

Sarakadee Magazine

# [สารคดี]

ปีที่ ๓๕ ฉบับที่ ๔๒๐  
กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓  
www.sarakadee.com

+  
**CORONA  
VIRUS**  
(COVID-19)

+  
**LIGHT  
POLLUTION**

*the rise of*

# PM 2.5



ISSN 0857-1538



9 770857 153006



120-  
4200263



@sarakadeemag





ภาพปก : 123rf.com

ปีที่ ๓๕  
ฉบับที่ ๔๒๐  
กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

[ สารบัญ ]

๒  
โคลง ฉันทก กาพย์ กลอน  
กวนร้อย

๔  
วาดเมือง  
วาดป่า

๘  
เรื่องเด่นประจำฉบับ

๑๒  
จากบรรณาธิการ  
พระช่วย

๑๔  
สารคดีสมภมา  
ผู้เล่าเรื่องที่สำคัญ

๑๖  
ธรรมชาติ กำมาโซว์  
เมื่อไฟมา “มะลิดไม้ป่า” จะเติบโต

๑๘  
holistic  
งานอาสาเต็มเต็มชีวิต

๒๐  
change from below  
สายลมแห่งความหวัง

๒๔  
วิทย์คิดไม่ถึง  
อนุภาพฝุ่น

๒๖  
ASEAN Senior  
Orn's Bookshop  
กับเรื่องทอง “ปีเตอร์”

๓๐  
wild frame  
The Sky is Not Enough

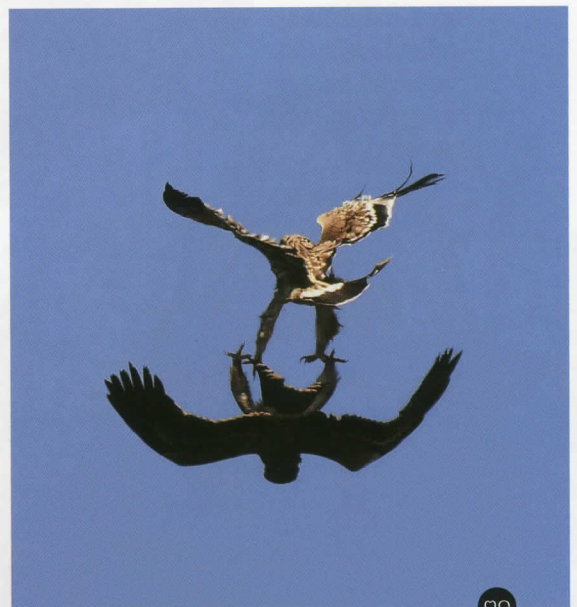
๑๑๗  
ข่าวธุรกิจ-ผลิตภัณฑ์

๑๑๘  
hidden (in) museum  
มอง “หิน-แร่”  
ด้วยสายตาที่ต่างจากเดิม

๑๒๐  
ท้ายครึ่ง  
ย้อนอดีตที่ปล่องเหลี่ยม



๒๖



๓๐



๑๔



๑๕

๓๒  
The Origin and  
the Return of PM 2.5  
จุดเริ่มต้นและการกลับมา  
ของ “ฝุ่นละออง”

๓๖  
โรคอุบัติใหม่  
จากไวรัสโคโรนา

๓๖  
Sky Glow - Light Pollution  
เมื่อโลก...ไร้รัตติกาล  
หายนะในความสว่างไสว

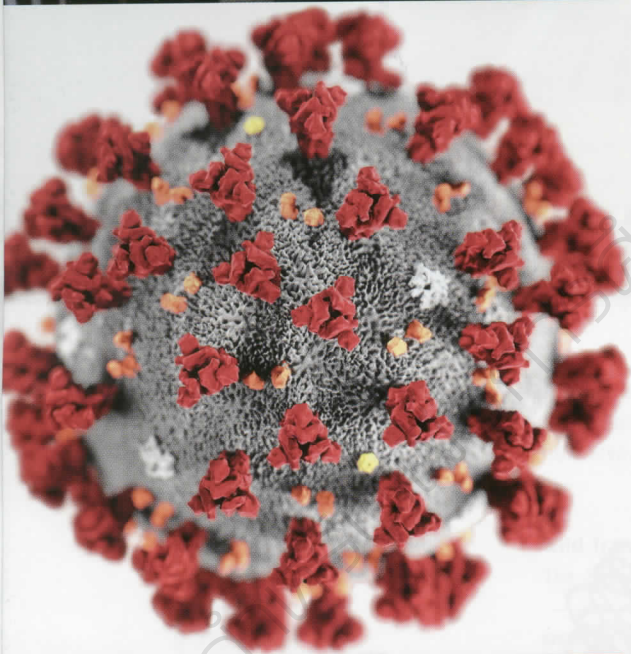


## [ เรื่องเด่นประจำฉบับ ]

### ๓๒

#### The Origin and the Return of PM 2.5 จุดเริ่มต้นและการกลับมาของ “ฝุ่นพิษ”

สองถึงสามปีที่ผ่านมาปัญหาฝุ่น PM 2.5 ประหนึ่งวาระแห่งชาติ พื้นที่ประสบมลพิษทางอากาศจากฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน แพร่ขยายไปทั่วทุกภูมิภาค ไม่ว่าจะกรุงเทพมหานครหรือหลายจังหวัดทางภาคเหนือ กลาง อีสาน ได้ ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตทั้งทางสุขภาพกาย สุขภาพจิต สังคม เศรษฐกิจ การท่องเที่ยว / ต้นตอของปัญหาอากาศเป็นพิษคืออะไร? / ใครกันคือผู้สร้างเงื่อนไข? แล้วใครกันที่ต้องรับผิดชอบ? / ระยะเวลาที่สังคมกำลังคลุ้มคลั่งทางหาทางออก / สวรรค์ดี ลงพื้นที่เก็บข้อมูลทั้งในเมืองไทย และประเทศเพื่อนบ้าน เพื่อร่วมหาทางคลี่คลายปัญหาเมืองในฝุ่น



### ๓๖

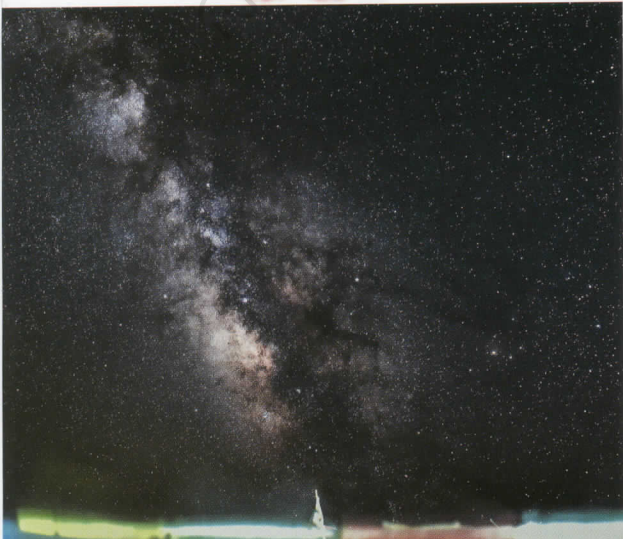
#### โรคอุบัติใหม่จากไวรัสโคโรนา

ต้น ค.ศ. ๒๐๒๐ คงไม่มีเหตุร้ายใดที่สร้างความตระหนกไปทั่วโลกได้เท่ากับการระบาดของไวรัสโคโรนา / ไวรัสโคโรนาจัดเป็นโรคอุบัติใหม่ชนิดหนึ่ง / แต่โรคอุบัติใหม่คืออะไร เคยปรากฏมาก่อนแล้วในประวัติศาสตร์ของมนุษย์ / และไวรัสโคโรนาร้ายแรงแค่ไหน / ติดตามโรคอุบัติใหม่อย่างรู้เท่าทัน ด้วยความตระหนัก แต่ไม่ตระหนกได้ในบทความพิเศษชิ้นนี้ / เพราะไม่แน่ว่าพรุ่งนี้เราอาจต้องเผชิญโรคอุบัติใหม่ตัวใหม่ ๆ อีกก็เป็นได้

### ๓๖

#### Sky Glow - Light Pollution

เมื่อโลก...ไร้รัตติกาล หายนะในความสว่างไสว / คงไม่มีใครคาดคิดว่าแสงสว่างที่มากเกินไปของเมืองในยามค่ำคืนกำลังกลายเป็น “มลภาวะทางแสง” / มันส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม ระบบนิเวศ สิ่งมีชีวิตต่าง ๆ รวมถึงมนุษย์ / การเจริญเติบโตของพืชที่ผิดปรกติจะนำไปสู่ความเหี่ยวเฉา / การลดลงของทั้งจำนวนและชนิดแมลง เพราะถูกล่อลวงด้วยแสงไฟประดิษฐ์ / ไม่เพียงชีวิตบนบก ยังส่งผลกระทบต่อไปถึงท้องทะเล แพลงก์ตอน ปะการัง ที่เป็นฐานรากสำคัญของห่วงโซ่อาหารในระบบนิเวศ / หลากภาคส่วนกำลังลุกขึ้นมาณรงค์สร้างความตื่นตัวจากมลภาวะที่เราไม่เคยตระหนักถึง ๓



# ผู้เล่าเรื่องก็สำคัญ

งานเขียนสารคดีเป็นเรื่องเล่าอย่างหนึ่ง เป็นการเล่าข้อมูล แต่หากเล่าออกไปแบบที่อู ๆ ก็เสี่ยงที่จะทำให้อ่านไม่อยากฟัง (อ่าน)

ในงานเขียนเรื่องแต่ง (fiction) องค์ประกอบหนึ่งที่นักเขียนใส่ใจใจมาก ๆ คือเรื่องมุมมอง (point of view) ที่หมายถึง “ผู้เล่าเรื่อง” คือใครจะเป็นผู้เล่าหรือถ่ายทอดเรื่องราว

และไม่ได้มีกฎเกณฑ์ข้อใดที่ห้ามนำวิธีการเดียวกันนี้มาใช้เล่าเรื่องในงานสารคดี (feature) ในแง่ที่ว่าจะให้เสียงใครเป็นผู้เล่าเรื่องนั้น ซึ่งผู้เล่าอาจอยู่หรือไม่อยู่ในเรื่อง หรือเสียงที่เล่านั้นกำลังพูดกับใครหรือไม่เจาะจงจะพูดกับใครโดยตรง

