเองที่จะทำให้แม่มีความสุข ซึ่งลูกจะทำตรงจุดนี้ได้ก็ต่อเมื่อลูกเรียนรู้ที่จะมีจิตที่ยินดี เมื่อเห็นแม่เป็นสุข ท่านแม่ซีคันสนีย์ก็กล่าวว่า

“เราเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า เราไม่คุยแค้นว่าเรื่องนี้ถูกหรือผิด แต่เราคุยเรื่องความสุขและความทุกข์”

ลูกได้เรียนรู้ว่ากับทุกข์ที่ลูกกำลังเผชิญอยู่เรื่องแม่ วันเดียวกันนั้น ประเด็นปัญหาของลูกเปลี่ยน ลูกเริ่มตั้งคำถามใหม่ว่า

“แม่มีความสุขอยู่หรือเปล่า”

น่าแปลกที่แค่เพียงการเปลี่ยนทิศทางของคำถาม ผู้ที่เป็นสุขที่สุดในวันแม่ปีนี้คือตัวลูกเอง

ช่วงคล้อยบ่าย ณ ลานไทร ที่เสถียรธรรมสถาน ลูกได้มีโอกาสพบกับแม่แอน สิเรียมและน้องนนนี่ที่ได้มาแลกเปลี่ยนพูดคุยเรื่องแม่ และความรักระหว่างแม่และลูก อย่างเป็นกันเอง



แม่แอน สิเรียมและน้องนนนี่ได้เปิดใจคุยกันถึงความรู้สึกอันลึกซึ้งในหลาย ๆ เรื่อง

สิ่งที่ฉันได้เห็นนอกเหนือไปจากบรรยากาศและผู้คนที่อบอุ่นคือ ฉันได้เห็นถึงความเข้มแข็งของแม่ที่เลี้ยงลูกคนเดียวด้วยความรักเอื้ออาทร อย่างแม่แอน สิเรียม ภักดีดำรงฤทธิ์ และได้เห็นถึงเมล็ดพันธุ์แห่งความรัก ความเมตตา ที่ได้เจริญเติบโตงอกงามอยู่ในตัวน้องนนนี่ ความเบิกบานใจที่น้องนนนี่ได้สื่อให้ทุก ๆ คนได้ตระหนักรู้คือคำตอบสั้น ๆ ให้กับคำถามที่ท่านแม่ต้นสนีย์ตั้งไว้ว่า

“นนนี่ตั้งใจจะทำอะไรให้แม่ในวันนี้”

ลูกที่อาวูโสกว่าหลาย ๆ คนที่นั่งอยู่ตรงนั้นต้องถึงกับนิ่งกับคำตอบที่ว่า

“นนนี่จะมีความสุขให้คุณแม่เห็น”

ลูกต้องกลับมาถามตัวเองอีกครั้ง ลูกมีความสุขให้แม่ของลูกได้เห็นแล้วหรือยัง

ในวันแม่นี้ ลูกได้เรียนรู้อีกมากมาย โดยเฉพาะศิลปิน ๑๒ ท่าน ที่ได้เดินทางมาเปิดนิทรรศการ ‘แม่’ ลูกได้มีโอกาสเรียนรู้จากศิลปินที่ทำหน้าที่เป็นแม่ของโลก คือ อาจารย์จักรพันธ์ โปษยกฤต ศิลปินแห่งชาติ อาจารย์ช่วง มูลพินิจ อาจารย์จรรยา บุญสวน อาจารย์ประเทือง เอมเจริญ อาจารย์วิจิตร อภิชาติเกรียงไกร อาจารย์อำนาจ กลั่นประชา อาจารย์ดุษฎี รัชมณี ณีฐวิภา สุขเกษม ปราบดา หยุ่น มาโนชญ์ เฟื่องทอง ดินป่า จีวัน และวรรณพร

ฉิมบรรจง โดยมีคุณบาวา เจน เป็นประธานเปิดงานนิทรรศการ ‘แม่’
คุณบาวาได้กล่าวถึงเยาวชน แม่ ศิลปะ และศานติภาพไว้
ว่า

“ศานติภาพจะเป็นการทำงานศิลปะชิ้นหนึ่งข้างในหัวใจของ
เยาวชนทุกคน ด้วยการกลั่นความรักความเมตตาของแม่ที่สะสมอยู่
ในจิตใจของเยาวชน ออกมาเป็นการทำงานที่จะเป็นฐานแห่งการ
ภาวนาเพื่อการพัฒนาจิตวิญญาณของตัวเอง”

ดังที่ท่านแม่ชีคันสนีย์กล่าวไว้ว่า

“เยาวชนคนหนุ่มสาวที่นำจิตวิญญาณของตัวเองได้ จึงจะ
เป็นผู้นำโลกนี้ได้”

นิทรรศการภาพจิตรกรรมและงานปั้น ‘แม่’ ในวันนี้ เป็น
การสื่อถึงความดีงามที่ศิลปินมีต่อแม่ โดยการกลั่นกรองความรัก
ของแม่ในตัวศิลปินทุกท่านออกมาเป็นงานศิลปะ

๑ ใน ๑๒ ศิลปิน คุณปรายดา หยุ่น ได้กล่าวไว้ว่า

“ศิลปะคือการค้นหาตัวตน ไม่ว่าจะเป็ศิลปะสาขาใด ๆ ถ้า
คุณเข้าถึงแก่นได้ จะทำให้เกิดการเชื่อมถึงกันในเชิงลึกได้ การ
ซึมซับและสืบสานงานศิลปะเป็นงานที่มีอิทธิพล และได้รับการอยู่คู่
โลกจนทุกวันนี้ ความตั้งใจที่จะทำความดีความงามเพื่อแม่จะอยู่คู่โลก
นี้ได้ก็ต่อเมื่อมันได้รับการซึมซับและสืบสานเข้าไปในหัวใจของลูกทุก
คน”

หากแต่การสร้างงานศิลปะภายนอกจะต้องได้รับการกลั่น
กรองออกมาจากการสะสมความดีความงามภายในแล้วนั้น การจะ

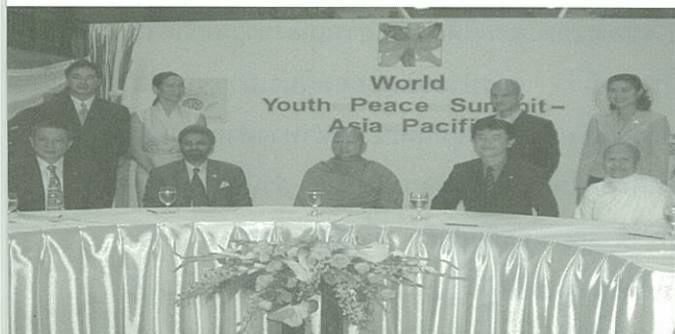
ใช้งานศิลปะภายนอกสื่อให้เกิดการพัฒนาภายในนั้น ทำท่ายิ่งนัก

นิทรรศการ 'แม่' ที่ลูกได้สัมผัสในวันนี้ คือการแสดงงานศิลปะภาพจิตรกรรมและงานปั้นที่ทำหน้าที่สนับสนุนการเรียนรู้และบ่มเพาะสติปัญญาให้องกงามในหัวใจของลูกทุกคน เพื่อการเจริญสติปัญญา และเพื่อนำไปสู่การพันทุกซ์ร่วมกัน

วันที่ ๑๓ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖

ลูกได้ลุกขึ้นมาจากวงค์ของตัวเอง และผลักดันตัวเองอย่างแน่วแน่ว่าเข้าวันนี้ฉันจะต้องเติบโตขึ้น เข้าวันนี้ ลูกไม่ได้เป็นเพียงลูกของแม่ แต่ลูกกำลังจะนำเอาความดีงามที่ลูกเคยทำตลอดชีวิตนี้ ในฐานะลูกของพ่อ หลานของยาย เพื่อนของเพื่อน และลูกของแม่ สื่อให้โลกนี้ได้รับรู้ว่า ลูกจะเป็นคนดี ที่จะใช้โอกาสในชีวิตบนทุก ๆ เวทีทำความดีโดยเริ่มจากตัวเอง

ลูกเริ่มต้นวันนี้ โดยการนับลมหายใจของตัวเองเข้าและออกสามครั้ง และออกเดินทางไปที่โรงแรมฮิลตัน เพื่อการไปร่วมงานแถลงข่าวการประชุม World Youth Peace Summit Asia-Pacific ที่มีผู้แถลงข่าว นำโดย พระเทพโสภณ อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด ผู้อำนวยการเสถียรธรรมสถาน นายบาวา เจน ประธานการประชุมสุดยอดผู้นำเยาวชนเพื่อสันติภาพโลก นายโอกุยาม่า ประธานร่วมการประชุมสุดยอดผู้นำเยาวชนเพื่อสันติภาพโลก และนายมัดสุโมโต ตัวแทนจากเรยูไก



ท่านอาจารย์พระเทพโสภณได้เริ่มต้นการแถลงข่าวโดยกล่าวถึงที่มาของการประชุมนี้ว่า การประชุมสุดยอดผู้นำเยาวชนเพื่อศานติภาพโลกคือการริเริ่มจากประชุมสุดยอดผู้นำทางศาสนาและจิตวิญญาณเพื่อสันติภาพโลกแห่งปีสหัฐวรรษ ๓ สำนักงานใหญ่องค์การสหประชาชาติ มหานครนิวยอร์ก เมื่อเดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๓ โดยการประชุมสุดยอดผู้นำเยาวชนเพื่อศานติภาพโลกที่กำลังจะเกิดขึ้นนั้น ได้มีแนวความคิดริเริ่มในการประชุมผู้นำสตรีทางศาสนาและจิตวิญญาณเพื่อศานติภาพโลก ณ กรุงเจนีวา ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ที่ลูกได้มีโอกาสเป็นผู้ติดตามท่านแม่ซีคัสนีย์ ผู้ซึ่งเป็นประธานร่วมการจัดการประชุมในครั้งนั้น ในฐานะผู้นำสตรีทางศาสนาของประเทศไทย

ท่านแม่ซีคัสนีย์ยก่าวไว้ในงานแถลงข่าวว่า

“การประชุมครั้งนี้เป็นการชวนให้คนหนุ่มสาวได้หันมาตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาสติปัญญาในระดับปัจเจกชนอันจะมีผลต่อมหภาค เป็นการบ่มเพาะเมล็ดพันธุ์แห่งสติปัญญาให้งอกงามในหัวใจเยาวชนคนรุ่นใหม่ และที่สำคัญ จะเป็นการถักทอและสร้างเยาวชนให้มีความเข้มแข็งทางจิตวิญญาณ ให้คนหนุ่มสาวเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณของตนเอง”

นอกจากนั้น การแถลงข่าวครั้งนี้ยังเป็นการเปิดตัวผู้นำเยาวชนเพื่อศานติภาพ โดยมี ดร.ณัทย ทิวไผ่งาม คุณกิมขุ สิมะโรจน์ คุณฉนิस्ता ลิวเฉลิมวงศ์ คุณภัทรวรินทร์ ทิมกุล และคุณปราบดา หยุ่น ลูกได้ฟังความคิดเห็นของผู้นำเยาวชนต่อคำถามที่ว่า “มีความ

คิดเห็นอย่างไรกับการสร้างสันติภาพโลก” เริ่มต้นจากนักการเมือง
สาว ดร.ณททัย ทิวไผ่งาม

“ความสงบสุขหรือสันติภาพนั้นเป็นเรื่องที่เป็นสากล ทุก ๆ
คนไม่ว่าชาติ ศาสนาใด ต่างก็ต้องการสันติภาพโลกทั้งสิ้น คิดว่า
อนาคตของเยาวชนควรมีการลงทุนเรื่องการศึกษาเพื่อสันติภาพเป็น
สำคัญ จึงอยากฝากเรื่องการศึกษาให้เป็นประเด็นการทำงานและคิด
ว่าการประชุมนี้เป็นการริเริ่มที่ดี”

ตามด้วย คุณจณิสตา ลิวเฉลิมวงศ์

“การยุติปัญหาความขัดแย้งด้วยความรุนแรงนั้นง่ายและเร็ว
แล้วมันก็จบได้...แต่เราารู้ไม่ว่าการยุติความขัดแย้งด้วยความ
รุนแรงนั้นก่อให้เกิดผลต่าง ๆ ตามมาอยู่เสมอ การยุติปัญหานี้ต้อง
เริ่มจากการมีสันติภาพภายในใจ จากนั้นสันติภาพระหว่างกันจึงจะมี
ได้”

ส่วนนักการเมืองหนุ่ม คุณภิมุข สิมะโรจน์ กล่าวว่า

“เราคงต้องมาตั้งคำถามร่วมกันว่าทำไมเราจึงเน้นที่เยาวชน”

และศิลปิน คุณเมย์ ภัทรวรินทร์ ทิมกุล

“การทำงานเพื่อสันติภาพนั้นต้องเริ่มในระดับปัจเจก และ
ต้องทำอย่างจริงจังในระดับรากหญ้า”

และกวีซีไรท์ คุณปราบดา หยุ่น

“สันติภาพก็เช่นเดียวกับงานศิลปะ การทำความดีนั้นจะต้อง
ได้รับการชื่นชมและสืบทอดเข้าไปในหัวใจของเยาวชนทุกคน เหมือน
กับการเขียนหนังสือ ที่ตัวผู้เขียนอาจใช้ชีวิตอยู่ไม่นาน แต่ตัวอักษร

แต่ละตัวในงานเขียนนั้นเป็นอมตะ”

และอีกเสียงหนึ่งที่สำคัญสำหรับเยาวชนคือ เจน กู๊ดเดิ้ล ผู้ก่อตั้งสถาบันเจน กู๊ดเดิ้ล รูทส์ แอนด์ ชูตส์ ที่ทำงานด้านเยาวชนทั่วโลกได้ให้กำลังใจเยาวชนผ่านสารว่า

“ทุกคนมีความหมาย ทุกคนมีบทบาท ทุกคนสามารถสร้างความแตกต่างได้”

การแถลงข่าวครั้งนี้ ได้มีเยาวชนต้นกล้าอาสาสมัครมาช่วยเป็นกำลังสำคัญในการจัดงาน การได้เห็นคนรุ่นเดียวกันลุกขึ้นมาผลักดันตัวเองให้ทำสิ่งที่ดีงามเพื่อตัวเอง เพื่อโลก ทำให้ลูกซึ่งกำลังยืนอยู่กลางงานแถลงข่าวได้ขบคิดอย่างหนึ่งว่า คงไม่มีใครสักหนึ่งคนที่ยืนอยู่ ณ ที่นี้ที่จะสามารถยืนหยัดอยู่เพื่อโลก ณ จุดนี้ได้ ถ้าไม่มีความรักที่แม่ได้บ่มเพาะไว้ในตัวเอง ลูกเชื่อว่าเยาวชนทุกคนที่สามารถมาร่วมตัวกันเพื่อทำงานอาสาสมัครในเวทีโลกครั้งนี้ตระหนักถึงจุดนี้ร่วมกัน


โครงการ ‘อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่’ คือการชวนเยาวชนทำความดีความงามเพื่อแม่ในตลอดหนึ่งปีต่อจากนี้ โดยเราจะมีพื้นฐานของการทำงานร่วมกันว่าเราจะต้องมีทุน คือจิตที่ไม่ขุ่นมัวของเราทุกคน อันจะเป็นเครื่องมือสำคัญที่สุด เพื่อนำไปสู่การสรรค์สร้างนกพิราบเพื่อสันติภาพในใจของเราทุกคน เป็นการทำงานศิลปะร่วมกัน เพื่อให้อิสรภาพแก่ชีวิตของเรา ให้เป็นมนุษย์ที่แท้ไม่เป็นแค่เหยื่อ ในทุกเวทีชีวิตของเรา เราจะใช้งานเป็นฐานแห่ง

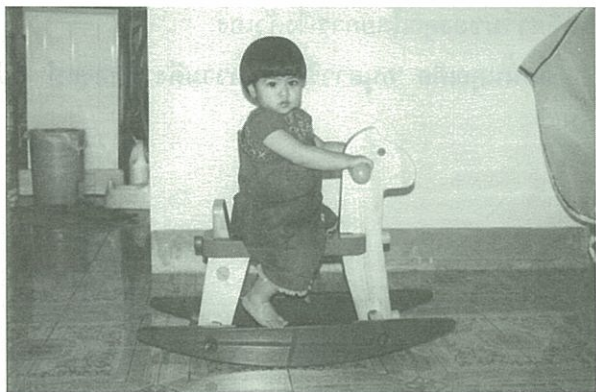
การภาวนาร่วมกัน

ถึงแม่ที่รัก

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของลูกคนหนึ่งสามารถเกิดขึ้นได้
เหนือข้อจำกัดใด ๆ ของชีวิต

วันนี้หากคุณเลือกที่จะแสดงความกตัญญูต่อแม่ด้วยการตระ-
หนักรู้ถึงเรื่องในชีวิตในเชิงลึก คุณจะสร้างให้เกิดการเริ่มที่จะเปลี่ยน
แปลงพฤติกรรมของคุณโดยการพึ่งตัวเอง

เมื่อนั้นคุณคือ 'อนุสาวรีย์แห่งความดีงามของแม่' อย่างแท้
จริง 



อ้อมอกแม่

ลูกทุกคนย่อมเป็นดังดวงใจของพ่อและแม่ ทุกครั้งที่ลูกประสบกับเหตุการณ์ร้าย ๆ หรือป่วยด้วยโรคพยาธิต่าง ๆ ที่ต้องเจ็บปวด ประโยคหนึ่งจากความรู้สึกที่ทรมาณใจที่จะออกจากปากของพ่อและแม่เสมอ ๆ ก็คือ

“ถ้าเป็นไปได้ ขอให้แม่ (หรือพ่อ) เป็นแทนดีกว่า”

แต่เกือบจะทุกครั้งก็เป็นได้เพียงคำปลุกปลอบใจที่แสดงถึงความผูกพัน ความห่วงหาอาทรอย่างลึกซึ้งที่มีต่อลูก

เพราะในความเป็นจริงนั้น น้อยรายที่จะเกิดขึ้นจริง!

ทว่า แม่จะน้อย...ก็ยังมีหนึ่งในน้อย

วรรณภา สำราญ คุณแม่ที่เปลี่ยนตัวให้ลูก ด.ญ. คริสฐา สำราญ หรือ น้องใหม่ ซึ่งป่วยเป็นโรคถุงน้ำดีอุดตันตั้งแต่อายุสองเดือน

ปัจจุบันน้องใหม่อายุสี่ขวบ น่ารัก และแข็งแรง

ตอนที่คุณแม่คลอดน้องใหม่ออกมา น้องใหม่มีอาการอย่าง

โรคะ

ดูภายนอกไม่มีอะไรผิดปกติเลย แต่พอเลี้ยงไปได้ไม่กี่วัน ใหม่ก็มีอาการถ่ายเหลวผิดปกติ คุณหมอบอกว่าอาจจะเกิดจากการแพ้นมวัว เลยลองเปลี่ยนนม ก็ดีขึ้น จึงกลับมาให้นมแม่อีกครั้ง ก็มีอาการอีก ก็ต้องเปลี่ยนเป็นนมสกัดอีกครั้ง แต่คราวนี้ไม่ดีขึ้น น้องใหม่อาเจียนแบบไม่ปกติ คืออาเจียนมาก ตอนแม่อุ้มอยู่ ก็จะอาเจียนพุ่งข้ามไหล่ไปเลย สีของอุจจาระจะซีด ๆ ดูไม่ปกติ

พอเขาอายุสองเดือน พาไปฉีดวัคซีน คุณหมอเริ่มเอะใจว่าทำไมตัวเหลืองขึ้น หมอคลำที่ตับ รู้สึกว่าผิดปกติ เลยเจาะเลือดตรวจดู พบว่าเป็นโรค 'ท่อน้ำดีอุดตัน' ซึ่งโรคนี้ต้องรีบผ่าตัดทันที ยิ่งผ่าตัดเร็ว ยิ่งเป็นปกติได้เร็ว เลยพาน้องใหม่ไปที่โรงพยาบาลจุฬาฯ พอผ่าตัดเสร็จ เราก็คิดว่าจะหาย แต่ปรากฏว่าผ่าตัดไม่สำเร็จ น้องใหม่ไม่ได้ตันแค่ที่ท่อ แต่ไปอุดตันที่เนื้อตับด้วย นั่นคือตับมันเสียแล้ว หลังผ่าตัดกลับมาใหม่ ๆ ก็ดูเหมือนจะดีขึ้น แต่เลี้ยงไป ๆ ก็คิดเชื่อ ไข่สูง ตัวร้อน อุจจาระซีดเหลือง โคลเรสเตอรอลเขาก็สูงมาก สูงเป็นพันเลย อุจจาระเขาจะมัน ๆ แสดงว่าระบบขับถ่ายไม่สามารถดูดซึมไขมันไว้ในร่างกายได้ กระจกเขาบางมาก คุณหมอให้ระวังกระจกหัก เพราะลูกจะอยู่อย่างทุกข์ทรมาน

อาการทรมานของน้องใหม่นี้ขนาดไหนคะ

ไม่ยิ้ม ไม่หัวเราะ ไม่พูด แล้วพัฒนาการช้ามาก ตัวเล็ก
ท้องโต ท้องป่อง แขนขาลีบ หัวโต ตัวเขาจะเหลือง ๆ ดำ ๆ
แล้วเขาจะคันมาก วัน ๆ ก็เกา แม่ก็จะถู ๆ เกา ๆ ให้ตลอด
เวลา ลูกจะร้องไห้ หงุดหงิด เพราะคันตลอด ต้องเอาพาดผ้า ว่าง
ไปว่างมา แต่ลูกจะทรมาณมากเพราะคัน แกก็จะเอาหัวโขกกับไหล่
แม่ตลอด เหมือนระบายอารมณ์ เราจะอุ้มพาดผ้าว่าง ในขณะที่แก
โขกหัว ร้องไห้ เราก็จะเกา ๆ จนแกหลับไป

