

“ ชีวิตเป็นเรื่องน่าเศร้า  
สำหรับความรู้สึก  
แต่เป็นเรื่องน่าสนุก  
สำหรับความช่างคิด ช่างฝัน ”

ประกาศ ชลสรานนท์

จุดลำ  
ยีนมันกลับไป



EMPOWERMENT

ผมกำลังท้อแท้มากเลยครับ ทำอะไรก็ไม่ค่อย  
สำเร็จและก็มีนิสัยเสียที่ชอบคิดว่าตัวเองทำไม่ได้  
ตัวเองทำไม่ได้อยู่เรื่อย พี่พอจะมีความคิดดีๆกับความ  
ท้อแท้ของผมบ้างไหม

ธันนัต





ผมไปเจอภาพนี้ในหนังสือพิมพ์บางกอกโพสต์ ตอนที่เห็นครั้งแรกนั้น ผมอึ้งไปเกือบนาทีเลยทีเดียว รู้สึกเหมือนมีลมแรงๆหรือพายุลูกยักษ์พัดเข้ามาเต็มหน้า

ผมตัดภาพนี้เก็บไว้ ตั้งใจว่าถ้าวันไหนความอ่อนแอมาเยี่ยมเยียน ผมจะเอาภาพนี้ให้มันดู

**เป็นภาพที่ไม่ต้องการคำบรรยายอะไรอีกเลย**

มันอธิบายตัวเองอยู่เรียบร้อย ทั้งเรื่องราว และอารมณ์ จะว่าไปแล้วการแข่งขันกีฬาเฟสปิกเกมส์ครั้งนี้ นอกจากจะเปิดโลกกว้างของคนพิการให้คนตาดีแขนครบยอมรับในคุณค่าความเป็นคนแล้ว สิ่งที่พวกเขาทำ ยังสอนใจอะไรต่อมิอะไรให้เราอีกมากมาย

**ดูเอาเถิด ไม่มีขาแม้แต่ข้างเดียว เรื่องเดินนั้นไม่ต้องพูดถึงกันเลยครับ มันธรรมดาไป เขาจะวิ่งให้ดูเลยก็เดียว เห็นอย่างนี้แล้วทำให้นึกไม่ออกว่าจะมีสิ่งใดอีกหรือที่มนุษย์เราทำไม่ได้ ถ้าหัวใจเขาอยากจะทำ**

เอามาฝากกันครับภาพนี้ โดยเฉพาะเหมาะเจาะกับคุณธันด์พอดี้ ถ้าความคิดเรื่องเราทำไม่ได้ เราทำไม่ได้มันโผล่มาเมื่อไร จะได้เอาภาพนี้ขึ้นมาดู

มนุษย์เรานี้ก็แปลก มักสงสารตัวเองกันง่ายๆ ผมเองนี่ก็เป็นบ่อยๆเหมือนกัน บางทีเราจะรู้สึกว่ามันไม่ไหวแล้ว เราคงไปต่อไม่ไหวแล้ว หรือไม่ก็รู้สึกว่าจะทำอะไรเหนื่อยเหลือเกิน ทั้งๆที่

ถ้าให้ทำต่อไป เรายังไหวอยู่

ฝรั่งที่ศึกษาเรื่องจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก เขาเคยวิเคราะห์ว่าจริงๆ แล้วมนุษย์โดยทั่วไปเกือบทั้งโลกใช้ความพยายาม ความสามารถของตัวเองเพียงแค่สามเปอร์เซ็นต์ของความสามารถที่มีอยู่เท่านั้น

**เขาบอกต่อด้วยว่าใครก็ตามที่ใช้ความสามารถของตัวเองที่มีอยู่เพียงแค่สิบเปอร์เซ็นต์ คนคนนั้นก็ประสบความสำเร็จมหาศาลแล้ว**

ฟังดูแล้วน่าสนใจ ผมไม่ได้สนใจเรื่องสามเปอร์เซ็นต์หรือสิบเปอร์เซ็นต์ แต่ผมสนใจและเห็นด้วยกับเรื่องที่เราใช้ความพยายามและความสามารถที่เรา มีอยู่น้อยเกินไป เราสังสารตัวเองเร็วเกินไป

เคยไหมครับที่พอรู้สึกว่ามีไหวแล้ว มีไหวแล้ว เหนื่อยแล้ว ฉันทำได้แค่นี้ ฉันทำดีที่สุดแค่นี้ พุดอย่างนั้นซ้ำๆ มันก็เลยพานเป็นจริงไป คือไม่ไหวจริงๆ เหนื่อยจริงๆ เหมือนกับสะกดจิตตัวเองว่าเราได้แค่นี้ละ!

ผมเรียกสภาพตรงนี้ว่า... **จุดล้า**

แล้วไอ้เจ้าจุดล้าที่ว่านี้มันเป็นนักบุญกรุกตัวจนอาจเสียด้วยพอเรายอมมันเข้าหน่อย มันก็จะคืบรุกเข้ามาอีก จุดล้าของเราจะตั้งขึ้นๆ จนติดนิสัย กลายเป็นพวกท้อแท้ๆ ง่ายตาย เหนื่อยหน่าย รวดเร็ว

## ยันมันกลับไปครบไอ้จุดล้าที่ว่านี้ ภาพที่เราดูวันนี้ จะช่วยได้มาก

นอกจากภาพนี้แล้ว ผมขออนุญาตแนะนำหนังสือสักเล่ม ที่จะช่วยเป็นรถเข็นยันจุดล้าเรากลับไปได้

บางคนคงเคยได้ยินหรือได้อ่านมาบ้าง เพราะไม่ใช่หนังสือใหม่เสียทีเดียว

ชื่อหนังสือ “ชุดประดาน้ำและผีเสื้อ” เขียนโดย **ฌ็อง โดมินิก โบบี้** แปลโดย **วัลยา วิวัฒน์ศร** จัดพิมพ์โดยสำนักพิมพ์ ผีเสื้อ

