

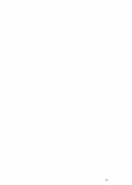


เสาวภา

ปีที่ ๔

ฉบับที่ ๓๘ ธันวาคม ๒๕๕๓

นิตยสาร เพื่อชีวิตที่งดงามและเป็นอิสระ





ลั่นสงสัยก็ลั่นทุกซ์

ธรรมสวัสดิ์



พวกเราขอทำงานสาวิกาสิกขาลัย
ถวายเป็นพระราชกุศลแด่
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ธ ผู้เป็นดังพ่อของแผ่นดิน

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ
แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุต
และคณะทำงาน

สารบัญ

นิตยสารเพื่อชีวิตที่งดงามและเป็นอิสระ

สารบัญ

เรื่องเด่นประจำฉบับ

บทความพิเศษ / พ่อของแผ่นดิน...
 นานาทศนะ / พลังใจผู้...สาวกสิกขาลัย
 สาวกสัจจร / สันติภาพสร้างได้จากใจเรา :
 จากอเมริกาถึงแคนาดา (๓)
 บทความพิเศษ / สืบสานสันติภาพโลก
 ครอบครัวแห่งสติ / คู่กับแม่...

คอลัมน์ประจำ

รดน้ำ-พรวนดิน / เสน่ห์...ของดอกแก้ว
 สา-ระ-ขัน / หลงตามความคิด...
 วาเทพุทธทาส
 ปากกาจับเชิฏ / จันทร ชัยนาม
 ผู้หญิงโกสวัต / เตียวตวย
 รากแก้ว / โยคะบริหาร หมอนรองกระดูก
 คำหวาน-น้ำหอม / เมียงของพ่อ
 ห้องแห่งลมหายใจ / ควันหลง...(เจ้าของ)
 กระทงหลงทาง
 ปฏิทินข่าว
 ริมสวน / ระบายาวานา ...คีตาแห่งสันติ
 สาวกสิกขาลัย / เมล็ดพันธุ์แห่งศานติ
 ในเนื้อผลแห่งความรุนแรงของท้อก้ำข
 ไทย-มาเลย์
 การ์ตูน-ธรรมะ
 เพื่อนทุกข์
 คู่กันท้ายเล่ม

สาวก ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๓๘ ประจำเดือน
 ๕ ธันวาคม ๒๕๔๓
 เจ้าของและผู้จัดทำ เสถียรธรรมสถาน
 ๒๔/๕ ซอยวิชรพล ถนนรามอินทรา ๕๕
 ลาดพร้าว กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐
 โทรศัพท์ ๕๐๙-๒๒๓๗, ๕๑๐-๖๖๙๗
 โทรสาร ๕๑๙-๔๖๓๓
 ที่ปรึกษา
 คุณหญิงจางศรี ชาญเจนลักษณ์,
 เตือนใจ เตีเทศน์, มนทรา จุฑะพุทธิ,
 สุชาดา จักรพิสุทธิ์, สุภาวดี ชาญเมธี
 บรรณาธิการ
 แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด
 หัวหน้ากองบรรณาธิการ
 อิตา มหาปารยะ บรมานันท์
 กองบรรณาธิการ
 พิกุล วิชาสประทีป, ฉัตรรัญ องค์กรัง,
 นิศาร วนาพงษ์, มณีวรรณ ดิวัง,
 คันสนีย์ ศีตะปิ่นยี่ เมอลเลอร์,
 ภาวนา อร่ามฤทธิ์, สุกัญญา ไทยะพานิช
 บริหารการจัดทำ/จัดรูปเล่ม/การผลิต
 บริษัท แพลน พับลิชซิง จำกัด
 โทรศัพท์ ๙๑๑-๔๒๑๑
 โทรสาร ๙๑๑-๔๙๔๘
 ๕๑
 ๙๕
 ๙๕
 ๑๐๒
 ๕๑
 ๙๕
 ๙๕
 ๑๐๒



... พ่อ ของ แผ่น ดิน ...

ทุกปีเมื่อถึงวโรกาสอันเป็นมงคล เฉลิมพระชนมวาร ๕
ธันวาคมหาราช พวกเราชาวไทย มิเพียงแต่ปีติในการร่วมน้อมเกล้าฯ
ถวายชัยมงคลแด่พระมหากษัตริย์ผู้เป็นที่รักยิ่ง หากเรายังเห็นอีก
ภาพหนึ่งซอ้นขึ้นมา...เป็นภาพคู่ขนานที่คุ้นตาคุ้นใจชาวไทยมา
เนิ่นนาน

...ในทุกย่างพระบาทที่องค์สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเสด็จ
พระราชดำเนินเยี่ยมเยียนราษฎรทั่วประเทศนั้น มิได้ต่างจาก
ครั้งหนึ่งที่เราเคยเห็นภาพพระราชกรณียกิจของสมเด็จพระศรี-
นครินทราบรมราชชนนี ทั้งสองพระองค์เสด็จพระราชดำเนินบุกป่า
ฝ่าดง ฝ่าแสงแดดและสายฝน ทรงกรำงานหนักโดยมิได้ย่อท้อต่อ
หนทางอันทุรกันดาร

...หรือแม้พระราชดำรัสที่เตือนสติคนไทย ให้ดำรงชีวิตอย่าง
‘พอเพียง’ ก็สะท้อนให้เห็นพระราชอัธยาศัยอันเรียบง่าย สมถะ
และประหยัด ของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

นับเป็นพระราชปิโยรสผู้สืบทอดพระราชปณิธานจากสมเด็จพระ
พระราชชนนีผู้ทรงคุณธรรมอันประเสริฐโดยแท้

นิตยสารสาวิกา ไคร้ขออัญเชิญ พระราชดำรัสในพระบาท
สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ทรงรับสั่งถึงสมเด็จพระราชชนนี แก่คณะ
ผู้จัดงาน ไหว้สาแม่ฟ้าหลวง เมื่อ ๒๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๐

“...การที่ได้จัดงานเพื่อถวายการระแก้สมเด็จพระศรีนคริน-
ทรานับว่าเป็นที่ปลาบปลื้มใจเป็นอันมาก เพราะว่า สมเด็จพระ
ศรีฯ ได้ปฏิบัติงานในส่วนพระองค์ท่านด้วยความเหนื่อย การที่
ได้มีงานถวายพระเกียรติ และถวายปัจจัยเพื่อจะปฏิบัติงานของ
ท่านต่อไป ก็เป็นที่ปลาบปลื้ม เป็นการต่ออายุท่าน ซึ่งท่านก็ได้
ทำงานมานาน เป็นตัวอย่างแก่ทุกคนที่มีงานในหน้าที่ที่จะต้อง
ทำงานจนเต็มกำลังเสมอ ๆ และถ้าทุกคนจะเป็นคนอายุมาก
อายุน้อย ตั้งใจทำงานด้วยความอดสาหะและซื่อสัตย์สุจริต ก็
อาจทำให้ประเทศชาติมีความเจริญรุ่งเรืองโดยแน่นอน...”



ขอขอบคุณบรรณารักษ์ห้องสมุดสำนักราชเลขาธิการ ในพระบรมมหาราชวัง
ที่กรุณาเอื้อเฟื้อข้อมูล

พลังใจสู่...

สาวिकासิกขาลัย

เพราะกตัญญูต่อพระธรรม จึงกตัญญูต่อแผ่นดิน

สาวिकासิกขาลัยเกิดขึ้นจากแรงบันดาลใจที่พวกเรา...
สาวิกา...มีศรัทธาในพระราชจริยาวัตรอันงดงามของสมเด็จพระ-
ศรีนครินทราบรมราชชนนี ในการที่จะสร้างคน...สร้างแผ่นดิน
ด้วยตระหนักแล้วว่า แผ่นดินนี้จะยังอยู่ได้อย่างร่มเย็นเป็นสุข ก็
เพราะ ‘ลูก’ ที่ ‘แม่’ สร้างมากับมือ...

โครงข่ายของสาวिकासิกขาลัยถักทอขึ้นด้วยความร่วมมือ
ร่วมใจจากผู้คนที่ได้มีโอกาสเรียนรู้ร่วมกัน ณ ชุมชนเสถียรธรรม
สถาน หลายท่านมาจากวงการวิชาชีพที่แตกต่างหลากหลาย เป็น
การร่วมระดมสมองว่า สาวिकासิกขาลัยนั้นจะก้าวออกไปในทิศทาง
ใดจึงจะบรรลุถึงปณิธานที่ตั้งไว้... เพื่อแสดงความกตัญญูต่อแผ่นดิน



คุณเตือนใจ ดีเทศน์ สมาชิกรูมิสภา จ.เชียงราย

“สาวิกาสิกขาลัย ควรเป็นองค์กร
ต้นแบบที่มีเป้าหมายสร้างคนในสังคมให้
ดำเนินชีวิตด้วยหลัก “มีธรรมเป็นมารดา”
ด้วยวัตถุประสงค์ ดังนี้

เป็นที่บ่มเพาะครอบครัว พ่อ แม่ ลูก ให้เป็นครอบครัวที่มีความรักธรรมชาติ มีความสุขกับการใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย มีความสุขโดยไม่ต้องพึ่งพาวัดดู เงินทอง อำนาจ ตำแหน่ง สถานภาพ มีความเมตตากรุณาต่อสรรพชีวิตรอบตัวประดุจญาติมิตร ด้วยกิจกรรมภาวนากับการเดินเล่นในสวนธรรม ภาวนากับการฟังธรรม

บ่มเพาะ ฝึกฝน ยกระดับของนักบวชหญิง ให้ทำหน้าที่ผู้นำทางจิตวิญญาณ เป็นแบบอย่างให้สังคมยอมรับสถานะของนักบวชหญิง นำพาผู้หญิงผู้มีความทุกข์ทางใจให้รู้แจ้งในเหตุแห่งทุกข์ สามารถดับทุกข์ในชีวิตได้ มีชีวิตอย่างสันติสุข เป็นประโยชน์แก่อุทมนุชยชาติ ช่วยแก้ปัญหาสังคมในทุกรูปแบบ ทั้งด้านการศึกษาในโรงเรียน การเผยแพร่ธรรมะผ่านสื่อมวลชน เป็นต้น

เป็นที่ฝึกอบรม พบปะสนทนาของผู้คนทุกวิชาชีพ รวมทั้งผู้ที่ทำงานสาธารณประโยชน์ ครู อาจารย์ แพทย์ นักพัฒนา นักการเมืองทุกระดับ สื่อมวลชน ให้ฝึกภาวนา ๔ คือกายภาวนา สីลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา เพื่อให้จิตมีसानติสุข เป็นอิสระ บริสุทธิ์

ทำหน้าที่การงานเพื่อสังคมได้อย่างเต็มที่ มีธรรมะกำกับชีวิต การงาน การเมือง นำสังคมไทย สังคมโลก สู่การเป็นสังคมสันติประชาธรรมอย่างแท้จริง”



คุณหญิงจ่านงศรี (รัตนิน) หาญเจนลักษณ์
หนึ่งในอาสาสมัคร ชุมชนเสถียรธรรมสถาน

“อยากให้สาวิกาสิกขาลัยช่วยส่งเสริมให้
ผู้หญิงเป็นที่พึ่งของตัวเองได้ ให้ชีวิตร่มเย็น
และเป็นตัวของตัวเอง ให้รู้จักค้นหาความสุข
และความเข้มแข็งในใจซึ่งอันที่จริงคนเรามีกัน
ทุกคน น่าเสียดายที่ส่วนใหญ่ไม่เข้าไปค้นหา คงจะเป็นเพราะมัว
แต่วิ่งหาอะไรต่อมิอะไรที่ตัวเองอยากได้

คนเราเมื่อชีวิตร่มเย็นก็ไม่ต้องไปไขว่คว้าหาใครมาเป็น
ที่พึ่งพิง หรือแสวงหาวัตถุอย่างเช่นของยี่ห้อแพงๆ มาสร้างความ
มั่นใจให้ตัวเอง หาเท่าไรก็ไม่พอเพราะมันสร้างความมั่นใจแค่
ผิวๆ ยิ่งซื้อหากยิ่งติด จนไม่รู้ว่าความสุขที่แท้จริงตกหายไปไหน
จนไม่มีเวลาจะคิดอะไรที่ทำให้รู้สึกว่าคุณค่าในตัวของตัวเอง

แม้ที่มีความสุขและมั่นคงในใจก็จะให้ความสุขนั้นกับลูกได้
แม้ที่คอยวิ่งหาความสุขจากคนอื่นและจากสิ่งภายนอกก็จะเป็น
ตัวอย่างให้ลูกเป็นบ้าง

สาวิกาสิกขาลัยช่วยเตือนผู้หญิงทุกคนได้ใหม่ว่าประเทศ
ชาติและสังคมจะเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับคนรุ่นใหม่ซึ่งรับค่านิยมจาก
พ่อแม่ และผู้ใหญ่ในครอบครัว”



โสภณ สุภาพงศ์
สมาชิกรุทนีสภา กรุงเทพฯ

“ผมคิดว่า สาวิกาสิกขาลัยจะช่วยเอื้อ
ประโยชน์ให้กับผู้เป็นแม่ ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิง

ผู้ชาย คุณพ่อ หรือคุณลูก ทุกคนล้วนเกิดมาจากแม่ทั้งนั้น แม่เป็นผู้สร้างชีวิต สร้างวิญญูณ สร้างสุขภาพทางจิตใจให้กับทุกคน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและประเทศชาติบ้านเมือง พฤติกรรมของแต่ละคนก็มาจากวิธีคิด มาจากจิตวิญญูณที่แม่เป็นผู้สร้างให้กับลูก จิตวิญญูณที่สะอาดจะทำให้เกิดวิธีคิดที่สะอาด ฟังตัวเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย แต่ถ้าเกิดจิตวิญญูณสกปรก วิธีคิดก็สกปรก คิดทำร้าย เบียดเบียนผู้อื่น

ผู้หญิงจึงมีหน้าที่ที่ยิ่งใหญ่ คือการสร้างจิตวิญญูณของมนุษย์ทุกคน สร้างคนที่มีพฤติกรรมดีต่อสังคม และงานที่แม่จะทอดทิ้งไม่ได้คือ งานที่มีต่อจิตวิญญูณของลูก ให้เขาได้รับรู้ถึงความสุขที่ได้มีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยคุณยาย คุณตา หรือแม่ แต่ช่วยสัตว์ตัวเล็ก ๆ ให้ลูกได้รับรู้ถึงความสุขนั้น เพราะว่าการได้ช่วยเหลือผู้อื่น ถ้าเขาได้มีโอกาสทำสักครั้งในชีวิต ก็จะเข้าใจและจะทำบ่อย ๆ แล้วจะรู้ว่าความสุขในชีวิตเกิดขึ้นด้วยการทำประโยชน์ให้ผู้อื่น”



สนิทสุดา เอกชัย

ผู้ช่วยบรรณาธิการ (Out look)

หนังสือพิมพ์บางกอกโพสต์

“ตนเองมีลูกสาวตัวน้อย อายุห้าขวบ เป็นวัยเรียนรู้ กำลังซึมซับสิ่งต่าง ๆ รอบตัวอย่างรวดเร็ว โจทย์ของคนเป็นแม่คือทำอะไร จะให้ลูกเห็นว่าเป็นเรื่องปกติที่จะทำบุญกับนักบวชหญิง เป็นเรื่องธรรมดาที่จะฟังธรรมะกับแม่ชี และเมื่อเขาโตขึ้น ก็ไม่ยากนักถ้าเขาจะได้ใช้ชีวิตในศาสนา ถ้าเขาเลือกเช่นนั้น”

โชคดีที่บ้านเราใกล้เสถียรธรรมสถาน สองสามปีที่ผ่านมา เมื่อถึงวันเกิดของคุณพ่อคุณแม่ที่เสียไปแล้ว เราก็ไปทำสังฆทานกับแม่ชีที่นั่น เมื่อลูกโตพอที่จะนั่งนิ่ง ๆ ได้นานหน่อย ก็พาไปฟังคุณแม่สอนธรรมะ มีความหวังเล็กๆ ว่าลูกจะได้เห็นว่าชีวิตนักบวชหญิงก็เป็นทางเลือกหนึ่งได้ในชีวิตของเขา

คุณแม่ศันสนีย์ถามว่าอยากให้สาวิกาสึกขาล้างทำอะไร รู้สึกอายนิดหน่อยที่เรียนท่านว่า อยากให้แม่ชีที่เสถียรธรรมมีบทบาททางพิธีกรรมมากกว่านี้ นอกจากรับบิณฑบาตที่ทำอยู่แล้ว ก็อยากให้รับสังฆทาน อยากให้รับนิมนต์ที่บ้าน

ที่อายเพราะการเป็นคนพุทธสมัยใหม่มักจะเน้นปฏิบัติ และมักเห็นพิธีกรรมเป็นเรื่องกระพี้ แต่พุทธศาสนามีความสัมพันธ์กับวัฒนธรรมอยู่ด้วย และวัฒนธรรมเราก็ยังต้องการให้นักบวชทำหน้าที่เชื่อมโลกเรากับโลกสวรรค์ ถ้านักบวชหญิงสามารถทำให้สังคมยอมรับบทบาททางพิธีกรรมนี้ได้ ก็จะช่วยแก้ปัญหาสถานะของแม่ชีในสังคมได้ไปด้วย

คนวัยหนุ่มสาวอาจยังไม่เห็นความสำคัญเรื่องนี้ แต่สำหรับตนเองที่คุณพ่อคุณแม่ ญาติผู้ใหญ่ที่รักใคร่ ก็หนีไปอยู่อีกมิติหนึ่งแล้ว การได้ทำบุญให้แก่บรรพบุรุษเป็นเรื่องสำคัญ จะทำกับพระที่เราไม่มั่นใจในวัตรปฏิบัติเลยก็ยังกลางแกลงใจ เพราะยังโลกอยู่ ก็ยังอยากให้การให้มันได้ไปมีส่วนส่งเสริมให้ลูกพระพุทธรเจ้าได้ฝึกตน หรือนำไปช่วยคนทุกข์ ไม่ใช่เอาไปใช้ตัดดวงสุขทางโลก

ในสังคมปัจจุบันมีวิกฤติศรัทธาในศาสนาอย่างรุนแรง ผู้คนต้องการผู้นำทางจิตวิญญาณที่เขามั่นใจ ที่จะตอบสนองความต้องการให้เขาได้ทั้งเรื่องแก่นพระศาสนาและพิธีกรรม จะเป็นนักบวชหญิงหรือนักบวชชายก็ไม่เกี่ยง ในเวลาเช่นนี้ ถ้านักบวช

หญิงที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ จะเพิ่มบทบาททางพิธีกรรมบ้าง ก็จะ
ช่วยทั้งสังคมและองค์กรนักบวชหญิงได้ ส่วนจะให้ความสมดุล
อย่างไรระหว่างพิธีกรรมกับการปฏิบัติ และกิจกรรมช่วยสังคม ก็
เป็นที่สาวิกาลิกขาลัยและชุมชนของเสถียรธรรมต้องช่วยกันคิด
ต่อไปค่ะ”



สุมิตรา จันทรังษา

ผู้จัดการศูนย์ข้อมูล บริษัท มติชน จำกัด

“ดิฉันมีคำถามเสมอว่า เหตุใดโลกของผู้หญิงและเด็กจึงถูกแยกออกจากโลกสามัญธรรมดาของเพศชาย นั่นอาจเพราะเรายอมจำนนกับความอ่อนแอทางสรีระ และวางใจในการปกป้องคุ้มภัยของเพศชายจนเคยชินหรือเปล่า ที่จริงแล้วหากทุกคนรู้จักพินิจถึงภายใน จะพบว่าผู้หญิงและเด็กไม่ได้อ่อนแอเลย ในความเป็นมนุษย์เสมอภาคนั้น ทุกเพศมีพลังเฉพาะภายในที่สามารถสร้างเกราะคุ้มภัยอันแข็งแกร่งให้ตัวเองดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างงามสง่า และมีคุณค่าทั้งสิ้น ความสวยงาม อ่อนโยน มีเสน่ห์ในความอ่อนไหวของเพศเมื่อนั้น คือพลังยิ่งใหญ่ที่สามารถพิชิตชายได้ ราวคาบเสมอมา เช่นเดียวกับความรู้เพียงสาขาของเด็กทุกคน พวกเขาจะมีพลังบริสุทธิ์ในตัวเองที่เป็นทั้งอาวุธคุ้มภัยและน้ำทิพย์ประโลมใจในเวลาเดียวกัน

ดิฉันอยากเห็นสาวิกาลิกขาลัยช่วยดึงพลังที่แท้จริงภายในของเด็กและผู้หญิงออกมาให้เจ้าตัวได้ประจักษ์ ค้นหา และเรียนรู้ไปด้วยกันเพื่อค้นพบตัวเองให้ได้ トラบไตที่มนุษย์ยังไม่รู้จักตัวเอง เขาย่อมไม่สามารถเผชิญชีวิตอย่างมีสติได้ ดิฉันคิดว่าการได้รู้รส

ทุกข์เสียบ้างนั้นจะทำให้เราสามารถอิมเมทกับความสุขอย่างเปี่ยม
ล้นยิ่งขึ้น”



คุณสุรภี ชูตระกูล

ผู้ทำงานในองค์กรพัฒนาเอกชน

“จากประสบการณ์การทำงานในโครงการผู้หญิงและการพัฒนาการศึกษาที่องค์กรระหว่างประเทศในศูนย์อพยพผู้ลี้ภัยสงครามทำงานกับองค์การพุทธศาสนิกสัมพันธ์เพื่อสังคมนานาชาติ และทำงานร่วมกับองค์กรพัฒนาเอกชนไทยเป็นเวลากว่า ๒๐ ปี พบว่าผู้หญิงและเด็กเป็นกลุ่มที่ต้องเผชิญกับความเจ็บปวดและความสูญเสีย จากการถูกข่มเหงและเอาไรต์เอาเปรียบของสังคมมากที่สุด ซึ่งเหมือนกันในทุกสังคม ไม่ว่าจะเป็่สังคมที่อยู่ในภาวะปกติหรืออยู่ในภาวะสงคราม เพราะฉะนั้นผู้หญิงจึงจำเป็นต้องมีเครื่องมือในการสร้างสภาวะภายในให้เข้มแข็ง เพื่อรักษาสมดุลภายในจิตใจของตัวเอง มิให้แรงกดดันจากภายนอกทำให้ตนเองสิ้นหวังและหมดหวังในชีวิต

หลายครั้งที่ได้ร่วมจัดสัมมนาเรื่องธรรมะกับการเยียวยา และธรรมะกับการไกล่เกลี่ยข้อขัดแย้งให้กับกลุ่มของสาวกวิทยาลัยและกลุ่มอื่นๆ พบว่ามีผู้หญิงจำนวนมากกำลังเป็นทุกข์กับปัญหาหนักของชีวิตตามคำพังท้ังยังต้องเป็นหลักทางใจให้กับครอบครัว และในขณะเดียวกัน มีผู้หญิงอีกมากมายที่มีความรู้ความสามารถอุทิศตนทำงานเพื่อสังคมและประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน แต่ไม่มีความสุข เกิดอะไรขึ้นกับมิติภายในของผู้หญิง...

จากประสบการณ์ส่วนตัวเชื่อมั่นว่า ความรู้ความเข้าใจทาง
ธรรม จะทำให้ผู้หญิงเกิดพลังและเกิดความเข้มแข็งภายใน เข้าใจ
ความทุกข์และความสุขของตัวเอง และรู้ว่าความสุขเกิดได้จาก
ภายในของตัวเอง ฟังพอใจในคุณค่าของตัวเอง

การมีสาวกศึกษาลัทธิถือเป็นโชคดีของผู้หญิง และโชคดี
ของสังคมไทย ที่จะมีสถาบันที่ส่งเสริมพลังปัญญาทางจิตวิญญาณ
ให้กับผู้หญิง ให้กับแม่ซึ่งเป็นแม่พิมพ์ของเด็กอีกมากมายที่ต้อง
เติบโตขึ้นในสังคมนี้ อยากเห็นสาวกศึกษาลัทธิเป็นที่พึ่งของผู้หญิง
เป็นที่ที่ผู้หญิงได้แบ่งปันความทุกข์ความสุขและฝึกฝนธรรมะเพื่อ
การเติบโตภายใน และได้สานสัมพันธ์เครือข่ายแห่งกัลยาณมิตรเพื่อ
เกื้อกูลซึ่งกันและกัน เชื่อว่าสาวกศึกษาลัทธิจะช่วยสร้างผู้หญิงที่มี
ความเข้มแข็งที่ไม่แข็งกระด้าง แต่อ่อนโยน มีความเชื่อมั่นที่ไม่แข็ง
กร้าว แต่กล้าหาญ มีความเป็นผู้นำที่ไม่กดขี่ แต่เมตตาให้กับสังคม
และเป็นผู้ที่มีสติปัญญาในการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขที่เกื้อกูลตนเอง
และผู้อื่นในสังคมได้”



คุณศุภมาส เสนะเวส

ผู้จัดการรายการกฎหมายสบายอารมณ์

ยูบีซีนิวส์ ทุกวันพุธ เวลา ๒๑.๐๕ น.

