

# เรื่องเล่าสู่บทา: แบบบ้าน ๆ

อ่าน  
สร้างสุข  
๓๓

พบโลกใบใหม่ พบความสุขทุกครั้งที่เปิดหนังสือ

“ลุงริบ”









# เรื่องเล่าสู่สาว: แบบบ้าน ๆ

“ลุงริช”

## เรื่องเล่าสู่ภาวะแบบบ้านๆ

- เขียนและเรียบเรียง :** “ลูกริน” (สุรินทร์ กิจนิตย์ชิว)
- บรรณาธิการ :** สุดใจ พรหมเกิด
- ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม :** สำนักพิมพ์สารคดี (ในนามบริษัทวิริยะธุรกิจ จำกัด)
- ภาพปกและภาพวาดสีน้ำ :** นันทวัน วาตะ
- ภาพประกอบ :** ศูนย์ข้อมูลสารคดี-เมืองโบราณ  
[www.123rf.com](http://www.123rf.com)
- ประสานการผลิต :** ยุวดี งามวิทย์โรจน์ สิริวัลย์ เรืองสุรัตน์
- จัดพิมพ์และเผยแพร่ :** มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน  
๔๒๔ หมู่บ้านแจ้ไผ่ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๖๗ แยก ๓  
ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด  
กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐  
โทรศัพท์ ๐-๒๔๒๔-๔๖๑๖
- email :** [happy2reading@gmail.com](mailto:happy2reading@gmail.com)
- website :** [www.happyreading.in.th](http://www.happyreading.in.th)
- Facebook :** [www.facebook.com/HappyReadingNews](http://www.facebook.com/HappyReadingNews) (อ่านชกกำลังสุข)



# คำนิยม

.....

ครูสุรินทร์ กิจนิตยชีวี ท่านไม่ใช่บุคลากรสายสาธารณสุข ไม่ใช่อาจารย์มหาวิทยาลัย ไม่ใช่ข้าราชการรัฐวิสาหกิจ (เช่น สุรา ยาสูบ ยาเสพติด) แต่ภูมิปัญญาประชาชนชาวบ้านของท่าน ช่วยให้คนจำนวนมากมาเข้าใจหัวใจสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพ

เมื่อต้นปี พ.ศ. ๒๕๔๕ คณะรัฐมนตรีมีมติแต่งตั้งกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิจำนวนแปดท่าน กรรมการชุดนี้เป็นชุดแรกที่กำหนดนโยบายยกย่องสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ตามพระราชบัญญัติกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๔๔

ครูสุรินทร์ กิจนิตยชีวี หรือ “ลุงริน” จากเมืองกรุงเก่า ได้รับเชิญและแต่งตั้งเป็นหนึ่งในกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิชุดดังกล่าว

ก่อนมติดคณะรัฐมนตรีข้างต้น ผมมีโอกาสทาบถามเชิญ “ลุงริน” มาร่วมกันขับเคลื่อนงาน สสส. ตามคำแนะนำของหลายท่าน

“ลุงริน” ที่ผมรู้จักในฐานะผู้ทำประโยชน์ด้านการศึกษา แก่ชุมชน นับเป็นนักพัฒนาชุมชนที่มองเห็นความเชื่อมโยงของชีวิตคน เข้ากับบรรดาสิ่งที่เป็นไปต่างๆ ในชุมชน ลุงรินจึงถนัดมองสุขภาพแบบองค์รวม มองปัจจัยสุขภาพร่วมกับชีวิต ทั้งชีวิตของบุคคล และ

“ลุงริน”



สัมพันธ์กับชีวิตคนรอบข้าง ต่างจากการมองสุขภาพแบบแพทย์  
ซึ่งมักแยกส่วน เน้นเพียงด้านร่างกาย หรือแม้แยกมาเพียงอวัยวะใด  
อวัยวะหนึ่งเท่านั้น มุมมององค์รวมนี้นี้สอดคล้องกับความหมายสุขภาพ  
ขององค์การอนามัยโลกที่เน้นย้ำให้สุขภาพครอบคลุมสี่มิติ ได้แก่ กาย  
จิต สังคม และจิตวิญญาณ

เนื่องจากคนส่วนใหญ่มักติดกับความคิดเดิมที่จำกัดความหมาย  
สุขภาพไว้แคบ สสส. จึงใช้คำว่า “สุขภาพะ” เป็นคำสำคัญตลอดมา

ลูจรินประชุมร่วมกับคณะกรรมการไม่เคยขาด ในที่ประชุม  
เรามีบุคลากรระดับชาติหลายท่าน เช่น คุณหมอประเวศ วะสี  
อาจารย์ไพฑูริย์ วัฒนศิริธรรม ศาสตราจารย์สุนน อมรวิวัฒน์  
คุณหมอประภิต วาทีสาชกกิจ อาจารย์ระพีพันธุ์ สรีวัฒน์  
นพ. สงวน นิตยารัมภ์พงศ์ ศาสตราจารย์ นพ. วิจารณ์ พานิช  
อาจารย์กาญจนา แก้วเทพ อาจารย์ชิงชัย หาญเจนลักษณ์ เป็นต้น  
ในที่ประชุมกรรมการทุกท่านให้การยอมรับกับมุมมองของ

“ปราชญ์ชาวบ้าน” ที่เจียขมบนหลักของการปฏิบัติให้เป็นจริงในพื้นที่

ในช่วงที่เริ่มทำงานด้วยกัน ลูจรินมักจะตั้งคำถามให้ผมได้  
จุกคิดเสมอว่า อย่าใช้คำในการสื่อสารหรือในเวทีแลกเปลี่ยนที่ยาก  
จนชาวบ้านฟังแล้วไม่รู้เรื่อง อย่างคำว่า “สุขภาพะคืออะไร” “ภาคี  
มีความหมายถึงใคร” “บูรณาการคืออะไร”

“คุณหมอ สสส. น่าจะจัดทำ ‘ปทานุกรม’” นานมาแล้วลูจริน  
เคยแนะนำผม ชี้ให้เห็นถึงปัญหาอุปสรรคของการสื่อสารระหว่าง สสส.  
กับประชาชนทั่วไป



ขณะเดียวกันลุงรินสามารถยกตัวอย่างเรื่องที่อธิบายได้ยากให้คนทั่วไปเข้าใจได้อย่างง่ายดาย โดยยกตัวอย่างจากเรื่องใกล้ตัว เช่นคำว่า “บูรณาการ” ที่อธิบายให้เห็นเป็นรูปธรรมผ่าน “กระยาสารท” (ตามที่ท่านเขียนไว้ในบทที่ ๓)

เสียดายที่ผมพลาดโอกาสช่วยลุงรินจัดทำปทานุกรมเมื่อ ๒๐ ปีก่อน เมื่อเห็นหนังสือ *เรื่องเล่าสู่สาวะแบบบ้านๆ* ผ่านคำเล่าเรื่องของ “ลุงริน” ทำให้ผมเห็น “กระยาสารท” และตัวอย่างรูปธรรมอีกหลายเรื่องที่เคยพลาดไป เช่น คำว่า “สุขภาวะทางจิตวิญญาณ” ที่อธิบายได้ยาก แต่ลุงรินสามารถยกตัวอย่างให้ผู้ฟังในเวทีจังหวัดเข้าใจได้ง่ายขึ้น (บทที่ ๑๗) หรือแม้แต่วิธีสร้างการเรียนรู้ในพื้นที่โดยใช้ “สุ จิ ปุ ลิ” เป็นตัวเดินเรื่อง (ในบทที่ ๕)

ท่านผู้อ่านย่อมจะได้รับทั้งความเพลิดเพลินร่วมกับความรู้ไปในทุกบททุกตอน สสส. เองย่อมเห็นวิถีกวน “กระยาสารท” ของชีวิตจริงกับการทำงานในบริบทของแต่ละแผนงาน เห็นการทำงานที่เชื่อมโยงระหว่างภาควิชาการ ภาคนโยบาย และภาคประชาสังคม รวมถึงเห็นหลากหลายวิถีในการทำงานที่น่าเรียนรู้ในอีกหลายบท

นพ. สุภักร บัวสาวย

ผู้ก่อตั้งและอดีตผู้จัดการ สสส.





## คำนิยม

.....