คุณฌ็อง โดมินิก แก่ประสบอุบัติเหตุเป็นอัมพาตทั้งตัว ไม่สามารถขยับเขยื้อนหรือกระดิกส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ได้เลย เว้นแต่เปลือกตาซ้ายเท่านั้น ภาพที่พอจะให้เห็นคนอื่นเห็นว่าเขายังเป็นสิ่งมีชีวิตอยู่ก็คือ เปลือกตาซ้ายที่ขยับได้ และ ลมหายใจที่แข็งแรงเท่านั้น

ต้องเรียกว่าทรมานสุดหัวใจ โดยเฉพาะตรงที่หูได้ยินแต่ตอบไม่ได้ กอดใครก็กอดไม่ได้ ใครมากอดก็ไม่อ่อน

แล้วจะไปเขียนหนังสืออย่างไรได้

ความพยายามของมนุษย์นั้นมันแรงกว่าอะไรทั้งหมด คุณฌ็องจึงยันจุดล้าที่เราพูดถึงกระเด็นไป


**คุณฌ็อง โดมินิก เลิกเปลือกตาซ้ายเลือกอักษรทีละตัว**

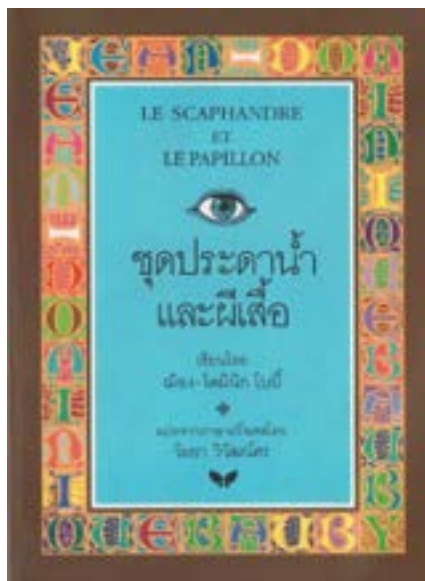
ซึ่งมีผู้ช่วยคอยท่องให้ฟัง นึกภาพออกไหมครับ ท่อง A B C D  
ไปเรื่อยๆตัวไหนใช่ คุณมองแก๊ก์เล็กเปลือกตาซ้ายเสียทีหนึ่ง

เขียนทีละตัวอักษรครับ

เขียนจนจบเป็นเล่ม และเขียนดีเสียด้วย

ลองไปหาอ่านดูสิครับ เพื่อนๆหลายคนของผมยกให้เป็น  
สุดยอดความเพียรพยายามของมนุษยชาติ

บางที่คุณมองแกกอาจจะไม่ได้ทำแค่เพียงยันจุดล้า  
กลับไปเท่านั้น แกกระเบิดมันทิ้งเลยด้วยซ้ำ 





คำถาม  
ของจิตแพทย์



EMPOWERMENT

ผมเป็นจิตแพทย์คนเดียวในจังหวัด ตรวจ  
คนไข้โรคจิตวันละร้อยกว่าคน

ส่วนผู้ใหญ่ของผมเขาทำอะไรบ้าง ๑. ให้  
สัมภาษณ์หนังสือพิมพ์ ๒. กินกาแฟ และ ๓. สั่งพวก  
ผมทำไอ้โน่น ไอ้โน้เพิ่มชิ้นเรื่อยๆ

ผมควรทำอะไรดีครับ

เพราะนับถือจึงเรียนมา อยากได้คำตอบ  
เด็ดๆ

จิตแพทย์

(จริงๆไม่ได้หลุด)



ผมอ่านจดหมายของคุณหมดจบลงแล้วก็ให้รู้สึกหนัก  
ในหัวอกอยู่ ที่หนักนั้นไม่ใช่กลัวจะหาคำตอบเด็ดๆมาตอบตามที่  
ถูกขอไม่ได้ แต่หนักอกที่ว่าปัญหาเรื่องผู้ใหญ่ของคุณหมอนั้น  
ต้องเรียกว่าเป็นปัญหาระดับชาติ

ขออนุญาตคุยเรื่องความท้อแท้ที่มันปรากฏในตัวหนังสือ  
ของคุณหมอเพียงอย่างเดียวแล้วกัน

ผมจำไม่ได้ว่าเคยคุยกับน้องคนไหนสักคนในกลุ่มที่  
เขียนมติชนหน้า ๑๔ ด้วยกันนี่แหละ เกี่ยวกับเรื่องความท้อแท้  
ของคนเรา จำได้ว่าเมื่อถกกันไปถกกันมาแล้ว เหตุผลที่มนุษย์

จะท้อแท้สิ้นหวังมิได้ไม่ก็ตัวเอง

**ท้อถอยจากร่างกายหนึ่ง**

**ท้อถอยจากคนอื่นรอบๆข้างไม่เข้าใจในตัวเราหนึ่ง**

**และท้อถอยจากความไม่เป็นธรรมอีกหนึ่ง**

แล้วที่เราท้อๆกันอยู่นั้นคงไม่น่าหลุดอะไรไปจากสาม  
ข้อนี้

ท้อแท้จากสภาพร่างกายของเราเอง อันนี้ผมรวมตั้งแต่  
อาการเหนื่อย อาการล้า จนไปถึงความไม่สมประกอบของร่างกาย  
นั่นเลย เรื่องที่ผมเล่าเกี่ยวกับ ฉ็อง โดมินิก โบบี น่าจะเป็นกำลังใจ  
ก่อนมให้มาให้พวกเรากันได้

ท้อถอยอันที่สอง เป็นอาการท้อที่ได้รับความนิยมนสูงสุด  
ในหมู่วัยรุ่น นั่นคือ รู้สึกตลอดเวลาว่าคนอื่นรอบๆข้างไม่เข้าใจในตัวเรา  
ไม่เข้าใจในความคิดของเรา ไม่เข้าใจในการกระทำของเรา  
ความจริงถ้าตีกรีของความรู้สึกนี้ไม่มากนัก เราเรียกว่า “น้อยใจ”  
นั่นเอง