“อยากให้เผยแพร่ธรรมะร่วมสมัย ใน
รูปแบบของรายการโทรทัศน์บ้าง เพราะในทาง
หลักการสื่อสารมวลชนนั้น โทรทัศน์ซึ่งมีทั้งภาพและเสียง
จะกระตุ้นเร้า ดึงดูดใจคนได้มากกว่าสื่อที่มีเพียงภาพหรือเสียง
นอกจากนี้ยังเป็นสื่อที่ผู้คนในยุคสมัยที่ ‘รีบร้อนกับชีวิต’ เสพ
มากกว่าสื่ออย่างอื่น เป็นสื่อที่เข้าถึงคนจำนวนมาก โดยเฉพาะถ้า

นำเสนอในเนื้อหาที่มีสีสัน เป็นเรื่องในทางโลกย์ที่ใกล้ชิดกับชีวิตประจำวัน ให้เห็นว่า “ธรรมะ” คือแนวทางในการใช้ชีวิตของโลกิยชน ไม่ใช่เรื่องคร่ำครึ หรือเรื่องของคนใกล้วัดเท่านั้น และเชิญคนที่มิชื่อเสียงเป็นที่คุ้นเคยมาร่วมนำเสนอเนื้อหา จะช่วยให้ได้รับความสนใจมากขึ้น

ที่สำคัญ ‘คนที่รียบร้อนกับชีวิต’ คนที่ถูกผลักดันให้ไหลไปตามกระแสสังคมบริโภคนิยม ให้ยึดติดอยู่กับความสะดวกสบายเหล่านี้แหละ คือกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการ ‘ธรรมะบรรณาการ’ อย่างแท้จริง โดยเฉพาะผู้หญิงที่เรียกว่า working woman จำนวนมากที่กำลังไขว่คว้าหาความสำเร็จในหน้าที่การงาน หาสถานภาพที่ดีในสังคม หากภาพลักษณ์อันอลังการ อาจติดยึดอยู่กับมายา จนอาจหลงลืมว่าจริง ๆ แล้วอะไรคือความสุขแห่งในชีวิต และใช้ชีวิตอย่างไรเท่าไม่ถึงการณ์ตามแรงผลักดันของสังคม แต่ในแก่นแท้แล้ว คนเหล่านี้มิได้เลวร้าย หากแต่ความชุ่มเย็นเข้าไปดับร้อน หากมีการสะกิดให้หวนคิดถึง คนเหล่านี้จะตระหนักและซึมซับ แล้วลดความรีบและร้อนในชีวิตเข้าไปได้ และหากกระแสแห่งความชุ่มเย็นไหลบ่าอย่างต่อเนื่อง คนเหล่านี้จะรับช่วงขับเคลื่อนพลังเย็นสู่สังคมต่อไป แต่การหว่านเมล็ดพันธุ์ในเบื้องต้น ย่อมต้องมีผู้เริ่มต้น ซึ่งอยากฝากให้เป็นพันธกิจของสาวิกาสิกขาลักษณ์ค่ะ”



ไพบูลย์ ดำรงชัยธรรม
ประธานกรรมการบริษัทแกรมมี
เอ็นเตอร์เทนเมนท์ จำกัด (มหาชน)


“ผมคิดว่าคนเราเมื่อสามารถเลี้ยงดูตัว

เองได้ เลี้ยงดูครอบครัวได้แล้วยังมีเงินเหลืออยู่ ก็น่าจะช่วยคนอื่น ๆ ในสังคมได้ นี่เป็นที่มาของมูลนิธิดำรงชัยธรรม...เราช่วยในเรื่องการศึกษาซึ่งไม่ได้ให้ทุนการศึกษาอย่างเดียว แต่ให้ปัจจัย ๔ แก่เขาด้วย เพื่อให้เขาเติบโตขึ้นมาช่วยเหลือคนอื่นได้ด้วย

เจ้าหน้าที่มูลนิธิจะเป็นพี่เลี้ยง คอยติดตามผลการเรียน ให้คำปรึกษาหรือ ให้เขาเขียนจดหมายมาเล่า ใครมีปัญหาอะไร เราก็ช่วยกันแก้ไข เจ็บไข้ได้ป่วยก็พาไปหาหมอ

มูลนิธิไม่ได้ตั้งขึ้นเพื่อเชิดชูชื่อเสียงของใคร แต่เราพร้อมที่จะร่วมมือกับมูลนิธิอื่นๆ ที่อยู่ในแนวทางเดียวกัน เพื่อแลกเปลี่ยนให้การสนับสนุน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน..."

จากการประสานงานกับเจ้าหน้าที่มูลนิธิดำรงชัยธรรม จึงมีการดำริว่า ในปี พ.ศ. ๒๕๔๔ น่าจะมีการจัด Family Camp เด็ก ๆ ๑๕๐-๑๖๐ คนจะมาพักที่เสถียรธรรมสถาน เพื่อสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ เพราะใจรู้ตื่นและเบิกบาน

ในโอกาสนี้ขอเชิญชวนท่านผู้อ่านสาวิกาทุกท่าน ร่วมแสดงความคิดเห็นว่า ท่านจะเป็นผู้หนึ่งที่ร่วมกันสรรค์สร้าง สาวิกาสิกขาลัยให้เติบโตเป็นรูปธรรมได้อย่างไร ใครมีความคิดความเห็น สาวิกาสิกขาลัยน่าจะเป็นประโยชน์แก่สังคมแก่แผ่นดินได้ในรูปแบบใด กรุณาแสดงความคิดเห็นมายัง แม่ชีศันสนีย์ เสถียรสุด เพื่อเราจะได้บรรลุจุดมุ่งหมายในการ "สร้างโลกนี้ให้มีธรรมเป็นมารดา" ร่วมกันค่ะ 



สิ่งทั้งหลายในโลกนี้
อุบัติขึ้นเพื่อให้มนุษย์ได้ชื่นชม
มิใช่เพื่อให้ใครเป็นเจ้าของ
แม้จะมีสิทธิครอบครองอยู่บ้าง
ก็ชั่วครั้งชั่วคราว
มิได้ครอบครองได้ตลอดไป
และเป็นการครอบครอง
เพียงเพื่อจะได้ชื่นชมเท่านั้น

จากหนังสือ ปรัชญาน่าคิดของ คาร์ล ยิบราน
ไพโรจน์ อยู่มนเทียร แปล

สันติภาพสร้างได้จาก ใจเรา: จากอเมริกา ถึงแคนาดา (๓)

การเดินทางไกลที่มีภารกิจหลักคือการประชุมสุดยอดผู้นำทางศาสนาและจิตวิญญาณเพื่อสันติภาพโลก สืบสานต่อเนื่องกับการพบปะชุมชนไทยในสองประเทศ โดยมีวัดเป็นศูนย์กลางนั้นได้นำเสนอไปในสองฉบับที่แล้ว

สำหรับสาวิกา สัจจรฉบับนี้เป็นตอนสุดท้ายจะนำเสนอในมิติของชีวิตของครอบครัวคนไทยที่อาศัยอยู่ในแผ่นดินอื่น การพบปะกับบุคคลเหล่านี้ในระหว่างการเดินทางทำให้อดไม่ได้ที่จะนึกย้อนถึงประวัติศาสตร์ที่เคยอ่านซึ่งกล่าวถึงผู้คนที่อพยพย้ายถิ่นฐานเพื่อตั้งรกรากใหม่ การใช้ชีวิตอยู่ในประเทศที่เรามิได้เป็นเจ้าของ การต้องเผชิญกับสภาพภูมิอากาศและสภาพแวดล้อมที่แปลกเปลี่ยนไปจากที่เคยคุ้น การต้องดำรงตนอยู่ท่ามกลาง

วัฒนธรรมของสังคมที่แตกต่าง จึงเป็นเรื่องน่าสงสัยว่าบุคคลเหล่านี้ต้องเผชิญกับอะไรบ้าง และมีพลังใจอยู่ในต่างแดนได้อย่างไร



To be grow up : พ่อตายให้เราโต

จากบ้านคุณวีรชาติและคุณวรรณี โภคพูน-พิพัฒน์ ซึ่งอยู่บนเกาะแมนฮัตตัน เมืองนิวยอร์ก พวกเขาั่งรถเกรย์ฮาวนด์ไปที่บอสตัน เพื่อเยี่ยมคุณวิพาร์ ธีระวรวิญญู หรือพี่เตี้ยม ซึ่งเป็นเพื่อนรักของพี่หน้อย (สุภาพร ธารินเจริญ) อันที่จริง การที่พวกเราชนกันไปเป็นโขยงและทำที่เสมือนว่าเพื่อนรักของพี่ก็เหมือนเพื่อนรักของเรานั้นฟังดูทะแม่งๆ แต่เมื่อไปถึงและแม่เมื่อกลับมาถึงเมืองไทยแล้ว ยังอดนึกไม่ได้ว่า ถ้าไม่ได้ไปเจอพี่เตี้ยมที่บอสตัน การเดินทางครั้งนี้คงกร่อยน่าดู

พี่เตี้ยมเป็นผู้หญิงตัวเล็ก ๆ แบบชนิดที่ว่ายืนคู่กับคุณตุ๊กก็ต้องรวมขอมกันน่าดู เพราะจะต้องแบ่งแยกสภาพอากาศระดับบนกับระดับล่างกันโดยเด็ดขาด พี่เขาเล่าว่าชื่อนี้ได้มาเพราะเพื่อนตั้งให้เนื่องจากเป็นคนทำอะไรช้า ตัวมเตี้ยม คงคล้ายๆ อย่างเวลาพูดก็ประมาณว่าเริ่มคำแรกที่หัวลำโพง กว่าจะเล่าจบเรื่องจบประโยคก็ถึงเชียงใหม่พอดี แต่พี่เตี้ยมที่เราเห็นในอเมริกาเป็นผู้หญิงร่างเล็ก ท่วงท่ามาดมั่น เดินเห็นกระฉับกระเฉง คัดสินใจฉับไว ทำทุกอย่างตามระบบระเบียบแบบแผน ซึ่งทำให้พวกเรานั้นใจโดยเฉพาบ้านพักของพี่เตี้ยมซึ่งอยู่ริมทะเลที่ควินซี (quincy)



นั่นทำให้พวกเราทุกคนเหมือนได้ไต่บันได
ขึ้นไปบนสวรรค์ ก็จะไม่ให้รู้สึกอย่างนั้นได้
อย่างไร...ในเมื่อนับตั้งแต่ย่างเข้าประตูบ้าน
ซึ่งเป็นบ้านหลังกะทัดรัด ๒ ชั้น มีสนาม
หญ้าขนาดดูแล้วด้วยตัวเองสบายๆ ด้าน

ข้างเป็นโรงรถ มีธงรูปนางฟ้าอยู่หน้าประตู
เมื่อเปิดเข้าไปภายในบ้าน สิ่งแรกที่ดึงดูดสายตาคือ
ผ้าม่านสีขาวเนื้อเบาที่ทิ้งตัวลงมา แจ่มใสยิ่งขึ้นด้วย
เถากุหลาบดอกเล็กสีชมพูน่ารักอ่อนหวานที่พาดพัน
ไปกับราวม่าน นอกจากนี้ยังมีกระดาดปิดฝาผนัง
ลายก้อนเมฆ ต้นไม้และดอกไม้ในแจกันที่จัดวางอย่าง
มีศิลปะอยู่ตรงมุมโน้นมุมนี้ ทั้งหมดนี้ทำให้บ้านหลัง
กะทัดรัดมีเสน่ห์ขึ้นมากมาย ทุกตารางนิ้วสะอาดสะอ้าน
เป็นระเบียบ แม้แต่ห้องใต้ถุนหรือที่เรียกเบสเมนต์

(basement) ซึ่งพวกเราสามคนแยกไปนอน ก็สุขสบายได้อย่างที่
เรียกว่าเป็นสวรรค์ทีเดียว

พี่เต๋ยมไม่ได้แสดงความใจกว้างแค้ให้ที่พัก หากแต่ลงมือ
ทำกับข้าวชนิดสร้างสันติให้กระเพาะพวกเราทุกคนโดยถ้วนหน้า
เธอทำอาหารได้อร่อยพอๆ กับแต่งบ้านได้สวยและทุกอย่างเธอ
ทำเอง ไม่ว่าจะเป็นติวอลต์เปเปอร์ ทาสี ฯลฯ ด้วยเหตุว่าค่าจ้าง
แพงกว่าทำเอง ในสายตาเรา พี่เต๋ยมจึงเป็นผู้หญิงไทยตัวเล็ก ที่
เก่งนัก และเมื่อถามว่าอะไรที่ทำให้ชีวิตพลิกผันจากการเป็นสาวไทย
ขี้อาย พุดซ้า ทำอะไรซ้า มาเป็นคนเก่งขนาดใช้ชีวิตอยู่เมืองนอกได้
คนเดียว ซ้อบ้าน ซ้อรถ มีงานทำอย่างมั่นคงด้วยการเป็นผู้บำบัด
ผู้ป่วยทางจิตประสาทในโรงพยาบาล และเธอก็มีความสุขกับงาน

เธอเล่าว่าตอนจากเมืองไทย เพื่อมาเรียนปริญญาโทที่อเมริกานั้น เป็นช่วงที่คุณพ่อป่วยนอนอยู่โรงพยาบาล ซึ่งทำให้พี่ต้องต้องเลื่อนการเดินทาง เลื่อนตัวเครื่องบินไปหลายครั้ง แต่ในที่สุดเมื่อไม่สามารถเลื่อนต่อไปก็จำเป็นต้องจากมา ทั้งที่เป็นห่วงคุณพ่ออย่างยิ่ง ขวร้ายที่ไม่อยากได้ยินก็เกิดขึ้นจริง ๆ เมื่อไปถึงได้ไม่นาน เรียกว่ายังอยู่ในช่วงปรับตัว ก็ได้รับข่าวว่าคุณพ่อเสียแล้ว

“ตอนนั้นยังจำได้ว่าพี่เดินฝ่าหิมะไปอย่างไร้รู้ตัว ระยะเวลามันไกลนะ...แต่พี่ก็เดินไปเรื่อย ๆ เดินไปร้องไห้ไป...ร้องจนไม่มีน้ำตาจะร้อง...พี่รักพ่อมาก...แต่จะกลับไปก็ไม่ได้ เมื่อกลับไม่ได้ก็จำเป็นต้องอยู่ และการสูญเสียพ่อก็เป็นเรื่องใหญ่ในชีวิต...ตอนนั้นพี่บอกตัวเองว่า...ในโลกนี้ไม่มีอะไรที่จะทำให้พี่เสียใจมากไปกว่าการตายของพ่ออีกแล้ว...พอกำลังมองพ่อยู่ พ่อจะไม่ห่วง...หากพี่เข้มแข็ง”

ฮาร์วาร์ด...พี่เปี้ยก กับหัวใจรักไม่เสื่อมคลาย

ในการเดินทางไกลครั้งนี้นับบอกเราว่า เมื่อใดก็ตามที่มีเพื่อนเมื่อนั้นมิตรภาพย่อมเกิด และเกิดขึ้นอย่างเป็นเครือข่าย เปรียบเหมือนกับโยนก้อนหินลงไปในสระน้ำนิ่ง แล้วน้ำนั้นแผ่กระจายขยายวงกว้างเป็นระลอก พลั้วกระเพื่อมไปทั่วผืน

ก่อนเดินทาง พี่แดง (เดือนใจ ดีเทศน์) ให้ชื่อ ที่อยู่ของเพื่อนรักคนหนึ่งมาด้วยชื่อคุณนงนารถ Setti หรือพี่เปี้ยก ซึ่งตอนแรกด้วยกำหนดการที่แน่นมากทำให้ไม่คิดว่าจะได้มีโอกาสจะไปเยี่ยมพี่เปี้ยก เพราะในวันนั้นพวกเราเพิ่งกลับจากการออกไปนอกเมือง และเป็นคืนสุดท้ายซึ่งดีห้าของวันรุ่งขึ้นคุณอ้อยกับคุณตุ้จะต้องเดินทางกลับประเทศไทย แต่เมื่อรู้ว่าพี่เปี้ยกทำอาหารเย็นไว้รอพวกกะเหรียงหัวใจสิงห์ทั้งหมดก็พยักหน้าตกลงพร้อมกัน

โทรศัพท์เรียกแท็กซี่ขับไปส่งที่บ้านของพี่เป็ยกซึ่งอยู่คนละซีกเมืองกับบ้านของพี่เต็ม



แต่เมื่อไปถึงก็รู้ว่าหากไม่ได้มาที่นี่ การเดินทางของเราจะสมบูรณ์ไปไม่ได้เลย โຕะอาหารที่จัดไว้อย่างดีด้วยอาหารไทยง่าย ๆ แต่สมบูรณ์ เพราะเจ้าของบ้านลงมือทำไว้



รอกทำด้วยน้ำใจไมตรี เราสะกิดใจกับรอยยิ้มของพี่เป็ยกที่ดูเศร้า ๆ และหลังจากอิมเมกกับฝีมืออาหารของพี่เป็ยกแล้ว ก็ย้ายที่นั่งมายังโซฟาตัวใหญ่ โดยมีลูกน้องคือสุนัขขนปุยตัวใหญ่ ใจดีกับเพื่อนซี้คือแมวขี้อิจฉาของพี่เป็ยกมาร่วมวงด้วย

จากการคุยกันทำให้ได้รู้ถึงเบื้องหลังรอยยิ้มแต่ดวงตาฉายแววเศร้าของพี่เป็ยก เพราะการจากไปของสามีเมื่อสามปีก่อน พี่หน้อยรู้จัก ดร.ลี สามีของพี่เป็ยกเนื่องจากเคยทำงานด้วยกัน และรู้ว่าเป็นคนดี มีความสามารถมาก ทุ่มเททั้งกำลังกาย กำลังความคิดในงานพัฒนาชนบทของประเทศไทยโดยเฉพาะงานด้านการศึกษา จนเป็นที่รู้จักกันดีในหมู่นักพัฒนาองค์กรเอกชน

พี่เป็ยกเล่าว่าแม้ ดร.ลี จะเคยมีปัญหาด้านสุขภาพต้องเข้ารับการผ่าตัดใหญ่มาครั้งหนึ่ง แต่หลังจากนั้นสุขภาพก็ดีขึ้นตลอด ไม่มีอะไรผิดปกติ มีการตรวจเช็คเป็นระยะ ผลที่ได้ก็คือไม่พบอะไรที่จะเป็นตัวบ่งชี้ว่าจะเกิดเหตุร้ายขึ้น ดังนั้น...เมื่อวันหนึ่งต้องส่ง ดร.ลี เข้าโรงพยาบาลกะทันหัน และอยู่ต่อจากนั้นไม่นานก็เสียชีวิต

สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วจนพี่เป็ยกตั้งตัวไม่ติด และแม้ว่าเหตุการณ์นี้จะผ่านมามากสามปีแล้ว หากแต่เมื่อเล่าขึ้นมา...หยาดน้ำใสๆ ก็ยังไหลรินจากดวงตา

แม่ชีคันสนีย์ ผู้ซึ่งผ่านพบเรื่องราวของชีวิตผู้คนอย่างหลากหลาย ทุกคนที่เดินเข้ามาในเสถียรธรรมสถานล้วนพกพาความสมหวัง ไม่สมหวัง ความสุข ความทุกข์ ความดีใจ ความเสียใจเข้ามาในรูปแบบต่างๆ กัน หัวใจรักอันร้อนทจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักของพี่เป็ยกอาจจะต่างรูปแบบกับการสูญเสียคุณพ่อของพี่เด็ยม ระยะเวลาอาจจะยังใหม่กว่า แต่สิ่งหนึ่งซึ่งเหมือนกันก็คือทุกข์นี้ทำให้เห็นถึงการเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วดับไป ขณะเดียวกันก็พร้อมจะเกิดขึ้นใหม่ได้ตลอดเวลาเมื่ออยู่ในสภาวะที่พร้อม ไม่ว่าจะสิ่งนั้นจะเป็นรอยยิ้ม พลังกายหรือพลังใจใด ๆ ก็ตาม ในคืนนั้นพี่เป็ยกจึงได้รับฟังการสนทนาธรรมกับแม่ชีคันสนีย์ และนำดีใจที่เมื่อถึงเวลาที่รถแท็กซี่ซึ่งเราเรียกมารับกลับไปที่บ้านของพี่เด็ยมตอนใกล้จะห้าทุ่ม ก็ได้เห็นแววตาของพี่เป็ยกกระจ่างขึ้น

ความงดงามที่ได้พบสมำเสมอในการเดินทางคือ ความปรารถนาดีที่กัลยาณมิตรมีต่อเรา เมื่อพี่เป็ยกทราบว่าคุณเรา ยกเว้น คุณอ้อยกับคุณตุ้จะยังมีเวลาอยู่ที่บอสตันอีกวันหนึ่งก่อนที่จะเดินทางไปในแอการาฟอลล์ แคนาดา พี่เป็ยกก็เสนอว่าเราน่าจะได้ไปเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์ที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ซึ่งเป็นที่ที่พี่เป็ยกทำงานอยู่ และเมื่อก่อนก็เคยทำงานที่พิพิธภัณฑ์นี้ แต่ภายหลังย้ายไปในส่วนงานที่รับผิดชอบ



สัมภาษณ์และพิจารณาความเหมาะสมของนักศึกษาที่จะขอมาเรียน
ที่มหาวิทยาลัย

พี่เบ๊ยกนัดพบกับเราที่หน้ามหาวิทยาลัย เธอพาเดินผ่าน
สนามหญ้าเขียวขจีตัดกับอาคารซึ่งก่อสร้างด้วยอิฐสีแดงคร่ำ ดู
ขรึมขลังสมเป็นสถาบันแห่งศึษาเก่าแก่ อากาศขณะนั้นกำลัง
สบาย จึงได้เห็นนักศึกษานั่งตามเก้าอี้ม้ายาวไ้ร่มไม้ ตามขั้นบันได
ตึก รับแสงแดดที่ทอดสาดมากระทบอย่างอบอุ่น แต่ละคนต่างหน้าตา
และสีผิว แต่สิ่งหนึ่งซึ่งเหมือนกันคือทุกคนมีหนังสืออยู่ในมือ



พิพิธภัณฑ์ในมหา-
วิทยาลัยมีอยู่ ๘ แห่ง ที่เราไป
ดูนั่นคือ **Mineralogical and
Geological Museum** อัน
เป็นพิพิธภัณฑ์ที่แสดงถึง
แร่ธาตุ หิน สะเก็ดหินที่ตกมา

จากห้วงบรรยากาศมาสู่โลก และรวมถึงบรรดาแร่ธาตุที่คนนิยม
นำมาเป็นเครื่องประดับ ตั้งแต่เพชร มรกต ทับทิม บุษราคัมหรือ
หินสีต่างๆ อีกมากมาย

ความน่าทึ่งของพิพิธภัณฑ์คือการจำลองของจริงให้อยู่ใน
รูปของวัสดุที่ทำจากแก้ว และแทบไม่น่าเชื่อว่าของจำลองนี้สามารถ
ทำได้เหมือนธรรมชาติจนผู้ดูเกิดการเรียนรู้ได้จริง ๆ ยกตัวอย่าง
เช่นการนำเสนอดึงวงจรัชีวิตของดอกกล้วยไม้ เราจะได้เห็นแก้ว
ที่เป่าออกมาเป็นรูปดอกกล้วยไม้เหมือนจริง แต่อยู่ในลักษณะตัด
ขวางให้เห็นองค์ประกอบภายใน การทำแบบจำลองมีประโยชน์คือ
สามารถขยายให้เห็นแม้ส่วนที่เล็กที่สุด โดยลำดับการเสนอย่าง
เป็นขั้นเป็นตอน ตั้งแต่เป็นหน่ออ่อน จนถึงผลิดอก ได้รับการผสม

โดยผึ้ง ซึ่งทำได้เหมือนจริงอีกเช่นกัน เพียงแต่ขยายใหญ่จนเห็นว่า ผึ้งใช้ขาและขนอ่อนตามร่างกายช่วยในการแพร่พันธุ์ของพืชได้อย่างไร

ความอุตสาหะของผู้มีแนวคิดในการนำเสนอเช่นนี้ นำยกย่องชมเชยนัก ทั้งในมิติของความเพียรพยายามที่มุ่งจะถ่ายทอดให้คนรู้จักธรรมชาติอย่างละเอียด ถี่ถ้วนและถ่องแท้ กับทั้งผู้เรียนเองซึ่งในวันที่ไปชมนั้น เราได้พบทั้งกรู๊ปทัวร์และนักศึกษาที่มุ่งมาหาความรู้ บางคนมีแผ่นกระดานสเก็ตซ์ภาพมาลงนั่งวาดรูปด้วย อันเป็นการเสริมความเชื่อในเรื่องธรรมชาติถึงความเป็นอย่างเดียวไม่แปรเปลี่ยน แต่มนุษย์ต่างหากที่พยายามเรียนรู้ สืบค้น และผลสุดท้ายก็คือการพยายามเข้าไปเปลี่ยนแปลงและควบคุมธรรมชาติ เราอยากจะได้ว่าผู้นำเสนอรูปแบบการจำลองธรรมชาติเช่นนี้ คงเพียงอยากให้มนุษย์รู้จักและเข้าใจการใช้อย่างพอประมาณ แต่ไม่ใช่การก้าวเข้าไปจัดการกับธรรมชาติอย่างเบ็ดเสร็จ เช่นสภาพการณ์ที่เกิดในปัจจุบัน

วัดราชธรรม ในแเอการา : ไปที่ไหนก็ใกล้วัด

จากบอสตัน...เราเดินทางด้วยรถเกรย์ฮาวนด์ข้ามไปแคนาดา บนเส้นทางนี้เต็มไปด้วยการเรียนรู้จริงๆ โดยเฉพาะเมื่อได้ใช้บริการรถโดยสารซึ่งคล้ายรถโค้ชบ้านเรา คนขับจะทำหน้าที่ทุกอย่าง ตั้งแต่เก็บตั๋ว เช็คนผู้โดยสาร ซึ่งขึ้น-ลงเปลี่ยนไปไม่ช้าในทุกสถานี นอกจากนั้นพอผู้โดยสารทุกคนขึ้นรถแล้ว คนขับก็จะมีหน้าที่อีกอย่างคือพูดผ่านไมโครโฟน บอกสถานีที่จะไป เวลาที่ใช้ กี่ชั่วโมง จึงจะถึง และเมื่อไปถึงสถานีนั่นแล้วจะจอดกี่นาที ถ้าถึงเวลาเที่ยงพอดีผู้โดยสารจะซื้ออาหารได้ที่ไหนและจะต้องนำกลับขึ้นมา



รับประทานบนรถภายในเวลาเท่าไร? รถคันนี้จะจอดที่ซานซาลา หมายเลขเท่าไร? มีการเปลี่ยนคนขับหรือไม่ รวมทั้งเดือนให้ ผู้โดยสารจดจำหมายเลขรถให้ดีด้วย

คนขับทุกคนจะทำหน้าที่เหล่านี้อย่างเป็นทางการเป็นมาตรฐาน ความเร็วที่ใช้ในการขับก็สมำเสมอ จึงทำให้เวลาในแต่ละสถานีจนถึงจุดหมายเป็นไปอย่างพอดีพอดี แม้ราคาค่าโดยสารจะถูกก็จริง แต่ก็ใช้เวลามากกว่าเครื่องบินหลายเท่าตัว ออกจากบอสตัน ประมาณ ๘ โมงเช้า ถึงแคนาดาประมาณ ๒ ทุ่มกว่า

ที่แคนาดานั้นเราลงรถที่ท่ารถในแอการา เพราะได้นัดหมายว่าจะมีผู้มารับจากวัดราชธรรม ซึ่งก็คือคุณคำกล่อง เป็นคนลาวที่มาอยู่แคนาดานานนับสิบปี พูดภาษาไทยได้ดีพอๆ กับภาษา

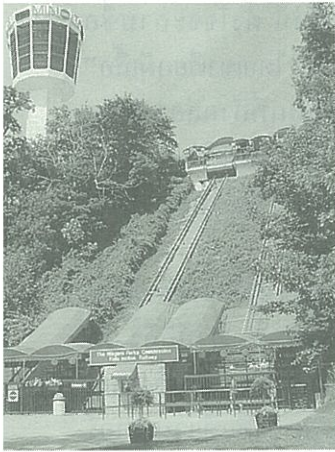
อังกฤษ และเคยบวชเรียนในสายท่านพุทธทาส รัชชนบธรรมเนียม
ตามประสาคนวัดได้พอๆ กับที่ขับรถคล่องแคล่ว แนะนำสถานที่
เที่ยวต่างๆ ในในแอการาได้ชัดเจน อย่างตอนที่พี่เขาบอกอย่างมี
น้ำใจว่าพรุ่งนี้พอดีเป็นวันหยุด เขาจะมาขับรถพาเราไปเที่ยวชม
“แมงกะเบือ” เราก็หุ่หึ่ง วาดภาพว่ามันคงเป็นแมงอะไรสักอย่าง
ที่แปลกประหลาดแตกต่างแบบเมืองไทยไม่มี ตั้งใจจะถามชื่อ
ภาษาอังกฤษกำกับ ก็พอดีที่เขาแปลให้เสร็จว่า “ไทยเขาเรียกผีเสื้อ”
เฮ้...ไม่ประหลาดก็ไม่ประหลาด แต่เดี๋ยวลูกพี่ก็คำคล้องเอาอีก
แล้ว “อู่...ก็มีนะ” (ตอนนี้ฟังไม่ชัด จะถามซ้ำก็กลัวพี่เขาว่า) คราวนี้
ซักรู้แกว่า ไม่ซัก แต่พอไปดูของจริงก็รู้ว่าอู่ที่พูดถึงคือรถไฟฟ้าที่ใช้
สลิงขึงข้ามฝั่งช่วงชมในแอการาฟอลต์นั่นเอง