## เล่าโดยผู้เขียนไม่ต้องอยู่ในเรื่อง

เล่าผ่านเสียงสรรพนามบุรุษที่ ๑ ผม ฉัน ข้าพเจ้า ฯลฯ เป็นวิธีเล่าเรื่องยอดนิยมที่สุดก็ว่าได้ และเป็นวิธีที่ง่ายสำหรับการเริ่มต้นของนักสารคดีมือใหม่ แต่เมื่อชำนาญจนรู้สึกว่าการเล่าแบบผู้เขียนไม่ต้องอยู่ในเรื่องบ้างก็ได้

โดยวิธีการนี้ตัวจริงและน้ำเสียงของผู้เขียนจะไม่ปรากฏอยู่ในเรื่องโดยตรง แต่ปล่อยให้ตัวละครกลุ่มหนึ่ง ซึ่งก็คือแหล่งข้อมูลที่มีตัวตนจริง ๆ ที่ผู้เขียนได้ไปสัมภาษณ์และพบเจอมาแล้ว ออกมาแสดงเรื่องของเขาเอง ให้ผู้อ่านติดตามไปโดยผู้เขียนไม่ปรากฏตัวอยู่ในเรื่อง

อย่างสารคดีเรื่อง “ได้มั้งชิงจา วิวาร์เมียในแดนคอย” ที่ผู้อ่านจะได้รับรู้เรื่องพิธีแต่งงานของชาวคอยเผ่าเมียในแดนคอย ภาพพิธีกรรมที่ดำเนินไป กับน้ำเสียงของคู่หนุ่มสาวที่กำลังหวานชื่นและญาติมิตรแขกเหรื่อที่มาร่วมงาน

คืนที่ผ่านมา เฌงฮัน หรือ นิภาพร แซ่จ่าว ได้นอนในห้องของตัวเองเป็นคืนสุดท้าย เช้าวันนี้แล้วที่เธอต้องจากบ้าน

เกิดที่คืนเคยมาร ๑๗ ปี ไปอยู่ในบ้านอีกหลังหนึ่ง จากอ้อมอกแม่ที่ให้กำเนิด ไปสู่อ้อมแขนของชายคนรัก

ก่อนจะออกเดินทางไปกับยามสายอันแจ่มใสของฤดูหนาว เธออยากจะนึกทบทวนเรื่องราวแต่หนหลังระหว่างเธอกับเขาคนนั้นอีกสักครั้ง

ดอย ชายคนรักที่กลายเป็นเจ้าบ่าวของเธอ มีชื่อในโรงเรียนว่า ศักดิ์อุดร เข็มทองนำชัย เขามีอายุมากกว่าเธอ ๓ ปี หลายปีมาแล้ว พี่ชายคนหนึ่งของดอยย้ายครอบครัวจากบ้านน้ำปุกเหนือเข้ามาอยู่ที่หมู่บ้านสันเจริญ ตำบลผาทองอำเภอท่าม่วง จังหวัดน่าน บ้านเกิดของนิภาพร ยามเมื่อดอยมาเยี่ยมบ้านพี่ชายก็มักได้เห็นเด็กหญิงชื่อยายคนหนึ่งเที่ยววิ่งเล่นอยู่ในหมู่บ้าน

กระทั่งหลังเรียนจบ ม. ๓ ดอยมาเข้าค่ายเยาวชนเผ่าเมียนที่โรงเรียนบ้านสันเจริญ ครั้งนี้เขามาพบเด็กหญิงคนเดิมในวัยเริ่มแตกเนื้อสาวและรู้สึกหลงรัก

เป็นการเล่าข้อมูลจากผู้เขียน “สัมภาษณ์” หรือสังเกตการณ์มา กับข้อมูลจากการพูดคุย หรือ “สัมภาษณ์” แหล่งข้อมูลบรรยายจากจากภาพที่ได้เห็น เรื่องราวความรู้สึกความในใจของตัวละครก็มาจากปากคำที่เธอเล่า

ส่วนข้อมูลที่ผู้เขียน “ค้นคว้า” มากี่ใส่เข้าไปได้แบบเนียน ๆ

หนุ่มเมียนสมัยก่อนเกิดชอบพอสาวคนไหน เขาจะหมายบ้านไว้แต่กลางวัน ครั้นตกค่ำพวกผู้ใหญ่หลับกันแล้ว เพื่อนหนุ่มในหมู่บ้านจะพาเขาไปเคาะฝาบ้านตรงที่เป็นห้องนอนของสาว ขอพูดคุยด้วยเข้าที่เข้าทางดีแล้วกลุ่มเพื่อนจะปลุกตัวไป ปล่อยให้ชายหนุ่มไว้คนเดียว ถ้าสามารถเกี่ยวพานจนสาวคนที่อยู่ในบ้านพึงใจ เธออาจเปิดประตูให้เขาเข้าไปถึงในห้อง

--หากเป็นความยินยอมพร้อมใจของหญิงสาว พ่อแม่หรือใครก็ไม่มีสิทธิ์กีดกัน

เรื่องราวชีวิตของตัวละครหลักดำเนินไปอย่างไร คนอ่านก็ติดตามเธอไปจนจบงาน เรื่องดำเนินไปตั้งแต่ต้นจนจบโดยไม่ปรากฏตัวและเสียงผู้เขียนอยู่ในเรื่อง แต่ให้คนอ่านรู้เห็น ได้ยินเสียง รู้เหตุการณ์ผ่านกิจกรรมของตัวละคร (แหล่งข้อมูล) รวมทั้งตัวประกอบ หรือแหล่งข้อมูลรองก็เสริมเข้ามาได้ตามความเหมาะสมตลอดทั้งเรื่อง ตามหลักของการเล่าเรื่องแบบผู้เขียนไม่อยู่ในเรื่อง

เสียงวงมโหรีประโคมก้องขึ้นกลางหมอกหนาวของยามหัวรุ่ง กลบเสียงไก่ที่ขันปลุกเจ้าของบ้านให้ลุกขึ้นหุงข้าวเตรียมตัวออกไปไร่ข้าวโพด ดาวประกายพรึกแว่นดวงเจิดแจ่มอยู่เหนือหลังคาบ้านด้านขอบฟ้าตะวันออก และเข็มนาฬิกาบอกเวลาตี ๔

เป็นฤกษ์งามยามมงคลของตระกูลเจ้าบ่าว

... ช่วงเวลาสุดท้ายก่อนจะปล่อยให้หนุ่มสาวสองคนออกไปสร้างครอบครัวใหม่ คำสอนเกี่ยวกับศีลธรรมจรรยา วิถีปฏิบัติ หลักการครองเรือน รวมทั้งทุกสิ่งทุกอย่างที่สามารถจะส่งสอนกันได้ด้วยถ้อยคำก็พรingsงจากปากเหล่าผู้อาวุโส

... ดูเหมือนสังคมของชนเผ่าเมียนจะไม่ค่อยเข้มงวดกับเรื่องรักใคร่เมื่อยังอยู่ในวัยหนุ่มสาว แต่เมื่อเป็นคู่ครองเรือนร่วมกันแล้ว พวกเขายึดถือหลักผัวเดียวเมียเดียวอย่างเคร่งครัด

## เล่าเรื่องผ่านสรรพนามบุรุษที่ ๒

พลิกนิดเดียว จากการเล่าเรื่องโดยสรรพนามบุรุษที่ ๑ ที่ “ฉัน” (ผู้เขียน) กำลังพูดอยู่กับผู้อ่าน เปลี่ยนเป็นพูดกับตัวละครหลัก (หรือแหล่งข้อมูล) สารคดีเรื่องนั้นก็อาจมีสีสันแปลกใหม่ขึ้นทันทีในแง่การเล่าเรื่อง



เสียงของ “ผู้เล่าเรื่อง” จะพุ่งไปที่ “คุณ” เรื่องจะถูกเล่าผ่านสรรพนามบุรุษที่ ๒ ที่จะเป็นคล้าย “เส้นน้ำสายตา” พาผู้อ่านไปตั้งแต่ต้นจนจบเรื่อง

ในสารคดีเรื่อง “ภญ. ดร. สุภาภรณ์ ปิติพร แม่หมอสมนไพร ‘อภัยภูเบศร’” ต้องการสื่อประเด็นหลักเรื่องยาสมุนไพรไทยผ่านองค์ความรู้และผลิตภัณฑ์ของอภัยภูเบศร ซึ่งมี ภญ. ดร. สุภาภรณ์ หรือ หมอต่อม เป็นกำลังผลักดันสำคัญ ก็คิดว่าให้เธอเป็นตัวละครหลักของเรื่อง

แกนของการเล่าเรื่อง ผู้เขียนจะพูดกับเธอในสรรพนาม “คุณ”

เปิดเรื่องโดยแนะนำตัวเธอต่อผู้อ่าน แต่ผ่านเสียงการพูดกับคุณ

...

คุณเป็นข้าราชการ ชื่อตามตำแหน่งของคุณคือ เกษตรกรหญิง ดอกเตอร์ สุภาภรณ์ ปิติพร เกษตร ๙ หัวหน้ากลุ่มงานเภสัชกรรม แต่ใคร ๆ มักเรียกคุณด้วยชื่อเล่นกันติดปากว่า “หมอต่อม” ในวันเวลาราชการคุณปฏิบัติงานราชการไปตามหน้าที่ อยู่ในโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ซึ่งเป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัดปราจีนบุรี และใช้เวลาในช่วงวันหยุดรวมทั้งยามว่างระหว่างวันไปกับงานเก็บรวบรวมความรู้เรื่องยาสมุนไพรจากหมอชาพื้นบ้าน จนพวกน้อง ๆ ที่ทำงานอยู่ด้วยบอกว่า คุณนะทำงานวันละ ๒๕ ชั่วโมง

และก็เช่นเดียวกับการเล่าโดยวิธีอื่นใด ข้อมูลใด ๆ ที่ผู้เขียนมีอยู่ในมือก็

สามารถแทรกใส่เข้าไปในเรื่องได้หมดผ่านการพูดกับ “คุณ”

คุณชอบ อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ กับ นุคลิกที่หัวฟูอย่างคนที่ตื่นตัวกับความคิดและการงานอยู่ตลอดเวลา คุณชื่นชม โทมัส เอดิสัน จากเกร็ดชีวิตเขาบางตอนที่เคยอ่านเจอ...