สมัยเรียนหนังสือ ผมมีรุ่นพี่คนหนึ่งแกชื่อน้อย และผม  
บนหัวแกก็น้อยสมชื่อ ใครๆก็ชอบเรียกแกว่า เหน่งใจน้อย แต่แก  
ชอบบอกกับใครๆติดตลกว่าตั้งแต่เกิดมาแกไม่เคยน้อยใจเลย

ถึงจะเป็นคำพูดเล่นๆแต่ผมก็รู้สึกว่แกพูดจริง เพราะดูๆ  
ไปแล้วแกเป็นคนมีความสุข ชอบทำกิจกรรมและเป็นที่รักใคร่  
ของน้องๆ ใครมีปัญหอะไรกัน แกก็คอยมาไถ่เกอเลีย

จนจำได้ว่าแก้มก็มีประโยคที่น้องๆจะรำคาญกันมาก  
อยู่ประโยคหนึ่ง นั่นคือ “เอาใจเขามาใส่ใจเรา”

แถมจะพูดประโยคนี้อยู่เรื่อยๆเวลามีใครน้อยใจใคร หรือ  
ใครทะเลาะกับใคร ผมเคยคุยกับแกแบบถามตรงๆว่าจริงหรือที่พี่  
ไม่เคยโกรธใคร ไม่เคยน้อยใจใคร แกบอกว่าจริง แกคิดอย่างนี้  
จริงๆ แกมีอยู่คนเดียวเท่านั้น คาถาที่ใครต่อใครรำคาญนั้นแหละ

### **เอาใจเขามาใส่ใจเรา**

ฟังดูเซซๆ โบราณนะครับ แต่ผมก็ยึดมาใช้อยู่เป็นนิจ  
และรู้สึกได้ว่าชีวิตมีความสุขขึ้น

ส่วนอาการที่อ่อนสุดท้าย ที่ออกจากความไม่เป็นธรรม ซึ่ง  
น่าจะใกล้เคียงกับปัญหาของคุณหมอจิตแพทย์มากที่สุด

ความจริงคุณหมอทำงานเกี่ยวกับจิตใจของคน คุณหมอน่า  
จะลองสมมุติตัวเองเป็นคนไข้แล้วก็มาปรึกษาตัวเองดู บางที  
คุณหมออาจจะได้คำตอบดีๆก็ได้

แต่ถ้าจะสมมุติให้ผมเป็นคนหาคำตอบให้ก็จะลองดู  
นะครับ จะว่าสอนจะช่วยให้ช่วยน้ำก็ยอมละครับ

สำหรับความรู้สึกของคุณหมอ ผมว่าคนที่ทำงานแล้ว  
น่าจะต้องเคยรู้สึกกันเกือบทุกคน ผมเองก็เคยรู้สึกเมื่อสมัยเริ่ม  
ทำงานใหม่ๆ บางครั้งทำงานไปทำงานมาแล้วเงยขึ้นมามอง ก็เลย  
รู้สึกไปเองว่าเราทำงานหนักอยู่คนเดียว แก่ปัญหาอยู่คนเดียว  
ทำไมไม่มีใครมาช่วยเราบ้าง ก็อาจรู้สึกน้อยใจได้

ตอนนั้นผมใช้วิธีนี้ครับ *ประชดความคิดตัวเอง*

ลองสมมุติเอาปัญหาของคุณหมอมมาเป็นปัญหาของผม  
ในวันนั้น ผมก็จะคิดประชดประชันว่าผู้ใหญ่ของเราทำงานหนัก  
มาก หนักมากกว่าเราเสียอีก เราก็ไ้แค่รักษาคนไข้ร้อยละสาม  
ต่อวัน เขาต่างหากทำงานสายตัวแทบขาด ไหนจะต้องให้สัมภาษณ์  
หนังสือพิมพ์ซึ่งต้องใช้น้ำลายมหาศาล ไหนจะเสี่ยงต่อการถูก  
ไฟฟ้าจากไมโครโฟนดูดช็อตเอาอีก

แล้วถ้าเผื่อคนสัมภาษณ์ถือหนังสือพิมพ์มาด้วย กลิ่น  
หมึกพิมพ์อาจจะไปทำลายสมองส่วนหน้า อีกทั้งยังต้องคอยกิน  
กาแฟอีกล่ะ กาแฟอื่นในกาแฟอาจทำให้หัวใจเต้นแรง เสี่ยงต่อ  
ผื่นหลอดเลือดและอาการเบาหวานที่จะตามมาหากกาแฟนั้น  
ใส่น้ำตาลมากไป

สมัยนั้นผมแก้ปัญหาก็ตัวเองแบบนี้ ประชดแบบนี้เลย  
แต่ไม่สำเร็จหรอกครับ ประชดแบบนี้สะใจเพียงประเดี๋ยว  
ประเด๋าว พอเวลาผ่านไปก็จ้ะรู้สึกอีก เพราะเราแค่ประชด ใจมันเชื่อ  
อย่างนั้นด้วยเมื่อไร

วิธีจริงๆของผมที่ผมใช้มาตลอดก็คือ **หาศรัทธาของ  
ตัวเองให้เจอ และทำงานด้วยศรัทธานั้น**

คุณหมอมเป็นจิตแพทย์ กุศลบุญที่คุณหมอมได้บรรเทา  
ปัญหาทั้งหลายเหลือให้กับคนที่หนีร้อนมาพึ่งเย็นกับคุณหมอนั้น

ยิ่งใหญ่มาจนกระทั่ง ยิ่งใหญ่กว่าไอ้คนห่วยๆที่นั่งกินกาแฟทั้งวัน  
นั่นไม่รู้เท่าไร อย่าเอาไปเทียบเลย


ผมจะขออนุญาตแนะนำอะไรคุณหมอบ้างหนึ่ง บางที  
คุณหมออาจจะยังไม่ได้อ่าน หรือบางทีมีวแต่ทำงานจนลืมไป สิ่งนี้  
ผมวางไว้กลางกระหม่อมเลยครับ

สิ่งมงคลสูงสุดที่ในหลวงของเรา พระบาทสมเด็จพระ  
พระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ พระราชทานให้กับคนไทย

