



# อนุสารธรรมวรรณศิลป์ ๐๖

ณ กรกฎาคม ๒๕๕๘ แรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๘

อนุสารรายครึ่งเดือน คินเดือนเพ็ญและคินเดือนมีค

อ่านเพื่อประจักษ์ชีวิต ลิขิตเพื่อใคร่ครวญตน



 คำดับบทความในอนุสารธรรมวรรณศิลป์ ฉบับ ๐๖

๑. งานเขียนรางวัลธรรมวรรณศิลป์ เรื่อง แค่ความรู้สึก

๒. คอลัมน์ ลมหายใจจับปากกา ตอน อารมณ์ศิลป์

๓. คอลัมน์ บันทึกเล็กเล็ก ตอน ความรักสวยงามเสมอ

๔. คอลัมน์ ธรรมกวี



อนุสารเพื่อประจักษ์ชีวิต ลิขิตเพื่อใคร่ครวญตน เดินทางมาสู่ฉบับที่ ๖ แล้ว พร้อมเรื่องราวความรู้สึก ๔ แง่มุมมอง  
จากงานเขียนเยาวชนรางวัลธรรมวรรณศิลป์  
ความเป็นศิลปินภายใน คอถัมน์ลมหายใจจับปากกา  
การมองความงามและมาตรวัด บันทึกเล็กเล็ก  
และบทกวีภาพปริศนาธรรมสะท้อนใครจัดใครกันแน่

\*\*\*\*\*

สถาบันธรรมวรรณศิลป์ก็ได้เดินทางจัดการสอนการภาวนาผ่านศิลปะและการเขียนอย่างเข้มข้นเพื่อต่อยอดการ  
ปฏิบัติธรรมครบสามองค์การภาวนา ณ จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อ ๑๐ ถึง ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๕๘ ก่อนอ่านสะท้อน  
ให้คะแนนสอบแก่นักศึกษา ๓ ห้องเรียน ผู้เรียนเนื้อหาพิเศษการรู้จักตนเองผ่านรายวิชาใน ๒ สัปดาห์นี้

\*\*\*\*\*

สำหรับการเปิดรับสมัคร ๒ หลักสูตรบุคคลทั่วไป “เขียน = ปลดปล่อยชีวิต” และ “ห้องเรียนนักกล้าฝัน”  
เตรียมปีรับสมัครปลายเดือนกรกฎาคม

{ ธรรมวรรณศิลป์ มี ๒ นัยยะสำคัญ

{หนึ่ง วรรณศิลป์ที่ส่งมอบความดี ความงาม และความจริงแก่ผู้อ่านและสังคม  
สอง วรรณศิลป์ที่ขัดเกลาจิตใจและชีวิตผู้ประพันธ์นั่นเอง }

อนุสารธรรมวรรณศิลป์ จึงประกอบด้วย ข้อชวนคิด และ ข้อชวนเขียน

เผยแพร่โดย

ศูนย์การเขียนเปลี่ยนชีวิต สถาบันธรรมวรรณศิลป์

[www.facebook.com/khianpianchiwit](http://www.facebook.com/khianpianchiwit)

[www.youngawakening.org/write4life](http://www.youngawakening.org/write4life)

อ่านฉบับก่อนหน้าได้ที่

<http://youngawakening.org/write4life/?cat=50>

{ภาพปก การอบรมหัวข้อ “เด็กน้อยภายใน” พ.ศ.๒๕๕๘}

อนุสารธรรมวรรณศิลป์ ฉบับที่ ๖ แรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ พ.ศ. ๒๕๕๘

งานเขียนรางวัลวรรณกรรมศิลป์  
ประจำปี ๒๕๕๗ ถึง ๒๕๕๘ หัวข้อ ความทุกข์กับชีวิตของฉัน

## แค่ความรู้สึก

“เกิดมาเธอเคยมีความทุกข์กับเขาบ้างไหมเนี่ย?” เสียงของเพื่อนคนหนึ่งในกลุ่มเอ่ยถาม ‘จินกานต์’ ชื่อของฉัน เด็กสาววัย 15 ปี เจ้าของรอยยิ้มอันน่ารักสดใสของเพื่อนๆในห้อง ฉันเป็นคนที่ชอบสนุกสนานร่าเริง ชอบทำให้เพื่อนๆหัวเราะในความตลกของตัวเอง ไม่ว่าตอนนั้นฉันจะมีความทุกข์อยู่ในใจก็ตาม

ฉันได้แต่ยิ้มให้กับคำถามของเพื่อน ฉันเองก็ไม่สามารถตอบได้เหมือนกันว่าแท้ที่จริงแล้วฉันมีความทุกข์อะไรกับใครบ้างหรือแม้แต่ตัวเองบ้างหรือเปล่า

ในช่วงเย็นก่อนเลิกเรียน ฉันได้ยินเสียงร้องไห้อาววของเพื่อนๆรวมถึงเบญญูทิพย์ เพื่อนสนิทที่สุดในกลุ่มของฉัน เธอบอกฉันว่า วันนี้คุณครูประจำวิชาคณิตศาสตร์ได้ประกาศคะแนนสอบกลางภาคออกมาแล้ว ผลตอบรับอย่างที่เห็นกันตอนนี้คือ เพื่อนบางส่วนพึงพอใจกับคะแนนที่ได้ แต่ก็มีส่วนใหญ่ที่รู้สึกหงุดหงิดกับคะแนนที่ออกมาเหมือนกันกับเบญญูทิพย์ ที่เพิ่งจะเดินร้องไห้ออกมาจากห้องคุณครู