พวกเราโชคดีตามเคยที่ได้รับการรับรองจากวัดราชธรรมซึ่ง
อยู่ห่างจากน้ำตกในแอการาขนาดเดินประมาณ ๑๐ นาทีก็ถึง วัด
ราชธรรมที่นี่เป็นสาขาที่ ๒ ที่อยู่ในประเทศแคนาดา ซึ่งมีทั้งหมด
๔ สาขา กับอีกที่คือวัดญาณวิริยาราม มี ๒ สาขาคือที่แวนคูเวอร์
กับโตรอนโต ทั้ง ๒ วัดที่รวมกันเป็น ๖ สาขานี้กล่าวได้ว่ามีศูนย์
ใหญ่คือวัดธรรมมงคล ซึ่งมีหลวงพ่อวิริยัง สิริธโร เป็นเจ้าอาวาส
ตั้งอยู่ที่สุขุมวิท ๑๐๑ กรุงเทพฯ และมีชื่อเสียงในฐานะเป็นที่
ประดิษฐานพระพุทธรูปหยกที่ใหญ่ที่สุดในโลก ช่วงที่เราอยู่ที่
ในแอการานั้น ได้ทราบข่าวว่าหลวงพ่อดอนการปฏิบัติธรรมอยู่ที่
เมืองโตรอนโต และจะมาที่นี่ในวันที่ ๑๕ แต่เราจะต้องเดินทาง
กลับในวันที่ ๑๔ จึงเสียดายมากที่จะไม่ได้พบหลวงพ่อ แต่ก็ตั้งใจ
จะไปกราบท่านที่วัดธรรมมงคล หลังจากกลับประเทศไทยแล้ว

วัดราชธรรมสาขา ๒ มีพระจำพรรษาอยู่ ๒ รูป มีท่านอุทาห์
เป็นเจ้าอาวาส กับอีกรูปหนึ่งชื่อท่านวิเศษ ซึ่งเพิ่งไปอยู่ได้ไม่นาน



และกำลังเรียนภาษาอย่าง
ขะมักเขม้น เนื่องจากที่
วัดมีการสอนธรรมะ ให้
กับชาวต่างประเทศโดย
จัดเป็นคอร์ส มีการเดิน



พาหนะนำขึ้นชมน้ำตกในแอการา

จกรม นั่งสมาธิ และ
สวดมนต์ ฝรั่งบางคนที่เป็นลูกศิษย์วัดนี้
กราบพระได้สวยพอๆ กับคนไทย แม้ว่า
จะยังเก็บแข็งเก็บขาได้ไม่แนบเนียน
นัก แต่ก็ทำให้เห็นความวิริยะของชาว
ต่างประเทศซึ่งเป็นผู้สอนกับผู้เรียน
และความอดสาหะของพระไทยที่ท่า
หน้าที่ทำนุบำรุงศาสนาอยู่ที่นั่น

การได้ไปเที่ยวชมในแอการา-
ฟอลด์ นอกจากจะได้สัมผัสความยิ่งใหญ่
สวยงามของธรรมชาติแล้ว สิ่ง

ประทับใจก็คือ การบริหารจัดการให้นักท่องเที่ยวทุกคนสามารถ
ขึ้นชมน้ำตกมหัศจรรย์แห่งนี้ได้ในทุกมิติ ไม่ว่าจะเป็นการขึ้นเรือ
ใหญ่ เรือแต่ละลำบรรจุนักท่องเที่ยวเป็นร้อยคน ขับเข้าไปชม
น้ำตกในระยะใกล้ที่สุดเท่าที่จะทำได้ ผู้ซื้อตั๋วเข้าชมจะได้รับเสื้อ
พลาสติกตัวใหญ่แบบเดียวกับเสื้อป้องกันเปียกฝน สามารถเดิน
ทะลุถ้าไหลออกมาที่ระเบียงและสัมผัสกับน้ำตกขนาดยื่นมือออกไป
จนสุดแขนก็จะได้ฉ่ำเย็นกับละอองน้ำที่โปรยปรายลงมา หรือ
การเข้าถ้ำซึ่งเจาะผ่านหินใต้น้ำตกเข้าไปจนสามารถไปยืนชดริม
รั้วเหล็กที่กั้น เห็นน้ำตกลงมาเป็นม่านสีขาว หรืออยากจะสัมผัส

ความงามของน้ำตกคลอคู่ไปกับธรรมชาติ ต้นไม้และป่าเขาก็สามารถทำได้โดยเดินเลียบนน้ำตกไปบนสะพานไม้ มีราวข้างเป็นเชือก เดินไปโยกเยกไป ให้ความรู้สึกแปลกไปอีกแบบ หรือหากอยากชมน้ำตกในมุมกว้างก็ยังสามารถเลือกได้แบบตามกำลังทรัพย์ จะขี่จักรยาน จะเดิน จะนั่งรถ จะขึ้นรถกระเช้าไฟฟ้า หรือจะขึ้นเฮลิคอปเตอร์ ทั้งหมดนี้มีไว้บริการทั้งสิ้น แต่ที่จะละเว้นไม่กล่าวถึงไม่ได้เลยก็คือ การได้นั่งรับประทานอาหารในห้องอาหารที่มีกระจกใสกั้นโดยรอบ มองไปมุมไหนก็เห็นน้ำตกอยู่แค่เอื้อม

การจัดการให้ผู้คนเข้าถึงธรรมชาติอันงดงามอย่างหลากหลายมิตินี้ รัฐบาลของแคนาดาทำได้ดี และน่าชื่นชม สิ่งที่น่าสนใจก็คือการรักษาความสะอาด เพราะนักท่องเที่ยวนั้นมีมากมายและต่างชาติ ต่างวัฒนธรรม แต่น่าแปลกใจที่บริเวณรายรอบน้ำตกดูสะอาดสะอ้าน สวนไม้ดอกไม้ประดับการดูแลรักษาอย่างดี คนเก็บขยะที่ถือไม้ปลายแหลมกับถุงเดินก้มๆ เงยๆ สวนกับเราในตอนเช้าตรู่ นานๆ จึงจะเจอกันบุหรี่ยี่ห้อขยะสักชิ้นหนึ่ง

ไม่เพียงแต่จะใช้ประโยชน์จากการชมน้ำตกได้อย่างคุ้มค่า หากแต่สถานที่ต่างๆ ซึ่งจัดอย่างลงตัวรายรอบบริเวณน้ำตกก็คุ้มค่าที่ได้เห็น ไม่ว่าจะเป็นฟาร์มผีเสื้อ สวนสมุนไพร กรีนเฮาส์ และสวนอีกหลายแห่งที่แสดงถึงประวัติศาสตร์และเอกลักษณ์ที่แตกต่าง มีสิ่งเดียวที่เหมือนกันคือความงดงามของพรรณไม้ดอกนานาชนิดที่ปลูกไว้ให้ชมอย่างสวยงามตระการตา มองไปทางไหนก็มีแต่ความสดชื่นรื่นรมย์ใจ

ข้อสังเกตอีกอย่างของการไปเที่ยวชมในแควาราฟอลส์ครั้งนี้ได้พบว่า หากได้มีการจัดการเข้าถึงและใช้ประโยชน์อย่างที่ไม่ทำให้ธรรมชาติบอบช้ำแล้ว ธรรมชาตินั้นจะเป็นทรัพยากร

ของโลกที่ดำรงอยู่และให้ประโยชน์ต่อมนุษย์ในทิศทางที่ควรจะเป็น ซึ่งคุณค่าหนึ่งที่ทำให้คือมิติทางจิตใจ การได้เข้าไปชมภาพยนตร์ที่เสนอประวัติของในแอการาตั้งแต่เป็นนิยายปรัมปราของชาวอินเดียแดง สาวน้อยผู้กล้าหาญที่จะหนีออกจากเผ่ามาค้นหาความเสรี ชาวตะวันตกคนแล้วคนเล่าที่หาญกล้าทำทนายกับความรุนแรงของสายน้ำตก ไม่ว่าจะเป็นการโต้เชือกข้าม การเก็บตัวลงในถังเบียร์แล้วปล่อยให้ไหลลงมากับน้ำตก ผู้ชมต่างตั้งตาคอยดูว่าเมื่อถึงปลายสายของความแรงนั้น เปิดถังเบียร์ออกมา คนจะยังอยู่รอดไหม...ซึ่งเมื่อประวัติศาสตร์เหล่านี้ถูกบันทึกไว้อย่างเป็นระบบด้วยเทคโนโลยีก้าวหน้าก็เป็นสิ่งเสริมให้เกิดคุณค่าแก่ธรรมชาตินั้นมากยิ่งขึ้น

ในแอการาฟอลด์บอกให้เรารู้ถึงคุณค่าของการใช้ปัญญาในการจัดการกับธรรมชาติ เปรียบเทียบให้เห็นถึงความแตกต่างกับการใช้อำนาจที่จะบอกว่าธรรมชาตินั้นควรเป็นของใคร และได้รู้ว่าหากใช้ปัญญาแล้ว ความสงบสันติสุขจะหล่อเลี้ยงโลก หล่อเลี้ยงใจคนได้อย่างไรด้วย



คุณยายกับหลานไทย ...ที่หัวใจไม่เป็นฝรั่ง

ตอนอยู่บอสตัน พี่เด็ยม
จับรถออกนอกเมืองพาไป
รับประทานอาหารกลางวันที่

Longfellows Wayside Inn ความพิเศษที่ทำให้ประทับใจมี
๒ เรื่องคือภายในบริเวณใกล้กับที่นี่มีโรงเรียนชื่อ **The Redstone
School** ก่อสร้างในปี ๑๙๕๘ ปัจจุบันไม่มีนักเรียนแล้ว แต่ยังรักษา

อาคารไว้อ้อยในสภาพเดิม เพื่อเป็นที่ระลึกถึงเด็กหญิงคนหนึ่ง
ที่มาโรงเรียนพร้อมกับกะน้อยของเธอ ซึ่งถ้าใครยังจำเพลง
Mary and her little lamp ได้ก็ต้องตื่นตื่น เผลอๆ ตอนเห็น
อาคารสีแดงหลังกะทัดรัดนั้นอาจแถมข้มเพลง *หนูมาลีมีลูกแมว
เหมียว* แบบเวอร์ชันภาษาไทยออกมาบ้างก็ได้

ความประทับใจอีกเรื่องก็คือที่ห้องอาหารนี้ คนมากินส่วนใหญ่จะเป็นคนสูงอายุ คนทำงานก็อยู่ในวัยเดียวกัน ไม่ว่าจะเป็นเจ้าหน้าที่ต้อนรับ คนเสิร์ฟ เรียกว่าเป็นเอกลักษณ์ของที่นี่ก็ว่าได้ แต่สิ่งที่ดีคือการได้เห็นคนแก่เหล่านี้มีความสุขในงานที่ทำ สีหน้าทุกคนบ่งบอกถึงความสุขขณะได้เสิร์ฟอาหารให้ลูกค้าอย่างเป็นระเบียบแบบแผน และการแสดงความชื่นชม เป็นแรงใจและเรียกรอยยิ้มจากผู้สูงอายุเหล่านี้

รอยยิ้มนั้นบ่งบอกถึงความภาคภูมิใจในความสำคัญของตัวเอง การที่ยังสามารถทำงานหาเงินมาเลี้ยงตัวเองได้ ก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า การย้ำความจริงนี้ก็คือการที่เราได้ไปพบกับคุณยายคนไทยคนเก่งอีกคนหนึ่งที่เคยแคนาดา

คุณยายเป็นชาวจังหวัดตรัง เป็นคุณแม่วงของพี่เล็กหรือปิยรัตน์ **Vankoeverden** ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทของพี่แดง (เดือนใจ ดีเทศน์) อีกคนหนึ่ง สามีมของพี่ปิยรัตน์เป็นชาวแคนาดาและเป็นเจ้าของสวนแอปเปิ้ลนานาชนิด ตอนที่เราไปถึงนั้นสามีมของพี่เล็กไปต่างประเทศจึงไม่ได้พบกัน

คุณยายซึ่งทำอาหารมาถวายพระที่วัดราชธรรมและรับเราไปที่บ้านเล่าให้ฟังในระหว่างทางว่าเมื่อไปถึงจะได้เห็นและได้กินอะไรบ้าง อันดับแรกที่คุณยายจะเอามาเลี้ยงเราก็คือพายผลไม้ มีพายแอปเปิ้ลเป็นพระเอก ตามด้วยพายราสเบอร์รี่และพายอื่นๆ



แล้วคุณยายก็ยิ่งทำให้เราตื่นเต้นด้วยการเล่าถึงประวัติ

ของพายแอปเปิ้ลสูตรคุณยายซึ่งเรียกเงินฝรั่งได้นับพันเหรียญ โดยเริ่มแรกนั้นมีชาวเม็กซิกันมาปลูกข้างเก็บแอปเปิ้ลในสวนของลูกสาว คุณยายตอนนั้นจากเมืองไทยไปช่วยเหลืองานไปเพราะสงสารลูกมากกว่าจะ

อยากอยู่อย่างเป็นเรื่องเป็นราว แต่เหงาๆ ก็เลยทำขนมกินเอง ก็มีข้าวเหนียวสังขยาอย่างหนึ่ง ทำแล้วเอาไปเพื่อแผ้วให้คนงานกินเกิดคิดใจ... วันรุ่งขึ้นเลยทำพายแอปเปิ้ลมาให้คุณยายบ้าง คุณยายสนใจก็ขอให้ทำให้ดู แล้วคุณยายก็จำไว้ (ขออย่า... คุณยายบอกว่าจำอย่างเดียว ไม่ต้องจด) จากนั้นคุณยายก็พัฒนาพายแอปเปิ้ลสูตรแปลกเปลี่ยนนั้นมาเรื่อย วิธีทดสอบว่าขายได้หรือยังคือ ทำแล้วให้ลูกเขยชิมลูกเขยว่าได้แล้ว อร่อยแล้วก็ยังไม่แน่ใจ...ให้เพื่อนฝรั่งครูของหลาน เพื่อนบ้าน เพื่อนลูกชิม...พอทุกคนชมเป็นเสียงเดียวกันพร้อมกับทดสอบตอนคริสต์มาสอีกรอบ เท่านั้นพายแอปเปิ้ลเวอร์ชันฝีมือคุณยายก็ติดตลาด ปีหนึ่งๆ คุณยายบอกว่าได้เงินกลับไปทำบุญที่วัดในเมืองไทยอยู่

รายได้จากการขายพายแอปเปิ้ลเป็นเรื่องหลัก นี้ยังไม่นับรายได้จากการทำปลาร้า...ฮือ...เรื่องนี้ก็มีที่มา คือแถวบ้านคุณยายเป็นตำรา มีปลาชุกชุม หลานชายและหลานสาวทั้ง ๓ คนของคุณยายก็ขยันตกปลาตามประสาเด็ก ตกขึ้นมามากๆ คุณยายไม่รู้จะทำอะไรก็เลยเอามาทำปลาร้า ลูกค้าคือคนลาวที่มาทำงานในสวน

แอปเปิ้ล แล้วดูเหมือนว่าอะไรที่ผ่านมือคุณยายก็จะขายดีไปหมด
ปลูกโหระพาต้นหนึ่งก็งามสะพรั่ง เต็ดยอดไปขายได้กำละสอง
เหรียญ...ไม่แพงหรอก...ผักคุณยายทั้งสดทั้งกรอบ...คุณยายเด็ดมา
ให้กินคู่กับแกงไตปลาแสนอร่อยชนิดถ้าคุณยายจะขายก็หลาย
เหรียญอยู่



ความเก่งของคุณยาย
ถือเป็นพลังใจให้กับลูกหลาน
ซึ่งช่วงหลังนี้มีน้องสาวและ
เพื่อนน้องไปอยู่ด้วย ในบ้าน
จึงอบอุ่นขึ้น มีเด็กรุ่นเล็กและ
โต ๕ คน พอลเซนต์ ๑๘ ปี

กำลังจะเข้ามหาวิทยาลัยปีหน้า แอนมาลิน้องสาวอายุ ๑๓ ปีซึ่ง
ไล่เดียวกับทราย และเจนจิรา ๘ ปีเท่าๆ กับแซม น้องชายของทราย
ในคืนวันแรกที่ไปถึง มีคนลาวเกือบ ๒๐ คนมาชุมนุมกันที่
สนามหน้าบ้าน ต่างล้อมวงสนทนาและซักถามธรรมะพร้อมกัน
บอกว่าไม่เคยมีแม่ชีมาที่นี่เลย คืนต่อมาวงของเราเล็กลงกว่าเดิม
คราวนี้ประกอบด้วยแม่ชีคันสนีย์และเด็กๆ เท่านั้น

จากการคุยกัน เราได้รับรู้ว่าความรักที่เด็ก ๆ มีต่อคุณยาย
นั้นมากมายนัก เจนจิรา ลูกสาวคนเล็กของพี่ปิยรัตน์ รักคุณยาย
ที่ทำขนมอร่อย ๆ ให้กิน และสอนให้ขายของ (คุณยายพาเจนจิรา
ไปช่วยพุดกับฝรั่ง ช่วยนับเงิน ทอนเงิน เวลาไปตั้งโต๊ะขายพาย
แอปเปิ้ลที่ริมถนนใหญ่) พอลเซนต์รักคุณยายที่คอยสอนคอย
บอกเมื่อเขาทำไม่ถูก แซมรักคุณยายเพราะทำให้แม่ของเขาเกิดมา
ในงานเลี้ยงคืนนั้น เด็กทุกคนได้รับการครุฑไปหน้าผู้หญิง
สวยฝีมืออาจารย์จักรพันธ์ุ คนละ ๑ ใบซึ่งสามารถเขียนความ

รู้สึกที่มีและจะนำไปมอบให้คุณยายในวันรุ่งขึ้น เด็กๆ ตามถึงเพื่อน
ในวัยเดียวกับเขาที่เมืองไทย และเมื่อได้รับรู้ว่ามิเพื่อนบางคนที่ไม่
มีความสุข ไม่มีบ้านจะอยู่ ไม่มีพ่อแม่ ตลอดจนได้รู้ด้วยว่าที่
เสถียรธรรมมีโครงการอะไรบ้างที่ช่วยเหลือเด็กเหล่านั้น แอนมาลี
รับปากว่าก่อนจะเข้ามหาวิทยาลัยจะมาเยี่ยมเสถียรธรรมสถาน
และอาจมาเป็นอาสาสมัคร ถ้าที่นี่ต้องการเธอ ก่อนนอนคืนนั้น
แอนมาลี...เด็กสาวท่าทางเชื่อมั่น มีน้ำใจกว้างขวางได้เอาเงินที่ได้
จากน้ำพักน้ำแรงในการทำงานช่วงปิดเทอมใส่ซองมากราบแม่ชี
คันสนีย์ บอกว่าเธอฝากเงินนี้ไปช่วยเด็กเหล่านั้น

Go...เชอรี...Go

เราเดินทางไกลจนเกือบลืมเชอรีไปแล้ว แต่จากแคนาดา
ต้องย้อนกลับที่แอลเออีกครั้งเพราะสัญญา กับเชอรีว่าจะกลับมา
หาเธอ

พีวีระ จัดแจงกับป้าฉลุย ศรีชุ่มมารับที่สนามบิน ก่อนจะ
พาไปที่วัดพุทธปัญญา แม่ชีคันสนีย์ขอแวะเยี่ยมเชอรีเพื่อจะได้รับ
ไปด้วยกัน แต่เมื่อไปถึงก็รู้ว่า การรับเชอรีออกมาอาจเป็นเรื่อง
ลำบาก เนื่องจากกระหว่างที่พวกเราอยู่ในบอสตันและแคนาดานั้น
เกิดปัญหาบางอย่างขึ้นกับเชอรีเงินต้องออกจากวัด และพี่สาวแท้ๆ
อายุห่างจากเชอรี ๔ ปี เป็นคนเดียวที่สามารถเอาเชอรีกลับมาเข้า
วัดได้อีกครั้ง แต่คราวนี้การออกไปไหนมาไหนสำหรับเชอรีก็เป็น
เรื่องค่อนข้างลำบาก ดังนั้นในการไปพบปะชุมชนไทยที่วัดพุทธ
ปัญญาที่ห่างจากตัวเมืองแอลเอโดยใช้เวลาขับรถเป็นชั่วโมง จึงไม่มี
เชอรีไปด้วยอย่างที่ตั้งใจไว้ และแนวโน้มที่เคยบอกว่าอยากจะไป
จำพรรษาที่วัดในเมืองไทยก็มีท่าทางว่าจะเป็นไปได้ยาก

เมื่อไปถึงนั้น...แดดหมดฟ้าแล้ว แต่ทุกคนยังรออยู่ มีบ้าง
คนสองคนที่กลับไปก่อนเพราะติดธุระ แต่ก็ มีบางคนที่เคยเจอแม่ชี
คันสนีย์เมื่อคราวแรกที่มาวัดไทยที่แอลเอ และทราบว่าจะมาที่วัดนี้
ก็ตามมาดักรอ การสนทนาคืนนั้นแม่ชีเล่าเรื่องการประชุมเรื่อง
สันติภาพเป็นหลัก กับเรื่องราวระหว่างการเดินทาง วงสนทนา
ออกรสเพราะท่านก๊กไ่ก่ หรือพระถนอม เนกขัมมโรดกับญาติ
โยมที่สนใจเรื่องธรรมะจริงจัง อย่างตอนที่คุณหมอกคนหนึ่งถาม
เรื่องปฏิจางสมุปบาท ข้อสงสัยทำให้คำถามแตกขยาย ยิ่งมีนักศึกษา
ที่มาเรียนต่อปริญญาเอกที่มหาวิทยาลัยในแถบนั้นมาฟังและร่วม
วงซักถามด้วย การสนทนาธรรมก็ออกรสมากขึ้น

คืนนั้นพีวีระจัดที่นอนให้ที่บ้านน้องสาว ซึ่งเป็นบ้านชั้นเดียว
ที่น่ารักและอบอุ่นมาก ป้าฉลุยตามมาอยู่เป็นเพื่อนด้วย น้ำใจไมตรี
ของพีวีระและป้าฉลุยทำให้การพักผ่อนคืนนั้นสมกับเป็นคืน
พักผ่อนจริงๆ

รุ่งเช้า...เราเจอหน้าพีวีระซึ่งแอบขับรถออกไปตอนไหนไม่รู้
กลับมาที่กำลังทอดใจดาว หมูแฮม ไส้กรอกอยู่ในครัว ทำทาง
ทะมัดทะแมงสมกับที่อยู่เมืองนอกมานานนับสิบ ๆ ปี อพยพย้าย
ไปอยู่หลายรัฐ แต่สุดท้ายต้องกลับมาแอลเอ ป้าฉลุยเองก็รักที่นี่
จนไม่ย้ายไปไหนเหมือนกัน แต่ก็นับว่าคืออย่างขี้ โดยเฉพาะคุณลุง
ไชยะ สามีของป้าฉลุยซึ่งรับปากว่าจะช่วยสร้างโบสถ์ให้วัดพุทธ-
ปัญญา การรับปากนี้ทำให้ทุกคนดีใจ และเชื่อว่าอีกไม่นานเราก็จะ
ได้เห็นโบสถ์สวย ๆ ที่วัดนี้

บ้านที่เราอาศัยนอนมีสมาชิกอยู่ ๓ คนคือน้องสาว น้องเขย
และหลานชายตัวโตของพีวีระชื่อเจฟ มีชื่อไทยว่าจักรกริช วงศ์-
เจริญ ซึ่งแม้จะมีพ่อแม่เป็นไทยแท้ แต่สภาพแวดล้อมก็ทำให้เจฟ



เหมือนเด็กวัยรุ่นฝรั่งแบบหล่อเข้มๆ แต่การฟังภาษาไทยของเจฟก็อยู่ในระดับดี เช้าวันนั้นหลังจากฟังแม่ชีคันสนีย์เล่าถึงงานที่ทำอยู่ โดยเฉพาะการทำงานกับ

ผู้หญิงในบ้านสายสัมพันธ์ เจฟก็ให้ข้อคิดกับเราด้วยภาษาอังกฤษ ซึ่งถนัดมากกว่าและสามารถสื่อถึงความรู้สึกได้ดีกว่าภาษาไทย

“แม้ผมจะไม่เคยได้คุยกับผู้หญิงที่ถูกกระทำทารุณกรรม แต่ถ้าจะให้บอกอะไรกับพวกเธอสักอย่าง ผมจะบอกว่า เรื่องที่ผ่านมาแล้วปล่อยให้มันผ่านไป ก้าวต่อไปที่สำคัญคือเส้นทางชีวิตที่เธอจะต้องเดินไปให้ดี ไม่ต้องหันไปมองข้างหลัง แต่ต้องเดินไปข้างหน้า...”

คำตอบของเจฟทำให้ใจเรารุ่นขึ้น พี่วีระเดินมาอมยิ้มอยู่ข้างๆ แลมโอบบ่าหลานชายไว้ด้วยความภูมิใจ ท่าทางเป็นคนช่างคิดของเจฟบอกว่าคงจะได้นิสัยใจคอมาจากลุงมากทีเดียว

บ่ายวันนั้นเรากำหนดจะต้องขึ้นเครื่องบินกลับเมืองไทย แต่แม้มีเวลาอีกน้อยนิด พี่วีระและป้าฉลุยก็ยังเป็นกัลยาณมิตรตามติดเราไปเป็นรอบสุดท้ายกลับไปหาเซอรีอีกครั้งหนึ่ง การหนีออกจากวัดของเซอรีครั้งที่แล้วบ่งบอกว่าจิตใจของเธอเริ่มสับสน ซึ่งต่างจากเมื่อคราวที่พบกันครั้งแรก ตอนนั้นเซอรียังเต็มไปด้วยความหวังและกำลังใจ แต่ทำไมตอนนี้ไฟนั้นจึงดับลง...