พระราชนิพนธ์ **“พระมหาชนก”**

พระมหาชนกเดินทางจากนครจัมปาปะไปยังนคร  
สุวรรณภูมิโดยเรือสำเภา ระหว่างทางเรืออับปางกลางมหาสมุทร  
พระมหาชนกว่ายอยู่ในน้ำเจ็ดวันเจ็ดคืน นางมณีเมขลาเทพธิดา  
ผู้ตรวจตรามหาสมุทรไม่เข้าใจว่าทั้งๆที่ฝั่งมหาสมุทรนั้นไกล  
สุดประมาณ พระมหาชนกจะว่ายน้ำทำไม ว่ายน้ำไปก็เปล่าประโยชน์  
ว่ายน้ำไปก็ตายเปล่า พระมหาชนกจึงว่าความเพียรนั้นต้องถาม  
ด้วยหรือว่าความสำเร็จอยู่ที่ใด

ผมมีความรู้สึกว่าพระเจ้าอยู่หัวของเรากำลังมีพระบรม  
ราโชวาทกับประชาชนของพระองค์ผ่านพระราชนิพนธ์นี้ว่า  
ประเทศของเรากำลังฝ่าวิกฤตการณ์มากมายหลายเรื่อง เราเหมือน  
คนที่ตกลงมาในน้ำแล้ว ใครมีหน้าที่อะไรก็ทำให้สุดแรงสุด  
ความสามารถ ทำด้วยความตั้งใจ ทำด้วยธรรมแห่งความเพียร  
กันเถิด อย่าได้ถามเลยว่าฝั่งอยู่ไหน จะว่ายต่อตีใหม่

ผมรู้สึกว่าเป็นหลวงกำลังมีพระราชดำรัสกับพวกเรา  
อย่างนี้  
ทุนไว้เหนือหัวเลยนะครับคุณหมอ 

น้ำครึ่งแก้ว



EMPOWERMENT



## ถ้ามีแก้วน้ำอยู่ใบหนึ่ง มีน้ำอยู่ครึ่งแก้ววางบนโต๊ะ คุณเห็นอะไรบ้าง

วันนี้ผมขอเริ่มเรื่องอย่างนี้ก็แล้วกัน ขอไม่ตอบจดหมายที่เขียนเข้ามาคุยด้วยสักวัน อันที่จริงยังมีจดหมายที่มีคำถามและประเด็นชวนคุยที่น่าสนใจอยู่หลายฉบับ ติดที่ผมยังหาคำตอบที่ตัวเองถูกใจไม่ได้มากกว่า

ช่วงที่ละคร “พ่อ” กำลังออกอากาศอยู่ เป็นละครที่ผมและน้องๆนักเขียนบนหน้า ๑๔ รวมกลุ่มกันในนาม “กระดาศพ่อ ดินสอแม่” เป็นผู้เขียนเรื่องและบทโทรทัศน์ ผมมักจะมีคำถามจากคนใกล้ตัวบ้าง ไกลตัวบ้าง จดหมายบ้าง ถ้ามถึงการเขียนบทละครชุดนี้ว่ามีมุมมองอย่างไร คิดอย่างไรถึงเขียนเรื่องโน้นเรื่องนี้ถึงหกเรื่อง รวมไปถึงเพลง “พ่อ” ที่ผมเขียนให้คุณมัน ไขบุญเกียรติ เขียนแก้วร้องว่าไปเอาภาพหรือความคิดหรือข้อมูลมาจากไหน

ส่วนใหญ่มักจะถามว่าไปเอาข้อมูลมาจากไหน

แต่ผมคิดว่าเป็นเรื่องของ “การมอง” มากกว่า “ข้อมูล”

ข้อมูลที่ไม่ใช่ส่วนของรายละเอียดปลีกย่อยนั้นหาไม่ยากเลย มันอยู่ในกันบังของหัวใจคนไทยอยู่นานแล้ว มีคนไทยคนไหนในประเทศสักกี่คนหรือที่ไม่รู้ว่าในหลวงของเราทำอะไรให้กับคนไทยมาตลอดครึ่งศตวรรษที่พระองค์ “ทรงครองแผ่นดินโดยธรรม” อยู่ มีคนไทยคนไหนหรือที่ไม่รู้ว่าพระองค์ทรงรัก

ประชาชนของพระองค์ทุกภาคทุกเผ่าทุกศาสนา เหมือนพ่อที่รัก  
ลูกตัวเอง และนี่แหละคือข้อมูลที่สำคัญที่สุด

ส่วนข้อมูลรายละเอียดความสมจริงทางประวัติศาสตร์  
ความสมจริงทางวิชาชีพ เราก็คงทำงานกันละครับ จะบอกว่า  
ไม่จำเป็นก็ได้

แต่ที่สำคัญที่สุดน่าจะเป็น “การมอง” ที่ผมว่า

พวกเราลองกันว่ารูปธรรมที่พระองค์ท่านพระราชทาน  
ให้กับคนไทยนั้นมีมากมายนับไม่ถ้วน มากมายจนแม้กระทั่ง  
สำนักข่าวอย่าง CNN ยังต้องทำรายงานพิเศษชื่นชมพระบารมี  
ว่าคงไม่มีกษัตริย์องค์ใดในโลกนี้ทรงงานหนักเท่าพระองค์อีกแล้ว  
รูปธรรมตรงนี้พวกเราลองว่าบทะเลาะคงนำเสนอได้ดีไม่เท่ากับ  
สารคดี การกอบกู้ปัญหาของชาติไม่ว่าจะเป็นปัญหาภัยแล้ง ปัญหา  
น้ำท่วม ปัญหาไฟป่า หรือแม้แต่ที่พระองค์ทรงยุติความขัดแย้ง  
ในสงครามกลางเมืองย่อยๆ บทละครคงให้รายละเอียดไม่ดีเท่า  
สารคดี

พวกเราลองว่านอกเหนือจากรูปธรรมที่พระองค์  
พระราชทานให้แก่คนไทยมาตลอดแล้ว อีกสิ่งหนึ่งที่ทรงคุณค่า  
มหาศาลที่พระองค์พระราชทานแก่เราชาวไทยก็คือ “การมอง  
ชีวิต”

