



บทเรียนความตาย 2560

บทเรียนความตาย 2560

DEATH LESSONS 2017

จัดทำโดย

โครงการความตาย พุดได้ เครือข่ายพุทธิกา

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



เขียน

ทอรุ่ง

ภัสน์วจี ศรีสุวรรณ

มะลิ ฦ อุษา

ปองกมล สุรัตน์

ปุณยอาภา ศรีศิริรินทร์

สรนันท์ ภิญโญ

ศรินธร รัตน์เจริญขจร

เอกภพ สิทธิวรรณชนะ

บรรณาธิการ

วรพงษ์ เวชมาลีนนท์

ออกแบบปก

สมิต ศิริภากรณ์

รูปเล่ม

บุศรินทร์ อังศกุลชัย

เผยแพร่เมื่อ

มกราคม 2561

โครงการความตาย พุดได้ เครือข่ายพุทธิกา

45/4 ซ.อรุณอมรินทร์ 39 แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700

โทรศัพท์: 02-882-4387, 02-886-0863 โทรสาร: 02-882-5043

เว็บไซต์ <http://happydeathday.co> อีเมล peacefuldeath2011@gmail.com

เฟซบุ๊ก: Peaceful Death by Happy Deathday ไลน์: @happydeathday

ความนำ

แต่ละวันมีคนตายมากมายไม่ว่าจะด้วยสาเหตุใด ที่สำคัญคือเราไม่สามารถคาดเดาได้ว่าความตายจะมาถึงเมื่อใด ดังสุภาษิตที่บอกว่า “พรุ่งนี้หรือชาติหน้าไม่มีใครรู้ว่าอะไรจะมาก่อน” ช่วยเตือนให้เราใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท เพราะเราไม่มีทางรู้ว่าเวลาของตัวเองจะเหลืออีกเท่าใด การใช้ชีวิตในปัจจุบันอย่างมีคุณค่าความหมาย จึงเป็นตัวเลือกที่ดีที่สุด

แต่ลำพังการหมั่นเตือนตัวเองให้นึกถึงสังขารดังกล่าวอยู่เนืองๆ สำหรับหลายคนอาจไม่เพียงพอ เพราะมนุษย์เรามักจะมีความสามารถในการหลงลืม หาข้อแก้ตัวเพื่อผัดผ่อนหรือหลอกตัวเองไปเรื่อยๆ ว่าเวลาของเรายังคงมาไม่ถึงหรอก ชีวิตยังไปต่อได้เรื่อยๆ กว่าที่รู้ตัวเมื่อเห็นโลงศพมารออยู่ข้างหน้าแล้ว การเปิดรับบทเรียนภายนอกตัวที่จะมาช่วยสะกิดใจให้เกิดสติย้อนกลับมาพิจารณาถึงความตายอยู่เสมอ จึงมีความจำเป็นไม่แพ้กัน

โครงการ “ความตาย พุดได้” เครือข่ายพุทธิกา จึงรวบรวมและคัดสรรเรื่องราวการเตรียมตัวตาย และการตายหลายรูปแบบหลากบทเรียนทั้งในระดับตัวบุคคล ครอบครัว ประเทศชาติ ไปจนถึงระดับสากล ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงานถวายพระเพลิงพระบรมศพ ในหลวงรัชกาลที่ 9, การเตรียมตัวตายด้วยพินัยกรรมชีวิต, บทสะท้อนย้อนคิดจากการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในครอบครัวที่น่าชื่นชม, ความตายจากบาดแผลทางใจในวัยเด็กที่เราแต่ละคนอาจกระทำต่อกันโดยไม่รู้ตัว, ความรักและความกล้าหาญในการเผชิญความตายของเด็กคนหนึ่ง, ความตายที่มาจากอคติทางชาติพันธุ์ และการยึดมั่นถือมั่นในอุดมการณ์ทางศาสนา ที่เกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2560 โดยหวังว่าจะเป็นบทเรียนที่ช่วยให้อนุสติแก่ผู้คนในสังคมไทย จนเกิดการใคร่ครวญและตระหนักถึงการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีเมตตาต่อกัน

ความดีจากการทำหนังสือ *บทเรียนความตาย 2560* ขออุทิศแด่ผู้สูญเสียทุกท่าน ส่วนความผิดพลาดในการจัดทำ ทีมงานขอน้อมรับฟังจากทุกท่านด้วยความเคารพ



10

ธ ทรงแสงศิวโมกข์
ทอรั้ง

เย นฤปา ธรรมม อนุ ปรัชชะ ปาลยนฺติ เต ชยนฺตุ
พระราชาทั้งหลาย เหล่าใด คຸ້มครองซึ่งประชาชนทั้งหลาย
ด้วยธรรมะ ขอพระราชาทั้งหลายทั้งปวง จงมีชัย

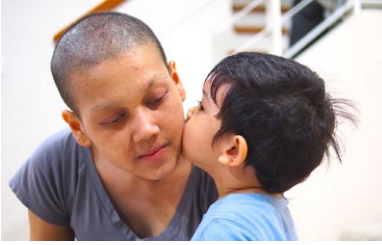
18



เปิดผนึกพินัยกรรมชีวิต พระไพศาล วิสาโล

ปองกมล สุรัตน์

ถ้อยคำของพระไพศาลบนเวทีแห่งนี้ แสดงถึงการพูดเรื่อง
ความตายในที่แจ้งอย่างแจ่มชัด... ไม่ใช่การแข่งตน แต่เป็น
การตระเตรียมเส้นทางที่ทุกคนต้องไปบรรจบในวันหนึ่ง ซึ่ง
พินัยกรรมชีวิตเป็นเหมือนป้ายบอกทางเพื่อการเดินทางนั้น



34

บทเรียนจากความตายของ “แม่นุ่น”
“ทำเต็มที่ แล้วจะไม่เสียใจ”

ภัสร์นวี ศรีสุวรรณ

ภายหลังการจากไปของ “แม่นุ่น”... ได้ข้อสรุปที่สำคัญข้อหนึ่งว่า เมื่อทั้งผู้ป่วยและผู้ดูแลต่างทำหน้าที่ของตัวเองอย่างเต็มที่แล้ว เมื่อวันลาจากมาถึง จะไม่มีคำว่า “เสียใจ” หรือ “เสียดาย”

44

กลับบ้านเรานะแม่

มะลิ ณ อุษา



การได้ทำทุกอย่างอย่างเต็มที่ตลอดช่วงเวลาที่ผ่านมา คือคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้... เป็นยาทิพย์ที่ช่วยสมานบาดแผลในใจของคนที่ยังอยู่ข้างหลัง... ความดีงามและเจตนาารมณ์อันแน่วแน่ จะเป็นกำลังใจให้คนข้างหลังยืนหยัดต่อสู้ต่อไป



57

บทเรียนแห่งความโศกเศร้า
และเสียงที่พวกเราไม่เคยได้ยิน
ปุณยอาภา ศรีศิริรินทร์

เซสเตอร์ เบนนิงตัน คือบทเรียนแห่งยุคสมัย ยุคสมัยที่ทุกอย่าง
เคลื่อนที่ไปเร็วกว่าหัวใจ และยุคสมัยที่ความอ่อนไหวเกิดขึ้น
ง่ายเกินกว่าที่ใครบางคนจะตัดทาน ยุคสมัยที่คำพิพากษาของ
ใครบางคน สามารถทำลายโลกของใครบางคนได้ทั้งใบ

70

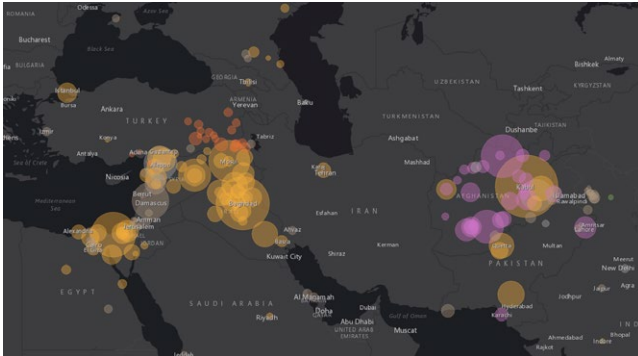


อาทิตย์อัสดงทางฝั่งตะวันออก
กระแสน้ำใหม่การเตรียมตัวตายในเกาหลี ญี่ปุ่น และจีน
สรนันท์ ภิญญโญ

ส่วนที่น่าเศร้าที่สุดในงานของเราไม่ใช่การเห็นผู้ป่วยจากไป
แต่คือการเห็นครอบครัวปฏิบัติเสธการเพชฌัญหน้ากับความตาย
อย่างไรบ้างต่างหาก

83

ก่อการร้าย ความตาย แผนที่ เอกภพ สิทธิวรรณธนะ



ถึงที่สุดแล้ว แผนที่นี้จึงช่วยบอกเราว่า เราต่างมีความทุกข์
ร่วมกัน พึงเห็นอกเห็นใจกัน และหยิบยื่นความช่วยเหลือ
อาหารผู้ประสบเหตุร้ายด้วยวิธีต่างๆ เท่าที่เราทำได้

91

ความตายไร้ตัวตน

ศรินธร รัตน์เจริญจร



วิกฤตชาวโรฮิงญา... เป็นบททดสอบที่ทำทลายความเป็น
มนุษย์ว่า เราจะอยู่ร่วมกันอย่างถ้อยทีถ้อยอาศัย ไม่เบียด-
เบียนกัน ท่ามกลางความแตกต่างทางชาติพันธุ์ สีผิว หรือ
ศาสนาได้มากน้อยเพียงใด



ทุกความตายมีบทเรียน



๘ ทรงแสงศิวิลเมกซ์

ทอรุ่ง

เย นฤปา ธรรมมุ อนุ ปรัชชาะ ปาลยณฺติ เต ชยณฺตุ

พระราชาทรงหลาย เหล่าใด
ค้ำครองซึ่งประชาชนทั้งหลาย ด้วยธรรมะ
ขอพระราชาทรงหลายทั้งปวง จงมีชัย

ประกาศจากสำนักพระราชวังเรื่องพระบาทสมเด็จพระ
ปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มหิตลาธิเบศรรามาธิบดี
จักรีนฤเบดินทร สยามินทราธิราช บรมนาถบพิตร เสด็จ
สวรรคต เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 13 ตุลาคม พ.ศ. 2559 รัฐบาล
ไทยกำหนดจัดพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพเพื่อ
แสดงความจงรักภักดีและเฉลิมพระเกียรติอย่างสูงสุดใน
วาระสุดท้ายแห่งพระชนม์ชีพระหว่างวันที่ 25 - 29 ตุลาคม
พ.ศ. 2560 โดยมีประกาศให้วันที่ 26 ตุลาคม พ.ศ. 2560
เป็นวันถวายพระเพลิงพระบรมศพ

ในการนี้ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร รัชกาลที่ 10 มีรับสั่งให้สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเป็นองค์ที่ปรึกษาการจัดงานพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ เมื่อนำแบบร่างพระเมรุมาศเข้าไปกราบบังคมทูลเพื่อให้มีพระราชวินิจฉัย จึงมีพระราชกระแสให้การออกแบบพระเมรุมาศครั้งนี้ “*ไม่ให้เหมือนที่เคยมีมา*” มีพระราชวินิจฉัยเลือกแบบร่างพระเมรุมาศทรงบุษบก 9 ยอด 7 ชั้น เชิงกลอนของนายก่อเกียรติ ทองผุด นายช่างศิลปกรรมชำนาญงาน สำนักสถาปัตยกรรม กรมศิลปากร ซึ่งออกแบบการจัดวางส่วนยอดที่ให้ความรู้สึกอิสระ ดังที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงปรารภถึงแบบดังกล่าวว่า “*อิสระ ลดหล่น สวยงาม*”

หากพสกนิกรมีโอกาเข้าชมพระเมรุมาศ และนิทรรศการงานพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร นอกจากจะได้รับความรู้และเข้าใจงานศิลปะสำคัญของชาติที่รวบรวมศิลปะทุกแขนง ยังมีโอกาสพิจารณา ‘คติธรรม’ ที่แฝงอยู่ในแต่ละขั้นตอนของการทำงานศิลปะในแต่ละแขนงอีกด้วย

ส่วนสำคัญที่สุดของพระเมรุมาศจะประดิษฐานแท่น ‘พระจิตกาธาน’* บนแท่นพระจิตกาธานเป็นที่ประดิษฐาน ‘พระโกศจันทน์’ และฐานรองพระโกศจันทน์ หรือ ‘พระหีบจันทน์’ ในครั้งนี้ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร รัชกาลที่ 10 มีพระราชวินิจฉัยโปรดให้ถวายพระเพลิงพระบรมศพด้วยท่อนพินไม้จันทน์ตามอย่างโบราณราชประเพณี

ไม้จันทน์หอม ถือเป็นสัญลักษณ์ของผู้มีความประพฤติดีทั้งกาย วาจา ใจ ที่มุ่งทำประโยชน์ต่อผู้อื่น มีความมั่นคงในการทำมาค้าดี ดังตัวอย่างสุภาษิตโบราณในหนังสือ *ประชุมสุภาษิตสันสกฤต (200 โศลก) เล่มที่ 1* ความว่า

สุขโน น ยาคี ไรโร พรหิตนโรโต วินาศกาเลปิ

เฉเทปิจนทนตระ สุรภยติ มุขัง กุฐารสย

‘แม้ในคราวพินาศ คนดีผู้มุ่งทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ก็ไม่แสดงความเป็นศัตรู

ต้นจันทน์ แม้เมื่อถูกตัดก็ยังคงทำให้คนขวานมีกลิ่นหอมได้’

* พระจิตกาธาน คือ เชิงตะกอน

เมื่อพิจารณาสุภาษิตบทนี้ จะเห็นว่าคนดีคือผู้มีทั้ง ‘ความประพฤติดี’ และ ‘ปัญญาดี’ จึงสามารถใช้สติปัญญา ความรู้ของตนเองในการทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ถึงแม้ว่าตนเองจะตกอยู่ในภาวะยากลำบากหรือถูกผู้อื่นปองร้าย ก็ยังมีใจแผ่เมตตา และให้อภัย ไม่คิดร้ายโต้ตอบแต่อย่างใด หากยังคงมุ่งกระทำความดีต่อไป เปรียบได้กับ ต้นจันทน์ที่เป็นไม้หอม แม้ถูกตัดทำลายด้วยคมขวาน กลิ่นหอมจากต้นจันทน์ยังส่งผลตามติดคมขวานไปด้วย ความหอมของ ‘ไม้จันทน์’ จึงเปรียบดังพระราชชาผู้ทรงไว้ ด้วยทศพิธราชธรรม เพื่อความมีศีลธรรมอันสูงสุด อีกทั้งยังเป็นหลักธรรมสำหรับมหาชนดำเนินตามรอยพระยุคลบาท อันจะส่งผลให้ก่อเกิดสันติภาพของสังคมและของโลกในที่สุด

บริเวณ ‘ลานอุตราวัฏ’ คือ ลานสำหรับเดินเวียน ช้าย 3 รอบพระเมรุมาศ เป็นที่แผ่ประติมากรรมเรื่องกฎ ไตรลักษณ์ ชวนให้พิจารณาว่า เหตุใด ‘ความไม่ประมาท’ จึงเป็นสาระสำคัญที่สุดสำหรับการดำรงชีวิตของ ‘มนุษย์’ ไม่ว่าจะดำรงอยู่ในสถานะใดก็ตาม

หนังสือ *ความงดงามแห่งความเป็นมนุษย์* โดยท่าน พุทธทาสภิกขุ อธิบายความหมายคำว่า ‘มนุษย์’ แปลว่า

‘ใจสูง’ คือประกอบอยู่ด้วย ‘ศีลธรรม’ เมื่อใดที่เราใช้ชีวิตด้วยความประมาทโดยการขาดศีลธรรม เมื่อนั้นความมีชีวิตจึงถือว่า ‘ไม่มีชีวิต’ คนโบราณจึงมีคำสอนว่า ‘ตายเพื่ออยู่ หรือ อยู่เพื่อตาย’

‘ศีล’ หรือ ‘สึละ’ แปลว่า ภาวะปกติ ไม่มีอะไรจะปกติเท่า ‘พระนิพพาน’ ที่แปลว่า เย็น หรือ ดับไม่เหลือ จึงเป็นสุดยอดของศีลธรรมทางกาย วาจา ใจ ซึ่งทั้งหมดนี้มีเพียง ‘มนุษย์’ ที่ดำรงชีวิตด้วยศีลที่บริสุทธิ์เท่านั้น จึงจะสามารถเข้าถึง ‘ความงดงามแห่งความเป็นมนุษย์’ ได้อย่างสมบูรณ์

ขณะที่การจัดกระบวนการเรียนรู้ในปัจจุบัน คำหนึ่งถึงเขาวนัปัญญา โดยถือเอาศักยภาพและการทำงานของสมองเป็นสำคัญ หากพระบรมราชาบาทที่ทรงอธิบายคำว่า ‘สติปัญญา’ ในหนังสือ *คำพ่อสอน* มีความหมายลึกซึ้งยิ่งกว่านั้น พระองค์ทรงเน้นว่า ‘**สติ**’ คือ ความระลึก ‘**ปัญญา**’ คือ ความรู้ชัด ที่เกิดขึ้นจากความฉลาด สามารถคิดพิจารณาอย่างถูกต้องแยกคายตามเหตุตามผล ‘**ความฉลาดรู้**’ จึงมิใช่เพียงมีความฉลาดและมีความรู้ แต่ครอบคลุมถึงการใช้ความคิดอย่าง ‘โยนิโสมนสิการ’ คือ

รู้แจ้งชัด รู้จริง และใช้ประโยชน์จากความรู้นั้นอย่างมี
คุณธรรม

ตลอดรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหา
ภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร ทรงมีความเข้าพระทัยใน
หลักพุทธธรรมอย่างลึกซึ้ง อันแสดงถึงพระราชปรีชาญาณ
ของพระมหากษัตริย์ผู้ทรงเป็น ‘ธรรมราชา’ อย่างแท้จริง

ธ ทรงแสงศิวโมกข์... จึงเป็นดังนี้

กราบเบื้องบาทละออง	สนองพระผู้การุณย์
น้อมจิตรำลึกคุณ	เทิด ธ ไว้ในดวงใจ
เทียนรูปแลบุปผา	กำจายมาทั่วแคว้นไทย
ถวายเป็นพระทรงชัย	ด้วยใจราษฎร์ตราบนิรันดร์



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

นิทรรศการ “งานพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร” จัดขึ้นระหว่างวันที่ 2 พฤศจิกายน - 31 ธันวาคม พ.ศ. 2560

หนังสือ สารานุกรมไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติ ในโอกาสฉลองสิริราชสมบัติครบ 60 ปี, โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

หนังสือ *สุฟ้าเสวยสวรรค์*, สำนักพิมพ์มติชน

หนังสือ *สถิต ฌ สรวงสวรรค์นิรันดร*, สำนักพิมพ์บันทึกสยาม

หนังสือ *ความงดงามแห่งความเป็นมนุษย์*, พุทธทาสภิกขุ

หนังสือ *ความหลุดพ้น*, 110 ปี ชาตกาลท่านพุทธทาสภิกขุ ชุดลอยปทุม, พุทธทาสภิกขุ

วิทยานิพนธ์ *การศึกษาวิเคราะห์หนังสือประชุมสุภายิตสันสกฤต (200 ไศลก) เล่มที่ 1*, นายวุฒิพงษ์ ถวิลสมบัติ, หลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสันสกฤตศึกษา ภาควิชาตะวันออก มหาวิทยาลัยศิลปากร



Living Will from Ambassador of Death:
เปิดพินัยกรรมชีวิต พระไพศาล วิสาโล

ปองกมล สุรัตน์

ยามเย็นวันที่ 10 มิถุนายน 2560

มวลอากาศในห้องประชุมแห่งนี้เย็นเฉียบด้วยเครื่องปรับอากาศ แต่แน่นอนนักผู้คนนับพันร่วมเหตุการณ์สำคัญ