ฉันบอกให้เบญญูทิพย์นั่งรอในระหว่างที่ฉันจะไปดูคะแนนของตัวเอง เมื่อเดินเข้ามาในห้องของคุณครู ฉันพบคุณครูประจำวิชาที่กำลังตรวจสอบคะแนนพร้อมกับเรียกฉันให้เข้าไปพบ หลังจากที่เราพบผลคะแนนปรากฏว่าคะแนนของฉันเป็นที่หนึ่งของห้อง ฉันได้รับคำชมจากคุณครูและเพื่อนในห้องไม่ขาดปาก แต่ฉันทำได้เพียงยิ้มและขอบคุณเท่านั้น เพราะอะไรดีล่ะ...เพื่อนสนิทคนเดียวของฉันยังนั่งร้องไห้อยู่เลย

“จินกานต์ เธอคงดีใจมากเลยใช่ไหม? แต่ฉันสอบตก! ตอนนั้นฉันบอกให้เธอส่งคำตอบให้ทำไมเธอไม่ส่ง! เธอยังเห็นฉันเป็นเพื่อนอยู่หรือเปล่า?” หลังกลับมาจากห้องคุณครู ฉันก็ได้ยินประโยคที่ออกมาจากปากเพื่อนสนิทของฉัน พร้อมกับเบญญูทิพย์ที่วิ่งออกไป



ฉันนั่งคิดกับตัวเองอยู่อย่างนั้นว่า การที่ฉันไม่ส่งคำตอบให้เพื่อน มันหมายถึงฉันไม่เห็นเธอเป็นเพื่อนอย่างนั้นหรือไง? และความคิดเหล่านั้นก็ก่อตัวขึ้นเป็นความรู้สึกเล็กๆ....

ในระหว่างที่ฉันเดินกลับบ้าน ฉันเจอลูกสุนัขตัวหนึ่งนอนอยู่กับแม่ของมัน ฉันยิ้มให้กับภาพเหล่านั้น พลางคิดว่า ถ้าสุนัขสองตัวนั้นเกิดเป็นมนุษย์ พวกมันยังจะนอนมีความสุขอยู่แบบนี้ได้ไหมนะ? ฉันสายหัวกับความคิดของตัวเองและเดินออกมาจากตรงนั้นมุ่งหน้าไปยังบ้านของฉัน สักพักก็ได้ยินเสียงร้องของสุนัขดังมาจากบริเวณที่เพิ่งเดินผ่านไปเมื่อสักครู่

เอ๊ยด! โครม!

ภาพที่ฉันเห็นคือมีรถยนต์คันหนึ่งวิ่งสวนเลนแล้วหักหลบเข้าชนกับมูมตึก ชาวบ้านที่อยู่ในระแวกที่เกิดเหตุพากันไปดูที่จุดเกิดเหตุพร้อมกับส่งคนเจ็บเข้าโรงพยาบาล อีกไม่นานก็มีเจ้าหน้าที่ตำรวจมาตรวจที่บริเวณนั้น ร่างของสุนัขสองแม่ลูกที่ฉันเพิ่งเดินผ่านพวกมันสองตัวไปพร้อมรอยยิ้ม ตอนนี้ได้ถูกเจ้าหน้าที่เก็บกวาดลงใส่ถุงดำพร้อมกับนำไปทิ้งลงถังขยะเรียบร้อยแล้ว

‘ชีวิตเราไม่ว่าจะคนหรือสัตว์ก็ต้องตายเหมือนกันสินะ’ ความคิดหนึ่งผุดขึ้นมาในสมองของฉัน ฉันเดินคิดไปเรื่อยๆจนกระทั่งถึงบ้าน

ก้าวแรกที่ฉันเดินเข้าไปในบ้าน ฉันเห็นข้าวของที่แขวงอย่างสวยงามบนตู้หั่นลงมากระจัดกระจายพร้อมกับร่างของผู้มีพระคุณทั้งสองคนที่กำลังปะทะอารมณ์กันอยู่กลางห้องโถง

ฉันยื่นมองภาพเหล่านั้นด้วยน้ำตาแต่ไร้ซึ่งเสียงสะอื้นอย่างที่ควรจะเป็น ชีวิตของเด็กสาวอายุแค่ 15 ปี ต้องมาเจออะไรแบบนี้ด้วยหรือ? ฉันรู้ว่าการใช้ชีวิตคู่ของคนเราย่อมมีการทะเลาะกันบ้าง ปฏิเสธไม่ได้ว่าฉันเคยเห็นพ่อกับแม่ทะเลาะกันบ่อยครั้ง แต่ทุกครั้งก็ไม่เคยมีประโยคที่ว่า ‘หย่ากันเถอะ’

ทุกวันที่ฉันกลับมาจากโรงเรียน ไม่ว่าฉันจะเจอเรื่องราวแรงขนาดไหน ความกดดัน หรือความไม่สบายใจต่างๆ พอฉันกลับมาถึงบ้าน สิ่งเดียวที่ฉันได้รับจากพ่อและแม่คือคำพูดธรรมดาทั่วไปที่ทำให้ฉันลืมความรู้สึกเหนื่อยหรือท้อแท้ไปหมด “กลับมาแล้วหรือลูก มีอะไรไม่สบายใจเล่าให้พ่อกับแม่ฟังได้นะ”