ทำไมต้องวิ่ง

ถ้าไม่วิ่งก็จะไม่หลับ ต้องวิ่งถึงจะยอมหลับ ไม่อย่างนั้นต้อง
นอนแกกัณฑ์ทั้งคืน เกาเป็นชั่วโมง ๆ เกาทั้งตัว กลางคืนก็ต้องจ้าง
คนมาเลี้ยง มาช่วยเกาให้หน่อย พี่จะแยกห้องนอนกับพ่อเขา เพราะ
พ่อเขาเป็นหมอ ต้องนอน ไม่อย่างนั้นทำงานไม่ได้ แต่ถ้าเขาไม่
มีงาน เขาจะมาช่วยอุ้ม วิ่ง ช่วยเกา ไม่มีผื่นขึ้นนะคะ แต่คัน เรา
จะต้องเกาให้เขาทั้งวัน แทบจะไม่ได้นอนเลย

หลังจากผ่าตัดที่โรงพยาบาลจุฬายา แล้วพบว่าจุดตันที่เนื้อ
ตับด้วย รักษาอย่างไรต่อไปคะ

ต้องผ่าตัดเปลี่ยนตับ ตอนนั้นเรารู้ว่ามีการผ่าตัดเปลี่ยนตับ
จากแม่สู่ลูกที่ประเทศญี่ปุ่น แต่ปัญหาของเราคือค่าใช้จ่าย ในเมือง
ไทยผ่าตัดเปลี่ยนจากแม่สู่ลูกไม่ได้ ต้องรอดับจากเด็กที่ตายแล้วเท่า
นั้น และคิวยาวมากเลย แล้วการรอมันคือความทรมาณ ลูกเรา
ก็ต้องรออย่างทรมาณ และอีกอย่าง ถ้ารอ โรคต่าง ๆ ก็จะเพิ่มขึ้น
มาเรื่อย ๆ โรคผิวหนัง โรคกระดูกผุ โรคหัวใจ โครเรสเตอรอลสูง



ใครเป็นคนบอกคะว่าต้องเอาตัวจากเรา

ไปใส่ในตัวลูก

คุณหมอมาบอก เพราะเลือดของเราเข้า
กับลูกได้ แต่ของคุณพ่อคนละกรู๊ป

ตอนนั้นรู้สึกอย่างไร

ไม่คิดอะไรเลย ไม่ได้นึกถึงตัวเองเลย ไม่ได้
เจ็บ ไม่ได้กลัวอะไรเลย คิดถึงแต่ลูกอย่างเดียว คิดแต่ว่าจะต้อง
ช่วยเขาให้ได้ ตอนนั้นคิดถึงเรื่องเงินอย่างเดียวว่าจะมีเงินพอไป
รักษาไหม

มันใจว่าถ้าเอาตัวเราให้ลูก ลูกจะหาย

ไม่มันใจ แต่คิดว่าดีกว่าการอยู่รอความตาย

ถ้าต้องใช้มากกว่าตัวสะคะ

พี่ยอมตายนะ พี่ยอมตายดีกว่าทนเห็นลูกตายโดยที่พี่ไม่ได้
ทำอะไรเลย เพราะพี่ถือว่าเท่าที่พี่ให้กำเนิดเขามา แล้วเขาต้องมา
เจ็บปวดทรมาน ถึงแม้ว่าจะพิสูจน์ไม่ได้ว่าโรคนี้เกิดจากอะไร แต่
ในความรู้สึก ในความเป็นแม่แล้ว การที่ลูกทรมานอยู่ก็เกิดจากตัว
เรานี้แหละ พี่รู้สึกผิดต่อลูก เพราะตั้งแต่เกิดจนอายุสองเดือน ลูก
ต้องเข้าออกโรงพยาบาลตลอด โดนเข็มแทงครึ่งแล้วครึ่งเล่า ตอน
นั้นพี่ร้องให้ทุกวัน

คิดว่าเรามีส่วนทำให้ลูกเป็นอย่างนี้หรือคะ

ต้องคิด ในความเป็นแม่แล้วเราต้องรับผิดชอบ เป็นหน้า
ที่ของเรา เราผิดต่อลูก

ตอนที่ลูกทรมาณ พี่พูดอะไรกับเขาบ้างคะ

พี่บอกกับตัวเองมากกว่านะว่า พี่จะไม่ยอมแพ้ พี่ต้องพา
ลูกไปผ่าตัดที่ต่างประเทศให้ได้

น้องใหม่เป็นลูกคนที่สอง แล้วลูกคนแรกเขารู้สึกอย่างไรคะ

น้องน้ำผึ้งเป็นลูกที่ประเสริฐมาก เขารักน้องมาก คอยช่วย
พี่ดูแลตลอด มีอยู่วันหนึ่ง เขาถามพี่ว่า “แม่คะ ผ่าตัดนี้ต้องผ่าท้อง
แล้วเจ็บมากไหมคะ เลือดจะออกมากไหมคะ” พี่ก็บอกว่า “ไม่
เจ็บมากหรอกคะ แล้วเลือดก็ออกไม่มาก” เขาบอกว่า “เอาดีบ
หนูก็ได้คะ ถ้าไม่เจ็บมาก หนูทนได้ หนูให้น้องได้คะ” ตอนนั้น
เขาสวมขบเอง พอลูกพูดอย่างนั้น พี่ร้องให้เลย มีความรู้สึกว่
ถึงแม่ตายนะ หนูคงดูแลน้องแทนแม่ได้แน่ ๆ

มันใจว่าเขาต้องดูแลน้องได้ แล้วคำพูดของเด็กสามขวบนี้
ทำให้พี่รู้สึกว่ไม่มีอะไรต้องกลัวอีกแล้ว ขนาดเขาอายุเท่าเขายังคิด
ได้แบบนี้

แต่เรื่องที่เจ็บปวดที่สุดคือต้องจากเขาไปญี่ปุ่น ตอนโทรศัพท์
กลับมา พี่คิดถึงลูกมาก ตอนที่เข้าห้องผ่าตัดก็คิดถึงมาก ถ้า
เกิดเราตายก็เท่ากับว่าเราไม่มีโอกาสได้กอดเขาเลย ยังไม่ได้ลาเขา
เลย พี่รู้สึกผิดกับเขา เพราะถ้าเลือกที่จะรักษาลูกคนที่สอง แล้ว
เกิดอะไรขึ้นกับพี่ เขาจะไม่มีแม่ คุณหมอเตือนว่ามีสิทธิตายได้ เพราะ
การผ่าตัดใหญ่ อะไรก็เกิดขึ้นได้ เคยมีคนตายก่อนหน้านั้น แต่พี่
ไม่กลัวเลย พี่คิดอย่างเดียวว่พี่ต้องช่วยลูกให้ได้

เครียดไหมคะ

เครียดตั้งแต่รู้ว่าน้องใหม่เป็นโรค เพราะเป็นโรคที่รักษายากมาก แม้จะผ่าตัดเปลี่ยนตับแล้ว ยาที่ลูกกินก็มีโอกาสเป็นมะเร็งได้อีก ยังต้องรักษากันชั่วชีวิต และยังไม่รู้ว่าอายุยืนยาวนานแค่ไหน มันเหมือนได้ชะลอความตาย แต่สิ่งหนึ่งที่น่าดีใจคือ อยู่น้อย พอผ่าตัดแล้วลูกจะไม่ต้องอยู่อย่างทรมาน ลูกไม่ต้องทรมานทुरาย กินได้ นอนหลับ พุดเล่น วิ่งเล่น แม้จะไม่รู้ว่าเขาอยู่ได้อีกนานแค่ไหน แต่วันนี้ก็ขอให้เขาอยู่อย่างมีความสุข

เมื่อเลือกที่จะไปผ่าตัดที่ญี่ปุ่น ปัญหาเรื่องเงินที่กังวลอยู่จัดการอย่างไรคะ

คุณพ่อเขาพยายามหุ่มเททำงานหาเงิน ทำตั้งแต่เช้าถึงสองหุ่ม ทุกวันไม่มีวันหยุด สิ่งที่คุณพ่อเขาหวังไว้ก็คือ “ลูกจะรอพ่อไหว” ค่าใช้จ่ายที่ต้องใช้ประมาณ ๓-๔ ล้านบาท ตอนนั้นก็เอาบ้านหลังหนึ่งไปจำนองกับญาติ ขอเงินมาหนึ่งล้านหนึ่งแสนบาท พี่บอกว่าคุณพ่อไม่กลับมาที่ยึดบ้านไปเลย แล้วก็ขายรถหนึ่งคัน ยืมเงินคนอื่นอีก จะเป็นหนี้เท่าไรก็ไม่เสียใจ แต่มีคนบอกว่า “ปล่อยให้เขาตายไปเถอะ มันไม่คุ้มกับการรักษาไว้” ฟังแล้วเรารู้สึกว่า นี่ลูกนะคะ ใช้คำว่าคุ้มไม่คุ้มไม่ได้หรอก เขาไม่ใช่สัตว์เลี้ยง สัตว์เรายังเลี้ยงดี ๆ แล้วนี่ลูก...มาบอกให้เขาตาย มันไม่คุ้ม เพราะเขาไม่ใช่พ่อแม่ เขาไม่เข้าใจหรอก

ตอนนั้นถ้าเราขายรถขายบ้านทุกอย่างที่มีรวมถึงเงินสด เราจะได้ประมาณหนึ่งล้านห้าแสนบาท

พี่ยังจำได้วันที่ลูกอาหารหนัก ๆ เรานั่งตรงนี้ พี่พุดกับสามี

ว่า “เอาเถอะพ่อ พาลูกไปรักษาที่ญี่ปุ่นเถอะ จะหมดเงินเท่าไรก็ได้” สามี่เขาล้มลงนอน กายหน้าผาก ทั้งชีวิตเขาไม่เคยเป็นหนี้ใคร ไม่เคยยืมเงินใคร เราสองคนไม่ได้มีเป้าหมายในชีวิตว่าต้องรวยมากมาย เราคิดว่าครอบครัวเล็ก ๆ อบอุ่น ๆ ก็เพียงพอแล้ว เราไม่คิดว่าต้องไปเมืองนอก ต้องมีทรัพย์สินสมบัติอะไร เราเลยมีความรู้สึกว่ามีเท่านี้ก็พอ แต่พอมาเจอน้องใหม่ เราเพิ่งรู้สึกที่เราจน เมื่อก่อนไม่เคยรู้สึกว่าจะจน เราารู้สึกว่าเราพอ เลยไม่ได้หาเก็บไว้ เราคิดว่าเมื่อเรามีลูก เราควรเลี้ยงลูกเอง เราควรมีเวลาให้ลูก ถ้าเรามัวแต่ไปหาเงิน ตอนลูกโตลูกก็ไม่เอาเราเหมือนกัน

อาการที่หนักที่สุดของลูกตอนอายุเท่าไรคะ และอาการเป็นอย่างไร

ตอนใหม่อายุขวบกว่า ก่อนไปผ่าตัดที่ญี่ปุ่น ลูกอาเจียนเป็นเลือด ถ่ายเป็นเลือด มีเส้นเลือดภายในร่างกายแตก เขามีไข้สูงมาก จำได้ว่าเป็นคืนวันปีใหม่ ตอนเช้าพาไปตรวจ แล้วพอกลับมานอนที่เตียง เขากะสับกระส่าย เราก็เข้าไปอุ้มพาดบ่า เขาก็อาเจียนเป็นเลือด ทะลักออกมาเต็มพื้น เป็นก้อนเลือดดำ ๆ ตอนนั้นพี่เสียสติไปเลย ทำอะไรไม่ถูก กดโทรศัพท์ก็ไม่ถูก เราก็เรียกชื่อลูก ลูกก็หนีไป แต่ก็ยังอาเจียนอยู่ พี่เลี้ยงเขาก็ตีพี่เพื่อให้ได้สติ แล้วพี่ก็วิ่งไปหาหมอที่โรงพยาบาล (บ้านใกล้โรงพยาบาล) หมอเขาเอาคล้าย ๆ ยางมารัดเส้นเลือดที่มันแตกให้หยุด แต่มันก็แตกอีก เราก็พาเข้าโรงพยาบาลจุฬาย บินจากภูเก็ตมากรุงเทพฯ ตอนขึ้นเครื่องบิน เลือดก็ยังออก น้องอาเจียนและถ่ายเป็นเลือดตลอด

เวลาหนึ่งชั่วโมงที่บินจากภูเก็ต ลูกถ่ายเป็นเลือดประมาณ ๒-๓ ครั้ง เป็นเลือดทั้งนั้น เลือดดำ ๆ ครั้งนั้นเป็นครั้งสุดท้ายที่พี่บอกว่าเป็น ทนไม่ไหวแล้ว

คุณหมอว่าอย่างไรคะเกี่ยวกับการที่น้องใหม่อาเจียนเป็นเลือด
หมอบอกว่าปล่อยไว้ก็ไม่เป็นไร แต่ด้วยความที่เป็นแม่ เราไม่เชื่อ เราเจออาการต่าง ๆ มาเยอะแล้ว ถ้าเราเป็นแม่คน แล้วเราเชื่อทุกอย่างที่หมอพูด เราไว้ใจหมอ พี่ว่าลูกมีสิทธิตาย

ในที่สุดก็ไปผ่าตัดที่ญี่ปุ่น

คะ ทางโรงพยาบาลโตโตที่ญี่ปุ่นถามเราตรง ๆ ว่ามีเงิน สดเท่าไร เราบอกว่ามีสามแสน เขาบอกอยากให้เราช่วยเหลือ อะไร เราบอกว่าขอให้ช่วยเฉพาะค่ารักษา ส่วนค่าใช้จ่ายอื่นเราจะหาเอง เขาบอกว่าคุณมีเงินเท่าไรก็เท่านั้น ทางเขาจะประสานขอบริจาคเงิน ตั้งกองทุนสำหรับน้องคริสฐา มีลุงชาวหนังสือพิมพ์ ออกรายการโทรทัศน์ ตอนนั้นเราไม่คิดว่าอาการน้องจะทรุดเร็ว พอได้รับการช่วยเหลืออย่างนี้ เราก็กินทางไปเลย พ่อ แม่ ลูก

การผ่าตัดที่ญี่ปุ่นเป็นอย่างไร

ผ่าตัดที่โรงพยาบาลนิปปอน ซึ่งเป็นโรงพยาบาลเอกชน แต่ใช้ทีมหมอกจากโรงพยาบาลโตโต ซึ่งเป็นโรงพยาบาลรัฐบาล เป็นครั้งแรกที่มีการร่วมมือกัน เพราะเป็นศิษย์อาจารย์กัน

เราไปถึงญี่ปุ่นวันที่ ๑๒ มกราคม แต่ผ่าตัดวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ เขาจะมีการเตรียมการก่อน พอถึงวันผ่าตัด แม่ลูกแยกกัน คนละห้อง เริ่มผ่าเวลาใกล้เที่ยงกัน พอผ่าไปได้สัก ๒-๓ ชั่วโมง ดับ

ของแม่ก็หลุดออกมา และหลังจากนั้นไม่นาน
ตัวของลูกก็หลุดออกมา หลุดหมายถึงตัด
ตัวของลูกออกมา แล้วก็นำตัวของแม่ไป
สวมแทน หลังจากนั้นเป็นการเย็บเส้นเลือด
ที่หน้าดีทั้งหลาย เขาจะเอาตัวจากแม่ไป ๒๕
เปอร์เซ็นต์เพื่อไปใส่ในลูก กลายเป็นตัวของ
ลูก ๗๕ เปอร์เซ็นต์ แล้วรอให้โตจนเต็มร้อย



ก่อนเข้าห้องผ่าตัด พี่คุยอะไรกับลูกไหมคะ

คุยค่ะ พี่ก็บอกว่า น้องใหม่ เราจะไปผ่าตัดนะ แม่จะช่วย
หนู หนูต้องอดทนนะ ต้องไม่ทิ้งแม่ไป ตอนนั้นสงสารเขามาก
ตอนที่พยาบาลมาอุ้มไป เขาตกใจมาก คนก็เยอะ

แล้วบอกอะไรคุณแม่ไหมคะ

ถ้าพี่ตาย เลี้ยงลูกด้วยนะ

ทำไมพูดอย่างนั้น

ไม่รู้สิ พี่คิดอย่างนั้นจริง ๆ ตั้งแต่ลูกเป็นอย่างนี้ พี่ให้
พระเยอะมาก พี่บอกว่าไม่รู้เป็นกรรมของพี่หรือของลูก แต่ถ้าเป็น
กรรมของลูก ขอให้พี่ได้รับผิดชอบเถอะ พี่บอกกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ว่า
“ลูกจะไม่ไหว จะตายหลายครั้งแล้ว ถ้าครั้งนี้จะมาเอาชีวิตลูก พี่
ขอแลก แต่ถ้าไม่ตายทั้งสองคน พอลูกอายุ ๑๖ เราจะบวช” เพราะ
ตลอดเวลาเขาจะตายหลายครั้งแล้ว และพี่จะพูดหลายครั้ง “ถ้าจะ
ตายให้พี่ตาย” พี่ถึงพูดคำนั้นว่า ถ้าพี่ตาย เลี้ยงลูกให้ดีนะ

แล้วตอนคุณแม่ได้ยิน คุณพ่อว่าอย่างไรคะ

ร้องไห้

หลังจากผ่าตัด ใครฟื้นก่อนคะ

แม่ฟื้นก่อน

แวบแรกที่ฟื้นขึ้นมานึกถึงอะไรคะ

ตอนที่สะลึมสะลือ หมอญี่ปุ่นที่เป็นหมอผ่าตัดมาหาคะ แล้ว
ก็จับมือ ได้ยินเสียงคุณหมอพูดว่า ‘กาย’ ผ่าตัดเรียบร้อย ใช้เวลา
น้อยมาก คิดว่าน้องใหม่และคุณแม่ปลอดภัย

ใช้เวลานานเท่าไรคะ

แปดชั่วโมง ซึ่งถือว่าน้อย บางเคส ๒๔ ชั่วโมงยังไม่เสร็จ
เลย (แผลผ่าตัดของน้องใหม่มีรูปคล้ายโลโก้รถเบนซ์ ขนาดใหญ่ทั่ว
บริเวณท้อง)

แล้วตอนที่น้องใหม่ฟื้นขึ้นมา คุณแม่ได้ไปดูไหมคะ

ไปคะ ตัวเองเจ็บแทบตาย แต่คิดถึงเขามาก ทนเจ็บเดิน
ไปหาเขา เขาจำพ่อแม่ไม่ได้เลย เหมือนเด็กที่ซ็อกไป เขาจะสะลึม-
สะลือ เจ็บ แม่อุ้มเขาพาตบ่า เขาก็จับชายผ้า คือมีผ้าของเขา
อยู่ผืนหนึ่ง ซึ่งเราก็บอกพยาบาลไว้ว่า ถ้าเขาดันเมื่อไหร่ ให้อุ้ม
ผ้าผืนนี้ให้เขา เพราะมันเป็นผ้าที่เวลาแม่อุ้มลูกเพื่อจะวิ่งให้หลับ มัน
เป็นผ้าที่ห่อตัวเขาตั้งแต่แรกเกิด มันเลยเป็นเพื่อนของเขาตลอดเวลา
สิ่งที่เขาทำตอนเขาฟื้นคือ เขาจับตรงขอบผ้า แล้วก็รูตเจียบ ๆ หนึ่ง
เจียบ ๆ ไม่พูดไม่คุย เท่าที่ทราบอาจจะเป็นผลจากยา

จนวันที่สาม พี่ก็ไปเยี่ยม เขาก็ยังไม่พูด ทุกครั้งเราจะ
บอกลาเขา พี่ก็บอกเขาว่า “หมดเวลาแม่เยี่ยมแล้วนะ แม่ต้องไป

แล้วนะใหม่ นะ” เขาก็เงยหน้ามามองเรา พู่ว่า “อยู่กับใหม่...อยู่กับใหม่...แม่” พี่ดีใจมากกว่าเขาจำพี่ได้แล้ว มันเป็นสัญญาณว่าคงจะดีขึ้น หมอบอกว่าถ้าเป็นเด็กโตกว่านี้ รับการผ่าตัดแบบนี้ บางครั้งต้องพบจิตแพทย์ เพราะเขาเจ็บแล้วก็ตกใจ อยู่ในห้องไอซียู สายโน่นสายนี้เต็มไปหมด

พอเขาได้รับดับของแม่ไปแล้ว สภาพอาการเขาดีขึ้นไหมคะ

ตัวน้องขาวเลยคะ แก้มน้องขาว ตาที่เหลือง ๆ ก็ขาวคะทันทีเลย และดับก็เจริญเติบโต จนกระทั่งวันที่สาม ห้องเขาเริ่มอืดขึ้นเรื่อย ๆ แล้วพอวันที่ห้า หมอก็บอกว่าท่าทางว่ามีการติดเชื้อภายในช่องท้อง ขอผ่าตัดครั้งที่สอง ปรากฏว่าตอนแรกจะเย็บปิดแล้ว ก่อนปิดท้อง เขาก็อัลตราซาวนด์ดูเส้นเลือดที่ต่อไว้ ปรากฏว่ามีเส้นเลือดแดงที่ไปเลี้ยงตับมันไหลไม่ดี ในช่วงนั้นหมอก็บอกว่าขอตัดต่อเส้นเลือดใหม่อีกครั้ง ก็ตามคุณหมอที่ต่อเส้นเลือดโดยตรงมาแล้วก็บอกแม่ให้เตรียมตัว อาจต้องใช้เส้นเลือดของแม่มาต่อให้นะ เพราะเส้นเลือดที่ดีที่สุดมาจากแม่ ครั้งแรกคุณหมอก็ต่อได้ แต่พอจะมาเย็บปิดหน้าท้องอีกครั้ง เส้นเลือดตันอีก ก็เลยต้องใช้เส้นเลือดของแม่ ใช้เส้นเลือดที่ข้อมือ ผ่าตัดไปประมาณห้าเซนติเมตรปกติคนเราจะมีเส้นเลือดสองเส้น เอาไปเส้นหนึ่งไม่เป็นไร ดูก็น่าจะดีขึ้น แต่หลังจากนั้นก็มีการผ่าตัดอีกสามครั้ง