แสงสปอตไลท์ที่สาดส่องรวมเป็นจุดเดียว จับเน้นร่างผอม ขาวอิมเอิบของภิกษุรูปหนึ่ง ผู้ที่ใครๆ เรียกกันว่า ‘พระไพศาล วิสาโล’

...วันนี้ พระไพศาลจะอ่านพินัยกรรม(ชีวิต)

พ.ศ. 2500

ลูกคนที่ 4 ของครอบครัววงศ์วรวิสิทธิ์กำเนิดขึ้นและถูกตั้งชื่อว่า ‘ไพศาล’ หรือ ‘เตี้ย’

ปฐมวัยของเด็กชายไพศาล เป็นคนขยันขันแข็ง
หลายครั้งเขาขยันเรียนขยันอ่านชนิดที่ว่าพ่อแม่ยังต้องขอ
ให้พักผ่อน จำกัดความอย่างง่ายคือ มีพื้นเพเป็นเด็กเนิร์ด
นอกจากนี้ยังเป็นเด็กค่าย ทำกิจกรรมเคลื่อนไหวทาง
สังคมเสมอ ให้ความสำคัญกับความอยู่ดีธรรมในสังคม
การเมือง ความยากลำบากของผู้มีต้นทุนชีวิตน้อยหรือ
ถูกเอาเปรียบ ทำให้มีอิทธิพลต่อบทบาทชีวิตภายใต้ร่ม
กาสาหวัดในกาลต่อมา

ในวัยหนุ่ม เกือบคลี่คลายชีวิตด้านการงานซัดสาดหนัก
หน่วง ทำให้เขาตั้งใจบ่ยหน้าเข้าทางธรรมด้วยการบวช
พระสักพัก แต่เมื่อสัมผัสห้วงสงบเย็นในสมณเพศ การ
บวชเพื่อคลายใจในความสับสนทางโลกเพียงชั่วคราว จึง
กลายเป็นการครองผ้าเหลืองยาวนาน จบปัจจุบันก็ 30
กว่าปีแล้ว จากไพศาล กลายเป็น พระไพศาล วิสาโล สงฆ์
ไทยที่สังคมรู้จักในฐานะพระนักเคลื่อนไหวทางสังคมใน
ประเด็นสันติวิธี สิ่งแวดล้อม การปฏิรูปพุทธศาสนา และ
ความตาย

ด้วยลีลาเทศน์เรียบง่าย กระชับ แม่นตรง ใช้คำ
ธรรมดาสะท้อนธรรมชาติชีวิต ทำให้ผู้คนรู้สึกว้าธรรมที่

ท่านแสดงนั้นฟังไม่ยาก และต่อตรงกับชีวิตได้ หนังสือ
ธรรมะของท่านมักเป็นพ็อกเก็ตบุ๊กเล่มน้อยแต่เปี่ยม
เนื้อหาที่เข้าใจง่าย ใช้ได้จริง เมื่อประกอบกับการทำงาน
เพื่อสังคมอยู่เป็นนิตย์ ทำให้มีผู้ศรัทธา (และแฟนคลับ)
เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ แต่เจ้าอวาสวัตป่าสุคะโตรูปนี้ ก็ยังมี
วิถีชีวิตเรียบง่ายดังเดิม หากว่างจากกิจนิมนต์ ท่านจะ
จำพรรษาอย่างเงียบๆ ที่วัด ท่ามกลางสัปปายะสถานที่
แวดล้อมด้วยผืนป่าภูแลนคา จ.ชัยภูมิ

พระไพศาลเสมือน ‘แบรนด์แอมบาสเดอร์’ ด้าน
การเตรียมตัวตายในสังคมไทยยุคปัจจุบัน ในบทบาท
พระนักขับเคลื่อนแถวหน้า ผู้บุกเบิกทำให้คนหันมาเห็น
ความสำคัญของการเตรียมตัวตาย หยิบประเด็นความ
ตายที่สอบได้เพียงครั้งเดียว ถ้าพลาดคือตก หรือตายไม่
สงบนั้นเอง ทว่าหากเตรียมตัวดี ก็มีโอกาสดายสงบ แถม
ยังเป็นวาระทองของชีวิตที่จะบรรลุธรรมหรือเป็นมนุษย์ที่
เต็มบริบูรณ์ได้

กาลเวลาผันผ่าน พระไพศาลยังคงเป็นวิทยากร
อบรมเรื่องการเผชิญความตายอย่างสงบในที่ต่างๆ
สม่ำเสมอ ผ่านหนังสือ การอบรม ปาฐกถา ให้สัมภาษณ์

ผ่านสื่อ ที่สำคัญคือ ‘การทำให้ดู อยู่ให้เห็น’ จุดประกาย
ให้คนในสังคมเห็นความสำคัญของการเตรียมตัวตาย รื้อ
สร้างทัศนะ ‘ความตายน่ากลัว’ ของสังคมไทย กลายเป็น
‘ความตาย พุดได้’ และน่าพุด หากอยากตายดี

ท่านมักกล่าวว่า ท่านเตรียมตัวตายอยู่เสมอ ซึ่ง
พิธีกรรมชีวิตเป็นหนึ่งในเครื่องมือสำคัญของการ
เตรียมตัว

บัดนี้ การแผ้วถางงานเตรียมตัวตายในประเทศไทย
เห็นประจักษ์จากการจับจองที่จันทน์โถงประชุมในวันนี้

ตะวันราแสงไปมากแล้ว สนทยากาลคืบคลานเหยียด
ณ ห้องประชุมอันเย็นเฉียบห้องนั้น

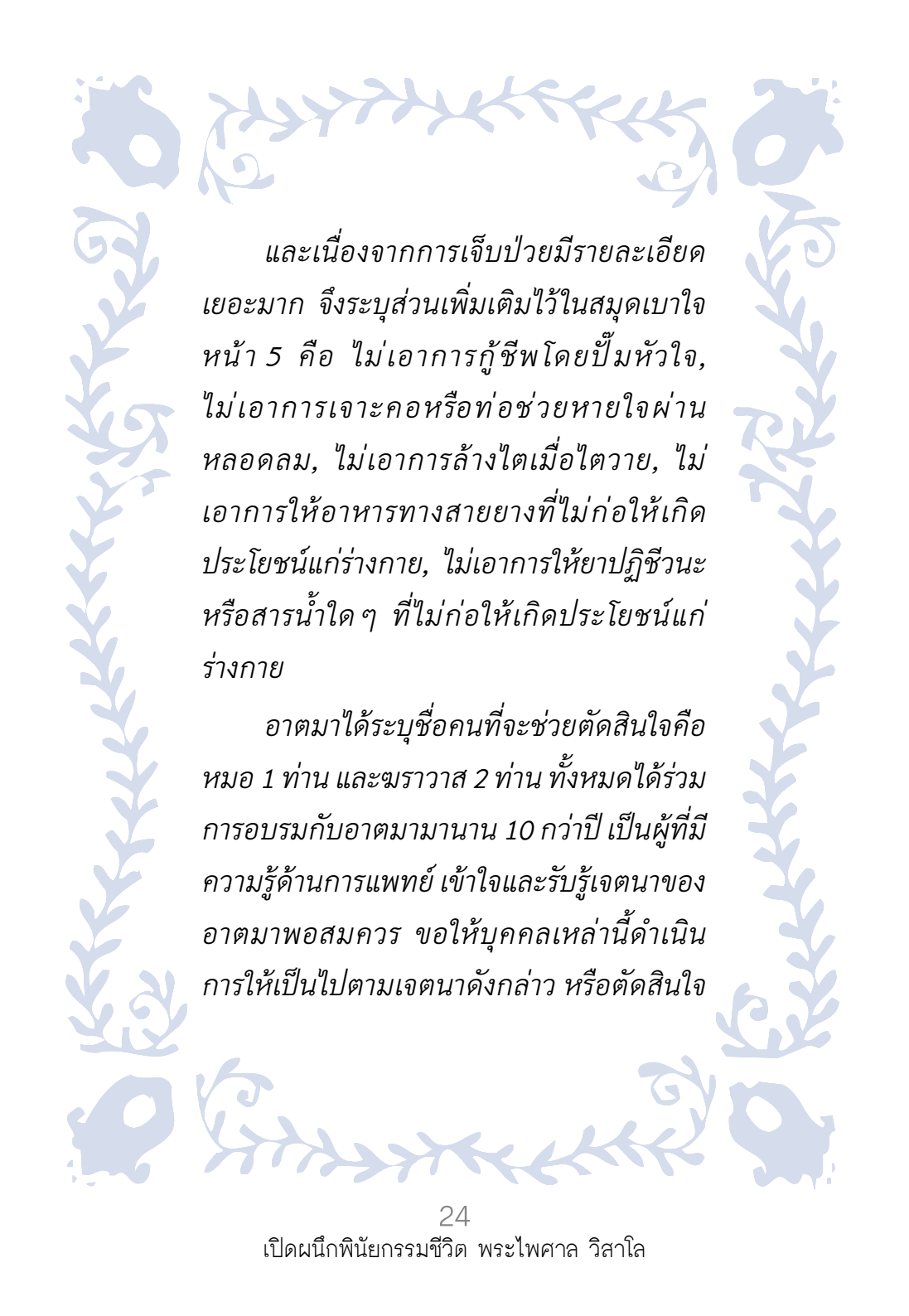
เสียงเซ็งแซ่ของคนนับพันส่งบลลง ทุกคนจับจอง
บุคคลที่นั่งอยู่บนโซฟากลางเวที รอเสียงเดียวที่กำลังจะ
วาบเข้ามา

‘พระไพศาล’ กระทบไม้ค้ำในมือ ส่วนมืออีกข้างถือ
กระดาษ ประกาศก้องแว่หนึ่ง

“เมื่อข้าพเจ้าป่วยอยู่ในระยะสุดท้าย (รักษาไม่หาย ไม่ตอบสนองต่อการรักษา ต้องตายแน่ๆ) และไม่สามารถตัดสินใจด้วยตัวเองได้ ขอห้ามกระทำต่อร่างกายอาตมาดังนี้

1. ห้ามผ่าตัดใหญ่
2. ห้ามใช้เครื่องช่วยหายใจ หากหายใจด้วยตัวเองไม่ได้แล้ว
3. ห้ามปั๊มหัวใจ หากหัวใจหยุดเต้น
4. ห้ามใช้เทคโนโลยีเพียงเพื่อยื้อชีวิต โดยไม่ได้ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น

ในกรณีที่ใช้เครื่องช่วยหายใจกับข้าพเจ้า เนื่องจากแพทย์ไม่ทราบเจตจำนงมาก่อน หากได้ทราบแล้ว ขอให้ถอดเครื่องช่วยหายใจ เพื่อให้ร่างกายของข้าพเจ้าเป็นไปตามวิถีธรรมชาติ โดยไม่มีการยื้อชีวิต

A decorative border with a repeating floral and leaf pattern in a light blue color, framing the text on the page.

และเนื่องจากการเจ็บป่วยมีรายละเอียด
เยอะมาก จึงระบุส่วนเพิ่มเติมไว้ในสมุดเบาใจ
หน้า 5 คือ ไม่เอาการกั๊กใจโดยป้้มหัวใจ,
ไม่เอาการเจาะคอหรือท่อช่วยหายใจผ่าน
หลอดลม, ไม่เอาการล้างไตเมื่อไตวาย, ไม่
เอาการให้อาหารทางสายยางที่ไม่ก่อให้เกิด
ประโยชน์แก่ร่างกาย, ไม่เอาการให้ยาปฏิชีวนะ
หรือสารน้ำใดๆ ที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่
ร่างกาย

อาตมาได้ระบุชื่อคนที่จะช่วยตัดสินใจคือ
หมอ 1 ท่าน และภรรยา 2 ท่าน ทั้งหมดได้ร่วม
การอบรมกับอาตมามานาน 10 กว่าปี เป็นผู้ที่มี
ความรู้ด้านการแพทย์ เข้าใจและรับรู้เจตนาของ
อาตมาพอสมควร ขอให้บุคคลเหล่านี้ดำเนินการ
ให้เป็นไปตามเจตนาดังกล่าว หรือตัดสินใจ

ร่วมกันหากมีเหตุการณ์พิเศษ หรือมีข้อเสนอใน
มาตรการที่นอกเหนือจากที่ระบุข้างต้น

เมื่อตายแล้ว อวัยวะและร่างกายของ
ข้าพเจ้าขอมอบให้สภากาชาดไทยในกรณี
ที่สมองตาย ถ้าไม่สามารถทำได้ ขอมอบร่างกาย
ให้คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ใช้
ประโยชน์ทางการศึกษาและวิจัย

หากมอบอวัยวะที่สภากาชาดไทยแล้ว ขอ
ให้ปลงศพที่วัดป่าสุคะโต โดยมีพิธีกรรมทาง
ศาสนาไม่เกิน 3 วัน ที่วัดป่าสุคะโต แบบเดียวกับ
ที่หลวงพ่อคำเขียน สุวณโณ ได้ระบุไว้สำหรับ
การปลงสรีระของท่าน คือ 1. สวดชัยมงคล-
กัมปวัตน์สูตรและอภิธรรมแปล 2. มีการแสดง
ธรรม 3. งดการทอดผ้าบังสุกุล โดยสวด 3 วัน
แล้วรอเผา แต่จะเผาวันไหนให้ประกาศล่วงหน้า

เพียง 1 วัน เพื่อไม่เป็นภาระของญาติโยมในการ
เดินทางมางานศพ

แต่หากมอบร่างให้คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น การปลงศพขอให้ทำ
พร้อมพิธีเผาศพอาจารย์ใหญ่ ที่จัดโดยคณะ
แพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

จากนั้นให้บรรจุอัฐิไว้ที่ลานหินโค้ง วัดป่า
สุคะโต ใกล้ๆ กับอัฐิหลวงพ่อกำเขียน หลวงพ่อ
เทียน อาจารย์กำพล และเพื่อนพระอีกหลายท่าน

อัฐิส่วนหนึ่ง มอบให้กับโยมพี่สาวนำไป
จัดการตามที่เห็นสมควร ส่วนอังคารให้โปรยใน
ป่าภูหลงเพราะอาตมาเคยค้างแรมระหว่างรักษา
ป่า จึงมีความผูกพันกับที่นั่น และเพื่อให้อัฐิคืน
สู่ธรรมชาติ อาจป้อปรามว่า มีอัฐิของอาตมาอยู่
ตรงนั้น พร้อมจะมาหลอกหลอนได้ทุกเมื่อ หาก
ใครตัดไม้ทำลายป่า”

สิ้นเสียงประกาศพินัยกรรมชีวิต บรรยากาศในงาน
หาเชอบอวลไปด้วยความอาลัยหรือหดหู่เมื่อนึกถึงความ
ตาย แต่กลายเป็นเสียงหัวเราะครื้นผลสมรอยยิ้มที่เบ่งบาน
ไปทั่วฮอลล์ประชุม ให้กับพินัยกรรมชีวิตอันชัดเจน
ครอบคลุม และเจืออารมณ์ขันฉบับนั้น

มองให้ชัดที่พินัยกรรมชีวิตของพระไพศาล การ
ประกาศครั้งนี้ไม่ใช่เพียงการกล่าวเจตนารมณ์แล้วผ่าน
เลยไป แต่แสดงให้เห็นนัยยะสำคัญมากกว่าความหมาย
ตามตัวอักษร

หนึ่ง บทบาทพระสงฆ์ในการสื่อสารเพื่อแบ่งปัน และสร้างแรงบันดาลใจ

การที่ใครคนหนึ่งลุกขึ้นมาส่งเสียงต่อสาธารณะว่า
ต้องการจะตายอย่างไร เป็นการแบ่งปันการตัดสินใจครั้ง
สำคัญเกี่ยวกับหลักลมุดสุดท้ายของชีวิต ถ่ายโอนความ
คิดความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตและความตายให้กลายเป็นสิ่ง
สัมผัสได้เชิงรูปธรรม น่าจะสามารถสร้างแรงกระเพื่อมใน

สังคม และเป็นแรงบันดาลใจให้ใครหลายคนได้ใคร่ครวญชีวิตและอยากเคลื่อนไหวจรดปากกาเขียนพินัยกรรมชีวิตของตนเองบ้าง และถ้าแต่ละครอบครัวนำไปใช้ ก็มีโอกาที่พินัยกรรมชีวิตจะกลายเป็นเครื่องมือสู่วิถีการตายสงบ ถ้ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น เป็นรูปแบบหนึ่งของการสื่อสารเรื่องความตายให้ 'รู้ใจ' กันในครอบครัว ตัวพินัยกรรมชีวิตนั้นนอกจากใช้ยามป่วยระยะท้าย ยังเป็นระฆังแห่งสติเพื่อความไม่ประมาทในชีวิต ตรวจสอบความพร้อมต่อเรื่องความตาย และทำให้ชีวิตมีเป้าหมาย

การปรากฏตัวของพระในงานอีเวนต์เพื่อสังคมกลางกรุง สะท้อนอีกบทบาทหนึ่งของสังคมในการมีส่วนร่วมกับสังคมเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชน เป็นเจดหนึ่งของวิถีการเป็นพระที่ทำงานร่วมกับฆราวาส สัจญาณแห่งความหวังเกิดขึ้น เมื่อมีคนจำนวนมากสนใจฟังขานรับวิถีการตายดี บรรยากาศที่เกิดขึ้นในห้องประชุมและถ่ายทอดผ่านสื่อ เรียงร้อยเพื่อนร่วมวัฏฏะสังสารทั้งสังคมและฆราวาสให้เป็นหนึ่งเดียว แม้ต่างที่มา ทว่ากำลังมุ่งหน้าไปที่เดียวตามวาระของวงรอบชีวิต

สอง การเขียนพินัยกรรมชีวิตทำได้ไม่ยาก

ความตายมีมิติละเอียดอ่อน เวลาที่มีใครป่วยหนัก หรือเสียชีวิต คนที่เหลือในครอบครัวต่างได้รับผลกระทบ และเปราะบางตามไปด้วย การตัดสินใจเรื่องความเป็น ความตาย ไม่ต่างจากการตกอยู่ในเขาวงกตที่ไม่รู้ว่าจะ เลือกลงทางไหน จะเลือกถูกหรือไม่

พินัยกรรมชีวิตเป็นเอกสารแสดงเจตนาว่าต้องการ รับหรือไม่รับการรักษาทางการแพทย์อย่างไรบ้าง หากป่วยระยะท้ายของชีวิต มีอำนาจตาม พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 มาตรา 12 จึงช่วยให้การตัดสินใจง่ายขึ้น การบอกให้รู้ก่อนว่าตัวเองมีพินัยกรรมชีวิตและเขียนไว้ว่าอย่างไร จึงเป็นเรื่องจำเป็น ขอเพียงมีกระดาดและปากกาก็เขียนได้แล้ว ทั้งคนป่วยและคนไม่ป่วย เขียนแล้วเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ไม่จำกัดเวอร์ชันจนกว่าจะตาย เพียงถ่ายทอดความในใจออกมาเป็นตัวอักษร โดยมีกระดาดเป็นภาชนะรองรับ ถ้าจะให้ดีควรปรึกษาแพทย์พยาบาล เพื่อความชัดเจนในข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือกในการรักษา

พินัยกรรมชีวิตของพระไพศาล เป็นตัวอย่างการเขียนที่ง่ายและชัดเจน เป็นลำดับจากการป่วยสู่การตาย และหลังตาย ประกอบด้วยวิธีการดูแลรักษาเมื่อป่วยระยะท้าย ประรณนาหรือปฏิเสธอะไรหากใกล้มรณา จัดงานศพแบบใด ถ้ากระตุกจัดการอย่างไร น่าจะเป็นตัวอย่างที่ช่วยให้ใครหลายคนเขียนในแบบฉบับของตัวเองได้เบื้องต้น