กลับกัน....วันนี้...วันที่ฉันกลับมาจากโรงเรียนพร้อมกับความรู้สึกแย่ๆ ฉันหวังแล้วว่าพ่อกับแม่จะปลอบและให้กำลังใจฉันเหมือนครั้งก่อน แต่กลับไม่เป็นอย่างที่คิด...ฉันปล้นสมองก็สั่งให้ขาทั้งสองข้างพาร่างของตัวเองไปให้ไกลจากตรงนี้ ฉันเลือกที่จะวิ่งหนีเรื่องราวที่เกิดขึ้น ‘ทำไมฉันต้องมาเจออะไรแบบนี้’ ความคิดหนึ่งผุดขึ้นมาในหัวของฉัน

รู้ตัวอีกทีฉันก็ได้เดินมาถึงร้านค้าแห่งหนึ่งใจกลางเมือง ซึ่งไกลจากบ้านพอสมควร ฉันตัดใจนั่งลงตรงหน้าร้านค้านั้น

“มานั่งทำอะไรตรงนี้แม่หนู?” ฉันเงยหน้าขึ้นมามองเจ้าของเสียงเรียกนั้น จึงพบว่า เป็นป้าเจ้าของร้านที่ฉันนั่งอยู่ตอนนี้

“อ้อ ไม่มีอะไรหรอกค่ะ หนูแค่มาเดินเล่นเฉยๆ” ฉันตอบพร้อมรอยยิ้ม หลายคนมักจะพูดกับฉันเสมอว่า รอยยิ้มของเธอเป็นรอยยิ้มที่จริงใจ ทำให้คนมองรู้สึกดี แต่ตอนนี้ฉันอยากจะบอกกับคนเหล่านั้นเสียเถิดว่า ขอโทษที่รอยยิ้มของฉันในครั้งนี้นั้นไม่จริงใจ

“ถ้าหนูเสียใจก็ไม่ต้องปิดบังด้วยรอยยิ้มแบบนั้นสิจ๊ะ” ป้าคนเดิมพูดพร้อมส่งรอยยิ้มที่ทำให้ฉันต้องยิ้มตาม ลึกๆในใจของฉันก็มีความถามคำถามหนึ่งอยากถามคนตรงหน้าเหมือนกัน

“คุณป้าคิดว่าสิ่งที่เรายิ้มหมายถึงเรามีความสุขหรือเปล่าคะ?” ฉันถามออกไป

“สำหรับป้านะ....ป้าคิดว่าไม่หรอกจ้ะ การที่เรายิ้มไม่ได้หมายความว่าเรามีความสุข” ฉันขมวดหัวรู้สึกไม่เข้าใจคำตอบของป้าใจดีตรงหน้า “เวลาหนูเห็นคนรอบข้างมีความสุข หนูมีความสุขไข่ม้อยละ...นั่นแหละการที่หนูยิ้ม หนูหัวเราะสนุกสนาน บางครั้งอาจเป็นเพราะหนูอยากเห็นรอยยิ้มของคนรอบข้างตัวหนู ถึงแม้ตอนนั้นหนูจะไม่มีความสุขอยู่ในรอยยิ้มนั้นเลยก็ตาม”

“วันนี้หนูรู้สึกแย่มากๆเลยคะ....หนูกลับมาจากโรงเรียน หนูเห็นพ่อกับแม่ทะเลาะกัน” ฉันพูดขึ้นด้วยน้ำเสียงเศร้า ฉันกำลังคิดว่าถ้าหากพ่อกับแม่ของฉันหย่ากันจริง ฉันต้องกลายเป็นเด็กมีปัญหาแน่ๆ

“ถ้าหนูรู้สึกแยที่เห็นพ่อกับแม่ทะเลาะกัน หนูก็ลองนึกถึงคนที่แย่กว่าหนูดูสิจ๊ะ บางคนที่ไม่เคยบอกว่าพ่อแม่ตัวเองทะเลาะกัน เขาอาจจะไม่เคยเห็นเหตุการณ์นั้น เพียงเพราะ...เขาไม่มีพ่อแม่ แล้วถ้าหนูคิดว่าชีวิตของหนูมันแยจนทำให้หนูหนีออกจากบ้านมาแบบนี้ หนูลองนึกถึงคนที่ไม่มีบ้านอยู่สิ ชีวิตเรานะ...มันไม่ได้มีความสุขเสมอไปหรอกนะ” ฉันพยักหน้าตามคำพูดของคุณป้าตรงหน้า

“หนูขอกลับบ้านก่อนนะคะคุณป้า ขอบคุณคุณป้ามากๆเลยนะคะ” ฉันบอกว่าคุณป้าคนนั้นที่ทำให้ฉันนึกไตร่ตรองถึงการกระทำของตัวเอง การที่ฉันหนีออกจากบ้าน โดยที่ไม่สนใจว่าพ่อกับแม่ของฉันจะเสียใจแค่ไหน ถ้าพบว่าลูกของท่านต้องหนีออกจากบ้านเพราะปัญหาของผู้ใหญ่

ตลอดทางที่ฉันเดินกลับบ้าน ฉันได้แต่ครุ่นคิดถึงคำถามที่เพื่อนของฉันถามซ้ำไปซ้ำมา “เกิดมาเคยมีความทุกข์กับเขาบ้างหรือเปล่า?” ตอนนี้ฉันได้คำตอบแล้ว ทุกคนที่เกิดมาไม่ใช่จะพบแต่ความสุขเสมอไป มีสุขบ้าง มีทุกข์บ้างเป็นสัจธรรมในการใช้ชีวิต ถ้าเราเกิดมาแล้วมีความสุขอย่างเดียว หรือถ้าเราเกิดมาแล้วมีความทุกข์อย่างเดียว ชีวิตนี้จะมีประโยชน์อะไร