ดิฉันรู้สึกเป็นเกียรติอย่างยิ่งที่ได้มีโอกาสเป็นหนึ่งในผู้เขียนคำนิยมหนังสือ *เรื่องเล่าสู่สาวแบบบ้านๆ* โดย “ลจฺริน” หรือ อาจารย์สุรินทร์ กิจนิตยชีวี ซึ่งนักขับเคลื่อนงานพัฒนาทั่วประเทศต่างรู้จักคุ้นเคยและเรียกขานว่า “ลจฺริน” ตามที่อาจารย์ใช้เรียกตัวเอง

แม้ “ลจฺริน” จะออกตัวว่า หนังสือเล่มนี้เป็นการถอดเอาประสบการณ์จากการทำงานในภาคสนามมาบอกเล่า มิได้เป็นงานวิชาการใดๆ แต่ดิฉันอยากบอกว่า หากได้อ่านหนังสือเล่มนี้ไปจนจบ ผู้อ่านย่อมจะรู้สึกเหมือนดิฉัน คือมีอาการคล้าย “กระตุกต่อมคิด หยั่งรู้ และอึ้งใจ” จากเรื่องเล่าแบบสั้นๆ ง่ายๆ เขียนออกมาจากใจ แต่ให้ผลลัพธ์แบบเดียวกับที่ “ลจฺริน” เขียนไว้ในบทต้นๆ ของหนังสือว่า “ได้เปิดกบดานทัศนของผู้เล่าให้สว่างวาบขึ้น...ผู้เล่าเห็นช่องทางทำประโยชน์สุขของผู้คนให้เกิดขึ้นบนแผ่นดินไทย”

หนังสือเล่มนี้ทำให้ดิฉันรู้สึกแบบนี้จริงๆ

“ลจฺริน” ถ่ายทอดภูมิความรู้ไว้ในหนังสือเล่มนี้มากมาย ทั้งการให้นิยามความหมายของหลักการต่างๆ ที่อ่านแล้วเกิดความกระจ่างแจ้ง และติดตรึงได้ดีว่าการอ่านคำนิยามเชิงวิชาการ เช่น การอธิบายคำว่า “สุขภาวะเป็นเรื่องของทุกคน และทุกคนเป็นเรื่องสุขภาวะ” หรือ “สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นเรื่องของชีวิตนี้ ไม่ใช่ชีวิตหลังตาย”



รวมไปจนถึงการแสดงทัศนะเรื่องที่มาของความเหลื่อมล้ำทางสังคม และโครงสร้างเชิงอำนาจทางสังคมระหว่างบ้านกับเมือง เป็นต้น

ในทุกๆ บทความที่ถ่ายทอดนี้ยืนยันถึงความเชื่อมั่นของ “ลุงริน” ว่า การเยียวยาความทุกข์โทรมของสังคมหรือป้องกันมิให้สังคมเกิดการพังครืนลงมานั้น ต้องใช้แนวคิดชุมชนหมู่บ้านเป็นตัวตั้ง ปลูกชุมชนให้ตื่นรู้และมีขีดความสามารถจัดการตนเอง โดยใช้ฐานรากทางวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ และทุนทางสังคม มาเป็นพลังฟื้นคืนสำนึกใหญ่ที่ทุกคนต่างมีอยู่ในตัวตนกันอยู่แล้ว

ง่ายๆ แต่ลึกซึ้งเช่นนี้เอง ที่ทำให้การสื่อสารของ “ลุงริน” มีส่วนสร้างการเรียนรู้ที่แผ่ขยายออกไปในทุกพื้นที่ที่ “ลุงริน” ไปพบปะเยี่ยมเยือน

ขอขอบคุณ “ลุงริน” ที่เป็นอาจารย์ทางจิตวิญญาณของผู้คนจำนวนมาก รวมทั้งตัวดิฉันเองด้วย

ขอให้ผู้อ่านอิมเมมกับหนังสือ “บ้านๆ” เล่มนี้ และหากจะร้องเพลงโปรดหลายเพลงของ “ลุงริน” คลอไปด้วยก็ย่อมดีงาม

รศ. ดร. วิลาสินี พิพิธกุล  
อดีตผู้อำนวยการสำนักสร้างเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ  
(สำนัก ๕ สสส.)  
ปัจจุบัน ผู้อำนวยการสถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส



# คำนิยม

.....

สุรินทร์ กิจนิตยชีวี : ประชาชนแห่งทวีป  
ผู้บุกเบิกการออกแบบนวัตกรรมห้องเรียนและชุมชน  
สู่ชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Learning Community)

๘

เอ่ยชื่อคุณลุงริน แวดวง สสส. เราจะคิดถึงหนุ่มใหญ่วัยกว่า ๘๐ ที่ยังกระฉับกระเฉง ปฏิบัติดี ทั้งความคิดและการขยับกาย ผู้พกพาใบหน้าที่เปื้อนยิ้มจนตาหยีและเสียงหัวเราะที่ก้องกังวาน อยู่ใกล้คุณลุงรินต้องตามให้ทันอารมณ์ขันและการหัวเราะมุกที่แพรวพราวอย่างหาตัวจับยาก

เมื่อคุณลุงรินมานั่งนิ่งๆ จรดปากกาเขียนหนังสือบอกเล่าประสบการณ์และเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิต จึงย่อมนิยามเพราะยุคที่ “ครูของแผ่นดิน” ท่านนี้ปลุกให้เมืองตื่นรู้ กอบกู้ชุมชนเชื่อม ๒ ภาว คน ๒ รุ่น ทั้งโรงเรียนและชุมชน ให้กลับมาเอื้อกัน ไม่เพียงสร้างอานิสงส์แก่ชาวสาคลีและศรีอยุธยาเท่านั้น แต่ยังเป็นปฏิบัติการทางสังคมรุ่นบุกเบิกที่ใช้ให้เห็นผลมาจนปัจจุบัน ด้วยกลยุทธ์ “3S” นั่นคือ



- ทำให้คนเกิดศรัทธา-พึ่งพาตนเอง : self reliance
- ทำให้คนเกิดความเชื่อมั่นในพลังความรู้ความสามารถของตนเอง : self confidence
- ทำให้คนเกิดจิตสำนึก รู้สึกเป็นเจ้าของในสิ่งที่ได้ลงมือทำ : self belonging

เช่นนี้ เมื่อเราได้อ่านผลงานที่ถ่ายทอด ย่อมได้เลนส์ตา และ ส่องทางความคิดจากทั้งของคุณลุงรินและของผู้อ่านไปพร้อมๆ กัน

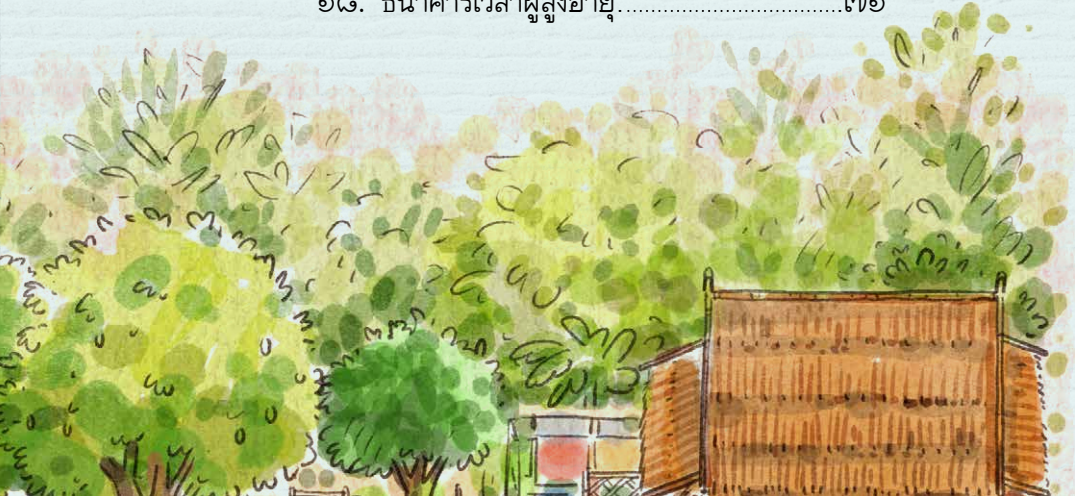
สุดใจ พรหมเกิด  
ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.