สาม การพูดเรื่องความตาย ไม่ใช่การแข่ง แต่เป็นการเตรียมตัว

ตามธรรมเนียมปัจจุบัน คนไทยมักไม่พูดเรื่องความตายเพราะถือเป็นเรื่องอับมงคล เป็นหัวข้อพิลึก ไม่ชวนให้เจริญอาหาร คุยแล้วออกกรสขมเพื่อน การพูดเรื่องนี้ไม่ว่ามากหรือน้อยถือว่าสาปแช่ง ความตายจึงถูกบดบังด้วยเมฆหมอกแห่งความกลัว แต่ยังไม่พูดเท่าไรก็ยิ่งเป็นปริศนาที่ไม่มีวันไขออก ถึงอย่างนั้น การตายดีหรือที่มักพูดกันติดปาก (เฉพาะเวลามีใครตาย) ว่า “จากไปอย่างสงบ” กลับเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารณนา

ถ้อยคำของพระไพศาลบนเวทีแห่งนี้ แสดงถึงการพูดเรื่องความตายในที่แจ้งอย่างแจ่มชัด ด้วยท่าทีและน้ำเสียงสบายๆ แต่หนักแน่นในเจตจำนง ไม่ใช่การแข่งตน แต่เป็นการตระเตรียมเส้นทางที่ทุกคนต้องไปบรรจบในวันหนึ่ง ซึ่งพินัยกรรมชีวิตเป็นเหมือนป้ายบอกทางเพื่อการเดินทางนั้น

ทั้งที่ยังแข็งแรง คล่องแคล่วปานภิกษุหนุ่ม แต่พระไพศาลก็เขียนพินัยกรรมชีวิตของตัวเอง ไม่ผัดผ่อน สิ่งนี้อาจเป็นการค่อยๆ ผ่อนปรนความสูญเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ในวันใดวันหนึ่ง โดยให้เวลาลูกศิษย์และคนใกล้ชิดได้เตรียมตัวล่วงหน้า อีกด้านหนึ่ง การเขียนพินัยกรรมชีวิตยังช่วยชำระล้างสิ่งค้างใจหรือสิ่งที่อยากฝากฝัง ภารกิจของพระไพศาล คือการฝากดูแลป่าเขาธรรมชาติ เตือนใจให้นุรักษ์สิ่งแวดล้อม

แสงไฟห้องประชุมดับลงแล้ว แต่ประทีปทางจิต
วิญญาณของหลายคนอาจกำลังโชนแสง

สิ่งที่ได้ติดไม้ติดมือกลับบ้านในวันนี้ คือแนวทางการเขียนแผนที่ชีวิตวาระสุดท้าย ก่อเกิดการใคร่ครวญตระหนักรู้ ถึงสุดรอบชีวิตที่กำลังจะมาถึงในวันหนึ่ง
วันที่ร่างคืนสู่ธรรมชาตินิรันดร์



หมายเหตุ:

การบอกเจตนาเลือกรักษาหรือไม่รักษาอะไร สามารถเขียนบอกได้ในหนังสือแสดงเจตนาเกี่ยวกับการรักษาพยาบาลในวาระสุดท้ายของชีวิต หรือ Living Will (พินัยกรรมชีวิต)

ดาวน์โหลดได้ที่ <http://www.thailivingwill.in.th>

ถ้านึกไม่ออกว่าจะสั่งเสียอะไรบ้าง?

“สมุดเบาใจ” คือ พินัยกรรมชีวิตที่สำเร็จรูปที่รวบรวมทุกความต้องการในการดูแลสุขภาพช่วงสุดท้าย และการเตรียมตัวตายให้ผู้ป่วย (หรือคนที่ยังไม่ป่วย) กรอก เพื่อบอกแพทย์ พยาบาล และคนรอบข้าง ว่าต้องการอะไรก่อนตาย? สามารถดาวน์โหลด หรือสั่งซื้อ ได้ที่

<http://happydeathday.co/wp-content/uploads/2017/12/Baojai.pdf>

และ <http://www.budnetbook.com/product/188/สมุดเบาใจ>

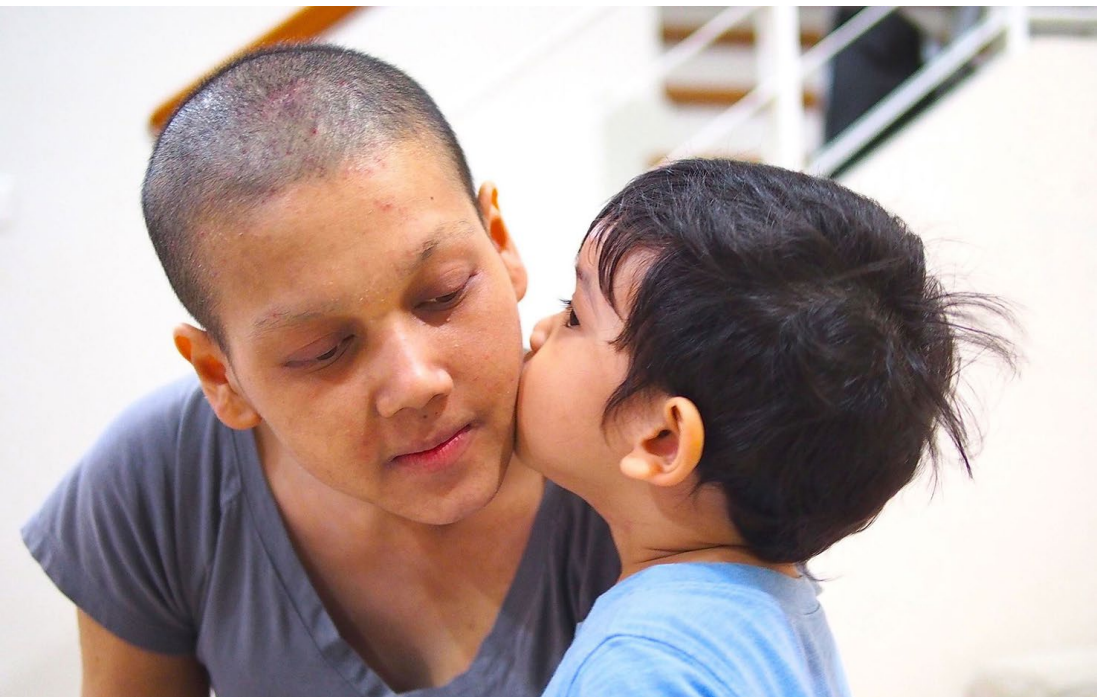
เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

๖๐ ปี พระไพศาล วิสาโล, เนชั่นแนล จีโอกราฟฟิก, นิรมล มุนจินดา,
<http://www.ngthai.com/history/5394/60-years-of-phra-paisal-visalo/>

วิดีโอ “ครั้งแรกของการเปิดพินัยกรรมชีวิต พระไพศาล วิสาโล,”
เผชิญความตายอย่างสงบ เครือข่ายพุทธิกา,
<https://www.youtube.com/watch?v=SlwwjnJXcU8>

พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550, ราชกิจจานุเบกษา เล่มที่
124 ตอนที่ 16ก. หน้า 4,
<http://www.ratchakittha.soc.go.th/DATA/PDF/2550/A/016/1.PDF>

ประวัติและปฏิปทา พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล, รักพงษ์ แซ่โซว,
สำนักพิมพ์สุภา



บทเรียนจากความตายของ “แม่nun” “ทำเต็มที่ แล้วจะไม่เสียใจ”

ภัสร์นัจฉิ ศรีสวรรณ์

เรื่องราวของ “แม่นุ่น” สุพัตมชา ศรีสุวรรณ หญิงสาวที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมระยะสุดท้ายชนิดรุนแรงและลุกลามเร็ว เป็นที่รู้จักของสาธารณชนผ่านเฟซบุ๊กแฟนเพจ “แม่นุ่น”¹ ซึ่งมีผู้ติดตามกว่า 6.5 แสนคน เธอเป็นไอดอลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายผู้ไม่ยอมแพ้ ดังที่เธอเคยพูดเสมอว่า “ฉันกำลังสู้กับความตาย” และ “ระยะสุดท้ายจะหายไปให้ดู” ส่วน “คุณตุลย์” ผู้เป็นสามีก็เป็นตัวอย่างผู้ดูแลผู้ทรมท่อย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย

ด้วยความเจ็บป่วยของแม่นุ่นมีลักษณะพิเศษเฉพาะ ทั้งรูปแบบของโรคที่เป็นมะเร็งชนิดรุนแรงและดีอยาก มุมมองของผู้ป่วยและผู้ดูแลต่อตัวโรคและการใช้ชีวิต รวมทั้งความรักความผูกพันภายในครอบครัว ประสบการณ์ในการรักษาพยาบาลครั้งนี้ นอกจากจะเป็นบทเรียนชีวิตของครอบครัวแม่นุ่นแล้ว ยังเป็นบทเรียนที่ทรงคุณค่าต่อผู้ป่วยและผู้ดูแลที่กำลังเผชิญหน้ากับมะเร็งระยะสุดท้ายอีกด้วย

ผู้เขียนจึงตั้งคำถามที่คิดว่าสำคัญ เช่น มุมมองต่อความตายซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ค่อยมีการกล่าวถึงมากนักในเพจแม่नु่น สิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วยและผู้ดูแล และวิธีการทำให้ลูก ๆ ของแม่नु่นมองเห็นและยอมรับความเจ็บป่วยและความตาย

ในการพูดคุยกับ “คุณตุลย์” ภายหลังจากการจากไปของ “แม่नु่น” ที่ต่อสู้มะเร็งมากกว่า 5 ปี ได้ข้อสรุปที่สำคัญข้อหนึ่งว่า เมื่อทั้งผู้ป่วยและผู้ดูแลต่างทำหน้าที่ของตัวเองอย่างเต็มที่แล้ว เมื่อวันลาจากมาถึง จะไม่มีคำว่า “เสียใจ” หรือ “เสียตาย”

“ความตาย” พูดถึงบ่อยแค่ไหน

เรื่องความตายเราไม่ค่อยได้พูดกันมาก เพราะต่างคนต่างเข้าใจดีอยู่แล้วว่าโรคนี้สุดท้ายมีจุดหมายคือความตาย สำหรับผมกับคุณनु่น (การต่อสู้) ไม่ใช่เรื่องกำลังใจอย่างเดียว แต่เป็นเรื่องของความรู้ที่จะทำให้เราไม่รู้สึกรู้สีก่อนหรือกลัว เราเป็นผู้ป่วยที่มีความรู้ มีการพยากรณ์โรคว่าจะอยู่ได้กี่ปี คนที่กลัวตายไม่ผิตหอรอก ป่วยแล้วมีความรู้สึกลัวตายก็ไม่ผิต เพราะความรักตัวกลัวตาย

เป็นพื้นฐานของมนุษย์ สำหรับผม ความกลัวที่น่ากลัวคือ การไม่รู้อะไรเลย ยิ่งไม่รู้ก็ยิ่งกลัว ถ้ารู้ก็กลัว แต่กลไกในจิตใจก็รู้ว่านี่คือข้อเท็จจริงที่ต้องเดินไปด้วยความหวังว่าเราจะผ่านไปได้ แต่ถ้าผ่านไม่ได้ก็รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ดีกว่าไม่รู้อะไรเลย

ทำทุกวันให้มีความหมายและมีคุณภาพ

ในฐานะที่เป็นคนดูแล เราวางแผนใช้เวลาที่ไม่รู้ว่าสั้นหรือยาวว่าจะทำทุกวันให้มีความหมาย เป็นเวลาที่มีคุณภาพ ให้เขารู้สึกว่าไม่ติดค้างกับใครทั้งสิ้น เช่น เขาทะเลาะกับใครหรือมีหนี้ เราก็พยายามแก้ไขให้หมด เขาเป็นห่วงพ่อที่แยกไปอยู่คนเดียว ผมก็รับพ่อเขามาอยู่ที่บ้าน ตื่นขึ้นมาอะไรจะมีความสุขเท่าการได้เจอพ่อแม่ลูก เขาติดหนี้ กยศ. (กองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา) ผมก็ไปติดต่อขอประนอมหนี้จนยกฟ้องในที่สุด

ผมทำตั้งแต่รู้ว่าเขาป่วยเป็นมะเร็ง ทำตอนเขาเดินได้ กินได้ พูดได้ มองได้ จนถึงวันที่เขาไม่อยู่จริงๆ ผมนึกไม่ออกว่าไม่ได้ทำอะไร มีสิ่งเดียวที่ผมทำให้เขาไม่ได้ก็คือการที่แม่ต้องการเห็นลูกเติบโต แต่ช่วงครึ่งปี

ก่อนเขาเสีย ได้แสดงให้เห็นว่าฉันเป็นพ่อก็จริง แต่ก็ดูลูกแทนได้ ทำหน้าที่แม่ให้เขาวางใจ

ผมก็ตื่นนอนมากจนแทบไม่มีข้อไหนที่ไม่ได้ทำเลย เหลือแค่ความเสียใจของตัวเองที่ได้ใช้ช่วงเวลาที่อยู่ด้วยกันน้อยไปหน่อย แน่نونว่าทุกคนมีครอบครัว มีความฝัน มีความหวังอยากเห็นลูกเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ผมแค่เสียใจที่เขาไม่ได้มีโอกาสเห็นสิ่งที่เขาอยากเป็น ไม่ได้มีชีวิตอย่างที่เขายากเป็น แค่เสียตายแทนเขา...เท่านั้นเอง

“กำลังใจที่สร้างเอง” สำคัญที่สุดสำหรับผู้ป่วย

สิ่งที่คนป่วยต้องการจริง ๆ คือการใช้ชีวิตให้เป็นปกติที่สุด เห็นหน้าคนที่รัก เห็นหน้าลูก มีกิจกรรมเหมือนคนทั่วไป และผมคิดว่าไม่มีอะไรสำคัญเท่ากับกำลังใจที่เขาต้องสร้างขึ้นเอง คนป่วยต้องต้องมีวิธีคิดให้ตัวเองมีความสุข บางคนเป็นแม่ มีลูกเป็นที่ยึดเหนี่ยว บางคนไม่มีครอบครัว บางคนไม่มีศาสนา ไม่มีใครเลย แต่คุณต้องรู้ว่า คุณต้องจับอะไรไว้ ไม่อย่างนั้นจะเหมือนตักน้ำ น้ำพัดไปเรื่อย ๆ ไม่รู้จะตกเหวเมื่อไหร่

ถ้าเรารู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า จะไม่อยากตาย อย่างคุณนุ่น เวลาผมพาเขาไปขายของที่ห้างหรือที่ร้าน (เบเกอรี่) จะมีผู้ป่วยเข้ามาถามหรือกำลังใจเยอะมาก ผมพยายามเชียร์อ้อว่า ทุกคนคาดหวังในตัวคุณ ทุกคนมองว่าคุณเป็นหญิงแกร่ง เป็นไอดอล เขาก็เลยรู้สึกตัวว่านอกจากลูกและครอบครัว ฉันต้องสู้เพื่อทุกคนที่คาดหวังในตัวฉัน มันเป็นเรื่องอะไรมากกว่าผู้หญิงคนหนึ่งหรือครอบครัวหนึ่ง แต่เป็นแบบอย่างที่หลายคนมองหา และทุกวันนี้ ถึงเขาจะเสียไปแล้ว แต่ผมเชื่อว่าทุกคนก็ยังมองว่าคุณนุ่นป่วยระยะสุดท้ายยังอยู่มาได้ 5 ปี ฉันเป็นแค่ระยะ 1 - 2 ร้องไห้จะเป็นจะตายทุกวัน เพราะฉะนั้นฉันต้องอยู่ได้ 10 ปี ผมก็ยังคิดว่าคำว่า “แม่ นุ่นยังอยู่ได้ขนาดนี้ ฉันต้องอยู่ได้” ยังอยู่อีกนาน... ฮีโร่หลาย ๆ คนก็ไม่ได้อยู่ในโลกแล้ว

ให้เด็กรู้เห็นและร่วมดูแล...

การรับรู้และยอมรับแบบไร้คำอธิบาย

บางครอบครัวถ้าเพิ่งให้ยาแม่ ลูกต้องไปอยู่ที่อื่น แยกแม่แยกลูก แต่ผมไม่ได้คิดแบบนั้น ผมคิดเสมอว่าไม่รู้ว่าจะอยู่ด้วยกันอีกนานเท่าไร ผมจะให้เด็กเห็น

ทุก ๆ วัน ทุก ๆ การรักษาที่เด็กดูได้ เวลาเราอยู่บ้าน เขาได้เห็น
เห็นว่าแม่เป็นอะไร พ่อต้องเหนื่อยแค่ไหนที่จะดูแลแม่ แม่
ต้องเจ็บแค่ไหน แม่ต้องใช้ยาอะไร แม่เจ็บปวด แม่เลือด
ไหล เขาจะช่วยหยิบสำลี หยิบยา เขาเห็นพ่อต้องไปซื้อยา
ต่างประเทศ เห็นพ่อต้องทำงาน กิจกรรมพวกนี้แหละที่เขา
ซึมซับและไม่ต้องมีคำอธิบายใดๆ ทั้งสิ้น เพราะเขาได้เห็น
ได้เข้าใจทุกวัน คนโตตลอดเวลาดั้งแต่อนุบาล 3 ยัน ป. 4
คนเล็กตั้งแต่ยังไม่เข้าอนุบาลจนเข้าอนุบาล 3 นานพอให้
เด็กคนหนึ่งเข้าใจโดยไม่ต้องมีคำถาม

ผมไม่ได้มองว่าลูกเป็นเด็ก ไม่จำเป็นต้องปกปิด
ความคิดหรือความเจ็บป่วยกับเด็ก แต่อาจจะมีส่วน
เหตุการณ์ที่ผมต้องกันเขาออกไป เช่น วินาทีที่แม่หัวใจ
ไม่เต้นแล้ว เพราะคงหนักเกินไปสำหรับเขา เมื่อแม่จากไป
พวกเขายอมรับการเปลี่ยนผ่านได้ดีทีเดียว เพราะเวลาแม่
ป่วยเข้าโรงพยาบาลครั้งล่าสุดก็เป็นเดือน นานพอให้เด็ก
เข้าใจว่าการขาดหายคืออะไร

“พอแล้ว” ทำเต็มที่และไม่ย่อ

ตอนที่คุณน่าจะเสียชีวิต นอนไม่ได้สติ ผมคิดว่าถ้าเธอมาสิ่งที่ตัวฉัน เธอต้องการอะไร ถ้าผมเอาตัวเองเหนือกว่าเขา บางทีความรักก็ทำอะไรมากเกิน เขาหวุดหวิดจะไปหลายครั้ง ทุกครั้งเหมือนการซ้อมใหญ่ จะตายไหม เตรียมวัดไหน มันผ่านการคิดมานานแล้ว เขาไม่เคยบอกว่าไม่ใส่ท่อ แต่เขาบอกอย่างหนึ่งว่าถ้าเขาต้องทนทรมานมาก อย่าทำนะ วันที่ผมต้องตัดสินใจจะสู้หรือถอย ผมคิดถึงคำนี้ ปลอดภัยได้ทุกอย่าง เราจะไม่ใช่ความรักของเราเป็นตัวชี้วัดทุกอย่าง พอถามตัวเองว่า “ถ้าเป็นเขา เขาอยากได้อะไร” คำตอบก็ขึ้นมาในใจว่า “พอแล้ว” แค่นี้ก็สวยแล้ว ผิวพรรณก็ยังคงสวยงาม และได้เจอคนที่รักกัน

ผมยื้อให้เขาอยู่ 1-2-3 เดือนได้สบาย ทางกายแพทย์ทำได้แน่นอน แต่ก็อย่างที่บอกว่าเราอยู่ด้วยความรู้ เรามีความรู้ว่าใส่ท่อแล้วใส่ยา สุดท้ายก็ตายแบบสภาพไม่สวย พะงาบวมๆ เลยเอาแบบนี้ดีกว่า ตอนเขาจะไป บังเอิญผมอยู่คนเดียวตอนเที่ยงคืน เลยขอยื้อต่ออีกวันหนึ่งเพราะคิดว่าเขาคงอยากเจอลูก อยากเจอทุกคนก่อน แล้วค่อยปล่อยไป การจัดงานศพทุกอย่างเรียบร้อยไปหมด ไม่มี