ตอนนี้ฉันได้เดินกลับบ้านถึงบ้านแล้ว เสียงทะเลาะกันเมื่อช่วงก่อนหน้านี้เงียบลง เหลือแต่หลอดไฟกลางบ้านที่ยังคงสว่างอยู่ ฉันเดินเข้าไปอย่างเงียบเชียบ ทุกอย่างในบ้านดูปกติ รวมถึงข้าวของที่เคยกะจัดกระจายก็ได้เก็บกวาดเรียบร้อยแล้ว พลันสายตาของฉันหันไปพบกับแม่ที่นั่งอยู่ตรงโซฟา บนใบหน้าของแม่มีน้ำตาเปื้อนอยู่ ฉันเดินเข้าไปหาแม่ช้าๆ ก่อนที่จะนั่งลงข้างๆท่าน

“แม่...มีอะไรไม่สบายใจเล่าให้หนูฟังก็ได้้นะคะ..” ฉันถามคำถามเสร็จแม่ก็โผล่เข้ามากอดฉันทันที พร้อมเสียงร้องไห้ของแม่ ความรู้สึกตอนนั้นฉันสับสนไปหมด ครอบครัวที่อบอุ่นของฉันคงจะเป็นแค่ความทรงจำแล้วสินะ...

“ลูกหายไปไหนมา พ่อกับแม่เป็นห่วงลูกมากเลยรู้หรือเปล่า..” แม่พูดพลางเอามือของท่านมาลูบเข้าที่ใบหน้าฉัน

“หนูขอโทษค่ะแม่...ขอโทษที่ทำให้แม่เป็นห่วง” ฉันกระชับอ้อมกอดให้แน่นขึ้น ฉันและแม่กอดกันนานพอสมควร จนกระทั่งพ่อเดินออกมาจากห้องทำงาน ในมือของท่านถือซองเอกสารสีน้ำตาล

ฉันทำใจไว้แล้วละ เรื่องครอบครัวของฉัน มันอาจจะกลายเป็นแค่ความทรงจำในอดีตของครอบครัวที่เคยอบอุ่น...

“พ่อกับแม่...จะหย่ากันจริงๆใช่ไหมคะ..” ฉันกลืนน้ำตาและถามคำถามที่ฉันไม่เคยคิดว่าวันหนึ่งฉันจะได้พูดมันออกมาพร้อมน้ำตา ฉันกำลังจะสูญเสียครอบครัวที่อบอุ่น...มันเกิดขึ้นกับฉันจริงหรือ?

ทั้งบ้านตกอยู่ในความเงียบ พ่อและแม่ไม่มีใครให้คำตอบกับฉันสักคน “หนูลองคิดถึงคนที่แ่กว่าหนูสิจ๊ะ” คำพูดคำพูดหนึ่งผุดขึ้นมาในหัวของฉัน คนที่แ่กว่า...บางทีตอนนี้อาจจะมีความที่แ่กว่าฉันอยู่ก็ได้ ปัญหาแค่นี้คงไม่เป็นไรหรอก

“ตอนที่พ่อกับแม่ทะเลาะกัน...พ่อตัดสินใจจะหย่ากับแม่ แต่พ่อเห็นตอนที่ลูกวิ่งออกไป..พ่อกับแม่ก็รู้แล้วว่า...ได้ทำร้ายความรู้สึกของลูกขนาดไหน แต่ว่าตอนนี้...พ่อกับแม่ตัดสินใจได้แล้วละ”

“พ่อกับแม่จะไม่หย่ากันใช่ไหมคะ...” พ่อยิ้มให้กับฉันหลังจบคำถามนั้น ฉันรู้คำตอบของท่านทั้งสองแล้ว ครอบครัวที่อบอุ่นของฉันจะไม่กลายเป็นแค่ความทรงจำแล้วนะ...

“พ่อกับแม่ขอโทษนะลูก ความจริงแล้วปัญหามันเกิดจากผู้ใหญ่เพียงแค่สองคน แม่ไม่คิดว่ามันจะทำให้ร้ายความรู้สึกของคุณขนาดนี้” ฉันยิ้มตอบคำพูดของแม่ทั้งน้ำตา

“ตอนลูกกลับมาจากโรงเรียน พ่อเห็นลูกหน้าตาไม่สบายใจเลย มีอะไรก็เล่าให้พ่อกับแม่ฟังได้นะลูก” คำถามเดิม...คำถามที่ฉันต้องการจะได้ยินทุกครั้งเมื่อรู้สึกไม่สบายใจ

“วันนี้คุณครูประกาศคะแนนสอบกลางภาควิชาคณิตศาสตร์ค่ะพ่อ...หนูได้คะแนนที่หนึ่งของห้อง”

“ก็ดีแล้วนี่ลูก แล้วลูกจะเครียดทำไมล่ะ? ถ้าสอบตกนะสิควรจะเครียด” พ่อพูดติดตลก แต่ฉันไม่ตลกด้วยเลย

“คะแนนหนูที่หนึ่งของห้องก็จริงค่ะ...แต่เบญญูทิพย์เขาสอบตก เขาบอกว่าเป็นเพราะหนูไม่ส่งคำตอบให้”