နာရီပုံ



เล่าเรื่องราว.....	๑๖
๑. สุขภาวะ.....	๑๘
๒. ชุมชน.....	๒๐
๓. กระยาสารท.....	๒๔
๔. การเรียนรู้.....	๒๖
๕. ยุทธการทาบกิ่ง.....	๒๘
๖. ผีร้องควาน.....	๓๐
๗. ซ้อนกลาง.....	๓๕
๘. จน เครียด กินเหล้า.....	๓๘
๙. สสส. ของเรา.....	๔๑
๑๐. เศรษฐกิจตาโต.....	๔๕
๑๑. สุขภาวะตระกูล ส.....	๔๘
๑๒. ภาษีบุญ.....	๕๐
๑๓. เพชรบุรีแดนใจ.....	๕๓
๑๔. ร้อยปีสามชุก.....	๕๖
๑๕. รักสุขภาพ.....	๖๐
๑๖. อีสานเขียว.....	๖๒
๑๗. จิตวิญญาณ.....	๖๘
๑๘. ธนาคารเวลาผู้สูงอายุ.....	๗๐





๑๙. HAPPY MONEY.....	๗๔
๒๐. วัฒนธรรมหมอลำ.....	๗๗
๒๑. เพชรบ้านแฮด.....	๘๐
๒๒. ท่าแกมวียงงาม.....	๘๔
๒๓. สังคมเปลี่ยน คอร์รัปชั่น.....	๘๗
๒๔. อาหารชาวเขา.....	๙๐
๒๕. ชาวนารอดที่นาไร่.....	๙๓
๒๖. หลาดใต้โหนด.....	๙๖
๒๗. แก้มใส.....	๙๙
๒๘. บ้านสันติสุข.....	๑๐๒
๒๙. ศาสนสัมพันธ์.....	๑๐๘
๓๐. คนสวยไพศาราม.....	๑๑๑
๓๑. ปฎิสังขาโยฯ.....	๑๑๔
๓๒. ชีวิตวิถีใหม่ท่าพระ.....	๑๑๗
๓๓. อยู่ข้างอยู่น้ำกรุงเก่า.....	๑๒๑
๓๔. ปฎิวัติชุมชนคนสามอ่าว.....	๑๒๖
๓๕. กอดโคราช.....	๑๒๙
๓๖. ยิ้มอุตรดิตถ์.....	๑๓๒



๓๗. ลั่นทุ่งไทรภูเขา.....	๑๓๖
๓๘. กรุงเทพฯ มหานครแห่งการอ่าน.....	๑๓๙
๓๙. ปาฏิหาริย์.....	๑๔๔
๔๐. เกษตรยับเขิน.....	๑๔๘
๔๑. บ้านเย็นแซ.....	๑๕๒
๔๒. I SEE U.....	๑๕๗
๔๓. สานพลังฟาง.....	๑๖๐
๔๔. ออนไลน์การเรียนรู้.....	๑๖๓
๔๕. ผู้เฒ่าผู้แก่กรุงเก่า.....	๑๖๖
๔๖. ปลาเห็ด.....	๑๖๙
๔๗. ยายหลอย.....	๑๗๒
๔๘. พระแม่คงคา.....	๑๗๖
๔๙. พริกกะเกลือ.....	๑๘๐
๕๐. อย่าทิ้งชาวนา.....	๑๘๓
เล่าท้ายเรื่อง.....	๑๘๘
ประวัติ “ลุงริน”.....	๑๙๐







## เล่าเรื่อง



**๒๒** รกตั้งสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ปลายปี ๒๕๔๔ คุณหมอสู่गर บัวสาย ผู้จัดการ สสส. ชวนผู้เล่ามาทำงานด้วย ตอนนั้นผู้เล่ายังไม่รู้จักว่า สสส. คืออะไร จึงออกตัว แต่คุณหมอบอกว่าไปเรียนรู้ก็จะรู้เองว่าเป็นอะไร ผู้เล่า จึงแบ่งรับแบ่งสู้ดูงานก่อน

ครั้งนั้นไปที่ตึกเอสเอ็มทาวเวอร์ สนามเป้า พหลโยธิน เห็นตึก สูงตระหง่านฟ้า ชั้นลิฟต์ถึงชั้นที่ ๓๔ พบบุคคลสำคัญของบ้านเมือง มากมาย ผู้เล่ารู้จักเพียงสองสามท่าน จึงตื่นเต้นประหม่ากลัว ในใจ คิดว่า “ไม่ไหวกรรมัง”

แต่แปลกแท้! ทุกท่านมีท่าทางเป็นกัลยาณมิตร มิได้ทำตัว เป็นคนเจ้ายศเจ้าอย่างเหมือนข้าราชการในชนบท เจ้าหน้าที่ทุกสำนัก ทุกระดับก็ให้เกียรติครุบ้านนอก มีอภยาศัยไมตรีต่อผู้เล่า ความประหม่า จึงผ่อนคลาย ใจชื้นขึ้น คิดว่า “หรือจะพอไหว”

เขาแต่งตั้งให้ผู้เล่าทำอะไรก็รับหมด ทั้งที่ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร ท้องคาบของคุณหมอสู่गरไว้ “แหม...แค่ชื่อเต็มของ สสส. ก็ยังลำดับ ไม่ถูก แล้วยังมีคำศัพท์วิสัยทัศน์ พันธกิจ ยุทธศาสตร์ มีความหมาย อย่างไรก็ไม่เคยสดับมา”

ประดุกเขียวذنอยในสระจ้อย มาเห็นทะเลกว้างตะลึงงัน



เริ่มต้นที่กรรมการกองทุน กรรมการที่ปรึกษา กรรมการแผนหลายสำนัก กรรมการกำกับทิศ และงานเฉพาะกิจ ผู้เล่าทำอยู่หลายสมัย ไม่สู้จะถนัดงานประชุม แต่ก็ทำด้วยใจ ทว่าที่มีความชัดเจนมาก่อนก็คือ ปฏิบัติการภาคสนามกับกลุ่มเป้าหมาย

เรื่องเล่าในเล่มนี้ทั้งหมดเกิดจากแรงบันดาลใจ “๒๐ ปี สสส.” จึงบันทึกเป็นความทรงจำจากประสบการณ์ตรงหน้างาน ว่าครั้งหนึ่งในชีวิตเคยร่วมงานสำคัญกับ สสส. ขับเคลื่อนงานสุขภาพคนไทยให้กับบ้านเมือง ทั้งเชิงประเด็น พื้นที่ องค์กร และกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ

ให้ความสำคัญกับชีวิตชาวบ้าน เด็ก เยาวชน คนเล็กคนน้อย ซึ่งเป็นคนหมู่มากในสังคม เขาเป็นคนฐานล่างซึ่งเป็นฝ่ายถูกกระทำให้เกิดทุกขภาวะ จะพูดจาสื่อสารกับเขาอย่างไรดีให้เข้าใจ เข้าถึง และเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

การเล่าเป็นการสื่อความหมายแบบบ้านๆ อาจตื่นเขิน ไม่ครอบคลุมเชิงลึกทางวิชาการ ผู้รู้โปรดอภัย

ขอขอบคุณคุณยอดขวัญ รุจน์กนกนาฏ คุณปณณชัช ยอดแสงรัตน์ คุณนิสา รัตนดิลก ณ ภูเก็ต คุณกรณิการ์ จิติยะวงษ์ คุณดอกฟ้า สันทราไชยสิทธิ์ คุณวิระ นิจไตรรัตน์ และคุณยุวดี งามวิทย์โรจน์ ที่ช่วยสืบค้นข้อมูลงานเขียนสำเร็จด้วยดี

โดยเฉพาะคุณยุวดี งามวิทย์โรจน์ นอกจากจะช่วยสืบค้นข้อมูลแล้ว ยังช่วยประสานงานกับผู้กล่าวถึงข้างต้นนั้นด้วย ขอขอบคุณอีกครั้ง

“ลุงริน”

๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕



## สุขภาพ:

**ก** การประชุมคณะกรรมการบริหารกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สมัยแรก คุณหมอสู่गर บัวสาย ผู้จัดการ สสส. เรียนเชิญอาจารย์ประเวศ วะสี ที่ปรึกษากรรมการกองทุนฯ มาทำความเข้าใจ “สุขภาพะ” ให้ตรงกัน

**คุณหมอ :** ท่านอาจารย์ครับ สุขภาพะคืออะไร

**อาจารย์ :** คือสุขภาพแนวใหม่ มีสี่ด้าน คือด้านกาย จิตใจ สังคม และด้านปัญญา ทุกด้านเป็นองค์รวม มิได้แยกส่วน ซึ่งล้วนเชื่อมโยงสัมพันธ์กันหมด