อะไรติดขัดสักอย่าง ตอนตายก็แค่คว้าไอโฟนมาดูว่าเขียนอะไรไว้บ้าง เตรียมไว้หมดแล้ว เหลือแค่เอามาทำตามที่เราเตรียมไว้

“เพจแม่หนู” ทำต่อเพื่อตอบแทนสังคม

ผมต้องทำเพจต่อไป เพราะสังคมสนับสนุนเราทุกอย่าง การที่เราเสียคนรักไป บางคนหนีเลยหรืออาจจะไม่กลับมาอีก เพราะมันธรรมดา แต่ผมกับคุณหนูไม่ได้ทำเพื่อตัวเองมานานแล้ว คนอื่นดูเรา เขาอยากเป็นผู้ดูแลแบบเราที่มีความรู้ ถ้าเป็นผู้ป่วยก็อยากอดทนเหมือนคุณหนูเราก็คงต้องทำต่อไป เพราะคนป่วยเกิดใหม่ทุกวัน เราอยู่ตรงนี้เห็นปัญหาผู้ดูแล ทั้งเรื่องหมอ และการสาธารณสุขที่เห็นเงินมากเกินไป ผมได้รับเชิญไปพูดที่โรงพยาบาลต่างๆ นี่เป็นโอกาสที่ผมจะเป็นหนึ่งในตัวแทนผู้ป่วยที่พูดเรื่องความเป็นมนุษย์ของผู้ป่วยให้หมอฟัง ให้ความรู้ผู้ป่วยและญาติ และจะทำเท่าที่มีศักยภาพ

ส่วนโครงการสร้างอาชีพต่างๆ ก็จะทำต่อ เช่น สอนทำเค้กฟรี เพราะคนในบ้านเรา พอป่วยก็ไปทำงานไม่ได้ คนดูแลไปทำงานไม่ได้ ก็โดนไล่ออก ลูกก็ยังเรียน จะตาย

กันหมดทั้งครอบครัว การเจ็บป่วยแบบนี้ใครช่วยเท่าไร
ก็ไม่พอ “เหมือนเอาเงินเป็นคัณฑ์มาเท” ของผมกับคุณ
นุ่นใช้แบบประหยัดป่วย 5 ปี ก็ 7-8 ล้าน (ใช้ยาที่เบิกไม่
ได้ประมาณ 1 แสนบาท / ครั้ง / 3 สัปดาห์) และอย่าลืม
ว่าต่อให้ผู้ป่วยตายไปแล้ว บางครอบครัวต้องใช้หนี้สินไป
หลายปี ถ้าเป็นผู้นำครอบครัว ต้องดูแลทั้ง before และ
after ถ้าทำได้ก็ต้องช่วยเหลือตัวเองให้ได้มากที่สุด และ
ต้องมีอาชีพ การช่วยคนที่ดีที่สุดคือการสร้างอาชีพให้เขา
ดูแลตัวเองได้



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

¹ อ่านเพิ่มเติม “แม่นุ่นคือใคร” ที่

<https://www.facebook.com/noonsupermom/photos/a.323750634421759.1073741826.321964454600377/370963386367150>



กลับบ้านเรานะแม่

มะลิ ณ ชุซา

ไม่ง่ายเลยกับการยอมรับความตายที่อยู่ตรงหน้า... โดยเฉพาะกับเด็กที่มีอายุเพียง 13 ขวบ และหากไม่ใช่เพราะจิตใจอันแน่วแน่ที่จะทำเพื่อคนที่รักเป็นครั้งสุดท้าย เราก็คงจะไม่ได้รู้จัก “น้องบ๊ิก ไมค์หมดหนี้” คนนี้

วันที่ผู้เขียนได้นั่งสนทนากับคุณแม่ของน้องบ๊ิก น้องได้จากไปแล้ว 107 วัน แต่ในความรู้สึกของคนเป็นแม่นั้นราวกับเพิ่งเกิดขึ้นเมื่อวานนี้เอง

เย็นวันนั้น บทสนทนาที่ว่าด้วยเรื่องราวการต่อสู้อันตรายและยาวนานของ 3 แม่ลูก ลูกเรือฟื้นขึ้นมาอีกครั้ง ผู้เขียนรู้สึกหวั่นๆ อยู่ในอกกว่าจะเป็นการเปิดบาดแผลที่กำลังจะสมานและนำมาซึ่งความเจ็บปวดอีกครั้ง และก็เป็นดังคาด ทั้งความทุกข์ ความคับข้องใจ รินหลังออกมาอย่างไม่ขาดสาย

แม้ว่าใจหทัยของเราจะเป็นเรื่อง “บทเรียนจากความตาย” แต่ก็หลีกเลี่ยงที่จะพูดถึงเรื่องชีวิตที่ผ่านมาไม่ได้

เพราะสำหรับผู้เขียนแล้ว คุณภาพการดำเนินชีวิตที่ผ่าน
มา มีผลต่อการเผชิญหน้ากับความตายและการมีชีวิตต่อ
ไปของคนที่อยู่ข้างหลังยิ่งนัก

คุณภาพการดำเนินชีวิตที่ว่านี้ ไม่ได้หมายความถึง
การเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเอกชนที่มีเครื่องมือทันสมัย
พักอยู่ห้องพิเศษ กินอาหารบำรุงราคาแพง ซึ่งอาจ
จะเป็นไปได้สำหรับผู้ป่วยรายอื่น แต่กับน้องบ๊ิก คุณภาพ
ชีวิตที่ดีที่สุดคือ การได้อยู่กับคนที่รัก ได้รับการดูแลอย่าง
เต็มกำลังความสามารถ ในขณะที่เดียวกันผู้ดูแลก็ยอมรับ
การตัดสินใจ และทำตามความปรารถนาในวาระสุดท้าย

น้องบ๊ิก หรือเด็กชายเจษฎา เย็นอนงค์ อายุ 13 ปี
ภูมิลำเนาอยู่ที่จังหวัดชัยภูมิ มีความใฝ่ฝันอยากเป็น
ทหารเพื่อปกป้องประเทศไทย แต่ความฝันก็ต้องสะดุดลง
เมื่อร่างกายไม่เอื้ออำนวย ก่อนหน้านี้อบิกร่างกายไม่ค่อย
แข็งแรงและมีโรคประจำตัว จนกระทั่งวันหนึ่งรู้สึกปวด
ศีรษะอย่างรุนแรง แม่จึงได้เหมารถคนข้างบ้านนำตัวส่ง
โรงพยาบาลประจำอำเภอ แต่แพทย์ก็ไม่สามารถตรวจหา
สาเหตุที่แท้จริงได้ ทำได้แต่เพียงรักษาตามอาการ

“เวลาที่ปวดมากๆ น้องจะไม่ปรึกษาบอกแม่เลย จะ
นอนนิ่งๆ แล้วก็ขอยาพาราฯ 2 เม็ด หรือบางทีก็บอกว่า

‘ขอไปนอนโรงพยาบาลได้ไหม ถ้าไม่นอน ต้องตายแน่ๆ’
ตอนนั้นเราก็งงไม่รู้โรค อาการน้องก็ทรุดลงเรื่อย ๆ หมอ
เลยส่งตัวไปที่โรงพยาบาลมหाराช (จ.นครราชสีมา) พอ
เอกซเรย์เสร็จ หมอก็สั่งผ่าตัดคั้นนั้นเลย ปรากฏว่า มีน้ำ
คั่งในโพรงสมอง จากการถูกลูกบอลกระแทก แต่พอผ่าตัด
ไปแล้วกลับพบเนื้องอกขนาด 3 เซนติเมตร แต่หมอไม่
แน่ใจว่าเป็นเนื้อร้ายหรือเปล่า พอได้ยินแค่นั้นก็เข้าอ่อน
ลงทันที หมอก็บอกว่าจะส่งตัวไปขอนแก่น แต่ขอนแก่นก็
ไม่รับ เพราะก้อนเนื้ออยู่ติดกับก้านสมอง การผ่าตัดเสี่ยง
มาก อาจจะไม่ฟื้น อาจจะเป็นเจ้าชายนิทรา หรืออาจจะเสียชีวิต
ฟังแล้วไม่มีความหวังเหลือให้สักนิดเลย”

น้องบ๊ิกต้องผ่านการผ่าตัดหลายต่อหลายครั้ง ซึ่ง
ส่วนใหญ่เป็นการผ่าตัดตำแหน่งเดิม ซึ่งเจ็บปวดมาก แต่ก็
อดทนต่อความเจ็บปวด พยายามฟื้นฟูตัวเอง ทำตามที
แพทย์แนะนำอย่างเคร่งครัด ประกอบกับการดูแลเอาใจ
ใส่ของแม่อย่างใกล้ชิด

เวลาไปพบแพทย์ สองแม่ลูกต้องออกเดินทางล่วงหน้า
1 วัน หอบหิ้วเตียงไปกางนอนที่หน้าร้านสะดวก
ซื้อใกล้ๆ กับโรงพยาบาล ตอนเช้าก็พาลูกยื่นเอกสารพบ
แพทย์ตามนัด

“ถามว่าบ๊ิกเหน้อยไหมลูก บ๊ิกก็บอกว่า ไม่เหน้อย
แม่ ประหยัดดีเนาะแม่เนาะ แม่กระทั่งข้าวถูกละ 5 บาท 2
ถูง กับข้าวถูงเดียวแบ่งกันกิน พอเข้าฟังผลตรวจชิ้นเนื้อ
ก็ปรากฏว่า น้องเป็นมะเร็งระยะที่ 3 ก้อนเนื้ออยู่ที่ก้าน
สมอง โรงพยาบาลมหाराชไม่สามารถฉายรังสีตำแหน่ง
นี้ได้ ต้องส่งต่อ พอประสานไปที่โรงพยาบาลไหนก็ไม่รับ
แทบหมดหวัง แต่สุดท้ายโรงพยาบาลรามาริบัติก็ตอบรับ

“วันที่ขึ้นรถโดยสารไปโรงพยาบาลรามาริบัติ ครั้งแรก
แม่บังเอิญเห็นผมเขาร่วง เราก้ทำเป็นไม่เห็น เพราะมี
คนบอกว่าคนผมร่วงเหมือนจะเป็นระยะสุดท้ายแล้ว เรา
ก็พยายามไม่ให้ลูกเห็น อย่างตอนที่ลูกหนุนตัก เราก้
พยายามปิดเบาๆ เขาก้จะบอกว่า ‘แม่ไม่ต้องทำหรือ
อาย (คำแทนตัว) เห็นอยู่ ผมร่วงเยอะไซ้ไหม อายไม่เป็น
อะไรหรือ อายแข็งแรง ยังอยู่ได้อีกนาน เป็นมะเร็งแค่นี้
เอง อายแข็งแรงกว่าแม่อีก แม่อย่าคิดมากเลย’ พอได้ยิน
เราก้ร้องไห้เลย”

การรักษาครั้งนี้ มีโจทย์สำคัญเพิ่มเข้ามาอีกเรื่องหนึ่ง
คือ ค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นเป็นเงาตามตัว โดยเฉพาะค่ายา ที่
ต้องนำเข้ามาจากต่างประเทศในราคาสี่แสนบาท แม้จะ
ไม่มีเงิน แต่แม่ก็พยายามที่จะหาทางกู้หนี้ยืมสินเพื่อจะ

นำมาจ่ายค่ายา แม้สักครึ่งเดียวก็ยังดี ดีกว่าไม่ได้ทำอะไรเลย ซึ่งวันที่แม่ปรึกษากับแพทย์ที่ให้การรักษา น้องบ๊ิกก็อยู่ตรงนั้นด้วย เขาถามราคายาจากแพทย์ และหันมาบอกกับแม่ว่า

“ถ้าแม่จะกู้เงินมาสี่แสนเพื่อซื้อยาให้ยาย แม่เอาไปทำบ้านดีกว่าไหม ให้ยายได้กลับไปตายที่บ้าน อยู่กับแม่ ไม่ว่าจะกินยายังไงยายก็ต้องตาย” ครั้งนั้นแพทย์ได้พยายามประสานมูลนิธิเพื่อหาเงินมาสมทบค่ายา แต่ก็ได้จำนวนหนึ่ง ยังขาดอีกนับแสนบาท

วันหนึ่ง ระหว่างที่แม่กับน้องบ๊ิกเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลรามาริบัติ แม่จึงได้ชวนน้องบ๊ิกกระโดดสะพานเพื่อจบปัญหาที่เผชิญอยู่ แต่ลูกชายก็ได้เตือนสติแม่ว่า ถ้าเรากระโดดสะพานตายทั้งคู่ แล้วบีม (พี่สาว) จะอยู่กับใคร

ระหว่างที่น้องบ๊ิกเข้ารับการรักษาตามโรงพยาบาลต่างๆ นั้น น้องบีม ลูกสาวคนโตต้องถูกนำไปฝากไว้ตามบ้านญาติ ซึ่งต้องอาศัยความอดทนอีกทางหนึ่งด้วยเช่นกัน ช่วงเวลาแห่งความสุขที่จะได้อยู่พร้อมหน้าพร้อมตากัน ช่างแสนสั้นและเลื่อนลอยในความทรงจำเหลือเกิน

กระนั้นน้องบีมก็ยังคงอดทนและทำหน้าที่ตัวเองได้เป็นอย่างดี

เมื่อน้องบีมเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลรามาศิริ โดยได้รับความช่วยเหลือจากอาจารย์แพทย์ในการให้เข้าพักที่บ้านพักซึ่งอยู่ไม่ไกลจากโรงพยาบาล ผลการฉายรังสีปรากฏว่า มะเร็งไม่ตอบสนอง และมีแนวโน้มจะลุกลามมากยิ่งขึ้น แพทย์จึงได้ให้กลับมาพักรักษาตัวที่บ้าน โดยกลางวันพี่สาวก็ไปโรงเรียนตามปกติ แม่ออกไปรับจ้างทำงานบ้าน บางวันที่บีมแข็งแรงก็ตามไปด้วย วันไหนที่มีอาการเพลียๆ ก็นอนรออยู่ที่บ้าน

แต่ละวันก่อนออกไปทำงาน แม่จะต้องดูแลความเป็นอยู่ของบีมจนเรียบริ่อย ซึ่งใช้เวลาพอสมควร ทำให้แม่ไม่ได้กินข้าวเช้าเลยสักวัน แม้ว่าบีมจะถาม แม่ก็จะตอบว่ากินแล้วทุกครั้ง ตอนเที่ยงก็ต้องรีบกลับมาดูแลลูก และกลับไปทำงาน ซึ่งก็มักจะล่วงเวลาบ่ายโมง ทำให้ไม่ได้กินข้าวทั้งตอนเช้าและเที่ยง ทำไปได้สักพักร่างกายก็ประท้วงว่าไม่ไหว ประกอบกับน้องบีมจับได้ว่าแม่ไม่ได้กินข้าว เลยใช้วิธีให้แม่ป้อนบีม 1 คำ แล้วก็ป้อนตัวเอง 1 คำสลับกัน

เมื่อร่างกายของน้องบ๊ิกค่อย ๆ อ่อนแรงลง เนื่องจาก
ก้อนเนื้อเพิ่มขนาดและไปกดทับเส้นประสาท วันหนึ่งบ๊ิกก็
บอกแม่ว่า “อ้ายไม่ไหว เหนื่อย อ้ายจะอยู่ได้อีกนานไหม
ไม่รู้สึกหิวเลย” พอแม่ให้กำลังใจ ให้เข้มแข็ง ให้อยู่ต่อไป
อีกนาน ๆ น้องบ๊ิกก็จะเตือนแม่ว่า ถ้าอยู่ต่อไปก็จะทรมาณ
ทุกฝ่าย ทั้งตัวบ๊ิกเอง ทั้งแม่ แต่ถ้าบ๊ิกตายไป แม่ก็จะสบาย
พูดเสร็จก็จะกอดแม่ ยิ่งอาการทรุดลง แม่ก็ได้ขอร้องให้
ไปพบแพทย์ แต่บ๊ิกก็ยังยืนยันที่จะอยู่ที่บ้าน ด้วยเหตุผล
ที่ว่า “ถ้าไป ยังไงก็ตาย ขอตายอยู่ที่บ้านดีกว่า” สุดท้าย
แม่เลยขอความช่วยเหลือจากหมอครอบครัวที่ดูแลกันมา
ตลอด น้องบ๊ิกจึงได้ยอมไปโรงพยาบาล เมื่อได้รับน้ำเกลือ
ก็อาการดีขึ้น ความรู้สึกหิวก็กลับมาอีกครั้ง แต่ไม่นาน
อาการก็ทรุดลงอีกครั้ง จนกระทั่งน้องบ๊ิกนี่อีกครั้งที่สอง
คือนอนนิ่งไม่ไหวติง

ก่อนที่จะแน่นิ่งไปนั้น น้องบ๊ิกได้บอกแม่ว่า “อ้าย
อยากช่วยแม่ แม่เป็นหนี้มาเยอะแล้ว ถ้าอ้ายตาย แม่ก็จะ
ได้ไปทำงานหาเงินมาใช้หนี้ไม่ต้องเป็นภาระ เลี้ยงปืมคน
เดียว” แต่คนเป็นแม่ พอได้ยินอย่างนั้นก็ยังคงยืนยันว่า ถึง
เป็นหนี้แม่ก็ยอม ขอเพียงลูกยังมีชีวิตอยู่ น้องบ๊ิกนอนนิ่ง
นานนับสัปดาห์ จนเกิดแผลกดทับ มีเพียงชีพจรเท่านั้น

ที่บ่งบอกถึงสัญญาณชีพ แพทย์จึงแจ้งว่าจะส่งตัวไปโรงพยาบาลประจำจังหวัดเพื่อเจาะคอใส่ท่อ แต่แม่ได้ยืนยันความต้องการที่น้องบ๊ิกบอกไว้ล่วงหน้าแล้วว่า

“ถ้าผมจะตาย ห้ามช่วยชีวิตผม ห้ามใส่ท่อ ห้ามปั๊มหัวใจ ญาติพี่น้องทุกคน กระทั่งแม่ก็ไม่มีสิทธิ์ ผมขอแค่นี้ ผมอยากไปแบบสบาย เพราะว่าผมพร้อมแล้วที่จะไป” ซึ่งทุกคนก็เคารพในการตัดสินใจของน้องบ๊ิก จนกระทั่งอาการทรุดลงถึงที่สุด บางช่วงจะมีอาการเกร็ง เนื่องจากการกดทับของก้อนเนื้อ แพทย์ก็ได้ถามอีกครั้งว่า จะให้ส่งตัวน้องบ๊ิกเข้าจังหวัดไหม แม้จะขัดกับความต้องการในใจ แต่แม่ก็ยังยืนยันที่จะทำตามความต้องการของลูก แพทย์จึงอนุญาตให้กลับบ้าน

วันที่น้องบ๊ิกกลับบ้าน ทั้งญาติและคนในหมู่บ้านก็ได้เหมารถไปรับ พอกลับมาอยู่บ้าน น้องบ๊ิกก็ยังอยู่ต่อมาได้อีก บางช่วงมีอาการเหมือนใจจะขาด แต่ก็ยังไม่ยอมจากไป จนกระทั่งถึงวันเกิด ป้าหมอที่ให้ความช่วยเหลือครอบครัวน้องบ๊ิกมาตลอด ก็เลยเสนอจะจัดงานวันเกิดให้ วันนั้นมีทั้งแพทย์ที่โรงพยาบาลชื่อเด็กวันเกิดไปให้เพื่อน ๆ ที่โรงเรียน ญาติ ๆ และพ่อของน้องบ๊ิกก็มาร่วมด้วย ปรากฏว่าน้องบ๊ิกก็ยิ้มตาขึ้นมามอง และมีชีวิตอยู่