หลวงพ่ที่วัดเมตตาให้เราได้พบเซอรี และอนุญาตให้มาส่งแม่ชีคันสนีย์ที่สนามบินได้ด้วย ตาของเซอรีกลับเป็นประกายขึ้น

มาอีกครั้ง ตลอดทางจากวัดมาจนถึงสนามบิน เธอรับฟังคำสอนของแม่ชีคันสนีย์อย่างตั้งใจ และในทางกลับกันแม่ชีก็อดสะทอนใจไม่ได้เมื่อรับฟังปัญหาที่ทำให้เชอร์สับสน

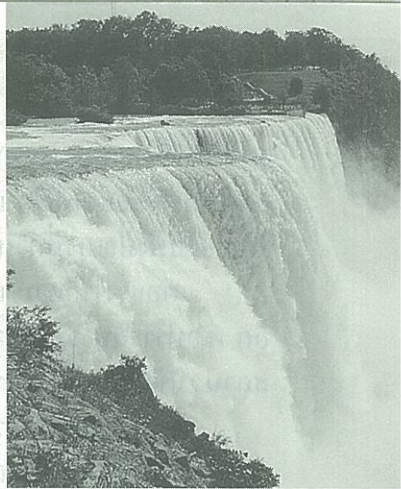
แต่อย่างไรก็ตาม เชอร์สัญญาว่าเธอจะไม่ทำให้ใครเป็นทุกข์อีก เธอปรารถนาจะได้มาเมืองไทย มาเป็นแม่ชีน้อยที่เสถียรธรรมสถาน...มีข้อแม้อย่างเดียวว่า...ถ้าพ่ออนุญาต

ที่สนามบิน พี่อู๋ (วรรณวรางค์ มัลลิกะมาลย์) มารออยู่แล้ว ซึ่งได้เจอกันที่วัดพุทธปัญญาเมื่อคืน พี่อู๋เป็นอีกคนหนึ่งที่มีหัวใจเดียวกับพี่วีระและป้าฉลวย คือเป็นคนวัดและชอบช่วยเหลือเอื้อเฟื้อผู้อื่น ดังนั้นพี่อู๋ซึ่งรู้เรื่องและลุ่มเชอร์มาตั้งแต่ต้น จึงถึงกับร้องเฮ...เมื่อรู้ว่าเชอร์จะได้มาเป็นแม่ชีน้อยที่เมืองไทย พี่อู๋กำหมัดแล้วชูขึ้นพร้อมกับบอกว่า “โก...เชอร์...โก ไปเลย...เชอร์...ไปบวชที่เมืองไทยเลย”

ทุกคนหัวเราะ เชอร์เองก็หัวเราะ...ดวงตาเป็นประกายสดใส พี่วีระและป้าฉลวยรู้สึกจิตใจที่จะได้ส่งให้เชอร์ไปถึงฝั่ง คนอื่นๆ ที่รายล้อมอยู่ต่างก็ได้ขำคึกกับเรื่องของเชอร์ และรู้สึกว้าว...บางที เรื่องนี้อาจจะจบลงด้วยดี



เราับรู้อยู่เสมอว่า...ความไม่แน่นอนนั้นเป็นอนิจจัง การเดินทางครั้งนี้เป็นสิ่งที่ไม่คาดคิดมาก่อน การได้พบปะผู้คนตลอดเส้นการเดินทางก็เป็นสิ่งที่ไม่คาดหมาย แต่เมื่อได้พบ ได้พูดคุยและได้เรียนรู้ถึงวิถีชีวิตของผู้คนเหล่านี้แล้ว หัวใจของคนเดินทาง



จากอเมริกาจนถึงแคนาดา



ชุ่มชื้นขึ้นด้วยการรับรู้
ว่าในโลกกว้างใหญ่
ไพศาลนี้ยังมีกัลยาณ-
มิตรรออยู่อีกมากมาย
ความกว้างขวางของ
แผ่นดินไม่มีอาณาเขต

แม้แต่เส้นทวีปที่ข้ามไปก็ยังเป็นเส้นสมมุติ

การเดินทางครั้งนี้จึงเป็นอีกบทพิสูจน์ว่า เมื่อใดที่หัวใจ
พร้อม โอกาสเหมาะสม เมื่อนั้น... เราจะได้พบสิ่งดี ๆ ในเส้นทาง
เสมอ และสิ่งดี ๆ นั้นเองที่จะสร้างสันติให้เกิดขึ้นได้ในใจของ
ผู้เดินทาง 🌸

ขอขอบคุณบริษัทการบินไทย จำกัด ที่อนุเคราะห์บัตรโดยสารใน
การเดินทางครั้งนี้

สืบสานสันติภาพโลก

สืบเนื่องมาจากการประชุมสุดยอดสันติภาพโลกแห่งสหัฐวรรษของผู้นำทางศาสนาและผู้นำทางจิตวิญญาณ (Millenium World Peace Summit of Religious and Spiritual Leaders) ซึ่งแม่ชีคันทน์เสถียรสุด เป็นหนึ่งในคณะเดินทางที่ได้รับเชิญจากองค์การสหประชาชาติ ให้เข้าร่วมประชุมระหว่างวันที่ ๒๗-๓๑ สิงหาคม ๒๕๔๓ ที่กรุงนิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา ท่านแม่ชีได้เพื่อนทางธรรมมากมายหลายท่านที่ต่างก็ทำงานของตนอย่างเข้มแข็งและซื่อตรง รวมถึงคุณบาวา เจน และคุณดีน่า มีเรียม เลขานุการและรองประธานจัดงานประชุม ซึ่งเดินทางมาเมืองไทย เพื่อนำสาส์น จากเลขานุการสหประชาชาติ มาในงาน Buddhist Summit ณ พุทธมณฑล เมื่อ ๕-๑๑ พฤศจิกายนที่ผ่านมา

ทั้ง ๒ ท่านจึงได้ถือโอกาสนี้แวะมาเยี่ยมเสถียรธรรมสถาน ในฐานะมิตร มาลัยพวงน้อยเป็นเสมือนคำกล่าวต้อนรับจากชุมชน แต่ก็ไม่มีดอกไม้ใดจะน่ารักเท่ากับสีหน้าของเด็ก ๆ เมื่อเห็น



อาคันตุกะจากแดนไกล แวะมาเยี่ยมชมงานสร้างโลกโดยผ่านเด็ก
เด็ก ๆ จึงตั้งใจนักหนาขยำเปล่งเสียงสดใสร้องเพลง *Spot of Right*
ซึ่งคุณยายใจดี อ.เดือนใจ ศรีมารุต กรุณามาช่วยฝึกซ้อมให้
สร้างความประทับใจให้ผู้มาเยือนได้อิ่มน้อยิ้มใหญ่ กับความไว้
เคียงสาของเด็ก ๆ

ก่อนเข้าสู่การสนทนาพิเศษ เสถียรธรรมสถานก็ได้มีโอกาส
นำถ้วยเดี่ยวเห็ดคุนอันลือลั่น รวมทั้งมันทอด เต้าหู้ทอด ขึ้นโต๊ะ
รับแขกอีกครั้ง เรียกเสียงชื่นชม “good taste” ได้เป็นระยะ
หลังอาหาร การสนทนาพิเศษซึ่งตั้งวงขึ้นที่เรือนไทย...ปลายสวน
ธรรม อาคันตุกะจึงได้อิ่มตาอิมใจกับ ‘เส้นทางแห่งสติ’ ที่งดงาม
คำอุทาน “Oh! beautiful” จึงดังขึ้นตลอดเวลาที่เดินสู่เรือนไทย

ที่เรือนไทย นอกจากแม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด คุณบาวา เจน
คุณดีน่า มีเรียม คุณมิลลิเชินต์ อี ไวต์ ก็ยังมีอาจารย์สิริวรรณ
จุฬารกรณ์ ทำหน้าที่ล่ามของเรา คุณสุรภี ชูตระกูล NGO คนเก่ง

คุณจรรยา พุดยาภรณ์ ซึ่งกำลังทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก เรื่องบทบาทของแม่ชีพุทธศาสนาเถรวาท ในการช่วยเหลือผู้คนที่ ทางด้านจิตใจ ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา คุณเดือนใจ ดีเทศน์ พี่เจียบ นัฏรวรรณ คุณเอ็ม ประชาสัมพันธ์คนเก่ง น้องแถม นักข่าวจาก เอ็กไซต์ไทยโพสต์ และคณะแม่ชีของเสถียรธรรมสถาน บรรยายกาศ การสนทนาและสัมภาษณ์ เป็นไปอย่างเป็นกันเอง จึงขอเก็บเล็ก ผสมน้อยมาฝากคนอ่านให้ได้รับสาระความรู้ที่นั้บ้าง ทั้งนี้ต้องยก ความดีความชอบให้อาจารย์สิริวรรณ ล่ามคนเก่ง เพราะถ้าอาจารย์ ไม่กรุณาเป็นล่ามให้ คนเขียนฟังยังงี้ก็คงจะแปลไม่ออกอยู่นั่นเอง

นักข่าว : ทำไมถึงคิดมาเยี่ยมชมชุมชนเสถียรธรรมสถานล่ะคะ

บาวา เจน : ผมมีโอกาสเดินทางไปสถานที่ศักดิ์สิทธิ์หลาย แห่งในโลกนี้เพราะต้องการพบปะผู้คนที่ทำงานเกี่ยวข้องกับสังคม เมื่อเดือนสิงหาคมผมได้มีโอกาสพบกับแม่ชีศันสนีย์ ในการ ประชุมสหประชาชาติที่นิวยอร์ก เห็นแม่ชีแล้วรู้สึกประทับใจ เลย คิดว่าควรจะมารู้จักแม่ชีให้มากขึ้น โดยการมาที่เสถียรธรรมสถาน เมื่อได้มาเห็นงานของแม่ชีก็นึกถึงรู้สึกประทับใจ อยากให้มีชุมชน ลักษณะนี้มาก ๆ ทั้งในเมืองไทยและในโลก

การเดินทางมาเมืองไทยครั้งนี้ก็เพื่อร่วมงานประชุม Buddhist Summit เราเห็นว่าคำสอนของพระพุทธเจ้ามีลักษณะ พิเศษ สามารถช่วยลดความรุนแรงในโลกได้ เมื่อมีโอกาสมา เสถียรธรรมสถาน ก็ได้เห็นว่าที่นี่คือทางเลือกใหม่ของคน กรุงเทพฯ ไม่เคยคิดว่ากรุงเทพฯ จะมีสถานที่ลักษณะอย่างนี้

เหมือนอยู่ในโลกแห่งความฝัน

เสถียรธรรมสถาน เปรียบเสมือนครอบครัวใหญ่ครอบครัวหนึ่งซึ่งแม่เป็นผู้ให้ความหวังแก่คนที่สิ้นหวัง ใครหมดหวังเมื่อเข้ามาที่นี่ก็จะได้พบกับความหวังนั้น เป็นเหมือนแสงสว่างที่ส่องเข้ามาในห้องมืด คนที่อยู่ในที่มืดเมื่อได้รับแสงสว่างก็จะเห็นคุณค่าของแสงนั้น

ดิน่า มีเรียม : ต้องบอกว่าในโลกของเรามีผู้นำทางจิตวิญญาณที่เป็นผู้หญิงไม่มากนัก และการมีผู้หญิงเข้ามาร่วมสร้างสันติภาพให้โลกก็ยิ่งน้อย ดิฉันคิดว่าเราควรให้โอกาสกับผู้หญิงมากขึ้น และในกลุ่มทำงานของเรา ก็พูดคุยอยู่เสมอว่า ต้องเปิดโอกาสให้ผู้หญิงเข้ามามีส่วนร่วมสร้างสันติภาพของโลก

แท้จริงแล้วผู้หญิงก็มีมุมมองในการสร้างสันติภาพได้ เราควรให้ผู้หญิงเข้ามาจับบทบาท ให้ผู้หญิงด้วยกันสร้างเครือข่ายขึ้นมาในโลกเพื่อช่วยกันทำงาน จุดไหนในโลกที่มีความตึงเครียดหรือมีความรุนแรง ควรให้ผู้หญิงได้เข้าไปบำบัดหรือคลี่คลายความรุนแรงนั้น นี่เป็นสิ่งที่อยากให้เกิดขึ้นในโลก

นักข่าว : ผู้หญิงจะเข้าไปทำงานตรงนี้ได้อย่างไรคะ

ดิน่า มีเรียม : เวลาที่ดิฉันได้เข้าไปในจุดที่อยู่ในภาวะสงครามหลายแห่งในโลก สิ่งหนึ่งที่เห็นคือ ผู้หญิงและเด็กตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงและการทำลายล้าง ฉะนั้นสิ่งที่เราจะทำได้เป็นรูปธรรมคือเปิดโอกาสให้ผู้หญิงเหล่านั้นออกมาคัดค้านสงครามหรือความรุนแรง ซึ่ให้โลกเห็นว่าพวกเขาต้องทนทุกข์อย่างไรบ้าง



ทำอย่างไรผู้หญิงจึงจะเข้าไปมีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบายหรือขั้นตอนในการเจรจา เช่น ในประเทศมองโกเลียเกิดสงคราม และมีภาวะตึงเครียด เราก็พยายามผลักดันให้ผู้หญิงเข้าไปอยู่ในส่วนของคณะกรรมการในการเจรจาเพื่อยุติสงคราม และเรายังคิดว่าควรเปิดโอกาสและผลักดันให้ผู้หญิงที่ทำงานด้านจิต-วิญญาณได้เข้าไปมีบทบาทในการกำหนดนโยบายของโลกด้วย วิธีนี้จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทิศทางของโลกได้

นักข่าว : ผู้หญิงที่ทำงานทางจิตวิญญาณมีมากมายแค่ไหนทั่วโลก

ดีน่า มีเรียม : เท่าที่เรามองเห็นจากการประชุมที่นิวยอร์ก มีประมาณ ๑๐๐ คน จาก ๘ ศาสนานะคะ เช่น ศาสนายิว อิสลาม คริสต์ พุทธ ฮินดู ฯลฯ นักบวชหญิงที่ทำงานด้านจิตวิญญาณ ไม่มีสมณศักดิ์สูง ไม่มีบทบาทในศาสนาเลย

บาวา เจน : อันที่จริงแล้ว นักบวชหญิงที่ทำงานกับความยากจนเพื่อแก้ไขปัญหาคือความยากจนมีมากในโลก แต่ไม่มีใครรู้ส่วนใหญ่คนจะรู้จักเพียงแมซีเทเรซา ผมเชื่อว่าจะต้องมีผู้อุทิศตนเช่นนี้อีกในประเทศต่าง ๆ ทีมงานของเราจะต้องออกไปค้นหาและเชิญชวนเหล่านั้นให้สังคมได้รับรู้ และให้สังคมเห็นว่าท่านทำงานจริงจังก้อย่างไร

ทิศทางการทำงานของสหประชาชาติในปัจจุบัน คือ พยายามผลักดันให้เกิดความสมดุลระหว่างเพศมากขึ้น เรบอกว่า เพศหญิงมี ๕๐ เปอร์เซ็นต์ของประชากรโลก แต่ผู้ที่เข้ามาร่วมผลักดันนโยบายของโลกมีน้อยมากที่เป็นผู้หญิง มีเพียง ๒๕ เปอร์เซ็นต์ อีก ๒๕ เปอร์เซ็นต์เป็นหน้าที่ของเราที่ต้องผลักดัน

อันที่จริงเคยมีคำพูดของผู้ชายว่า อัยารอให้ผู้ชายมาเปิดโอกาสให้ผู้หญิงเลย ผู้หญิงจะต้องสร้างบทบาท จะต้องทำให้คนได้เห็นว่ามีส่วนผลักดันสังคมเหมือนกัน แล้วถ้าผู้หญิงมารวมกลุ่มกัน รู้จักคิดสร้างสันติภาพให้กับโลก หรือทำสิ่งที่ดีงามให้โลก ผู้ชายก็รับรู้เองแหละ”

นักข่าว : เพราะอย่างนี้ทางสหประชาชาติจึงต้องเดินทางไปทั่วโลกเพื่อเสาะหานักบวชหญิงที่เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณหรือคะ

ดิน่า มิเรียม : ใช่ค่ะ สิ่งที่เราทำอยู่ ต้องการผลักดันให้คณะกรรมการที่ส่งผู้แทนออกไปประชุมที่ไหนก็ตาม ไม่ควรมีแต่ผู้ชาย ควรให้โอกาสผู้หญิงเข้ามามีส่วนร่วมในการประชุมด้วย

บาวา เจน : อันที่จริงความตื่นตัวของนักบวชผู้หญิงขณะ

นี้มีมากขึ้น ผมในฐานะที่เป็นผู้ชาย ก็เชื่อมั่นว่าสักวันหนึ่ง สหประชาชาติจะต้องมีการประชุมทางด้านจิตวิญญาณของนักบวชหญิงโดยเฉพาะ (หัวเราะ)

ดิน่า มีเรียม : จากประสบการณ์ที่เราได้เห็นภาวะสงครามในรัสเซีย ผู้หญิงที่เป็นแม่ได้มารวมกลุ่มกันคัดค้านสงครามที่ทำให้ลูกเขาตาย นี่คือรูปธรรมที่เราเห็น ฉะนั้นประเด็นใดที่เป็นหัวใจของปัญหาโลก ถ้าผู้หญิงเข้ามาหาวิธีจัดการแก้ไข เรารู้ว่าผู้หญิงจะมีวิธีแก้ปัญหาก็ดี

บาวาเจน : เราเรียนรู้จากอดีต เวลามีปัญหาเกิดขึ้น ถ้าให้ผู้หญิงเข้าไปไกล่เกลี่ย จะไม่มีการใช้ความรุนแรง เพราะผู้หญิงเป็นศูนย์รวมของครอบครัว ผู้หญิงจะไม่คิดทำร้ายผู้อื่น ดังนั้นจึงมีแนวโน้มที่จะเกิดสันติภาพในโลกได้ เราเชื่อว่าถ้ามีผู้หญิงเข้ามาในส่วนนี้มากขึ้น สันติภาพก็จะมีเพิ่มขึ้น

ในเวทีของสหประชาชาติ ก็ถือว่าเป็นเวทีที่ดีที่สุดที่ให้ผู้หญิงเข้ามามีบทบาท เพราะสหประชาชาติเป็นองค์กรที่สนับสนุนความเสมอภาคกันระหว่างชายหญิง

นักข่าว : เชื่อกันแค่ไหนคะว่า ผู้หญิงจะเป็นพลังสำคัญที่จะผลักดันให้เกิดสันติภาพขึ้นในโลกนี้

ดิน่า มีเรียม : ความพยายามผลักดันให้ผู้หญิงมีบทบาทในการสร้างสันติภาพ อาจทำไม่ได้ง่ายนัก อย่างเช่น ภาวะความตึงเครียดในตะวันออกกลางขณะนี้ เราจะทำอย่างไรให้นักบวชหญิง

เข้ามามีส่วนร่วมมากขึ้น ในขณะที่วัฒนธรรมของยิว หรืออิสลาม
โอกาสที่ผู้หญิงจะเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณมีน้อยมาก

สิ่งหนึ่งที่อาจทำได้คือ นักบวชหญิงต้องเข้าไปมีบทบาทใน
การให้การศึกษาแก่ชุมชน แล้วส่งเสริมให้มีบทบาทมากขึ้น เมื่อ
ชุมชนเห็นผลงาน และมองเห็นว่านักบวชหญิงมีส่วนสำคัญในการ
พัฒนาชุมชนของตน ก็เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้หญิงมีส่วนเข้ามา
ใกล้ชิดให้เกิดสันติภาพมากขึ้น

บทบาทในการให้การศึกษา เป็นสิ่งสำคัญ เราได้เห็นว่ามี
เสถียรธรรมสถานเองก็มีโครงการที่ทำงานเกี่ยวกับเรื่องการสอนเด็ก
ให้เคารพกัน รู้จักว่าความสงบเย็นเป็นอย่างไร รู้จักคุณค่าของการ
ภาวนา อันนี้เป็นสิ่งหนึ่งที่เราคิดว่าเป็นการสร้างคนผ่านการศึกษา

แม่ชีคันสนีย์ : เราเชื่อว่าการศึกษาที่ถูกต้องจะเป็นอาวุธของ
การสร้างสันติภาพ เราไม่ได้จัดเฉพาะการศึกษาของเด็กที่เข้ามา
เรียนในปฐมวัยเท่านั้น เราทำโรงเรียนสอนพ่อแม่ให้มีโอกาสได้
เรียนรู้กับลูก และพยายามอย่างยิ่งที่จะให้ชีวิตหนึ่งอุบัติขึ้นด้วย
กุศลจิตของพ่อแม่ เพราะถ้าจะไปเริ่มที่เด็กอาจจะช้าเกินไป ต้อง
เริ่มตั้งแต่สร้างคนที่จะเป็นพ่อแม่ของเด็ก ถ้าเราให้การศึกษาแก่
ผู้ที่จะเป็นพ่อแม่อย่างถูกต้อง เราอาจจะต้องทำงานหนักในช่วงต้น
แต่ก็เป็นการลงทุนที่ยั่งยืน พ่อแม่จะต้องมีสำนึกในการให้ชีวิต
ของคนๆ หนึ่ง มิใช่เพียงแค่การคลอดออกมาเท่านั้น แต่ต้องเปิด
ประตูจิตวิญญาณของลูกด้วย

สิ่งหนึ่งที่เราเฝ้าดูคือ จะทำอย่างไรให้ผู้หญิงในสังคมนี้มี
ปัญญามากขึ้น เราคิดว่าผู้หญิงเก่งมีเยอะ แต่ว่าผู้หญิงเก่งที่ทุกซ์
ก็มีมากเหมือนกัน เพราะฉะนั้นทำอย่างไรถึงจะทำให้ผู้หญิงมี



ปัญหาในการใช้ชีวิต และรู้จักดำเนินชีวิตของตนให้มีอนิสงส์ต่อคนอื่น ๆ ครอบครัวยุคใหม่ก็ตามถ้าได้ผู้หญิงที่มีปัญหาเข้าไป ครอบครัวนั้นก็จะได้รับความอ่อนโยน ในขณะที่เดียวกันก็มีความเข้มแข็ง ซึ่งจะช่วยให้ความขัดแย้งนั้นหมดไป

งานที่พวกเรากำลังทำคือการศึกษาใน สาขาวิชาสาขาสตรี ที่จะให้ผู้หญิงเก่งทั้งหลายในทุกอาชีพได้เกิดปัญหา อีกเรื่องที่สำคัญคือ ผู้หญิงต้องเข้าใจผู้หญิงด้วยกันเอง เพราะปัญหาที่เราเห็นก็คือ บางทีผู้หญิงไม่เห็นใจกัน งานของเราคือ ทำให้ผู้หญิงเข้าใจผู้หญิง ผู้หญิงเข้าใจเด็ก เข้าใจผู้ชาย เข้าใจเรื่องการทำงานที่ต้องรวมพลังกัน นี่เป็นสิ่งที่เราสังเกตเห็นว่า เวลาผู้หญิงรวมตัวกัน ก็อาจมีอะไรบางอย่าง ฉะนั้นต้องให้ผู้หญิงที่มารวมตัวกันนั้นมีปัญหา

บาวา เจน : เวลาผู้หญิงมาทำงานด้วยกัน บางครั้งก็มีความ อิจฉาริษยากัน แล้วผลักดันให้ผู้หญิงด้วยกันต่ำลงไป

สิ่งที่แม่ชีพูดถึงคุณค่าของเด็กตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดานี้ก็

เป็นสิ่งสำคัญ เพราะถ้าพ่อแม่มีสติ และรู้ว่าตัวเองมีบทบาทสำคัญในการสร้างลูกขึ้นมา แล้วเลี้ยงลูกอย่างเคารพในตัวเรา และเคารพในตัวลูก เด็กก็จะเติบโตมาดี เราจะเห็นกระบวนการทั้งหมดของการศึกษาว่าเริ่มตั้งแต่ในครรภ์แม่

แม่มีบทบาทสำคัญมากในการเลี้ยงลูก และการสร้างความเสมอภาค แม่เป็นคนแรกที่สอนให้ลูกรู้ว่านี่คือผู้ชาย นี่คือผู้หญิง และที่นั่งตรงไหนสำหรับผู้ชาย ผู้หญิงต้องไปนั่งที่อื่น แม่จึงมีบทบาทสำคัญที่จะสร้างความเสมอภาคและการเคารพซึ่งกันและกันในครอบครัว

แม่ชีตันสนีย์ : คุณดีนำเคยชวนเราเข้าไปร่วมทำงานในสภาผู้หญิงโลก อยากให้เล่าหน่อยค่ะว่า ตอนนี้นำดำเนินการไปถึงไหน และที่ชวนไปทำงานนั้น ต้องไปทำอะไรกันบ้าง

ดีนำ มีริยม : จุดมุ่งหมายของเราคือ ทำอย่างไรให้เกิดสันติภาพขึ้นในโลก เราต้องการให้นักบวชหญิงเข้าไปมีส่วนร่วมในโครงการให้มาก เช่น ปีหน้าจะมีการประชุมสภาผู้หญิงโลกที่แอฟริกา ซึ่งเราคิดว่าเป็นจุดหนึ่งที่มีความตึงเครียด เราก็อยากให้นักบวชหญิงในศาสนาต่างๆ เข้าไปอยู่ ณ ที่นั้น เป็นโอกาสให้นักบวชหญิงได้นำเสนอความคิดของตัวเองว่าจะร่วมสร้างสันติภาพอย่างไร

อีกหน้าที่หนึ่งก็คือโครงการสร้างสันติภาพโลก เป็นโครงการ ๕-๑๐ ปี เราหวังว่าเมื่อมีการประชุมใหญ่อีกรอบหนึ่ง เราจะมีโอกาสได้เชิญตัวแทนที่เป็นนักบวชหญิงมามากกว่าครั้งที่ผ่านมามา สภาที่พูดถึงนี้เป็นองค์กรระหว่างประเทศซึ่งประเทศที่เป็น



สมาชิกสหประชาชาติควรผลักดันให้กิจการนี้ขึ้นในประเทศของตน
นักข่าว : เคยมีสถิติไหมคะ ว่ากลุ่มนักบวชหญิงทั่วโลกมี
มากน้อยแค่ไหน

ดีน่า มีเรียม : ในวัฒนธรรมทางด้านศาสนา ผู้หญิงไม่ค่อย
มีสมณศักดิ์ เพราะฉะนั้นไม่มีใครรู้ว่าท่านอยู่ไหน เรารู้แต่ว่าท่าน
ทำงาน เราหวังว่าถ้ามีตัวแทนขึ้นในระดับสหประชาชาติ ตัวแทน
เหล่านั้นจะช่วยเรารวบรวมในการหาตัวเลขได้ คงจะเป็นกระบวน
การขึ้นมาในอนาคต

แมจีสันสนีย์ : เห็นด้วยที่บอกว่าให้แต่ละประเทศหรือแต่ละ
ภูมิภาคมีโอกาสรวมตัวกันก่อน แล้วจึงผลักดันในระดับต่อไป ซึ่ง
เป็นวิธีที่ฉลาด เพราะเราเห็นว่า มีผู้หญิงทางธรรมมากมายที่ทำงาน
กับผู้คนในระดับรากหญ้า นักบวชหลายคนกำลังทำงานกันอยู่ใน
บ้านเมืองของเรา และถ้าเพื่อเราสามารถรวบรวมผู้หญิงที่ทำงานเปิด
ประตูทางจิตวิญญาณกันได้มากขึ้น เราก็จะได้คนที่เปี่ยมพลังขึ้นไป

ทำงานในระดับประเทศ ในระดับภูมิภาคและขึ้นไปในระดับโลก และอาจเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้หญิงที่อาจจะสนใจในเรื่องของจิตวิญญาณแต่ยังไม่ได้ทำอะไร เริ่มกระตือรือร้นขึ้น เพราะเป็นการเปิดโลกให้ถึงกัน หรืออาจจะเหวี่ยงกลับมาทำให้ผู้หญิงที่กำลังสนใจเรื่องของการพัฒนาตนเองให้สงบเย็นเห็นประโยชน์มากขึ้น หรือแม้แต่แม่ตัวเองก็จะเริ่มมีบทบาทการทำงานเพื่อประโยชน์มากขึ้น