ในวัยใกล้ ๕๐ ปีคุณยังคงทำงานหนักเหมือนเมื่อหลายสิบปีก่อน ยังพร้อมสำหรับการลงพื้นที่ ไม่ว่าจะกันดารหรือเสี่ยงภัยแค่ไหน--หากรู้ว่าที่นั่นมีหมอชาพื้นบ้านให้คุณได้ขอความรู้-ฝากตัวเป็นศิษย์เรียนวิชาสมุนไพร

ข้อมูลที่คุณเขียนค้นคว้ามาก็นำมาพูดกับ “คุณ” ได้ แม้ว่าเธอจะเป็นผู้เขียนมาเองกับมือ

ในหนังสือ **สมุนไพรอภัยภูเบศร สืบสานภูมิปัญญาไทย** คุณเขียนไว้ด้วยว่า การริเริ่มครั้งนี้ถือได้ว่าเป็น “จุดเปลี่ยน” ทั้งกับตัวคุณเองและงานที่ทำ

“จากการที่ไปไม่กลายเป็นยาได้ ทำให้เราตระหนักและภูมิใจว่าเราเป็นศิษย์มีครู ทำให้มั่นใจว่าถ้าเจอครูดี ๆ ... จากคนรุ่นเรานี้มองย้อนกลับไปได้เป็นพัน ๆ ปี ในยุคที่คนยังอยู่กับใบไม้เพียงแต่ให้เรานำกลับมาให้ได้ เราไม่มีห้องทดลองให้ทำวิจัย แต่สัจจะก็คือสัจจะ และเมื่อเราทำออกมาคนใช้ก็เชื่อถือ โรงพยาบาลก็เชื่อถือ”

เช่นเดียวกับถ้อยคำที่เธอให้สัมภาษณ์ก็นำมาใช้เป็นโควตได้ตั้งในงานสารคดีโดยทั่วไป

คุณเสนอแนวคิดพร้อมแสดงข้อมูลกราฟสองเส้นที่กว้างทั้งช่วงห่างกันมาก

“เส้นสีน้ำเงินเป็นเกสซ์แผนใหม่ นำเข้าสารเคมีเอามาทำเป็นยาเม็ด ยาน้ำเราซื้ออยู่ปีละ ๙ หมื่นกว่าล้านบาท นี่เป็นตัวเลขของปี ๒๕๕๐ ส่วนเส้นสีชมพูที่อยู่ด้านล่างเป็นยาสมุนไพรที่เราผลิตได้ มีสัดส่วนประมาณ ๒ เปอร์เซ็นต์ เราอยากให้ตัวเลขมันขยับขึ้นมาบ้าง อย่างน้อยก็สักหมื่นล้าน”

เล่าข้อมูลที่ค้นคว้ามา ที่สัมภาษณ์และที่ติดตามสังเกตการณ์ ผ่านน้ำเสียงเดียวคือการพูดกับ “คุณ” ไปจนจบเรื่อง แม้ใจความส่วนที่เป็นความคิดหรือมุมมองของผู้เขียน แต่ก็ซ่อนแฝงอยู่ในเสียงพูดถึง “คุณ”

“เราอาจเป็นผู้ถูกเลือก...” คุณพูดถึงสิ่งที่อยู่นอกเหนือกฎเกณฑ์ทางวิทยาศาสตร์ แต่สัมผัสได้ด้วยใจของตัวเอง “...หมอยาแต่ละคน เขาก็เป็นผู้ที่ถูกธรรมชาติเลือกที่จะฝากความลับไว้ และเราเองก็เป็นผู้ที่ธรรมชาติเลือกให้เป็นผู้รับการสื่อสารจากหมอยาโบราณเหล่านั้น”

โดยนัยนี้ คุณเปรียบตัวเองว่าเป็นแค่ร่างทรงของธรรมชาติ ที่จะถ่ายทอดรหัสแห่งการดูแลรักษาชีวิตไปสู่มวลมนุษย

แต่การใช้ผู้เล่าเรื่องสรรพนามบุรุษที่ ๒ (คุณ) และบุรุษที่ ๑ (ฉัน) ยังถือเป็นการเล่นด้วยเสียงเดียว ความจริงในเรื่องเล่าเรื่องหนึ่งจะมีเสียงผู้เล่ามากกว่าหนึ่งก็ได้ ซึ่งหากผู้เขียนทำได้ถึงก็ย่อมให้ความรู้สึกแปลกใหม่สำหรับผู้อ่าน

รวมถึงการยอมรับฝีมือในแง่กลวิธีการเล่าเรื่อง ๓

[ ธรรมชาติ ท่ามาโฮว ]

ลูกสมอพิเภก  
เมล็ดติดกับ  
เนื้อแห้งในผล  
จึงต้องขยายพันธุ์  
พร้อมผลที่ปกคลุม  
ขนก้ามะหยี่  
สีน้ำตาลนั้น

ลูกสัก  
ผลพองลม  
ซ้อนเมล็ดรูปไข่ไว้  
หนึ่งถึงสี่เมล็ด  
วางเรียงตาม  
แนวตั้งของผล  
ช่องละเมล็ด

เมล็ดมะค่าโมง  
ทรงรี ผิวมันดำขลับ  
แข็งมาก  
โดดเด่นตรงโคน  
ที่มีเยื่อหนาสีเหลือง  
หุ้มเป็นรูปถ้วย

เมล็ดมะกอกป่า  
เปลือกสีเหลือง  
ค่อนข้างหนา แข็ง  
และเป็นเสี้ยน

เมล็ดมะม่วงป่า  
ดูเล็ก  
เพราะผลโตเต็มที่  
เพียง ๓ เซนติเมตร  
เปลือกเมล็ดเป็นร่อง  
และแข็งมาก

# เมื่อไฟมา “มะลัด ไม้ป่า” จะเติบโต

**ไฟไหม้ป่า**ไม่เลวร้ายเสมอไปหากเกิดจากธรรมชาติ  
ปรกติป่าเบญจพรรณและป่าเต็งรังจะมีไฟป่าทุกปี  
ผิวผืนคล้ายพืชหลายชนิดถูกทำลาย แต่โดยมากบางส่วนของ  
พืชยังมีชีวิตอยู่ใต้ดิน รอสภาวะเหมาะสมจึงเติบโตใหม่...  
เมล็ดก็เช่นกัน

คนถิ่นเหนือเรียกเมล็ดพืชว่า “มะลัดไม้” รู้กันว่ากระบวนการ  
หนึ่งของป่าผลัดใบมีพืชหลากหลายพรรณรอทิ้งลูกไม้หลังไฟไหม้  
และลูกไม้จะเปิดทางให้เมล็ดกระจายพันธุ์ต่อเมื่อมีเปลวเพลิง  
มากระตุ้นเผาให้ “เปลือกหนา” แตก จึงได้แสงราก-ผลิบ  
เป็นต้นอ่อน แล้วเมื่อฝนโปรย ป่าจะเริ่มวงจรมีชีวิตใหม่

พบลูก-เมล็ดไม้ที่ชอบไฟป่าบริเวณป่าชุมชนบ้านป่าบาง  
ไถลี้ค่ายเยาวชนอนุรักษ์คอกยหลวงเชียงดาว เห็นแล้วนึกถึง  
วัยเด็กที่ชอบนำก้อนหินหรือเมล็ดพืชมาหาวิธีเล่นสนุกง่าย ๆ  
บนพื้นดินพื้นทราย

อยากให้อ่านแล้วค้นมืออยากหยิบ จึงออกแบบ  
ให้เมล็ดบนพื้นกระดาษมีขนาดเท่าจริง ๓

ลูกรกฟ้า  
ปีกหนากว้าง  
ในหนึ่งลูก  
มีเพียงหนึ่งเมล็ด  
เท่านั้น



# งานอาสา เติมเต็มชีวิต

**ใ**ราอยู่ในยุคที่คุ้นเคยกับคำว่า “จิตอาสา” หรือ “อาสาสมัคร” อย่างไม่เคยปรากฏมาก่อน งานอาสาไม่ใช่เรื่องขององค์กรไม่แสวงหาผลกำไรอีกต่อไป องค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนต่างออกมาทำกิจกรรมอาสาเพื่อสังคม ส่วนบุคคลทั่วไปก็สามารถหางานอาสาสมัครที่องค์กรต่าง ๆ จัดขึ้นโดยตรงและง่ายขึ้นผ่านโซเชียลมีเดีย บางกิจกรรมมีคนลงสมัครนับร้อยคนภายในวันเดียว นอกจากนี้กิจกรรมอาสา ยังเติมไปด้วยความหลากหลาย ทำให้เราเลือกงานจิตอาสาได้เหมือนเลือกซื้อสินค้า และบางคนทำงานจิตอาสาเป็นกิจวัตรเพื่อพักผ่อนหย่อนใจแทนการดูหนังฟังเพลงหรือช้อปปิ้ง

ทำไมผู้คนจึงนิยมทำงานจิตอาสา ผู้เขียนก็เคยตั้งคำถามนี้ และเมื่อได้พูดคุยกับจิตอาสาภายใต้การดำเนินงานของเครือข่ายพุทธิกาหลายอาชีพหลากหลายที่มานับสิบคน ได้คำตอบที่มีแกนกลางร่วมกันว่า งานอาสาช่วยเติมเต็มชีวิตที่มีความสุขอยู่แล้วให้อิ่มเต็ม และมีความหมายยิ่งขึ้น และช่วยเติมเต็มชีวิตที่ว่างเปล่าไร้ความสุขและไร้ความหมาย ซึ่งเป็นภาวะที่คนในสังคมทั่วโลกกำลังเผชิญอยู่ เหนือสิ่งอื่นใดการมองเห็นชีวิตของคนอื่นยังทำให้จิตอาสา ย้อนมองตัวเองด้วยมุมมองที่เปลี่ยนไป และค้นพบจุดดีหรือคุณค่าของตัวเองมากขึ้น





**ลัดดา ลิ้มปวีณาภรณ์** จิตอาสาโครงการอาสาข้างเตียง ทำหน้าที่เป็นเพื่อนพูดคุยกับผู้ป่วยใน โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ระยะเวลา ๓ เดือน เล่าว่าการพูดคุยกับผู้ป่วยหลายคนทำให้เห็นว่าปัญหาชีวิตที่เธอเจอเป็นเรื่องเล็กน้อย และตระหนักว่า “ชีวิตมีแค่นี้เอง” การสัมผัสกับโรคภัยไข้เจ็บทำให้มองเห็นว่าชีวิตนั้นสั้นนัก ถ้าหากทำประโยชน์ให้ใครได้ก็ควรรีบทำ

**สวน ปกป้อง บัดพิคคคา** นักศึกษาปริญญาเอก จิตอาสาโครงการอาสา ศิลปะเด็ก ที่สอนผู้ป่วยเด็กที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ทำงานศิลปะขณะรอพบแพทย์ เล่าว่า ผู้ป่วยเด็กทำให้เขาเข้าใจความหมายของคำว่า “ป่วยกายไม่ป่วยใจ” เพราะมีเด็กจำนวนมากที่ร่างกายเจ็บป่วย แต่จิตใจร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส ทำให้เขาย้อนมองตัวเองและคิดได้ว่าคนเราเจ็บนิดหน่อยเดี๋ยวก็หาย แต่สิ่งที่เจ็บกว่าและทำร้ายเรานานกว่าคือความกังวลใจ