ต่อได้อีกเกือบครึ่งเดือน โดยที่ไม่ได้ให้น้ำเกลือ และไม่สามารถกินอาหารได้

หลังงานวันเกิด น้องบิกอาการทรุดลงเรื่อยๆ แพทย์บอกว่าเป็นอาการของธาตุแตก ไม่สามารถควบคุมการขับถ่ายได้ แม่ต้องคอยช่วยทำความสะอาด รวมถึงการดูแลแผลกดทับ และคอยหยอดน้ำที่ปาก

แม้จะได้โทรศัพท์ไปหาตา ซึ่งน้องบิกรักมาก ในคืนที่ตาคำลังเดินทางมาจากต่างจังหวัดนั้น น้องมีอาการหายใจเฮือกเหมือนจะขาดใจถึง 4 ครั้ง ญาติๆ ที่ไปนอนเฝ้า ช่วยกันเอายามานวดเฟ้น จนกระทั่งบิกรู้สึกตัวกลับมา

เวลาตีสี่ของวันนั้น ตาก็มาถึง น้องบิกลืมนตาขึ้นมาอีกครั้ง ญาติๆ ต่างพากันร้องไห้ เพราะนึกไม่ถึงว่าน้องบิกจะอดทนรอคอยได้ถึงขนาดนี้ สายวันถัดมา ตามาขี้นอยู่ข้างเตียง ถามหลานว่าอยากฟังเพลงไหม แล้วตาก็ร้องเพลง *คนบ้านเดียวกัน* ให้ฟัง รุ่งๆ น้องก็ยกนิ้วโป้งให้ตา ญาติคนอื่นๆ ก็พากันร้องเพลงให้หลานแล้วก็ปรบมือกัน พอเห็นว่าลูกอาการดีขึ้น แม่ก็เลยเหมารถพามาโรงพยาบาลอีกครั้ง แต่แพทย์ก็ได้แจ้งว่า ไม่สามารถทำอะไรให้ดีขึ้นได้ แม่ก็ยังคงยืนยัน เนื่องจากทนเห็นลูกทรมานโดยไม่สามารถช่วยเหลืออะไรไม่ได้

จนกระทั่งวันหนึ่ง ขณะที่แม่ยกตัวเพื่อเปลี่ยนผ้า-
อ้อม น้องก็อุทานขึ้นมา และคำพูดแรกที่แม่ได้ยินคือ
“แม่ครับกอดที” วันนั้นแม่ดีใจถึงกับเป็นลม หลังจากนั้น
น้องบ๊ิกก็เปรยบอกกับแม่ว่า อยากไปร้องเพลงไมค์หมด
หนึ่ เพื่อช่วยเหลือแม่ เพราะถ้าแม่หมดหนึ่ เขาก็จะสบาย
พอตั้งใจเช่นนั้น น้องบ๊ิกก็ฝึกร้องเพลงทุกวัน ทั้ง ๆ ที่ไม่มี
แรง พยายามขยับเนื้อขยับตัว เวลาแม่เงินรถไปเล่นบ้าน
คนนั้นคนนี้ ก็ร้องเพลงให้เขาฟัง สุดท้ายแม่ก็เลยทำตาม
ความฝันของลูก ติดต่อกันที่รายการไมค์หมดหนึ่ และได้
รับการตอบรับอย่างรวดเร็ว

“พอถึงเวลาเราก็ไป แต่ก็ไม่ได้คิดไม่ฝันว่าจะได้รับ
ความช่วยเหลือเยอะขนาดนี้ น้องก็เลยถามว่า แม่ดีใจยัง
แม่พอหรือยัง ก็เลยตอบไปว่า แม่พอแล้วลูก เรามีเงินแล้ว
เราไปรักษาต่อนะ บ๊ิกจะได้หาย”

น้องบ๊ิกเลยตอบว่า รักษาไปก็ไม่หาย เงินที่ได้มาให้
แม่เอามาใช้หนึ่ ซื่อที่สร้างบ้าน เพราะบ้านที่อยู่หนึ่เป็น
บ้านของตา ซึ่งแต่งงานใหม่ ถ้าตาเสียชีวิต แม่กับพี่จะ
ไม่มีบ้านอยู่ให้สร้างบ้านของตัวเองก่อน เงินอีกส่วนแบ่ง
ให้กับมูลนิธิเพื่อช่วยเหลือคนที่ลำบากต่อไป แล้วก็สั่งเสีย

กับพี่สาวว่า บิ๊กหาเงินให้แล้ว พี่ต้องตั้งใจเรียน เลี้ยงแม่ต่อไปเป็นหน้าที่ของพี่แล้ว เพราะตัวเองคงจะอยู่ได้อีกไม่นาน ตอนนี้พอใจแล้ว หมดหวังแล้ว ความฝันที่อยากเป็นทหาร ก็ได้รับการเติมเต็มจากลุงทหาร กองกำลังรักษาความสงบเรียบร้อยจังหวัดชัยภูมิ ได้สวมชุดทหาร ได้ถือปืน และได้ขึ้นรถทหารแล้ว

นอกจากนั้น น้องบิกยังได้บอกความต้องการอีกว่า ในงานศพของตนเองนั้น ไม่ให้ทุกคนใส่เสื้อผ้าสีดำ เพราะเขาจากไปอย่างสบาย ไม่ให้เศร้าหมอง ให้เปิดเพลงเหมือนเป็นงานรื่นเริง

แม้ว่าบ้านหลังใหม่จะยังสร้างไม่เสร็จ แต่ทุกคนก็ลงความเห็นกันว่า จะพาบิกย้ายเข้ามาอยู่ด้วยกันก่อน ในคืนที่น้องบิกจากไป ปกติจะมีญาติๆ อยู่เวรนั่งเฝ้าตลอดทั้งคืน แต่เพียงช่วงเวลาสั้นๆ ที่แม่เปลืองีบหลับไปด้วยความอ่อนเพลีย ปรากฏว่าเป็นช่วงที่บิกเลือกที่จะจากไปพร้อมรอยยิ้ม

แม้ว่าการจากไปของน้องบิกจะนำมาซึ่งความเศร้าโศกเสียใจ แต่การได้ทำทุกอย่างอย่างเต็มที่ตลอดช่วงเวลาที่ผ่านมา คือคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ อีก

นัยยะหนึ่ง ก็เป็นยาทิพย์ที่ช่วยสมานบาดแผลในใจของ
คนที่ยังอยู่ข้างหลัง ทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้ทำลงไปนั้น ไม่มี
สิ่งใดติดค้างต่อกัน ความดีงามและเจตนาธรรมอันแน่วแน่
จะเป็นกำลังใจให้คนข้างหลังยืนหยัดต่อสู้ต่อไป

และนี่คือบทเรียนจากคนตัวเล็ก ๆ ที่มีหัวใจที่ยิ่งใหญ่
คนนี้





บทเรียนแห่งความโศกเศร้า และเสียงที่พวกเราไม่เคยได้ยิน

ปุ่นยอภา ศรีศิริรินทร์

เข็มขัดหนังถูกพันธนาการรัดรอบคอ
โดดเดี่ยวไร้คนเคียงข้าง
ไร้ร่องรอย
ไร้แม่ซึ่งคำรำลา

นั่นคือเรื่องเล่าสุดท้ายต่อโลกใบนี้ของ
Chester Bennington

...

ฉากสุดท้าย

20 กรกฎาคม 2560 โลกรับรู้ข่าวการจากไปของสุดยอดร็อกสตาร์ “Chester Bennington” วัย 41 ปี นักร้องนำวงดนตรีแนวนูโวเมทัล ระดับโลก ในนาม “Linkin Park”

ข่าวการจากไปอย่างกะทัน และไม่ปกติของเซส-เตอร์ สร้างแรงสั่นสะเทือนไปทั่วโลก ไม่เว้นแม้แต่แฟนเพลงในประเทศไทย

สำนักข่าว TMZ ของอเมริการายงานว่า ศพของเซส-เตอร์ถูกพบอยู่ในสภาพแขวนคอ ด้วยเข็มขัดหนัง ในบ้านพักส่วนตัวย่านนครลอสแอนเจลิส รัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา¹

ผลการชันสูตรศพ แม้จะพบแอลกอฮอล์ในกระแสเลือด แต่ไม่พบการใช้สารเสพติด

ในที่เกิดเหตุพบว่าเซสเตอร์อยู่เพียงลำพังในบ้านพักของตนเอง

ไร้พยาน และไร้ซึ่งร่องรอยการต่อสู้

หลักฐานมีเพียงเข็มขัดหนังสีดำยี่ห้อฮูโก้ บอสส์ เศษเล็บเล็กน้อย พร้อมเบียร์สเตล่าหมดเกลี้ยงอีกหนึ่งขวด แต่หลักฐานชิ้นสำคัญที่พบในกระเป๋าเสื้อของเขา คือ ฉลากยา Zolpidem ซึ่งเป็นกลุ่มยานอนหลับ ระบุรับประทาน

Talinda ภรรยาสาว ให้การกับตำรวจว่า เขามักจะใช้ยาดังกล่าวเสมอ เมื่อความวิตกกังวลเริ่มกลับมา

เยี่ยมเยียน อย่างไรก็ตาม เซสเตอร์ยังมีประวัติของโรคซึมเศร้า เขาเคยเข้ากลุ่มบำบัด และใช้ยาต้านโรคซึมเศร้าในการรักษา แต่ในหนึ่งปีให้หลังเขาก็หยุดใช้ยา

เซสเตอร์มีประวัติในวัยเด็กอันน่าเจ็บปวด เขาเคยให้สัมภาษณ์ต่อสื่อว่าเคยถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยเพียงแค่ 7 ขวบ และเมื่อเรียนในชั้นมัธยม เขาเคยถูกกลั่นแกล้งทุบตีเพียงเพราะดูผอมและแปลกประหลาดกว่าเพื่อนคนอื่น² และนั่นทำให้กลายเป็นบาดแผลในใจเขาเรื่อยมา

นอกจากนี้เขายังเคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อนด้วยอาวุธปืน หลังจากที่เมาเหล้าอย่างหนัก³ แม้เหตุการณ์ดังกล่าวจะผ่านมาราว 10 ปีแล้ว ไม่ว่าภรรยาของเขาหรือใครก็ตามคงไม่คาดคิดว่า เหตุการณ์นั้นจะหวนกลับมาอีกในที่สุด

สัญญาเดือนครั้งสุดท้าย

James McMahon บรรณาธิการนิตยสาร *Kerrang!* จากเกาะอังกฤษได้กล่าวถึงกรณีการเสียชีวิตของเซสเตอร์ผ่านอินสตาแกรมส่วนตัว⁴ โดยเล่าถึงเหตุการณ์สำคัญเมื่อ 30 มีนาคม 2560

คำคืนนั้นเอง วง Linkin Park จัดปาร์ตี้อัลบั้ม One More Light บรรยากาศภายในงานนั้นแสนนุ่มนวล เบาสบาย ด้วยเสียงเปียโนและเสียงร้องสดสบายหู

การแสดงผ่านไปด้วยดีไร้ที่ติ แต่เมื่อถึงช่วงถาม-ตอบนั้น เซสเตอร์ได้เปิดเผยความรู้สึกส่วนตัวอย่างหมดเปลือกว่า เมื่อไม่นานมานี้ ความคิดฆ่าตัวตายก็ได้กลับมาเยือนเขาอีกครั้ง และเขาในฐานะผู้ชมสัมผัสได้ว่า สิ่ง que เซสเตอร์พูดนั้น เป็นเรื่องจริงที่ดูเปิดเผยและจริงใจอย่างถึงที่สุด

มันเป็นคำสารภาพอันดังกึกก้องที่ทุกคนได้ยิน ไม่ว่าจะเป็นผู้ชม เพื่อนฝูง คนรัก เพื่อนนักดนตรี พนักงาน อาคารสถานที่ หรือแฟนเพลง ไม่ว่าใครก็ตาม

แต่หากไม่มีใครสามารถยื่นมือช่วยเหลือเขาไว้ได้เลย

และในที่สุด

4 เดือนให้หลัง เราก็ได้สูญเสียเขาไปตลอดกาล

บาดแผล

“เรียวตะ” ลูกชายคนรองวัย 40 ปีที่กำลังเดินทางกลับบ้านต่างจังหวัดเพื่อไปเยี่ยมครอบครัวพร้อมกับภรรยาแม่ม่ายลูกติด เขามีท่าทีกังวล ประหม่า เมื่อต้องเดินทางกลับไปพบพ่อแม่ สาเหตุหลักดูเหมือนจะเป็นการพยายามปิดบังเรื่องการตกงาน (แต่โกหกว่ากำลังทำงานเกี่ยวกับการบูรณะภาพวาดศิลปะ) หรือเรื่องการแต่งงานอยู่กินกับภรรยาสาวซึ่งเป็นแม่ม่ายลูกติด

แต่ความจริงแล้ว นั้นไม่น่าจะใช้ต้นตอของปัญหา

เมื่อกลับถึงบ้าน ก็พบกับ “พ่อ” หมอวัยเกษียณ ผู้มีท่าทีมีนตึง แข็งกระด้าง และดูไม่ยินดียินร้ายต่อการกลับมาเยี่ยมบ้านของลูกชายนัก

และ “แม่” ช่างพูดคุยกุญพูด อ่อนโยน ใจดี และขี้อ้น ผู้ดูเหมือนจะพยายามทำหน้าที่ประคับประคองสถานการณ์อันเลวร้ายของสมาชิกในบ้านให้ผ่านพ้นไปได้อย่างใจเย็น

หนังเรื่อง *Still Walking* (2008)⁵ ไม่ได้ตั้งใจเล่าปมปัญหาในใจของเรียวตะมากมายนักในช่วงแรก แต่การขับเคลื่อนที่เนิบช้าผ่านบทสนทนา และกิจวัตรชีวิต

ประจำวันของตัวละครทั้งหมด ทำให้ผู้ชมเข้าใจความ
เชื่อมโยงของเรื่องทั้งหมดซ้ำๆ

การตายของ “จุนเปย” - พี่ชายคนโตต่างหากที่
เป็นต้นตอของบาดแผลทั้งหมดที่กรีดลึกลงในใจคนใน
ครอบครัว

หนังค่อยๆ เฉลยว่า “จุนเปย” มีอาชีพเป็นหมอเช่น
เดียวกับพ่อ ตามความคาดหวังของครอบครัว และเสีย
ชีวิตด้วยการจมน้ำเพียงเพราะเข้าไปช่วยชีวิตเด็กกำพร้า
คนหนึ่ง

ในขณะที่ลูกชายคนรองอย่าง “เรียวตะ” กลับไม่มี
อะไรทดแทนคนเป็นพี่ชายได้เลย ความศรัทธาต่อตัวเอง
ของเขาสูญหาย ความเชื่อมั่นที่ครอบครัวมีต่อเขาสูญสิ้น
เกิดเป็นกำแพงขนาดใหญ่กั้นกลางเขากับครอบครัว
บาดแผลถูกกรีดลึกลงในหัวใจของทุกฝ่าย

บาดแผลร่วมที่คนในครอบครัวมีนั้นต่างถูกกลบฝัง
ปิดทับให้ลึกที่สุด

จะมีแต่เพียงวันครบรอบวันตายเท่านั้น ที่ทุกคนจะ
มารวมตัวกันที่บ้าน

และเหมือนจะเป็นวันเดียวเท่านั้น ที่เรื่องราวของ
“จูนเปย” ผู้จากไป จะถูกอนุญาตให้พูดถึง

...

ยังจำเด็กอ้วนที่กล่าวถึงตอนต้นได้ไหม?

หนังยังเล่าต่ออีกว่า

ในทุกปี เมื่อถึงวันครบรอบวันตายของจูนเปย ผู้เป็น
“แม่” จะเชิญเด็กหนุ่มอ้วนสกปรกท่าทางขี้แพ้คนนั้นมา
ร่วมงานด้วยเสมอ

เด็กอ้วนเติบโตขึ้น

กลายเป็นคนที่อ้วนยิ่งขึ้นไปอีก ท่าทางสกปรก ดู
ไม่เอาไหน แถมดูเหมือนจะตงงาน จะมาร่วมรับประทานอาหาร
และถูกไต่ถามสารทุกข์สุขดิบแบบผ่านๆ ราวกับ
เป็นญาติคนหนึ่งของคนรอบครัว

แม้เป็นเพียงช่วงเวลาสั้นๆ และดูราวกับเหมือนไม่มี
อะไรเกิดขึ้น แต่หากเป็นวันเวลาแห่งความเจ็บปวดของ
ทุกฝ่าย คำพูดซ้ำแล้วซ้ำเล่าจากปากเด็กหนุ่มที่พร่าบอกร
ทำนองที่ว่า

“คนที่ตายน่าจะเป็นเขาเสียมากกว่า พี่จูนเปยไม่น่า
ต้องตายเพราะช่วยเขาเลย...”

อาการประหม่า หวาดหวั่น และรู้สึกผิดอย่างถึงที่สุด
ถูกสะท้อนออกมาผ่านแววตาตื่นตระหนก พุดจาติดขัด
ผสมปนเปกับท่าทางเฟอะพะ ประดักประเดิด น่าสมเพช
เหตุการณ์ถูกทำให้เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำเล่าทุก ๆ ปี ภายใต้
บรรยากาศแห่งความหดหู่หน้าเวทนา

“แม่” ผู้อ่อนโยนใจดี คงไม่มีเหตุผลใดที่ต้องเชิญ
เขามา

นอกเสียจากจะจงใจกรีดลึก “บาดแผล” ให้เด็กหนุ่ม
คนนั้นไปตลอดชีวิต ปีแล้วปีเล่าที่สร้างพิธีกรรมตอกย้ำ
เฝ้าบอกซ้ำ ๆ ว่า “เขา” คือคนผิด

และเขาต่างหากคือคนไร้ค่าราวกับขยะ

เขาต่างหากที่ไม่สมควรมีชีวิตอยู่ ...ไม่ใช่จูนเปย

....

หนังเรื่องนี้ไม่ได้พิพากษาว่าใครเป็นคนไม่เอาไหน
หรือใครคนไหนที่ไม่สมควรจะมีชีวิตอยู่

แต่ชี้ให้เห็นถึง “บาดแผล” ของทุกคน ซึ่งมนุษย์แต่ละคนล้วนสร้างบาดแผลให้กันและกันไม่รู้จบ

แม้แต่คนตายก็ยังสร้างบาดแผลให้คนเป็น หลอกหลอนไม่รู้จักจบสิ้น

ในท้ายที่สุด ไม่มีใครสามารถช่วยลบเลือนบาดแผลในจิตใจของใครได้ แม้แต่ตัวพวกเขาเอง สิ่งที่ดีที่สุดกลับคือการฝังกลบ ลบเลือน ปกปิดบาดแผลในใจของพวกเขาให้แนบเนียนที่สุด จากนั้นก็เพียงแค่ใช้ชีวิตก้าวเดินต่อไปให้ได้ ไม่ว่าหัวใจจะบอบช้ำจากน้ำมือใครต่อใครมากเพียงใดก็ตาม

One More Light⁶

ไม่มีใครรู้ว่าสิ่งที่เป็น “บาดแผล” ของเซสเตอร์คืออะไร และการตัดสินใจลาโลกนี้ แท้ที่จริงแล้วคือสิ่งใดกันแน่ ไม่ว่าจะเป็ความหวาดกลัว ความเจ็บปวด บาดแผลอันโหดร้ายในวัยเด็ก หรืออาการของโรคซึมเศร้า

แต่ก็ไม่มีใครตอบคำถามนี้ได้นอกจากตัวเขาเอง

อย่างไรก็ตาม เซสเตอร์ไม่ได้หยุดนิ่ง จมจ่อม หรือวิงวอนให้ใครมาถามไถ่ขอความเห็นใจ

แต่เขากลับกล้าหาญพอที่จะกู่ตะโกนให้คนทั้งโลก
ได้รับรู้ว่าเขาเจ็บปวดเพียงใด

โดยเฉพาะแต่ละบทเพลงที่เขาพยายามสื่อออกมา
ด้วยความร่ำรวาน

เขาเปล่งถ้อยคำให้ผู้คนรับฟังความรู้สึกเขาผ่าน
บทเพลง

ท้ายที่สุดแล้ว ผู้คนนับล้านได้ยินมัน แต่ไม่มีใคร
สามารถดึงเขากลับมาได้ทันแม่เพียงสักคนเดียว

เซสเตอร์ เบนนิงตัน คือบทเรียนแห่งยุคสมัย

ยุคสมัยที่ทุกอย่างเคลื่อนที่ไปเร็วกว่าหัวใจ

และยุคสมัยที่ความอ่อนไหวเกิดขึ้นง่ายเกินกว่าที่ใคร
บางคนจะตัดทาน

ยุคสมัยที่คำพิพากษาของใครบางคน สามารถทำลาย
โลกของใครบางคนได้ทั้งใบ

การจากไปของเซสเตอร์เพียงหนึ่ง กลับสร้างบาด-
แผลในใจให้กับผู้คนนับล้าน

บาดแผลหลายชนิดอาจรักษาไม่ได้ แต่ดูแลไม่ให้
ลูกกลมเน่าเฟะได้

เราไม่มีทางรู้ได้เลยว่า หากวันนี้เขายังมีชีวิตอยู่ เขาจะเป็นอย่างไร

เขาจะมีความสุขมากขึ้น หรือจมดิ่งอยู่ในห้วงแห่งความทุกข์นิรันดร์กาล

แต่การยึดติดกับคนตายมักทำลายคนเป็น
อย่างไรก็ตาม

ในวันนี้ ไม่ว่าจะ เป็นครอบครัว คนรัก ลูก ๆ เพื่อน
ร่วมงาน และแฟนเพลง

ทุกคนต่างได้ยินเสียงแห่งความกล้าหาญของเขา
กึกก้องชัดเจนแล้ว

และรับรู้แล้วว่า เขาได้พยายามต่อสู้กับมันมากมาย
เพียงใด

“I learned that courage was not the absence
of fear, but the triumph over it.