**คุณหมอ :** แตกต่างจากแนวเก่าอย่างไรครับ

**อาจารย์ :** แนวเก่าโดยความคิดทั่วไปมุ่งเน้นการบำบัดรักษา ซึ่งเป็นเรื่องปลายเหตุ พอพูดถึงสุขภาพกันก็จะนึกถึงโรงพยาบาล หมอ และพยาบาล แต่แนวใหม่มุ่งเน้นการสร้างสุขภาพดีเป็นหลัก ต่อเมื่อเหลือกำลังค่อยไปหาหมอ





**คุณหมอ :** ทำไมใช้คำว่า “สุขภาพวะ”

**อาจารย์ :** เพื่อกระตุ้นความคิดคนให้มีมุมมองใหม่ วิถีคิดใหม่ เรื่องสุขภาพ ควรมุ่งเน้นเรื่องสุขภาพดีแทนการซ่อมสุขภาพเสีย และสุขภาพเป็นเรื่องของชีวิต เป็นเรื่องของเรา มิใช่เรื่องของหมอเท่านั้น ต้องดูแลตนเองขึ้นพื้นฐานก่อน ไม่ผลักภาระให้หมอฝ่ายเดียว

**คุณหมอ :** ในส่วนของ สสส. มีภารกิจตรงไหนครับ

**อาจารย์ :** เรามิได้มีหน้าที่ไปทำเอง แต่มีหน้าที่สนับสนุนให้ภาคีไปทำ สร้างเสริมสุขภาพให้คนไทยทุกคนบนแผ่นดินมีสุขภาพดี

**คุณหมอ :** ภาคีที่กล่าวถึงคือใคร ไปทำอย่างไรครับ

**อาจารย์ :** คือภาคส่วนต่างๆ ของสังคมไทย เช่น ภาคเอกชน ประชาสังคม ภาคท้องถิ่นท้องที่ ภาควิชาการ ภาครัฐ-ราชการ ภาคธุรกิจเพื่อสังคม รวมทั้งภาคสื่อสารสาธารณะประโยชน์ให้ทั่วถึงกัน

ถามว่าไปทำอย่างไร มิใช่ทำเพียงกิจกรรมเท่านั้น แต่ต้องทำเชิงยุทธศาสตร์สามข้อ คือ พลังความรู้ พลังนโยบายสาธารณะ



และพลังภาคประชาสังคม ทำงานร่วมกันแบบบูรณาการ หวังผล  
การเปลี่ยนแปลงเชิงระบบและโครงสร้าง

## สุขภาวะเป็นเรื่องของทุกคน และทุกคนเป็นเรื่องสุขภาวะ

จากนั้นที่ประชุมมีการไต่ถาม เสนอความคิดเห็นให้ครบถ้วน  
สมบูรณ์ ชักชวนความเข้าใจให้ตรงกัน จนสิ้นสุดการประชุม  
ผู้เล่าในฐานะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิด้านการเรียนรู้ ไม่เคยสตั๊ป  
ประเด็นเหล่านั้นมาก่อน ยังสับสนอยู่ เท่าที่จับประเด็นได้คือ  
สุขภาวะเป็นการแก้ปัญหาความเจ็บไข้ได้ป่วยที่ต้นเหตุ ตรงกับ  
หลักการของพระศาสนา น่าจะเป็นเรื่องที่ถูกต้อง

มีถ้อยคำอยู่สามคำที่เป็นกุญแจไปสู่ความสำเร็จ คือ

๑. สุขภาพองค์รวม ๒. ยุทธศาสตร์สามพลัง ๓. การบูรณาการ  
ผู้เล่ายังพรัมัวอยู่ ต้องกลับไปทำความเข้าใจให้แจ้ง

กังวลใจอยู่ว่าจะสื่อสารกับชาวบ้านให้เข้าใจได้อย่างไร

วันนั้นท่านอาจารย์ประเวศ วะสี ได้เปิดกบลาทศน์ของผู้เล่า  
ให้สว่างวาบขึ้น **สุขภาวะเป็นทั้งหมดของชีวิต สังคม และธรรมชาติ  
แวดล้อม** ผู้เล่าเห็นช่องทางทำประโยชน์สุขของผู้คนให้เกิดขึ้นบน  
แผ่นดินไทย

ขอคารวะแด่ท่านอาจารย์ ผู้จุดคบไฟทางความคิดด้านสุขภาวะ  
ให้แก่สังคมไทย



ค

รั้งหนึ่งหลังเสร็จสิ้นการประชุมคณะกรรมการกองทุน สสส.

คุณหมอมงคล ณ สงขลา ได้พูดคุยไต่ถามผู้เล่าดังนี้

**คุณหมอ :** ครูริน ได้ยินครูพูดถึง “ชุมชน” บ่อยครั้ง  
มันคืออะไร ก็เขาเชื่อกันว่าล่มสลายไปหมดแล้ว

**ผู้เล่า :** ครั้นท่านอาจารย์ ชุมชนหมายถึง ชุมชน หมู่บ้าน  
หรือ “บ้าน” ซึ่งเป็นตัวตนของชาวบ้านที่มีในภาคเมืองและชนบท  
ช่วง ๖๐ ปีที่ผ่านมาถูกทำลายไปมาก แต่ยังไม่ถึงกับล่มสลาย  
ชีวิตชุมชนยังคงอยู่

**คุณหมอ :** ชุมชนหมู่บ้านมีความสำคัญอย่างไรหรือ และอะไร  
เข้าไปทำลายหมู่บ้าน

**ผู้เล่า :** ในเชิงประวัติศาสตร์ สังคมไทยประกอบไปด้วย “บ้าน  
กับเมือง” บ้านเกิดก่อนเมือง อยู่ฐานล่าง เป็นสถาบันที่รองรับ  
การอยู่ร่วมกันของคนหมู่่มาก เมืองเกิดทีหลังบ้าน อยู่ข้างบน คือ  
ผู้คนที่อยู่ในภาครัฐ-ราชการ นักวิชาการ นักการเมือง นักธุรกิจ





กลุ่มทุนเสรี เป็นคนส่วนน้อยแต่มีอำนาจมาก เมืองนี้แหละครับ  
ที่เข้าไปทำลายความเป็นอยู่ของชาวบ้าน

**คุณหมอ :** ใช้อะไรไปทำลาย และส่งผลกระทบต่ออย่างไร

**ผู้เล่า :** ใช้อำนาจของตนเข้าไปควบคุม บีบบังคับชาวบ้าน พัฒนาระบบเศรษฐกิจรองรับผลประโยชน์ของตน โดยมีภาครัฐเอื้ออำนาจด้วยกฎหมายข้อบังคับต่างๆ ให้คนฐานล่างยอมจำนน ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจหมู่บ้านไทยจนมีอาการรื้อแร่ไร้ทางออก อดอยากยากจน ร่ำรวยมหาศาลแค่คนในภาครัฐ นักการเมือง กลุ่มทุนเสรีผูกขาด ทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำต่ำสูงด้านเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง เป็นต้นเหตุให้เกิดความรุนแรงหลายรูปแบบ ถ้าหยุดยังไม่ได้ จะเกิดสงครามกลางเมือง

๒๒

เรื่องโครงสร้างเชิงอำนาจทางสังคมระหว่างบ้านกับเมืองจะมองเห็นยาก ถ้าบ้านชำรุดทรุดโทรมจะไม่สามารถรับน้ำหนักเมืองซึ่งอยู่ข้างบนได้ จะเกิดอะไรขึ้น มีเหมือนพระธาตุพนมที่พังครืนลงมาพังองค์หรือหกรือ

**คุณหมอ :** ครั้งที่ผมทำงานที่กระทรวงสาธารณสุขก็เห็นประเด็นนี้มา แต่ทำอะไรไม่ได้ เพราะมันไม่ใช่ฐานงาน แก้ปัญหาโดยการสร้างโรงพยาบาลมากขึ้น สร้างบุคลากรทางการแพทย์มากขึ้น แต่โรคภัยไข้เจ็บคนไทยก็มีได้ลดลง กลับทวีความรุนแรงมากขึ้นภายใต้ข้อจำกัดนี้ สสส. จะทำอย่างไรบ้าง