ดีน่า มีเรียม : ผู้หญิงที่มีความมั่นคงทางจิตวิญญาณจำเป็นต้องออกมาช่วยเหลือสังคมให้มีความมั่นคง

แม่ชีศันสนีย์ : แม่ชีไทย หรือแม่ชีเด็ก ๆ ที่นั่งอยู่ตรงนี้ก็มีความตั้งใจจริงในการพัฒนาศักยภาพในตน แต่ถ้าเพื่อสังคมไม่บอกว่าการต้องการผู้หญิงที่เป็นผู้นำทางจิตวิญญาณออกไปทำงาน ผู้หญิงก็ไม่ค่อยกล้าเหมือนกัน

แม่ชีจะรู้อิสระวังตัว ถ้าเธอก้าวออกไปก็จะถูกสังคมมองในอีกมิติหนึ่ง แต่ถ้าสังคมบอกว่าเราต้องการคุณ ต้องการให้คุณออกมาช่วย ต้องการให้คุณทำอย่างไรให้โลกนี้ได้อันนิสงส์จากคุณ เราว่ามีผู้หญิงเยอะแยะเลยในโลกที่จะออกมาทำงานเพื่อให้สังคมมีสันติภาพมากขึ้น

ดีน่า มีเรียม : อย่างไรก็ตาม การภาวนาก็ยังมีความสำคัญมากที่สุด

บาวา เจน : ไม่ว่าท่านจะสวดมนต์อยู่ที่ไหน พลังจากการภาวนา จากการสวดมนต์จะแผ่ไปสู่เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ในการ

ประชุมสหประชาชาติครั้งที่ผ่านมา เราก็ขอให้ศาสนาต่าง ๆ เปิดการประชุมโดยส่งพลังในการสวดเพื่อสร้างสันติภาพให้กับโลก สำหรับเรา การสวดภาวนาทุกเช้าทุกวันนี้แหละที่ทำให้ตัวเองมีพลัง และทำงานได้จนถึงวันนี้

เดือนใจ ดีเทศน์ : อยากเสนอให้สภาของทุกประเทศมีการสวดภาวนาก่อนเริ่มประชุม เคยมีคนเสนอนะคะในวุฒิสภา แต่ถูกคนหัวเราะเยาะ ไม่เป็นไร วันหลังเอาใหม่ ให้นิมิตต์แม่ชีไป (หัวเราะ)

แม่ชีคันสนีย์ : แม้ในห้องเรียนของเด็ก ๆ ก่อนเรียนเขาก็จะภาวนา เป็นการสร้างความเคยชินที่ดีงามของชีวิต แม้แต่ที่เสถียรธรรมสถาน ถ้าเผื่อมีโอกาสรวมกลุ่มผู้คน เราก็จะภาวนากันก่อนที่จะทำงานร่วมกัน เพราะเป็นการลงทุนที่ดีที่สุดที่จะได้ผลงานที่มีศักยภาพมากขึ้น ใครทำคนนั้นก็ได้ประโยชน์

บาวาเจน : การประชุมสุดยอดผู้นำทางจิตวิญญาณเมื่อเดือนสิงหาคมที่ผ่านมา คือการเปิดศักราชใหม่ให้กับสหประชาชาติ ถือเป็น การเปลี่ยนโฉมหน้าใหม่ขององค์กรสหประชาชาติอย่างแน่นอน

การสนทนาวັນนั้นจบลงในเวลาบ่ายคล้อย เนื่องจากคุณบาวา เจน มีกำหนดนัดหมายต่อที่โรงแรมที่พัก สีหน้าของผู้ร่วมสนทนาทุกคนสดชื่นและมีความหวัง...สันติภาพอยู่ใกล้แค่เอื้อมนี้เอง เพียงแต่เราแผ่ความสงบเย็นให้กับสรรพสิ่ง พลังแห่งสันติก็จักบังเกิด

ตลอดระยะเวลา ๓ วัน ในการประชุม Buddhist Summit คนเขียนไม่มีโอกาสไปร่วมงาน เนื่องจากติดภารกิจส่วนตัว แต่ก็พอทราบว่า จบลงด้วยความประทับใจ เทียนรูปดอกบัวจำนวน ๒,๐๐๐ ดอก สว่างไสวไปทั่วในคืนวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๓ และก็คงสว่างอยู่ในใจแขกผู้ร่วมงานทุกคน แม้ต่อไปอาจจะไม่บ่อยครั้งนักที่จะได้กลับมาพบกัน

“หากเมื่อจิตสงบ เราจะได้พบกัน” ท่านแม่ชีเคยกล่าวไว้ คงจะเป็นถ้อยคำที่ถูกนำมากล่าวขานอีกครั้ง

คุณบาวา เจน และคุณดีน่า มีเรียม และแม่ชีศันสนีย์ เสถียรสุด ทั้งท้ายก่อนจะลาจากกันว่า คงจะได้พบกันอีกในมิติของการทำงาน ในการประชุมนักบวชสตรีที่จะจัดขึ้นที่ สวิตเซอร์แลนด์ หรือแอฟริกาใต้ในปีหน้า

วันนี้เราจะต่างทำงานของคุณให้สำเร็จลุล่วง

“เมื่อจิตสงบ เราจะได้พบกัน” 

เราคือเพื่อน

เพราะเราคือเพื่อน จึงอยากแบ่งปันสู่กันและกัน
กัน “เพื่อนทุกข์” เชิญชวนมาวิเคราะห์ทุกข์
โดยใช้ธรรมเป็นพื้นฐาน

ทุกข์มีไว้ให้เห็น ทุกข์ไม่ได้มีไว้ให้เป็น
อย่าอ้อมทุกข์ ช่วยกันหรือรากเหง้าแห่งทุกข์
และเผชิญกับทุกข์ด้วยสติปัญญาของเรา



พบช่วงเวลานี้กันๆ แต่มีคุณค่า และความหมายทางใจที่
สองนาทีกับแม่ชีสันสนีย์ เสถียรสุด ในรายการ เพื่อนทุกข์
ทางช่อง ๕ อ.ส.ม.ท. ทุกวันจันทร์-พฤหัสบดี เวลา ๕.๓๐ น.
และช่อง ๑๑ ทุกวันอังคาร เวลา ๑๐.๕๕ น.

ชวนกันมาเป็นเพื่อนทางวิทยุ ติดตามรายการ สาวิกา
สื่อเพื่อชีวิตที่งดงามและเป็นอิสระ
ทางวิทยุคลื่นคุณภาพชีวิต ไลฟ์ เอฟเอ็ม ๑๐๗
มิวสิก แอนด์ ทอล์ค ทุกวันเสาร์และอาทิตย์ เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.

โดย แม่ชีสันสนีย์ เสถียรสุด
กับเพื่อนร่วมงาน
สันสนีย์ ศีตะปັນย์ เมอลเลอร์ และ กัลยาณะ

เปิดสายสด ให้ผู้ฟังร่วมกันจัดรายการด้วยการถามปัญหา หรือเปิดหัวข้อสนทนา
เพื่อศิลปะในการดำเนินชีวิต โทร. ๒๕๖-๑๕๓๑ และร่วมกันฝึกฝนกับการมีตัว
เองเป็นเพื่อนในช่วง ลมหายใจแห่งสติ หยุด...เพื่อดูใจตัวเอง

“สาวิกา” คือ สื่อที่พวกเราทุกคนร่วมใจกันจัดทำ
เพื่อยกจิตวิญญาณของเราให้เจริญขึ้นจากการเฝ้าดูจิต
รู้จิต ให้ติดต่อกันในปัจจุบันขณะที่ทำหน้าที่ด้วยการ
รู้ตื่นและเบิกบาน ปราศจากศัตรูภายใน คือ เครื่อง
เศร้าหมองแห่งจิต ทำให้เข้าใจถึงชีวิตที่สงบ
เย็นและเป็นประโยชน์มากขึ้น...






เสน่ห์ ...
ของดอกแก้ว

สองเวลายามเช้าและค่ำ
กลิ่นหนึ่งหอมแรง
หอมจนต้องมองหาให้รู้จัก

ชาวกระจะตาแม่ในยามมืด
ชาวสะอาดตาแม่ในหมอกจางยามเช้า
ดอกแก้วสีขาว...
รวมช่อบานสะพรั่ง
กลั่นกลิ่นส่งความหอมอย่างพร้อมใจ

หลายคนรู้จักดอกแก้ว
หลายคนชอบดอกแก้ว
เพราะหอมก็หอมให้รู้
ขาวก็ขาวให้เห็น
ใครพึงใจอยากจะเก็บก็เก็บหักไป
เพราะดอกแก้วไม่เคยไกลกว่าเอื้อม

ใบแก้วสีเขียวเข้มกำมะหยี่นำไปร้อยแซมมาลัย
พุ่มแก้วกิ่งแกร่ง ใบทิบหนาใช้กันเป็นรั้ว
ต้นแก้ว...จึงตั้งคานาเกรงขาม
แต่อ่อนโยนเข้าถึงง่ายรู้จักง่าย ในเวลาเดียวกัน
เสน่ห์ของดอกแก้วอยู่ตรงนี่เอง 

ปฐาตายายขวัญใจเด็ก

เชิญชวนคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย ร่วมกันสร้างบรรยากาศ
ครอบครัวแบบไทย ที่มีความรัก ความเอื้ออาทร ให้กลับคืนมา พร้อม
ทั้งสานต่อการเรียนรู้ไปสู่ลูกหลาน เพื่อให้ภูมิปัญญาไทยหยั่งรากในใจ
คนรุ่นใหม่

เด็ก ๆ จะเติบโตอย่างมั่นคงไม่ได้ หากขาดความรัก ความอบอุ่น
จากผู้สูงอายุที่มีสำนึกต่อสังคม เปิดโอกาสให้เด็ก ๆ เรียนรู้ว่า ผู้สูงอายุ
ที่สง่างามเป็นเช่นไร

อย่าปล่อยให้ *วัยทองของชีวิต* ซึ่งเป็นเสมือนคลังสมบัติทางปัญญา
อันมีคุณค่า ผ่านไปอย่างไร้ความหมาย มาร่วมสร้างสรรค์ กิจกรรม
บำเพ็ญประโยชน์ เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีร่วมกันของทุกคน

สมัครเป็นสมาชิก โครงการปฐาตายายขวัญใจเด็ก ได้นับแต่
บัดนี้ ณ เสถียรธรรมสถาน สนใจติดต่อ โทร.๕๑๐-๔๗๕๖, ๕๑๐-
๖๖๙๗ โทรสาร ๕๑๙-๔๖๓๓

ห ล ง ต า ม ค ว า ม คิ ด ...

นักธุรกิจผู้หนึ่ง กำลังนั่งกินอาหารในภัตตาคาร ใกล้เคียงอิมอยู่แล้ว ก็มีชายแปลกหน้าคนหนึ่งเดินมาทัก

“ว่าไง กิตติชัย” ชายแปลกหน้าตะโกนลั่น “เฮ้ย เกิดอะไรขึ้นหรือ เมื่อก่อนตัวยังเตี้ยอยู่เลย เดี่ยวนี้สูงปรี๊ด ผิวก็ขาว ไม่เหมือนเมื่อก่อนดำเป็นถ่านเลย แถมยังหูกว้างกว่าเดิมอีก นั่งเรือไม่ต้องกางใบเลยก็ยังมี”

นักธุรกิจผู้นั้นตอบอย่างสุภาพหนักแน่น “ขอโทษครับ ผมไม่ได้ซื้อกิตติชัย”

“อันแน่” ชายแปลกหน้าอุทาน “แม้แต่ชื่อก็เปลี่ยนด้วย”

คนเราพอปักใจเชื่ออะไรเสียแล้ว ก็จะถอดความเชื่อนั้นเอาไว้ แม้หลักฐานหรือข้อมูลที่ได้รับจะไม่ตรงกับความจริงหรือภาพที่วาดไว้ในใจ ก็จะไม่ยอมละทิ้งความคิดความเชื่อนั้นง่าย ๆ แต่จะสรรหาเหตุผลมาสนับสนุนความคิดความเชื่อของตน

ยิ่งไปกว่านั้น ถ้าเชื่อฝังหัวแล้ว บางทีตา หู ลิ้น และอายตนะ
อื่นๆ ก็พลอยคล้อยตามความคิดไปด้วย เศรษฐินี่ที่เชื่อว่าได้กรับข้าง
ในบ้านแอบขโมยแหวนเพชรของตนไป มองที่ไร ก็เห็นเด็กคนนั้นมี
พิรุณตลอดเวลา ไม่ว่าเขาจะเดินจะย่าง หรือพูดอะไร ก็สื่ออาการ
ของขโมย แต่พอพบว่าแหวนเพชรของตนไม่ได้หายไปไหน เพียง
แต่ตกอยู่ในชอกโตะ ทีนี้พอเห็นเด็กคนนั้นอีก กลับรู้สึกว่าเขาไม่ได้
มีพิรุณหรืออาการผิดปกติแต่อย่างใด ที่จริงเด็กก็เด็กคนเดิม แต่ภาพ
ของเด็กในสายตาของเศรษฐินี่นั้นเปลี่ยนไป ภาพเปลี่ยนไปเพราะ
ความคิดเปลี่ยนไปนั่นเอง

เป็นเพราะความคิดส่งผลต่อการรับรู้ของคนเรา และสามารถ
สรรหาเหตุผลมารองรับได้ร้อยแปด จึงอย่าได้แปลกใจหากคนบาง
คนจะหลงเชื่อนักดัมคูนอย่างหัวปักหัวปำไม่ว่าใครจะมาชี้แจง
อย่างไร เขาก็ไม่เปลี่ยนใจ และทั้งๆ ที่หลักฐานปรากฏโทนโท เขาก็
ไม่สนใจ ยังศรัทธานักดัมคูนเหมือนเดิม

ความคิดความเชื่อของคนเรามีกลไกนานับประการที่จะปกป้อง
ตัวเองไม่ให้ถูกเล่นงานง่าย ๆ แลมยังใช้กลไกนี้สร้างตัวมันให้
เข้มแข็ง ดูน่าเชื่อถือ เมื่อรู้เช่นนี้แล้ว เราจึงควรระวังแหวะความ
คิดของเราให้ดี อย่าเชื่อมั่นง่าย ๆ เพราะมันสามารถหลอกเราจนเสีย
คนได้หากเราไม่รู้ทันมัน

ความคิดนั้นเป็น ‘คนใจ’ ที่ดีของเรา แต่เป็น ‘นาย’ ที่แย
ดังนั้นจึงควรมีสติ อย่าปล่อยให้มันเป็นนายเรา หรือครอบงำเรา
กระทั่งว่า เวลามันฟุ้ง เราก็บ้าจี้ฟุ้งตามมัน มันจะปรุงแต่งอย่างไร ก็
ไปเชื่อมั่นว่าเป็นความจริง

เรื่องต่อไปนี้เป็นตัวอย่างที่ดีว่า อย่าไปหลงเชื่อความคิด
ปรุงแต่งของเรามากเกินไป

ภาคภูมิเพิ่งมาถึงภูเก็ตเป็นครั้งแรก ขณะที่คอยเพื่อนที่สถานีรถขนส่ง ก็เห็นชายแต่งกายภูมิฐานยืนอยู่ใกล้ๆ จึงถามว่า

“ลุงตอนนี้ก็โงงแล้ว”

ชายสูงอายุผู้นั้นมองเขาตั้งแต่หัวจรดเท้า แล้วก็ตอบว่า “ไปไกลๆ เลย”

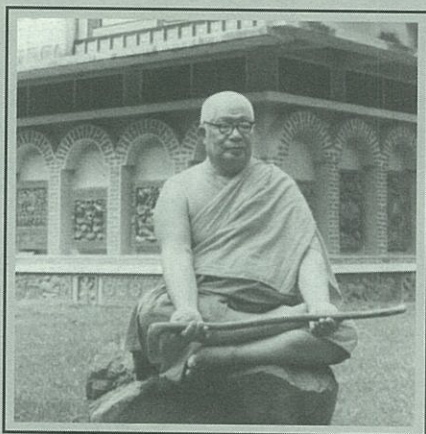
ภาคภูมิตะลึง พูดขึ้นว่า “ผมถามลุงดีๆ ทำไมต้องพูดแบบนี้”

ตอนแรกๆ ชายชราที่แสร้งทำเป็นหูทวนลม แต่เมื่อถูกรบเร้าเข้าซีไม่เลิก ก็หลุดออกมาว่า “แกอยากรู้หรือ ฉันจะบอกให้” แล้วก็พรรณานายืดยาวว่า

“ฉันรู้นะ ตอนแรกนายก็ถามเวลา ถ้าฉันตอบ นายก็จะถามต่อเรื่องดินฟ้าอากาศ เรื่องทะเล เรื่องท่องเที่ยว เรื่องธุรกิจ จิปาถะ พอคุ้นเคยกันเข้า ฉันก็ต้องแสดงความเอื้อเฟื้อตามมารยาทเจ้าบ้านเชิญนายไปเที่ยวที่บ้าน...

อะไรจะเกิดขึ้นต่อจากนั้น นายก็จะพบกับเมทินี ลูกสาวที่น่ารักของฉัน ทีนี้นายกับลูกสาวของฉันก็อาจจะชอบพอกันขึ้นมา ในที่สุดนายก็จะขอแต่งงานกับลูกสาวของฉัน จะให้ลูกสาวของฉันแต่งงานกับนายหรือ ไม่มีทาง ลูกสาวของฉันจะอยู่อย่างไรรักคนที่ไม่มีแม่แต่นาฬิกาสักเรือนเดียว...

เพราะฉะนั้นเพื่อตัดเรื่องยุ่งยากทั้งหมด ฉันยอมเสียมารยาทไล่ นายไปดีกว่าที่จะบอกว่าตอนนี้ก็โงงแล้ว”



ระวังอย่าให้สูญ
ถ้าเราถือวัฒนธรรมไทย
เราจะเป็นไทย เราจะมีอิสระ
พอเราไปรับวัฒนธรรมเนื้อหนังของตะวันตกมา
เราก็สูญความเป็นไทย
ก็เรียกว่าสูญชาติไทยในทางวัฒนธรรม
ถ้าเป็นอย่างนี้แล้ว ไม่เท่าไรก็สูญเสียชาติไทยในทางการเมือง
คือจะเป็นข้าเขาจริง ๆ ด้วย
ระวังอย่าให้สูญชาติทางจิตทางวิญญาณ
แล้วก็จะไม่สูญชาติในทางการเมือง

พุทธทาส ธีรพงศ์



จันทรา ชัยนาม ชื่อนี้เป็นที่รู้จักกันดี ในฐานะผู้หญิงเก่ง... อีด...
อีด...อีด

ในวงการหนังสือ...เธอเคยเป็นบรรณาธิการบริหาร นิตยสารดิฉัน
ล่าสุดที่เพิ่งปิดตัวเองไปคือ นิตยสารดิไลต์

ในวงการดาราทะเล...เธอเคยเป็นนางเอก เทพธิดาบาร์ ๒๑
ได้รับรางวัลตุ๊กตาทอง

อาชีพที่รักมากและยืนหยัดได้คลื่อนมาจนถึงปัจจุบัน คือ บริหาร
รายการวิทยุ Life FM ๑๐๗ ของอ.ส.ม.ท. ทุกวันตั้งแต่เวลา ๗.๓๐-
๒๐.๐๐ น.

ฟังเสียงจริง ตัวจริง ของเธอได้ในช่วง ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. ทุก
วันจันทร์, พุธ, ศุกร์

ท น ท ะ ลู ทุ ก ษ์

ดิฉันได้รับการขอร้องจากน้อง ๆ ชาวสาวิกาวา ช่วยเขียนต้นฉบับให้หนึ่งเรื่อง อะไรก็ได้ที่อยากเขียน บอกตรง ๆ ว่าสมองตื้อไปหมด เหมือนไม่มีที่ว่างจะคิดจะเขียนอะไรอีก นอกจากงานที่ทำอยู่ซึ่งครอบงำเวลาและความคิดของเราไปเกือบหมด

จนกระทั่งวันนี้ วันลอยกระทง เสาร์ที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๓ เวลาโพล้เพล้ พระอาทิตย์ดวงสีแสดแดงกลมโต กำลังลับฟ้า ได้ยินเสียงคุณแม่ชีคันสนีย์กับแม่ไก่แจ้กำลังดำเนินรายการช่วง “เสวนาวงศาคณาญาติ” ทาง Life FM ๑๐๗ ตอน ๕ โมงเย็น เป็นแบ็กกราวนด์

พลัน ดิฉันก็รู้ตื่นและเบิกบาน (แม่ชีคันสนีย์พูดประโยคนี้อยู่พอดี)

ดิฉันคิดถึงชีวิตของคนเราที่เกิดมาทุกวันนี้ คิดถึงความมั่งมี ความมีมั่ง ไม่มีมั่ง และความไม่ค่อยมี ทุกคนล้วนต้องอดทนกับ

ความทุกข์นานาชนิด ไม่ได้รับการละเว้นสักคน

เขียนมาถึงตอนนี้ ก็เพราะคิดได้ว่าคงจะเขียนอะไรไม่ได้ดี เท่ากับเขียนเรื่องเกี่ยวกับตนเอง เกี่ยวกับชีวิต เกี่ยวกับความสุข ความทุกข์

คงไม่มีใครปฏิเสธว่า ช่วงเวลาแห่งความสุขมักจะผ่านไป รวดเร็วกว่าช่วงที่เรามีความทุกข์

เวลาสังสรรค์กับเพื่อน ๆ เขามักจะบอกกับดิฉันเสมอว่า “อิจฉาเธอจัง เธอช่างมีความสุข เธอเป็นผู้หญิงเก่ง”

แล้วดิฉันก็กลับมาคิด...

ตลอดเวลาที่ผ่านมา เราคงเป็นคนเก่งจริงแน่แล้ว เพราะ อดทนได้เก่งพอสมควรกับสงครามชีวิต ที่เราเรียกมันว่า “ความทุกข์”

ดิฉันคิดว่า ความทุกข์ที่ทรมาณที่สุด น่าจะเป็นความทุกข์ อันเกิดจากการคิดไม่ตกว่า มันคือความทุกข์อะไร เกิดจากอะไร ต่อเมื่อเราคิดได้ว่า ความทุกข์ที่วุ่นนั้นคืออะไร มีที่มาอย่างไร จะกำจัดทุกข์นั้นอย่างไร อีกนานไหมกว่าความทุกข์นั้นจะหมดไป นั้นแหละ ความทุกข์นั้นจึงจะบรรเทา เบบางลง

ดิฉันทุกข์ใจว่า ทำไมชีวิตครอบครัวถึงไม่ค่อยอบอุ่น

เป็นนานกว่าจะคิดได้ว่า เราเกิดมาใช้กรรม ทุกคนใน ครอบครัว เขาก็มีที่มาที่ไป มีจุดประสงค์ที่จะเกิดมา หากเรารู้สึกไม่ อบอุ่นก็ไม่ใช่ความผิดของใคร ไม่ต้องไปเรียกร้องอะไร ขอมรับใน สิ่งที่เป็นอยู่ เพราะนี่คือสิ่งที่เราจะได้รับ น้อมใจรับให้ได้ ก็จะถือเป็นเรื่องปกติธรรมดา

หรือดิฉันทุกข์ใจว่า ทำไมจึงไม่มีคนรัก แต่งงาน มีลูกมีหลาน เหมือนคนทั่วไป

นานมากกว่าจะคิดได้ว่า ไม่ใช่เราคนเดียวหรือคนที่เป็นอย่างนั้น และคนที่แต่งงาน มีลูกมีหลาน จะมีความสุขถ้วนทั่วก็หาไม่ หลายคนมีความทุกข์กับห่วงที่เกิดขึ้นด้วยซ้ำไป

ของขอมรับในสิ่งที่เป็นอย่างอยู่เถิด อย่าแสวงหาเลย

ดิฉันก็ทุกข์ใจว่าทำไมอาชีพการงาน (จัดรายการวิทยุ) ที่ทำอยู่เกือบ ๒๐ ปี จึงไม่มีความมั่นคงแน่นอน จึงถูกแย่งชิงอย่างไม่เป็นธรรมตลอดกาล

ที่สุด ดิฉันก็ตระหนักได้ว่า นี่ก็เป็นสังขารอีกประการว่า ทุกสิ่งไม่แน่นอน แม้คนที่ร่ำรวยกับอาชีพวิทยุก็หาใช่เป็นความสำเร็จไม่ ความร่ำรวยไม่น่าจะบ่งบอกถึงความสำเร็จเสมอไป ถ้าเขาได้มาอย่างไม่เป็นธรรม อย่างไม่รับผิดชอบต่อสังคม อย่างเอาเปรียบผู้ด้อยโอกาสกว่า

เมื่อเราเป็นได้แค่นี้ ก็จงภูมิใจในสิ่งที่กระทำอยู่ อย่าทุกข์ใจไปเลย

ทุกข์ใจอีกประการคือ วิฤทธิเศรษฐกิจที่กระทบกับชีวิตการทำงานเข้าอย่างจัง ประเทศชาติเกือบล่มสลาย สภาพจิตเสื่อมทราม ผู้คนยึดติดวัตถุมากขึ้น ความเป็นไทย ความเป็นพุทธ ความศรัทธา สั่นคลอน

ช่วงที่เกิดวิฤทธิใหม่ๆ บางวันความทุกข์รุมเร้า ราวราน จนไม่อยากลืมตาตื่น

เขาเป็นหนี้เรา เขาไม่ใช้ เขาบอกว่า เราใจดีมีเมตตา แต่ถ้า
เราเป็นหนี้เขา เขาบอกว่าเรารวย ต้องรีบจัดการให้เสร็จสิ้นโดยเร็ว

ผู้คนรอบข้างเปลี่ยนแปลงไป ห่างเหิน เห็นแก่ได้ เอาตัวรอด
เอาเปรียบแม้ในยนิค เขาก็ถือเป็นการภาควุไมใจที่ได้เอาเปรียบ
เพื่อนมนุษย์ด้วยกันเอง

นานเหมือนกัน กว่าจะคิดได้ว่า ต้องขอบคุณความทุกข์
ความลำบาก เพราะทำให้เราแกร่ง ทำให้เราวิธีคิดหาทางออก ทำให้
เรารู้ว่าใครเป็นเพื่อนแท้ เพื่อนเทียม

ความทุกข์สอนให้เรากลับมามองดูตัวเอง ทบทวน ขอมรับ
สภาพให้มีความพอเพียง แล้วหาทางออก ทางที่เราคิดว่าตันแล้ว
ก็ยังมีทางออกของมัน บางคนถึงกับให้แง่คิดว่า บางทีการไม่แก้
ปัญหาเลยก็คือ การแก้ปัญหาแล้ว

นี่ก็น่าคิด เพราะถึงตะเกียกตะกายพยายามสุดชีวิตแล้วมัน
ไม่ได้ช่วยอะไร ก็จงสงบเสงี่ยมเจียมตัว รอดูผลที่จะเกิดขึ้น แล้ว
ค่อยๆ คิด ค่อยๆ แก้ดีกว่า

ทุกวันนี้ เราเริ่มชินกับความวิกฤติทางเศรษฐกิจจนเกิดความ
ทุกข์ หลายคนตัดสินใจหาทางออกผิดๆ เพราะไม่มีความอดทน
ความทุกข์ที่ว่าจะทนไม่ได้ ก็ไม่รู้ทนมาได้อย่างไร ผ่านมาแล้ว ๓ ปี
ก็ยังอยู่ได้ เรากำลังมีรัฐบาลใหม่ กำลังมีความหวัง...