รวมผ่าตัดทั้งหมดห้าครั้ง เพราะอะไรคะ

หลังจากผ่าตัดครั้งที่สองอีก ๒-๓ วัน ก็ผ่าดูว่ามีหนองหรือเปล่า เพราะถ้ามีจะติดเชื้อไปที่ตับ แล้วจะทำให้ตับเสีย ก็ผ่าตัดครั้ง



ที่สาม ตกลงไม่เป็นหนอง แต่
พอผ่าไปแล้ว เส้นเลือดแดงตัน
อีกแล้ว คุณหมอก็เลยต้องผ่า
ตัดเอาเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงกระ-
เพาะอาหารต่อเข้ากับตับ ส่วน
ผ่าตัดครั้งที่สี่ เป็นผ่าตัดปิดหน้า

ท้อง พอมาครั้งที่ห้า คือน้ำดีรั่วออกมาจากสายที่เขาวางท่อไว้
เขาต้องผ่าเพื่อดูว่ารั่วมาจากไหน พอผ่าเข้าไป ปรากฏว่าไม่อันตราย
เขาก็เย็บปิด ตอนนั้นก็กลัวจะมีครั้งที่หก แต่โชคดี ภูมิในตัวน้อง
เขาดี อากาาก็เลยดีขึ้นเรื่อย ๆ

ตอนที่การผ่าตัดไม่จบสิ้นเสียที จิตใจคุณแม่เป็นอย่างไรคะ

ตอนผ่าตัดครั้งที่สาม กลัวว่าลูกจะไปแล้ว เพราะลำไส้ลูก
ติดกันเป็นแผ่น จะเลาะเอาเส้นเลือดที่ไหนมาก็ลำบาก คุณพ่อเขาก็ใจ
เสีย มาบอกพี่ว่า ทำใจนะ พี่ก็ร้องให้ทุกวัน คุณพ่อก็บอกว่าเรา
ทำดีที่สุดแล้ว แล้วเขาก็ถามว่า ถ้าลูกตาย จะเอาศพกลับหรือเปล่า
จะไปคุยกับสถานทูตให้ เขาคิดว่าลูกไม่น่าจะรอด ตอนนั้นพี่รู้สึกว่
พี่พาลูกมาตาย พี่ไม่พูดกับใครเลย จนผลผ่าตัดออกมา ไม่เป็น
อะไร หลังจากนั้นลูกก็อยู่ห้องไอซียูอีกประมาณเดือนหนึ่ง

หลังจากผ่าตัดครั้งที่ห้าแล้วก็วางใจได้

ลูกก็ดีขึ้นคะ พ่อแม่ก็สบายใจขึ้น ไปเยี่ยมเขาทุกวัน

ตอนนี้อาการของน้องเป็นอย่างไรคะ

ดีขึ้น พูดคุยร่าเริง ไม่ต้องเฝ้าตลอดเวลา

มีอะไรที่ต้องระมัดระวังไหมคะ

ต้องทานยาเพื่อกดภูมิของตัวเองไว้ เพื่อไม่ให้ภูมิเสลด
ของแม่ ต้องกินทุกวัน และตรวจเลือดเป็นประจำ แล้วก็ระวัง
การติดเชื้อ ระวังเกี่ยวกับผลเลือดและอาหารบางอย่าง เช่น ถ้า
เขาท้องเสีย ระดับยาในเลือดจะต่ำลง ก็อาจจะมึนงงหาได้

แต่ตอนนี้เขาก็ปกติ แข็งแรงดี

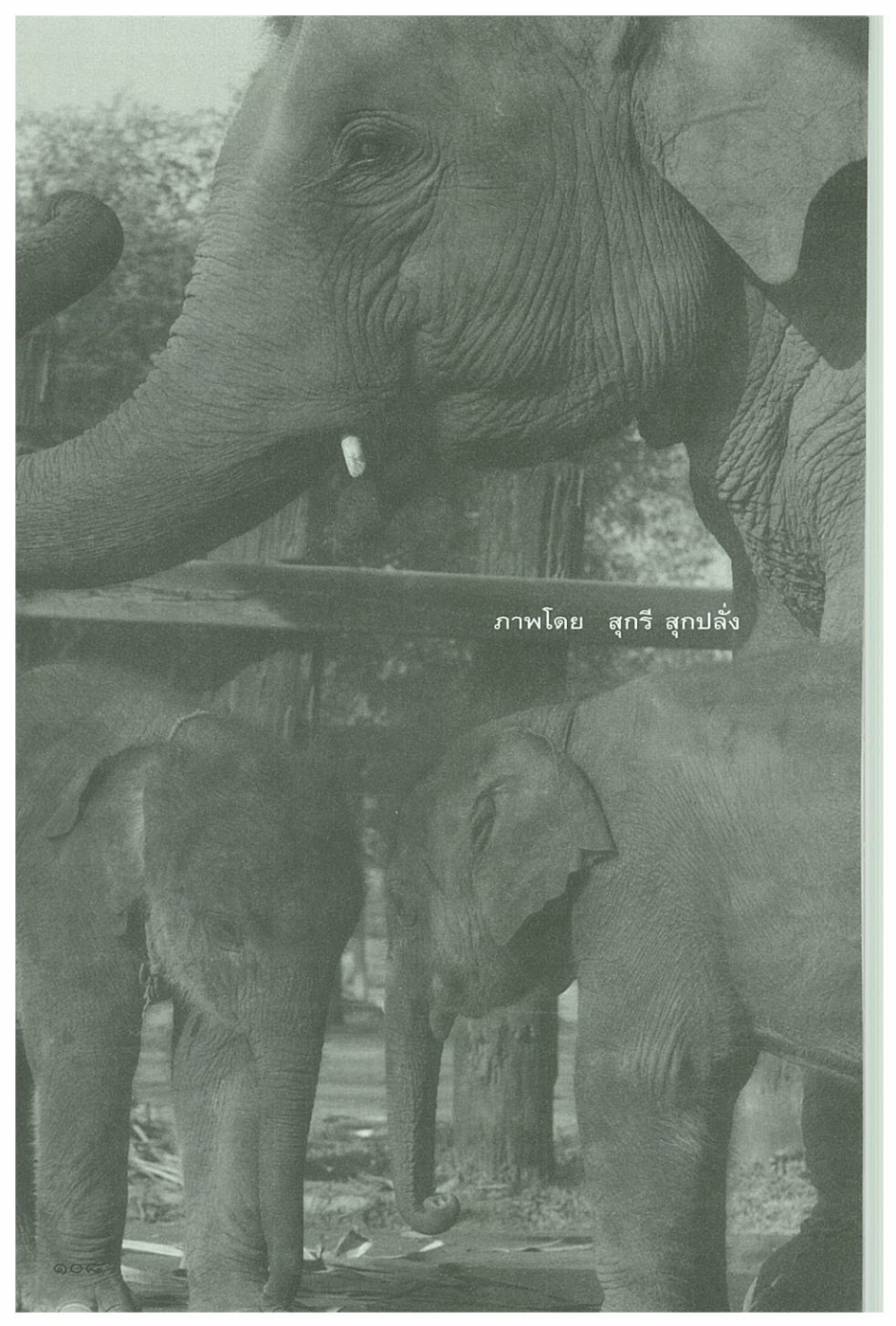
สำหรับคุณแม่แล้ว ทุกวันนี้เห็นเขามีความสุขก็คุ้มแล้วคะ
คุ้มกับทุกสิ่งทุกอย่างที่จะเสี่ยงเพื่อลูก เพราะตอนที่เห็นเขาไม่มีความสุข
สุขทุกวัน เขาน่าสงสารมาก ซึม มึนทรมาณใจ ทุกวันนี้เห็นเขา
มีความสุข แม้ว่าจะมีโรคอื่นเกิดขึ้น สมมติเนะคะ หรือเขาอาจจะ
มีอายุไม่ยืน แต่ก็ยังดีกว่าตอนที่เห็นเขาทรมาณ

สิ่งที่เกิดขึ้นให้อะไรกับชีวิตครอบครัวของพี่บ้างคะ

การที่เรามีลูกเป็นโรคนี้อะไรที่อยากจะบอกก็คือ อยาที่จะ
ให้ทุกคนทำความเข้าใจ เราไม่รู้ว่าจะอนาคตจะมีอะไรเกิดขึ้นกับเรา กับ
ลูกเรา กับชีวิตเรา การทำบุญก็เหมือนการปลูกต้นไม้ชนิดหนึ่ง ถ้า
เราไม่ปลูก เราก็ไม่มีทางได้กินผลของมัน และถึงแม้ไม่ได้กินผล
วันนี้ อนาคตมันอาจจะช่วยได้

แม่สถิติที่เคยมีมาหลังการผ่าตัด ผู้ป่วยที่มีอายุยืนที่สุดคือ ๒๕
ปี แต่น้องใหม่อาจจะทำลายสถิติ เพราะเธอได้รับความรักจากแม่อย่าง
เหลือประมาณ แต่ถึงกระนั้นคุณวรรณาก็บอกว่า

“แค่เพียงทุกวันนี้เห็นลูกยิ้ม มีความสุข ก็เพียงพอแล้ว”



ภาพโดย สุกรี สุปลั่ง

ใบสมัครสมาชิก

- สมัครเพื่อตัวเอง
- เป็นของขวัญ สมาชิกอุปถัมภ์เพื่อมอบหนังสือให้สถานศึกษาทั่วประเทศ

ผู้อุปถัมภ์ ชื่อ.....นามสกุล.....
อาชีพ.....วันเกิด.....
บ้านเลขที่.....หมู่บ้าน.....
อาคาร/ตึก.....ชั้น.....
ซอย.....ถนน.....
แขวง.....เขต.....
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

วันแม่

ผู้รับหนังสือ ชื่อ.....นามสกุล.....
อาชีพ.....วันเกิด.....
บ้านเลขที่.....หมู่บ้าน.....
อาคาร/ตึก.....ชั้น.....
ซอย.....ถนน.....
แขวง.....เขต.....
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

- สมาชิกใหม่ ต่ออายุสมาชิก
- ๑๒ ฉบับ ราคา ๗๒๐ บาท
- ๒๔ ฉบับ ราคา ๑,๔๔๐ บาท

วันที่สมัคร.....

โดยได้แนบ ธนาณัติ ตัวแลกเงิน
 เช็คธนาคาร..... เลขที่เช็ค.....

ส่งจ่าย ปณ.จร.เซ็บัว ถนนรามอินทรา ๕๕ แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐
หรือโอนเงินผ่าน แมชีตันสนีย์ เสถียรสุด เพื่อกองทุนสววิกา

ธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) สาขารามอินทรา บัญชีออมทรัพย์

เลขที่บัญชี 187-0-62624-7

แพทย์หญิง คุณหญิงพรทิพย์ โรจนสุนันท์

คมความคิด

ต้นเดือนกรกฎาคมที่ผ่านมา ทางผู้บริหารมติชนได้เลี้ยงแสดงความยินดีสำหรับตำแหน่งคุณหญิง ซึ่งในการรับประทานอาหารหมอบได้รับฟังคำคม แนวความคิดที่มีค่าจากบุคคลหลากหลายที่มาในงานเลี้ยง ความที่หมอบเป็นคนชอบฟัง ชอบพบกับผู้คนทุกรูปแบบ ด้วยเพราะชีวิตของทุกคนมีค่าให้ได้เรียนรู้ในทุกแง่มุม ชอบเก็บคุณค่าเหล่านี้ไว้ในหน่วยความจำของตัวเอง เพื่อหยิบมาใช้เอง และก็ชอบที่จะนำมาเล่าสู่กันฟังด้วย

หากย้อนรอยที่มาของหมอบในการปรากฏตัวทางสื่อ ก็ต้องบอกว่ามาจากหนึ่งในทีมงานมติชนนี้แหละ คุณวีณา โคมพนาตร ผู้เขียนเรื่องราวของหมอบจนทำให้รายการเจาะใจมาสัมภาษณ์ออกทีวี

แนวคิดของการอยากพัฒนางานนิதிเวชจึงถูกนำมาจัดเป็นนโยบาย
ตั้งสถาบันนิติวิทยาศาสตร์ ในกระทรวงยุติธรรม

บทบาทการเขียนครั้งแรกก็เริ่มที่หนังสือพิมพ์มติชนรายวัน
นี้แหละ เพราะเวลาต้องการสืบปัญหาไปในสังคมเพื่อหาแนวร่วม หรือ
การรับรู้ วิธีการหนึ่งคือการเขียนเรื่องราวของศพถ่ายทอดเป็นบท
ความ ในหัวเรื่อง 'ศพเล่าเรื่อง' แต่เล่าไม่ต่อเนื่อง เพราะชะตาชีวิต
ยังไม่ถึงที่ เขียนไปเขียนมากก็เลิกเขียนไปเอง

ในงานเลี้ยงคืนนั้นทำให้หมอได้บันทึกคำคม ๆ ของผู้มา
ร่วมงานหลายประโยค ประทับใจจนต้องนำมาถ่ายทอดให้อ่านกัน
เพราะตลอดเวลา หมอมักจะรู้สึกขัด ๆ เขิน ๆ หากถูกเรียกว่านัก
เขียน เวลาไปงานเลี้ยงนักเขียนก็มักจะพยายามหลบ ๆ ด้วยความ
รู้สึกว้า ตัวเราไม่ใช่

หมอมักประทับใจคำพูดคม ๆ ของนักเขียนจนต้องแอบจด
บันทึกไว้หลายครั้ง คราวที่ยังทำรายการทีวีเกมอัจฉริยะ คนที่หมอ
ชอบฟังเขาคุย เพราะมีคำคม ๆ ที่ฟังแล้วรู้สึกว้านี้แหละ...นักเขียน
นั้นไม่ใช่ใคร คือ จุ้ย ศุ บุญเลี้ยง

ในโต๊ะอาหาร หมอได้มีโอกาสนั่งใกล้ คุณชรรค์ชัย บุญปาน
คุณชรรค์ชัยบอกว่าชอบให้หมอเขียนหนังสือ ก็เลยถือโอกาสถามถึง
เหตุผลว่าเพราะอะไร คำตอบคือ หากเป็นหมอทำหน้าที่รักษาคน
ไข้อย่างเดียวก็คงช่วยได้เฉพาะคนเจ็บทีละคน แต่เมื่อเป็นหมอที่

ตรวจคนไข้ได้ ผ่าศพด้วย แล้วมาเขียนหนังสือถ่ายทอดประสบการณ์
อีก ทำให้ช่วยสังคมได้กว้างมากกว่าเป็นเพียงหมอรักษาคนเจ็บ

ฟังแล้วต้องคิดตาม ไม่ใช่เพราะชื่นชมกับคำคม แต่เป็น
เพราะเมื่อคิดตามก็เข้าใจวิถีคิดของคุณชรรค์ชัย เป็นคำอธิบายที่กินใจ
และเมื่อมีการคุยกันถึงเรื่องราวความเป็นไปของบุคคลต่าง ๆ ก็ได้
พุดถึงวิถีคิดของคนบางคนที่รวยแล้วชอบข่มทับคนอื่น ๆ ซึ่งก็มีคำ
คมหลุดออกมาให้ได้คิด เพราะคุณชรรค์ชัยคิดว่าการร่ำรวยมีทรัพย์สิน
สมบัติมากมาย ถ้าไม่ได้หามาเองก็ไม่ควรจะรู้สึกภูมิใจนัก และที่
สำคัญก็คือ เขาเหล่านั้นที่คุยว่ารวย ได้เสียภาษีให้รัฐถูกต้องหรือเปล่า
นำคิดนะ ถ้าไม่ได้ทำก็อย่าไปยกย่องเขาเลย ยิ่งกว่านั้นเรายังคุ
ยกันว่า คนเรานั้นคงไม่ค่อยเข้าใจชีวิต เพราะหลายคนชอบคิดว่า
ตัวเองยิ่งใหญ่ ลืมตัว เวลาที่ยังมีตำแหน่งใหญ่ ๆ ก็คิดว่าตัวเองสูง
ส่งกว่าใคร ๆ คงลืมน่าวันหนึ่งเมื่อต้องคืนสู่สามัญ หัวโขมนั้นก็หาย
ไปแน่นอน แล้วจะลุ่มหลงไปทำไม

ในงานเลี้ยงมี คุณเชิด ทรงศรี ซึ่งเพิ่งออกหนังสือหน้าอ่าน
‘นั่งคุยกับความตาย’ เล่าเรื่องราวการเป็นมะเร็งมานั่งคุยด้วย คุณ
เชิดเชื่อว่าหมอแต่งตัวมันส์ แสดงถึงความอิสระจากกรอบความคิด
คนอื่น ฟังตอนแรกยังไม่ค่อยเข้าใจ คุณเชิดจึงอธิบายว่า หลาย
ปีก่อน คุณเชิดไปงานภาพยนตร์ที่ต่างประเทศ ซึ่งเป็นครั้งแรกที่ได้
มีโอกาสนั่ง ก็เลยแต่งตัวหล่อ ใส่สูทหรู แต่ผู้กำกับฯ จากประเทศ
อื่น ๆ ใส่กางเกงยีน เสื้อเชิ้ต เสื้อหนังกันหมด ก็เลยทำให้รู้สึกขัด

เขินมาก ตั้งแต่นั้นมาก็ไม่กล้าใส่อะไรแตกต่างจากคนอื่นอีกเลย คุณ
เข็ดคงหมายความว่าหมอกล้าที่จะแต่งตัวต่างจากคนอื่นมาก ทำไม
ไม่รู้รู้สึกเกร็ง ความจริงหมอกก็ไม่ได้รู้สึกขำมากหรอก เพียงแต่เป็น
คนชอบคิดเองก่อนทำ ยึดเหตุผลมากกว่าทำตามแนวคิดของ คนอื่น
เพียงเพราะหากทำอะไรตามคนอื่นก็คงต้องตามเขาตลอดไป สรุป
ว่าชอบความอิสระ

การได้นั่งฟังนักเขียนหรือนักคิดคุยกันให้ได้อะไรดี ๆ มากมาย
ทีเดียว เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นความแหลมคมทางความคิด ซึ่งมอง
ไม่เห็นเป็นวัตถุ เป็นอาวุธ หรือเวลาพูด ถ้าไม่คิดตามก็อาจไม่รู้สึ
อะไร ผิดกับมิดที่หมอใช้ผ้าศพ มองปุ๊บก็รู้ว่าคม พอลองคิดถึง
ความคมก็จะรู้สึกเสียวแปล็บ ๆ นึกไปถึงเวลาถูกมีดบาดเลือดออก
แต่ความแหลมคมทางความคิดนั้น ยิ่งคุยก็ยิ่งรู้สึกอึดกับเนื้อหา อึด
กับความเพราะของคำพูดหรือภาษา ประทับใจในการสื่อ ได้ความ
หมายแบบไม่โจ่งแจ้งแต่กินใจ ได้คิด

แปลกที่หมอชอบฟังนักเขียนคุยมากกว่าคนกลุ่มอื่น ๆ คุย
เพราะสัมผัสได้ถึงความคิดที่มีสาระ แต่ก็มิติดลึงดงาม ไม่รู้สึกว่าเขา
ไม้ เขายัดเยียด เขาสั่งสอน ที่สำคัญ ทำให้ผู้ฟังเรียนรู้อย่างมีความ
สุข ยินดีรับฟัง หากมองย้อนกลับมาที่ผู้คนในสังคม ก็ดูจะเป็น
การชอบเสพตรง ๆ ไม่ชอบอะไรที่ต้องคิดวิเคราะห์ ทั้งที่ความ
จริงก็เหมือนการรับประทานอาหาร ถ้าเคี้ยวอาหารเร็วมากแล้ว

กลืนเลย ก็คงไม่สามารถรู้ หรือจำได้ว่าอาหารที่อยู่ในปากนั้นมีรสชาติของอะไรบ้าง หรือมีส่วนประกอบอะไรบ้าง

คนรุ่นใหม่มักทำอะไรโดยไม่ค่อยได้คิดก่อน ใครเขาทำก็ทำตามด้วย จึงไม่สามารถเข้าถึงแก่นหรือสาระแท้ ๆ ของสิ่งนั้น หลายคนอาจถามว่าทำไมต้องเข้าถึงด้วยล่ะ ก็ต้องบอกว่าความอึดอึ้งจะช่วยทำให้รู้สึกทิว เพราะความรู้สึกทิวมักทำให้กระวนกระวาย ลองคิดตามดูก็จะเห็นด้วยกับหมอ

หมออยากชวนเด็กรุ่นใหม่ รวมถึงคนรุ่นใหม่ด้วย มาเปลี่ยนแนวการเรียนรู้ ทำอย่างไรจะช่วยให้สามารถเก็บเกี่ยวคุณค่าสาระดี ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตโดยไม่รู้สึกเครียด การเลือกพบปะผู้คนที่มีค่าในตัวเองเป็นโอกาสถ่ายทอดคุณค่าในชีวิตแบบไม่เร่งรีบ แต่สร้างสรรค์ ดีกว่าปล่อยชีวิตผ่านไปวัน ๆ ทำอะไรไปเรื่อย ๆ โดยไม่เคยคิด

บางครั้งการพูดคุยกันนอกจากจะทำให้ได้ความรู้หรือคุณค่าของชีวิตแล้ว ก็ยังทำให้ได้กำลังใจมาด้วย บางครั้งรู้สึกท้อ ๆ ก็สามารถดีขึ้นได้อย่างประหลาด

นอกจากการได้พูดคุยกับผู้บริหาร นักเขียน บรรณาธิการ ทีมงาน ที่ทำให้ได้รับฟังคำพูดดี ๆ แล้ว เรื่องราวชีวิตของแต่ละคนก็มีประโยชน์เช่นกัน ที่เล่ามาไม่ใช่การสะท้อนเรื่องราวที่พบมาในแต่ละวัน แต่ต้องการสื่อวิธีการคิดที่ช่วยให้ตัวเองดีขึ้นได้ ถ้าคิดเป็น

เวลาคนเรามีทุกข์ ก็มักจะเลือกหาคนที่รับฟังทุกข์เป็นที่
ระบายทุกข์ ช่วยปลอบใจเรา หรือช่วยบอกว่าเราดี ไม่ผิด ซึ่งวิธี
นี้ไม่ช่วยให้พ้นทุกข์ถาวร วิธีที่ดีสำหรับการแก้ปัญหาคือการเตรียม
ตัวอย่างดีในการเผชิญปัญหา