The brave man is not he who does not feel
afraid, but he who conquers that fear.”

- Nelson Mandela -

“ความกล้าหาญนั้น มิใช่ปราศจากความกลัว
หากคือการเอาชนะมัน
ผู้กล้าหาญ หาใช่ผู้มีรู้สึกกลัว
หากคือผู้เอาชนะความกลัวนั้น”

- เนลสัน แมนเดลา -



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

- ¹ <http://www.t TMZ.com/2017/07/20/linkin-park-singer-chester-bennington-dead-commits-suicide/>
- ² <http://www.nickiswift.com/76456/untold-truth-chester-bennington/>
- ³ <http://www.t TMZ.com/2017/12/05/chester-bennington-autopsy-toxicology-results-released/>
- ⁴ <https://www.instagram.com/p/BWydYC7AwiP/?taken-by=jamesjammcmahon>
- ⁵ ภาพยนตร์ญี่ปุ่น กำกับโดย Hirokazu Kore-eda
- ⁶ One More Light เป็นชื่อบทเพลงจากอัลบั้มชื่อเดียวกัน; เซสเตอร์สะท้อนความหวาดหวั่นผ่านบทเพลงนี้ได้อย่างเจ็บปวดร้าวราน



gettyimages®

Getty Images News | Jean Chung

อาทิตย์อัสดงทางฝั่งตะวันออก

กระแสน้ำใหม่การเตรียมตัวตายในเกาหลี ญี่ปุ่น และจีน

สรนันท์ ภิญญู

โลกกำลังเคลื่อนตัวเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างเต็มตัว จึงเกิดความตื่นตัวและเตรียมความพร้อมรับมือกับการแปรเปลี่ยนต่างๆ ที่จะตามมาจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรขนานใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเศรษฐกิจหรือสุขภาพ โดยเฉพาะการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและการเตรียมตัวตาย เพราะจำนวนผู้ป่วยโรคเรื้อรังและโรคระยะสุดท้ายย่อมสูงขึ้นเรื่อยๆ ตามปริมาณความชราภาพของผู้คน โดยเฉพาะในประเทศไทยที่เพิ่งจะย่างเท้าเข้ามาเป็นสมาชิกใหม่ของสังคมสูงวัย แต่ยังรวมถึงประเทศเพื่อนบ้านอื่นๆ ที่น่าสนใจคือ ประเทศทางแถบเอเชียตะวันออกเฉียง เช่น เกาหลี จีน และโดยเฉพาะญี่ปุ่นเมืองท่องเที่ยวนิปปอนของคนไทยจำนวนมาก ที่นำหน้าประเทศไทยในเรื่องการพัฒนาเศรษฐกิจและความเป็นสังคมสูงวัยไปก่อนแล้ว หลายช่วงตัว จึงเกิดกระแสความเคลื่อนไหวใหม่ๆ ในเรื่องการเตรียมตัวตายหลายประการ แม้ว่าบางเรื่องอาจ

จะไม่แปลกใหม่สำหรับสังคมไทย แต่ก็มีความแตกต่างที่น่าศึกษาไม่ใช่น้อย

มรณาสมาคม: เกาหลีใต้¹

เกาหลีใต้พลิกวิกฤตความสูญเสียจากสงครามและการแบ่งแยกประเทศจนเป็นประเทศพัฒนาแล้วได้อย่างน่าชมเชย แต่ในอีกด้านหนึ่ง เกาหลีใต้ก็เป็นประเทศที่มีอัตราการฆ่าตัวตายสูงสุดในกลุ่มประเทศที่พัฒนาแล้ว สาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งคือสภาพสังคมที่เต็มไปด้วยการแข่งขันกันอย่างเอาเป็นเอาตาย

จากการพูดคุยกับคนรุ่นใหม่ในมหาวิทยาลัยอันดับหนึ่งของประเทศ พวกเขาบอกว่าชีวิตของคนเกาหลีใต้เต็มไปด้วยความเคร่งเครียด นับแต่วัยเรียนที่จะต้องพยายามทำคะแนนสอบเข้ามหาวิทยาลัยให้ได้ดี เชื่อว่าเป็นเส้นทางสู่ความสำเร็จของชีวิต ทำให้เด็กบางคนที่ครอบครัวฐานะดีเลือกไปเรียนต่อในต่างประเทศ เพราะมีความกดดันน้อยกว่า แต่คนส่วนใหญ่ต้องทนอยู่เพราะไม่มีเงินมากพอ บางคนรับความกดดันไม่ไหวจึงเลือกจบชีวิตตนเอง จนการฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของชาวเกาหลีใต้อายุไม่เกิน 40 ปี

รัฐบาลเกาหลีตระหนักถึงปัญหาดี จึงวางแผน 5 ปี เพื่อแก้ไขวิกฤตดังกล่าว โดยสนับสนุนให้มีการตรวจสุขภาพจิตในระยะแรกเริ่มและรณรงค์สร้างความเข้าใจในสังคมต่อผู้ป่วยทางจิต แต่ความเคลื่อนไหวที่น่าสนใจทางฝั่งประชาชนคือ การมีองค์กรเอกชนที่ทำงานช่วยเหลือเยียวยาผู้คน เช่น “มรณาสมาคม” (Coffin Academy) ที่จัดสัมมนาและการสร้างประสบการณ์เสมือนตาย เพื่อให้ผู้ที่ท้อแท้หรือต้องการค้นหาความหมายของชีวิต เข้ามาสัมผัสความสงบและทบทวนการใช้ชีวิตที่ผ่านมา พร้อมกับเตรียมเรื่องราวต่างๆ ให้เรียบร้อย ไม่ว่าจะเป็นการถ่ายภาพเพื่อใช้ในงานศพ การเขียนคำจารึกบนหลุมฝังศพ และพิธีกรรมสำคัญคือ การนอนในโลงศพที่ปิดสนิท เป็นต้น

ในห้องขนาดใหญ่ที่มีเพียงแสงเทียนสลัว ชายหญิงต่างวัยหลายสิบคนในชุดสำหรับ “คนตาย” ตามธรรมเนียมเกาหลี ค่อยๆ ก้าวลงไปในโลงศพไม้ ฝาโลงค่อยๆ ปิด พร้อมกับเสียงค้อนที่ตอกลงไป แต่แท้จริงแล้วนี่ไม่ใช่พิธีศพ ฝาโลงถูกปิดเพียง 10 นาที และเป็นเพียงการตอกค้อนแบบหลอกๆ เพื่อสื่อสารบางสิ่งให้ผู้ที่อยู่ในโลงทราบ

นี่คือการสัมมนาของ “มรณาสมาคม” ที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้ผู้เข้าร่วมตกตะลึงก่อนจะเกิดความรู้สึกพึงพอใจจากการเข้าใจความหมายของการมีชีวิตอยู่ในที่สุด

นายชงซุน (Jung Joon) ผู้ก่อตั้งสมาคมกล่าวว่า เขาเคยพยายามจะฆ่าตัวตายมาแล้วหลายครั้ง เพราะหลังจากเรียนจบ เขาทำธุรกิจหลายอย่าง แต่ไม่ประสบความสำเร็จ จึงรู้สึกอับอายและอยากจบชีวิตตนเอง “ผมเคยกระโดดสะพาน พยายามกรีดข้อมือตัวเอง แต่ล้มเหลว” ต่อมาเขาค่อยๆ ได้คิดว่า ชีวิตเป็นสิ่งที่มีความเกินกว่าจะทิ้งขว้างไปเฉยๆ จึงก่อตั้ง “มรณาสมาคม” ขึ้น

นายโอคุนยัง ผู้เข้าร่วมสัมมนาคนหนึ่งกล่าวว่า ชีวิตเขาสิ้นไร้ไม้ตอก จึงมาที่นี่เพื่อเริ่มต้นชีวิตใหม่ นายโอกกล่าวว่า จุดเปลี่ยนสำคัญคือการอ่านคำจารึกบนหลุมศพต่อหน้าผู้เข้าร่วมคนอื่นๆ ในระหว่างที่กำลังเขียนคำจารึก เขาเริ่มคิดถึงครอบครัว ภรรยาและลูกๆ ว่าจะรู้สึกอย่างไรหากเขาตายไป ตอนนั้นเขาเกือบจะร้องไห้ออกมาแล้ว ต่อมา เมื่อได้ทอดร่างลงในโลงศพที่ปิดสนิท ทำให้เขาคิดว่าควรจะเริ่มชีวิตใหม่ต่อไปอย่างไร

นายควังมุนลี ผู้เข้าร่วมสัมมนาอีกคนหนึ่งเปิดเผยความรู้สึกที่คล้ายคลึงกัน เขาเคยคิดว่า ทำไมคนนี่ถึงดี

กว่าตัวเขาเอง หรือคนนั้นมืออะไรดี แต่การเข้าร่วมสัมมนา ทำให้เขาตระหนักถึงข้อดีของตัวเองและรู้ว่าจะต้องออกมาใช้ได้อย่างไร

“ในอเมริกามีเหตุการณ์ 11 กันยายน (พ.ศ. 2544) ในเฮติมีเหตุแผ่นดินไหว ชีวิตของเราอาจถูกพรากไปเมื่อไหร่ก็ได้ เราจึงต้องตระหนักว่ามันมีค่าเพียงใด” นายชงซุนกล่าว

ทัวร์เตรียมตัวตาย: ญี่ปุ่น²



มาดูทางด้านประเทศญี่ปุ่นซึ่งเป็นสังคมผู้สูงวัยอย่างเต็มตัวมานานแล้ว แต่ละปีจะมีชาวญี่ปุ่นเสียชีวิตไม่ต่ำกว่า 1 ล้าน จึงทำให้มีการคิดค้นบริการเพื่อรองรับความต้องการของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ เป็นจำนวนมาก รวมถึง

การเตรียมตัวสำหรับวาระสุดท้ายของชีวิต ถึงขนาดมีการจัดงาน Life Ending Expo กันอย่างเป็นล่ำเป็นสัน โดยมีบริการเริ่มแต่การดูแลในระยะสุดท้ายไปจนถึงบริการหลังการตายต่างๆ ให้เลือกมากมายละเอียดยับ และมีธุรกิจประเภทหนึ่งที่กำลังได้รับความนิยมจากกลุ่มผู้สูงอายุ เรียกว่า ชุกัทสึทัวร์ (Shukatsu Tour) หรือการท่องเที่ยวเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับความตาย คือการนำผู้สูงวัยเดินทางเที่ยวชมสถานที่ที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการตาย ไม่ว่าจะเป็นสุสาน สถานที่เก็บอัฐิ การล่องแม่น้ำที่จะลอยอังคาร ตลอดจนบริการถ้ำรูปเพื่อใช้ในงานศพของตัวเอง

ชุกัทสึ คือ การวางแผนว่าหากชีวิตเราจบลง จะต้องเตรียมอะไรบ้าง เพื่อจะได้ไม่ไปสร้างความลำบากให้แก่ลูกหลานหรือคนรอบตัว เช่น การทำพินัยกรรม การจดพาสเวิร์ดต่างๆ การจัดเอกสารให้เป็นระเบียบว่าอะไรทิ้งได้ทิ้งไม่ได้หลังจากตายไปแล้ว ที่สำคัญคือการวางแผนว่าจะใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีความสุขได้อย่างไร เช่น เขียนจดหมายถึงคนที่ไม่ได้คุยกันมานานแล้ว การออกแบบงานศพของตัวเอง บางบริษัทให้ลูกค้ามีประสบการณ์งานศพตัวเอง เช่น ให้นอนในโลงศพ หลายคนที่ผ่านมาประสบการณ์ดังกล่าว บอกว่ารู้สึกสงบอย่างบอกไม่ถูก

บางคนถึงกับบอกว่าเป็นช่วงเวลาที่ได้ครุ่นคิดว่าที่ผ่านมาตัวเองทำอะไรไปบ้าง และจะใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างไร จนกลายเป็นกิจกรรมยอดนิยมอย่างหนึ่งไป และบริษัทที่ขายทัวร์เตรียมพร้อมสำหรับความตายได้กระจายออกไปตามจังหวัดต่างๆ ทั่วญี่ปุ่นแล้ว

นอกจากนี้ ยังมีเครื่องมืออีกอย่างหนึ่งในการเตรียมตัวตายที่กำลังได้รับความนิยมในญี่ปุ่น คือ Ending Note มีส่วนคล้ายกับพินัยกรรมชีวิต (Living will) แต่ขอบเขตกว้างกว่า เป็นสมุดบันทึกเรื่องราวต่างๆ ที่ผู้เขียนอยากบอกให้ลูกหลานรู้ หรือบอกเจตนาตนเอง เช่น สิ่งที่ต้องการหรือไม่ต้องการให้ทำเมื่อยามเจ็บป่วย ข้อมูลเกี่ยวกับทรัพย์สินและของมีค่าต่างๆ งานศพที่คาดหวัง เรื่องมรดก ประวัติชีวิตของตัวเองและครอบครัว โดยในปี 2556 จากแบบสอบถามผู้สูงอายุชาวญี่ปุ่นกว่า 3,600 คน ร้อยละ 64.5 รู้จัก Ending Note และร้อยละ 50 ปรารถนาจะเขียนหรือกำลังเขียนอยู่

กระแสการเตรียมตัวตายดังกล่าวสะท้อนความเป็นคนญี่ปุ่นได้ดี เพราะเป็นชาตินักวางแผนและขี้เกรงใจ จึงพยายามใช้ชีวิตที่รบกวนหรือสร้างภาระแก่คนอื่นแม้กระทั่งลูกหลานให้น้อยที่สุด

ศ.ฮารุโยะ อิโนะอุเอะ ผู้เชี่ยวชาญด้านสังคมวิทยา จากมหาวิทยาลัยโทโย แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกระแส การเตรียมตัวรับความตายในญี่ปุ่นว่า ในอดีต ผู้ตายจะ ปล่อยให้การจัดงานศพเป็นหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว แต่ในปัจจุบันผู้คนเริ่มคิดถึงงานศพของตัวเองมากขึ้น เนื่องจากครอบครัวมีขนาดเล็กลง ฟังดูแล้วไม่ค่อยต่าง จากสังคมไทยเท่าไร การเลือกซื้อชุดทสึทัวร์ จะทำให้ พวกเขาสามารถติดต่อและรับข้อมูลจากผู้ให้บริการต่างๆ ซึ่งเป็นเรื่องยากหากต้องติดต่อเองโดยตรงได้

ฌาปนกิจเสมือนจริง: จีน³



ในขณะที่เกาหลีใต้และญี่ปุ่นมีกิจกรรมให้ลงไป นอนในโลงศพที่ปิดสนิท แต่ประเทศจีนไปไกลกว่าด้วย

การจำลองประสบการณ์ใกล้ตายเสมือนจริงดังกล่าว คือ นอกจากจะลงไปนอนในโลงแล้ว ยังใช้เทคโนโลยีสร้างความร้อนและภาพที่ทำให้เสมือนนอนอยู่ในโลงศพที่กำลังถูกเผาอยู่เพิ่มเข้าไปอีกด้วย

สมาธิ (Samadhi) เป็นเกมประเภทหัวใจปริศนาห้องลับแบบ 4 มิติเกี่ยวกับประสบการณ์ความตาย ที่ใช้เทคนิคพิเศษนำผู้เล่นเข้าไปใกล้ประสบการณ์ความตาย โดยท้าทายผู้เข้าร่วมให้ปฏิบัติภารกิจต่างๆ ให้ลุล่วง ผู้แพ้จะถูกจับนอนบนสายพานที่ลำเลียงไปสู่เตาเผาในงานศพจำลองแล้วใช้ลมร้อนกับเครื่องฉายภาพสร้างประสบการณ์ถูกเผาเสมือนจริง หลังจากการเผาแล้ว ผู้เข้าร่วมจะถูกเคลื่อนย้ายไปยังแคปซูลรูปทรงกลมที่อ่อนนุ่มคล้ายมดลูกเพื่อเป็นสัญลักษณ์ของการเกิดใหม่

ติงรู่ย (Ding Rui) และหวงเว่ยผิง (Huang Wei Ping) ใช้เวลาสองปีศึกษาวิจัยเพื่อสร้างเกมดังกล่าว โดยเข้าไปสืบค้นกระบวนการเผาศพที่คนจีนทำกัน ไปเยี่ยมชมเมรุเผาศพและขอให้สัปเหร่อส่งพวกเขาเข้าไปในเตาเผาที่ปิดเครื่องแล้ว หวงบอกว่าตอนที่เขาอยู่ข้างในเตาเผา รู้สึกว่าร้อนจริงๆ หายใจไม่ออกและคิดว่าตัวเองคงจะตายแน่ๆ

ประสบการณ์ที่ได้สัมผัสกับความจริงดังกล่าว เป็นแก่นสาระที่พวกเขาใช้กระตุ้นผู้เข้าร่วมให้ครุ่นคิด ใคร่ครวญเกี่ยวกับชีวิตและความตาย

หวงบอกว่าเขาสนใจเรื่องความตายในช่วงที่กำลังค้นหาตัวเองหลังประสบความสำเร็จจากการเป็นเทรดเดอร์ “เมืองจีนทำให้ผมร่ำรวย แต่ไม่ได้สอนว่าเราจะใช้ชีวิตให้รุ่มรวยได้อย่างไร ผมรู้สึกสับสน” เขาจึงไปเรียนจิตวิทยาและเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้ประสบภัยแผ่นดินไหวในมณฑลเสฉวนเมื่อปี 2551 ก่อนจะสร้างองค์กร Hand in Hand ซึ่งชำนาญในเรื่องการจัดหาความช่วยเหลือในการดูแลระยะสุดท้ายแก่ผู้ป่วยโรคมะเร็งในโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง

ส่วนติงค้นหาความหมายของชีวิตผ่านการจัดสัมมนาร่วมกับผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าว “ผมเชิญอาจารย์จากศาสนาต่างๆ มาพูดคุยกันว่าชีวิตคืออะไร และใช้เวลาสองปีก่อนจะตระหนักว่า แทนที่จะนั่งฟังอย่างเดียว ผมสามารถทำบางอย่างได้”

งานอาสาสมัครในสถานดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย แสดงให้พวกเขาเห็นว่า ประชาชนต้องการรู้เรื่องความ

ตาย “ส่วนที่น่าเศร้าที่สุดในงานของเราไม่ใช่การเห็น
ผู้ป่วยจากไป แต่คือการเห็นครอบครัวปฏิเสธการเผชิญ
หน้ากับความตายอย่างไรบ้างต่างหาก” และ “พวกเรา
ขาดความเข้าใจเกี่ยวกับความตายและอาจถูกความกลัว
เข้าครอบงำได้”

ทั้งคู่เริ่มรณรงค์ขอทุนสร้างเกมผ่านเว็บไซต์แห่งหนึ่ง
และได้รับเงินสนับสนุนมากกว่า 410,000 หยวน (1 หยวน
เท่ากับ 5 บาท) ในเวลาเพียงสามเดือน แสดงให้เห็นว่ามี
ประชาชนจีนมากมายที่สนใจใคร่รู้เรื่องเกี่ยวกับความตาย

พวกเขาหวังว่าประสบการณ์จากเกมดังกล่าวจะ
ช่วยส่งเสริม “การเรียนรู้ชีวิต” ช่วยเตรียมผู้คนให้ตั้ง
คำถามต่อสิ่งที่พวกเขากำลังจะทำและให้แนวทางในการ
เผชิญกับความตายตามวิถีของแต่ละคน

การเรียนรู้เรื่องชีวิตและความตายไม่มีคำตอบ
สำเร็จรูปเหมือนการอบรมที่สอนเรื่องความร่ำรวยและ
ความสำเร็จ การมีประสบการณ์ตรงด้วยตัวเองเป็นสิ่ง
สำคัญกว่า

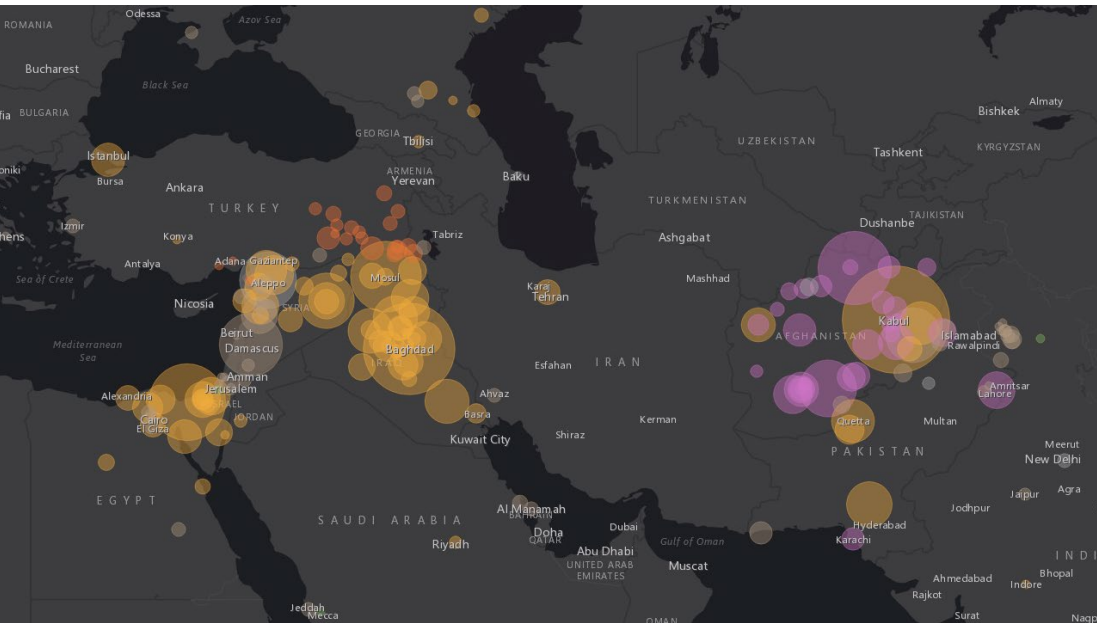
ผู้เข้าร่วมวัย 33 ปีคนหนึ่ง บอกเล่าประสบการณ์ที่
ได้จากเกมว่า “ทำให้คุณมีโอกาที่จะสงบและครุ่นคิด

ลงลึกถึงปัญหาบางอย่างของชีวิต และเมื่อคุณเดินผ่าน
ประตู จิตใจของคุณจะแตกต่างจากก่อนที่จะเข้ามา ผม
คิดว่าเป็นประสบการณ์ที่คุ้มค่ามาก”



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

- 1 ตาย, เพื่อจะเกิดใหม่ วิธีการรับมือ ชีวิต “บัดซบ” แบบเกาหลี,
มติชนรายวัน 7 กรกฎาคม 2554
บริการ “ทดลองตาย” หวังเยียวยาปัญหา “ฆ่าตัวตาย” ชาวเกาหลีใต้,
<https://www.pptvhd36.com/news/ประเด็นร้อน/59893>
- 2 การเตรียมตัวตาย... กระแสใหม่ในญี่ปุ่น,
<http://www.marumura.com/shukatsu/>
ธุรกิจวาระสุดท้ายของชีวิต... รับสังคมผู้สูงอายุ,
<https://www.posttoday.com/life/life/456632>
- 3 ‘Death simulator’ attraction to open in China,
<http://edition.cnn.com/travel/article/china-death-experience/index.html>
Would YOU ride the ‘death simulator’?,
<http://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-3522942/Would-ride-death-simulator-Attraction-designed-s-like-cremated-opens-China.html>



ก่อการร้าย ความตาย แผนที่

เอกภพ สัททิวรณณะ

คุณมีโอกาสแค่ไหนที่จะตายจากภัยก่อการร้าย?

ในโลกสมัยใหม่ การตายจากการก่อเหตุร้ายที่รุนแรง และส่งผลกระทบมากที่สุด คือ การก่อวินาศกรรมโดยกลุ่มอัลกออิดะฮ์ ในเหตุการณ์จี้เครื่องบินให้จับผู้ต้องหา อาคารเวิลด์เทรดเซ็นเตอร์ กรุงนิวยอร์ก เมื่อวันที่ 11 กันยายน พ.ศ. 2544 ส่งผลให้เมืองใหญ่ของประเทศต่างๆ โดยเฉพาะประเทศซีคโลกตะวันตกวางมาตรการป้องกันการก่อการร้ายอย่างเคร่งครัดนับแต่นั้นมา

แต่ในช่วงสองสามปีที่ผ่านมา บรรดาเมืองใหญ่ในซีคโลกตะวันตกต้องเผชิญภัยก่อการร้ายที่ป้องกันได้ยากขึ้น แทนที่ผู้ก่อเหตุจะใช้อาวุธหนักหรือระเบิดเหมือนที่ผ่านมา กลับใช้ยานพาหนะที่พบเห็นได้ในชีวิตประจำวัน

เช่น เหตุการณ์ผู้ก่อการร้ายขับรถตู้พุ่งชนคนเดินถนนและ
นักปั่นในนิวยอร์ก (ตุลาคม 2560) บาร์เซโลน่า (สิงหาคม
2560) และลอนดอน (มิถุนายน 2560) เหตุการณ์ผู้ก่อ
การร้ายขับรถบรรทุกชนคนริมถนนที่กรุงสต็อกโฮล์ม
ประเทศสวีเดน (เมษายน 2560) ฯลฯ¹

การก่อเหตุดังกล่าวได้รับความสนใจจากสื่อมวลชน
กระแสหลัก เพราะภาพชะตากรรมของผู้เคราะห์ร้าย
ขัดแย้งกับภาพลักษณ์ความเจริญและปลอดภัยของ
เมืองใหญ่ จนมีอยู่ช่วงหนึ่งที่ภาพการก่อเหตุร้ายในเมือง
ใหญ่ถูกผลิตซ้ำอย่างถี่ถ้วน สร้างภาวะแห่งความเกลียด
ชัง ความหวั่นวิตก ไม่ไว้วางใจบุคคลที่มีลักษณะเป็นชาว
ตะวันออกกลาง นับถือศาสนาอิสลาม เรียกว่า “อิสลาม
โมโฟเบีย” (ภาวะเกลียดกลัวชาวมุสลิม - Islamophobia)
ทำให้การอยู่ร่วมกันท่ามกลางความหลากหลายด้าน
ชาติพันธุ์และศาสนาในเมืองใหญ่ยากลำบากขึ้น

แต่ทว่าจริงหรือที่ในปีนี้ ภัยก่อการร้ายย้ายไปอยู่แต่
ในซีกโลกตะวันตก

เพื่อให้ภาพการรับรู้ต่อสถานการณ์ก่อการร้ายตรงตามความเป็นจริงมากขึ้น ในปี 2560 มีนักสถิติ นักจัดการข้อมูลกลุ่มหนึ่ง ได้ร่วมกันสร้างแผนที่แห่งการก่อการร้ายขึ้นในเว็บไซต์ Storymap.esri.com ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ในความเป็นจริงแล้ว สถานที่ที่ถูกคุกคามจากสถานการณ์ความไม่สงบมากที่สุดมิใช่ซีกโลกตะวันตกอย่างที่คุณจำนวนมากเข้าใจ แต่เป็นภูมิภาคตะวันออกกลาง แอฟริกา และกลุ่มที่น่าเห็นใจจากภัยดังกล่าวก็คือชาวมุสลิมนั่นเอง

พวกเขายังต้องการสื่อสารว่า สื่อมวลชนตะวันตกดูเหมือนจะละเลยการรายงานข่าวผู้ประสบเหตุร้ายในพื้นที่ห่างไกลออกไป เช่น ในจีเรีย เยเมน โซมาเลีย บังกลาเทศ รวมถึงอาละมีนับประชาชนผู้ได้รับความเสียหายจากเหตุร้ายในดินแดนที่ยังคุกรุ่นจากภัยสงคราม เช่น อิรัก ซีเรีย และอัฟกานิสถาน เป็นต้น

เว็บไซต์ดังกล่าวนำเสนออินโฟกราฟิกที่แปลงตัวเลขการเสียชีวิตจากภัยก่อการร้ายให้กลายเป็นจุดสีบนแผนที่โลก ทั้งยังแบ่งกลุ่มผู้ก่อความไม่สงบด้วยสีต่างๆ ออกเป็น 6 กลุ่มใหญ่ เรียงลำดับตามจำนวนผู้เสียชีวิตจากการลงมือของกลุ่ม ดังนี้

กลุ่ม Islamic State (IS) เป็นกลุ่มสถาปนารัฐอิสลาม โดยรวมชาวมุสลิมติดอาวุธหัวรุนแรงหลายกลุ่มไว้ด้วยกัน ปัจจุบันเป็นกลุ่มก่อการที่มีขนาดใหญ่ กว้างขวาง จัดการองค์กรอย่างเป็นระบบและอันตรายที่สุด ปฏิบัติการก่อการร้ายของกลุ่ม IS ส่งผลให้มีผู้เสียชีวิตถึงสามพันกว่าคน เฉพาะในปีนี้ กลุ่ม IS ปฏิบัติการก่อเหตุร้ายทางตะวันออกกลาง แอฟริกา ยุโรปและอเมริกา ไปจนถึงอินโดนีเซียและฟิลิปปินส์

Al-Shabaab (อัล-ชาบาบ) กลุ่มมุสลิมหัวรุนแรงที่พยายามสถาปนารัฐอิสลาม ก่อตั้งโดยกลุ่มอัลกออิดะฮ์ แต่ปฏิบัติการอย่างอิสระ ก่อการอยู่เฉพาะประเทศโซมาเลียและเคนยา คร่าชีวิตประชาชนเกือบหนึ่งพันคน

Taliban (ตาลีบัน) กลุ่มก่อการติดอาวุธและเคลื่อนไหวยุทธการเมืองชาวมุสลิม ก่อการในดินแดนอาฟกานิสถานและปากีสถาน

กลุ่ม Boko Haram (โบโกฮาราม) ได้รับการสนับสนุนการก่อตั้งโดยกลุ่ม Islamic State แต่ปฏิบัติการอิสระในพื้นที่ไนจีเรียและเพื่อนบ้าน

Al-Qaeda (อัลกออิดะฮ์) กลุ่มมุสลิมหัวรุนแรง ก่อการในแถบแอฟริกา ตะวันออกกลาง และปากีสถาน

PKK กลุ่มชาวเคิร์ดติดอาวุธที่มุ่งสถาปนารัฐของชาวเคิร์ด ปฏิบัติการในตุรกีและเคอร์ดิสถาน กลุ่ม PKK ต่างจากกลุ่มก่อการร้ายอื่นๆ ที่มีได้มีอุดมการณ์ด้านศาสนา

นอกจากนี้ ยังมีกลุ่มก่อการร้ายอื่นๆ และกลุ่มที่ยังไม่ทราบชื่อ โดยในปีนี้ เกิดเหตุการณ์โจมตีแล้วจำนวน 1,132 ครั้ง มีจำนวนผู้เสียชีวิต 7,632 คน (รวบรวมข้อมูลเมื่อวันที่ 31 ธ.ค. 60)²

น่าสนใจว่ากลุ่มก่อความไม่สงบส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการยึดมั่นอุดมการณ์ทางศาสนา ยังมีอุดมการณ์และศรัทธาที่แรงกล้า ยังจัดองค์กรได้เข้มแข็ง สร้างความเสียหายต่อชีวิตได้มาก การก่อเหตุครั้งหนึ่งอาจมีผู้เสียชีวิตมากถึง 200-300 คน (เช่นเหตุการณ์ที่ประเทศอียิปต์ โชมาเลีย ออฟกานิสถาน) อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ข้อมูลในเว็บไซต์ Storymaps จะให้ภาพรวมด้านการก่อการร้ายในระดับโลกได้ แต่ผู้พัฒนาก็ยอมรับว่า ข้อมูลที่นำมาประมวลผลอาจยังไม่ครบถ้วน จึงเปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมปรับปรุงข้อมูลให้มีความแม่นยำ ถูกถ้วนมากขึ้นได้

ถึงแม้ยังไม่พบว่า เหตุร้ายจากกลุ่มก่อการร้ายทั้ง 6 กลุ่ม ทำให้คนไทยเสียชีวิตแม้สักคน แต่เราก็ไม่ควรประมาทว่า ประเทศไทยและคนไทยจะปลอดภัยจากการก่อการร้ายเสียทีเดียว เพราะเริ่มมีข่าวการเคลื่อนไหวของผู้ก่อการร้ายบางกลุ่ม อย่างเช่น IS ในประเทศเพื่อนบ้านของไทยบ้างแล้ว และที่สำคัญ ประเทศไทยเองยังคงเผชิญสถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนใต้ ซึ่งอาจลุกลามบานปลายไปยังส่วนอื่นๆ ของประเทศได้เช่นกัน โดยในแผนที่ดังกล่าวรายงานว่าในปี 2560 มีผู้เสียชีวิตจากการก่อเหตุร้ายในจังหวัดสงขลา ปัตตานี และนราธิวาส รวมจำนวน 12 คน

การมองแผนที่แห่งการก่อการร้ายนี้ อาจทำให้ดูประหนึ่งว่าเราเป็นผู้เฝ้ามองความตายจากนอกโลก ผู้เสียชีวิตเป็นเพียงตัวเลข และรายชื่อเมืองเกิดเหตุร้ายก็เป็นเพียงตัวอักษรเรียงรองบนหน้าจอ จวบจนกว่าเราได้พิจารณาตัวเลขเหล่านั้นให้ลึกลงไป จึงอาจสัมผัสถึง

ความทุกข์มวลรวมของเพื่อนมนุษย์จากความสูญเสียด้วยเหตุเดียวกัน นั่นคือการยึดติดในอุดมการณ์หรือความดีของตน จนมองไม่เห็นคุณค่าของชีวิตคนที่คิดหรือมีลักษณะแตกต่างจากตัวเอง กระทั่งเป็นเหตุให้สามารถฆ่าเพื่อนมนุษย์ด้วยกันได้อย่างไม่อนาทร้อนใจ

ถึงที่สุดแล้ว แผนที่นี่จึงช่วยบอกเราว่า เราต่างมีความทุกข์ร่วมกัน พึงเห็นอกเห็นใจกัน และหยิบยื่นความช่วยเหลือ อาหารผู้ประสบเหตุร้ายด้วยวิธีต่างๆ เท่าที่เราทำได้ เมื่อนั้นแผนที่ฉบับนี้ก็คงบรรลุเป้าหมายของผู้ประกอบมันขึ้นมา

และจะดีที่สุด หากแผนที่นี้ไม่ปรากฏจุดสีแห่งความตายแม้สักจุดเดียวอีกต่อไป



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

- ¹ <http://www.foxnews.com/world/2017/11/01/timeline-recent-terror-attacks-against-west.html>
- ² <http://storymaps.esri.com/stories/terrorist-attacks/?year=2017>



gettyimages®

Getty Images News | Paula Bronstein

ความตายไร้ตัวตน

ศรินธร รัตน์เจริญขจร

โรฮิงญา ชาวมุสลิมในรัฐยะไข่ของพม่า เริ่มเป็นที่รู้จักในพื้นที่ข่าวราว 4 - 5 ปีที่ผ่านมา เมื่อเกิดเหตุหญิงชาวพุทธในรัฐยะไข่ถูกฆ่าข่มขืนในปี พ.ศ. 2555 ทำให้ชาวพุทธในพม่าซึ่งมีความขัดแย้งกับชาวมุสลิมมาแต่เดิม พุ่งเป้าความโกรธไปที่ชาวโรฮิงญา จนกลายเป็นเหตุจลาจลรัฐบาลต้องประกาศภาวะฉุกเฉิน นำกำลังทหารเข้ามาควบคุมสถานการณ์ และใช้สร้างความปลอดภัยในการกวาดล้างชาวโรฮิงญาอย่างหนักหน่วงจนต้อง “หนีตาย” ข้ามแดนไปบังคลาเทศหลายแสนคน

พม่า¹ ประเทศที่คนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ผู้นับถือศาสนาอิสลามเป็นชนกลุ่มน้อย แต่สถานะก็ยังคงดีกว่าชาวมุสลิมโรฮิงญาในรัฐยะไข่ ซึ่งไม่มีตัวตนในสายตาชาวพม่า ด้วยความแตกต่างทั้งหน้าตา ภาษา และความเชื่อ ทำให้หลายคนมองว่าโรฮิงญาไม่ใช่คนพม่า แต่เป็นคนบังคลาเทศ หรือคนอินเดีย ที่อังกฤษผลักดันให้เข้า

มาอยู่ในพม่าในยุคอาณานิคม (พ.ศ. 2367 - 2491) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือแบ่งแยกแล้วปกครอง โรฮิงญาจึงเหมือนเป็น “คนอื่น” อันที่จริงอาจกล่าวได้ว่า ชาวโรฮิงญาเป็นคนเถื่อนมาตั้งแต่หลังยุคอาณานิคม เพราะเมื่อพม่าได้รับเอกราชจากอังกฤษ (4 มกราคม 2491) และมีการให้อิสระแก่ชนกลุ่มน้อยในการปกครองตนเองสิบปี แต่ไม่มีชาวโรฮิงญารวมอยู่ด้วย โรฮิงญาจึงไม่มีสถานะใดๆ ในรัฐพม่า พวกเขาจะไม่ได้รับการศึกษา ไม่ได้รับสวัสดิการทั้งด้านสุขภาพหรืออาชีพ นอกจากนี้ยังถูกขับไล่ออกจากบ้านเรือนและที่นาของตนอยู่เสมอ นายฮะยี อิสมาอิล² เล่าว่า “เมื่อก่อนรัฐยะไข่ ซึ่งจริง ๆ แล้วเรียกรัฐอาระกัน มีอยู่ 17 เมือง และทุกเมืองมีชาวโรฮิงญาอยู่อาศัยกระจายไปทั่วทุกภาค แต่วันดีคืนดี รัฐบาลพม่าก็มาขับไล่ โดยบอกว่าจะใช้พื้นที่บริเวณนั้นสร้างโรงเรียนบ้าง สร้างโรงพยาบาลบ้าง การขับไล่กวาดต้อนมาจากทางภาคใต้ของรัฐอาระกัน จนปัจจุบันเหลือชาวโรฮิงญาอาศัยอยู่ใน 3 เมืองทางตอนเหนือของรัฐอาระกัน”