**ผู้เล่า :** ทำได้มากครับ ใช้ประเด็นสุขภาพชุมชนเป็นตัวเดินเรื่องให้แนวคิดชุมชนหมู่บ้าน ชุมชนท้องถิ่น เป็นตัวตั้ง ให้ภาคีมีบทบาทเป็นทีมส่งเสริมสนับสนุน ปลูกชุมชนต้นรู้ เกิดแรงบันดาลใจ สร้างชุมชนเข้มแข็ง มีขีดความสามารถจัดการตนเองเพื่อตอบโต้ทฤษฎีชีวิต



ชุมชนของตนท่ามกลางกระแสการพัฒนาด้านเศรษฐกิจทุนนิยม  
สร้างหมู่บ้านไทยยั่งยืน

ผู้เล่าเห็นคุณหมอส่งบ่หนึ่งครุ่นคิดอะไรอยู่ ท่าทางเป็น  
นายแพทย์ที่มองอะไรมากกว่าโรคภัยไข้เจ็บ คงมองเห็นคน เห็นชุมชน  
เห็นสารทุกข์ของชาวบ้านด้วย

ขอคารวะนายแพทย์ใหญ่ผู้มีหัวใจแห่งความเป็นมนุษย์



# ๓

## กระษาสารท



จากเวทีสัมมนาแผนงานบูรณาการของ สสส. มีผู้เข้าร่วมจำนวนมากจากหลายภาคส่วน จากคณะกรรมการกองทุน จากคณะกรรมการแผน เจ้าหน้าที่ และภาคีเครือข่าย

คุณหมอสุภกร บัวสาย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินรายการ ให้แต่ละฝ่ายแสดงความเห็น และช่วงหนึ่งหันมาถามผู้เล่า

คุณหมอ : ลุงรินครีบ ในสายตาของชาวบ้าน บูรณาการคืออะไร แบบไหน

ผู้เล่า : กระษาสารทครับ แบบร่วมแรงร่วมใจทำ

คุณหมอ : กระษาสารทจะเป็นบูรณาการได้อย่างไร



**ผู้เล่า :** เป็นเชิงรูปธรรมครับ มีสามส่วน ๑. หลายคนมาร่วมกันทำหน้างาน ๒. ทุกคนรู้เป้าหมายกระบวนการทำ ๓. ได้ตัวกระยาสารทั้งเชิงผลผลิตและผลลัพธ์ และปัจจัยการผลิตทั้งหมด

ได้กระยาสารที่เกิดคุณสมบัติใหม่ คุณภาพใหม่ที่ต่างไปจากเดิม ทุกคนเป็นความสำเร็จร่วม

**คุณหมอ :** มีประเด็นสุขภาพใหม่ อยู่ตรงไหนบ้าง

**ผู้เล่า :** มีในทุกขั้นตอน ขั้นตอนแรกมีประเด็นสุขภาพด้านสังคม ทุกคนอยากทำ ไม่มีความเหลื่อมล้ำ ขั้นตอนที่ ๒ มีประเด็นสุขภาพด้านจิตตปัญญา เพราะรู้เป้าหมายและประกอบภารกิจทิศทางเดียวกัน ขั้นตอนที่ ๓ ได้ตัวกระยาสาร กินกระยาสารได้ทำบุญให้พระ ได้แจกแจกเครือญาติ ได้สุขภาพองค์กรมวลสี่ด้าน

กระยาสารคือผลผลิตทางวัฒนธรรมชุมชนหมู่บ้านที่ยึดโยงกับคน ยึดโยงกับทรัพยากรธรรมชาติแวดล้อม ยึดโยงกับคตินิยม ความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม มโนธรรมสำนึก

เป็นสุขภาพที่สืบทอดมาของชีวิตวัฒนธรรม ชาวบ้านไม่รู้เชิงวิชาการด้านสุขภาพ แต่รู้ว่านี่คือตัวตนและจิตวิญญาณของชุมชนหมู่บ้าน เป็นความจริง ความดีงาม ความสุข ความผูกพันกับเครือญาติและเพื่อนบ้านอย่างยั่งยืน

**คุณหมอ :** ครอบคลุมแล้วทำกระยาสารทรงมัง

**ผู้เล่า :** ทำทุกปี เพราะบุตรหลานและเครือญาติอยู่กับคนละทิศละทาง ปีหนึ่งก็กลับมาสู่ครอบครัว บ้านเราทำกระยาสารพร้อมกัน กระยาสารเป็นทั้งเครื่องมือและเป้าหมายร่วมแห่งความดีงามและความสุข





## การเรียนรู้

**ปี** ๒๕๔๘ ผู้เล่าทำหน้าที่ประธานแผนการเรียนรู้สู่สภาวะ  
 คณะกรรมการประกอบไปด้วยผู้ทรงคุณวุฒิหลายสาขา  
 กำหนดแผนให้ภาคีภาคส่วนต่างๆ ดำเนินการให้บรรลุผลลัพธ์ตาม  
 ตัวชี้วัด

๒๖

**วิบูลย์ :** ประธานครับ การเรียนรู้คืออะไร

**ประธาน :** คือมรรควิธีการเรียนเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งรู้หรือ  
 ความรู้ที่ต้องการ ความรู้กับการเรียนรู้เป็นคนละส่วนแต่สัมพันธ์  
 เชื่อมโยงกัน

ความรู้นั้นแม้ยุคสมัยเปลี่ยนก็ตายตัว แต่กระบวนการเรียนรู้  
 เป็นพลวัต เคลื่อนไหว ใช้ได้ทุกยุคสมัย

**วิบูลย์ :** กระบวนการเรียนรู้มีกี่ขั้นตอน

**ประธาน :** มีสามขั้นตอน ๑. ขั้นรับรู้ใหม่กับสิ่งใหม่ที่มา  
 เกี่ยวข้องกับชีวิต ๒. ขั้นทำความเข้าใจกับสิ่งใหม่สถานการณ์ใหม่  
 ให้รู้ความจริงในประเด็นนั้นๆ เทคโนโลยีนั้นๆ มารับใช้ชีวิต  
 ๓. ขั้นสร้างความชัดเจนชีวิต สร้างความรู้ใหม่ให้กับตนเอง



มารับใช้การปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ ผู้ใดสร้างความรู้ใหม่ได้  
ก็จะสร้างนวัตกรรมได้

**วิบูลย์ :** การเรียนรู้ที่ดีเป็นแบบไหน

**ประธาน :** แบบที่ใช้ชีวิตจริงของผู้เรียน เข้าถึงสติและปัญญา  
นำมาตอบใจทथี่ชีวิต ชุ่มช่น สัจคม และธรรมชาติแวดล้อมได้

แต่การศึกษาเล่าเรียนในสถานศึกษาจะมุ่งเน้นความรู้ความจำ  
เพื่อนำไปตัดเกรดและสอบแข่งขัน นักเรียนต้องท่องความรู้ให้มาก  
เกิดความเครียด สำลักความรู้ ทำให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนเป็น  
ความรุนแรง บางคนเกลียดการศึกษาไปเลย เพราะไปสร้างความรู้สึก  
ว่าล้มเหลวทางการศึกษา ในความเป็นจริงเขาเป็นโรครการศึกษาทำ

**วิบูลย์ :** ชาวบ้านทั่วไปเรียนรู้แบบไหน

**ประธาน :** เรียนรู้ชีวิตจริงเพื่อให้ตนเองอยู่รอด เรียนรู้ในสิ่ง  
ที่ฝึกทำ และฝึกทำในสิ่งที่เรียนรู้ มีกระบวนการแบบสุ จิ ปุ ลิ  
กับผู้รู้หรือครูผู้สอน

**วิบูลย์ :** แผนการเรียนรู้ของคณะเราเป็นแบบไหน

**ประธาน :** ก็เป็นแบบเรียนรู้ที่กล่าวมา แต่มีสุขภาพของคร้รวม  
เข้าสู่กระบวนการเรียนรู้ด้วย จนเกิดเป็นสุขนิสัยในชีวิตประจำวัน

จากชีวิตสุขภาพ สู่สังคมสุขภาพ เป้าหมายร่วมอยู่ที่  
จุดเปลี่ยนประเทศไทย “Inspiring Thailand”