ที่คนเราพากันทุกข์อยู่ทุกวันนี้ ลึก ๆ แล้วคือการยึดติดอยู่
กับคำว่า 'อึดตา' นี้แหละ ร่ำรวยแล้วต้องเที่ยวทำมกคนอื่น ยิ่ง
ใหญ่แล้วเที่ยวบังคับให้ทุกคนต้องพินอบพิเทาทำตามคำสั่ง ถูกต่อ
ว่าแล้วเสียใจ ผิดหวังแล้วอยากตาย ล้วนจัดการกับคำนี้ไม่ได้มัน
เอง

ก็แล้วจะหาทางเข้าใจ จัดการกับ 'อึดตา' ให้ถูกวิธีอย่างไร
ล่ะ

สมัยก่อนหมอมักใจร้อน และอารมณ์เสีย โกรธคนที่ทำไม่
ดีกับเราและกับคนอื่น วิธีเรียนรู้ก็คือ การทดลองคิดว่าหากศพ
ที่มานอนอยู่ตรงหน้าเป็นตัวเราเอง เราจะรู้สึกอะไร สิ่งที่เห็นได้
ชัดเจนมากก็คือ แท้ที่จริงแล้ว เราไม่มีโอกาสรู้หรือกว่าเราจะตาย
เมื่อใด และตายอย่างไรด้วย เพราะไม่มีกฎตายตัวว่าคนดีตายดี คน
ชั่วตายร้าย ทำให้สรุปได้ว่า แม้เราจะทำดีมาตลอดชีวิต เราก็ยัง
ไม่รู้ว่าจะถูกกำหนดให้จากโลกนี้ไปวันไหน รู้แต่ว่า เวลาจากไปแล้ว
สร้อย เงิน รถ ตำแหน่ง ทุกอย่างล้วนต้องทิ้งไว้ในโลกนี้ทั้งนั้น
แถมยังได้เห็นปฏิกิริยาของผู้คนที่ยังอยู่ในโลกนี้ว่ามีความเปลี่ยนแปลง
ไป ก็เลยทำให้เข้าใจการจัดการกับ 'อึดตา' ว่าอย่าไปยึดมันมาก

และอย่าไปเที่ยวเอาอะไรมาเกาะเกี่ยว เช่นเกาะเกี่ยวกับความสุข
หรือความทุกข์ให้มากเกินไป

พูดให้ชัดคือ ไม่ลุ่มหลงอะไรเป็นที่ที่สุด

การเรียนรู้ธรรมะไม่ต้องรอการประสบกับเหตุการณ์จริงด้วย
ตัวเอง แต่สามารถเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่เกิดกับคนอื่น วิธีเรียนรู้
ที่ซึมซาบได้โดยไม่ระคายก็คือเปิดใจเรียนเอง ไม่ต้องให้ใครมาสอน
หากเราเปิดประตูใจให้รับฟัง ทำยที่สุดก็ไม่ต้องรอไปวัดเพื่อศึกษา
ธรรมะ เพราะธรรมะคือธรรมชาติที่รายรอบเราเองนั่นเอง

อยู่แต่ว่ามนุษย์เราจะรู้จักและเข้าใจหรือเปล่าเท่านั้น

ความรัก ความฝัน และพันธนาการ

ในความรักนั้นแสนมหัศจรรย์ มีความผูกพัน มีความฝัน มีความคาดหวังปะปนอยู่ ประมาณว่าถ้ารักแบบไม่เรียนรู้และไม่พยายามทำความเข้าใจควบคู่กันไปด้วยแล้วละก็...คงจะนำมาซึ่งความทุกข์...ได้โดยง่าย

แม้แต่ในความรักของคนที่เป็นแม่

ฉันเองในฐานะคุณแม่มือใหม่...ที่ขนาดว่าระวังตัว...เตรียมใจเอาไว้บ้างแล้ว ก็ยังอดที่จะทุกข์ใจ เสียใจ บางครั้งถึงกับร้องไห้ โกรธไป...โกรธมา (กับลูกชายวัยสองขวบกว่า ๆ)

แต่ว่าไม่เคยได้โกรธนาน เพราะเด็กชายภูเขาก่อนไม่เคยโกรธตอบ เดินเลี้ยว ๆ ไปสักพัก พอเห็นแม่เริ่มหายเพี้ยน ก็กลับมาจูมมือ ชวนไปเล่นด้วยกัน สงบศึกได้ง่ายดาย จนฉันเองเคยคิดจะเอาวิธี

นี่ไปใช้กับพวกผู้ใหญ่ดูบ้าง...เวลาเห็นใครโกรธ ๆ อารมณ์เสียมาละก็ อย่าไปโกรธตอบ เดินเลี่ยง ๆ ไป พอให้ใจเย็นแล้วค่อยมาคุยกัน... (แต่การไม่โกรธตอบ ไม่อารมณ์เสียตอบคนที่เริ่มกับเราก่อนนี้ทำไม่ได้ง่าย ๆ เลยนะ ภูเขาเอ๋ย)

มาลองนั่งนิ่ง ๆ พยายามคิดและทำความเข้าใจกับตัวเอง ว่าที่ทุกข์ ที่เสียใจ ที่ไม่ถูกใจนั้น เป็นเพราะอะไร...ส่วนใหญ่เป็นเพราะใจของเรานั้นเองที่ไม่ยอมปล่อย...อยากให้ลูกทำตามใจเรา จนบางครั้งลืมไปว่าเด็กก็มีหัวใจ มีอะไรที่เขาอยากทำ อยากเล่นชนไปตามวัย



นึกย้อนไปถึงสมัยที่ตัวเองยังเป็นเด็ก...จำได้ว่าอยากคลีกระดาศหิซซู (แบบม้วน) ออกให้เป็นสายยาว ๆ ยุ่ง ๆ จนหมดม้วน...กับอยากบีบยาสีฟันให้เป็นทางยาวรอบบ้าน...บีบให้ยืดขึ้นไปตามชั้นบันไดไปถึงชั้นบนแบบไม่ให้ขาดตอนเลย แต่ก็เป็นความอยากที่ได้แต่คิด ไม่เคยได้ทำ (ตอน

นี่ถึงให้ทำก็ไม่เอา...ไม่สนุกแล้ว)

วันนี้เด็กชายภูเขาจึงได้เขียนผนังห้องของตัวเอง (หลังจากค้นพบว่าการสร้างจิตรกรรมฝาผนังแบบนี้ตระการตาและสนุกกว่าเขียนบนกระดาษหลายเท่าตัว) ได้เดินเท้าเปล่าตามชอบใจไปทุกที่ ทั้งบนผืนหญ้า และตามทางดิน ทางปูน ได้เด็ดลูกส้มจี๊ด ลูกหมาก ลูกเชอร์รี่ ทุก ๆ ลูกที่มองเห็น ได้เล่นผลไม้ที่ล้างแช่ไว้ใน

ดูเย็น (ช่วงนี้ภูเขามันไม่ชอบของเล่น...แต่ชอบเล่นลูกไม้ผลไม้มานานชนิด
แทน ลูกที่ชอบมาก ๆ ถึงขนาดเอามานอนด้วยทั้งคืน ตื่นมายัง
ร้องเรียกหาก็มี)

บอกกับตัวเองว่า ถ้าเด็ก ๆ เขาอยากทำอะไรที่ไม่ได้เสี่ยง
ต่ออันตราย ไม่ทำร้ายความรู้สึกใคร ก็ปล่อยให้เขาได้มีความสุข ได้
มีอิสระที่จะทำไปเถิด และที่สำคัญ อย่ากักขังความ
ฝัน...อย่าพันธนาการหัวใจของใครไว้ด้วยความรัก
เลย...

(มีนิทานอยู่เรื่องหนึ่ง...เขียนไว้ตั้งแต่สมัย
ยังไม่มีลูก ตีพิมพ์ในมติชนรายวัน จนถึงวันนี้...
วันที่เหมือนอยู่ในเวลาเดียวกันกับแม่ในนิทาน...
ลองย้อนกลับไปอ่านดู รู้สึกว่าพูดถึงเรื่องเดียวกัน
...ความรัก ความฝัน และพันธนาการ...จึงขอนำ
มาลงพิมพ์ให้อ่านกัน...อีกสักครั้ง)



ในเมืองเล็ก ๆ เมืองหนึ่ง มีมารดาผู้ซึ่ง
รักและห่วงใยบุตรชายเล็ก ๆ ของเธอมาก จนไม่อยากให้เขาออก
ไปไหนไกลเกินสายตา

“ตั้งแต่เขาเริ่มคลาน...ออกเดินและวิ่งได้ เท่านั้นเอง ๆ ที่
ซุกซนก็พาเขาออกไปเที่ยวเล่นตามที่ต่าง ๆ ทำให้ฉันต้องคอยเป็น
ห่วงอยู่เสมอ ๆ” มารดาผู้กังวลใจพยายามคิดหาวิธีให้บุตรชายอยู่
ติดบ้าน “สิ่งแรกที่ฉันอยากจะทำก็คือ จับเท้าเล็ก ๆ จอมซุกซน

นั่นแหละซังเอาไว้”

วันรุ่งขึ้น ผู้เป็นมารดา นำแผ่นหนังผืนใหญ่ที่ทั้งหนาและหนัก มาห่อเท้าบุตรชาย พร้อมกับบอกว่า

“ตอนนี้เป็นฤดูหนาว แผ่นหนังนี้จะช่วยไม่ให้เท้าเล็ก ๆ ของ ลูกหนาวเย็น และลูกก็จะเป็นหวัด ออกไป เล่นข้างนอกก็ได้ถ้าลูกต้องการ แต่ห้ามถอดของ สิ่งนี้ออกจากเท้าอย่างเด็ดขาด”

เด็กชายเล็ก ๆ ดีใจมากที่ได้ออกไปวิ่งเล่น ข้างนอกกับเพื่อน ๆ ทว่า...ไม่นานเขาก็เดินกลับบ้านโดยลำพัง

“แผ่นหนังช่วยให้เท้าของลูกอบอุ่นดี เพียง แต่มันใหญ่จนเดินไม่ถนัด ลูกจึงกลับมาอยู่ในบ้าน ก่อน พอพ้นฤดูหนาวแล้ว ค่อยออกไปวิ่งเล่น เท้าเปล่ากับเพื่อน ๆ ก็ได้”

เด็กชายกล่าวกับมารดา

เมื่อฤดูหนาวผ่านพ้นไป เด็กชายเตรียมจะออกไปวิ่งเล่นนอก บ้านกับเพื่อน ๆ แต่ทว่ามารดาของเขากลับนำผ้าผืนใหม่ออกมาพัน เท้าของเขาเอาไว้ และกล่าวว่า

“หนามและหินมีคมจะบาดเท้าลูกได้ แม่ใช้ผ้าขาวเนื้อละเอียด ที่สุดพันเท้าของลูกไว้เวลาออกไปวิ่งเล่น ลูกต้องคอยระวังอย่าทำ



ให้ผ้าผืนดีที่สุดของแม่เสียหยาเป็นอันขาด”

เด็กชายมองดูเท้าที่ห่อหุ้มด้วยผ้าขาวผืนสวยของมารดา และตัดสินใจไม่ออกไปนอกบ้าน เขาเดินไปนั่งที่ขอบหน้าต่างพลางแกว่งเท้าทั้งสองข้างไปมาขณะมองเพื่อน ๆ วิ่งไล่จับกัน

ฤดูร้อนผ่านไป สายฝนเริ่มโปรยปราย พวกเด็ก ๆ ชวนกันออกไปวิ่งเล่นในทุ่งหญ้าฉ่ำฝน และเช่นเคย มารดาของเด็กชายนำแผ่นยางหนาหนักที่ตัดเย็บจากยางไม้ออกมาห่อเท้าของเขา และกล่าวว่า

“แผ่นยางนี้จะช่วยไม่ให้เท้าของลูกเปื่อยกเมื่อออกไปวิ่งเล่นข้างนอก”

แต่แผ่นยางทั้งหนาและหนักจนเด็กชายแทบจะยกเท้าไม่ได้ ในที่สุดเขานั่งลง ถอดสิ่งที่หุ้มห่อเท้าทั้งสองข้างของเขาออก และเดินเข้าห้องไปโดยไม่พูดอะไรเลย

หลายวันผ่านไปโดยที่เด็กชายมิได้ร้องขอหรือแสดงอาการว่าอยากออกไปเล่นนอกบ้านอีก นาน ๆ ครั้งเขามองเหม่อออกไปนอกหน้าต่างและถอนใจใหญ่ จากที่เคยร่าเริงแจ่มใส เขากลายเป็นเด็กเงียบขรึม และไม่ยิ้มกับใคร

“นี่ฉันทำอะไรลงไป” ผู้เป็นมารดาเสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นมาก



“ความรักความห่วงใยที่มากเกินไปทำให้เขาไม่มีความสุข ฉันต้องทำอะไรบางอย่างเพื่อให้ลูกกลับมาเป็นเหมือนเดิม”

วันต่อมา เมื่อเด็กชายตื่นขึ้นในตอนเช้า เขาพบว่ามือของ
บางอย่างที่รูปทรงคันทา วางรอเขาอยู่หน้าประตูบ้าน วัตถุที่ทำขึ้น
จากหนัง ผ้า และยางไม้...สามสิ่งซึ่งเคยขวางกั้น
ไม่ให้เด็กชายออกไปเที่ยวเล่นนอกบ้าน บัดนี้กลับ
มาอยู่รวมกันอย่างพอเหมาะ ขนาดพอดีเท้า ดู
นุ่มสบาย และแข็งแรงปราดเปรียว คล้ายกับ
จะชวนให้ออกท่องเที่ยวไปอยู่ในที่



“ความรักความห่วงใยของแม่จะไม่ขวาง
กั้นลูกไว้ให้อยู่แต่ในบ้านอีก ออกไปวิ่งเล่นให้
สนุก และพาเอาความห่วงใยของแม่ไปกับลูกด้วย”

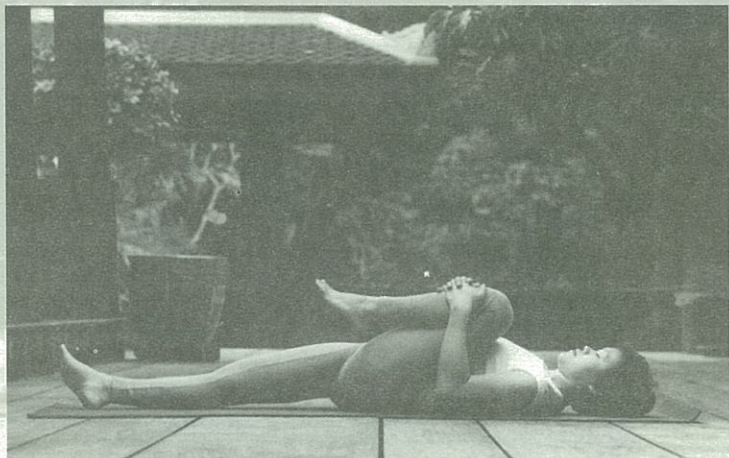
ผู้เป็นมารดากล่าว ขณะใช้มือรองฝ่าเท้า
น้อย ๆ ของบุตรชายเอาไว้ ก่อนจะสวมสิ่งที่เธอ
ทำขึ้นด้วยความรักความห่วงใย...ให้กับเขา

และนี่คือเรื่องของรองเท้าคู่หนึ่ง...เรื่องราวของความรัก...
เรื่องหนึ่งที่ยังคงเล่ากันต่อ ๆ มาจนถึงทุกวันนี้ 🐾



ถ้าแต่งโม้ไม่หวาน!

ถ้าแต่งโม้ไม่หวานอย่างที่ควรจะเป็น
และขนมนี้ไม่ร้อยตามแบบฉบับของมัน
ก็ถือเสียว่ามันเป็นของใหม่ หรือแบบใหม่
ที่ทำให้เราได้กินแปลกใหม่ออกไป
ควรจะนับว่าเป็นโชคดี หรือความเจริญ
ดีกว่าจะซัดเคืองให้เปลืองใจ



เดินเล่นในเมืองฤๅษีเกศ

วันนี้เป็นวันว่างหลังจากเสร็จสิ้นการเยี่ยมชมสำนักโยคะต่าง ๆ แล้ว อากาศกำลังเย็นสบาย ชวนให้ออกเดินตามหมู่บ้านไปเรื่อย ๆ ผู้คนที่เมืองฤๅษีเกศนี้น่ารักและมีอัธยาศัย บรรยากาศริมทางเดินไม่ค่อยน่ากลัว ต้นไม้ริมทางนี้ชุ่มชื้น เขียวขจี ร้านขายของชำมีเรียงรายตลอดทาง รวมทั้งร้านขายของที่ระลึก เพราะที่เมืองนี้มีฝรั่งและชาติอื่น ๆ เดินทางมาท่องเที่ยวมากมาย ผู้คนที่นี่นับถือศาสนาฮินดูเป็นส่วนมาก จึงมีโบสถ์ฮินดูให้เราเข้าไปชมศาสนสถานไม่ว่าจะเป็นศาสนาใด เมื่อเข้าไปแล้วก็รู้สึกร่มเย็นและสงบเหมือนกันหมด ผู้เขียนขอการใช้สิทธิ์ของโบสถ์ฮินดูเมืองนี้ สักพักก็เดินไปมาเหมือนนสิขนมเด็ก อวดคิดไม่ได้ว่าเป็นศิลปะของผู้ใช้สิทธิ์หรือว่าสีมีจำกัด เมื่อสีใดหมดจึงเอาสีที่เหลือมาทาต่อ การสร้าง

บ้านเรือนของที่นี่ก็เช่นกัน เขานิยมสร้างตึกแถวสองชั้น แปลงที่มี
บันไดทางขึ้นชั้นสองอยู่หน้าบ้าน ทำไมไม่อยู่ในบ้าน ถ้าเป็นบ้าน
คนมีฐานะ เช่น พ่อค้าใหญ่ ข้าราชการ หรือนายแพทย์ จะเป็นบ้าน
เดี่ยว ไอ้โง่ที่เดียว

ผู้เขียนเดินไปเรื่อย ๆ บังเอิญพบบ้านพักอาศัย ป้ายหน้า
บ้านเขียนชื่อนำหน้าว่าเป็นนายแพทย์ คาดเดาว่าน่าจะเป็นบ้านพัก
ตากอากาศ พออากาศเริ่มเย็นก็จะขึ้นมาพักที่เมืองนี้ คล้ายกับคน
บ้านเราที่มีบ้านตากอากาศฤดูหนาวที่เชียงใหม่ เชียงราย ทำนองนั้น
บ้านหลังนี้บอกฐานะของผู้อยู่ คือร่ำรวย และลูกหลานมาก สร้างได้
สวยงาม มั่นคง แข็งแรง แผงตัวรถสนิมตะวันตกนิดหน่อย เดิน
มาจวบจนเวลาเที่ยงวัน ชักจะหิว ได้เวลาเสาะหาร้านอาหารที่สะอาด

ในเมืองฤๅษีเกษมีร้านอาหารมากมาย แต่ต้องสังเกตให้ดี
ผู้เขียนได้รับคำยืนยันมาว่า มีร้านที่สะอาดอยู่บริเวณเชิงเขา ชื่อร้าน
'สันติ' ภาษาฮินดีอ่านได้ว่า 'ชานติ' (Shanti restaurant) คำว่า
สันติคือความสงบ เมื่อเข้าไปในร้านรู้สึกสงบและสบายใจ เพราะเจ้า
ของร้านสามี-ภรรยาหน้าตายิ้มแย้ม ทักทายผู้มาเยือนเหมือนลูกหลาน
และยิ่งจะเหมือนลูกหลานเมื่อผู้เขียนเรียกภาษาฮินดีว่าลุงกับป้า สอง
สามีภรรยาทำกับข้าวชายพวกฝรั่งนักท่องเที่ยวได้เงินดี ราคาไม่แพง
จานใหญ่ รสชาติพอใช้ได้ พวกฝรั่งล้นจระเข้ไม่เข้มงวดเรื่องรสชาติ
เท่าไร ขอให้สะอาดเป็นพอ เพราะว่าฝรั่งส่วนใหญ่ที่มาอินเดียแบบ
ยังไม่มีประสบการณ์มักจะมีปัญหาใหญ่คือท้องเสีย เนื่องจากอาหาร
ไม่สะอาด แต่สำหรับกลุ่มคนไทยอย่างเรา ประสบการณ์และความ

รู้รอบตัวพอใช้ เราไม่ประมาทขาดสติ ขอแนะนำท่านผู้คิดจะไปเที่ยวอินเดียชนิดต้องดูแลและบริการตนเอง ควรมีสมุนไพรมานชนิดติดตัวไปด้วยค่ะ คือ ขมิ้นชันแคปซูลหรือแบบลูกกลอน มีขายตามร้านขายยาทั่วไป สรรพคุณของขมิ้นชันช่วยระบบการย่อยอาหารดี ขับลม และป้องกันท้องเสีย อีกชนิดหนึ่งคืออบเชยและกานพลู โดยใช้อบเชยหนึ่งกำมือ ความยาวหนึ่งนิ้ว กับกานพลู ๖-๗ ดอก ใส่กระติกและเติมน้ำร้อนเดือดทิ้งไว้ ๒-๓ นาที จะเป็นชาสมุนไพรมีดื่มเพื่อแก้ปัญหาท้องอืด บำรุงธาตุ ทำให้สดชื่น ละลายไขมันของอาหารด้วย