อย่างไรก็ดี มีเอกสารทางประวัติศาสตร์ที่พยายามยืนยันว่าพวกเขาไม่ได้อพยพมาจากที่ไหน แต่อาศัยอยู่ในรัฐยะไข่หรือรัฐอาระกันนี้มายาวนานหลายศตวรรษ

แล้ว ทว่าก็ไม่ได้ทำให้ “อคติ” ต่อชาวโรฮิงญานั้นหมดไป โดยเฉพาะภายหลังเมื่อเกิดความหวาดกลัวต่อการขยายตัวของชาวมุสลิม ซึ่งมีข้อห้ามทางศาสนาในเรื่องการคุมกำเนิด มองว่าการแต่งงานข้ามศาสนาระหว่างชาวพุทธกับมุสลิมเป็นการบ่อนทำลายพุทธศาสนา เพราะชาวพุทธจะต้องเปลี่ยนไปนับถือศาสนาอิสลาม รวมทั้งกระแสวิพากษ์วิจารณ์การก่อการร้ายจากกลุ่มมุสลิมหัวรุนแรง ชาวมุสลิมโรฮิงญาจึงถูกมองอย่างเหมารวมด้วยอคติดั้งเดิมเพิ่มเติมด้วยอคติใหม่ตามกระแสเข้าไปอีก

กระทั่งในเดือนสิงหาคม 2560 ที่ผ่านมา สถานการณ์ในรัฐอาระกันรุนแรงขึ้นมาก เมื่อกองทัพปลดปล่อยอาระกันโรฮิงญา โจมตีค่ายทหารและสถานีตำรวจของพม่าไป 30 แห่ง และทางการพม่าได้กลับด้วยการกวาดล้างกลุ่มที่ทางการเรียกว่า “ผู้ก่อการร้าย” การปะทะกันครั้งนี้ทางการพม่ารายงานว่า มีผู้เสียชีวิตชาวโรฮิงญาราว 350 คน และเจ้าหน้าที่ของทางการอีก 50 คน ปราบปรามการต่อมาก็คือการอพยพ “หนีตาย” ของชาวโรฮิงญาเรือนแสน ที่ต้องเอาตัวรอดจากการไล่ล่า และบ้านเรือนถูกเผา

เดือนกันยายน สำนักงานข้าหลวงใหญ่ผู้ลี้ภัยแห่งสหประชาชาติ (UNHCR) รายงานยอดผู้อพยพชาวโรฮิงญาที่ค่ายผู้ลี้ภัยชายแดนประเทศบังกลาเทศว่ามีจำนวนมากกว่า 6 แสนคน และมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และระหว่างการอพยพที่ยากลำบาก มีผู้เสียชีวิตระหว่างทาง และมีความเสี่ยงอย่างยิ่งที่จะตกเป็นเหยื่อของขบวนการค้ามนุษย์

ทางการพม่าปฏิเสธว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไม่ใช่ “การฆ่าล้างเผ่าพันธุ์” แต่การที่ยังไม่เปิดเผยสถานการณ์ในรัฐยะไข่ และไม่อนุญาตให้นักข่าว หรือองค์กรที่ให้ความช่วยเหลือด้านต่างๆ เข้าตรวจสอบพื้นที่ได้อย่างอิสระ ประกอบกับการหลั่งไหลออกนอกพื้นที่ที่เป็น “บ้าน” ของชาวโรฮิงญา ทำให้เกิดข้อสงสัยตามมามากมายว่า แล้วทำไมชาวโรฮิงญาต้องพากันอพยพจากบ้านที่เคยอยู่ โดยไม่รู้ว่าหนทางข้างหน้าจะเป็นหรือตาย รวมถึงบางส่วนที่ยัง “รอดตาย” ในบ้านตนเอง

ปฏิกิริยาของนานาชาติต่อสถานการณ์ดังกล่าว นอกจากองค์การสหประชาชาติและประเทศต่างๆ ออกมาประณามและเรียกร้องให้รัฐบาลพม่าหยุดการกวาดล้าง

ชาวโรฮิงญา รวมถึงเรียกร้องให้ประเทศเพื่อนบ้านอาเซียน
เปิดรับผู้อพยพชาวโรฮิงญาเข้ามาลี้ภัยแล้ว ก็ยังไม่มี
ความช่วยเหลืออื่นๆ รวมถึงทางออกของปัญหาที่เป็นรูปธรรม
ชัดเจน ทำให้วิกฤตชาวโรฮิงญาคงจะยืดเยื้อต่อไปอีก
นาน และอาจบานปลายกลายเป็นปัญหาที่รุนแรงขึ้นได้
ในอนาคต ซึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อภูมิภาคใกล้เคียงโดย
เฉพาะประเทศไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การมองว่าปัญหา
ดังกล่าวเป็นเรื่องไกลตัว ไม่จำเป็นต้องเข้าไปเกี่ยวข้อง
หรือมีส่วนร่วมในการคลี่คลายปัญหาอย่างจริงจัง อันเป็น
กระแสใหญ่ที่ปรากฏในโซเชียลมีเดียของไทย จึงไม่น่าจะ
เป็นความคิดที่ดีนัก

เหตุการณ์ดังกล่าวยังสะท้อนถึง “วัฒนธรรมแห่ง
ความเกลียดชัง” ที่แพร่ระบาดไปทั่วโลกได้เป็นอย่างดี
“วัฒนธรรมดังกล่าวนอกจากจะเอาความแตกต่างทาง
ชาติพันธุ์ ศาสนา ภาษา และสีผิวมาเป็นเส้นแบ่งผู้คนใน
ประเทศเดียวกันออกเป็นสองฝ่าย (คือ “เรา” กับ “เขา”)
แล้ว ยังสร้างภาพให้คนที่อยู่อีกด้านของเส้นแบ่งนั้นเป็น
ตัวเลวร้าย เห็นแก่ตัว ไม่รักชาติ ต่ำทราม ล้าหลัง หรือ
มีความเป็นมนุษย์น้อยกว่า อีกทั้งมีพฤติกรรมที่เป็นภัย
คุกคาม “พวกเรา” บ่อยครั้งวัฒนธรรมดังกล่าวได้อาศัย

ลัทธิชาตินิยมมาเป็นเครื่องมือกระตุ้นเร้าให้เกิดการรวมกลุ่มเพื่อต่อต้านและต่อสู้กับอีกฝ่ายหนึ่ง ... ผลก็คือต่างเป็นปฏิปักษ์ต่อกันมากขึ้น และตกอยู่ในวังวนแห่งความขัดแย้งซึ่งลุกลามเป็นความรุนแรงยิ่งขึ้นทุกที”³

แม้ว่ามุมมองทางประวัติศาสตร์ของคูกรณีที่แตกต่างกันอย่างมากและอคติต่างๆ จะทำให้ปัญหาดังกล่าวมีความซับซ้อน จนยากจะหาทางออกที่เหมาะสมกับทุกฝ่ายได้ในเวลาอันสั้น แต่ในขณะเดียวกัน ก็ถือเป็นบททดสอบที่ท้าทายความเป็นมนุษย์ว่า เราจะอยู่ร่วมกันอย่างถ้อยทีถ้อยอาศัย ไม่เบียดเบียนกัน ท่ามกลางความแตกต่างทางชาติพันธุ์ สีผิว หรือศาสนาได้มากน้อยเพียงใด

ในฐานะเพื่อนบ้านใกล้ชิดกับพม่า มีวัฒนธรรมคล้ายคลึงกัน โดยเฉพาะเป็นชาวพุทธเหมือนกัน เราแต่ละคนอาจมีส่วนช่วยเหลือบรรเทาวิกฤตดังกล่าวได้อย่างน้อยด้วยการ “ไม่สนับสนุนการฆ่า” และแผ่เมตตาความปรารถนาดีให้แก่ทุกชีวิตที่กำลังเผชิญวิกฤต หรือบริจาคตามกำลังเพื่อช่วยให้ชาวโรฮิงญามีชีวิตรอดต่อไปก่อน ส่วนในภาพรวม มีข้อเสนอที่น่าสนใจคือ ชาวพุทธ

ไถยน่าจะสร้างวงสนทนากับชาวพุทธพม่า เพื่อทำความเข้าใจปัญหาาร่วมกัน โดยยึดหลักความเมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจในฐานะเพื่อนมนุษย์ ซึ่งอาจจะช่วยคลี่คลาย “อคติ” ทางศาสนาและชาติพันธุ์ลงได้บ้าง ประการสำคัญปัญหาดังกล่าวควรถูกยกระดับให้เป็นปัญหาของภูมิภาคอาเซียน เพราะขนาดของปัญหาที่ขยายใหญ่โต จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจกันในการแก้ไข

ในความแตกต่างหลากหลายของมนุษย์ทั้งทางกายภาพ วัฒนธรรม ภาษา ความเชื่อ ได้แบ่งมนุษย์ออกเป็นกลุ่ม เป็นพวก แต่ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์กลุ่มไหน หน้าตาอย่างไร มีความเชื่อแบบใด พูดภาษาอะไรก็ตาม ทุกคนมีสิทธิ์ที่จะมีชีวิต มีตัวตน ดังนั้นชาวโรฮิงญาควรมีสิทธิ์ที่จะมีชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี มีตัวตน ไม่ควรทำได้แค่เพียงการ “รอดตาย” หรือ “หนีตาย”



เชิงอรรถและข้อมูลอ้างอิง:

- ¹ บทความนี้ใช้ชื่อเรียกประเทศพม่า แทนประเทศเมียนมาร์ เนื่องจากมีการกล่าวย้อนถึงอดีตและเป็นชื่อประเทศที่มีความหมายทางวัฒนธรรมที่คุ้นเคยกว่า
- ² ฮะยี อิสมาอิล เป็นชาวโรฮิงญาที่เข้ามาทำงานและอยู่อาศัยในประเทศไทยนาน 22 ปี เขาเกิดในปี พ.ศ. 2501 ปัจจุบันอายุ 59 ปี ซึ่งนับได้ว่าเขาออกจากรัฐยะไข่มาตอนอายุ 37 ปี ราวปี 2538
- ³ พุทธศาสนาเพื่อสันติภาพ, พระไพศาล วิสาโล,

<http://www.visalo.org/article/budBudperSanti.htm>

อคติทางชาติพันธุ์และศาสนาในพม่า กับที่มาของกองกำลังติดอาวุธโรฮิงญา, ดร. ลลิตา หาญวงษ์, นิตยสาร *เวย์แมกกาซีน*, เผยแพร่ 3 กันยายน 2560, <https://waymagazine.org/lalita01/>

โศกนาฏกรรม “โรฮิงญา,” *กรุงเทพธุรกิจ*, เผยแพร่ 15 กันยายน 2560, <http://www.bangkokbiznews.com/news/detail/773026>

เวทีเสวนา “แต่เพื่อนมนุษย์: พลังแห่งรักและเมตตาต่อชาวโรฮิงญา,” วันที่ 7 พฤศจิกายน 2560 ณ หอศิลป์วัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร

The Development of a Muslim Enclave in Arakan (Rakhine) State of Burma (Myanmar), Aye Chan, *SOAS Bulletin of Burma Research*, Vol. 3, No. 2, Autumn 2005

ที่มาภาพ

ธ ทรงแสงคิวโมกซ์

หน้า 10 จาก สมจิตร แซ่เตียว, FB: Neng Tiew

เปิดฉีกพินัยกรรมชีวิต พระไพศาล วิสาโล

หน้า 18 จาก ช่างภาพอาสางาน Happy Deathday

บทเรียนจากความตายของ “แม่นุ่น”

หน้า 34 จาก FB: แม่นุ่น

กลับบ้านเรานะแม่

หน้า 44 จาก อาทิตย์ กรรณิการ์, FB: Arthit Kannikar

บทเรียนแห่งความโศกเศร้า และเสียงที่พวกเราไม่เคยได้ยิน

หน้า 57 จาก Burak Cingi / Getty Images

อาทิตย์อัสดงทางฝั่งตะวันออก

หน้า 71 จาก Jean Chung / Getty Images

หน้า 75 จาก Yoshikazu Tsuno / Getty Images

หน้า 79 จาก Reuters,

<https://www.reuters.com/video/2016/04/03/be-cremated-in-chinas-death-simulator?videoId=367973365>

ก่อการร้าย ความตาย แผนที่

หน้า 83 จาก Esri,

<http://storymaps.esri.com/stories/terrorist-attacks/?year=2017>

ความตายไร้ตัวตน

หน้า 91 จาก Paula Bronstein / Getty Images

โครงการความตาย พุดได้

เครือข่ายพุทธิกา

ความตายถูกรับรู้แต่ด้านความสูญเสีย เจ็บปวดทรมาน เป็นอัมภมกคล นำหาวดกั้ว จึงทำให้คนพากันแก้งลั้ม ความตาย ไม่ตระหนักถึงความจริงว่า ความตายต้องมา เยี่ยมเยือนเราอย่างแน่แท้ในวันหนึ่ง

น่าเสียดายที่ทัศนคติต่อความตายดังกล่าว เป็นเหตุ ให้คนจำนวนมากเสียโอกาสในการเตรียมตัวเผชิญความ เจ็บป่วยและความตาย

ผลที่ตามมาคือ ผู้ป่วยจำนวนมากที่ไม่ได้เตรียมตัว รับมือกับความเจ็บป่วยมาก่อน ถูกยื้อชีวิตยาวนาน และ ได้รับความทุกข์ทรมานจากการยืดความตายด้วยอุปกรณ์ ทางการแพทย์ต่างๆ ผู้ป่วยหลายคนเสียชีวิตท่ามกลาง บรรยากาศวุ่นวาย ไม่เอื้อต่อการตายอย่างสงบ ขณะ เดียวกัน ญาติ ผู้ดูแล และครอบครัวต้องตกอยู่ในความ

เศร้าหมอง สิ้นหวัง ไร้ทางออก ทั้งยังเป็นผู้แบกรับภาระ การดูแลอีกด้วย

โครงการความตาย พุดได้ แผนงานเผชิญความตาย อย่างสงบ เครือข่ายพุทธิกา จึงพัฒนาเครื่องมือการเรียนรู้ ในรูปแบบต่างๆ ให้เอื้อต่อการใคร่ครวญและสร้างบท สันทนาเพื่อการเตรียมตัวเผชิญความตายอย่างสงบ ใน ขณะเดียวกันก็เกื้อกูลชีวิตและสังคมที่ดีงาม

นอกจากแผนงานเผชิญความตายอย่างสงบแล้ว เครือข่ายพุทธิกายังดำเนินโครงการฉลาดทำบุญ และเผย แพร่หนังสือและสื่อธรรมะร่วมสมัย เพื่อฟื้นฟูพุทธธรรมให้ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและมีความหมายต่อสังคม

ติดตามกิจกรรมของโครงการได้ที่

<http://happydeathday.co/>

และ FB: Peaceful Death by Happy Deathday

โครงการเผชิญความตายอย่างสงบ เครือข่ายพุทธิกา

สืบเนื่องมาจากทัศนคติที่คนในสังคมมีต่อความตายมักเป็นไปในด้านความสูญเสีย เจ็บปวดทรมาน เป็นอุปมงคลน่าหวาดกลัว จึงทำให้คนพากันแก่งเลี้ยวเลี่ยงความตาย ไม่ตระหนักถึงความจริงว่า ความตายต้องมาเยี่ยมเยือนเราอย่างแน่แท้ในวันหนึ่ง

ความกลัวที่ตามมาด้วยการหลีกเลี่ยง และความประมาทที่ตามมาด้วยการละเลย ไม่สนใจการเรียนรู้ การรับมือกับความตาย ทำให้เมื่อตนเองหรือคนใกล้ชิดต้องประสบกับความเจ็บป่วยหรือการตายเข้าจริง ๆ ก็ไม่สามารถจัดการได้อย่างมีสติ ผู้ประสบปัญหามากที่สุดคือผู้ป่วยที่ได้รับความทรมานจากการยืดความตาย ด้วยอุปกรณ์ทางการแพทย์ต่าง ๆ อาจตายท่ามกลางบรรยากาศที่ไม่เป็นมิตรต่อการตายอย่างสงบและสมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

ขณะเดียวกัน ญาติ ผู้ดูแล และครอบครัวก็ตกอยู่ในความเศร้าหมอง สิ้นหวัง ไร้ทางออก จากการแบกรับภาระการดูแลอย่างมหาศาล และจากการยื้อชีวิตด้วยเทคโนโลยีเกินความจำเป็น

แผนงานเผชิญความตายอย่างสงบ เครือข่ายพุทธิกา จึงเกิดขึ้นเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางปัญญา ส่งเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับการตายและความตายในมิติทางจิตใจและศาสนา กระตุ้นสร้างตระหนักรู้ถึงความสำคัญของการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญความตายอย่างสงบ อันนำไปสู่การใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท มีคุณค่า เป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อตนเองและสังคมโดยรวม

เครือข่ายพุทธิกาดำเนินงานเพื่อฟื้นฟูพุทธธรรมให้เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและมีความหมายต่อสังคม ผ่านการดำเนินโครงการต่าง ๆ อย่างเช่น โครงการฉลาดทำบุญด้วยจิตอาสา โครงการสุขแท้ด้วยปัญญา โครงการป่วน ตลอดจนเผยแพร่หนังสือและสื่อธรรมะ ร่วมสมัย โดยสามารถศึกษารายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ www.budnet.org

กิจกรรมภายใต้แผนงานเผชิญความตายอย่างสงบ

อบรมเผชิญความตายอย่างสงบ

เครือข่ายพุทธิการ่วมกับเสมสิกขาลัย ได้ร่วมกันพัฒนาหลักสูตรอบรมเชิงปฏิบัติ “เผชิญความตายอย่างสงบ” ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2546 เป็นหลักสูตรอบรม 3 วัน 2 คืน สำหรับผู้สนใจเรียนรู้เรื่องการเผชิญความตายอย่างสงบอย่างลึกซึ้ง

อาสาข้างเตียง

อาสาสมัครช่วยเหลือผู้ป่วยระยะท้ายด้วยการเป็นเพื่อนรับฟัง และทำกิจกรรมร่วมกับผู้ป่วยและครอบครัว

โครงการความตาย พุดได้

เปิดพื้นที่ให้สังคมได้ตระหนักถึงความสำคัญในการเตรียมตัวสนทนาพูดคุย ฝึกฝนการวางใจ และเรียนรู้ที่จะรับมือเรื่องความตาย ผ่านเครื่องมือและรูปแบบการสื่อสารที่หลากหลาย

หนังสือและสื่อเผยแพร่

- รวมบทความและความรู้
<http://happydeathday.co>
- Facebook Fanpage
ข่าวสาร ความเคลื่อนไหวในหน้าเฟซบุ๊ก
<https://web.facebook.com/happydeathdayproject/>
- Line Fanpage
รวบรวมกิจกรรมและข่าวสาร
[@happydeathday](#)
- YouTube
เผชิญความตายอย่างสงบ เครือข่ายพุทธิกา
<https://www.youtube.com/channel/UC-zrHKgE7BPEVfTzITuWaDQ>

องค์กรภาคี

- เสมสิกขาลัย
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
- สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.)
- สมาคมบริบาลผู้ป่วยระยะท้าย (THAPS - Thai Palliative Care Society)
- มูลนิธิโกมลคีมทอง
- หน่วยดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบประคับประคอง (Palliative Care) ในโรงพยาบาลต่างๆ เช่น โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ / โรงพยาบาลสงขลานครินทร์ จ.สงขลา / คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล / โรงพยาบาลรามาธิบดี เป็นต้น