## ยุทธการทาบกิ่ง



๒๘

**ท** ลังเสด็จสิ้นการประชุมกรรมการแผนเรียนรู้สู่สุขภาพ  
ท่านอาจารย์สุมน อมรวิวัฒน์ ถามผู้เล่าว่า

**อาจารย์สุมน :** เวลาคุณครูลงไปทำงานในพื้นที่กลุ่มเป้าหมาย  
มีมรรควิธีสร้างการเรียนรู้แบบไหนคะ

**ผู้เล่า :** ใช้กระบวนการเรียนรู้เชิงรูปธรรมแบบบ้านๆ นำประเด็น  
สู่ จิ ปุ ลิ เป็นตัวเดินเรื่องให้ทราบว่าเขากำลังทำอะไรอยู่ เพื่ออะไร  
ผมก็จะสร้างเสริมประเด็นสู่สุขภาพเข้าเป็นเนื้อในสู่ชีวิตจริงของเขา  
ขยายตัวสู่ครอบครัวและชุมชน

**อาจารย์สุมน :** พุดเป็นรูปธรรมได้ไหมคะ



ผู้เล่า : เมื่อสัปดาห์ที่แล้วคุณอุ้ม-เบญจมาภรณ์ ลิมปิษเฐียร ผอ. สำนักศูนย์การเรียนรู้ เชิญผมไปพบชาวบ้านที่ชุมชนบ่อนไก่ ใกล้สำนักงาน สสส. ได้พูดคุยกันดังนี้

ผู้เล่า : พี่น้องครับ กำลังทำอะไรกันอยู่ ทำอย่างไร

ชาวบ้าน : เรากำลังสร้างบ้านมั่นคงกันอยู่ เอาแรงกันหลังถูกไฟไหม้ บ้านมั่นคงมีความหมายว่าต้องมีอะไรมากกว่าตัวบ้านที่มาเกี่ยวข้องให้ครอบครัวมั่นคง

ผู้เล่า : มีอะไรบ้างครับ

ชาวบ้าน : มีอาชีพมั่นคง จิตใจมั่นคง การศึกษาหลากหลายมั่นคง ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

ผู้เล่า : ดีมาก มีสุขภาพมั่นคงไหม

ชาวบ้าน : ก็มีสิ เจ็บป่วยขึ้นมาก็ไปหาหมอ

ผู้เล่า : ไม่ใช่แบบนั้น นั่นรอให้เจ็บป่วยก่อนจึงไปหาหมอ แต่ผมหมายความว่ามีการดูแลตนเองไม่ให้ป่วย และมีการสร้างสุขภาพดี มีการป้องกันตนเองไม่ให้ประสบอุบัติเหตุ เหล่านี้จะมีไหม

ชาวบ้าน : ไม่มี ถ้าให้มีจะทำได้หรือ

ผู้เล่า : ทำได้ไม่ยาก ถ้าทำแล้วจะไม่ค่อยเจ็บป่วย ไม่ต้องเสียเงินเสียเวลาไปหาหมอ และเมื่อมีสุขภาพดีแข็งแรง ร่างกาย กระฉับกระเฉง ขยันทำงานทำอาชีพ มีรายได้เพิ่มขึ้นก็จะมีเงินออมเหลือ นำไปผ่อนชำระค่างวดให้สหกรณ์ นำไปเป็นค่าใช้จ่ายการศึกษา บุตรหลาน จะทำให้บ้านมั่นคงไหม

ชาวบ้าน : ใช่ เป็นประโยชน์มาก แล้วจะทำอย่างไร

ผู้เล่า : ถ้าเป็นเช่นนั้นก็ ผอ. ศูนย์ฯ ท่านนี้แหละครับ ท่านชื่ออุ้ม อยู่ที่ สสส. ใกล้บ้านพี่น้องนั่นเอง จะช่วยพี่น้อง





ตามที่คุณกล่าวถึง เชิญ ผอ. อุ้มพุดคุยได้เลยครับ

ท่านอาจารย์สุมนครับ มรรควิธีที่ผมใช้ในการเรียนรู้กับ  
ชาวบ้านจะทำแบบนี้แหละครับ

**อาจารย์สุมน :** ดิฉันเข้าใจแล้ว มรรควิธีการเรียนรู้แบบที่  
คุณครูเล่ามานั้นเรียกว่า “ยุทธการทาบกิ่ง” หมายความว่า สิ่งที่เขา  
กำลังทำอยู่เป็นต้นตอเป็นฐาน ให้เราต่อยอดต้นสู่สภาวะในความคิด  
ของเขาไม่ให้เลือนลอย

ผู้เล่ากล่าวขอบคุณท่านอาจารย์สุมน อมรวิวัฒน์ ท่านใช้  
ถ้อยคำสละสลวยสมกับเป็นปราชญ์ราชบัณฑิต ทำให้ผู้ฟังเข้าถึง  
เข้าใจประเด็นงานที่กำลังทำอยู่



# ๖

## พิรังดาฯ

๑

ณตึง-สุภาวดี หาญเมธี จัดเวทีสัมมนา “เครือข่ายครอบครัวเข้มแข็งด้านสุขภาวะ ๔ ภาค” ณ สถาบันรักลูก ประชาชนกรุงเทพฯ ได้เชิญนายแพทย์เสม พริ้งพวงแก้ว เป็นประธาน อาจารย์อ้อย-เพ็ญพรรณ จิตตะเสนีย์ มอบให้ผู้เล่าไปมีส่วนร่วมในงานนี้ด้วย นายแพทย์เสมได้กล่าวเปิดการประชุมความว่า “สถาบันครอบครัวเป็นหน่วยเล็กที่สุดทางสังคม แต่ก็มี ความสำคัญสูงสุด เพราะเป็นฐานรากชีวิตให้เจริญเติบโตทั้งทางกาย และจิตใจ ถ้าครอบครัวอ่อนแอหรือล่มสลายจะสร้างปัญหาให้กับ บ้านเมือง แต่ถ้าเข้มแข็งจะเป็นพลังให้บุตรหลานมีคุณภาพชีวิต สร้างบ้านเมืองให้เป็นประชาธิปไตยในอนาคต”

หลังจากนั้นก็มีกรวิเคราะห์สถานการณ์ครอบครัวไทย ได้ข้อสรุปว่าเป็นครอบครัวอ่อนแอ ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว เศรษฐกิจไม่ดี ในชนบทพ่อแม่ทำงานในเมือง ลูกหลานให้ปู่ย่าตายายดูแล หนี้สิน พอกพูน โดยรวมอยู่ในภาวะวิกฤต





พิธีกรเชิญผู้เล่าให้ข้อคิดให้ความคิดเห็นในเวที

**ผู้เล่า :** ผู้นำครอบครัวทุกท่านทุกภาคที่รักทั้งหลาย ข้อมูลจากการนำเสนออยู่แล้วน่าจะแล้ว แต่ยังมีครอบครัวที่เข้มแข็ง แม้จะมีจำนวนน้อยแต่ก็ทำให้เห็นทางเลือกทางรอดได้

๑. ด้านแนวคิดพื้นฐาน ครอบครัวเข้มแข็งด้วยอะไร

นำเสนอตรงกันทุกภาค คือ เข้มแข็งด้านเศรษฐกิจ ต้องพึ่งตนเองได้ สมาชิกต้องมีโนธรรมสำนึกรับผิดชอบร่วมกัน

ภจชิตบอก พ่อต้องเป็นพ่อ แม่ต้องเป็นแม่ ลูกต้องเป็นลูก ทุกคนทำหน้าที่ตามหลักศาสนธรรมทีศ ๖ แต่ในภาวะวิกฤต ถ้าต่างคนต่างทำจะไม่สำเร็จ ต้องรวมตัวกันเป็นกลุ่มเป็นเครือข่าย สร้างครอบครัวชุมชนให้เป็นชีวิตวัฒนธรรมชุมชนที่เคยมีมาในอดีต แต่ทุกวันนี้หลงลืมไป

๒. แนวปฏิบัติที่มุ่งสร้างเศรษฐกิจปากท้องก่อน มีการช่วยเหลือแบ่งปันกัน มุ่งสร้างเสริมเศรษฐกิจชุมชน ทำธุรกิจการตลาดให้อยู่รอดร่วมกัน เมื่อครอบครัวพึ่งตนเองได้ก็จะสร้างคุณภาพชีวิตได้

๓. ปัจจุบันภาครัฐ-ราชการ นักวิชาการ ท้องที่ท้องถิ่น และภาคประชาสังคม ตระหนักรู้และเข้ามาช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุน ต้องดึงศักยภาพของหน่วยงานเหล่านี้มาช่วย