ในการทำงานอาสาสิ่งที่ได้กลับมามักไม่ใช่ทรัพย์สินเงินทองหรือเกียรติยศชื่อเสียง หากแต่เป็นความสุขใจที่หาซื้อด้วยเงินทองไม่ได้ และบ่อยครั้งความสุขเกิดขึ้นจากการตระหนักรู้ถึงคุณค่าในตัวเองจากสิ่งที่ทำเพื่อผู้อื่น ดังที่ **ศักดิ์ชัย ศรีวัฒนาปีติกุล** หรือ

ครูชัย ผู้บอกว่าทำงานอาสาเป็นอาชีพแล้วว่างงานอาสามีความหมายต่อการดำรงชีวิต

**“การใช้ชีวิตต้องมีคุณค่า เพราะหากใช้ชีวิตที่มีแต่มูลค่าก็ไม่ว่าจะอยู่เพื่ออะไร งานอาสาไม่ได้อะไรในเชิงมูลค่า แต่มันตอกย้ำคุณค่าว่าสิ่งที่เธอทำมันถูกแล้ว เธออยู่ถูกที่ถูกเวลาแล้ว และชีวิตของเธอมีประโยชน์เพื่อคนอื่นได้จริง ๆ นะ”**

ศักดิ์ชัยกล่าว

การทำงานจิตอาสาคือเครื่องมือเยียวยาจิตใจมนุษย์ ซึ่งนับเป็นกิจกรรมเหมาะสมอย่างยิ่งในสังคมที่ผู้คนเจ็บป่วยทางใจและเหมาะแก่ทุกเพศทุกวัย ในคนวัยเกษียณที่ปลดเปลื้องภารกิจการงานซึ่งแบกรับมาหลายสิบปี เมื่อไม่ได้ทำงานไม่เจอเพื่อนฝูงคนรู้จักก็รู้สึกเหงาและไร้ค่า ส่วนมากจึงป่วยหรือซึมเศร้า การทำงานอาสาสมัครเป็นทางเลือกหนึ่ง ที่ช่วยให้พวกเขากลับมามีชีวิตชีวาและรู้สึกมีคุณค่าอีกครั้ง ดังที่ **วนิดา เตชะ-วิจิตรไพศาล** เกษัตริ์กรเกษียณอายุ ผู้เป็นจิตอาสาอำนวยความสะดวกผู้ป่วยสถาบันประสาทวิทยา สัปดาห์ละหนึ่งครั้งต่อเนื่องนับครึ่งปี บอกว่างานอาสาเปรียบเสมือนเครื่องบินที่ต้องมีระยะแลนดิงเพื่อไม่ให้ตกกระแทกพื้น ดังนั้นงานอาสาจึงเป็นระยะแลนดิงของคนวัยเกษียณ “ตอนเราทำงานมีทั้งมูลค่ากับมีคุณค่า พอเกษียณปุ๊บ มันไม่มีทั้งมูลค่าและคุณค่าเลย แต่จิตอาสายังคงคุณค่าชีวิตให้เราได้อยู่ คุณค่ามันหล่อเลี้ยงใจซึ่งสำคัญมาก”

ในเด็กและวัยรุ่น **นายแพทย์ ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์** จิตแพทย์ผู้มีชื่อเสียง เคยบรรยายเรื่องการเลี้ยงลูกให้เป็นเด็กธรรมดาที่มีความสุขว่า งานอาสาสมัครเป็นงานที่มีประโยชน์มากในวัยรุ่น โดยเฉพาะวัยรุ่นที่หมดไฟหรือไม่มีความอดทนในการทำงาน เพราะงานอาสาสมัครมักมีลักษณะทำไม่ยาก ไม่มีคนทำ ทำแล้วใครเห็นก็ชื่นชม เข้าทำนองทำปุ๊บได้ปั๊บ ทำแล้วได้เห็นคุณค่าของตัวเอง รักและภูมิใจในตนเอง และช่วยทำให้พวกเขามีตัวตน เมื่อมีตัวตนจึงรับผิดชอบตนเอง งานอาสาสมัครจึงเป็นทางออกของปัญหาวัยรุ่น

ในฐานะที่ผู้เขียนเป็นคนชอบเรียนรู้และแสวงหาความสุข บ่อยครั้งออกเดินทางไปไกลแสนไกลเพื่อแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ ซึ่งล้วนใช้ทรัพยากรทั้งเงิน แรงกาย และเวลา แต่สิ่งที่เห็นเมื่อได้พูดคุยกับจิตอาสาเหล่านี้คือความสุขที่เกิดจากการให้ นั่นมีต้นทุนน้อยกว่าและได้ผลตอบแทนมากกว่า แค่เพียงออกไปพูดคุย สัมผัสความทุกข์ยากของผู้อื่นพร้อมรับฟังอย่างตั้งใจ ก็ช่วยให้อีกฝ่ายคลายความทุกข์ได้ ซึ่งจะทำให้เรารู้สึกอิ่มเต็มและมีความสุขที่มีส่วนช่วยผู้อื่น

ด้วยเหตุนี้ผู้เขียนจึงอยากชวนเชิญให้ผู้อ่านมองหางานอาสาสมัครที่เหมาะสมกับความชอบและความสามารถของตัวเอง แล้วลองทำเพื่อสัมผัสประสบการณ์ตรง

**เรียนรู้ประสบการณ์การเป็นจิตอาสาและค้นหากิจกรรมอาสาสมัครได้ที่ Facebook : พุทธิกา จลาตทำบุญด้วยจิตอาสา (boonvolunteer) และเว็บไซต์เครือข่ายจิตอาสา www.volunteerspirit.org** ๘

# สายลมแห่งความหวัง

## วัยเด็กสดใสสร้างสรรค์

บริษา เด อันกูโล อายุ ๒ เดือนตอนที่ครอบครัวเธอย้ายกลับมาลงหลักปักฐานที่ชุมชนชิลิมาร์กาในเมืองโคชาบัมบา ประเทศโบลิเวีย ชุมชนนี้จัดเป็นย่านยากจนที่สุดย่านหนึ่งในโบลิเวียสมัยนั้น ไม่มีแม้กระทั่งโรงเรียน เด็ก ๆ ต้องเดินไปเรียนที่ชุมชนใกล้เคียง ซ้ำยังถูกรุติและลงโทษอย่างไม่เห็นแก่หน้า บริษาโชคดีที่พ่อแม่มีความรู้และเป็นนักกิจกรรมสังคม เธอกับพี่น้องจึงได้เรียนโฮมสกูลอยู่บ้าน

พออายุแค่ ๗ ขวบ บริษาก็เฝ้าวอนพ่อแม่ว่าอยากเปิดโรงเรียนของตัวเอง เธอยืนยันหนักแน่นว่าไม่ใช่แค่ความคิดแผลง ๆ ของเด็ก เธอมีเป้าหมายและความมุ่งมั่น เอาบานประตูเก่า ๆ มาทำเป็นโต๊ะและใช้ก้อนหินแทนเก้าอี้ บริษาเปิดโรงเรียนเล็ก ๆ ในลานหลังบ้าน สอนการบ้านให้เด็ก ๆ เธอทำแบบนี้ทุกวัน พออายุ ๑๐ ขวบ เธอก็ทำโครงการสอนหนังสือหลังเลิกเรียนให้เด็ก บริษามองเห็นจุดอ่อนว่าครูในโรงเรียนมักสอนให้เด็กท่องจำอย่างเดียว แต่ไม่ให้เกิดด้วยตัวเอง ทั้งยังใช้ความรุนแรงกับเด็กบ่อย ๆ บริษาก็ออกแบบโครงการที่มีบรรยากาศตรงกันข้าม เธอให้ออกาสเด็กคิด สำรวจ และมีความฝัน รวมทั้งปลอดภัยจากความรุนแรง

ในปี ๒๕๔๑ ตอนนั้นเธออายุ ๑๔ เริ่มสร้างหลักสูตรโรงเรียนทางเลือกให้คุณค่าแก่การไม่ใช้ความรุนแรงและการเคารพผู้อื่น เธอขอความรู้จากอาจารย์มหาวิทยาลัยจนถึงวิทยาลัยวิชาชีพหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับพัฒนาการเด็ก



<https://www.globalcitizen.org/en/content/brisa-de-angulo-bolivia-sexual-violence-survivors/>

และการศึกษา ปีถัดมารัฐบาลโบลิเวียก็ออกใบอนุญาตให้เธอเปิดโรงเรียนทางเลือกได้ โรงเรียน Comunidad Educativa Para La Vida (CEV) จึงถือกำเนิดขึ้น วันที่เธอดีใจที่สุดคือวันที่พ่อเรียกเธอออกไปหน้าบ้าน บอกว่ามีอะไรให้ประหลาดใจ ภาพที่เธอไม่เคยลืมในวันนั้นคือรถบรรทุกเก่า ๆ สีฟ้าชนเก้าอี้เล็ก ๆ ๒๐ ตัวกับโต๊ะใหม่เอี่ยม ๔ ตัวมาให้ชีวิตของเธอน่าจะดำเนินไปด้วยดี จนกระทั่งวันที่เช้าก้าวเข้ามา

## ฝันร้าย

เธออายุ ๒๖ ปี เป็นญาติมาจากโคลอมเบีย ส่วนบริษาอายุ ๑๕ ปี ครอบครัวของเธอต้อนรับขับสู้ให้เข้ามาอยู่ที่บ้าน นอกจากเป็นคนดูแลรักษาสุขภาพเธอยังเป็นศิษยาภิบาลสอนศาสนา พ่อแม่ของบริษาทำงานหลายโครงการล้มมือ จึงขอให้เขาช่วยงานโครงการ CEV ของเธอ

แต่ภาพลักษณ์ภายนอกมิใช่เนื้อแท้อย่างที่เห็น ผู้ชายคนนั้นเริ่มเล่นเกมจิตวิทยากับบริษา เมื่ออยู่กันตามลำพังเขาเริ่มทำร้ายเธอด้วยวาจาจากก่อน บั่นทอนให้เธอแยกตัวจากครอบครัว ทำให้เธอรู้สึกหมดคุณค่า การงานไม่มีความหมาย จากนั้นเริ่มทำร้ายร่างกายแล้วลงท้ายก็ข่มขืนเธอติดต่อกันเป็นเวลาถึง ๔ เดือน เขาทำให้เธอไม่กล้าบอกใครด้วยการข่มขู่ว่าถ้าเธอ