“โอ้ลูก...จะเครียดทำไมกัน เบญญูทิพย์เขาไม่ตั้งใจทำข้อสอบเองจะมาโทษลูกได้ยังไงกันล่ะ” ฉันคิดตามที่แม่บอก ก็จริงของท่าน ถ้าเบญญูทิพย์ตั้งใจทำข้อสอบแล้วก็อ่านหนังสือสอบให้มากๆเขาคงไม่ต้องไปลอกใครแล้วก็คงไม่เสียใจอย่างนี้

หลังจากที่พ่อ แม่และฉันปรับความเข้าใจกันเสร็จแล้ว ฉันจึงขอตัวขึ้นมาบนห้องนอน ฉันเสียบปลั๊กคอมพิวเตอร์ และเพิ่งสังเกตเห็นจอคอมพิวเตอร์ที่ฉันเปิดค้างไว้ที่หน้าเว็บไซด์หนึ่ง

‘ความทุกข์กับชีวิตของฉัน’ หัวข้อเรื่องสั้นที่เด่นขึ้นมาหน้าเว็บไซด์ ทำให้ฉันเพิ่งนึกขึ้นได้ว่าต้องแต่งเรื่องสั้นส่งเข้าประกวด มีชวาคลิกเมาส์ไปที่หน้าโปรแกรมเวิร์ดเพื่อที่จะเริ่มลงมือทำงาน

ฉันเริ่มเขียนเรื่องราวโดยใช้เรื่องราวที่เกิดขึ้นในชีวิตของฉัน ถ้าเป็นเมื่อก่อนฉันคงคิดจนหัวปั่นแน่ๆว่าความทุกข์ในชีวิตคนเรานั้นคืออะไร อาจจะเป็นเรื่องการเรียน การทำงาน เรื่องครอบครัว หรือแม้แต่ขณะที่เราเดินทางกลับบ้าน เราอาจจะเห็นความทุกข์ของคนอื่นจนก่อให้เกิดความทุกข์ขึ้นกับตัวเราเอง เหมือนตอนที่ฉันเห็นลูกสุนัขกับแม่ของมันโดนรถจากที่ไหนไม่รู้มาชน ทั้งที่ก่อนหน้านี้มันและแม่ของมันยังนอนอย่างมีความสุขอยู่เลย



ชีวิตคนเรามีหลากหลายอารมณ์ หลายหลายความรู้สึกจริงๆ ขนาดตัวเองยังไม่รู้เลยว่าตอนนั้นเรากำลังรู้สึกอย่างไรหรือตอนนั้นเรารู้สึกมีความสุข แต่พอผ่านไปสักพักเรากลับรู้สึกมีความสุขทุกซ์ขึ้นมา

เหมือนกับตอนที่เรายิ้ม บางคนยิ้มเพราะมีความสุข บางคนยิ้มเพราะปิดบังความเศร้า บางคนยิ้มเพื่อที่จะอยากเห็นคนรอบข้างยิ้ม ไม่ว่าจะข้างในจิตใจของเขาารู้สึกอย่างไร เขาก็ยังเลือกที่จะยิ้ม

ชีวิตของเราก็เหมือนกับจิ๊กซอว์ชิ้นเล็กๆ ที่ต้องร้อยเรียงต่อกันเป็นเรื่องราว ความทุกข์ก็เป็นเหมือนจิ๊กซอว์ตัวหนึ่ง สิ่งที่เราต้องทำคือรับจิ๊กซอว์ตัวนั้นมาแล้วนำมาต่อกับชิ้นอื่นๆ ให้เป็นรูปเป็นร่าง แล้วรอจิ๊กซอว์อีกตัวที่เรียกว่าความสุขมาประกอบเข้าด้วยกันให้เป็นจิ๊กซอว์ที่สมบูรณ์

ในวันๆหนึ่งเรามีทั้งความทุกข์ ทั้งความสุข แต่มันก็เป็นเพียง ‘แค่ความรู้สึก’

โดย มัชฌิมา กิณเรศ

## “ อารมณ์ศิลปิน ”

หายใจเข้า เรามีผู้สร้างสรรค์อยู่ในร่างกายและหัวใจเรา

หายใจออก สิ่งใหม่ๆ เกิดขึ้น สิ่งเก่าล่วงดับลงนับหลายครั้ง เพียงหนึ่งลมหายใจ

เมื่อมองยังเพื่อนหรือใครอื่นผู้มีวิวัฒนาการศิลปิน เรามักติดภาพลักษณ์ทางใจเห็นพวกเขาเป็นคนมีความรู้สึกอันพิเศษ เป็นตัวของตัวเอง มีหัวใจโอบรับตามความรู้สึกและลงมือทำตามความรู้สึกนั้น เรายังอาจมีทัศนศึกษาความเป็นศิลปินอย่างเข้าใจอ่องแท้ จึงพลาดโอกาสอันนำมาความเป็นผู้สร้างสรรค์ในตัวเรามาใช้อย่างรู้ค่ารู้คุณ

ศิลปินมิใช่ผู้พิเศษ เราต่างมีความเป็นศิลปิน เพราะหัวใจเราต่างมีความรู้สึกอันพิเศษ พลังที่อยู่เหนือความอยากได้ ใครมีใครเป็น แต่ความพิเศษนั้นจะมีประโยชน์ได้ก็ต่อเมื่อถูกฝึกฝนและขัดเกลา ยิ่งการสกัดเพชร หินล้ำค่าจากหินกระด้าง

เฉกเช่นการลับคมลมหายใจ เมื่อเรากลับมาอยู่กับลมหายใจอย่างเต็มที่เท่านั้น เรายังรู้พลังที่หล่อเลี้ยงชีพชีวาละเอียดลออ และหายใจอย่างมีคุณค่าได้ที่สุด