นอกจากขมิ้นชันหรือชาอบเชยแล้ว หากอาหารย่อยแล้วยังรู้สึกอึดอัดอีก แนะนำว่าควรฝึกทำโยคะท่าพิเศษ ชื่อว่า ปาวานา-มุกดาสนะ หรือเรียกตามรูปแบบว่า ท่าเข้าถึงอก ก่อนฝึกควรหาผ้าห่มหนาเพื่อรองลำตัวสักหนึ่งผืน จะได้ไม่เจ็บตัว และควรฝึกบนพื้นไม่ควรฝึกบนเตียงนอนค่ะ โดยเริ่มจากนอนหงายราบกับพื้น วางเท้าชิดกัน แขนสองข้างวางข้างลำตัว หายใจเข้าลึก งอเข่าข้างซ้ายให้ไกลอก ใช้มือรัดหัวเข่าซ้ายไว้ (ส่วนขาข้างขวาเหยียดตรง) หายใจออกยาว ๆ แขนงอด้วย คอยกดหัวเข่าให้ชิดหน้าอก หยุดหนึ่งสักหนึ่งวินาที จากนั้นหายใจเข้าอีกครั้ง เหยียดขาซ้ายตรง (อย่าฝืนถ้าหัวเข่าของท่านไม่ยอมตรง) หายใจออกยาว ๆ วางขาซ้ายลงบนพื้น สลับไปขาขวาด้วยวิธีเดียวกัน และเพิ่มเป็นงอเข่าสองข้างพร้อมกันด้วยวิธีเดิม เท่ากับหนึ่งครั้ง ควรทำต่อเนื่องประมาณ ๓-๕ ครั้ง หรืออาจจะฝึกให้เป็นประจำสม่ำเสมอทุกวันในเวลาว่าง เพิ่มเติมสัก

นิต เวลาที่ท่านฝึก เมื่อจะวางขาของท่านลงพื้น พยายามให้ฝ่าเท้า
กระทบพื้นให้เบาที่สุด ความหมายคือต้องการให้ผู้ฝึกได้ออกกำลัง
หน้าท้องอย่างเต็มที่ เพื่อจะได้ช่วยขจัดไขมันหน้าท้องที่พอกพูนเป็น
เครื่องกีดขวางทางกายอย่างน่ากลุ้มสำหรับบางคน

สรรพคุณของท่านี้น่าสนใจมาก เพราะมีประโยชน์ทั้งคนหนุ่ม
สาว ไปจนถึงผู้สูงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ควรฝึกทุกวัน คือ ช่วยขับลม
ผายลมดี แก้ปัญหาท้องอืด เพื่อ

ช่วยระบบขับถ่าย นวดลำไส้ใหญ่ ช่วยย่อยอาหาร

ออกกำลังเข่า ป้องกันเข่าเสื่อม แก้ปัญหาปวดเข่า หรือ
เข่าอ่อนล้า

นวดเส้นเอ็นที่ขา เช่น เอ็นตึงในผู้สูงอายุ

นวดหลัง เหมาะกับผู้ที่ทำงานที่ต้องนั่งนาน ๆ จนเส้นเอว
จม

กระชับอีกสักนิต ในขณะที่ท่านฝึกท่านี้อาจจะผายลมเสียง
ดัง หรืออาจจะเรอออกมาบ้าง เพราะฉะนั้นควรฝึกในที่สงบจะได้ไม่
รบกวนผู้อื่น

คือมือแม่...ที่เยียวยา

เมื่อ ๗-๘ ปีที่แล้ว ฉันได้พบกับท่านนารายณ์ เด ชาย ผู้สืบต่อพันธานของอาศรมคานทีในอินเดีย เมื่อท่านมหาดมะคานที จากไปนั้น ท่านนารายณ์ยังเป็นเด็กชาย อายุ ๑๐ ขวบ ท่านเป็น ลูกชายของเลขาธุการของท่านมหาดมะคานที

ครั้งนั้น เราเป็นวงประชุมเล็ก ๆ ของกลุ่ม Non-Violence (ปฏิบัติการไร้ความรุนแรง) จากหลาย ๆ ชาติ ได้ร่วมประชุมกันที่ อาศรมวงศ์สนธิ คลองรังสิต ๑๕ เราได้ฉายวิดีโอต่อต้านกับระเบิด ที่ผลิตโดยกลุ่มผู้หญิงเขมร วิดีโอความยาวเพียงแค่สิบกว่านาที

เมื่อวิดีโอจบลง กลุ่มของเราต่างก็พากันเงี้ยวขัน สะเทือน ใจกับเรื่องราวโศกเศร้าที่เสนอมุมมองตัดกับคุณภาพจิตใจที่กล้าแกร่ง ไม่ยอมจำนนต่อเงื่อนไขความรุนแรงของผู้หญิงเขมร แม้ว่าจะต้อง

สิ้นชาติสิ้นแผ่นดิน

ท่านนารายณ์ เด ชาย ถึงกับร้องให้ ท่านบอกว่า "I cry with happiness..." ผู้ชายในวัย ๘๒ ผู้ผ่านชีวิตมาอย่างโชกโชน ไม่เคยร้องให้ด้วยความสุขเช่นนี้มานานแล้ว

เมื่อถ้อยที่วิดีโอเสนอนั้นแจ่มชัดในมโนสำนึก พวกเธอนำเสนอเรื่องราวอันเป็นสัจจะทุกยุคทุกสมัย ทุกครั้งที่เกิดสงคราม เกิดความรุนแรง ทุกครั้งที่มนุษย์ใช้อาวุธประหัตประหารซึ่งกันและกัน ผู้ที่จะเดือดร้อนมากที่สุดก็คือแม่ เมีย พี่สาว น้องสาว ลูกสาว หากไม่ตกเป็นเหยื่อเสียเอง ก็ต้องแบกรับภาระในการดูแลเยียวยาผู้ที่ต้องทุกข์ทนจากผลพวงแห่งความรุนแรง เสียงสะท้อนจากวิดีโอ นั้นชัดเจน มือผู้หญิง ไม่ว่าจะเป็นมือของแม่ เมีย พี่สาว น้องสาว ลูกสาว ก็คือมือที่เยียวยา

เราเรียกกลับวันเวลา แต่ครั้งวัยเยาว์ ครั้งที่ชีวิตเป็นวัยวันอันแสนจะเรียบง่ายธรรมดา แต่สุขใจ ประสบการณ์เช่นนั้นห่างหายไปเนิ่นนาน

ถึงวันนี้ บนเส้นทางเยียวยาชีวิตและสุขภาพฉันก็มาถึงเงื่อนไขที่ต้องอยู่กับที่จริง ๆ อยู่เฉพาะในรั้วบ้านถั่วพู พื้นที่ถูกรอบเล็กลงมาอีก คืออยู่เฉพาะบนเตียงนอน ดูแมกไม้เขียว ๆ ที่รายล้อมทางช่องหน้าต่าง อย่างมากที่ทำได้ก็คือลุกขึ้นจากเตียง เดินไปนั่งเก้าอี้ เข้าห้องน้ำ ออกมา ก็มานั่งดูต้นไม้ใบไม้สีเขียว ๆ ดอกสีส้ม กระจริดนำเอ็นดูของชบาร่มที่กำลังผลิบานดอกน้อย ๆ นกตัวเล็ก ๆ ลงมาชอนใช้ดูต้นน้ำหวานดอกนี้ดอกโน้น ชบาหนูบ้าง ดอกทับทิมบ้าง

ข้อจำกัดทางกายจะมีอะไรเสียอีก นอกจาก 'ลมติด' อาการเก่าที่ทวีกำลังรุกรไล้สังขารของฉัน ทำให้เดินเหินลำบาก ก็ทรมานพอท่วม ๆ พอทนได้ ทรายเท่าที่ไม่เกิดอาการฟุ้งซ่านของความคิด นับว่าสติที่ได้ฝึกฝนมาบ้างก็ช่วยให้ตั้งรับไว้ได้พอควร

หลายฝ่ายตั้งข้อสงสัยกันว่ามะเร็งมาเกี่ยวกับลมติดได้อย่างไร หลังนั้นแข็งไปทั้งแผ่น เดินยาก ดูเกร็ง ๆ หรือฉันอยู่ในช่วงเลือดจะไปลมจะมา

วันวัยแต่ครั้งยังเยาว์ที่แม่ ๆ พี่ป้าหน้าอา ขยับกรรไกร ถูมิดโกนหันผม กล้อนผมให้ลูกหลาน เป็นประสบการณ์ฟุ้งตนเองในครัวเรือน ทั้งฟุ้งตัวเองและอบอุ้ม ด้วยการฟุ้งฟิงเกือกลูต่อกันและกัน อะไรที่ทำได้ อย่าได้หวังเลยว่าจะต้องไปเสียสคงค์ให้กับชาวบ้านเขา แม่และนำทุมขยับกรรไกรกรีก ๆ หันผมให้ลูกสาวอีกครั้งหนึ่ง

เป็นการตัดบัญชีหาว่าจะเชิญช่างผมมาที่บ้านหรือถ่อสังขารไปที่ร้านในละแวกบ้านดีกว่ากัน แรก ๆ ก็ผวาอยู่เหมือนกันว่าจะอาศัยช่างอาวุโสประจำบ้านดีหรือไม่ ความเคยชินแห่งยุคสมัยที่ทุกคนต้องไปร้านทำผมให้มีอาชีพจัดการให้ ทำให้ไม่ค่อยมั่นใจในฝีมือของคุณแม่วัย ๗๗ และนำทุมวัยอย่าง ๗๐ พี่สาวและน้องสาวคู่หู ที่ต่างใช้เวลาในวัยปลายแห่งชีวิตเป็นกัลยาณมิตรต่อกันและกัน ตักเตือนกันให้ปล่อยวางทุกข์ เก็บเกี่ยวความสดใสให้กับชีวิต

ตัวฉันผู้เป็นลูกสาวหรือก็พาดเข้าไป ๔๖ แล้ว มีโรคพยาธิที่รู้จักว่าร้ายแรงและเรื้อรัง กำลังสำแดงอาการให้ทั้งแม่ และน้ำ ๆ

พี่ ๆ น้อง ๆ เพื่อนพ้อง ช่วยกันดูแล

นำทুমขยับกรรไกรก่อนหันให้สิ้น ปากก็บอกว่า “พรต้องเตรียมใจนะ พร้อมทั้งจะโกนหัวถ้ามันออกมาไม่ได้เรื่อง” ว่าแล้วทั้งแม่ นำทุม และน้องไก่ ผู้ดูแลประจำตัวฉัน ก็หัวเราะกันยกใหญ่

การตัดผมทรงใหม่ของฉันจึงกลายเป็นเรื่องครึกครื้นในหมู่เรา โดยมีน้องไก่ กองเชียร์ผู้ที่หมั่นบอกว่าสวยแล้ว ในความหมายว่าพอแล้ว เดี่ยวจะไม่มีผมเหลือบนหัวน้ำพร ทำยสุดฉันก็ได้ทรงผมพุ่มดอกกระทุ่มออกมาเกือบติดหนังหัว แม้ว่าในใจของฉันหมายที่จะได้ทรงผมสกินเฮด หรืออย่างนางเอกภาพยนตร์เรื่องกุ่มภาพันธ์ ที่ฉันก็ไม่เคยดูหรอก

หลังจากกลับจากสำนักวิปัสสนา เพื่อกินยาและพอกยาสมุนไพรไม้สุดท้ายที่จะใช้กับคุณมะเร็งเต้านม ฉันกลับมาพร้อมกับทรงผมสั้น ๆ ซี้ ๆ เต๋อใคร ๆ ที่อยู่รอบตัวในเมืองใหญ่บอกว่า ‘ทันสมัย’ ทรงแม่ซี้เพ็งลึกนี่นะ

แม่รีบสัมภาษณ์ผมบนศีรษะซีกซ้าย นำทุมตกแต่งซีกขวา ก็พอกล้อมแก้ม เป็นพุ่มดอกกระทุ่มย่อนยุคไปสมัยคุณท้าวหรือแม่พลอยไปโน่น ดูอย่างไรก็ไม่อาจจะแท้เป็นสกินเฮดไปได้

เป็นด้วยวันและวัยของผู้ตัดผมมีแต่ทรงดอกกระถินหรือดอกกุญหรี (ดอกบายไม่รู้โรย)

แต่กลับเป็นประสบการณ์ที่สดชื่น ชุบชูใจ สำหรับเราทุกคน ต่อตัวฉันที่ได้ฝึกปล่อยวางรูปลักษณ์ของตัวเอง ซึ่งถ้าสบาย ๆ ฉันก็คงไม่อาจปล่อยวางในเรื่องทรงผมได้ และสำหรับแม่และนำที่

ได้ร่วมประสบการณ์ถอยร่นอายุด้วยจิตใจสบาย ๆ ได้ตัดผมให้ลูกสาว หลานสาว เป็นการแสดงความรัก ความเอื้ออาทรอย่างไม่มีเงื่อนไข ให้กับฉัน ซึ่งอยู่ในเงื่อนไขที่ต้องอาศัยพึ่งพิงผู้อื่นรอบข้างไปทั่วบ้าน ทั่วเมือง

ฉันและแม่ เป็นแม่และลูกสาวที่ต่างจากบ้านอื่น ๆ คือมี เรื่องให้ต้องขัดคอ ขัดใจ ไม่สบอารมณ์กันอยู่เนือง ๆ ทั้ง ๆ ที่ฉัน เป็นลูกสาวคนเดียว แม่แม่จะมีลูกชายที่เป็นแก้วตาดวงใจอีกเจ็ดคน ตั้งแต่ฉันเล็ก ๆ ฉันมักจะรู้สึกว้าแม่จู้จี้จุกจิกกับฉัน แต่ตามใจพี่ ชาย น้องชาย แม่รักลูกชายมากกว่าลูกสาว ในขณะที่แม่ก็มักจะ คิดว่าฉันเป็นลูกสาวพ่อ ดิดพ่อ เอาแต่ใจ ไม่ฟังแม่

ฉันไม่ยอมให้แม่ดูก่อนคุณมะเร็งที่เต้านมของฉัน ไม่ว่าฉัน จะอธิบายด้วยเหตุผลใด ๆ ก็ตาม...ไม่ยอมให้แม่เห็นและกลุ้มใจ แม่ แก่แล้ว เตี้ยวแม่จะแทรกแซงวิธีการรักษาของฉัน ฉันมีเพื่อน ๆ และบุคลากรที่จะให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิดอยู่แล้ว...เบื้องลึกสุด ฉัน เองก็ไม่ยอมรับที่จะล้างลึก

แม่จึงถูกกันออกไปจากเส้นทางการรักษาเยียวยาสุขภาพของ ฉัน ความที่แม่เองก็ไม่เข้าใจขั้นขั้นคยะยที่จะรู้ให้ได้ว่าลูกสาวปิดบัง อะไรไว้จากการรับรู้ของแม่ แม่รู้ว่าฉันมีก้อน มีแผล ฉันคิดว่าสถานการณ์นี้ยังเป็นสถานการณ์ทั่วไปของลูกที่เป็นมะเร็งเต้านม และปิด บังมิให้พ่อแม่ญาติพี่น้องรู้ อย่างน้อยที่สุดก็มีเพื่อนผู้ป่วยโทร. มา ปรึกษาปัญหาฉัน พร้อมกับกำกับว่าเรื่องนี้ที่บ้านไม่รู้ ให้เก็บเป็น ความลับด้วย

แล้วฉันก็พบว่าตัวเองทำอย่างเดียวกับเพื่อนผู้ป่วยรายอื่น ๆ คุณไผ่ น้องชายสุดท้อง เพียรบอกพี่สาวครึ่งแล้วครึ่งเล่า “ให้บอกแม่เถอะ อาจจะไม่ให้แม่ดูก่อน แต่ให้แม่รู้ปัญหา แม่เราเนียเป็นมือเยียวยาที่ประมาทไม่ได้เลย แม่ดูแลพ่อในช่วงบั้นปลายอย่างยอดเยี่ยม แม่เรารู้อะไรดี ๆ เยอะ มือแม่ดีที่สุดสำหรับลูกอยู่แล้ว” ฉันก็บอกน้องชายผู้ใกล้ชิดว่า “เออ จะบอกแม่ แต่ไม่ให้แม่ดูหรอก เดี่ยวแม่จะลุ่มใจนอนไม่หลับ” นี่ขนาดแม่ไม่ค่อยรู้รายละเอียด แม่ยังช่วยเหลือทุกอย่าง

ช่วงนั้นฉันอดอาหาร ซึ่งแม่ก็ไม่ค่อยเข้าใจหรือว่าอดไปทำไม แต่ทั้งแม่และน้าทุ้มก็ช่วยกันเต็มที่ เมื่อฉันบอกว่าฉันจำเป็นต้องกินน้ำหญ้าปักกิ่ง “แม่ช่วยตำหญ้าด้วยครกดินให้หน่อยเถอะ” ฉันก็ได้กินน้ำหญ้าสารพัด รวมทั้งหญ้าลิ้นงู ซึ่งแม่บอกว่า “นม (คุณยาย) บอกว่าดีสำหรับการรักษาแผล” และน้ำพีชผักอีกนานาชนิด ตามภูมิรู้ของแม่ที่ตกทอดมาจากคุณยาย ไม่ว่าจะป็นใบบัวบก ใบตำลึง ก็จะถูกพลิกแพลงหมუნเวียนมาให้ฉันดื่มเพื่อรักษาโรคทั้ง ๆ ที่แม่ไม่เคยรู้รายละเอียดมากนัก รู้แต่ว่าลูกสาวมีเพื่อน ๆ เป็นคุณหมอโรงพยาบาล เป็นนางพยาบาล และเพื่อน ๆ หมุนเวียนกันมาดูแล จะเป็นบรรยากาศคึกคักของการเยียวยา ช่วงนั้นแม่จึงไม่หนักใจมากนัก

แล้วแม่ก็สังเกตเห็นเสื้อผ้าสาหลาบ ๆ เนื้อเบาสบายที่ลูกสาวใส่วันละหลาย ๆ ตัว เป็นคราบน้ำเหลือง น้ำยา แม่ก็ออกปาก

ว่า “เอามา แม่จะซักให้” สำนึกตื่นตันทันเข้ามาจุกในเบ้าตาของฉัน
ฉันกับแม่ออกไปให้อยู่ในวงผู้ดู ผู้สังเกตการณ์ แต่แม่ก็ยังหยิบยื่น
ความรักความใสใจอย่างไม่มีเงื่อนไขใด ๆ ทั้งสิ้น “แม่ซักให้ ไม่เป็น
ไรหรอก จะได้ไม่กระทบกระเทือนบริเวณเด้านม”

เพื่อน ๆ ใกล้ชิดส่วนใหญ่รู้สถานการณ์ของฉัน รู้ความเจริญ
เติบโตของคุณก่อนมะเร็ง แต่แม่ผู้ยืนอยู่ข้าง ๆ ฉันตลอดเวลาอย่าง
ไม่มีเงื่อนไข เราแม่ลูกไม่อาจถึงกันด้วย ‘ความกลัว’ ของฉันเอง

การไปรักษาตัวเพื่อพอกยาสมุนไพรรังสีครั้งสุดท้ายที่สำนักของแม่
ย่า แม่ชิวัย ๙๐ ผู้คร่ำหวอดกับการให้ยาสมุนไพรรักษาผู้ป่วยมะเร็งมา
ไม่รู้กี่ร้อยราย บอกฉันว่า “ลูกต้องใส่ยา และต่อแต่นี้ไปไม่ต้องใส่
เสื้ออีกแล้ว ใช้แต่ผ้าคลุมไหล่ เพื่อไม่เกิดความอับชื้น”

ด้วยประการฉะนี้ ฉันจึงต้องท้อปเลส นั่งเปิดเผยแพร่ลงใน
วัยอันไม่ควร ในเงื่อนไขที่ไม่เจริญหูเจริญตา

แหม! แต่กลับดีในแง่ของการปลงสังขาร ช่วยไม่ได้ ผู้คน
ที่มาติดต่อไปมาหาสู่สำนักวิปัสสนา แนนอน พวกเขาเป็นผู้ต่างไป
จากแวดวงของฉัน หากเข้าผิดประตู ก็เห็นตัวฉันในสภาพปลง
สังขารไปด้วย

แรก ๆ ฉันก็รับไม่ค่อยได้ แต่มันเป็นความจริงของชีวิต
เป็นสัจธรรมของการเกิด แก่ เจ็บ ตาย มิใช่ใครผู้ใดจะยึดไว้หรือ
ปล่อยวาง สภาพสังขารก็ยังประกาศตนถึงความเสื่อมสลายอยู่ทุก

เวลานาที

การเปลี่ยนแปลงบังเกิดขึ้น ฉันได้เรียนรู้และเกิดการปล่อยวางขึ้นมาบ้างอย่างค่อยเป็นค่อยไป ที่เคยรู้สึกว่าคุณก่อนมะเร็งเป็นสิ่งที่ไม่ควรเปิดเผยให้ผู้อื่นผู้ใดรู้นอกจากหมอหรือผู้บำบัดของฉัน ได้กลายเป็นบทเรียนสำคัญของการเยียวยาตัวตน ซึ่งเมื่อฉันได้เล่าให้ท่านสันติกโรภิกขุ กัลยาณมิตรอเมริกัน ผู้จากสวนโมกข์ไปจาริกสร้างวัดเผยแผ่พุทธศาสนาในบ้านเกิดของท่าน ถึงการเปลี่ยนแปลงในเรื่องทัศนคติของฉัน ท่านก็บอกว่า

“นี่คือการเยียวยาที่สำคัญที่สุด การเยียวยาตัวตนนั้นแหละ เป็นการเยียวยาที่สำคัญที่สุด”

แล้วฉันก็ได้รู้ว่าฉันประเมินหัวใจแห่งความเป็นแม่ผิดพลาดต่ำค่า เป็นอกุศลกรรมที่มากครอบงำปัญญา

แม่ของฉัน ผู้หญิงหน้าตาอิมเอิบสุข อารมณ์ดี แต่งเนื้อแต่งตัวสดใส สะอาดสะอาด ในวัย ๗๗ เข้ม้นสายตาที่ออกจะฝ้าฟางไปบ้างอันเนื่องด้วยต้อหิน แม่เข้ม้นมองมายังก้อนมะเร็งของลูกสาว ก้อนที่เหมือนก้อนหูดเจริญเต็มที หน้าเหมือนลูกมะกรูดโต ๆ ฝ้าซีก แล้วเอามาแปะไว้ตรงเต้านมของลูกสาว

ในนาที่ระทึก แม่กลับมีสีหน้าที่สงบ เพียงแต่เข้ม้นมองให้เห็นชัด ๆ *“นี่มันยุบลงบ้างหรือเปล่า”* ฉันรู้แล้วว่าที่ผ่านมานั้นสร้างเหตุผลต่าง ๆ นานาที่จะปิดบังแม่ เพียงเพื่อจะหลอเลี้ยมความกลัวเท่านั้นเอง