บอกคนอื่นเขาจะข่มขืนน้องสาวแทน ชูว่าแม่จะต้องตรอมใจตายถ้ารู้ว่าขณะที่ทำงานด้านสิทธิมนุษยชนข้างนอกนั้นลูกสาวกลับถูกข่มขืนในบ้านตัวเอง

ช่วงเวลานั้นบริษาเหมือนตกนรก เธอพยายามฆ่าตัวตายถึงสองครั้ง พ่อแม่รู้ว่ามิบางอย่างผิดปกติ แต่ไม่เคยเฉลียวใจว่าเธอถูกทำร้ายทางเพศ

จนกระทั่งบริษาเดินทางไปสหรัฐอเมริกากับพ่อแม่เพื่อเยี่ยมพี่ชาย การได้ออกจากสิ่งแวดล้อมที่เคยกดทับทำให้เธอยอมปรึกษา ครอบครัวของเธอตัดสินใจว่าจะเอาเรื่องทางกฎหมายให้ถึงที่สุด

## กระบวนการยุติธรรมทำร้ายเหยื่อ

นั่นคือเมื่อ ๑๔-๑๕ ปีก่อน แทบไม่เคยมีเด็กสาววัยรุ่นถูกข่มขืนแล้วกล้าดำเนินคดี บริษาพบว่ากระบวนการยุติธรรมไม่เข้าข้างเธอแม้แต่น้อย ยัยการหญิงพูดซ้ำแล้วซ้ำเล่าว่าเธอควรถอนฟ้องและอยู่เฉย ๆ ชูว่าจะเอาเข้าคุกถ้าไม่หยุด ผู้พิพากษาก็ไม่เต็มใจรับไต่สวนคดี

ตลอดเวลา ๓ ปีหลังจากนั้นคดีของเธอถูกโยนจากศาลหนึ่งไปอีกศาลหนึ่ง มีครั้งหนึ่งที่เธอถูกสั่งให้ไปขึ้นศาลเกษตรกรรมซึ่งตัดสินคดีเกี่ยวกับสัตว์และพืช ครอบครัวของเธอต้องจ้างทนายเอกชนช่วยดำเนินคดี แต่คนที่ผลักดันจริง ๆ คือแม่ของบริษา ซึ่งพลิกตำรา

# วิชาสารคดี

## วีระศักดิ์ จันทร์สงแสง

หนังสือที่ว่าด้วยหลักการ  
และวิธีการเขียนวรรณกรรมแนวสารคดี  
จากประสบการณ์ยาวนานของนักเขียนผู้คร่ำหวอด  
และฝึกฝนพัฒนาฝีมือมาบนหนทางสายสารคดี  
จนได้รับรางวัลงานเขียนจากหลายเวที



“เขาเขียนอ่านสนุกจริงๆ นะ...  
ที่ไม่เหมือนใครก็คือเขามีตัวอย่างเยอะมาก  
อ่านจบก็คุ้มมหาศาล...”

ชัชฎา บางคมบาง  
ศิลปินแห่งชาติ

“วิชาสารคดี  
...ซื่อเล่มนี้มาเหมือนมีครูบาอาจารย์อยู่ข้างๆ  
ไม่ใช่แค่คนสนใจงานสารคดี...  
นักศึกษาที่คร่ำเคร่งกับวิทยานิพนธ์  
คงได้ประโยชน์แน่ๆ...”

จิต แมนไทยสงค์  
นักเขียน

ราคา ๒๕๐.- | ราคาพิเศษเฉพาะสมาชิกนิตยสารสารคดี  
และวารสารเมืองโบราณ เหลือ ๒๐๐.- (จัดส่งฟรี)

ทดลองอ่าน



เหมาะสำหรับ**นักเขียนมือใหม่** ที่อยากเริ่มต้นฝึกฝนการเขียน  
**นักอ่าน** ที่อยากศึกษาถอดรื้อองค์ประกอบงานสารคดี ผ่านตัวอย่างงานจำนวนมาก  
**บรรณาธิการ** ใช้เป็นคู่มือแนะแนวทางให้นักเขียนพัฒนาผลงาน



วีระศักดิ์ จันทร์สงแสง



ผลงานคุณภาพ  
โดยสำนักพิมพ์สารคดี

มีจำหน่ายที่ร้านหนังสือริมขอบฟ้า และร้านหนังสือชั้นนำทั่วประเทศ  
หรือสั่งซื้อได้ที่บริษัทวีริยะธุรกิจ จำกัด  
๓ ซอยนนทบุรี ๒๒ ถนนนนทบุรี (สนามบินน้ำ)  
ตำบลบางกระสอ อำเภอเมืองนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐  
โทร. ๐-๒๕๔๔๗-๒๗๐๐ ต่อ ๑๑๑-๑๑๓ โทรสาร ๐-๒๕๔๔๗-๒๗๒๒๒  
เช็คหรือธนาณัติ สั่งจ่ายบริษัทวีริยะธุรกิจ จำกัด ปณฝ. กระทรวงพาณิชย์ ๑๑๐๐๕

สั่งซื้อหนังสือออนไลน์ที่



Facebook: สารคดี-เมืองโบราณ-นายรอบรู้  
Twitter: @sarakadeemag



<https://www.theguardian.com/global-development/2018/dec/28/teenager-reform-bolivia-broken-record-justice-brisa-de-angulo-breeze-of-hope>

< ๒๐

ค้นหากฎหมายทุกข้อเพื่อให้เธอได้รับความยุติธรรม

นอกจากถูกทำร้ายจากกระบวนการทางศาลแล้ว ครอบครัวของเธอยังถูกลั่นแกล้งจากเครือข่ายและชุมชน ญาติของฝ่ายชายจากโคลอมเบียลงทุนบินมาให้การในศาลเพื่อปรักปรำบริษัาและใส่ร้ายพ่อแม่ ครอบครัวของเธอได้รับจดหมายและโทรศัพท์ขู่เอาชีวิต มีคนปากกอนหินใส่บ้านและถูกลอบวางเพลิงสองครั้ง มีคนพยายามลักพาตัวเธอและขั้บรถชนเธอหลายครั้ง ทั้งหมดนี้เพื่อให้เธอยอมแพ้และหุบปาก

แต่บริษัทกับพ่อแม่ไม่ยอมถอย พวกเขาบักหลักต่อสู้ จนสุดท้ายผู้ชายคนนั้นก็หนีออกนอกประเทศและถูกตำรวจสากลออกหมายจับจนถึงทุกวันนี้

### สายลมแห่งความหวัง

ในช่วงเวลา ๓ ปีแห่งความมืดมน บริษัทค้นพบว่าเธอไม่ใช่คนเดียวที่เจ็บปวด โบลิเวียมีปัญหามรณะทางเพศสูงที่สุดในกลุ่มลาตินอเมริกา โดยเฉพาะการล่วงละเมิดต่อเด็ก เด็กผู้หญิงหนึ่งในสามคน และเด็กผู้ชายหนึ่งในห้าคนต้องเผชิญความรุนแรงทางเพศก่อนอายุครบ ๑๘ เหลือส่วนใหญ่ (๘๐-๙๐ เปอร์เซ็นต์) ถูกทำร้ายจากสมาชิกในครอบครัวหรือคนรู้จักใกล้ชิด อีกทั้งกระบวนการกฎหมายก็ไม่เป็นมิตรต่อ

เหยื่อตั้งที่เธอประสบ

ความตระหนักนี้ทำให้บริษัทก่อตั้งองค์กร Centro Una Brisa de Esperanza (CUBE) ขึ้น ซึ่งเป็นองค์กรแรกและองค์กรเดียวในโบลิเวียจนถึงทุกวันนี้ที่เชี่ยวชาญการให้ความช่วยเหลือด้านกฎหมายแก่เด็กและวัยรุ่นที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรงทางเพศ

ตอนเริ่มโครงการ อัตราการชนะคดีของเหยื่อมีแค่ ๐.๒ เปอร์เซ็นต์ แต่หลังจากองค์กร CUBE เข้าไปช่วยเหลือ อัตราการชนะคดีเพิ่มขึ้นเป็น ๙๕ เปอร์เซ็นต์ องค์กรจะส่งผู้เชี่ยวชาญทางกฎหมายเข้าไปช่วยเหลือเด็กและวัยรุ่นตั้งแต่เริ่มต้นจนจบคดี รณรงค์ยกเลิกการที่เหยื่อต้องเผชิญหน้าผู้ล่วงละเมิดในศาล รณรงค์ยกเลิกกฎหมายของโบลิเวียที่กำหนดโทษอัตราต่ำต่อผู้ล่วงละเมิดเหยื่อที่อายุ ๑๔-๑๘ ปี ตลอดจนเรียกร้องกระทรวงยุติธรรมกำหนดให้วันที่ ๙ สิงหาคมของทุกปีเป็นวันต่อต้านการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กแห่งชาติ และมีการเดินขบวนสร้างความตระหนักไว้ในประเด็นนี้

หลังจากเรียนจบปริญญาตรีและโทด้านจิตวิทยา รวมทั้งปริญญาตรีอีกใบในสาขานิติศาสตร์จากมหาวิทยาลัยรัตเกอร์สในสหรัฐอเมริกา บริษัทกับสามีก็ก่อตั้งมูลนิธิชื่อ A Breeze of Hope เพื่อรวบรวมทั้งโครงการ CEV ที่เธอริเริ่มตั้งแต่เด็ก

โครงการ CUBE และโครงการอื่นๆ เข้าด้วยกัน มูลนิธิ A Breeze of Hope เน้นการฟื้นฟูจิตใจของเด็กที่ถูกทำร้ายทางเพศด้วยวิธีการบำบัดหลากหลาย ทั้งดนตรี โยคะ เกม ฯลฯ โดยให้เด็กมีส่วนร่วมออกแบบและค้นหาวิธีบำบัดที่เหมาะสมกับตัวเอง นอกจากนี้ยังมีการอบรมเจ้าหน้าที่รัฐ ตั้งแต่ผู้พิพากษา อัยการ ทนายความ ไปจนถึงตำรวจ ให้เข้าใจ

ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กและวัยรุ่น อีกทั้งยังคณะทำงานในองค์กรทั้งหมดราว ๖๕ เปอร์เซ็นต์ เป็นผู้ผ่านประสบการณ์การถูกทำร้ายทางเพศมาโดยตรง

ปัจจุบันบริษัทกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญที่แม้แต่สหรัฐอเมริกา ก็ขอให้เธอไปอบรมประเด็นนี้ เธอกลายเป็นนักพูดในที่สาธารณะเพื่อสร้างความตระหนักแก่สังคม รวมทั้งสร้างแรงบันดาลใจกระตุ้นให้เหยื่อกล้าออกมาบอกเล่าถึงความเจ็บปวดและไม่เก็บซ่อนตัวเองอีก

บริษัทเคยกล่าวไว้ว่า “มันต้องใช้ความกล้าหาญมากในการว่าออกสู่ท้องทะเลลึกซึ่งมองไม่เห็นฝั่ง รู้สึกถึงแรงกดดันของความไม่แน่นอน แต่คนที่กระโดดลงไปเท่านั้นจึงจะรู้ซึ่งถึงรสชาติของการเอาชีวิตรอดมาได้

“ความกล้าหาญคืออาวุธของคนกล้าและเป็นคุณธรรมสำคัญที่สุด ชีวิตคนเราจะหดแคบหรือขยายแบ่งบานก็แปรผันตามความกล้าหาญของเรา”

๓

ฝุ่นมีขนาดเล็กเท่าใด  
ก็ยิ่งอันตรายต่อร่างกาย  
มากขึ้นเท่านั้น

# อานุภาพฝุ่น

ในเดือนสองเดือนที่ผ่านมาเรื่องฝุ่นขนาดเล็กจิ๋วไม่ได้เป็นเรื่องเล็กๆ uly เลยสำหรับคนไทย โดยเฉพาะคนในเมืองหลวงประเทศไทยที่โดนมันหันตภัยฝุ่นโจมตีอย่างรุนแรงอีกครั้ง จากเดิมผู้ที่เผชิญปัญหามักเป็นคนต่างจังหวัด เพราะสาเหตุตามฤดูกาลก็คือการเผาพื้นที่เกษตรเพื่อเตรียมการเพาะปลูก ขณะที่สาเหตุหลักในทุกฤดูกาลคือควันเสียจากโรงงานที่ไม่ได้ควบคุมให้ดี และควันเสียจากการเผาไหม้ไม่สมบูรณ์ของเครื่องยนต์ โดยเฉพาะเครื่องยนต์ดีเซลของรถโดยสารและรถขนส่งขนาดใหญ่ก็ไม่เคยหมดไปหรือแม้แต่จะลดลง

เวลาพูดถึงฝุ่นจะสังเกตว่ามีกระอนุเป็น PM 2.5 คือมีขนาดตั้งแต่ ๒.๕ ไมครอนลงไป เปรียบเทียบให้เห็นภาพก็คือเล็กกว่าเส้นผมไม่น้อยกว่า ๒๐ เท่า ฝุ่นพวกนี้เล็กกว่าฝุ่นทั่ว ๆ ไปที่พบตามบ้านอยู่ ๔-๕ เท่าเป็นอย่างน้อย จึงแทรกซึมถึงส่วนที่อยู่ลึกลงไปปอด ร่างกายไม่มีกลไกป้องกันฝุ่นขนาดสุดจิ๋วแบบนี้เลย จึงก่ออันตรายต่าง ๆ นานาได้มาก ตั้งแต่ทำให้เกิดโรคในระบบทางเดินหายใจ ทำลายเซลล์สมองในเด็กจนทำให้ไอคิวลดลง หรือแม้แต่ทำให้เป็นมะเร็งในเด็กและผู้ใหญ่

มีงานวิจัย (<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3329098>) ระบุหลักฐานวัดได้จากจุดตรวจในห้าจังหวัดว่าประเทศไทยมีค่า PM 2.5 สูงกว่ามาตรฐานอย่างน้อยก็ตั้งแต่ ค.ศ. ๒๐๑๒ แล้ว กรุงเทพมหานครได้ค่า PM 2.5 สูงสุด (เมื่อเทียบกับจังหวัด

สระบุรี เชียงใหม่ สงขลา และระยอง) โดยมีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่วัดได้ระหว่าง ๕๕ ถึง ๑๔๗  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  ต่อวัน

ที่น่าสนใจอีกเรื่องหนึ่งก็คือ การฉีดน้ำน่าจะมีส่วนช่วยลดฝุ่น PM 2.5 น้อยมาก เพราะแม้ฝนตกหนักมากก็ลดฝุ่นขนาดเล็กจิ๋วพวกนี้ได้ไม่เกิน ๑๐ เปอร์เซ็นต์เท่านั้น ขณะที่ละอองน้ำปริมาณเล็กน้อยแทบไม่ช่วยอะไรเลย จึงเปลืองน้ำและเงินไปเปล่า ๆ (อ้างอิงข้อมูลจากเว็บไซต์บริษัท Smart Air ของจีน : [smartairfilters.com](http://smartairfilters.com) โปรดดูรูปประกอบ)

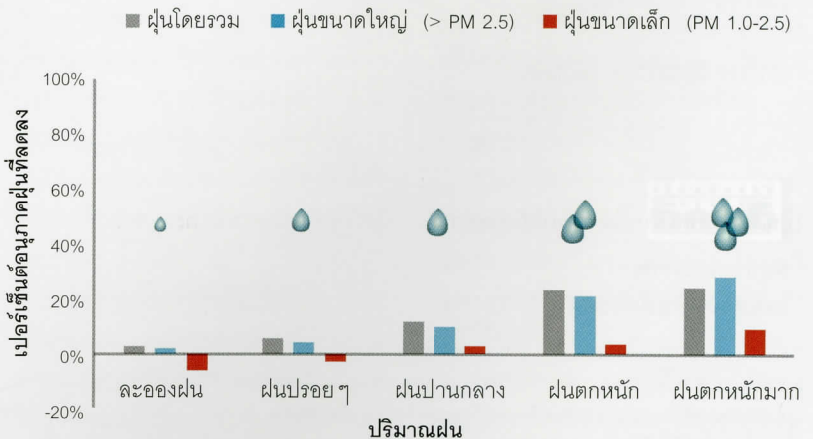
เรื่องน่าประหลาดใจเกี่ยวกับอานุภาพของฝุ่นยังมีมากกว่านี้อีก พอดันคว้าก็พบงานวิจัยที่ระบุว่า ฝุ่นอาจจะมีส่วนร่วมทำให้เกิดเชื้อโรคดื้อยาด้วย (<https://doi.org/10.1371/journal.ppat.1008211>)

นักวิจัยรวบรวมตัวอย่างฝุ่นจากอาคารสาธารณะ ๔๓ แห่ง แล้วนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบ สิ่งที่พบก็คือมีมากกว่าหนึ่งในสี่ของทั้งหมดที่มีเชื้อแบคทีเรียดื้อยา โดยความสามารถในการดื้อยานี้บรรจุอยู่ในดีเอ็นเอแบบวงกลมที่มีชื่อเรียกจำเพาะว่าพลาสมิด (plasmid)

พวกแบคทีเรียมีกลไกส่งต่อพลาสมิดให้กันได้โดยไม่ต้องเป็นแบคทีเรียชนิดเดียวกัน ก็เลยน่าเป็นห่วงว่าแบคทีเรียที่ก่อโรครุนแรงแต่ยังไม่ดื้อยา เช่นพวกแซลโมเนลลา (*Salmonella*) ที่ทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ ก็อาจรับเอาความสามารถพิเศษนี้เข้าไปในตัวได้

แค่คิดก็สยองแล้ว ปรียัย แต่เท่านั้นยังไม่พอ มีอีกงานวิจัยที่กล่าวถึงความเป็นไปได้ว่า ฝุ่นในบ้าน

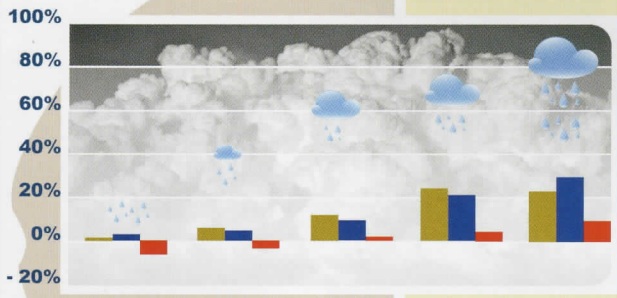
ผลของฝนต่ออานุภาพฝุ่น



ฝนชะล้างฝุ่นขนาดใหญ่ได้ดีกว่าฝุ่นขนาดเล็ก แต่แม้ฝนตกหนักก็ลดฝุ่นขนาดเล็กได้น้อยมาก



Dust  
PM10  
PM2.5



เรือนอากาศร้อนให้เราอ่อน! เอ้า อ่าน ไม่ผิดจริง ๆ นะ แต่เรื่องจะซับซ้อนนิด หน่อย คือก่อนหน้านี้นักวิทยาศาสตร์มานานพอสมควรแล้วว่า สารเคมีมากมาย ที่ใช้กันอยู่ทุกวันตามบ้านเรือนของเรา อาจรบกวนการทำงานของต่อมไร้ท่อที่เป็นตัวผลิตฮอร์โมนได้ ที่รู้แน่ชัดก็คือสารชื่อพทาเลต (phthalates) ในพลาสติก มีงานวิจัยที่ค้นพบความเกี่ยวข้องของ สารเคมีตามบ้านกับอาการหรือโรคต่าง ๆ ไล่ไปตั้งแต่ความสามารถในการมีลูก ลดลง โรคตับ โรคมะเร็ง หรือแม้แต่โรค อ้วนในเด็ก ฯลฯ

แต่งงานวิจัยจากมหาวิทยาลัยดุ๊ก

(Duck University) ในนิวยอร์กที่เรา กำลัง จะกล่าวถึงนี้ ([www.sciencedaily.com/releases/2019/03/190325080402.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2019/03/190325080402.htm)) หลังจากวิเคราะห์ผล นักวิจัยพบว่า มี สารเคมีต่าง ๆ มากกว่า ๑๐๐ ชนิดในฝุ่นตามบ้าน เมื่อลองตรวจวัดความเข้มข้นของสารเคมีเหล่านี้และดูผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับเซลล์ไขมันก็พบว่า มีสารเคมีราว ๗๐ ชนิดที่เดี่ยวที่เชื่อมโยงบางอย่างกับเซลล์ไขมัน

โดยราว ๆ ๔๐ ชนิดในจำนวนนี้ ชัดเจนว่ากระตุ้นให้เซลล์ไขมันเติบโตและแบ่งตัวเพิ่มจำนวน แปลเป็นภาษาไทย เข้าใจง่าย ๆ คือมีสารราว ๔๐ ชนิดในฝุ่น

ที่มีส่วนทำให้เราอ่อนขึ้นได้มากกว่าหากเทียบกับกลุ่มควบคุมที่ไม่ต้องเจอกับฝุ่นพวกนี้!