หายใจเข้า เราไม่จำเป็นต้องทำงานศิลปะหรือเขียนงานวรรณกรรม แต่เราสามารถนำมาทิวทัศน์การเรียนรู้เชิงศิลป์บ่มเพาะชีวิตเราและผู้อื่นได้ เพราะลำพังความรู้มีอาจเติมเต็มชีวิตได้ครบถ้วน เพียงเหตุผลมีอาจทำให้เราเข้าใจตัวเองและใครต่อใครได้ จะใช้ชีพชอบอย่างเกื้อกูลตนเองกับสังคมต้องมีทั้งศาสตร์และศิลป์

การเรียนรู้ผ่านหลักสูตรเขียนเปลี่ยนชีวิต ผมแนะนำให้ผู้เรียนไม่รออารมณ์พา ไม่ลงมือทำเพราะมีอารมณ์ชักนำ แต่ให้สร้างความรู้สึกที่มุ่งหมายปรารถนาพัฒนาตนเองและลงมือทำ เพราะการเขียนตามอารมณ์ความรู้สึกเพียงส่วนเดียว ย่อมส่งเสริมการตามใจตน มิใช่การบ่มเพาะจิตใจ ผู้เรียนจำเป็นต้องฝึกเผชิญกับขอบอันท้าทายเมื่อต้องฝืนใจ เราต่างมีแนวโน้มเรียกร้องสิ่งที่เราต้องการปรารถนา และหลีกเลี่ยงหลบห่างยามเราไม่  
อนุสารธรรมวรรณศิลป์ ฉบับที่ ๖ แรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ พ.ศ. ๒๕๕๘

ต้องการ การฝึกฝนการเขียนหรือศิลปะเป็นเช่นเดียวกับการฝึกฝนการปฏิบัติธรรม ซึ่งน้อมนำเรากลับมาเผชิญกับความเคยชินของชีวิตและฝึกก้าวข้ามเพื่อความหลุดพ้นที่ละเอียดละน้อย

หายใจออก เมื่อเราได้ศึกษาผู้ศึกษาศิลปะหรือกระทั่งครูศิลปะอาจารย์ การก่อเกิดงานรังสรรค์แต่ละชิ้น และการก้าว่างในวิถีศิลปิน มิใช่การตามใจตน ตามแต่อารมณ์พา มิใช่ว่าวน้อยที่ปล่อยลอยตามแรงลม หากแต่เป็นนกที่รู้ใช้และรู้ทันสายลมของท้องฟ้า

ผ่านการฝึกมือฝึกซ้ำหนักหนา บางครั้งสร้างผลงานยามแสนปีติเบิกบาน บางครั้งยามยากเจ็ญสุดฝืนใจ สำเร็จหนึ่งครา ล้มเหลวนับร้อย วาดวงกลมวงแล้ววงเล่าจนกลมดิก ทนกับสีน้ำมันที่กัดกร่อนร่างกายก่อนคืนก่อนวัน ดากลมฝนฟ้าความเศร้าโศก เพื่อหมายโอบอุ้มภาพเขียนบนกระดาษหัวใจอันเปราะบาง ไปสู่ฝั่งฝัน

นักศึกษาศิลปะมักต้องพบเจอประสบการณ์เช่นนี้ คนอื่นภายนอกอาจเห็นด้านที่พวกเขาเป็นคนไร้ระเบียบนอกกรอบแบบแผน แต่มีทันเห็นในห้องทำงาน ผู้เจริญรอยทฤษฎี ทักษะ และทักษะจากครูศิลปะอาจารย์ เกี่ยวเชิญกว้างงานแต่ละชิ้นลู่วงใกล้ความสมบูรณ์ที่ปรารถนา

เก็บร่องรอยรายละเอียดครั้งแล้วครั้งเล่า ราวมีอาจเอื้อมคว้าความสมบูรณ์ในแววตาได้เสียที

หายใจเข้า เรากำลังเรียนรู้จากศิลปินใหญ่น้อย เพื่อย้อนกลับมามองตนเองอีกครั้ง เรากำลังมองอารมณ์ศิลปินในอีกแง่มุมหนึ่ง จากทิวทัศน์การฝึกฝนตนเองของพวกเขา มิใช่การรับรู้ของเรา ย่อมง่ายดายที่เราจำกัดสินพิพากษาใครคนหนึ่งจากการกระทำบางอย่างที่เราเห็นจุนจูนชิน ย่อมง่ายที่เราจะเชื่อว่าสิ่งที่เราเห็นซ้ำแล้วซ้ำอีกเป็นความจริง

ศิลปินต้องมองสิ่งที่คนอื่นเลือกไม่มอง มองสิ่งเดิมสิ่งเดียวกับสิ่งที่ตนเองเคยวาดหรือเคยสัมผัสในมิติใหม่หรือละเอียดยิ่งกว่า คนธรรมดามองเห็นภาพเขียนหนึ่งมีเส้นแห่งสีปาดป้ายไม่เป็นรูปทรงชัดราวภาพวาดเด็ก แต่ผู้มีดวงตาศิลปะย่อมมองเห็นมิติซับซ้อนและการเคลื่อนไหวของเส้นแห่งสีเหล่านั้น ย่อมรู้ว่านี่คือเป็นความเด็กในความเชี่ยวชาญอย่างยิ่ง ผมเองได้เรียนรู้สิ่งนี้จากการหลับนอนที่บ้านพักและช่วยจัดสีชอล์คของอาจารย์เทพศิริ สุขโสภา ทำให้ผมมองภาพเขียนด้วยดวงตาที่แปลกไป อีกท่านหนึ่งอาจารย์ล้วน เขจรศาสตร์ผู้ล่วงลับแล้ว ได้เคยแนะนำวิธีการมองภาพบางภาพให้ ยามท่านพอมีสติหลังคลายพิชสุรา