พวกเราจึงลงความเห็นกันว่าถ้าจะทำบทละครเฉลิม  
พระเกียรติในหลวงขึ้นมาสักเรื่อง เราแทบจะไม่ต้องพูดถึง “สิ่งที่

พระองค์ทรงทำให้กับคนไทย” เลย เพราะในส่วนที่ลึกที่สุดของ หัวใจคนที่อาศัยอยู่ ส่วนที่ลึกที่สุดของประเทศก็รัฐซึ่งอยู่


**แต่สิ่งที่บทละครเรื่องนี้จะต้องพูดถึงก็คือ “คนไทยได้รับคุณค่าทางใจอันยิ่งใหญ่ที่พระองค์พระราชทานให้นำไปดำเนินชีวิต นำไปสู่กับวิกฤติชีวิต” ต่างหาก**

ผมยังไม่ลืมแก้วน้ำที่มีน้ำอยู่ครึ่งแก้วนั้นหรือครับ มันยังคงวางอยู่บนโต๊ะ และก็รอคำตอบจากพวกเราอยู่ว่ามองเห็นอะไรกันบ้าง

บางคนที่ผมเคยถามมา เขาถามผมกลับว่า “แล้วมันเป็นน้ำอะไรล่ะ” เขาคงกระหายอยากกินแต่ยังรอบคอบ บางคนบอกว่า “มันคงจะสวยดีถ้ามีแสงแดดส่องผ่านแก้วน้ำมาด้วย” หมอดูดูเขียนบางคนอาจจะทำนายว่าคนที่พูดนี้คงจะอดตายในอนาคต

อีกคนหนึ่งน่าสงสาร บอบบาง พูดน้อย รอยกังวลเประออยู่เต็มใบหน้า เขามองแก้วน้ำแล้วก็บอกว่า “ทำไมมีแค่ครึ่งแก้ว” เขาคงยังมีความโลภ และคงถูกสัตว์ที่แข็งแรงกว่าเขาเปรียบมาตลอดชีวิต คำพูดของเขาบ่งบอกให้รู้ว่าเขาอยากได้น้ำเต็มแก้วแต่ไม่รู้อะไรจะทำอย่างไร และก็คงจะคิดและรู้สึกเช่นนี้ไปตลอดชีวิต

คนสุดท้ายต้องเรียกว่าเป็นคนเก่ง มีเงินมากและเสียงดัง เขามองและพูดอย่างไม่ต้องคิดเลยว่า “มันหายไปไหนครึ่งแก้ว” เสียงของเขาบอกให้รู้ว่าเขาต้องเอาน้ำครึ่งแก้วมาเติมให้เต็มให้ได้ ถ้ามันจะแลกด้วยอะไรบ้าง เขาก็จะทำ

ในระหว่างที่ผมขลุกอยู่กับละคร “พ่อ” บางคืนก็นั่งทำ  
ดนตรีประกอบตีกลองตีฉิ่งจนเช้า มีอยู่คืนหนึ่งผมเผลอหลับไปตอน  
ค่อนข้างรุ่ง มาสะลึมสะลือตื่นเอาตอนเช้าเมื่อแสงอาทิตย์แยงตา หู  
ผมเหมือนได้ยินเสียงคุ่นๆของใครคนหนึ่งพูดถึงแก้วน้ำแก้วนั้น  
“แก้วนะ มันใหญ่เกินไป” 

# พลังของหนัง



EMPOWERMENT

ดิฉันนั่งกินข้าวกับเพื่อนเก่าในวันหยุดสุด-  
สัปดาห์ จากนั้นจะขอแยกไปดูหนังคนเดียวเสมอ ชอบ  
ความรู้สึกเวลาเดินออกจากโรงหลังหนังจบและระหว่าง  
เดินทางกลับ หวังนั้นได้มีเวลาครุ่นคิดตามลำพังถึง  
หนังที่เพิ่งจบ ถึงตัวเอง ถึงเมืองที่อยู่ และผู้คนรอบๆตัว  
หนังบางเรื่องดูแล้วเหมือนได้นั่งมองตัวเอง  
ได้รู้จักและค้นพบเสียหัวใจและอารมณ์ลึก บางเรื่อง  
มีเพียงประโยคเดียวที่อธิบายความเป็นไปของชีวิตที่  
ฟังแล้วรู้สึก “ใช่”

นึกขอบคุณที่หนังช่วยบอกเรา มิเช่นนั้น  
ชั่วชีวิตนี้ดิฉันอาจจะนึกไม่ออก หาไม่เจอ

ดิฉันไม่ได้ดูหนังทุกเรื่อง จะเลือกแวะตาม  
แต่เวลาอำนวย หนังที่ติดอยู่ในใจเสมอที่พอจะนึกได้  
ตอนนี้ก็ The Shawshank Redemption, Dead Poets  
Society, As Good As It Gets และล่าสุด Good Will  
Hunting

บางครั้งเราได้เรียนรู้ชีวิตจากสิ่งเล็กๆน้อยๆ  
เหล่านี้ซึ่งช่างดีต่อความรู้สึกเหลือเกิน

ดิฉันโตมากับเฉลียง สีสนั และไปยาลใหญ่  
ยินดีมากที่คุณเปิดโอกาสให้คุยกันผ่านตัวหนังสือ  
เกือบลิ้มที่เขียนตอนต้นจดหมาย คุณรู้สึกกับหนัง

อย่างไรบ้างคะ ขอประทานโทษที่ไม่ได้เอ่ยถึงหนังสือไทย

ขอบพระคุณมากค่ะ และจะเขียนมาอีก

พรรณคำ



ฟังดูแล้ว ชีวิตช่วงนี้ของคุณดูมีรสชาติละมุนละม่อมดีจัง  
ได้เจอกับเพื่อนเก่าทุกวันหยุด จากนั้นก็เลือกหนังสืออยากดูสักเรื่อง  
แล้วก็ได้รับความรู้สึกดีๆกลับไป