เป็นความโล่งใจของเราทั้งสองฝ่ายที่ไม่มีอะไรปกปิดเงื่อนไข

เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ตรงไปตรงมา เปิดเผย เป็นความโปร่งเบา
อย่างไม่น่าเชื่อในใจของฉัน ความกดดันหนัก ๆ หนัก ๆ พลัน
สลาย

ฉันถึงขั้นไม่มีช่องว่างทางความคิดที่จะสำนึกว่าแม่จะหนัก
ใจหรือเปล่านะ ท่าทีของแม่แสดงให้เห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา แม่
ยอมรับได้อย่างไม่มีเงื่อนไขใด ๆ

แล้วแม่ก็เริ่มเปิดฉากการเยียววานฉันอย่างเต็มไม้เต็มมือ แม่
คงปรึกษากับน้ำหนักุมน้องสาวผู้เป็นกัลยาณมิตรของแม่ ว่าจะทำอย่าง
ไรดีจึงจะช่วยให้ลูกสาวสบายที่สุด

แล้วเช้าวันรุ่งขึ้น น้ำทุมก็เปิดประตูรั้วบ้านเข้ามา เดินด้วย
ผีเท้าเบาเข้ามานั่งตรงเก้าอี้ข้าง ๆ เติงฉิน โดยตัวฉันเองนอน
ตะแคงขวา ก็ฉันไม่อาจนอนตะแคงซ้ายได้แล้ว เนื่องจากเป็นที่ตั้ง
ของคุณก้อนมะเร็ง ฉันคิดว่าแม่เข้ามา

น้ำหนักุเองก็มีท่าทีสงบปกติมาก “มันเหมือนหูดก้อนใหญ่ ๆ
นะ พร” น้ำทุมก็เหมือนแม่คนที่สอง เอาเข้าจริง เราแต่ละคนมีแม่
ผู้มีบุญคุณมากมาย หากเราสำนึกถึงแม่ในธรรมชาติที่เอื้อต่อการเติบโต
ใหญ่ของสรรพชีวิต ไม่ว่าจะป็นแม่ธรณี แม่คงคา แม่โพสพ

น้ำหนักุเป็นเด็กสาวคนแรกของไค้กั๋งน้ำอู่ตะเภา ลุ่มทะเลสาบ
สงขลา ที่พันผ้าสอบชิงทุนไปเรียนกรุงเทพฯ ในสมัยที่ใคร ๆ ไม่
เห็นความจำเป็นที่ลูกสาวจะต้องเรียนสูง น้ำทุมจึงเป็นแสงสว่างของ
หลาน ๆ ในแง่ของการศึกษา

ทั้งท่าทีของแม่และน้ำท่วมแสดงให้เห็นถึงผู้ที่ผ่านโลกผ่านชีวิต
มาอย่างผู้เข้าถึงชีวิต จึงมิได้ดีโพลีตีพาย ยอมรับสภาพความจริง
อย่างไม่มีเงื่อนไข อีกทั้งคิดอ่าน แก้ไขสถานการณ์ให้กับฉัน

ที่ฉันกลัวว่าพวกเขาจะแทรกแซงการรักษาจึงเป็นความเขลา
อย่างแท้จริง

ในวัยหลัง ๗๐ แม่จะเคลื่อนไหวอย่างเนิบช้า ไม่มีความ
กระฉับกระเฉงต่อไปอีกแล้ว แต่ใจของแม่ยืดหยุ่น ทั้งสองท่านหมุ่น
เวียนกันมาทำโน่นทำนี่ให้ แม่บอกให้ฉันปล่อยทุกอย่าง แม่จะทำให้
เอง แม่เองจะเหมือนกล้วยน้ำว้าที่สุกเต็มที่แล้ว สังขารก็สะเกาะ
สะเกาะ ไม่รู้จะแตกสลายวันไหน แต่แม่ก็สั่งอยู่เสมอว่า “อย่าเอา
แม่ไปใส่สายยางนะ” ให้เป็นไปตามสังขาร

ช่วงนั้นจอห์นอยู่เป็นเพื่อนฉันที่บ้านถั่วพู จอห์นจึงเป็นคน
ไปตลาด ซื้อหาอาหาร พร้อมทั้งปรุงอาหารแบบง่าย ๆ ตามแต่ฉัน
จะบอก จอห์นเองก็รู้สึกยินดีในสัมพันธภาพของแม่ลูกที่เปลี่ยนไป
ความเอื้ออาทรต่อกันที่ก่อนหน้านี้ไม่อาจเปิดเผยตัวมันเองได้ เพราะ
ฉันประเมินหัวใจของความเป็นแม่ผิดพลาด

บ้านแม่และบ้านฉันห่างกันประมาณแปดเมตร แม่ก็มาชุก
อยู่บ้านฉัน คอยนวด คอยใส่ยา หยิบโน่นหยิบนี่ให้ ทั้งซักผ้าให้
กับฉัน ทั้ง ๆ ที่น้ำท่วมเอ๋ยปากกับฉันว่า “พรอย่าใช้งานแม่นะ จะ
เป็นบาปกับพร ถ้าแม่อยากทำอะไรให้ เขาก็จะทำให้เอง”

ในที่สุด หัวเข่าแม่ก็ทนต่อการเดินไปกลับไม่ไหว หัวเข่าจึง
บวมฉิ่งขึ้นมา แม่ฉันออกจะสมบูรณ์อยู่สักหน่อย แม่ใช้ชีวิตอย่าง

คนแก่ที่มีความสุข เป็นที่อิจฉา หยอกเอ็นของเพื่อนบ้าน แม่จะ
ตื่นตั้งแต่ตีห้าเพื่อหุงข้าวต้มแกงใส่บาตร เปิดวิทยุฟังข่าวชาวบ้าน
ตีห้าครึ่งก็ฟังคุณธรรมะของท่านจันทร์ จากสถานีวิทยุการบินคลอง
หอยโข่ง แล้วแม่ก็อาบน้ำแต่งตัวสีสนสดใสแบบคนรักสวยรักงาม หก
โมงเช้าพอดี แม่ก็จะเปิดประตูบ้าน ตั้งโต๊ะวางสำรับกับข้าวที่จะใส่
บาตร แม่จะนั่งหน้าตาอึมเอิบ ทักทายเพื่อนบ้านที่ผ่านไปผ่านมา
ในตอนเช้ามีดี บางวันก็มีนางสาวอีกท่านหนึ่งมาร่วมใส่บาตร หรือ
บางเช้าก็จะมีเพื่อนบ้านมาร่วมทำบุญวันเกิด

บ้านเราเป็นบ้านที่ใส่บาตรทุกเช้าไม่เคยขาดตั้งแต่ฉันจำความ
ได้ แม่เองก็เล่าว่าเป็นนิสัยที่ตกทอดมาจากแม่นม *“บ้านคุณยายใส่
บาตรเป็นประจำทุกเช้าไม่เคยขาด จนคุณยายสิ้นบุญ”* แม่จึงเป็น
คนแก่วัยงาม ที่แม่สังขารจะเนิบช้า แต่จิตใจกระฉับกระเฉงไม่เคย
เปลี่ยน

แม่นมเป็นแม่ค้าขายข้าวย่ำลือชื่อ และบริการแถมพกด้วย
ภูมิปัญญาการรักษาเยียวยาแบบหมอกกลางบ้าน

บัดนี้คุณภาพจิตเช่นนั้นที่แม่สั่งสมบารมีมาตลอดชีวิต การ
เกิดเป็นลูกสาวคนโตของบ้าน ไม่มีโอกาสไปโรงเรียน เพราะต้องทำ
งานช่วยครัวเรือน แม่จึงอ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ แม่ได้เข้าโรงเรียน
ของคุณยายที่เป็นหลักสูตรเข้มข้นเคร่งครัด แม่จึงถ่ายทอดเอาทักษะ
และภูมิปัญญาของแม่นมมาอย่างครบถ้วน ซึ่งมีคุณค่ามากกว่าโรง
เรียนใด ๆ ที่เปิดสอนกันในยุคนั้น

และฉันนี่แหละกำลังรับพลังแห่งการเยียวยาจากมือแม่ที่ตก

ทอดมาจากคุณยายและบรรพชนของเรา อีกทั้งวิธีการที่ฉันตัดสินใจ
ใจรักษาเยียวยาตัวเองก็เป็นวิถีทางธรรมชาติบำบัด สอดคล้องกับ
วิถีชีวิตในประสบการณ์ของแม่และพี่ป้าหน้าอา

กระนั้น ฉันก็มีกรรมมาครอบงำปัญญาทำให้ไม่เห็นคุณค่า
บุคคลที่มา rays ล้อมฉันในตอนนี ในเงื่อนไขที่ฉันต้องการการรักษา
เยียวยา ไม่ว่าจะ เป็นแม่ น้าทุม พี่ป้าหน้าอา หรือแม่ฮ่องไ่ ผู้ดูแล
ประจำตัวฉัน ที่แม่ค้นหามาให้อยู่เป็นเพื่อนฉัน เกษ หมอนวด
พลังหยิน เอก หมอนวดพลังหยาง พี่ยา ผู้มานอนเป็นเพื่อนระแวด
ระวังฉันในตอนกลางคืน ล้วนเป็นมือที่เยียวยา แต่ทั้งหมดนี้เกิด
จากต้นธารที่เป็นมือแม่

ทำ-ธรรมเยียวยาในชีวิตประจำวัน

๑. แสดงให้แม่ (พ่อ) รู้ว่าเป็นรูปธรรมว่าเรารู้คุณท่าน ตั้งแต่ดูแลเอาใจใส่ ให้ความชุ่มชื้น ให้อาหารการกินที่บำรุงหล่อเลี้ยงท่าน...จนถึงมุทิตาจิต เกื้อหนุนให้ท่านประกอบกุศลกรรม

๒. ช่วยกันลดละการสร้างความรุนแรงไม่ว่าจะในระดับครัวเรือนหรือโลก ลดการมีเชื้อแห่งความรุนแรงในใจ เป็นการลดภาระมิให้แม่ (เมีย ลูกสาว พี่สาว น้องสาว) ต้องทุกข์ตรม แบกรับภาระหนัก ดูแลเยียวยา ผลพวงอันเกิดจากความรุนแรง

๓. มือของผู้ที่อยู่รายรอบตัวเรา ล้วนเป็นมือที่เยียวยารวมทั้งมือของเราเองด้วย มือแม่ นั้นไม่ได้จำกัดโดยเพศ วัย หรือสถานภาพ แต่มือแม่นั้นเป็นมือที่ใสใจ และตั้งใจให้ผู้อื่นมีทุกข์น้อยลง

แม่ มนต์วิเศษจากแม่ สองมือ

กาลครั้งหนึ่ง ๕๐ ปีล่วงแล้วเห็นจะได้ แม่คนหนึ่งได้ลูกชายคนหัวปีเป็นลูกมือในการช่วยงานบ้าน งานครัว สองแม่ลูกจึงใกล้ชิดสนิทสนมกันอย่างยิ่ง วิถีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ตลอดจนคำพูดคำสอนของแม่ ค่อย ๆ ซึมซับและเติบโตในหัวใจลูก

แม่สอนนิสัยประหยัด โดยบอกว่า “ถ้าไม่รู้จักใช้เงิน ก็จะเป็นทาสเงิน ไม่รู้จักใช้น้ำ ก็จะเป็นทาสน้ำ” พุดง่าย ๆ ว่า ไม่รู้จักใช้อะไรก็จะเป็นทาสของสิ่งนั้น

แม่ยังสอนอีกว่า ทำอะไรต้องทำแต่พอดี แม้แต่การขุดมะพร้าว ก็ต้องใช้แรงที่พอดี เพราะถ้าขุดแรงไป ก็จะทำให้คั้นน้ำออกมาได้น้อย

เวลาหุงข้าว ระหว่างเอาหม้อข้าวไปเช็ดน้ำ แม่ก็ไม่ปล่อย

แม่ ต้องไว้



กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
มีผู้สร้างคุณูปการ แก่ชาวประเทศไทย
www.SiamTrade

ให้ไฟอยู่เปล่า ๆ จะต้องอุ่นหรือทำอะไรสักอย่างหนึ่ง ถ้าไม่อย่างนั้นจะถือว่าปล่อยให้ไฟให้เสียเปล่า

ครั้งหนึ่ง ลูกอยากได้จักรยาน แม่บอกว่าแม่ไม่มีหน้าที่ซื้อจักรยานให้ ถ้าอยากได้ ต้องทำเอาเอง ลูกชายจึงเย็บผ้าแล้วคิดค่าแรงสะสมไว้อยู่หลายเดือนจึงมีเงินพอที่จะซื้อจักรยานได้ด้วย

ตัวเอง

แม่เป็นคนประหยัดไปเกือบทุกอย่างก็จริง แต่แม่ให้ความสำคัญกับการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เป็นที่สุด แม่สอนว่าให้ลูกแมวกินข้าวก่อน แล้วคนจึงกิน เพราะสัตว์เป็นเพื่อนของเรา แม่เอื้อเฟื้อเจือจานกระทั่งขอทานและคนไร้ญาติขาดมิตร

แม่บอกว่า ถ้าเรากินเอง มันก็ถ่ายออกมาหมด ถ้าเราให้เพื่อนกิน มันอยู่ในหัวใจของเขายาวนาน

แม่สร้างนิสัยอ่อนน้อมถ่อมตน ให้ลูกเป็นคนแพ้ได้ แพ้เป็นโดยบอกว่าการยอมแพ้ไม่ถือเป็นการเสียเกียรติ เพราะทำให้เรื่องระงับโดยไม่ได้เสียหายอะไร แม่บอกว่าการยอมแพ้เป็นการปลอดภัย และใคร ๆ ก็รักคนที่ยอมแพ้เพื่อไม่ให้เรื่องเกิดขึ้น

แม่ปลูกฝังให้ลูกเป็นคนขยัน รักการทำงาน รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สอนให้ปลูกพริก มะเขือ ตะไคร้ มะลิ ราชตรี สับปะรดกล้วย แล้วยังสอนคาถากันขโมยไว้ให้เสร็จสรรพ คาถาของแม่ก็คือ

“ถ้านกมากินเป็นบุญ คนกินเป็นทาน” หมายความว่า ถ้านกมากิน ก็ไม่ต้องไปทำร้าย หรือไปฆ่า ให้ถือว่าเราเอาบุญ ถ้าคนมาขโมยไป ก็ไม่ต้องโมโห ถือซะว่าให้ทาน คิดได้อย่างนี้ จะไม่ถูกขโมยเลย ตลอดชีวิต กลายเป็นว่าได้ทำบุญทำทานอยู่รำไป

ต่อมา เมื่อลูกชายบวชเป็นพระ รู้ว่าแม่สนใจธรรมะ ก็พยายามเขียนธรรมะส่งมาให้บ้าง พูดให้ฟังบ้าง แต่นั่นก็เป็นเพียงความรู้สึกเบื้องต้นที่ลูกชายบอกว่า ‘ความรู้ธรรมะเด็ก ๆ’ และน่าเสียดายนักว่าเมื่อลูกชายกลายเป็นพระที่มีชื่อเสียง สามารถสอนธรรมะลึกซึ้ง ให้ผู้คนมากมายได้เข้าใจ แต่แม่ก็จากไปก่อนหน้านั้นแล้ว

แม่สอนไว้ คือหนังสือที่ลูกพูดถึงแม่และการสอนของแม่ แม่ในที่นี้คือ แม่เคลื่อน แห่งตลาดพุ่มเรียง เมืองไชยา ส่วนลูกคือ นายเงื่อมหรือนายเงื่อม ที่ในเวลาต่อมาคือ ท่านพุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโมกขพลาราม

ในวันแม่ปีหนึ่ง ท่านพุทธทาสเคยสดุดีพระคุณแม่ว่า

“ถ้าไม่มีแม่ สวนโมกข์ไม่มี”

และ

“ถ้าอาตมาได้ทำอะไรที่ดีที่สุด เป็นประโยชน์แก่ท่านทั้งหลาย บ้างแล้ว ก็ขอให้นึกว่านี่ถ่ายทอดมาจากแม่ ขอให้ขอบบุญ ขอบคุณ ไปถึงแม่ ที่ได้ช่วยสร้างมาให้เป็นคนสุขุมรอบคอบ ทำอะไรถึงจุดที่ดีที่สุด”

เรื่องเล่าประทับใจและให้แง่คิดทั้งหมดนี้ อยู่ในหนังสือเล่มบาง ๆ ที่หนาเพียง ๒๖ หน้า ราคา ๒๕ บาทของสำนักพิมพ์สุภาพใจ

แม่ ตัวดี



รวบรวมคำสอนของแม่พุทธศาสนิกชน
และผู้สร้างคุณูปการ แก่วงการพระพุทธศาสนา
พจนันท์ ยังพลขันธ์

เรียบเรียงโดย พจนันท์ ยังพลขันธ์

เป็นหนังสือที่ทำให้เราได้รู้ว่าท่าน
ได้รับการเลี้ยงดูมาอย่างไร วงการพุทธ-
ศาสนาไทยจึงมี พุทธทาสภิกขุ และมี
'สวนโมกขพลาราม' ที่สำคัญ...เป็นการ
ยืนยันว่าการกระทำและคำพูดของแม่
เป็นดังมนต์วิเศษที่มีความศักดิ์สิทธิ์ต่อ
ชีวิตลูกเสมอ ดังเช่นที่ท่านพุทธทาสพูด
ถึงที่มาของนิสัยประหยัดของท่านว่า

“เป็นนิสัยหลายสิบปีมาแล้วที่แม่ใส่มาให้ และยังคงอยู่จนเดี๋ยวนี้
คิดดูมันหลายสิบปี ความคิดและการกระทำชนิดนี้ได้รับการถ่ายทอด
มาหลายสิบปีแล้วอยู่มาจนทุกวันนี้”

“แม่เป็นผู้สร้างโลก

โลกจะดีหรือเลวก็เพราะคน

เราจึงกล่าวว่าแม่เป็นผู้สร้างโลก

แม่สร้างโลกราวๆว่าเป็นพระเจ้า”

ขณะนี้ พระเจ้าที่บ้านเรากำลังเหงาอยู่หรือไม่?

และ

เรากำลังใช้มนต์วิเศษบทไหนเลี้ยงลูก? 🙏

รวบรวมคำสอนของแม่พุทธศาสนิกชน
และผู้สร้างคุณูปการ แก่วงการพระพุทธศาสนา
พจนันท์ ยังพลขันธ์

เครื่องจิ้ม

ถ้าจะพูดถึงอาหารไทยแท้และดั้งเดิม คงไม่พูดถึง ‘เครื่องจิ้ม’ ไม่ได้ เครื่องจิ้มก็คือกับข้าวชนิดหนึ่งที่เวลารับประทานต้องเอาสิ่งใดสิ่งหนึ่งลงไปจิ้ม ไปคลุก และสิ่งใดสิ่งนั้นก็อาจจะเป็นข้าวเจ้า ข้าวเหนียว ปลาสด ปลาแห้ง หรือผักดิบ ผักต้ม ได้ทั้งนั้น เครื่องจิ้มที่วันนี้ ก็คือสารพันน้ำพริกและหลนต่าง ๆ นั่นเอง

หลนต่างจากน้ำพริกตรงที่มีกะทิเป็นส่วนผสม เล่ากันต่อ ๆ มาว่า หลนถือกำเนิดขึ้นเพราะเจ้านายทนความคาว-เค็มของกะปิ ความจัดจ้านของปู-ปลาสด-ปลาร้า และความเผ็ดข่านของพริกไม่ไหว จึงมีการเจือกะทิลงไป เพื่อช่วยดับคาว ตัดรสเผ็ดและเค็มลง ซึ่งก็ทำให้ได้รสที่กลมกล่อมอร่อยลิ้นอย่างเยี่ยมขึ้นมา

อย่างไรไม่ทราบ หลนอร่อยของเจ้านายกลับหล่นเข้ามาอยู่



ในครัวชาวบ้านอย่าง
แม่ฝรั่งจนได้ เรามา
ทำหลนแปลก ๆ ที่
แตกต่างจากน้ำพริก
ถ้วยเดิมกันดีกว่าค่ะ

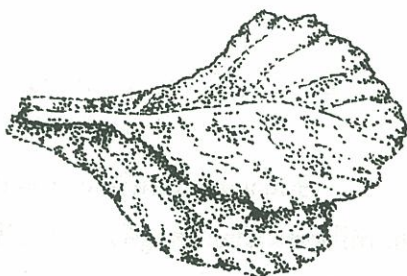
เต้าหู้ยี้หลน

เครื่องปรุง

เต้าหู้ยี้ ๓-๔ ก้อน หัวกะทิ หอมแดง น้ำปลา ส้มมะขาม
น้ำตาลปีบ พริกชี้ฟ้าเหลือง แดง

วิธีปรุง

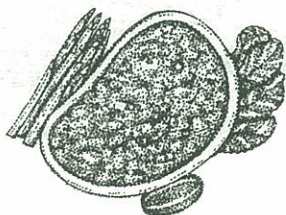
โขลกหอมแดงจน
ละเอียด ตามด้วยเต้าหู้ยี้
โขลกให้เข้ากัน ตั้งหม้อ
กะทิให้เดือด แต่อย่าให้
แตกมัน ใส่เต้าหู้ยี้ที่โขลก
แล้วลงไป คนอย่าให้เป็น
ลูก ใส่รสส้มมะขาม น้ำตาล
ปีบ น้ำปลา พริกชี้ฟ้าทั้ง
เม็ด ยกลง



หอยดองหลน

เครื่องปรุง

หอยแมลงภู่ดองรีดเอา
น้ำออกสับหยาบ ๆ กุ้งสด หมู
สามชั้นสับหยาบ ๆ พริกหยวก
หอมแดง หัวกะทิ น้ำตาลปีบ ส้มมะขาม หรือมะดัน



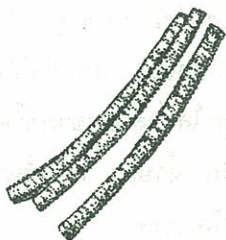
วิธีปรุง

ตั้งกะทิ ใส่หมูสับ กุ้งสับ คนให้สุก ตามด้วยหอยดอง น้ำตาล
ส้มมะขามหรือมะดัน ชิมรส ใส่หอมซอย พริกหยวกทั้งเม็ด