ครูภาวณาและครูศิลปะทางโลกแนะนำสอดคล้องกันว่า เราไม่ต้องรออารมณ์เพื่อทำสิ่งที่มีคุณค่าต่อชีวิตตนและผู้อื่น เสร้าก็ต้องภาวณา เหางก็ต้องปฏิบัติธรรม โคนคนทั้งก็ต้องออกกำลังกายใจ ดูแลตนเอง แม้ทำไปไม่

เกิดปิติหรือไม่ก้าวหน้าก็ต้องลงมือทำ ทำสิ่งที่ต้องทำ ไม่มีอารมณ์เขียนก็ต้องฝึกเขียนทั้งที่ไม่มีอารมณ์ เลือกลงเป็นผู้สร้างมิใช่ผู้เสพ คือวิถีของศิลปินผู้สร้างสรรค์

หายใจออก เมื่อเราปล่อยให้ตัวเองหายใจตามเคยชิน ลมหายใจย่อมถูกชักนำไปตามห้วงภาวะแต่ละขณะจิต มิได้กำกับทิศทางชีวิตอย่างที่ควร เมื่อเราปล่อยให้ใจไหวตามแรงลมอารมณ์แล้ว เราข่มละเลยอารมณ์ศิลปินภายในกายใจนี้

หายใจเข้าอีกครา อารมณ์ศิลปิน มิใช่การปล่อยปละตัวเองทำตามใจอารมณ์ ศิลปินคือผู้สร้างสรรค์ อารมณ์ศิลปินคืออารมณ์แห่งผู้สร้าง คือพลังในการสร้างสรรค์อารมณ์ความรู้สึก รวมทั้งสิ่งต่างๆ อีกด้วย เรียกในทางพุทธคือศักยภาพของการปรุงแต่งของจิต เมื่อฝึกฝนย่อมสามารถกำกับการสร้างสรรค์ของจิตใจนี้ให้ไปในทางที่ควรได้ แทนที่จะปล่อยไปตามความเคยชิน หรือร่องอารมณ์

หายใจออก อารมณ์ทั้งหมดเราเป็นผู้สร้างสรรค์ขึ้นมา เหตุใดจึงเฝ้ารอวันเวลาและปัจจัยอันมิอาจควบคุมมาลิขิตหัวใจและชะตากรรมของเรา

การเรียนรู้ในวิถีศิลปะคือการฝึกรู้ทันอารมณ์ เพื่อรู้ใจอย่างไม่ยึดติดและไม่เป็นทาส เพื่อนำพลังสร้างสรรค์ที่มีอยู่แล้วในจิตนี้นำมาก่อประโยชน์และคุณค่า เปิดดวงตาตนเพื่อมองสิ่งที่เห็นแต่ไม่เห็น เพื่อเข้าใจสิ่งที่รับรู้แต่ไม่เข้าใจ ก่อน “แจกของสองตะเกียง” สู่โลก

สำหรับผู้ฝึกฝนเขียนบันทึกเพื่อบ่มเพาะตนเอง ครั้งนี้ผมขอแนะนำเรากลับมาอยู่กับตัวเราก่อน หลับตาลง เฝ้าดูลมหายใจหรือร่างกายตนเองด้วยจิตกรูหนึ่ง ก่อนระลึก ช่วงเวลาที่เรารู้สึกมีพลังที่ดีในตนเอง สดชื่นหรือมีชีวิตชีวาหรือสามารถทำอะไรใหม่ๆ ด้วยตนเองได้ รับรู้ความรู้สึกในขณะนั้น น้อมนำกลับมาในปัจจุบัน สัมผัสพลังในร่างกายและในหัวใจเรา นึกเห็นภาพการกระทำของตนเองอย่างแจ่มชัดในใจ

ถามพลังและตัวเราภายในว่า พลังเหล่านี้เราจะนำมาใช้ในชีวิตได้อย่างไร พลังเหล่านี้อยากพาเราลงมือทำอะไรเพื่อตนเองและคนอื่นๆ ขอให้พลังนี้ลงมาที่มือของเราแล้วพาเราเขียนบันทึกเพื่อบ่มพลังและนำมาใช้อย่างสร้างสรรค์

“ ความรักสวยงามเสมอ ”

บ่ายวันหนึ่งในคาบเรียนศิลปะ คุณครูสาวใจดีพานักเรียนออกมาเดินเล่นในสวนหย่อมของโรงเรียน บอกให้เด็กๆ เตรียมสีไม้หรือสีเทียนมาด้วย พร้อมทั้งให้กระดาษสีขาวแก่นักเรียนตัวน้อยคนละหนึ่งแผ่น เค้าได้ไม่ยากว่าคงจะให้เราวาดรูประบายสีเป็นแน่แท้

ถูกต้องทีเดียว คุณครูบอกว่าให้วาดรูปธรรมชาติอย่างไรก็ได้

ทันทีที่คำสั่งมอบหมายงานสิ้นสุดลง เหล่าเด็กน้อยต่างเดินเล่นในสวนหย่อม บ้างคนเป็นคู่ บ้างเดินเป็นกลุ่ม แต่ไม่มีใครลืมโจทย์ที่คุณครูมอบหมายให้วาดรูปธรรมชาติในที่แห่งนี้