อีกเรื่องที่งานวิจัยสรุปไว้ชัดคือ ฝุ่นตามบ้านเกี่ยวข้องกับภาวะอ้วนในเด็กด้วย สารเคมีพวกนี้อยู่ในอะไรบ้าง โอ... เยอะแยะเลย ตั้งแต่ผงซักฟอก น้ำยาทำความสะอาด สีทาบ้าน ไปจนถึงเครื่องสำอาง ซึ่งทางที่มวิจัยก็ต้องการทำวิจัยเพิ่มเติมเพื่อระบุให้ชัดเจนกว่านี้อีก

อานุภาพของฝุ่นจึงทำให้ป่วย อาจทำให้เชื้อดื้อยาอย่างง่ายขึ้น และทำให้อ้วน...ไม่ธรรมดาจริง ๆ ๓

ประเภทของ : เพชรเกษม

# Orn's Bookshop กับเรื่องของ “ปีเตอร์”\*

“ ผมเกิดเมื่อ ค.ศ. ๑๙๖๓ ที่ แคว้นบาวาเรียทางตอนใต้ของ เยอรมนี บ้านผมอยู่ในเมืองเล็ก ๆ ทาง ตอนเหนือของแคว้น มีพลเมืองแค่ราว ๗๐๐ คน เดิมผมเป็นช่างทำเฟอร์นิเจอร์ เคยมีปัญหาเรื่องการงานหนักจน ร่างกายแย่ลง ค.ศ. ๑๙๘๘ ผมประสบ อุบัติเหตุทางรถยนต์เพราะหลับใน จึง ตัดสินใจลาออกแล้วเดินทางท่องเที่ยวอยู่ ปีหนึ่ง ก่อนจะกลับไปเริ่มทำงานอีกครั้ง แต่อาการเดิมก็กลับมาอีก

“ผมตัดสินใจลาออกจากการ ตั้งใจ จะเดินทางไปหาเพื่อนที่ออสเตรเลีย หรือนิวซีแลนด์ เพราะมีเพื่อนอยู่ที่นั่น แล้วค่อยคิดว่าจะทำอะไรต่อไป ครั้งหนึ่ง ไปแวะพักที่เมืองมะละกา (ในมาเลเซีย) ปรากฏว่าพลาดรถที่จะต่อไปสิงคโปร์ เลยต้องย้อนกลับมาที่พักเดิม สุภาพสตรี เจ้าของเกสต์เฮาส์ถามว่าเกิดอะไรขึ้นแล้ว เธอก็เล่าว่ามีแผนปรับปรุงเกสต์เฮาส์ให้ เป็นโรงแรมและกำลังต้องการช่าง ผมจึง เสนอตัวรับงานนี้ คิดว่าอีกสัก ๓ เดือน ค่อยหาทางไปออสเตรเลีย

“พอปรับปรุงโรงแรมเสร็จ เจ้าของ เลยขอให้ผมช่วยเป็นผู้จัดการฝ่ายอาคาร คูแลส่วนต้อนรับที่ต้องการคนที่มีความ สามารถด้านภาษา ผมจึงทำงานที่โรงแรม ในมาเลเซียอยู่ ๓ ปี ก่อนที่กิจการจะ เปลี่ยนมือและเจ้าของใหม่ไม่ต้องการ ที่ม้งานชุดเก่า ผมตัดสินใจมาเมืองไทย เพราะมีเพื่อนคนหนึ่งจะแต่งงานกับคน ไทยที่กรุงเทพฯ ในงานนั้นเองมีคนไทย เสนองานดูแลเกสต์เฮาส์ในเชียงใหม่ให้

“ผมทำสัญญาครั้งแรก ๑ ปี ก่อนจะ ต่อสัญญาเพิ่มอีก ๑๐ ปี ตอนแรกผมมี หนังสืออยู่ ๒๐ เล่มวางไว้ให้แขกที่มาพัก อ่าน สมัยนั้นนั่งเดินทางเวลาไปไหนมักจะพกหนังสือติดตัวไปอ่านฆ่าเวลา บาง คนก็ยกหนังสือให้ผม บางคนลืมทิ้งไว้ ในห้องพัก ผ่านไป ๒ ปี ผมมีหนังสือ สารพัดภาษากว่า ๖๐๐ เล่ม เยอะจนต้อง ยอมยกห้องหนึ่งในเกสต์เฮาส์ให้เป็น ห้องสมุด ช่วงนั้นเองผมเริ่มเข้าสู่ตลาดซื้อ ขายหนังสือเก่าด้วย ต่อมาเมืองเชียงใหม่ ก็เริ่มโตจนคล้ายกรุงเทพฯ ผมไม่ชอบ ความวุ่นวายจึงหาทางขายกิจการ

“ค.ศ. ๒๐๐๕ ผมขายกิจการให้คน อังกฤษ เจ้าของใหม่บอกว่าต้องการห้อง พักมากกว่าห้องสมุด เลยยกหนังสือที่ ตอนนั้นมีกว่า ๔,๐๐๐ เล่มให้ทั้งหมด ผม ตัดสินใจย้ายไปเชียงใหม่เพราะเป็นบ้าน เกิดของคุณอร ภรรยาชาวไทย ที่สำคัญ คือเชียงใหม่ยังเป็นเมืองเล็กและสงบกว่า เชียงใหม่

“ผมคิดว่าต้องหางานทำสักอย่างจึง ตัดสินใจเปิดร้านหนังสือ ใช้ชั้นล่างของ บ้านเช่าในซอย ๑ ถนนเจ็ดยอด มาทำ เป็นร้าน สมัยนั้นเชียงใหม่มีร้านหนังสือ สามแห่ง และคนยังอ่านหนังสือ เพราะถึง จะมีสมาร์ตโฟนแล้ว แต่ก็ยังไม่มีการเฟื่องฟู

“ผมตั้งชื่อร้านว่า **ร้านของอร** (Orn's Bookshop) เพราะผมต้องการให้เป็น ของขวัญแก่เขา ตอนแรกผมพยายาม มองหาทำเลติดถนนใหญ่ แต่ค่าเช่าแพง มาก จึงตัดสินใจมาเช่าที่นี่ ถึงจะเช่าซอย มาเล็ก แต่ซอยตัน การจราจรไม่คับคั่ง ดันไม่ก็ยังดีมาก เพราะเป็นย่านพักอาศัย เลยสงบร่มรื่น ผมก็เลี้ยงแมวหลายตัว เลยรู้สึกว่าคล้ายกับบ้านในชนบท



\* เจ้าของร้านหนังสือ Orn's Bookshop (ขอสงวนนามสกุล)





“ร้านหนังสือเป็นที่มาของรายได้เลี้ยงดูครอบครัวผม ลูกค้าส่วนมากเป็นชาวต่างชาติที่มาอาศัยในเชียงใหม่หลังเกษียณ บางคนที่อยู่นอกเมืองจะเข้ามาเมืองเดือนละครั้งมาเช่าหนังสือเล่มใหม่ไปก็มี ลูกค้าคนไทยก็มี แต่น้อยมาก เพราะส่วนใหญ่ไม่อ่านหนังสือภาษาอังกฤษ ส่วนพวกนักท่องเที่ยวต้องใช้เวลาเหลือจริง ๆ ถึงจะสนใจที่นี่

“หนังสือที่ขายดีส่วนมากคือพวกวรรณกรรม อย่างเช่นงานของ จอร์จ ออร์เวลล์ (George Orwell นักเขียนชาวอังกฤษ) บางทีผมก็ได้หนังสือภาษาต่างประเทศดี ๆ เวลาเกสต์เฮาส์เขาละหนังสือขาย แต่บางทีผมก็เข้าไปเชียงใหม่หรือลงมากรุงเทพฯ หาซื้อหนังสือเตรียมไว้สำหรับฤดูท่องเที่ยว

“ผมมีลูกสาวกับลูกชายอย่างละคนยังเรียนอยู่ทั้งคู่ เวลาใครขโมยหนังสือในบ้านผมรู้สึกโกรธ เพราะเหมือนเขาขโมยเงินค่าอาหารของลูก ยิ่งถ้าเป็นหนังสือเล่มสำคัญผมจะหงุดหงิดมาก แต่ส่วนมากแล้วผมเชื่อเรื่องกรรม เพราะผม

มักจะได้นิยายดีที่มีคนเอามาให้ฟรี ๆ มากกว่าหนังสือที่ขายไป

“ช่วงหลายปีมานี้อินเทอร์เน็ตและอีบุ๊กทำให้คนเข้าร้านหนังสือน้อยลง ร้านหนังสือในเชียงใหม่ร้านหนึ่งถึงกับปิดตัวร้านหนึ่งย้ายไปพัทธยา ส่วนอีกร้านย้ายไปภูเก็ต ใน ค.ศ. ๒๐๑๙ คนที่เข้าร้านอรในฤดูท่องเที่ยวมีจำนวนเท่ากับช่วงนอกฤดูท่องเที่ยวของเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้วเท่านั้น สมัยก่อนผมเคยเอาไปปลิวโฆษณาไปแจกที่ตลาดไนต์บาซาร์ แต่ตอนนี้ไม่ทำแบบนั้นแล้ว เพราะไม่มีใครสนใจ

“เราพยายามเอาตัวให้รอดเดือนต่อเดือน ตอนนี่ยังพอไหว หนังสือในร้านมีทั้งขายและให้เช่า ลูกค้าสามารถนำหนังสือมาขายหรือจะแลกเปลี่ยนกันกับหนังสือที่เรามีก็ได้

“ร้านอรไม่มีเฟซบุ๊ก ผมเชื่อว่าการพูดคุยกับลูกค้าแบบเห็นหน้า ให้เขาบอกต่อ ๆ กันไปได้ผลดีกว่า ผมไม่ต้องการนั่งเฝ้าหน้าจอ รอคนสั่งซื้อออนไลน์ตลอดเวลาจนไม่ได้ใช้ชีวิต ลูกค้าที่มาที่ร้านจะช่วยโฆษณาให้เราได้ดีที่สุด