ความรู้ในวัยของชีวิตอย่างหนึ่งของผมก็คือ การดูหนัง  
แล้วก็คอยคุยกับคุณเสียด้วย รายชื่อหนังที่คุณพูดมาล้วนเป็น  
หนังที่สร้างพลังให้กับผมเป็นอย่างมาก

จริงอยู่ หลายคนอาจจะค้านว่าโลกในหนังกับโลกใน  
ความจริงนั้นแตกต่างกันลิบลับ และบางคนอาจจะพูดไปถึงว่า  
อย่าไปเอาอะไรกับความฝันนะ เพราะโลกในความจริงมันไม่ได้  
สวยงามอย่างโลกในความฝันหรอก ชีวิตใครจะเป็นอย่างครูดิตตั้ง  
ใน *Dead Poets Society* หรือจะมีนักโทษจริงๆในโลกนี้หรือที่  
เป็นอย่างนักโทษใน *The Shawshank Redemption* กับความ  
พยายามนับสิบๆปีที่จะพบกับอิสระภาพให้ได้

พวกเราไม่ได้ใส่ใจในความจริงและไม่จริงข้อนี้เลย คงจำ  
ประโยคทองของไอน์สไตน์ได้

“จินตนาการสำคัญกว่าความรู้”

และคงจำกันได้ว่าการค้นพบครั้งสำคัญของไอน์สไตน์นั้น ล้วนมาจากจินตนาการทั้งสิ้น ผลงานของไอน์สไตน์แทบจะไม่ได้ มาจากการทดลองเลย เขาฝันแล้วก็ลองคำนวณดู

**เพราะจินตนาการของมนุษย์นี่เอง มนุษย์จึงมาไกลถึง  
เพียงนี้ ไม่ได้เป็นสัตว์ขนยาวที่แอบอยู่ตามหลืบถ้ำอีกต่อไป**

วันที่มนุษย์คนแรกเอาสี่ป้ายบนผนังถ้ำ ดาวเคราะห์สีฟ้า ดวงนี้ก็ถูกรอบครอบโดยมนุษย์เสียแล้ว เพราะความคิดฝันเป็น คุณสมบัติเดียวที่มนุษย์มีเหนือสิ่งมีชีวิตอื่นบนดาวดวงนี้

จินตนาการตัวนี้แหละ คือวิชาศิลปะที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของ  
มนุษยชาติ

คุณไม่จำเป็นต้องเล่นกีตาร์เก่ง หรือจับพู่กันคล่อง คุณก็มี ศิลปะได้ เพียงแค่คุณมีจินตนาการ

สำหรับผมแล้ว ความหมายของคำว่า “ศิลปะ” มีมากกว่า รูปสวยๆหรือความไพเราะของเสียงเพลง ศิลปะต้องสร้างพลัง ให้กับคนที่สัมผัสมันได้ ไม่ว่าจะพลังทางบวกหรือพลังทางลบ

ถ้ามีใครคิดเครื่องวัดพลังที่ผมว่านี้ได้ แล้วเอาไปตั้งตรง ประตูดอกของโรงหนัง คงจะพบว่าเข็มวัดพลังคงดีถึงขีดสุด เพราะภาพยนตร์เป็นงานศิลปะที่รวบรวมเอาศิลปะหลายสาขามารวมไว้ด้วยกัน



## ความรู้สึกตอนเดินออกจากโรงหนังจึงเป็นรอยต่ออัน สวยงามระหว่างความฝันกับความจริง

หนังสือสี่เรื่องที่คุณพูดถึงนี้ล้วนให้พลังทางบวกแก่ผม  
ทั้งนั้น เคยฟังเพลงของโมซาร์ทใหม่ครับ คีตกวีคนโปรดของผม  
ลองหามาฟังดูสิครับ พลังที่โมซาร์ทส่งมาให้เรานั้นงดงามและ  
ยิ่งใหญ่มาก งานของโมซาร์ทนั้นฟังเมื่อไรก็รู้สึกว่ามันอึม จะบอก  
ว่ามันเป็นความอึมทางจินตนาการก็คงได้

ไอน์สไตน์เองก็เคยพูดถึงโมซาร์ทในเชิงวิทยาศาสตร์  
แปลกดีนะครับที่นักวิทยาศาสตร์ของโลกพูดถึงคีตกวีเอกของ  
โลกในเชิงวิทยาศาสตร์

ไอน์สไตน์บอกว่าฟังเพลงของโมซาร์ทแล้วมันเหมือนกับ  
กับว่าโมซาร์ทไม่ได้ประพันธ์ขึ้นมาเอง

อ้าว...แล้วแปลว่าอะไร

**ไอน์สไตน์บอกว่าเพลงของโมซาร์ทนั้นงดงามราวกับว่า  
มันมีอยู่แล้วในธรรมชาติ โมซาร์ทนั้นไปค้นพบมันเข้า**

เอากับพ่อสิ ลึกซึ้งดีไหมครับ นี่ไอน์สไตน์กำลังจะบอกว่า  
โมซาร์ทค้นพบเพลงของเขาที่ละเพลงๆเหมือนการค้นพบทาง  
วิทยาศาสตร์นั่นเอง ต้องเรียกว่าเป็นการยกย่อง ให้เกียรติที่ใช้  
จินตนาการอย่างยิ่งเลย

พูดถึงพลังทางบวก คุณเชื่อเรื่องนี้กันไหม เวลาที่เราอยู่  
ใกล้คนดีๆหรือคนเก่งๆที่มีพลังในตัวอย่างเหลือเฟือ เราจะซึมซับ


หลังตีงเหล่านั้ไว้ได้ และอยากเป็นอย่งนั้นบ้าง

คำว่า “อยู่ใกล้” ที่ผมว่านั้นหมายความถึงการได้อ่าน  
ได้ฟัง ได้เห็นผลงานของเขาด้วยนะครับ ไม่ใช่การไปยื่นเบียดง  
เขาหรอกครับ

และในทางกลับกัน ถ้าพลังนั้นเป็นทางลบ มันก็จะก่อ  
ให้เกิดผลทางลบในตัวเราเช่นกัน มีน่าละคนโบราณจึงว่า คบคน  
พาล พาลพาไปหาผิด