แสดงว่า ศักยภาพของความเป็นมนุษย์นั้น มีความอดทน
ซ่อนเร้นอยู่อย่างมหัศจรรย์ ต่อเมื่อความทุกข์ปรากฏ ความทนทาน
จึงจะต่ำแดง มากน้อยขึ้นอยู่กับคุณภาพความทนทานของแต่ละ
บุคคล

อย่างนี้เราจะไม่ขอบคุณความทุกข์ได้อย่างไร ที่แท้เราทนได้
แค่นั้น เราเก่งแค่นั้น

เพื่อนรุ่นพี่ที่จุฬาฯ เคยพูดถึงความเหนื่อยไว้ว่า เวลาวิ่ง
ออกกำลังกาย เหนื่อยเมื่อไรอย่าหยุด ขอให้วิ่งต่อไปแล้วจะไม่
เหนื่อยเลย เรียกว่า “วิ่งทะลุความเหนื่อย”

น่าจะเปรียบได้กับความทุกข์ว่า เวลาทุกข์อย่าท้อ ขอให้ทน
ต่อไปเถอะ แล้วจะไม่ทุกข์เลย เพราะ ‘ทนจนทะลุความทุกข์แล้ว’



ขอเชิญคุณดูแลและรักษาสุขภาพด้วยการนวด

มานวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ
นวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพกันเถอะ

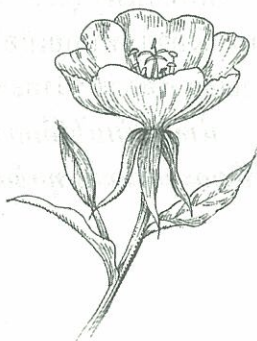
โดย

โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแผนไทย
ภายใต้การควบคุมของกระทรวงศึกษาธิการ
เปิดบริการทุกวัน

ตั้งแต่ ๐๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

ณ เสถียรธรรมสถาน

เดี๋ยวตาย ...



นารีก้าวขึ้นรถปรับอากาศพิเศษที่คอยมานานแสนนาน ยามเย็นหลังเลิกงานมักเป็นเช่นนี้ แต่โชคคดียี่รถค่อนข้างว่าง ขณะหย่อนตัวลงจะนั่งที่เก้าอี้แถวที่สามนั่นเอง เสียงใครคนหนึ่งเรียกชื่อเธอเบาๆ

“นา”

นารีหันไปทางที่มาของเสียง สมใจ เพื่อนบ้านรุ่นแรกๆ ที่เห็นหน้าคุ้นเคยกันมายี่สิบปีนั่งอยู่ที่เก้าอี้แถวสองทางเดียวกับเธอ

“อ้าว” นารีร้อง “สวัสดิ์ พี่สม”

“มานั่งด้วยกันสิ” นารีส่ายหน้านิดๆ “ไม่หรอกค่ะ...จี้เกียดลูก” เธอว่าหัวเราะๆ แบบคนมีอายุที่เริ่มตามใจตัวเองมากขึ้น

พี่สมหันหน้าเบี่ยงๆ มาทางเธอนิดๆ “สบายดีหรือ” น้ำเสียงที่ทักทายนั้นอ่อนโยน

“ค่ะ” นารีตอบตามมารยาท ไม่รู้จะไปบอกว่าสบายหรือไม่สบายอย่างไร

พี่สมเจียบไปชั่วคราว แล้วหันมาบอกอีกว่า “นา แฟนพี่ตาย
แล้วนะ”

นารีใจหายวาบ น้ำเสียงของพี่สมอ่อนระโหย ท่าทางยังอยู่ใน
ความทุกข์ไม่สร่างซา นารีย้ายจากเก้าอี้แถวหลังมานั่งแถวเดียวกับ
พี่สมทันที

“ตายจริง...นาไม่รู้เลย” เธอจับมือพี่สมไว้

ผู้หญิงคนนี้เคยเห็นกันมานาน เคยคุยกันมานาน และเคย
ร่วมทุกข์ร่วมสุขกันเมื่อครั้งที่เข้ามาอยู่หมู่บ้านใหม่ ๆ เมื่อสี่สิบปี
ที่แล้ว รถประจำทางยังไม่เข้ามาวิ่งในหมู่บ้าน นารีจำคนทุกคนที่มา
อยู่ด้วยกันได้ คุณสุขชอยสอง คุณสมชอยหนึ่ง คุณฤทธิชชอยหก
คุณศรีกาญจน์ชอยห้า และคนอื่นๆ อีกหลายสิบคน คนเหล่านี้
เจอหน้ากันบนรถสองแถวประจำทางในยุคแรก และที่สถานีรถไฟ
ในยุคต่อมา จนกระทั่งต่างคนต่างก็มีรถขับไป ชีวิตจึงห่างเหินกันไป

พี่สมไม่เคยขับรถเช่นเดียวกับนารี จึงเจอกันบ่อยกว่าคนอื่น
ความเป็นคนช่างพูดทำให้นารีรู้จักรายละเอียดในชีวิตพี่สมหลาย
อย่าง เธอมีลูกชายสามคน สามีทำงานอยู่ที่เดียวกัน ตอนที่นารี
คลอดลูกคนเล็ก พี่สมก็ยังมาเยี่ยม มาวันนี้ที่ลูก ๆ ต่างโตกันหมด
แล้ว นารีจึงนึกขึ้นได้ว่าเธอลืมนึกถึงพี่สมไปนานมาก

“พี่ไม่ได้บอกใคร”

“ทำไมไม่บอกล่ะ” นารีต่อว่านิด ๆ

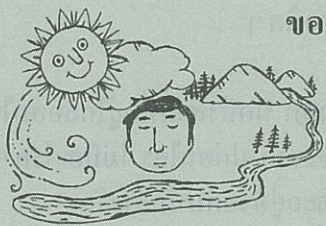
นารีเดินเข้าชอยช้า ๆ นึกถึงลูก นึกถึงสามีที่อยู่ไกลออกไป
แต่ไม่ตายจาก ไม่มีใครรู้เลยว่าใครจะจากไปก่อนใคร ไม่มีอะไรคาด
เดาหรือทำนายล่วงหน้าได้ เวลาที่จะอยู่ด้วยกันนั้นสั้นนัก

ขณะนั่งดูรายการข่าวคืนวันนั้น นารีรู้สึกเหมือนกำลังฟังเรื่อง

เล่าอีกเรื่องหนึ่งแล้วก็อีกเรื่องหนึ่งจากคนที่อยู่ในจอ คนทะเลาะกัน คนฆ่ากัน คนร้องไห้ คนตาย งานศพ ฐู่ ๆ ก็พากันโดดเด่นออกมา จากจอ นารีได้ยินแต่เสียงเล่าของพี่สม นิ่ง ๆ ไม่พุ่มพวย แต่เศร้าลึก ด้วยอาลัยรัก

คืนนั้น ลูกชายกลับบ้านดึกมากโดยไม่ได้บอกล่วงหน้า นารี ยืนคอย นั่งคอย นอนคอย จนตีสอง ทันทิทที่ได้ยินเสียงใจประตู แกร๊ก นารีอ้าปากจะพูดประโยคเดิม ๆ เสียงของพี่สมลอยเข้ามา “เวลามีชีวิตอยู่ อย่าทะเลาะกัน”

นารีหุบปากสนิทในบัดดล แต่ก็ยังทันได้เห็นแววตา แปลกใจสุดขีดของคนที่เพิ่งเข้าบ้านมา



ของฝากจากการประชุม UN

What nationality is the sun?
คุณคิดว่าพระอาทิตย์สัญชาติอะไร

What is the religion of water?
คุณคิดว่าน้ำนับถือศาสนาอะไร

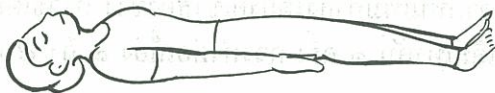
โยคะบริหาร

หมอนรองกระดูก

โยคะอาสนะหมวดนี้ครูหนูจะนำเสนอ อาสนะสำหรับผู้ที่
มีปัญหาเกี่ยวกับหมอนรองกระดูก ก็คืออาการปวดหลังนั่นเอง
ปฏิบัติไม่ยากค่ะ ขอเพียงอ่านให้เข้าใจแล้วจึงลองปฏิบัติดูนะค่ะ

๑. วาตายนะอาสนะ หรือทำ “เข่าถึงอก”

วิธีปฏิบัติ

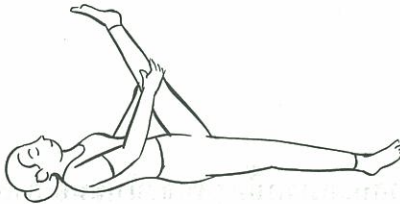


๑. นอนหงายราบกับพื้น (ควรมีผ้ารองลำตัวด้วย) วาง
เท้าสองข้างชิดกัน แขนสองข้างวางไว้ข้างลำตัว

๒. หายใจเข้าลึก พร้อมกับงอเข่าข้างซ้ายขึ้นให้ใกล้หน้าอก
ประสานมือรัดหัวเข่าไว้ (ดังภาพ)



หายใจออกยาวๆ เขม่วท้องแล้วค่อยๆ กดเข่าลงให้ชิดอก
โดยขาอีกข้างหนึ่งเหยียดตรง



๓. หายใจเข้า (อีกครั้ง) พร้อมกับยืดขาข้างซ้ายนั้นให้ตรง
(เท่าที่ทำได้) หายใจออกยาวๆ วางขาข้างซ้ายลงบนพื้น สลับไป
ทำขาข้างขวา ใช้วิธีหายใจเหมือนกัน




๔. จากนั้นเพิ่มกำลังโดยงอเข่าสองข้าง ทำวิธีเดียวกัน ลม
หายใจเท่าเดิมเท่ากับ ๑ ครั้ง ควรทำต่อเนื่อง ๓ ถึง ๘ ครั้ง

ผลทางอายุรเวช ช่วยในการขับลมออกจากกระเพาะอาหาร
และลำไส้ แก้อท้องอืด ท้องเฟ้อ ระบบการ

ย่อยอาหารดี และระบบขับถ่ายดี

ผลทางกายบำบัด

ช่วยแก้ปัญหาปวดหลังที่เกิดจากปัญหา
หมอนรองกระดูก ป้องกันเข้าเสื่อม สร้าง
ความยืดหยุ่นให้กับเส้นเอ็นที่ขา แก้ปัญหา
อาการติดขัดของข้อต่อเชิงกราน 



มาเป็นเจ้าของ
ดอกไม้ในสายธาร กันเถอะ

หากคุณกำลังมองหาหนังสือธรรมะ
อ่านสนุก เข้าใจง่าย เป็นเรื่องราวของชีวิต
ผู้หญิงคนหนึ่งที่ชวนติดตาม คุณไม่ควร
พลาด หนังสือเล่มนี้

ดอกไม้ในสายธาร ผลงานรวมเล่ม จากคอลัมน์ ผู้หญิงใกล้วัด ของ
สาวิกา ด้วยปลายปากกาของนักเขียนที่คุณ ชื่นชอบ ไพลิน รุ่งรัตน์
หนังสือดี ภาพประกอบงดงาม เหมาะจะเป็นกำลังใจและเติม
พลังชีวิตสำหรับทุกคน

รายได้จากการจำหน่ายสนับสนุนกองทุนสาวิกาสิกขาลัย
สนใจเป็นเจ้าของหรือนำไปแบ่งปันแต่คนรัก ส่งธนาณัติ หรือ
ตัวแลกเงิน ๗๐ บาท สั่งจ่าย ปณ จรเข้บัว ในนาม จันทนา ศรีมุกดา
เสถียรธรรมสถาน ๒๔/๕ ซอยวัชรพล รามอินทรา ๕๕ เขตลาดพร้าว
กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐ โทรศัพท์ ๕๐๙-๒๒๓๗, ๕๑๐-๖๖๙๗



บรรจงร้อยด้ายคำ รัก ระลึกถึง ห่วงใย ลงใน “การ์ด”
 ส่งจากใจ ให้ญาติ มิตร ทั้งคนไกล ในปีใหม่
 สื่อแทนใจ ได้กุศล ผลหนุนแก่ผู้เด็ก และสตรี
 ให้โลกหนึ่งดงาม และมี “ธรรม” เป็นมารดา



การ์ดปีใหม่ ชุด “ผู้หญิง”
 ภาพวาดลายเส้นดินสอ ฝีมือ
 อาจารย์ จักรพันธ์ โปษยกฤต
 ศิลปินแห่งชาติ สาขาทัศนศิลป์ ปี ๒๕๕๓



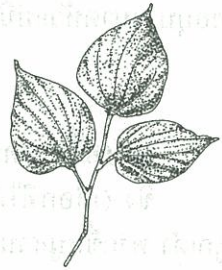
รายได้ทุกบาทจาก “การ์ด” ทุกใบ
 จะนำมาสมทบทุน
 โครงการ “สร้างโลกโดยผ่านเด็ก”
 โครงการ “สาวศึกษาลัย” และ
 โครงการ “ครอบครัวแห่งสติ”



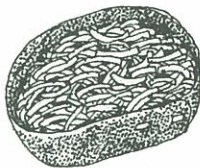
เสถียรธรรมสถาน ๒๔/๕ ซอยวัชรพล รามอินทรา กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐
 โทรศัพท์ ๕๐๕-๐๐๘๕, ๕๐๕-๒๒๓๗



เมี่ยงของพ่อ



บ้านเดิมของแม่พริ้งอยู่ในสวน มีต้นมะพร้าวขึ้นเป็นทิว แถมลูกดอกอีกต่างหาก เวลาเดินผ่านได้ต้นมะพร้าว ต้องคอยระวังดี ๆ เผลอ ๆ ลูกแก่ ๆ อาจตกตั่วบลงมาใส่หัวได้



เพราะมะพร้าวมีให้เคลื่อนไป แกงกะทิกี้แล้ว บวดกี้แล้ว แจกกี้แล้ว ยังเหลือเยอะนั้ก พ่อจึงเกณฑ์ลูก ๆ มาช่วยกันหั่นให้เป็นฝอย วางเกลี่ยบาง ๆ บนกระดาษตากแดดบ้ายที่ชายสวน ตกกลางคืนก็ลูก ๆ อีกนั่นแหละ ที่นั่งล้อมกระทะ ไซ้ไม้พายคว่ำมะพร้าวจนเหลือกรอบ แล้วดักใส่โหลแก้ว แม้งานคว่ำมะพร้าวจะไม่ง่ายและต้องคอยระวังไฟในเตาไม่ให้คุแรงแ่ แต่ลูก ๆ ก็ไม่มีใครบ่น ด้วยรู้ว่า วันพรุ่งนี้เราจะได้กินเมี่ยงคำฝีมือพ่อ ที่ใคร ๆ ชมว่าน้ำเมี่ยงอร่อยนั้ก และที่สำคัญกินเมี่ยงทีไร ก็ต้องพากันไปปู้เสือกินพร้อมหน้าพร้อมตาพ่อแม่ลูกถึงท้องสนามหลวง และได้เล่นว่าวอีกต่างหาก

น้ำเมี่ยงสูตรเด็ด

กะป๋อไบตองเผาไฟ ผสมกับน้ำปลา น้ำตาลปี๊บ เคี้ยวจนเหนียว แบ่งมะพร้าวที่หั่นคั่วไว้แล้วใส่ลงไปเคี้ยวด้วย ใส่ข่าทุบพอบุบ ขนาดหัวแม่มือลงไปสัก ๑ แฉ่ง

๗ เครื่องเครา



จิง (เลือกที่ไม่อ่อนหรือแก่เกินไป) หัวหอม หั่นสี่เหลี่ยม ลูกเต๋า พริกขี้หนูสวนซอยเป็นชิ้นเล็ก มะนาวไข่ ถั่วลิสงคั่ว กุ้งแห้ง

ไบเมี่ยง

ไบทองหลาง ชะพลู (หรือบางครั้งในสวน หาทองหลาง และชะพลูอ่อนไม่ได้ พ่อของแม่พริ้งถึงขนาดเคยเก็บใบมะขมมาห่อกินได้รสชาติอร่อยไปอีกแบบ)





ควันทหลง...

(เจ้าชอง)

กระตงหลงทาง...

“ชีวิตมันก็ต้องมีมั่งแหละเอ็ง มันต้องมีมั่ง”

เป็นช่วงหนึ่งของการสนทนาระหว่างคนเขียนกับนักเขียนหญิงคนโปรดคนหนึ่ง เราเริ่มด้วยการเจรจาเรื่องงาน แต่มาจบลงตรงที่ ขณะนี้เรารู้สึกเหมือนๆ กัน กล่าวคือ ชีวิตช่วงนี้ ‘ไม่เวิร์ก’ เท่าที่ควร มีเรื่องมารบกวนจิตใจ เมื่อเล่าสู่กันฟัง เราสองคนหัวเราะขำพร้อมๆ กัน ด้วยต่างคนต่างไปดู ‘ไฟอิบซี’ กันมา หลังจากแย้มพรายไฟโบเต็ดของตัวให้กันและกันฟังแล้ว คนเขียนได้เปรยว่า ‘ไม่ดีเลย ชีวิตช่วงนี้ไม่ค่อยโอเค’ จึงเป็นที่มาของประโยคข้างต้น

“ชีวิตมันก็ต้องมีมั่งแหละเอ็ง มันต้องมีมั่ง”

เดือนสองเดือนมานี้ คนเขียนรู้สึกขัดใจกับหลาย ๆ เรื่องราว

รอบตัว ดูขัดหูขัดตาไปเสียทั้งหมดทั้งมวล บางสิ่งที่ยากได้กลับ
หายไประหว่างชีวิต ในขณะที่บางอย่างที่เข้ามาก็ไม่อยากได้อะเสียเลย
ดูชีวิตจะไม่มีความสุขดีไม่ว่าจะมองจากมุมไหน และอะไรก็ไม่ร้าย
เท่าสติและสมาธิที่น้อยใจพยักหน้าชวนกันขอพักร้อนในช่วงนี้
ประมาณว่า “เอ็งปกติเมื่อไหร่ก็โทร.ไปบอกแล้วกัน จะรีบกลับมา
อยู่ด้วย ตอนนี้น้ำหนักก็อยู่คนเดียวไปก่อน”

โทษภัยแห่งการไร้สติและสมาธินั้นรุนแรงเพียงใด คนเขียน
รับรู้แล้วโดยคุณิ ได้เคยมีผู้เมตตาตักเตือนในคราวที่คนเขียนอยู่
ในภาวะสติและสมาธิบกพร่องว่า

“ต้องอยู่กับลมหายใจนะ หายใจเข้า...รู้ หายใจออก...รู้ แล้ว
ทุกอย่างจะดีขึ้น...รู้มั๊ย”

คนเขียนตอบสั้น ๆ ว่า “รู้ค่ะ” แต่ในใจตามด้วยประโยคที่ว่า
‘ซาบซึ้งทีเดียวละค่ะ ว่าคนเราต้องอยู่กับลมหายใจ เพราะเคยลอง
ไม่อยู่กับลมหายใจอยู่ครั้งหนึ่ง...เกือบตาย เพราะหายใจไม่ออก
ตั้งแต่นั้นเลยอยู่ด้วยกันมาตลอด’

ลอยกระทงปีนี้ ผู้เขียนไม่มีใจจะไปลอยกระทงที่ไหน คนใกล้
ตัวจึงนำราชมารมาเกษ แล้วเกี่ยวไปนั่งหงอยเหงาท่ามกลางความ
อึกทึกจอแจของเขาวราช มือของเธอแคะเกาถัดส่งให้พลงก็
สาธยายถึงชีวิตในมุมมองต่างๆ ให้ฟัง เมื่อเห็นว่าคนเขียนยังคงนั่ง
(แต่เกาถัดนะ...ส่งหาย...ส่งหาย) จึงถามว่า “คิดอะไรนักหนา
ทุกข์อะไรนักหนา พลังงานมากนั้ใช้มั๊ย ลูกขึ้นเลย เอาพลังงาน
ออกจากตัวบ้าง” ว่าแล้วก็จูงคนเขียนไปตามบาทวิถีที่มีร้านรวง
ประดับประดาไฟสว่างราวกลางวัน ซ้อนนั้นซ้อนนี้จนคนเขียนถือเสีย
เต็ม ๒ มือ ครั้นผ่านกระเบที่เปิดท้ายขายน้ำไปบวบก็หันมา

ทำตาเจ้าเล่ห์ถามว่า “เอ หรือว่าออกหัก เอน้ำไปบัวบกหนอยมัย
จะได้หายซีซ้า” แล้วก็ส่งน้ำสี่เชียวแก่ให้คนเขียน ๑ ขวด


เมื่อกลับขึ้นรถ ก็หันมาถามว่า “หรือจะไปลอยกระทงกัน
ซักหนอย เอาความบ้ากับความทุกข์ลอยไปให้หมด เอมัย”

คนเขียนปฏิเสธ โดยให้เหตุผลว่า “เมื่อเช้าอธิษฐานฝากไป
ในกระทงของ ‘พี่อู๋’ (เจ้าหลานจอมซ่า) แล้ว ทั้งความบ้าแล้วก็
ความทุกข์ ดึกปานนี้คงลอยลงแม่โขงไปแล้วมั้ง เห็นบอกว่าจะไป
ลอยตั้งแต่เย็น”

คนเขียนถึงบ้านเอาเมื่อเวลาเดินสู่วันใหม่ได้ ๒ ชั่วโมงแล้ว
เปิดประตูเข้าครัวหวังจะหাকাแพ่ดื่ม ก็พบกระทงของ ‘พี่อู๋’ ตั้งเด่น
เป็นสง่าอยู่บนโต๊ะทานข้าว ในสภาพไม่ร้อยเปอร์เซ็นต์เหมือนเมื่อเช้า
กระทงทั้งใบยังหมาด ๆ

เคาะประตูถามพี่เลี้ยงของเจ้าหล่อนได้ความว่า พอกระทง
ลอยออกจากฝั่งไปได้สัก ๔-๕ เมตร ‘พี่อู๋’ ก็เริ่มเบะปากร้องไห้
ครั้นลอยไปไกลราว ๑๐ เมตร ‘พี่อู๋’ ก็แผดเสียงลั่นดลิ่งว่า “เอา
กระทงพี่อู๋คืนมา” ร้อนถึงบุพการีต้องจ้างเด็กชายแถว ๆ นั้นให้
ช่วยว่ายน้ำเอากลับคืนมาให้

มิน่าละ คนเขียนยังไม่หายบ้าและทุกข์เสียที

เจ้า ‘พี่อู๋’ นี้เอง 



ปฏิทินข่าว

ประจำเดือนธันวาคม ๒๕๕๓-มกราคม ๒๕๕๔

เดือนธันวาคม ๒๕๕๓

๑-๑๐ ธ.ค.

ปฏิบัติธรรมถวายเป็นพระราชกุศลแด่
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

๒ ธ.ค.

ธรรมเทศนาเรื่อง การปฏิบัติหัวใจ จากท่าน โดบุม ตุลกู
ผู้ใกล้ชิดองค์ทะไลลามะ

๕ ธ.ค. เวลา ๐๗.๓๐ น.

ทำบุญตักบาตรถวายเป็นพระราชกุศล

๗-๘ ธ.ค.

ธรรมเทศนาจากท่าน **ปัสโนภิกขุ** เจ้าอาวาสวัดอภัยคีรี
สหรัฐอเมริกา

๙ ธ.ค.

ธรรมเทศนาจากท่าน **ชยสาโรภิกขุ** เจ้าอาวาสวัดป่านานาชาติ
รำลึกท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ

๑๐ ธ.ค.

เวลา ๐๙.๐๐-๑๑.๐๐ น.

บรรยาย ๔๑ วันในท้องไอชียู คีรีราช : กรณีศึกษาอาหาร
อาหารและมรณภาพ พุทธทาสภิกขุ โดยสันติกโรภิกขุ

เวลา ๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.

วิจารณ์ ตั้งคำถาม และแสดงทัศนะเพิ่มเติม

เวลา ๑๔.๓๐-๑๖.๓๐ น.

โดย **คุณอรศรี งามวิทยาพงศ์**

อภิปรายหัวข้อ บทเรียนจากการอาหาร และมรณภาพของ
พุทธทาสภิกขุ โดย สันติกโรภิกขุ, แมชีตันสนีย์ เสถียรสุด

คุณอรศรี งามวิทยาพงศ์, คุณบุญชา เกลิมชัยกิจ

ดำเนินรายการโดย **พระทวีศักดิ์ จิรัธัมโม** สวดสาธยาย

อัมมบทัง โดยคณะแม่ชีเสถียรธรรมสถาน

๓๐ ธ.ค.-๒ ม.ค.

ปฏิบัติภาวนา "ชีวิตส่องใสที่ใคร ๆ ปรารถนา"

เดือนมกราคม ๒๕๕๔

๑ ม.ค. เวลา ๐๗.๓๐ น.

ทำบุญตักบาตรวันขึ้นปีใหม่

๖ ม.ค.