กลไกสำคัญที่สุดก็คือ ผู้นำ ที่นำสร้างครอบครัวให้เข้มแข็งนี้แหละ ต้องปลุกทุกครอบครัวให้ตื่นรู้ เกิดจิตสำนึก มีแรงบันดาลใจลุกขึ้นจัดการครอบครัวตนเอง ทั้งสามข้อนั้นก็จะเป็นบรรลุลผล

ช่วงสุดท้ายนายแพทย์เสมได้กล่าวให้ข้อคิดเห็น ให้กำลังใจ และกล่าวปิดการประชุมครั้งนี้



“เท่าที่ฟังการอภิปรายมา ถึงแม้สถานการณ์ครอบครัวถึงขั้นวิกฤต แต่ก็เห็นทางออก และมีความเป็นไปได้ถ้าร่วมแรงร่วมใจกัน ทำให้เต็มที่ เป็นเรื่องท้าทายคนไทยทุกคน

“หากผู้นำที่ร่วมเวทีในวันนี้ทำอย่างจริงจังก็สำเร็จ แต่ถ้าทอดยงก็จะไม่สำเร็จ ถ้ามีใครถอดใจเลิกทำ ผมตายเป็นผีก็จะตามมารังควาน ไม่ให้อยู่เป็นสุขได้ ผมเอาจริงนะ

“ผมมีความหวังว่า ถ้าประชาชนมีคุณภาพชีวิต เป็นพลเมืองที่ดี เขาก็จะมีจิตสำนึกสร้างบ้านเมืองให้เป็นประชาธิปไตย ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคมลดลง บ้านเมืองจะอยู่เย็นเป็นสุข

“เมื่อฟ้าสีทองส่องอำไพ ประชาชนจะเป็นใหญ่ในแผ่นดิน ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคน จงเดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ ขอปใจทุกคน ขอปิดการประชุม สวัสดิ์ดี”



# ๓

## ข้อกล่าวหา

**อ**าจารย์เล็ก-ลักขณา เต็มศิริกุลชัย กรรมการแผนควบคุมยาสูบ  
ชวนผู้เล่างานพื้นที่จังหวัดนครปฐม ผู้ประสานงานพาไปยัง  
ชุมชนเกษตรกรรมรายย่อย ไม่ห่างจากศูนย์เรียนรู้รูปโฉมโอโศกนัก

เราเดินดูสภาพแวดล้อมทั่วไปของชุมชน อาจารย์เล็กถาม  
ผู้ประสานงานว่า ชาวบ้านย่านนี้สูบบุหรี่มากไหม เขาตอบว่ามาก  
มีทั้งเด็กเยาวชนด้วย ในอดีตสูบบุหรี่แล้ว เดี๋ยวนี้สูบบุหรี่ของ

เขาสูบทำไม ผู้ประสานงานตอบว่าเพราะความเครียด  
ทำไมจึงเครียด เขาตอบว่าเพราะภาระหนี้สิน มองไม่เห็น  
ทางออก จึงระบายอารมณ์ไปที่กิน สูบ ดื่ม เสพ

แล้วเยาวชนเล่า เขาตอบว่าเพราะความเครียดเหมือนกัน  
ทำไมจึงเครียด เขาตอบว่าเพราะเป็นโรคการศึกษาต่ำ เขาเป็น  
ผู้ล้มเหลวทางการศึกษาที่เน้นท่องจำความรู้เพื่อระบบการแข่งขัน



เขาเป็นลูกหลานคนด้อยโอกาส เรียนไม่ทันเพื่อนๆ ในสาระ  
การเรียนรู้หลัก คือ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ  
จึงเกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบน เป็นความรุนแรงทางอารมณ์

ผู้เล่าสังเกตเห็นอาจารย์เลิกไม่สู้สบายใจ คงเครียดตามไปด้วย  
ผู้ประสานงานพาเราไปพบเกษตรกรครอบครัวหนึ่ง เขากำลังนั่งกิน  
อาหารกลางวันกัน เจ้าของบ้านต้อนรับด้วยอภัยยศัสมิตรี เชิญเรา  
กินอาหารด้วย เราขอรับประทานมาแล้ว

ผู้เล่า : คุณนำครับ ในสวนปลูกผลไม้อะไรไว้บ้าง

น้ำ : ปลูกส้มโอพันธุ์นครชัยศรีเป็นหลัก อย่งอื่นมีมะม่วง  
ขนุน มะละกอข้างนิดหน่อย มีพืชผักสวนครัว เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา  
ในเนื้อที่ประมาณ ๓ ไร่

ผู้เล่า : เอาไปขายที่ไหน

น้ำ : ไปขายส่งที่ตลาดริมถนนใหญ่ บางครั้งเขาก็มาซื้อเอง

อาจารย์เล็ก : ทำไมไม่ขายเอง

น้ำ : ไม่มีเวลาครับ เพราะงานในสวนมีมาก ถ้าไปจะเสียหาย  
แต่บางครั้งชาวบ้านก็มาซื้อกันถึงไร่

อาจารย์เล็ก : รายได้พออยู่ได้ไหม

ภรรยา : อยู่แบบกระเป๋ยดกระเสีร ปีใดเสียหายก็  
เป็นหนี้เพิ่มขึ้น ก็ต้องกู้ยืมเขามาต่ออายุ ค่าเล่าเรียนของลูกสองคนนี้  
ก็ขยับสูงขึ้นทุกปี ฉันทดูแลการเงินครอบครัวอยู่หายใจไม่ทั่วท้อง

ผู้เล่า : ไม่คิดเปลี่ยนอาชีพบ้างหรือ

ภรรยา : ฉันทคิดอยู่นะ แต่เราก็ไม่มีความรู้อะไรจะไปทำ  
อะไรได้ ปฐมอัสกมาชวนเราปลูกผักเกษตรอินทรีย์ ก็ยังไม่กล้า  
ตัดสินใจ ีรออยู่





เราพูดคุยกับเจ้าของบ้านพอสมควรแก่เวลา ก็กล่าวขอบคุณ  
ลงเรือจากมา อาจารย์เล็กถามผู้เล่า

**อาจารย์เล็ก :** ลุงริน ในวงกินข้าวทำไมไม่มีช้อนกลาง บางครั้ง  
ก็ยังเห็นใช้มือหยิบของกินในถาดด้วย

**ผู้เล่า :** สำหรับคนจนแล้ว เขาห่วงของที่จะกินมากกว่าวิธีกิน  
นี่ยังไม่พูดถึง “ของร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ” นะ

**อาจารย์เล็ก :** ไม่มีทางเปลี่ยนพฤติกรรมเลยหรือ

**ผู้เล่า :** มีทาง แต่ต้องหมดหนี้หมดสินก่อน หรือเขาเห็นทางออก  
ชัดเจน มั่นใจในทิศทางของเขาว่าทำได้จริง เขาถึงจะสนใจ เห็นความ  
สำคัญของ “วิธีกินตามหลักสุขอนามัย”





## ๖๖ เดวิด กิซเดซ่า

๓๘

๑

ณหอมศิริเกียรติ เหลียงกอบกิจ ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุน  
การควบคุมปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ ไปเยี่ยมผู้เล่าที่บ้านสาคลี  
คลองขนมจิน อำเภอสโน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผู้เล่า  
จึงพาท่านไปดูผืนนาในทุ่งกว้าง ซึ่งเป็นช่วงจะเก็บเกี่ยวข้าวในนา

คุณหอม : ลุงริน ข้าวสุกเต็มทุ่งเลย เหลืองอร่ามดูสวยงามมาก  
ปีนี้ชาวนาคงรวยเลย

ผู้เล่า : ไร่รวยหรือก แต่จะจนเหมือนเดิม

คุณหอม : ทำไมหรือ

ผู้เล่า : ข้าวที่เห็นอยู่นี้ ชาวนาเป็นผู้ทำ แต่ผลผลิตเป็นของ  
ผู้อื่นหมด

คุณหอม : แปลกมาก เป็นไปได้อย่างไร ของใคร

ผู้เล่า : เป็นของเจ้าของโรงสีข้าว เจ้าแกแราณค้า ธกส. เจ้าหนี้  
นอกระบบ เจ้าของนา และค่าแรงต่างๆ