เราเดินไปใกล้ๆ สระน้ำ แถวนั้นมีโขดหินเปียกๆ อยู่ คงเป็นน้ำที่กระเด็นจากน้ำตกประดับสวนนี้ เมื่อหามุมเหมาะสมสำหรับการลงมือวาดเขียนธรรมชาติได้แล้ว เราก็นั่งลงที่พื้นดิน ใช้โขดหินที่แห้งสนิทต่างโต๊ะวาดรูป พร้อมกับสำรวจสิ่งต่างๆ รอบตัว

เห็นรังมดจำนวนมากบนพื้นดิน หก เจ็ด แปด... มีทั้งหมดสิบรังเท่าที่สังเกตเห็นจากมุมมองตรงนี้

เห็นต้นหญ้าต้นน้อยๆ บนผิวดินที่ชื้นแฉะ

ได้ยินเสียงน้ำตกกระทบลงในสระน้ำดังซู่ๆ

กลิ่นไอดินยังคงลอยฟุ้งในอากาศจากฝนที่ตกเมื่อช่วงเช้า

เห็นผีเสื้อสามสีตัวกระพือปีกบินอยู่ใกล้ๆ เรา สีมันลวดลายบนปีกไม่ซ้ำกันแม้สักตัว

ได้ยินเสียงนกกระจอกร้องจ๊อบๆ ก่อนจะบินทะยานขึ้นไปเกาะกิ่งไม้



เห็นต้นราชพฤกษ์ที่ออกดอกสีเหลืองงามสะพรั่ง

ฝูงปลาการ์พีที่แหวกว่ายอยู่ในสระน้ำก็มีสีและลายไม่ซ้ำเหมือนกัน

เราจะวาดอะไรดีนะ?

หนึ่งสัปดาห์ต่อมาในคาบศิลปะ ช่วงเวลาที่พระอาทิตย์อยู่ฝั่งทิศตะวันตก คุณครูให้หัวหน้าห้องแจก  
ชิ้นงานที่เราวาดในสวนหย่อมเมื่อสัปดาห์ก่อน

เอ๊ะ! ทำไมเราถึงได้แก่หกคะแนนกันนะ?

เราไม่น่าจะวาดได้แยขนาดนั้นนี่นา ภาพพระอาทิตย์กับดอกไม้ริมสระน้ำของเรา ก็ไม่ได้แยอะไรมาก  
ครูใช้ไม้บรรทัดอะไรมาวัดคุณค่าของภาพวาดเราหรือ? สงสัยจัง

หรือบางที คนเรามองเห็นความงามแตกต่างกัน ครูอาจจะไม่เห็นเหมือนกับที่เรามองเห็นก็ได้

ไม่ว่าใครจะตัดสินใจสิ่งใดก็ตาม ไม่ว่าเพราะความแตกต่างกันหรือรสนิยมชอบไม่ชอบก็ตาม เราตั้งใจ  
ไว่ว่านับตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป เราจะไม่ตัดสินใจว่าอะไรสวยหรือไม่สวย ถ้ายังไม่รู้ต้นเหตุที่ก่อกวนขึ้นมา

เหมือนกันภาพพระอาทิตย์เข้มแฉ่งกับดอกไม้ไร่เริงที่เราวาดไป เราระบายสีด้วยความรักและสุขใจ รู้สึก  
กระตือรือร้นในการลงสีมัน เพราะความรักนี่เองที่ทำให้เรามองเห็นความสวยของรูปวาดนั้น

บางที สิ่งที่ชอบอยู่ในความงดงามก็คือความรัก เมื่อเรารักและพอใจอะไร เรามักจะเห็นความสวยงาม  
ตามธรรมชาติ คน สัตว์ สิ่งของ ชิ้นงาน นั้นๆ แหละ

ความรักสวยงามเสมอ เพราะมีรัก จึงเห็นความงดงาม

หรือว่าไม่ใช่กันนะ?



## ดอกไม้จัดคน

คนนั่งจัด บุปผชาติ ก็คาดคิด  
 ว่าพิชิต มันได้ ตามใจหวัง  
 ความคิดนี้ ถูกดี แล้วหรือยัง  
 มันจัดใคร เขาให้มั่ง หยั่งคิดดู

คิดดูเถิด พวกถนัด จัดมาลัย  
 ถึงโลดใจ ว่าจัด ได้สวยหรู  
 ใครจัดใคร แยกไป ให้นึกดู  
 อย่าหลงรู้ แต่ว่าตน จัดมาลัย

ดูให้ดี พวกคน หลงดอกไม้  
 มันมัดท่าน ใจไข้อยู่ไหวไหว  
 ในทันที ที่คนจัด ดอกไม้ไป  
 มันรวบใจ คนมัด ในบัดดล

ดอกไม้จัด คนบ้าง อย่างภาพนี้  
 คือพวกที่ หลงมัน ทุกแห่งหน  
 เด็กผู้ใหญ่ ไพรผู้ดี มีหรือจน  
 ไม่เคยฝัน บุปผชาติ คาดมัดเอ๋ยฯ

พุทธทาสภิกขุ

{

ดอกไม้ถูกจัดวางตกแต่งอย่างสวยงาม เพราะคนจัดวางได้ดี

หรือคนชอบดอกไม้กันแน่?

}