สมหมายใจ...คนตรี...และชีวิต

โดย **อ.ศุภัญี พนมยงค์** บุญที่ศันกุล และคณะ

สนใจติดต่อ

โทรศัพท์ ๕๐๙-๐๐๘๕, ๕๐๙-๒๒๓๗, ๕๑๐-๖๖๙๗



ระบำ
ภาวนา
...คีตา
แห่งสันติ

มาถึงแล้ว...ในกรุงเทพฯ นี้เอง

ใครที่เคยกรีดกรีดหลังจากร้ออ่านเรื่องราวของงาน **World Festival of Sacred Music** ที่เมืองธัมศาลา ประเทศอินเดีย ที่เคยตีพิมพ์เมื่อหลายเดือนก่อนใน *สาววิกา* แล้วเผื่อคอยวันทำงานนี้จะมีขึ้นในประเทศไทย เวลานี้มีโอกาสดแล้วค่ะ งานธรรมคีตานานาชาติ จะจัดขึ้นที่เชียงใหม่ในวันที่ ๘-๑๐ ธันวาคมนี้ แต่สำหรับหลายๆ ท่านที่มีโอกาสจะไปร่วมงานถึงจังหวัดเชียงใหม่ นั้นยากแสนยาก ทั้งเวลา และทุนทรัพย์จับจ่าย ยังมีโอกาสสุดท้ายอีกครั้ง

ระบำภาวนา ...คีตาแห่งสันติ จะเปิดแสดงในวันพุธที่ ๑๓ ธันวาคม ๒๕๔๓ เวลา ๑๙.๓๐ น. ณ สถาบันปรีดี พนมยงค์ ซอยทองหล่อ สุขุมวิท ๕๕ บัตรราคา ๓๐๐ และ ๕๐๐ บาท ซื้อบัตรที่ ศูนย์หนังสือจุฬาฯ สยามสแควร์, ร้านนายอินทร์ ทำพระจันทร์-รามคำแหง, สถาบันปรีดีพนมยงค์ โทร. ๓๘๑-๓๘๖๐-๑ มูลนิธิ

โกมลคีมทอง โทร. ๔๑๑-๓๗๗๔, ๔๑๒-๐๕๒๖

นาวัง คีซอก เป็นนักดนตรีคนแรกของทิเบตที่เข้าสู่วงการดนตรีระดับโลกด้วยเพลงที่มีลักษณะโดดเด่นเฉพาะตัว มีผลงานบันทึกเสียงวางเผยแพร่ทั่วโลกกับบริษัทบันทึกเสียงถึง ๗ แห่ง บทเพลงของเขาใช้ประกอบในสารคดีเกี่ยวกับทิเบตหลายเรื่อง รวมทั้งเป็นซาวนด์แทร็กของภาพยนตร์เรื่อง *Seven Years in Tibet*

บทเพลงของนาวัง ชิมซำเอาอารมณ์ความรู้สึกและประสบการณ์ชีวิตคนเผ่าเร่ร่อนของทิเบต ผู้สัจจรบหลังจากมีริไปตามทุ่งหญ้าเลี้ยงสัตว์ ขึ้นไปตามยอดเขาสูงที่มีหิมะขาวโพลน นาวังเองยังได้หล่อหลอมจิตใจให้สงบนิ่งด้วยพุทธปรัชญา ซึ่งศึกษาจากการบวชเป็นพระในวัดแถบเชิงเขาหิมาลัยถึง ๑๑ ปี เป็นลูกศิษย์ขององค์ทะไลลามะและลามะท่านอื่นๆ อีกหลายท่าน

เครื่องดนตรีชิ้นเอกของนาวัง คือ ขลุ่ยไม้ไผ่ และ Long Horn ของทิเบต นาวังจะนำถ้อยทำนองอันไพเราะจากดินแดนของทิเบตสู่ผู้ชมด้วยแบบฉบับของการผสมผสานความเก่าแก่และสีสันใหม่ๆ ในโลกของดนตรี เพื่อให้เกิดสันติภาพในใจทุกดวง การแสดงบทสวดและเต้นรำ พระทิเบต ๘ รูปจากวัด Tashi Drargye ทางอินเดียตอนใต้ นำเสนอแก่นแกนของพุทธปรัชญาผ่านบทสวดอันขรึมขลัง สอดประสานกับการเต้นรำรวมหมู่ตามแบบแผนประเพณีดั้งเดิมของพระทิเบต โดยสวมหน้ากาก เช่น แร้ง ผู้เปรียบเสมือนศัตรูของพระธรรม กวางและวัวป่าขนยาว และจำวแห่งสุสาน อยู่ในชุดโครงกระดูก ทั้งหมดจะออกเปิดประตูสู่โลกแห่งพุทธปรัชญาผ่านรูปแบบบรรยากาศน่าที่มีลีลาการเคลื่อนไหวที่สื่อความหมายลึกซึ้งยิ่ง

งานนี้จึงไม่อาจพลาดได้ค่ะ



เมล็ดพันธุ์แห่งศานติ
ในเนื้อผลแห่ง
ความรุนแรงของ
ท่อก๊าซไทย - มาเลเซีย

คนส่วนใหญ่ (ว่าแต่ท่านเป็นคนส่วนใหญ่ด้วยหรือเปล่าคะ) ที่จู่ ๆ เพิ่งตื่นตามข่าวประชาพิจารณ์ท่อก๊าซไทย-มาเลเซีย ซึ่งฉบับล้นก็ปะทุโด่งดังเป็นข่าวทีวีทุกช่อง ทุกหนังสือพิมพ์พาดหัว ช่วง ๒๑-๒๒ ตุลาคมที่ผ่านมา ภาพข่าวที่ออกมาเห็นผู้คนต่าง ทูบถีบทลายประตู่ เขวี้ยงกันหัวร้างข้างแตก เลือดตกยางออก

คนส่วนใหญ่ตื่นตกใจ แล้วก็บอกว่าพวกประท้วงรุนแรง เสียภาพลักษณ์คนเมืองหาดีใหญ่ พาลให้เกิดความชัง แฮ่! จู่ ๆ ก็สร้างบาปจันในใจ

ท่านตรวจสอบทฤษฎีได้นะคะว่าท่านเป็นคนส่วนใหญ่หรือ

เปล่า ถ้าท่านเริ่มมีความคิดแวบแรก ตอนที่ยังไม่ทันตั้งสติได้ตรง
ข้อมูลให้ถวนถึรอบด้าน ได้ฟังจริง ๆ ในสิ่งที่มากกว่าข่าว ฟังชีวิต
ของชาวบ้านด้วยว่า ทำไมชาวบ้านถึงไม่เอาท่อก๊าซ ไม่ทันได้ใช้
โยนิโสมนสิการ ...แล้วปากไวกว่าสติ ตัดสินไปก่อนว่าเป็นเรื่อง
ขัดขวางการพัฒนาประเทศชาติ เป็นเรื่องของคนกลุ่มหนึ่งเท่านั้น

ขอเวลาแห่งการเดินทางแห่งสติเท่านั้นเอง เพราะเมื่อท่าน
เข้าใจความรุนแรง ท่านจะเป็นคนหนึ่งที่แปรเปลี่ยนความรุนแรง

ก็ครั้งแล้วที่เหตุรุนแรงเกิดขึ้นเขย่าจริยธรรม แล้วท่าทีของ
ชาวพุทธ คือเมินเฉย ทุกครั้งที่ความรุนแรงบังเกิดขึ้น เมล็ดพันธุ์
ความรุนแรง จักแผ่กว้างในใจของกลุ่มชน แต่หากเราทำความเข้าใจ
ในสาเหตุของความรุนแรง เมล็ดพันธุ์แห่งสานติย่อมรุกไล่ให้เอง

คนส่วนใหญ่ไม่ต้องการความรุนแรง ขอให้ความปรารถนา
อันเป็นกุศลจิตนั้นตั้งมั่นและกอบปรด้วยปัญญา จนเป็นทิศทางของ
ผู้คน

โยนิโสมนสิการ เครื่องมือตรวจสอบของชาวพุทธ ในความ
หมายที่เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ที่อาจารย์สุลักษณ์
ศิริรักษ์ ได้กล่าวในงานประชุมสุดยอดผู้นำศาสนาและจิตวิญญาณ
เพื่อสันติภาพโลก เมื่อเดือนสิงหาคมที่องค์การสหประชาชาติ
นิวยอร์ก ความว่า

“...ข้อสำคัญคือการรู้จักฝึกตนให้สงบ ให้เกิดสันติภาวะ
ภายใน คือ ให้เกิดพืชพันธุ์แห่งสันติสุข แล้วภาวนาต่อไป ไม่ยึด
คิดในตน รู้จักวิเคราะห์เจาะลึกลงไปในเรื่องของตัวเอง ไม่เห็นเป็น
แก่นสารในอาการอันเห็นแก่ตัว หรือยึดมั่นในตัวกูของกู โดยรู้ว่า
แต่ละคนควรดำรงชีวิตเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่นและสัตว์อื่น



รวมตลอดจนธรรมชาติที่แวดล้อมในสกลจักรวาล...”^{*}

ผู้เขียนเป็นคนเมืองหาดใหญ่ ตั้งแต่เริ่มอ่านออกเขียนได้ชั้นประถม...จากบ้านไปทำงานหลายแห่งหลายที่ กลับคืนบ้านจวบจนปัจจุบันนี้...เราก็มียกนายนกเทศมนตรีคนเดิม (นับเนื่องมา ๒๘ ปีแล้ว) ตอนเขาทำประชาพิจารณ์ท่าอู่ก๊าซไทย-มาเลย์ ครั้งที่ ๑ ที่หอประชุมเทศบาลนครเมืองหาดใหญ่ เมื่อ ๒๕ กรกฎาคม ผู้เขียนเดินทางอยู่ที่ญี่ปุ่น

ประชาพิจารณ์ครั้งที่ ๒ เมื่อวันที่ ๒๑ ตุลาคมที่ผ่านมายังกรุ่นโกรธตามฟ้องตามข้อออกหมายจับกันอยู่ ...ก่อนเหตุการณ์รุนแรงจะเกิดขึ้นหลายฝ่าย เช่น กลุ่มเครือข่ายพลเมืองสงขลา ร่วมกับกลุ่มนักวิชาการอิสระ ได้ทำหนังสือร้องเรียนผ่านผู้ว่าฯ ถึงคณะรัฐมนตรี ขอให้พิจารณาเลื่อนการทำประชาพิจารณ์ออกไปก่อน หรือแม้แต่คณะกรรมการสิ่งแวดล้อม สมาชิกวุฒิสภาเองก็ได้ยื่น

^{*} เสขิยธรรม ฉ.๔๖ ปีที่ ๑๐ ตุลาคม-ธันวาคม ๒๕๔๓ หน้า ๗๓ คำแปลสุนทรพจน์ของ ส.ศ.๒.

หนังสือถึงคณะรัฐบาลในสาระเดียวกัน

ได้ยินความเห็นที่ตรงข้ามกับมูทิตาจิต “ผู้หญิงคนที่ไปนั่งประท้วงแล้วเลือดอาบหน้า ...อยากไปนั่งบ้ำประท้วงอยู่ทำไม”

ใช่ค่ะ เธอไปนั่งประท้วงทำไม คงไม่ใช่เพราะเธอเป็นเอ็น-จีโอหรือคณะคะ หรือเธอได้ค่าจ้างมา...หลายคนคงนึกอย่างนี้

ผู้หญิงคนนั้นคือ อิศรา เจียมวิทยานุกุล หรือคุณไก่ คนทำงานด้านศาสนธรรมเพื่อสังคม คุณไก่คือผู้หญิงอดทน มุ่งมั่น และทุ่มเทตัวเอง ผู้ปิดทองหลังพระ แต่ไม่ได้หมายถึงว่าเธอจะหันองค์พระเอาเบื้องหลังมาไว้ข้างหน้าหรือคณะคะ เธอเป็นที่มางานและผู้ประสานงานขบวนการธรรมยาตราเพื่อทะเลสาบสงขลาที่ผ่านมาทั้ง ๕ ครั้ง ๕ ปี

เธอเป็นคนแรก และคนสุดท้ายที่จะสำรวจว่าห้องส้วมของวัดหรือสถานที่ที่เรา (คณะธรรมยาตราฯ) ไปใช้ว่าได้ทำความสะอาดให้เขาหรือยัง ลงมือขัดเอง และไม่บ่น ไม่ยกตัวเองว่าฉันทำดี คนอื่นไม่ทำ เธอต้องเป็นเมล็ดพันธุ์อหิงสาของท่านคานธีที่ปลิวมาตกและงอกงามในเมืองไทยแน่ๆ

เสียงของเธอผ่านไมค์เวทีจากข้างล่าง ที่สภาอาจารย์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จัดขึ้นที่ตึกหุ่นยนต์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ เมื่อวันที่ ๒๖ ตุลาคมที่ผ่านมา เพื่อแถลงข้อเท็จจริงประชาพิจารณ์ ถือได้ว่าเป็นเวทีที่กลายมิตร์ของสังคม เธอกล่าวว่า

“ดิฉันไม่ต้องการเป็นคนดัง ไม่ชอบที่จะตกอยู่ในฐานะดังกล่าว แต่ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร” (เพราะเธอตกเป็นภาพข่าวหน้าหนึ่งของหนังสือพิมพ์ทุกฉบับ การ์ตูนล้อเลียน และทีวีทุกช่อง)

คุณไก่ ผู้หญิงที่เลือดไหลอาบหน้า เพราะอาจถูกก้อนหิน

ตกมาโดนหน้า แม้จะเจ็บเพียงสองเข็ม แต่การที่คนคนหนึ่งตัดสินใจ
ไปนั่งอยู่ตรงประตูหลัง (ประตูที่สี่ของสนามกีฬาจิระนคร เมือง
หาดใหญ่) ซึ่งเป็นประตูที่มีคนนั่งอยู่น้อยที่สุด และตระหนักรู้ด้วย
ว่าอาจถูกลุย อาจต้องเจ็บตัว ก็นับเป็นจิตใจที่กล้าหาญ

ภาพวิดีโอที่ฉายให้ดูจากกล้องของฝ่ายผู้คัดค้านต่อก๊าช จะ
เห็นว่าแนวของหน่วยตำรวจพื้นที่ ที่เดินหน้าดับเท้าประหนึ่งกองทัพ
หุ่นยนต์ ดาหน้าด้วยโลโก้ เดินลุยนักศึกษาและชาวบ้านที่ตั้งแถว
นั่งอยู่

ประเด็นที่คุณไก่อ่ยถึง แสดงความเข้าใจ (สัมมาวาจาในภาค
ปฏิบัติกรที่ต้องมีฐานความจริงรองรับ และมีความกล้าที่จะสื่อ)
เสียงที่บอกเล่านั้นไม่มีอารมณ์ของความเคียดแค้น หรือกรุ่นโกรธ
แต่มีพลังแรงกล้าที่จะบอกถึงความเป็นจริงให้ได้ประจักษ์ เพราะที่
ผ่านมา เสียงฝ่ายเอาต่อก๊าชที่เป็นเสียงนุ่ม ๆ มีจังหวะจะโคน ต้อง
ด้วยเหตุและผล คมวาจา กลบทุกเสียง รวมทั้งบดบังจริตต่าง ๆ
ที่ขับเคื่อนอยู่ภายใน

เธอเอ่ยถึงเจ้าหน้าที่ตำรวจซึ่งตกอยู่ในฐานะที่น่าเห็นใจ พวกเขา
ทำหน้าที่ได้ดี ไม่อย่างนั้นเหตุการณ์จะต้องรุนแรงกว่านี้

แล้วเธอยังเล่าภาพที่สวยงามในเสี้ยวขณะจิต ท่ามกลาง
ความซุลมุนของสายฝนก่อนหินที่พรั่งพรูเหนือศีรษะ บรรยากาศ
อิงอวลด้วยความโกรธแค้นที่ถูกกดตัน ถูกกดข่มไว้ เธอเองเลือด
ไหลย่อยลงมาอาบหน้า พบว่าตัวเองเป็นคนเดียวที่ตกอยู่ในวงล้อม
ของเหล่านายตำรวจ...

ไม่คิดว่าจะได้เห็นภาพสวยงามในเหตุการณ์ที่สับสนวุ่นวาย

แต่ก็มีให้เห็น นายตำรวจร้องเรียกชาวบ้าน “หลบ เข้ามาเร็ว ๆ” แล้วนายตำรวจกับผู้คัดค้านก็หลบสายฝนก้อนหินอยู่ได้ไล่เดียวกัน ประเด็นที่สอง อย่างมองว่าเหตุการณ์ความหุดมุนโอะสะพอที่ เกิดขึ้นว่าเป็นความเลวร้ายรุนแรง คุณโก๋บอกว่ายังรุนแรงน้อยกว่าที่เราหัวน ๆ กัน ต้องไม่ลืมว่า ชาวบ้านผู้คัดค้านที่มานี้ เขาถูกกดดันให้อยู่ในบรรยากาศของความขัดแย้งทางความคิด (เอาท้อก้าซ และไม่เอาท้อก้าซ) จากวิถีชีวิตซึ่งเคยมีความเกื้อกูลกันในชุมชน เป็นความขัดแย้งที่ยืดเยื้อมาสองปีกว่าแล้ว

ฝ่ายคัดค้านก็ได้ทำทุกอย่างแล้ว ทำความเข้าใจโครงการ ไปดูงาน หาความรู้จากผู้รู้ ทั้งพูด ทั้งร้องเรียน ทั้งยื่นจดหมายคัดค้าน แสดงความไม่เห็นด้วยมาตลอด...รวมทั้งประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ทั้งชุมชนพี่น้องไทยมุสลิมและไทยพุทธ และเป็นงานที่ผู้หญิง แม่บ้านตื่นตัวมากที่สุดเท่าที่เธอเคยเจอ อันส่งผลต่อทั้งครอบครัว คือเมื่อแม่ไม่เอาท้อก้าซ ลูกก็ไม่เอา สามีกก็ไม่เอา งานประท้วงนี้ชาวบ้านเขาเตรียมใจมาเป็นพันฟอง น้ำบูดูใส่ถุงกะ (ไม่ใช่ขวด) เอามาเขวี้ยงเพื่อที่จะหยุดนายตำรวจ พวกชาวบ้านเพียงต้องการหยุด ไม่ให้นายตำรวจเข้ามา ไม่ให้มีโครงการท้อก้าซ และไม่ต้องการใช้ความรุนแรง แต่หยุดไม่ได้

...ไม่มีใครได้ยินเสียงพวกเขา เขาทำมาหมดแล้วทุกขั้นตอนในรอบสองปี

นี่คือเสียงหนึ่งของผู้หญิงผู้อดทนและมั่นคงในแนวทางที่ถูกต้องชอบธรรมมาตลอด ดิฉันถามเธอว่า “คุณโก๋ไม่กลัวหรือ” เธอตอบสั้น ๆ ว่าไม่กลัว “ตอนที่เจ็บใหม่ ๆ ก็โกรธ แต่เมื่อได้คิด ก็ไม่โกรธแล้ว โก๋ไม่ต้องการความรุนแรง” เมื่อครั้งที่ดร.จอห์น แมคคอนแนลลงมาทำการฝึกอบรมที่

หาดใหญ่ คุณไถ่มาคุยหาหรือเป็นการส่วนตัวกับดร.จอห์น เพราะสนใจที่ประยุกต์หลักศาสนธรรมมาแก้ไขความขัดแย้ง ที่เล่าเรื่องนี้เพื่อให้เห็นว่าเธอเปิดกว้างที่จะหาทางที่ดีที่สุด เหตุการณ์พามาอย่างนี้ เราหวังว่าจะรุนแรงกว่านี้ด้วยซ้ำ

หัวหน้าข่าวของทีวีช่องเก้า คุณอรรรณพ เขาเห็นว่าโครงการต่อก๊าชเป็นเรื่องใหญ่และสำคัญมาก แต่น่าแปลก ข่าวนี้อาจไม่ได้รับความสนใจจากสาธารณชน

“เมื่อสามปีที่แล้วพูดเรื่องนี้ไม่มีใครรู้เรื่อง แต่ภายในสองปีหลัง ชาวบ้านเรียนรู้ได้เร็วมาก ยืนยันก็ให้ใครก็พูดได้ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย และที่น่าสนใจคือสัมภาษณ์ครั้งแรกชาวบ้านเห็นด้วย แต่สัมภาษณ์ครั้งหลัง ชาวบ้านคนเดิมบอกว่าไม่เห็นด้วย... นี่เป็นความล้มเหลวของสื่อ (พวกผม) ที่เราไม่อาจทำให้สังคมเข้าใจข้อเท็จจริงได้”

คุณหมอนรินทร์ พิทักษ์วัชร เลขานุการคณะกรรมการด้านสิ่งแวดล้อม สมาชิกวุฒิสภา ท่านอุตสาหะเดินทางไกลมาจากอุบลราชธานี กล่าวว่า

“อย่าได้แบ่งว่าเขื่อนปากมูลเป็นเรื่องของคนอุบล ต่อก๊าชไทย-มาเลย์เป็นเรื่องของคนสงขลา หากจะดูปรากฏการณ์ความรุนแรง ความรุนแรงที่เกิดขึ้นเลือดตกยางออกบ้าง หัวร้างข้างแตกบ้าง เป็นความรุนแรงที่จับจ้อย...”

เราต้องดูความรุนแรงในระดับโครงสร้างของสังคมไทยที่ผ่านมายบประมาณแผ่นดินถูกโกงกินไปถึง ๒๐ เปอร์เซ็นต์ในแต่ละปี หนี้ที่ก่อโดยรัฐวิสาหกิจถูกโอนเป็นหนี้ของประชาชน...

โครงการที่สร้างก็เพื่อให้นักกลุ่มหนึ่งได้ใช้ทรัพยากรพลังงานมากขึ้น เพื่อผลิตให้ได้มากขึ้น เพื่อสนับสนุนระบบบริโภคนิยม



เท่านั้นเอง...

ความสูญเสียที่เราอาจไม่เคยคิดกันคือ การสูญเสียทางด้าน
สังคม วิถีชีวิต วัฒนธรรม จิตวิญญาณ หากสูญเสียไปแล้วไม่อาจ
เทียบได้ว่าเป็นพันล้านหรือหมื่นล้าน...”

กระบวนการประชาพิจารณ์ตั้งอยู่บนพื้นฐานรัฐธรรมนูญ
ฉบับใหม่ที่ประกาศใช้มาสามปีแล้ว เพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้
อันนำไปสู่ปัญญา

หากใครไม่รู้ มีวิชา ก็ทำให้เขามีวิชา หากเขาไม่เข้าใจก็
ทำให้เขาเข้าใจ หากเขามีความเกลียด ก็ทำให้เขามีความรัก ให้เกิด
ความเมตตา...นักการเมืองห่างไกลประชาชน ไม่ได้ทำงานกับ
ประชาชน ไม่เข้าใจทุกข์ของผู้คน ไม่อยู่กับทุกข์ของผู้คน

ในยามดึกเรียดที่ชาวบ้านเดียวกันต้องร้าวฉาน การนำเอา
วิชาการมาใช้ประโยชน์เพื่อสังคม นับเป็นเวลาที่กลยามมิตรที่เกื้อกูล

ซึ่งกันและกัน

ทำให้คิดถึงคำเจริญพรของหลวงปู่พุทธทาสเมื่อหลายปีแล้ว พวกเราไปกราบท่านในวันล้ออายุ กลุ่มเราแม้จะไม่ใช่นักศึกษา แต่ท่านก็ให้พรเราว่า อย่าเอาแต่เป็นหมาที่เห่าหอนในสังคม ให้เป็นหมาที่เลียบาดแผลของสังคมบ้าง เรามีแต่หมาที่เห่าหอนในสังคม

...ฟังเสียงชาวบ้านที่เป็นแม่บ้านบ้างนะคะ นางอารียา หมะเด บ้านในไร่ ต.ดลิ่งชัน อ.จะนะ จ.สงขลา หมู่บ้านที่ทอก้าซิ่นฝั่งพอดิ

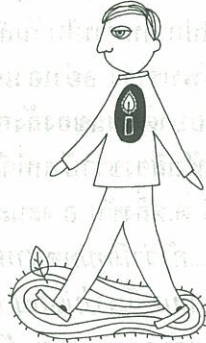
“...คำว่านิคมอุตสาหกรรมคือ “กรรม” เรว่าอยู่เฉยๆ เรายัรับกรรม แบบนี้เราไม่ชอบ เขาก็พูดว่า อยู่แล้วไม่เอาบ้าง (อยู่แล้วเป็นคล้ายคำอุทาน ตายแล้ว ทำไมไม่เอา-ผู้เขียน) ความเจริญในหมู่บ้าน เรายัถามว่า ความเจริญในจุดนั้นคืออะไร แล้วทุกวันนี้เจริญแล้วไหม ไม่เจริญทีเหอ ไฟฟ้าก็มี ถนนก็ยังมี จะเอาแบบรวดยาง รวดปูนก็มี จะเอาอะไรอีก

ถ้าหวังดีจริงนะ ทะเลเห็นใหม่ ลองทำเข้าให้ดีแลที ทำเป็นใหม่ นั้นแหละที่ชาวบ้านต้องการ งานอยู่ในทะเล ข้าวสารอยู่ในเล ลูกเรียนหนังสืออยู่ในเล รู้ใหม่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างของคนที่นี่อยู่ในเล ทำเป็นรู้ดีพัฒนาอย่างอื่น...”^๒

ชาวบ้านเขาจริงใจ ตรงไปตรงมาอะ อาจไม่หวานหู แต่ไม่ต้อมาขมใจทีหลัง เธอรักษาบ้านเธอ ก็เหมือนรักษาบ้านเราทุกคน แล้วผู้คนยังไม่เข้าใจเธออีก 

^๒ จากหนังสือ ทำไมต้อค้ำทนทอก้าซไทย-มาเลย์ จัดพิมพ์โดย คณะกรรมการประสานงานองค์กรพัฒนาเอกชนภาคใต้ ๑๓๒/๒ ซอย ๑๐ ถนนราษฎร์รุทธิศอ.หาดใหญ่ จ.สงขลา : พิมพ์ครั้งที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๓.

คุยกับแม่...