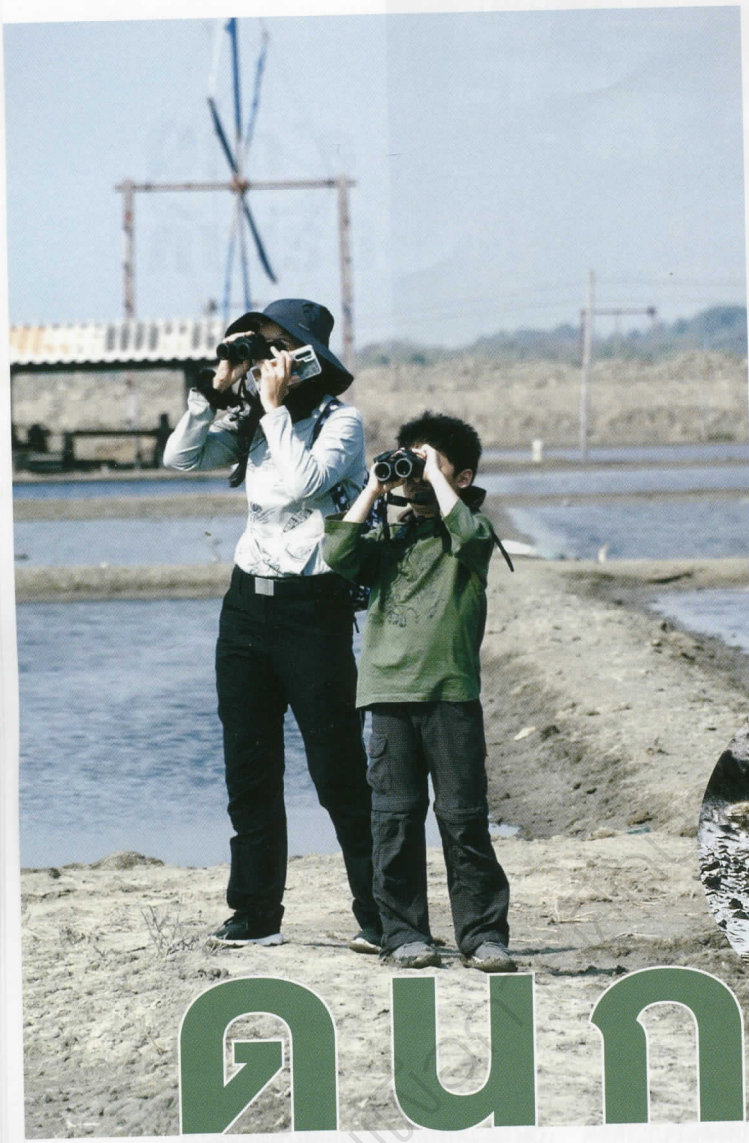
“ผมเองก็ได้แต่หวังว่าในอนาคตคนจะกลับมาอ่านหนังสืออีกครั้ง ผมเชื่อว่าหนังสือกระดาษจะยังอยู่ต่อไป อีบุ๊กเมื่อแบดเทคอรัลหมดทุกอย่างก็หายไปหลายครั้งมีคนเคยมาถามหาร้านซ่อมเครื่องอ่านอีบุ๊กอย่าง Kindle เพราะในเชียงใหม่ไม่มีร้านซ่อม ไฟล์หนังสือบางเล่มเมื่อเวลาผ่านไปก็จะปิดล็อกตัวเอง มันเทียบไม่ได้เลยกับหนังสือเล่ม

“ตอนนี้ผมยังไม่มีแผนกลับไปเยอรมนีที่ผ่านมามผมใช้ชีวิตส่วนใหญ่ในเอเชียเมื่อ ๑๐ ปีก่อนผมเคยกลับไปเยอรมนีตอนที่พ่อกับแม่เสียชีวิต ที่นั่นเปลี่ยนไปมากแล้ว คนว่างานมากขึ้น ปัญหามากขึ้น ทุกวันนี้ผมยังติดต่อกับน้องสาวที่อยู่ทางโน้นผ่านทางอินเทอร์เน็ต

“แต่ผมคิดว่าคงใช้ชีวิตที่เหลืออยู่ในเมืองไทยครับ” ๓

### Orn's Bookshop

เลขที่ ๑๐๕๑/๖๑ ซอย ๑ ถนนเจ็ดยอด ตำบลเวียง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ เปิดทุกวันตั้งแต่ ๐๘.๐๐-๒๐.๐๐ น. โทร. ๐๘-๑๐๒๒-๐๘๑๘  
ตัวร้านเป็นบ้านไม้สองชั้นอยู่สุดซอยทางซ้ายมือ (ติดกับลานจอดรถ) มีป้ายหน้าร้านชัดเจน ให้สังเกตว่ามีแมวคอยเฝ้าดูแล้วร้านอยู่หลายตัว



นกชายเลนปากข้อน

# ดอนก ช นาก

อาจพบ





Facebook : Park ใจ

ดวงอาทิตย์สดใสส่อง แสงแดดโลมเลียได้ผิวกาย ลมพัดโบกนำพาอากาศเย็นมากระทบ ทำให้ฉันต้องกระซิบ เลื้อก้นหนาวตัวโปรดให้แน่นยิ่งขึ้น

เสาร์ที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ คนแปลกหน้า ๒๐ คน มาเข้าร่วมกิจกรรมในเช้าวันหยุดอย่างมีจุดมุ่งหมายที่ “โรงเรียนทวิธาภิเศก บางขุนเทียน” ซึ่งเราคาดหวังว่าจะพบ เจอ “นาก” สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมที่ไม่น่าเชื่อว่าจะยังอาศัยอยู่ในเขตเมืองหลวงฝุ่นตลบแห่งนี้

ก่อนเวลาเริ่มกิจกรรม ทีมงานเก็บรวบรวมกล่องข้าวของผู้เข้าร่วมเพื่อไปเตรียมใส่อาหารมือเที่ยง ลดขยะกล่องโฟมหรือพลาสติก และช่วยกันตระหนักถึงการรักษโลก จากนั้นการรวมตัวเข้ากิจกรรมแรกก็เริ่มขึ้น

วิทยากรคนสำคัญวันนี้คือพี่เต-สมิทธิ สุติบุตร นักถ่ายภาพสัตว์ป่าและนักดูนกผู้เชี่ยวชาญเรื่องนกทะเล ทั้งยังเป็นคนแรกๆ ที่ถ่ายภาพและวิดีโอของนากมาเผยแพร่ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ได้มาให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับชีวิตของนาก และความสำคัญของพื้นที่บริเวณชายทะเลบางขุนเทียน ที่นากยังคงใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับมนุษย์ได้

หลังจากได้รับความรู้จากพี่เต เรายังเดินไปที่ชั้น ๒ ของหอประชุมโรงเรียนเพื่อรอดูนาก แต่นากก็ยังไม่มา ระหว่างรอนั้นพี่เตก็ชวนพวกเราดูนกเพื่อฆ่าเวลา พร้อมกับให้ความรู้เรื่องนกที่อาศัยอยู่ตามทุ่งและบึงน้ำข้างโรงเรียน

แต่จนแล้วจนรอดนากที่เราต่างเฝ้ารอคอยก็ไม่ออกมา พี่เตจึงเปิดวิดีโอที่ถ่ายไว้ให้เราดูได้เห็นพฤติกรรมน่ารัก ๆ ของมันที่อยู่กันเป็นครอบครัวในรังใต้ถุนอาคารแห่งนี้เอง

กิจกรรมแรกของวันนี้จบลง เราเดินทางต่อไปยังศูนย์เรียนรู้การอนุรักษ์นกชายเลนจังหวัดสมุทรสาคร โดยมีพี่เอ-รุ่งโรจน์ จุกมงคล ผู้เชี่ยวชาญการดูนก และผู้เขียนหนังสือ Thailand BIRD GUIDE มาร่วมนำทีมดูนกกับพี่เตด้วย

ทุกคนเตรียมอุปกรณ์ดูนกมากันอย่างพร้อมเพรียง เหมือนนัดแนะมาล่วงหน้า พร้อมลุยแดดสายที่เริ่มทวีความรุนแรงขึ้นทุกขณะ เราเดินไปตามคันนาเกลือและดูนกไปพร้อมๆ กัน ใครไม่มีอุปกรณ์ก็หยิบยืมและแบ่งกันเกิดเป็นมิตรภาพระหว่างคนรักธรรมชาติ

นกพระเอกของกิจกรรมนี้คือ นกชายเลนปากช้อน ที่ถือว่าหาดูยากมากในระดับโลก และพื้นที่ชายเลนโคกขามถือเป็นจุดดูนกชนิดนี้ได้ง่ายที่สุด แม้แต่นักดูนกจากต่างประเทศก็ยังข้ามน้ำข้ามทะเลมาดูกันเลยทีเดียว

ถือว่าพวกเราโชคดีมาก ๆ ที่ได้มาเห็นมันอย่างชัดเจนตัวแรกอยู่ไม่ไกลจากแปลงนาเกลือที่เราเดินเข้ามา ส่วนอีกตัวเราเห็นว่าบึงเกอร์ดูนกรูปร่างเหมือนหลุมหลบภัยที่ทางศูนย์เรียนรู้ฯ สร้างไว้ เจ้าตัวนี้วิทยากรบอกว่าชื่อ ป้า ๐๕ เพราะมันถูกติดป้ายสำหรับติดตามศึกษาจนอพยพไว้เป็นหมายเลข ๐๕ และพบมันบินกลับมาที่นี้ติดต่อกันเป็นเวลา ๗ ปีแล้ว

พวกเราดูนกชายเลนหลากหลายชนิดจนเกือบเที่ยง เราได้แลกเปลี่ยนพูดคุยถึงความรู้ลึกจากเราได้มาดูนกครั้งนี้หลายคนประทับใจ หลายคนไม่เคยคิดว่าใกล้เมืองหลวงจะมีแหล่งพื้นที่ธรรมชาติที่สามารถเข้าถึงง่ายเช่นนี้

พวกเราเดินกลับมาเติมพลังด้วยข้าวเที่ยงในกล่องข้าวของเราเอง นั่งกินข้าวด้วยกันพร้อมพูดคุยถึงเรื่องดูนก

ฉันนั่งอยู่ที่ท่ามกลางวงสนทนาอันเปี่ยมด้วยดวงตาและรอยยิ้มแห่งความสุข ทำให้ฉันที่มีความสุขอยู่แล้ว บวกความสุขขึ้นเป็นทวีคูณ

**#Parkใจ เป็นกิจกรรมที่อยากให้คุณได้รู้จักกับการสัมผัสธรรมชาติในรูปแบบใหม่ ผ่านวิธีการที่หลากหลาย เพื่อท้ายสุดเราจะรู้จักกับธรรมชาติที่อยู่ใกล้ตัวที่สุด และรู้จักวิธีพิทักษ์จากชีวิตเมืองที่หุนวายเป็น**



สามารถติดตามอ่านวารสารใหม่ได้ที่

<http://libapp.rmutp.ac.th/newBook/?cat=10>

- ห้องสมุดเทเวศร์
- ห้องสมุดพระนครเหนือ
- ห้องสมุดโชติเวช
- ห้องสมุดพณิชยการพระนคร