กลับมาเรื่องหนังสือที่ คุณพรรณคำดูหนังสือเรื่อง *Life is  
Beautiful* หรือยัง หนังสือเล็กๆลงทุนน้อยๆที่น่าดูมาก ผมขอไม่  
วิจารณ์นะครับ แต่ขอเชียร์ให้ไปดูกัน เป็นตลกร้ายที่ต้องหัวเราะ  
ทั้งน้ำตาจริงๆ

เป็นพลังทางบวกที่รับได้ไม่ยาก หนังสือนี้จินตนาการ  
ของผู้สร้างนั้นน่านับถือมาก ใครจะไปคิดได้ว่าจะมีคนอย่างนี้อยู่  
ในโลก คนที่มองโลกในแง่ดีอย่างหาที่เปรียบมิได้ เขามองโลก  
โสภาก็ได้แม้ชีวิตจะตกอยู่ในชะตากรรมที่เลวร้ายที่สุด

**และเขาก็ใช้วิธีมองโลกอย่างนั้น สู้ไปอย่างไม่ยอมแพ้  
แก่โชคชะตา แล้วตอนที่คุณเดินออกจากโรงหนัง คุณจะรู้สึกรว่า  
โลกมันโสภาก็จริง **

ผู้หญิงอ้วน



EMPOWERMENT

สืบเนื่องจาก “บันทึกคนเดินช้า” มีคำถาม  
ของ Nicole Hollander ที่บอกว่า “ถ้าโลกนี้ไม่มีผู้ชาย  
จะเป็นอย่างไร ไม่มีอาชญากรรม และก็มีผู้หญิงอ้วน  
อย่างมีความสุขอยู่เต็มไปหมด” เลยเกิดคำถามว่า ทำ  
ยังไงถึงสามารถเป็นผู้หญิงอ้วนที่มีความสุขในโลกที่  
มีผู้ชายได้คะ (ในฐานะที่เป็นผู้หญิงอ้วนอีกคนหนึ่ง)  
กรุณาอย่าตอบให้ลดความอ้วน หรือให้มั่นใจ  
ในความดีของตัวเอง เนื่องจากเป็นสองอย่างที่ยาก  
ที่สุดในโลก

(ลายเซ็นอ่านไม่ออก)

---

ความจริงคุณก็รู้คำตอบอยู่แล้ว แต่คุณเขียนมาแกล้งผม  
ลดความอ้วนและมั่นใจในความดีของตัวเองเถิดครับ  
ไม่อย่างนั้นแล้วโลกเราจะมีแต่ผู้หญิงอ้วนที่ใจร้ายเต็มไปหมด



# กำลังใจป่วย



EMPOWERMENT

บ่ายวันอาทิตย์ กับบรรยากาศดีๆและหนังสือเล่มโปรดสักเล่ม แหม...สุขอย่าบอกใคร อ่านมติชน หน้า ๑๔ วันนี้แล้วอืม ก็เหมือนทุกทีค่ะ อ่านที่ไรไม่เคยจบ ที่ไม่จบก็คือจินตนาการในคะ หน้า ๑๔ นี้ จุดประกายความคิดฝันให้เดินทางไปกว้างไกล สวยงาม บ่อยครั้งเกิดสำนึกสร้างสรรค์ อยากทำอะไรสักอย่าง แต่หลายครั้งที่ฝันสะดุดเมื่อความคิดอันหนึ่งแวบเข้ามา “ทำดีที่เหลว” ใครบางคนเคยนิยามให้หนูไว้...

ความฝันหยุดชะงัก กำลังใจป่วย จนบางครั้บป่วยหนัก ทำยังไงให้กำลังใจแข็งแรง พี่ประกาศปลอมร่างเป็นหมอลักวันนะคะ

รักพี่และมติชนเหมือนวิตามิน

น้ำฟ้า

อ่านคอลัมน์ของคุณมานานแล้ว เป็นความสุขอย่างหนึ่งในวันอาทิตย์ เราไม่รู้ว่าคุณเป็นใครมาก่อน ทำไมจึงมาตอบจดหมาย แต่ก็ขอยอมรับว่าทั้งในความคิดและจินตนาการของคุณ

ไม่เคยคิดว่าจะโดนกับตัวเอง เรากำลังเจอทางตัน เงินที่สะสมไว้หมดแล้ว ตัวเองและสามีก็ตกงานทั้งคู่ ใครๆก็รู้ว่ายุคนี้หางานยากแค่ไหน โชคดี

ที่ยังไม่มีลูก แต่ถึงกระนั้นเราก็นอนร้องไห้กันทุกคืน  
ปริญญตรีของเราสองคนทำอะไรไม่ได้เลย

ช่วยเราด้วย!

RUKSIRI



จดหมายทั้งสองฉบับนี้อ่านแล้วอาจดูคล้ายกัน พูดถึง  
ความท้อแท้ของตัวเองเหมือนกันแต่ต่างองศากันอยู่มาก คุณ  
น้ำฟ้า นั้นต้องเรียกว่า “ขาดแรงบันดาลใจ” ส่วนคุณ RUKSIRI  
นั้นอาการหนักกว่าเพราะ “ขาดกำลังใจ”

ล้มป่วยจนถึงฆ่าตัวตายกันมากก็เยอะแล้ว ไอ้กำลังใจนี้  
อย่าให้หายไปเชียวนะ

ตอบคุณน้ำฟ้าก่อนนะครับ จดหมายคุณน้ำฟ้าอ่านดู  
ก็รู้ว่าคุณพร้อมทุกอย่างแล้วที่จะสร้างงานอะไรขึ้นมาสักชิ้น  
บรรยากาศก็ดี ปากกาที่ดี จินตนาการก็ดี ลืมความซีเกียจนิดๆ  
หน่อยๆ ไปเสีย หาแรงบันดาลใจให้เจอ แล้วเดินเครื่องเลย ผม  
จะรออ่านครับ