ปลากระป๋องหลน

ใช้ปลาแซลมอนหรือแมคเคอเรลกระป๋องก็ได้ แต่ต้องเป็น
ชนิดที่มีซอสมะเขือเทศอยู่ด้วย โดยใช้แต่เฉพาะเนื้อปลา ใช้น้ำ
ที่ขลุกขลิกอยู่ และไม่ต้องเติมน้ำส้มมะขาม ส่วนเครื่องปรุงและวิธี
ปรุงเช่นเดียวกับหอยดองหลน

ทั้งสามหลนนี้ต้องปรุงให้น้ำข้นรสจัด
เปรี้ยว เค็ม หวาน และถ้าได้ไขมันขาว ผักแว่น
ใบบัวบก และแดงกวามาเคี้ยวด้วยละก็ อร่อย
จนลิ้มพอมเลยล่ะ



อยากได้กลับไม่ได้

เรื่องนี้ไม่ต้องบอกก็รู้ว่าเกิดขึ้นในต่างประเทศ

เด็กคนหนึ่งมีบ้านอยู่ไม่ไกลจากโรงเรียน แต่ไปโรงเรียนสายเป็นประจำ เข้าวันนี้ก็เช่นกัน อากาศหนาวจัดมาก แล้วเขาก็มาสายอีกตามเคย ครูจึงถามเด็กคนนั้นว่าทำไมมาสาย

นักเรียนตอบว่า “ครูครับ วันนี้ผมตื่นแต่เช้า ตั้งใจจะมาโรงเรียนให้ทัน แต่หิมะเป็นเหตุครับ”

“อะไรกัน” ครูแย้ง “ทุกคนก็เจอหิมะเหมือนกับเธอ แต่ไม่เห็นมีใครมาสายเลย”

“คืออย่างนี้ครับ หิมะมันตกจนพื้นเป็นน้ำแข็งเต็มไปหมด ที่นี้พอผมก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว ก็ลื่นถอยหลังสองก้าว เป็นอย่างนี้

ทุกทีเลยครับ”

“แล้ววันนี้เธอมาถึงโรงเรียนได้ยังไง” ครูสงสัย

“ผมเดินจนเหนื่อยมาก เลยตัดสินใจหันหลังเดินกลับบ้าน มารู้ตัวก็ถึงโรงเรียนแล้วครับ”

ดีที่ว่าเด็กน้อยพูดจริง เขาอยากไปโรงเรียน แต่ยิ่งอยากถึง กลับไม่ถึง ครั้นตัดสินใจหันหลังกลับ เลิกคิดที่จะไปโรงเรียน แต่แล้วก็มาถึงโรงเรียนจนได้ ใจอยากถึงบ้าน แต่ตัวกลับไม่ถึง

เคยสังเกตไหม อะไรที่เราอยากได้มาก ๆ สุดท้ายกลับไม่ได้ ยิ่งอยากจะนอนให้หลับ พยายามข่มตาข่มใจให้หลับ แต่กลับตาสว่าง ยิ่งอยากไม่ให้คิด มันกลับคิด มีอะไรมากระทบใจจนโมโหโกรธา หรือ เสร้าโศกเสียใจ อยากจะลืมมัน แต่มันกลับยิ่งผูกโผล่รบกวนจิตใจ

ชีวิตดูเหมือนจะเล่นตลก ถ้าเป็นฝรั่งก็ต้องบอกว่า god must be crazy แต่ใครจะเล่นตลกหรือไม่ก็ตาม ชีวิตก็มักจะเป็นอย่างนี้ ยิ่งอยากถึง จ้าเอาจ้าเอา กลับถึงช้า แต่พอไม่สนใจที่จะให้ถึงเร็ว ๆ มันกลับถึงไวกว่าปกติ ที่จริงมันก็ถึงตามกำหนดปกตินั่นแหละ ไม่ได้ช้าไม่ได้เร็วกว่าเดิม แต่พอเราไม่ใส่ใจกับเวลา ก็รู้สึกว่ามันถึงเร็ว

ที่จริงแล้ว ถึงเร็วหรือถึงช้า เป็นเรื่องของความรู้สึกมากกว่า เมื่อใดที่เราอยากให้ถึงไว ๆ ใจจะจดจ่ออยู่แต่นาฬิกา ก็เลยรู้สึกว่า นาฬิกาเดินช้าราวกับคลาน แต่พอไม่สนใจมัน เวลาครึ่งชั่วโมงหรือ หนึ่งชั่วโมงก็ดูไม่แตกต่างกันเท่าไร ยิ่งลืมนาฬิกาไปเลย เวลา ๗-๘ ชั่วโมง ก็เท่ากับวูบเดียวเท่านั้น อย่างที่เรามักรู้สึกทุกครั้งที

ตื่นขึ้นมาในเช้าวันจันทร์ว่ากลางคืนผ่านไปรวดเร็วเหลือเกิน ด้วยเหตุนี้หนึ่งชั่วโมงของหนุ่มสาวที่กำลังพลอดรักกัน กับหนึ่งชั่วโมงของคนที่กำลังคอยคู่รัก จึงต่างกันราวฟ้ากับเหว

ลองนึกอยากได้อะไรสักอย่าง ถ้าอยากได้มาก ๆ จะรู้สึกเลยว่า กว่าจะได้นั้น ไม่ง่ายเลย บ่อยครั้งมันกลับห่างไกลไปเรื่อย ๆ ด้วยซ้ำ คนที่อยากรวยมาก ๆ มักจะรู้สึกว่ายังไม่รวยเสียที ทั้ง ๆ ที่มีเงินเป็นร้อยล้านพันล้าน ก็ยังรู้สึกจนอยู่ เพราะสมบัติที่ได้มานั้น ยังน้อยกว่าที่ต้องการ คนอย่างบิล เกตส์ อาจจะรู้สึกว่าตัวเองจนอยู่ เพราะที่มีอยู่มากมายมหาศาลนั้นยังไม่สมอยาก

นี่เป็นปัญหาเดียวกับคนที่ต้องการความรัก ยิ่งอยากให้แฟนรักมาก ๆ ก็ยิ่งรู้สึกว่าแฟนไม่รัก ทั้ง ๆ ที่แฟนก็รักเขามาก แต่ความรักที่เขาได้นั้นยังไม่จุใจ คนที่รู้สึกแบบนี้ ในที่สุดมักจะลงเอยด้วยการสูญเสียคนรักไป เพราะเขาแต่เรียกร้องความรักความเอาใจใส่จากแฟนไม่ได้หยุดไม่ได้หย่อน แฟนพูดจาไม่ถูกใจก็หาว่าแฟนไม่รัก ตัดพ้อต่อว่าจนแฟนอึดอัดระอาใจ ในที่สุดก็หนีไม่ไหว ลาจากเขาไป เข้าตำราว่ายิ่งอยากได้ความรัก ก็ยิ่งไม่ได้ความรัก

ส่วนคนที่ไม่อยากได้ความรัก ทำตัวเป็นธรรมชาติ เอื้อเพื่อเกื้อกูลด้วยความจริงใจ กลับมีเสน่ห์ และกลายเป็นที่รักของผู้คนมากมาย นี่ก็เข้าตำราว่า ยิ่งไม่อยากได้ กลับยิ่งได้

คนที่เสียสละ ให้ความสุขแก่คนอื่นโดยไม่หวังตอบแทน จึงกลายเป็นคนร่ำรวย เพราะยิ่งเขาให้ความสุข เขากลับได้ความสุขกลับมา ยิ่งเขาให้ความรักความเมตตาแก่ผู้อื่น เขากลับได้ความรัก

ความเมตตาจากผู้คน

คนที่ที่น่ารักคือคนที่ทำดีโดยไม่สนใจให้คนอื่นรับรู้ แต่ถ้าอยากให้ผู้คนรับรู้หรือจดจำเมื่อไหร่ ก็ยิ่งจะห่างไกลจากความดีและความน่ารัก อย่างคนในเรื่องข้างล่าง

บุญชัยกล่าวกับชิตชนกว่า

“ที่รัก ทำไมคุณถึงชอบพูดถึงความผิดพลาดในอดีตของผมนั่งอยู่ตลอดเวลาละ ผมคิดว่าคุณยกโทษให้ผม และลืมมันไปแล้วเสียอีก”

ชิตชนกตอบว่า

“ฉันยกโทษให้คุณและลืมทุกอย่างไปแล้วจริง ๆ แต่ฉันต้องการย้ำให้แน่ใจว่าคุณไม่ลืมว่าฉันได้ยกโทษให้คุณและลืมความผิดนั้นไปแล้ว”

ธุรกิจชุมชนมั่งงาม ต้องตามไปดู

“ทุกวันนี้ เราทำนา ช่วยนายทุนส่งลูกเรียนนอกตลอด เขา
ขนเงินออกจากมั่งงาม เราไม่มีทำนบกั้นเงิน นี่คือการเจ็บปวด
ของชุมชน ถ้าเราทำกันเอง ฟังตนเองได้ เมื่อมีกำไร ก็เกิด
กองทุนสวัสดิการ กองทุนการศึกษา สักวันเราจะส่งลูกหลานของ
เราไปเรียนแพทย์ จบมาดูแลรักษาคนมั่งงามให้ได้”

เปิดเรื่อง

ตำบลมั่งงาม อำเภอสายบุรี จังหวัดสระบุรี เป็นพื้นที่
ทำนา มีแม่น้ำป่าสักเป็นสายเลือดใหญ่ คนมั่งงามก็เหมือนคน
ชนบทไทยอื่น ๆ ที่ยึดเกษตรกรรมเป็นอาชีพหลักมาตั้งแต่ครั้ง
บรรพบุรุษ แต่ยิ่งทำยิ่งวิ่งตามวงล้อเศรษฐกิจกระแสหลัก ก็ดูว่า

ไม่มีอะไรดีขึ้นมากนัก ตรงกันข้าม ชาวบ้านจำนวนไม่น้อยกลับยากจนลง ฟุ้งตนเองได้น้อยลง สุขภาวะของชุมชนลดน้อยลง หากแต่ว่าคนม่วงงามเขาไม่สยบยอมกับความเป็นไปเช่นนั้น

วันนี้ คนม่วงงามกำลังร่วมกันคิด พลิกทิศกลับทาง หันมาฟุ้งตนเอง ฟุ้งกันเอง สร้างสุขภาวะร่วมกันอย่างไม่ทอดทิ้งกัน

เริ่มด้วยออมทรัพย์เมื่อสิบปีก่อน

๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๕ กิจการออมทรัพย์ของคนม่วงงามเริ่มขึ้น เริ่มจากเล็ก เติบใหญ่ขึ้นตามลำดับ วันนี้มีสมาชิกกว่า ๘๐๐ คน มีเงินหมุนเวียนกว่าสามล้านบาท เป็นธนาคารของชุมชน บริหารจัดการกันเอง เป็นทำนบสำคัญในการกันไม่ให้เงินรั่วไหล ออกนอกชุมชน ที่สำคัญคือ เป็นเครื่องมือเรียนรู้ร่วมกันของคนในชุมชน และเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ไม่ทอดทิ้งกัน ซึ่งเป็นมิติทางจิตวิญญาณที่มีคุณค่ายิ่งกว่าตัวเงิน

“เมื่อก่อนชาวบ้านต้องกู้เงินนอกระบบมาทำทุน ดอกเบี้ยร้อยละ ๒๐ พอเราทำกันเอง บริหารกันเอง คิดดอกเบี้ยร้อยละหนึ่งต่อเดือน การกู้ไปทำกิจกรรมบางอย่างที่เป็นการส่งเสริมการรวมตัวกันทำธุรกิจชุมชน เราก็ไม่คิดดอกเบี้ย กำหนดหักค่าบริหารจัดการร้อยละ ๓๐ อีก ๗๐ บันผลคืนสมาชิก”

ก้านธงชัย ทรสำแดง แกนนำสำคัญของบ้านม่วงงามเล่า ทุกวันที่ ๕ ของเดือน ชาวม่วงงามจำนวนเป็นร้อยจะมาพบกันที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มาออมเงิน มาส่งเงิน มากู้เงิน มา

พบปะกัน แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ถ้ามถึงสารทุกข์สุกดิบ พุดคุยถึงกิจการธุรกิจชุมชน และความเป็นไปของเรื่องต่าง ๆ เกิดเป็นเวทีปฏิสัมพันธ์ที่กลายเป็นวิถีชีวิตอย่างหนึ่งของชุมชนแห่งนี้ไปแล้ว

แพปลาหับทิมสยาม ศูนย์การเรียนรู้ธุรกิจชุมชน

แล้วก็มาถึงราว ๆ ปี พ.ศ. ๒๕๔๓ เริ่มจากกลุ่มเยาวชน ๓-๔ คน ปรีกษาหารือกันว่าอยากเลี้ยงปลากระชังในลำน้ำป่าสัก ช่วงว่างจากงานทำนา เพราะซีพีกำลังส่งเสริมการเลี้ยงปลาหับทิม จึงรวมกลุ่มกันขอกู้เงินออมทรัพย์ ก็ได้เงินไปลงปลาในกระชัง ลงทุนเป็นแสน ดูว่าจะเลี้ยงง่าย จับขายได้ไว ได้ราคาดี

“ทางบริษัทเขาประกันราคาซื้อปลาหับทิมกิโลกรัมละ ๔๐ บาท แต่ถ้าปลาไม่ได้ขนาดก็เหลือ ๓๕ บาท ถ้าปลามีขนาดเล็กมากก็เหลือ ๒๐ บาท เท่านั้นเอง ปลาที่เราเลี้ยงกันไม่ได้ขนาดตามที่เขากำหนด ก็กลายเป็นปลาตกเกรด ราคาก็ตกต่ำ เลยมาคิดเพิ่มมูลค่า โดยทดลองทำอาหารรับประทานกันเอง รสชาติใช้ได้ เวลามีกลุ่มต่าง ๆ มาดูงาน ก็ทำให้รับประทาน ต่อมาก็เลยทดลองตั้งโต๊ะ ๔-๕ ตัว บนแพที่ใช้นอนเฝ้าปลานั้นแหละ เพื่อขายอาหารที่ทำจากปลาหับทิม มีคนมารับประทานแล้วบอกกันปากต่อปาก ก็เลยต้องขยายงาน ทั้ง ๆ ที่แต่เดิมไม่ได้คิดว่าจะเปิดเป็นร้านอาหาร”

คุณนารี ไทยศิริ แกนนำศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจชุมชน ม่วงงามเล่าความเป็นมาเป็นไป พร้อมกับเพิ่มเติมว่า

“คณะกรรมการชุมชนก็เลยแนะนำให้เปิดรวมหุ้นมาสร้างแพใหม่

ขยายกิจการจนกลายเป็น แพทย์ทีมสยาม ตอนแรกมีสมาชิก ร้อยกว่าคน ได้เงินเกือบสี่แสนมาทำแพหลังแรก ต่อมาระดมหุ้นรอบ สองมาทำแพอีกหลัง ตกสี่แสนกว่า เงินที่ขาดก็ยืมออมทรัพย์มาสมทบ แต่กิจการดีไม่ถึงปีก็ส่งเงินคืนออมทรัพย์ได้หมดแล้ว...

“ตอนนี้ชาวบ้านขยายกระชังเลี้ยงปลาทั้บทีมประมาณ 30 กระชัง ไม่ส่งขายบริษัทเลย เราขอขายเอง ตอนนี้อยังไม่พอขายต้อง สั่งจากข้างนอกมาเสริม แพทย์ทีมสยามนี้เป็นต้นกำเนิดของศูนย์ การเรียนรู้เศรษฐกิจชุมชนของตำบล ซึ่งเพิ่งเกิดตามหลังมาประมาณ หนึ่งปีมานี้”

เกิดกลุ่มผู้ใช้น้ำ

เขตม่วงงาม ปกติแล้วจะทำนาปีละ ๒-๓ ครั้ง โดยอาศัย น้ำจากป่าสัก ต้องจ้างเอกชนสูบส่งให้ ไร่ละ ๖๐๐ บาท ต่อการทำ นาปีรังหนึ่งครั้ง การได้รวมกลุ่มกัน พุดคุยกัน จึงเกิดความคิดว่า ทำไมชาวบ้านไม่ทำกิจการสูบน้ำกันเอง เพื่อยินบนชาตนเอง ฟึ่ง กันเอง กำหนดชีวิตกันเอง

“เรามีโรงเรียนเกษตรกรอยู่ก่อนแล้ว ก็เลยเอาชาวบ้านที่เป็น นักเรียนเกษตรกรทำนาปีรังราว ๒๐ คนมานั่งคุยกัน ก็คิดอยากจะทำซื้อเครื่องสูบน้ำมาทำธุรกิจรับจ้างสูบน้ำกันเอง ที่แรกก็คิดเรื่อง ทุน แต่กรรมการชุมชนก็ช่วยให้ทำเรื่องขอกู้ออมทรัพย์ เสียดอกเบี้ยร้อยละบาทต่อเดือน ก็เกิดกลุ่มผู้ใช้น้ำขึ้น”

คุณธงชัย เล่า

“พวกเราทำนา ก็ไม่รู้ว่าการตั้งกลุ่มจะต้องทำอย่างไร ต้องมีกรรมการอย่างไร แบ่งหน้าที่กันอย่างไร กำหนดและกรรมการชุมชนก็ช่วยแนะนำ ไปเรียนรู้จากที่อื่นบ้าง ก็เกิดกลุ่มขึ้นได้ ซึ่งพบว่ามีการมีกลุ่มเป็นพลังสำคัญชนิดหนึ่ง...

“ตอนเริ่มตั้งกลุ่มมีสมาชิก ๒๒ คน ร่วมหุ้นกัน ไปกู้ออมทรัพย์เป็นลูกหนี้ร่วมกัน ไปขอกู้ก็ไม่ยากเหมือนกู้แบงก์ เราเป็นชาวบ้านก็พูดคุยกัน กู้มาได้สองแสน เอามาซื้อเครื่องสูบน้ำสองเครื่อง ซื้อวัสดุอุปกรณ์จำเป็น เช่น ท่อน้ำ และต้องซุดทำเหมืองส่งน้ำ ก็ไปจ้างรถมาซุด เงินก็หมด ก็เลยต้องระดมหุ้นมาเป็นค่าน้ำมันสำหรับเครื่องสูบน้ำ หุ้นละร้อย...

“ปีแรกก็ไปได้ดี ปีที่สองก็มีคนสมัครเป็นสมาชิกเพิ่มขึ้น ตอนนี้มีสมาชิกเพิ่มเป็น ๔๖ คนแล้ว”

คุณเล็ก สมพันธ์ สมาชิกกลุ่มผู้ใช้น้ำทำนาปริงเล่า พร้อมกับเสริมว่า

“สมัยก่อนเอกชนรับจ้าง เขาคิดไร่ละ ๖๐๐ บาทต่อหนึ่งฤดูของการทำนาปริง ปีแรกเราทำกันเอง ก็เก็บเท่าเอกชน เงินที่ได้กรรมการกลุ่มบริหารจัดการกันเอง ก็มีกำไร ปีที่สองลดค่าสูบน้ำลงเหลือไร่ละ ๕๐๐ บาท ตอนนี้จะทยอยส่งดอกเบี้ยยและต้นให้ออมทรัพย์ ใกล้เคียงหมดแล้ว...

“การรวมกลุ่มกันทำงาน นอกจากค่าใช้จ่ายในการทำนาลดลงแล้ว เรายังได้เรียนรู้เรื่องการจัดการ และรู้เทคนิคต่างๆ เพิ่มขึ้นตลอดเวลา อย่างเรามีเครื่องสูบน้ำอยู่สองเครื่องสองขนาด หน้า

แปดกับหน้าสิบสอง ช่วงแรกๆ ที่ชาวนาทำนาพร้อมกัน ต้องการ
น้ำมาก เราก็เดินเครื่องสองเครื่องสลับกัน ให้ได้ปริมาณน้ำมากพอ
พอช่วงที่ชาวนาต้องการน้ำน้อยลง เราก็ดับเครื่องใหญ่ เปิดแต่เครื่อง
เล็ก ประหยัดค่าน้ำมันลงได้และถนอมเครื่องด้วย นี่คือการเรียนรู้
ของกลุ่มที่ได้ช่วยกันคิดช่วยกันทำ”

ธุรกิจโรงสีชุมชน ทำานบักันเงินเข้ากระเป๋านายทุน

อำเภอเสนาให้เป็นที่ต้นกำเนิดของข้าวเสนาให้ที่ขึ้นชื่อ แต่ถึงแม้
ว่าชาวนาจะทำงานหนักเท่าไร ก็ไม่ได้อยู่ดีมีสุขไปกับชื่อเสียงของข้าว
ก้านธงชัย บอกว่า

“ทุกวันนี้ ชาวนาทำนา ช่วยนายทุนส่งลูกเรียนเมืองนอก คือ
คนอื่นขนเงินออกไปจากม่วงงามตลอดเวลา เพราะเราไม่มีทำนบ
กั้นเงิน นี่คือการเจ็บปวดของชุมชน เราจึงต้องหาทางช่วยกัน
สร้างทำนบกั้นเงินไม่ให้ไหลออก แต่การเกี่ยวข้าวอย่างเดียว ตำบล
ม่วงงามทำนา ๕,๗๐๐ ไร่ ค่าจ้างรถเกี่ยวข้าวฤดูหนึ่งก็เสียไปราว
๑,๘๐๐,๐๐๐ บาท ปีหนึ่งสองครั้ง ก็เสียไปกว่าสามล้านบาท ถ้า
ชุมชนทำกิจการเอง ค่าซื้อรถเกี่ยวข้าวก็ล้านเศษ เงินก็จะไม่ไหล
ไปนอกชุมชน นี่คือการคิดแบบพึ่งพาตนเอง เมื่อชุมชนมีกำไร
หมุนเวียนในชุมชน ก็จะเกิดกองทุนสวัสดิการ กองทุนการศึกษา...