“กระทบ...แต่ไม่กระทบ” คำนี้มีความหมายลึกซึ้งและ
กินใจมากเหลือเกิน เพราะทุกวันนี้ที่เรา *กระทบกระทบ กระเทือน*
จิตใจกัน ก็เพราะเราหมายมั่น ยึดมั่นคำพูดนั้น ที่หมายมั่น ยึดมั่น
ก็เพราะเราขาดสติ เราจึงโกรธ! ทำความเสียหายให้เกิดขึ้นทั้งคน
พูดและคนฟัง

ถ้าขาดสติ เกิดกระทบ มันก็กระทบทุกที

ถ้ามีสติ ถึงแม้กระทบ เราก็ไม่กระทบ เมื่อไม่กระทบ
มันก็ไม่กระทบทั้งสองฝ่าย เกิดประโยชน์ทั้งคู่

ข้อคิดข้างต้นนี้ ผมได้จากการคุยกับ... ‘แม่’ แม่ที่มุ่งมั่นเพื่อ
ให้คนเรามีสติ หันมามองภายใน มิใช่ภายนอก ท่านแนะนำให้มอง
ที่ใจ มองด้วย ‘สติ’ นอกจากการแนะนำด้านทฤษฎีแล้ว ช่วงบ่าย
ท่านยังช่วย ‘ฝึกสติ’ ให้แก่พวกเราในภาคปฏิบัติ ด้วยการนำเดิน
อย่างมีสติในทุกย่างก้าว...เข้าไปในป่า (ที่ตั้งอยู่ในเมือง ช.วัชรพล

ถ.รามอินทรา กม.๖) ป่าที่สวยงามร่มรื่น ชวนให้เราอยากมอง และบางครั้งก็เพลิดเพลิน สอดสายสายตาและจิตใจไปสำรวจ พอนึก ได้ก็รีบหายใจเข้า พุท หายใจออก โธ เพราะท่านนะให้จูงจิตกลับ มาด้วย *ลมหายใจ เข้า-ออก* หรือทำสัมผัสดิน

ขณะเดิน ถ้าขาดสติ บางทีจะเดินเร็วเกินไป เพราะจิตไม่อยู่ กับลมหายใจ และพอเดินเร็วไป ก็รู้สึกว่าคุณที่อยู่ข้างหน้าเราเดิน ช้าจัง บางทีรู้สึกอึดอัดว่า *ไม่รู้จะเดินไปไหน ถึงเมื่อไร* ส่งจิตออก นอก ความคิดอื่นก็เริ่มเข้ามาแทน วุ่นวาย หลายเรื่อง

พอจิตกลับมา ลมหายใจก็ละเอียด กิริยาท่าเดินก็มั่นคง ก้าวอย่างอย่างช้าๆ แต่คนข้างหลังที่ส่งจิตออกนอก (เหมือนที่เรา เคยเป็น) ก็รู้สึกว่า “เราเดินช้าจัง” จนบางทีเดินมาชนเรา หรือ เดินแซงตัดหน้าไปเลย เขาคงรู้สึกเหมือนที่เราเคยรู้สึกเมื่อไม่มีสติ เราดูและเข้าใจเขาดี จึงไม่โกรธ (มีสติ กระทั่งแต่ไม่กระแทก) และพยายามเดินก้าวทำให้ยาวขึ้น แต่ยังคงให้มีสติกำกับอยู่

ระหว่างการเดินโดยการนำของ ‘แม่’ ช่วงที่มีสติกำกับนั้น เกิดความรู้ตัวตื่นตัว บางทีก็ขงลุก เหมือนตัวขยายใหญ่ มีพลัง บางอย่างกระจายออกมาทางผิวหนัง ทำยทอย รู้สึกปีติ มีความสุข แต่บังคับให้เกิดไม่ได้ ใ้ดับก็ไม่ได้ มันเกิดแล้วหายไปเอง ซึ่ง ‘แม่’ พุดดักไว้ก่อนแล้วว่าอย่าไปสิงโลกกับมัน หายใจให้ละเอียด รับรู้ มันก็พอ

บางช่วงขณะเดิน เห็นใบไม้ร่วงหล่นลงมา ก็คิดว่า *ใบไม้* ที่ ร่วงหล่นเพราะถึงเวลาของมันต้องจาก *ต้นไม้* ไป จิตก็บอกตัวเอง ว่าอีกไม่นาน *เรา* ก็เหมือนกัน ต้องจาก *ครอบครัว* และจาก *โลก* นี้ไปเมื่อถึงเวลาเช่นกัน ไม่มีใครฝืนธรรมชาติได้เลยสักคน

อีกจุดหนึ่งของความคิดที่เกิดขึ้นมาเองใน ‘จิต’ ก็บอกว่า

การฝึกเดินอย่างมีสตินี้มีประโยชน์มหาศาล และเป็นการปฏิบัติ โดยตรงที่นำไปสู่ การพัฒนาจิตใจให้มีกำลังรับรู้ ‘สภาวะกระทบ’ แล้วมีสติ รู้ตัว ไม่ได้ตอบ เป็นการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุอย่างแท้จริง แต่ต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอจนเกิดความชำนาญ สามารถ ใช้งานได้อย่างคล่องแคล่ว ทันต่อ ‘เหตุการณ์’ แล้วจะไม่หงุดหงิด ง่าย โกรธง่าย เหมือนที่ ‘แม่’ พุดไว้ในช่วงเช้าจริงๆ (หลังจาก กลับมาที่บ้าน มีเรื่องมากระทบ ๒ ครั้ง แต่เราไม่ได้ตอบ ไม่กระแทก กลับไป เรื่องนั้นก็เงียบสงบลงทั้ง ๒ เรื่อง ใจเราก็เบาด้วย)

เมื่อเห็นประโยชน์ที่เกิดขึ้น ก็รู้สึกสงสารตัวเอง และเพื่อน ร่วมทุกข์ เกิดแก่เจ็บตาย ที่หลงโกรธ หลงโทษผู้อื่น ว่าพวกเรา ยัง *ขาดสติ* กันอีกมาก ทำอย่างไร ตัวเราและคนทั่วไปจะได้ *ฝึกสติ* กันมากขึ้นเรื่อยๆ เพื่อลดปัญหาครอบครัว ปัญหาสังคม ปัญหา เศรษฐกิจ ปัญหาการเมือง ทำเรื่องใหญ่ให้กลายเป็นเรื่องเล็ก ทำ เรื่องเล็กให้ระงับหมดไป สันติภาพของโลกคงเริ่มต้นที่ตัวเราเอง และเริ่มต้นด้วย ‘สติ’ นั่นไง แม่จึงเพียรพยายามให้พวกเรามี ‘สติ’ โดยเริ่มต้นจาก *การเดิน* ก่อน


ขนาด ‘แม่’ มีสติท่านเดียว ท่านยังสามารถทำประโยชน์ ให้เกิดขึ้นแก่สังคมและพวกเราได้มากมายขนาดนี้ หากพวกเรามี สติกันมากๆ คนที่อยู่รอบข้างเราคงมีสติเพิ่มขึ้น และมีความสุข ในสังคม ในชุมชนของเราอย่างแน่นอน เพราะ...

“คนมีสติ จะขยัน และทำงานถูกทิศทาง” และงานฝึกสตินี้ ก็คืองานที่ถูกทิศทางที่สุดในการแก้ปัญหาทั้งหมด

วันนี้ที่ได้มารู้จักที่นี่ (เสถียรธรรมสถาน) และได้มาพูดคุย กับ ‘แม่’ (แม่ชีศันสนีย์ เสถียรสุต) ทำให้ความรู้สึกเดิมที่มีต่อคำ

ว่า *วัดและแม่ชี* เปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิง (เพราะเราเคยเห็นแต่ *วัด* และ *แม่ชี* ที่ไม่ปฏิบัติ เหมือนเราเห็น *พระ* ที่ไม่ปฏิบัติบางรูป แล้วมือคึดต่อ *พระ* หรือ *แม่ชี* ทั้งหมด) จึงอยากเชิญท่านที่มีปัญหาทุกข์ทางใจ แต่ไม่รู้จะไปที่ไหน จะปรึกษาใคร จะแก้ปัญหายังไง แวะไป เสถียรธรรมสถาน ได้ทุกวัน หรือถ้าสนใจจะไปสนทนาธรรม หรือแก้ไขปัญหาชีวิต การงาน ปัญหาครอบครัว *ฝึกสติด้วยวิถีเดินจงกรม* เพื่อแก้ไขปัญหาทั้งปวง เชิญวันเสาร์-วันอาทิตย์ ไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

บรรยากาศที่ เสถียรธรรมสถาน ช่วงร่มรื่นสวยงาม สะอาด และมีระเบียบเรียบร้อย แสดงถึงความงามทางจิตใจอย่างหนึ่ง ที่แสดงออกมาเป็นรูปธรรม ในขณะที่บรรยากาศแห่งการสนทนาธรรม กับ... ‘แม่’ ก็อบอุ่น เมตตา เหมือนคุยกับคุณแม่ของเราจริง ๆ เพียงแต่ท่านเป็น ‘แม่ทางจิตวิญญาณ’ ของพวกเรา ที่พร้อมจะช่วยเหลือลูก ๆ ให้มีสติตื่นอยู่เสมอ เพื่อรับรู้ตามความเป็นจริง ไม่ปรุงแต่งไปให้เกิดทุกข์ ตามแนวทางพุทธศาสนา โดยไม่มีสิ่งใดแอบแฝง ซึ่งพิสูจน์มาแล้วหลายปี และวันนี้ผมก็ได้มาพิสูจน์ด้วย ‘ใจ’ แล้ว

ผมขอกราบขอบพระคุณ ‘แม่’ ที่ให้ธรรมปฏิบัติเรื่องสติครั้งนี้ และกราบอนุโมทนาบุญคุณอันยิ่งใหญ่ที่ท่านได้เมตตาต่อ ‘ลูกหลาน’ ผ่านโครงการต่าง ๆ มากมาย และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้มีโอกาสฝึกสติตนเองอย่างต่อเนื่อง ‘จุดดั่งสายน้ำที่ไม่ขาดสาย’ และช่วยให้ผู้อื่นได้มีโอกาสสัมผัส ‘สติ’ เช่นตัวเราบ้างครับ 

ทำไมเดี๋ยวนี้มี
ข่าวไม่ค่อยดีกับพระเสมอ



พระสอนให้ญาติกันจะ



ดีหรือ...ดีอย่างไร



คิดตอนสวดให้พระฟังจะ



เพื่อนทุกซึก

หมดรัก

หมดรักในดวกรรยาอย่างไมม่เหตุดผล ไมม่คนใหม่ และ
ไมม่มือที่สาม หมดจะบอกเธออย่างไรดี

‘สามีผู้ไรใจ’

ตอบ คุณ ‘สามีผู้ไรใจ’

ควรจะมองเรื่องนี้อย่างคนไมม่เห็นแก่ตัว ถ้ามองอย่างเห็น
แก่ตัว จะเอาตัวเองเป็นหลัก เป็นศูนย์กลางของจักรวาล คุณอาจ
ไมม่เหตุดผล ไมม่คนใหม่ และไมม่มือที่สามด้วย แต่ทั้งหมดมีตัว
คุณที่ก้าลังเห็นแก่ตัว ถ้าอยากจะบอกกรรยาว่าหมดรัก ก็ลองตั้ง
คำถามกับเธอว่า คุณยังรักหมดอยู่หรือเปล่า ถ้าเผื่อว่ากรรยาบอกว่า
ฉันยังมีความสุขที่ยังรักคุณ คุณอาจบอกเธอว่า มีวิธีอะไรใหม่
ที่จะช่วยให้ผมมีความสุขที่ยังรักคุณต่อไป นี่เป็นการบอกเธอโดย
วิธีตามก่อน ถ้าอยู่ด้วยกันแล้วมีปัญหาที่แยกกัน้อย่างคนที่ม่ปัญหา

ดีกว่า แต่ถ้าจะแยกกันอย่างคนมีปัญญาอีก คุณก็อาจจะไม่มีโอกาส
ได้ค้นพบตัวเองเลย

ขอแนะนำให้คุณมีตัวเองเป็นเพื่อน คุณไม่รักคนอื่นก็อย่า
ลืมที่จะรักตัวเอง เวลาที่รักตัวเองอย่างมีปัญญา คุณจะไม่เอาตัว
เองเป็นศูนย์กลาง แต่คุณจะเป็นจุดเล็กๆ ในจักรวาลเท่านั้น

ตอบ โทหกด้วยโทหกดีไหม

การที่เราโทหกคนที่โทหกเราเสมอๆ ถือเป็นการผิติดคิดใหม่
หรือเป็นเพียงการตอบแทน ชนิดที่ว่าเขาทำอะไรก็ได้ อย่างนั้น

‘เต็มพร เต็มพันธ์’

ตอบ คุณเต็มพร เต็มพันธ์

อันนี้คงไม่ใช่เป็นกรณีการตอบแทนที่ทำอะไรก็ได้ อย่างนั้น
เพราะว่าการที่มีคนโทหกเรา คนที่โทหกก็กำลังทุกข์เพราะโทหก
ส่วนถ้าเราโทหกคนอื่น เราก็กำลังทำเหตุแห่งทุกข์ในการโทหกคน
อื่นเช่นกัน ไม่ใช่เพราะว่าเขาโทหก เราจึงต้องโทหกเขา แล้วถือว่า
เสมอกันคือ ผิติดคิดเสมอกัน

ที่ถูกคือ ต้องมีความเสมอกันด้วยสติ ถ้ารู้ว่ามีคนโทหก
เราก็อาจจะเป็นเพราะว่า เรามีเหตุผลของเขา แต่เรารู้เท่าทันแล้ว
ไม่เอาเรื่องคนนั้น ก็ถือว่าคนที่โทหกเราเป็นคนกระทำ ส่วนเราผู้
มีความแข็งแรงทางใจ ไม่ว่าจะทำอะไร เราก็ไม่ถูกกระทำ แต่
หากเราใช้วิธีโทหกตอบ แสดงว่าเราเป็นคนขาดความมั่นใจในตน
และถ้าเราพูดโทหกบ่อยๆ คำพูดของเราจะไม่ศักดิ์สิทธิ์ เป็นเหตุ
ให้เราจะยิ่งขาดความมั่นใจในตน และนั่นคือการรับผลแห่งกรรม
ที่เราก่อขึ้นเอง

เราจึงไม่ควรโกหก หวังว่า คุณจะใช้ชีวิตอย่างคนมีวาจา
ศักดิ์สิทธิ์ คือไม่ใช่คำพูดเป็นไปเพื่อโกหก ล้อเสียด เพื่อเจ้า
หยาบคาย แล้วจะพบว่าคุณมีความมั่นใจขึ้น อย่ามีชีวิตที่โกหก
เลยล่ะ ใครที่โกหกได้ครั้งหนึ่งก็จะทำความชั่วอื่นๆ ได้อีกมากมาย
วาจาเป็นเรื่องสำคัญ ขอให้สัมผัสมาวาจาณะคะ

กลับไม่ได้ ไปไม่ถึง

ผมอยู่ในภาวะ กลับไม่ได้ ไปไม่ถึง รักคนที่มีเจ้าของ ร้าย
กว่านั้น คนที่มีเจ้าของคนนั้นก็เอนเอียงมาที่ผมหมดใจ เหตุเพราะ
เราเคยรักกันมาก่อน ผมไม่อยากเป็นต้นเหตุแห่งความร้าวราน
แต่ความร้าวรานใจที่อดีตคนรักประสบ ผมก็ไม่อาจไม่ทำอะไรเพื่อ
ช่วยเธอจากความบอบช้ำนั้น ทุกข์ใจเหลือเกิน

‘ชายเจ้าปัญหา’

ตอบ คุณ ‘ชายเจ้าปัญหา’

เรื่องความรักเป็นความงดงาม ถ้าเผื่อใช่เป็น แต่ถ้าเป็น
ความรักอย่างใช้อารมณ์เป็นใหญ่ จะทุกข์ถ้าความรักนั้น อยู่ใน
สถานะ กลับไม่ได้ ไปไม่ถึง แล้วคุณจะอยู่ตรงไหนละคะ

คนที่กลับไม่ได้ ไปไม่ถึง คงอ้างว่าน่าดู คุณอย่าหลงผิดเลย
นะคะ ทุกอย่างเป็นเรื่องที่ควรหาที่มาที่ไปให้ชัดเจน ที่มาคือ เคย
รักกันมาก่อน จะถือว่าเป็นที่มา หรือว่าจะเป็นที่ไปที่ทำให้เกิดการ
ร้าวรานกับอดีตคนรัก ลองถามตัวเองว่า ถ้าคุณมีความรักที่ต้องการ
เขามาเป็นเจ้าของ คุณจะทุกข์ยากขนาดไหน ถ้าไม่ได้เป็นเจ้าของ
แต่ถ้าคุณมีความสุขที่จะรักคนมีเจ้าของ แล้วคุณรู้หน้าที่ว่า ควร
ได้แค่ไหนหรือไม่ได้แค่ไหน ในขณะที่คุณกลับไม่ได้ ไปไม่ถึง คุณ

จะอยู่กับคุณธรรม คุณจะรู้ว่าคุณธรรมที่มีนั้นคือความสุขที่ได้รัก
การกลับไม่ได้ ไปไม่ถึง อย่างคนมีกิเลสตัณหา มันเหงา ว่าแห้ว
ไม่มีคุณค่า แต่คนที่มีความสุขที่ได้รักจะบอกว่า การได้คือการถึงก็
ไม่ใช่ การไม่ได้คือการไม่ถึงก็ไม่ใช่ แต่ว่าเราถึงแล้วคือความถูกต้อง
และมีความสุขที่ได้รัก เราไม่คิดจะเอาของคนที่มีเจ้าของมาเป็น
ของเรา แต่เรามีความสุขที่ได้รัก ไปให้ถึงมิดินดีใหม่คะ ไม่ต้อง
กลับด้วย แล้วก็ถึงโดยไม่ต้องไปถึงด้วยนะคะ

แต่ลองดูว่า บทเรียนนี้จะทำให้คุณสามารถเห็นทุกข์แล้ว ไม่
เป็นทุกข์ได้อย่างไร ทุกข์มีไว้ให้เห็น ทุกข์ไม่ได้มีไว้ให้เป็น



ของขวัญแห่งมิตรภาพ

สายลมโชยอ่อน มาพร้อมกับปีใหม่ที่กำลังเวียนมาถึง
หากคุณกำลังมองหาของขวัญของฝากแด่คนรัก
อะไรละ จะคงคุณค่า เก็บได้นาน สมความตั้งใจดี ๆ ของคุณ
หนังสือ สื่อก่อนใจที่มีคุณค่า เป็นประตูแห่งปัญญา
นำพาสู่การเรียนรู้อันกว้างไกล

สวัสดี

สื่อ เพื่อ ชีวิต ที่ง าม และ เป็น นิ ส ระ

ขอเป็นสื่อกลาง...

นำพาความปรารถนาดีของคุณไปสู่คนรัก
แบ่งปันน้ำใจไมตรีแด่สถานศึกษา ที่คุณต้องการอุปถัมภ์
เป็นรางวัลชีวิตแทนความเหนื่อยยากในรอบปี ให้แก่ตัวคุณเอง

เพราะตระหนักว่าทุกบาททุกสตางค์ของคุณมีค่า ขอให้มั่นใจว่า
๓๖๐ บาทของคุณจะไม่สูญเปล่า

พุทธศักราชใหม่ ๒๕๔๔ มอบ สวัสดี

แทนความปรารถนาดี

มิตรไมตรีให้แก่กัน

๓๖๐ บาทจากค่าสมาชิก สวัสดี ของคุณ นอกจากจะทำให้ สวัสดี
หยิ่งรักอย่างมั่นคง ยังจะทำให้ สวัสดี แดกหน่ออย่างงดงาม ไปสู่
สวัสดีศึกษาลัย โครงการเพื่อนักบวชหญิงและผู้หญิงที่สนใจในธรรม
เพื่อสืบสานเจตนารมณ์ของการทำให้โลกนี้มีธรรมเป็นมารดา

สรวก

สื่อเพื่อชีวิตที่งดงามและเป็นอิสระ

ใบสมัครสมาชิก

- สมัครเพื่อตัวเอง เป็นของขวัญ สมาชิกอุปถัมภ์เพื่อมอบให้แก่สถาน
เป็นรางวัลชีวิต แต่คนรัก ศึกษาทั่วประเทศ

ผู้อุปถัมภ์ ชื่อ.....นามสกุล.....

.....

รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์.....

ผู้รับหนังสือ ชื่อ.....นามสกุล.....

.....

อายุ.....ปี อาชีพ.....

สถานที่ทำงาน/สถานศึกษา.....

ขอสมัครเป็นสมาชิก 'สรวก' สมาชิกใหม่ ต่ออายุสมาชิก

๑ ปี ราคา ๓๖๐ บาท

ขอสมัครให้ สมาชิกอุปถัมภ์ เป็นของขวัญ

๑ ปี ราคา ๓๖๐ บาท

เริ่มตั้งแต่ฉบับที่.....ถึงฉบับที่.....วันที่สมัคร.....

โดยได้แนบ เงินสด ตัวแลกเงิน

ธนาณัติ เช็คเลขที่.....

ส่งจ่าย ปณ.จรเข้บัว ในนาม จันทนา ศรีมุกดา เสถียรธรรมสถาน ๒๔/๕ ซอย
วิฑรพล ถนนรามอินทรา ๕๕ แขวงจรเข้บัว เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐ หรือ
โดยผ่าน แม่ชีศันสนีย์ เสถียรสุด เพื่อกองทุนสรวก ธนาคารกรุงเทพ จำกัด
(มหาชน) สาขารามอินทรา บัญชีออมทรัพย์ เลขที่บัญชี ๑๘๗๐๖ ๒๖๒๔ -๗

การให้ไฉจะมีคุณค่า เทียบเท่าการให้พระธรรมได้เผยแผ่ไปอย่างกว้างไกล

สมดังพุทธภาษิต “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ”

การให้ธรรมะเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง



สาวิกาลิกขาลัย

ให้โลกนี้มีธรรมเป็นมารดา



โปรดสนับสนุน

สาวิกาลิกขาลัย

การศึกษาของผู้หญิงที่สนใจในธรรมทั้งหลาย
โดยผ่านบัญชี

แมชีคันสนีย์ เสถียรสุด เพื่อกองทุนสาวิกา
ธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน)

สาขารามอินทรา

บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๘๗๐๖ ๒๖๒๔-๗

ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

เสถียรธรรมสถาน

ขอเชิญผู้หญิงที่สนใจในธรรมทั้งหลายสมัครเข้าร่วม
โครงการ “สาวิกาลิกขาลัย” ได้ที่เสถียรธรรมสถาน
๒๔/๕ ซอยวัชรพล ถนนรามอินทรา ๕๕ ลาดพร้าว
กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐ โทรศัพท์ ๕๐๙-๐๐๘๕, ๕๐๙-
๒๒๓๗, ๕๑๐-๖๖๙๗ โทรสาร ๕๑๙-๔๖๓๓

บริษัท เลิศกติกาสาน
ประเทศไทย จำกัด

คุยกันท้ายเล่ม

☒ ถ้าจะขอสมัครเป็นสมาชิก สาวิกา ตั้งแต่เล่มแรก จะต้องเสียค่าสมาชิกเท่าไร กรุณาตอบลงในสาวิกาด้วยนะคะ เพราะตอนนี้อ่านของห้องสมุดอยู่

‘ป่าดา’

📖 ทีมงานพากันยิ้มแก้มแทบปริ เมื่อทราบว่ามีผู้สนใจหนังสือ ยิ่งต้องการหนังสือตั้งแต่เล่มแรกอย่างนี้ หัวใจก็ยิ่งพองโตใหญ่คะ ว่าแล้วก็หันมาตามดูลมหายใจ ตั้งสติเพื่อจะให้ข้อมูลดังนี้ค่ะ

ราคาหนังสือ ตั้งจากความคิดที่จะให้สาวิกา เกิดจากการออมวันละ ๑ บาท จึงมีราคาเล่มละ ๓๐ บาท ปีละ ๓๖๐ บาท สาวิกามีอายุ ๔ ปีครึ่ง รวมเป็นเงิน ๑,๖๒๐ บาท

สำหรับผู้สมัครสมาชิก ถือเป็นก้านัลพิเศษที่จะได้รับ เนื่องจากมีสาวิกาฉบับพิเศษเกิดขึ้นอยู่บ่อยครั้ง คับทั้งปริมาณ

และคุณภาพ เล่มหนากว่าปกติ อาทิ

ฉบับที่ ๑๓ พุทธทาสรำลึก ราคา ๖๐ บาท

ฉบับที่ ๑๘ ครบรอบ ๒ ปี ราคา ๖๐ บาท

ฉบับที่ ๑๙ มงคลวาร ๖๐ ปี พระธรรมปิฎก ๕๕ บาท

ฉบับที่ ๒๔ ดอกบัวบานทางทิศตะวันตก (ว่าด้วยเรื่อง
หลวงพ่ocha) ๕๕ บาท

ฉบับที่ ๒๕ องค์ทะไลลามะ ราคา ๑๒๐ บาท

ผู้ไม่เป็นผู้สมาชิกรวม ต้องการเพียงบางเล่ม ต้องซื้อในราคา
ปกตามที่ระบุ แต่ถ้าเป็นผู้สมาชิกรวมเล่มละ ๓๐ บาทเท่านั้น จึงขอเชิญ
ชวนมาเป็นสมาชิกรวมเถอะค่ะ นอกจากได้หนังสือไปเป็นเพื่อน
ใจแล้ว ยังได้ร่วมบุญกันด้วย

☒ ติดตามผลงานมาตั้งแต่สมัยรุ่นแรกๆ เห็นพัฒนาการที่
ต่อเนื่อง ชื่นใจจริงๆ ค่ะ เป็นนิตยสารธรรมะที่มีรูปเล่มน่ารักที่สุด
(ในโลก) เนื้อหาสาระนั้นคงไม่ต้องพูดถึง เพราะอ่านแล้วซาบซึ้ง
จริงๆ บ่งบอกถึงความเป็นตัวตนของคนที่มีความตั้งใจในการสื่อ
กับผู้อ่านได้เป็นอย่างดี

อ่านทุกคอลัมน์นี้ค่ะ ชอบรูปแบบของนิตยสาร ทำได้นำอ่าน
ทั้งรูปเล่มและรูปแบบเป็นหนังสือสวยที่มีสาระจริงๆ เคยไปที่
เสถียรธรรมสถาน ๒ ครั้ง ประทับใจมาก

ขอสั่งซื้อหนังสือ “ดอกไม้สายธาร” จำนวน ๕ เล่ม
ฝากธนาคารด้วยจำนวนเงิน ๓๕๐ บาท

ขอเป็นกำลังใจให้กับทีมงาน หวังว่าจะเบิกบานกับการทำ
หน้าที่นะคะ

‘ปัทมา ธานี’

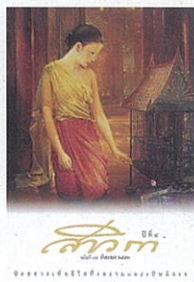
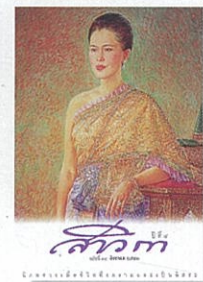
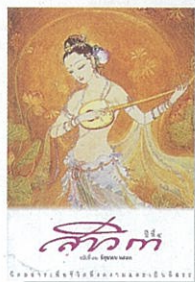
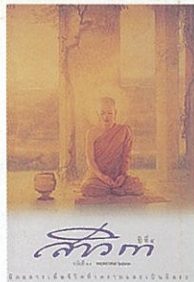
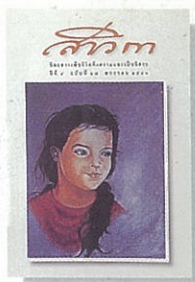
✍ สำหรับคนทำหนังสือ คงไม่มีอะไรดีไปกว่า การทราบ
ว่า มีผู้อ่านติดตามผลงานอย่างสม่ำเสมอ คำชมและการ
สนับสนุนของคุณ ทำให้รู้ว่า เรายังมีเพื่อนที่พร้อมจะแบ่งปันและ
ร่วมเรียนรู้อยู่เสมอ

✉ ขอนุโมทนากับการเสียสละตนเองเพื่อมวลมนุษยชาติ
ของโลก โดยการเจริญรอยตามคำสอนแห่งองค์สมเด็จพระสัมมา
สัมพุทธเจ้า ขอบารมีแห่งความตั้งมั่นนี้ ให้แม่ชีทำทุกอย่างได้
สำเร็จสมความมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ ดิฉันก็พยายาม
ดำเนินรอยตามคำสั่งสอน ขององค์สมเด็จพระบรมครูเช่นกัน
และมีความปรารถนาอยากให้ทุกคนมีสติ ดำรงชีวิตได้อย่างมี
ความสุข เพื่อจะได้ร่วมกันทำให้สาวิกาหยั่งรากอย่างมั่นคง และ
แตกหน่อแผ่กิ่งก้านอย่างงดงามต่อไป

ขอนุโมทนาค่ะ

‘วิภา วิรัชกุล’

✍ ขอนุโมทนากับการเสียสละของคุณเช่นกันค่ะ สังคม
ร่วมเย็นได้ก็ด้วยน้ำใจที่เราเพื่อแม่แต่กัน เล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ทำได้
ถ้าทุกคนไม่ละเลย สังคมจะงดงามขึ้นอย่างแน่นอน



คุณมีสาวิกา ปี ๒๕๕๓ ครบแล้วหรือยัง

เสี้ยวชีวิต หนังสือธรรมะ รูปเล่มกะทัดรัด ดีไซน์สวยงาม เนื้อหาร่วมสมัย เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต รอคุณเป็นเจ้าของแล้ว ด้วยภาพปกงดงาม ฝีมือส่วนใหญ่จาก อาจารย์จักรพันธ์ โปษยกฤต ศิลปินแห่งชาติ เป็นของสะสมมีค่า ควรแก่การเก็บรักษา เป็นรางวัลแห่งชีวิต

สนใจติดต่อ เสถียรธรรมสถาน โทร. ๕๑๐-๖๖๙๗,

๕๐๙-๒๒๓๗ โทรสาร ๕๑๙-๔๖๓๓