มีอะไรจะกระซิบบ้างหน่อย เท่าที่ผมเคยอ่านประวัติ  
ของศิลปินระดับโลกมา แต่ละคนไม่มีใครเขามีโอกาสดี ๆ ในการ  
ทำงานหรอกครับ เลือดตาแทบกระเด็นทั้งนั้น

## ความเจ็บปวดสร้างงานที่ยิ่งใหญ่ระดับโลกมานักต่อนัก ใครเชื่อว่าเรา “ทำดีที่เหลว” ก็ทำให้เขาเห็นเสียเลย

ทีนี้ก็ถึงคุณ RUKSIRI แน่ใจนะครับว่าไม่เคยรู้จักผมมาก่อน ว่าแต่ไปเอาที่อยู่อีเมลของผมอีกทีหนึ่งมาจากไหน เพราะที่อยู่อีเมลอันนี้ พวกญาติสนิทมิตรสหายใกล้ๆตัวเท่านั้นที่ใช้กันอยู่ ไอ้ที่พูดนี้ ไม่ได้หวังอะไรหรอกนะครับ เพียงแต่สงสัยว่าที่อยู่ที่ผมลงในหนังสือพิมพ์มันไม่ใช่อันนี้เท่านั้นเอง แต่ช่างเถิด ลองคุณยังมีคอมพิวเตอร์ ยังมีสายโทรศัพท์ไว้ส่งอีเมลได้ ผมก็อุ้มนใจไปเปเลาะหนึ่งละว่าคุณไม่ได้แย่กว่าคนอื่นมากนัก

คำแนะนำที่จะให้คุณได้ก็คือ อย่าหยุดสมัครงาน สมัครมันไปเรื่อยๆ ชีวิตเมืองก็มีอยู่สองเรื่อง รายรับกับรายจ่าย ทุกอย่างที่เป็นรายรับแม้จะน้อยก็เอาไว้ก่อน ส่วนรายจ่ายนั้นอะไรที่ไร้สาระก็ตัดทิ้งเสีย ปรัชญาความอยู่รอดในเมืองมีเพียงแค่นี้ ทำให้รายจ่ายน้อยกว่ารายรับให้ได้

สิ่งสำคัญที่ผมจะขอรับรองเลยก็คือ อย่าเอาปมด้อยมาเป็นข้ออ้างในการที่จะไม่ลุกขึ้นสู้ มนุษย์ทุกคนมีปมด้อยกันทั้งนั้น จะมากจะน้อยจะเป็นเรื่องอะไร แค่นั้น ก็แล้วแต่บุคคลไป หากจุดเด่นของตัวเองให้พบ แล้วออกเดินไปข้างหน้า

**ก่อนหินหรือภูเขาที่แบกไว้ ถ้ามันหนักนักก็ยกวางกับพื้นเสียบ้าง จะได้ตัวเบาเดินง่ายขึ้น สถานการณ์ถึงขนาดนี้แล้วใครยัง**



แบกภูเขาอยู่ที่บ้านเต็มทน ปริญาตรีที่คุณว่านั่นแหละตัวดี หนักหลายกิโลเลยครับ ยกออกจากบ่าแห่งศักดิ์ศรีเกิด แต่ถ้ายังเสียดาย ไม่อยากทิ้งภูเขาลูกนี้ไปก็เอาไปเก็บไว้หลังบ้านก่อน แข็งแรงเมื่อไรแล้วค่อยมาแบกกันใหม่ ดีไหมครับ

ผมไปได้หนังสือจากญี่ปุ่นมาเล่มหนึ่ง

ตามประสาคนรักหนังสือ พอเห็นร้านหนังสือก็ต้องเดินเข้าไปดูเสียหน่อย แม้จะอ่านไม่ออกเลย หลายร้านเลยครับที่เอาหนังสือเล่มที่ผมได้มานี้วางโชว์เป็นแผง

เห็นรูปชุดดีโหมครับ ไม่มีขาไม่มีแขนแม้แต่ข้างเดียวเลย ครับ แต่ใช้ชีวิตเยี่ยงคนปกติได้ และได้อย่างภาคภูมิใจเสียด้วย ชื่อของเขาชื่อ โอโตทาเกะ ฮิโรทาตะ ชื่อหนังสือคือ “แม่พิการอ้วยวะ ไม่ครบก็ไม่ลำบาก” แต่ผมว่านี่แหละ “ลูกผู้ชายหัวใจไม่แพ้” ตัวจริง




เห็นไม่มีแขนไม่มีขาอย่างนี้ เขาจบมหาวิทยาลัยแล้วนะ  
ครับ เขาเดินทางไปยังที่ต่างๆด้วยรถนั่งบังคับไฟฟ้าของเขาเอง  
ใช้ปากแทนมือในการหยิบจับสิ่งของและเขียนหนังสือ

**แต่ที่ต้องบูชาหัวใจอย่างที่สุดก็คือ เขาไปไหนมาไหน  
โดยลำพัง**

บางตอนบนปกหนังสือที่โปรยไว้ คนรู้ภาษาญี่ปุ่นอ่าน  
ให้ฟังว่าเขาชอบที่จะเดินทางท่องเที่ยวไปตามที่ต่างๆเพื่อไปพบ  
ผู้คนที่ท้อแท้ในชีวิต และก็เอาตัวเองเป็นตัวอย่างในการสอนคน  
ให้ลุกขึ้นสู้ชีวิต

วันนี้เขาเดินทางมาถึงประเทศไทยแล้วโดยรูปภาพของ  
เขา



ดูรูปหน้าตรงของเขาสิครับ รอยยิ้มที่สดใสและเต็มไปด้วย  
ด้วยความหวัง โดยเฉพาะแววตาของเขา  
เป็นแววตาของผู้ที่มีชัยต่อชะตากรรมอย่างแท้จริง 

#### หมายเหตุ

ปัจจุบันหนังสือของ โอโตทาเกะ ฮิโรทาคะ ได้รับการแปล  
เป็นภาษาไทยแล้วในชื่อ ไม่ครบห้า โดยสำนักพิมพ์ ส.ส.ท. เยาวชน