สักวันหนึ่งในอนาคต เราอาจส่งลูกหลานคนในชุมชนไป
เรียนแพทย์ ได้จบกลับมาทำงานดูแลรักษาคนม่วงงามได้ทั้งตำบล
นี่คือเป้าหมายของชุมชนเรา”

กำหนดธงชัย เล่าเรื่องโรงสีชุมชนว่า

“เมื่อเราเจอวิกฤต ชวนาทำนาแล้วจน แต่โรงสีรวยเอา ๆ พวกเราก็เลยคิดตั้งโรงสีกันเอง เป็นโรงสีเพื่อเกษตรกร ไม่ต้องพึ่งพาหรือตกเป็นเครื่องมือของนายทุนตลอดไป ก็ทำแผนของงบประมาณกองทุนพัฒนาชุมชน ก็จะทำโรงสีขนาดสิบตัน ขอเงินไป ๑,๖๐๐,๐๐๐ บาท พอสร้างจริงเลยทำเป็นขนาด ๔๐ ตัน โดยกลุ่มออมทรัพย์ให้กู้สมทบอีกล้านเศษ ก็ประสบความสำเร็จพอสมควร แต่ก็ใช้ธุรกิจที่ทำงานง่าย ๆ เพราะเกษตรกรไม่ได้ตากข้าวเอง ต่อไปก็ต้องมีโรงอบข้าว กำลังหาแหล่งเงินทุนอยู่ คิดว่าในอนาคตคงจะทำได้...

“ต่อไปเราจะทำกิจการรถเกี่ยวข้าวของชุมชน หาเงินหมุนเวียนมาซื้อข้าวอีกส่วนหนึ่ง อาจจะตั้งปั้มน้ำมันชุมชนด้วย ทั้งหมดนี้เป็นธุรกิจชุมชน บริหารตามหลักธุรกิจ แต่ดำเนินการโดยชุมชนเพื่อชุมชน จะเป็นการแก้ปัญหาทั้งระบบที่เป็นการยืมนบนาของชาวบ้านในชุมชนกันเอง”

โรงเรียนเกษตรกร - กลุ่มข้าวปลอดภัย

ที่ม่วงงาม เขามีโรงเรียนเกษตรกร ตั้งอยู่ที่สถานีอนามัยม่วงงาม

“โรงเรียนเกษตรกรเป็นการสนับสนุนของเกษตรกร แต่สถานีอนามัยเอื้ออำนวยเรื่องสถานที่ ด้วยเราคิดว่า สถานีอนามัยเป็นของชุมชน มีอะไรสนับสนุนชาวบ้านได้ เราก็ไม่ปิดกั้น ทางสาธารณสุขก็เข้าไปแจมกับเกษตรกร เกิดประโยชน์ต่อประชาชน

ร่วมกันครับ”

คุณวิสุทธิ สุกริน หมออนามัยสถานีอนามัยม่วงงามเล่า
“ปีที่แล้ว เราจัดตั้งกลุ่มข่าวปลอดสารพิษ แต่เดิมเราใช้สาร
เคมีกันเยอะมาก ได้แรงบันดาลใจจากทีวี วิทย์ บอกว่าชาวไทย
เจ็บปนสารเคมี เมืองนอกเขาไม่รับ ขนาดเมืองนอกไม่รับ แล้วเรา
กินกันเองไม่ตายหรือ แสดงว่าทุกวันนี้สารเคมีทำให้เราตายผ่อนส่ง
สิ่งแวดล้อมก็เสีย เริ่มกลุ่มมีสามคน พวกเราเป็นนักเรียนเกษตรกร
คือทำไปเรียนรู้ไป ก็ทดลองทำแปลงนาปลอดสารเคมี ใช้หลักชีวภาพ
ผลผลิตที่ได้ออกมาต่ำกว่าที่ใช้สารเคมีนิดหน่อย แต่ลดต้นทุนได้
มากทีเดียว ปีนี้จากสมาชิกสามคน กำลังขยายเป็นหกแล้ว”

คุณเล็ก สมพันธ์ เล่า โดยมี คุณจงกล จันโต หนึ่งใน
สมาชิกกลุ่มเกษตรกรทำนาปลอดสารพิษ เล่าเพิ่มเติมว่า

“เราเอาหอยเชอร์รี่มาทำปุ๋ยหมักชีวภาพ ได้ดูงานกันมา
ก็จ้างเขาเก็บหอยเชอร์รี่ออกจากแปลงนา งดการใช้ยาฆ่าหอยเชอร์รี่
เอาหอยมาหมักเป็นปุ๋ยชีวภาพ เริ่มทดลองทำสองโอง หมักแล้ว
เอาไปรดที่กองฟางข้าว ย่อยสลายฟางข้าวหนึ่งสัปดาห์ เบี้ยวหมด
ไม่ต้องเผาฟาง ดินดีขึ้นทันตาเห็น ใก้ก็ง่าย ตอนนั้นก็ทำเพิ่มขึ้น
เรื่อย ๆ”

นี่คือความรู้ที่ได้จากบทเรียนของการลงมือปฏิบัติจริง

กลุ่มอนุรักษ์ลำน้ำป่าสัก ไกลกว่าเขตตำบล

คุณอบเชย สรเวช สมาชิกชมรมอนุรักษ์ลำน้ำป่าสัก อำเภอ

เสาสให้เล่าว่า

“มีการรวมตัวกันเป็นชมรมขึ้น มีสมาชิกกว่าร้อยคนแล้ว มาคอยติดตามวิเคราะห์สภาพแม่น้ำป่าสัก ธรรงค์ไม่ให้ประชาชน ทั้งขยะลงแม่น้ำ ต่อมาก็เชื่อมกันเป็นเครือข่ายขึ้นไปทางเหนือ น้ำ เชื่อมโยงไปถึงแก่งคอย เกือบถึงเขื่อนป่าสักชลสิทธิ์”

โดย คุณเล็ก เสริมว่า

“เดือนสองเดือนก็พากันล่องเรือดูสภาพแม่น้ำ ธรรงค์ไม่ให้ชาวบ้าน ทั้งขยะลงแม่น้ำ พุดคุยกับชาวบ้านไปเรื่อย ๆ ตอนนี่ เมื่อมีการเลี้ยงปลากระชังกันมากขึ้น ก็เป็นปัญหากับแม่น้ำเหมือนกัน เพราะเวลาให้อาหาร ถ้าให้มากเกินไป ปลากินไม่หมด น้ำก็เน่าเสียได้ ก็ต้องร่วมกับบริษัทช่วยแนะนำการให้อาหารปลาแบบ พอเหมาะพอดี”

คุณสายสุนันท์ ภูตระกูล อีกหนึ่งในสมาชิกชมรมอนุรักษ์ ลำน้ำป่าสักกล่าวว่า

“ก็ช่วยธรรงค์ไม่ทิ้งขยะลงแม่น้ำ บอกเด็ก ๆ ว่าทิ้งขยะลงแม่น้ำไม่ดี เราต้องพึ่งพาแม่น้ำกันไปอีกนาน ต้องช่วยกันดูแลรักษา”

ปลุกจิตสำนึกรักถิ่น

คุณสุวรรณ อุ่ณง ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดบ้านโคก ผาก ประเด็นไว้อย่างน่าคิดว่า

“อยากให้ธรรงค์ส่งเสริมให้นักเรียนรักถิ่นของตน จากเดิม พอเรียนจบ ยิ่งพอไปถึงระดับปริญญา เขาจะไม่กลับท้องถิ่นไป

ทำงานที่อื่นกันหมด มาอีกทีก็เกษียณมาเป็นผู้สูงอายุในตำบล การเกิดแหล่งเรียนรู้ในชุมชนอย่างที่มีวงงามจะทำให้นักเรียนได้สัมผัสชุมชนจริงๆ ได้เรียนเรื่องธุรกิจแพปลา เรื่องโรงสีชุมชน จะเกิดความรักชุมชน ผมอยากให้เป็นอย่างนั้น”

สรุป

กำหนดธงชัย กล่าวโดยสรุปว่า

“การรวมกลุ่มกัน ทำให้ชุมชนเข้มแข็ง ทำให้ปากท้องอึด ไม่ใช่ไปทำอะไรแล้วปากท้องหิว หนักมืออยู่ เรายรวมกลุ่มกันแก้ปัญหา พอแก้ปัญหาได้ ท้องก็อึด ปัญหาก็ลด สุขภาวะก็เกิด กายดี จิตก็ดี สัมพันธ์กัน”

โดย คุณวิสุทธิ สุกริน หมออนามัย กล่าวอีกว่า

“จริงๆ แล้ว สุขภาพหมายถึง สุขภาวะของกาย ของใจ ของสังคม และจิตวิญญาณ การไปสู่สุขภาวะไม่ใช่รอซ่อมอย่างเดียว ต้องร่วมกันสร้าง การสร้างสุขภาพหรือสุขภาวะ ต้องเริ่มต้นที่ชาวบ้าน เมื่อชาวบ้านเห็นมีโอกาสร่วมกันคิด ร่วมกันทำ รวมกลุ่มทำอะไรต่อมืออะไรแบบที่คนว่างามทำ ผมว่าได้หันทีอย่างน้อยสองเรื่อง คือ สุขภาวะสังคมและจิตวิญญาณ สุขภาวะทางสังคมก็ได้รวมตัวกัน ได้เรียนรู้ ร่วมคิดร่วมทำ แก้ปัญหาได้ ชุมชนสังคมน่าอยู่มากขึ้น และ สุขภาวะทางจิตวิญญาณก็ได้ คือเกิดความสุข เกิดการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และไม่ทอดทิ้งกันนั่นเอง” ❀

รักอย่างไร...คือรักให้เป็น

ความรักมีหลากหลายรูปแบบ และในทุกรูปแบบแห่งความรักนั้นนำมาทั้งความสุขและความทุกข์ได้ในเวลาเดียวกัน

ถามว่า “จะมีความรักโดยไม่มี ความทุกข์ได้ไหม”

ตอบว่า “ได้ ก็ด้วยการรักให้เป็น”

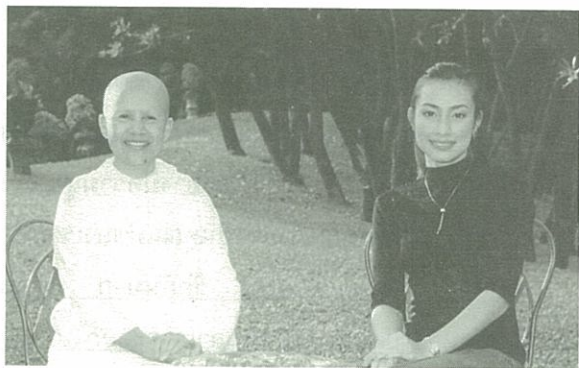
คุยกันเหมือน...เป็นเพื่อนทุกขฉบับนี้ แคทรียา อิงลิช นักร้องสาวเจ้าของอัลบั้ม Siamese Kat พกปัญหาความรักมาสนทนากับท่านแม่ชีศันสนีย์

แคทเป็นคนทีรักใครแล้วรักมากเกินไป ไม่ว่าจะเป็ใครก็แล้วแต่ รักแล้วรักมาก (เน้นเสียง) ยกตัวอย่างเช่น เพิ่งได้สุนัขตัวแรกมา รักสุนัขตัวนี้มาก แม้กระทั่งจะออกไปทำงานหรือไปซื้อของ

ก็ไม่อยากออกจากบ้าน มีความรู้สึกผิดมาก ๆ ที่ทิ้งให้เขาอยู่บ้าน
ถึงแม้จะมีเด็กที่บ้านดูแล เพราะสุนัขตัวนี้ติดแคทมาก นอนที่
นอนของแคทด้วย เวลาจะออกไปไหนก็...อย่าดีกว่า อยู่บ้านดีกว่า
แล้วไม่ใช่เฉพาะสุนัขนะคะ เพื่อน ๆ ของแคทเป็นแอร์โฮสเตสกลับ
มาเมืองไทยเดือนละครั้ง เขาก็จะชวน “แคทออกไปทานข้าวกันแป็บ
หนึ่ง เตียวพุงนี้ต้องไปต่างประเทศแล้ว” แคทก็บอกคุณพ่อคุณแม่
ท่านก็ให้ไป แต่พอขับรถออกมาจากบ้าน จะเกิดความรู้สึกว่า...
คุณพ่อคุณแม่อยู่บ้าน น้องชายอยู่บ้าน ทำไมไม่เอาเวลาน้อยอยู่กับ
คุณพ่อคุณแม่ ก็โทร. บอกเพื่อน... “ไปไม่ได้จริง ๆ” ขับรถกลับ
บ้าน คือมีความรู้สึกว่ายากอยู่บ้านด้วย แต่ก็มีความรู้สึกเหมือน
กันว่าทำไมเราไม่ไป ทั้ง ๆ ที่เราก็คักเพื่อนมาก

ไม่ได้ทุกข์เพราะรัก แต่ทุกข์เพราะเกินพอดี แล้วคำว่า ‘เกิน
พอดี’ กลายเป็น ‘ความยึดมั่นถือมั่น’ สมมติเรารู้สึกผูกพันกับ
สุนัขตัวใหม่ และโดยธรรมชาติ สุนัขก็จะผูกพันกับเรา เรากำลัง
จะเลี้ยงสุนัขไม่ให้เป็นสุนัข แต่กำลังจะเลี้ยงสุนัขเป็นอย่างอื่น ซึ่ง
ตรงนี้จะเกิดความทุกข์ ต้องดู ‘ความพอดี’ ตรงนี้ เป็นหลักการของ
ธรรมะนะคะ รักอย่างไรให้พอดี และเราต้องรู้ว่าการเกินไป มาก
เกินไป หรือน้อยเกินไป เป็นทุกข์ได้ทั้งนั้น มากเกินไปเราก็ต้อง
ทรมาน น้อยเกินไปก็ดูพร่อง ต้องมีสิ่งที่เราเรียกว่า ‘ความพอดี’

มีมิติของการสังเกตได้ง่าย ๆ ค่ะ ถ้าเราเห็นว่ามันฝึกได้
และสิ่งที่เราให้ฝึกนั้นเขาสามารถดูแลตัวเองได้ โดยเป็นธรรมชาตินะคะ
ไม่ต้องฝึกให้ฝืนความเป็นธรรมชาติของเขา แต่ให้เขารู้จักตัวเขา



เป็นตัวเขา เขาช่วยเหลือตัวเขาได้ในระดับหนึ่ง แคทก็จะรู้สึกรักเขาได้อย่างไว้วางใจ เพราะตอนนี้มีความรู้สึกไม่ไว้วางใจที่จะให้เขาเติบโตอย่างเป็นธรรมชาติ งามจริง ๆ ถ้าวันหนึ่งสุนัขตัวนั้นไม่มีแคท สุนัขจะอยู่อย่างไรล่ะคะ

ไม่ทราบเหมือนกัน (หัวเราะอาย ๆ)

นี่เขาเรียกว่ารักอย่างผลึกเขาดกเหว หมายถึงว่าไม่ทำให้เขาอยู่ได้เองด้วยตัวเขา เราต้องฝึกเลี้ยงสุนัขอย่างคนตายจากนะ เพราะไม่อย่างนั้นเราจะพบว่าเมื่อเราตาย เขาก็ตายทั้งเป็น เราจะรักอย่างไรที่จะไม่ทำให้ใครต้องตายทั้งเป็นกับเรา

หรือในเรื่องของคุณพ่อคุณแม่ เราคงต้องแบ่งและจัดสรรเวลาให้ดี และที่สำคัญที่สุด อะไรก็ตามที่เข้าไปถึงขั้นที่เรียกว่า 'ยึดมั่นถือมั่น' ว่าเป็นของฉันละก็ ทุกข์ทั้งนั้น เวลาที่คุณพ่อคุณแม่รักก็เหมือนกันนะ ถ้าคุณพ่อคุณแม่บอกว่านี่ลูกฉัน ลูกฉันต้องเก่งที่สุด เก่งกว่าใคร ต้องดัง ต้องเด่น สิ่งนี้ก็เป็นเงื่อนไขที่ทำให้ท่าน

ทุกข์ก็ได้

เราต้องฝึกที่จะเป็นตัวเราแบบที่พึงพาตัวเองได้ แล้วก็ทำให้ท่านไว้วางใจ เพราะการใช้ชีวิตอย่างที่มีตัวเองเป็นที่พึ่งที่จะไม่ไหลไปสู่ความเสื่อม คุณแม่ก็จะรักเราได้อย่างมีความสุข ไม่รักอย่างทุกข์ ๆ แล้วเราก็จะมีความสุขด้วยที่เห็นคุณแม่ของเรามีความสุข

ครอบครัวของเราอบอุ่นนะคะ รักกันมาก เราก็คิด...มันคือต้องอยู่ด้วยกันหรือเปล่านะ อย่างเวลาเราจะออกไป แม่จะบอกว่าทุกคนอยู่บ้านนะ เราก็คิด...ไม่ไปดีกว่า บางทีก็รู้สึกผิดเหมือนกันถ้าออกไป

แสดงว่าคุณแม่รักและมีความปรารถนาดีที่จะเห็นเราเติบโตในสิ่งแวดล้อมเดิม ๆ ต้องมองให้ชัดก่อนว่าท่านรัก ไม่ใช่ไม่รัก ที่นี้แคทโตแล้วใช้ไหมลูก แคทก็อยากจะเรียนรู้ว่าถ้าเราสามารถที่จะมีตัวเรา ใช้ตัวเราหยุดยั้งที่จะใช้ชีวิตไม่ให้ไหลไปสู่ความเสื่อม ก็จะทำให้คุณแม่ไว้วางใจเรา การสื่อสาร การเปิดโอกาสได้แชร์ความรู้สึกหรือการทดลองให้แม่ดูในบางเรื่อง แคทต้องใช้ศิลปะในการสื่อสารอย่างมาก เพราะความรักของแม่นั้นสำคัญ เราจะไปบอกว่าเราไม่ต้องการแม่ในวันที่เราโตขึ้นมา อันนั้นก็จะเป็นความทุกข์ของเราเหมือนกัน เราต้องใช้วิธีการสื่อสารด้วยความเข้าใจในรัก และในขณะเดียวกันแคทต้องทำหายตัวเองด้วยว่า แคทสามารถที่จะดูแลตัวเองให้ไม่ก้าวไปสู่ความเหลวไหลได้ ความเข้มแข็งภายในของแคทต้องมี ต้องมีมากกว่าในสมัยที่คุณแม่ดูแลเรา เพราะเมื่อท่านเห็นว่าเราสามารถหยุดตัวเองได้จริง ๆ เชื่อเถอะคะ ท่านก็จะไม่เข้ามาตาม

เรา เพราะท่านก็อยากมีชีวิตอย่างคนที่สงบเย็น และเป็นสุขในช่วง
ที่อายุมากขึ้น แต่แคทไม่ได้รู้สึกต่อสิ่งนี้ในเชิงอีตัตไช้ใหม่ลูก

ไม่คะ รู้สึกผิดมากกว่าที่ไม่ได้อยู่กับครอบครัว ไม่ได้รู้สึก
อีตัต คิดว่าในอนาคตที่คุณพ่อคุณแม่ไม่อยู่ ตอนนี้มีเวลา เรา
ควรจะอยู่กับท่าน ก็กลายเป็นว่าทุกเวลา ก็อยากจะอยู่กับคุณพ่อคุณแม่
แม่ เหมือนปิดตัวเองกับสังคมภายนอกไปเลย ก็เลยมีความรู้สึก
ว่าไม่รู้จะทำอย่างไรดี โลกภายนอกก็อยากจะเจอ อยากจะรู้จัก
แต่ถ้าเราออกไป มันเหมือนเป็นเวลาที่เราเอากลับคืนมาไม่ได้ เพราะ
ฉะนั้น เวลานี้เราควรจะอยู่กับคุณพ่อคุณแม่หรือเปล่า

ต้องหาความพอดีนะลูก เราคงอยู่กับคุณพ่อคุณแม่ตลอด
ไม่ได้ ในขณะที่เดียวกัน เราจะอยู่ข้างนอกโดยไม่ใส่ใจท่านก็ไม่ถูก
แคทมีความละเอียดอ่อนอยู่แล้วนี้ มีความรู้สึกแล้วว่ามันไม่ใช่ เพราะ
ฉะนั้น หนึ่ง จัดเวลาให้ดี สอง ทำหน้าที่ของเราที่จะทำให้คุณพ่อ
คุณแม่รู้ว่า ถึงแม้ว่าจะไม่ได้อยู่ใกล้ท่าน ก็มีคำสั่งสอนของท่าน มี
ท่านอยู่ในพฤติกรรมการเติบโตของเราที่จะหยุดยั้งตัวเองได้ ถ้า
อย่างนี้เวลาไกลในมิติของกายก็ไกลในมิติของใจ บางคนอยู่ใกล้ก็
เหมือนไกล คือกายอยู่ใกล้ แต่ใจไม่มีความกตัญญู แต่บางคนอยู่
ไกลก็เหมือนใกล้ เพราะมีใจกตัญญู

ถ้าอย่างนี้แคทจะไม่รู้สึกผิดถึงแม้ที่อยู่ไกลนะคะ แล้วถ้าจะ
ต้องไปทำหน้าที่ ก็ยังมีความสัมพันธ์ที่ดีกันอยู่

ขอขอบคุณที่สนับสนุนการเผยแพร่ธรรมะ



บริษัท แฟนซี เปเปอร์ จำกัด



PLAN PRINTING
บริษัท แพลน พรินท์ติ้ง จำกัด



บริษัท แอ็ดวานซ์ อินโฟ เซอร์วิส จำกัด (มหาชน)



การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค



บริษัท อังกฤษตรางู (แอลพี) จำกัด



บริษัท บางจากปิโตรเลียม จำกัด (มหาชน)



สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.)



บริษัท ไทยรุ่งยูเนียนคาร์ จำกัด (มหาชน)



N.I.C. NAIL SALON
๐๒-๒๕๐-๐๓๒๒-๓



เพื่อนที่รู้จักใกล้ ๆ คุณ
C.P. SEVEN ELEVEN CO., LTD. ๐๒-๖๓๘-๒๐๐๐



สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



สำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาล



การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง



Scm



สนับสนุนโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ / www.thaihealth.or.th