คุณหมอม : เป็นไปได้อย่างไร

ผู้เล่า : เพราะผืนนาที่ทำน้ไม่ใช้ของชาวนา แต่เขาเป็นผู้เช่า  
ในอดีตเคยเป็นของเขามาช้านาน แต่พอเปลี่ยนมาทำนาแผนใหม่  
ตามนโยบาย “ปฏิวัติเขียว” ทำให้เขามีหนี้สินอึ้งตึ้ง จึงนำโฉนด  
ไปจำนองจองจำ เมื่อหมดทางไถ่ถอนก็ต้องขายใช้หนี้ เขาจึงต้องเช่า  
นาตัวเองทำอยู่

คุณหมอม : หมดทุ่งเลยหรือ

ผู้เล่า : เกือบหมด เหลืออยู่ประมาณ ๒๐ ไร่เท่านั้น แต่ก็มี  
แนวโน้มจะหลุดอีก

คุณหมอม : ปฏิวัติเขียวน่าจะดี นาหลุดได้อย่างไร

ผู้เล่า : หลุดเพราะปฏิวัติเขียวเป็นการทำนาเพื่อขาย หวังรวย  
เป็นที่ตั้ง จึงลงทุนมากกว่าลงทุน ขาดทุนทุกปี พอทุนหนี้สิน  
จนนาหลุด ในอดีตทำนาเพื่อกินก่อน ต่อเมื่อเหลือกินจึงขาย  
เป็นการทำนาลงแรงมากกว่าลงทุน ระหว่างทำนาอาจมีหนี้บ้าง  
แต่พอขายข้าวได้ก็นำไปไถ่ถอนหมด จึงเหลือกิน นาก็คงอยู่

คุณหมอม : เขาทำตนเอง

ผู้เล่า : ก็ถูก แต่ไม่ทั้งหมด เพราะทิศทางการพัฒนาประเทศ  
โดยให้ระบบเศรษฐกิจทุนนิยมเป็นตัวนำ ทำให้ชาวนาเสียเปรียบด้าน  
การตลาด เขาซื้อแพงขายถูก แต่ผู้ที่คุมการตลาดซื้อถูกขายแพง  
จึงเกิดสถานการณ์ “รวยกระจุก จนกระจาย”

คุณหมอม : หมายความว่าอย่างไร

ผู้เล่า : ผู้มีอำนาจกำหนดควบคุม “ธุรกิจการตลาด” ได้ ก็ร่ำรวย  
กระจุกตัวอยู่ที่ผู้มีอำนาจในทุนเสรี ทุนผูกขาด แต่ความยากจนกระจาย  
ตัวไปสู่ชาวนา ผู้ใช้แรงงาน ผู้บริโภค และผู้ด้อยโอกาสทั้งหลาย



ซึ่งเป็นคนหุ่่มาก

คนจนเหล่านี้มีความเครียดจากภาระหนี้สินท่ามกลางการ  
พัฒนาเศรษฐกิจกระแสทุนนิยม จึงกินเหล้าคลายความทุกข์ชั่วคราว  
พอหายเมา ความเครียดก็มาอีกเป็นวงจร “จน เครียด กินเหล้า”

คุณหมอพึ่งข้อมูลจากผู้เล่าแล้ว ไม่รู้ว่าเครียดไปกับคนจน  
หรือเปล่า เห็นจากทุ่งนาสาคลีไปด้วยอาการซึมๆ



**ย** คตันของ สสส. แม่ทองดี โพธิยอง แม่หญิงล้านนาจาก  
 สันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ  
 ด้านสังคมวัฒนธรรม ผู้เล่าไม่เคยรู้จักท่านมาก่อน  
 เราต่างมาจากชุมชนฐานล่าง

วันหนึ่งแม่ทองดีปรารภว่า “ครูสุรินทร์ เราสองคนเป็นชาวบ้าน  
 กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิเกือบทั้งหมดเป็นชาวเมืองผู้คงแก่เรียน เราพูด  
 อะไรเสนออะไร ท่านจะฟังหรือ”

สิ่งที่แม่ทองดีกล่าวนี้กระทบใจผู้เล่าอยู่ เป็นความกังวลใจลึกๆ  
 แต่ก็พูดปลอบใจเธอไปว่า “ฟังนะ ท่านใจกว้าง ไม่ได้ถือตัวว่าเป็นเจ้าขุน  
 มุลนายเหมือนข้าราชการบ้านเรา มีท่าทีเรียนรู้มากกว่าใช้อำนาจ คุณแล้ว  
 ไม่มีความเหลื่อมล้ำต่ำสูงด้านวุฒิทางการศึกษา อย่กักังวลใจไปเลย



“อนึ่งแม่ทองดีมีบุคลิกชาวเหนือ พูดจาสำเนียงล้านนาฟังไพเราะ  
ลุ่มเชื่อว่า soft power จะสยบ hard power ได้ มั่นใจในความ  
เป็นเราเถิด”

สิ่งเกตหน้าตาทำที่แม่ทองดีแหม่มขึ้นขึ้นข้าง เธอพูดว่า “เรา  
สองคนเหมือนอ้ายขวัญอีเรียนมาจากทุ่งบางเขน มาทำงานในเมืองหลวง  
ดูแปลกแยกไปหมด เราจะป็นกำลังใจให้กันนะ ความรู้สึกโดดเดี่ยว  
ท่ามกลางวัฒนธรรมหลวงจะได้ผ่อนคลายลง”

“จะ...แม่ทองดี เราจะมั่นคงในจุดยืนของเราคือชาวบ้าน เรา  
เป็นตัวแทนชาวบ้าน คนเล็กคนน้อยไม่มีปากมีเสียง จะไม่มีอะไรมา  
สั่นคลอนความเชื่อมั่นของเราในหน้าที่การงานที่ปักหมุดหมายนะ”

ปีถัดมา สสส. ปรับแผน ๑ ปีเป็น ๓ ปี มีการจัดประชุมใหญ่โต  
ผู้ทรงคุณวุฒิหลากหลายเข้าร่วมเวทีจำนวนมาก รวมทั้งเจ้าหน้าที่  
ทุกสำนัก ฝ่ายตรวจสอบประเมินผลรวมตัวพร้อม นายแพทย์  
อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม เป็นประธานนั่งหน้าเวที คุณหมอกฤษดา  
เรืองอารีรัชต์ เป็นพิธีกร

มีผู้อภิปรายไปก่อนหลายท่าน เมื่อได้จังหวะแม่ทองดียกมือ  
ท่านประธานอนุญาต เธอยืนขึ้นช้าๆ รับไมค์แล้วอภิปรายว่า

“เรียนท่านประธานและผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านด้วยความเคารพ  
ข้าเจ้าแม่ทองดี โปธิยอง ชาวเหนือจากสันกำแพง ขอเรียนว่า ตั้งแต่  
สสส. เริ่มทำงานมาถึงวันนี้ ผู้คนระดับล่างจากภาคเหนือเกิดการตื่นตัว  
ด้านสุขภาพแล้ว เราจุดประกายความคิดติดแล้ว

“ชาวบ้านเริ่มพูดถึง ‘สุขภาพ’ แทนคำว่าสุภาพ มีการปรับ  
พฤติกรรมการกินอยู่ ข้าเจ้าเห็นผู้คนออกกำลังกายมากขึ้น เห็นพ่อค้า  
แม่ขายริมถนนกว้างแชน คิวมอเตอร์ใช้ค้ก็กว้าง อาหารพื้นบ้านขายดีขึ้น



แทนอาหารสำเร็จรูป ทั้งในครัวเรือน ชุมชน โรงเรียน และสำนักงาน

“ที่ข้าเจ้าดีใจมากคือ ชาวบ้านคนเล็กคนน้อยรู้จัก สสส. มากขึ้น  
พูดกันว่าทำอย่างไรจะไม่เจ็บไม่ป่วย หันมาสร้างสุขภาพที่ดีกัน  
ทำให้ข้าเจ้าภูมิใจที่มีโอกาสมาทำหน้าที่ส่วนหนึ่งใน สสส.

“ขอเสนอว่า สสส. จงเป็นของประชาชน ทำเพื่อประชาชน  
เป็นที่พึ่งด้านสุขภาพของประชาชนสืบไป จนชาวบ้านรู้สึกว่ สสส.  
เป็นของเขา พูดกันติดปากว่า ‘สสส. ของเรา’ นะเจ้า”

ประธานฟังอภิปรายของแม่ทองดีด้วยรอยยิ้ม ผู้เล่าไม่ทราบว่  
ผู้ร่วมเวทีวันนั้นรู้สึกอย่างไร กาลเวลาผ่านไปใครจะจำคำพูดของเธอ  
ได้บ้าง แต่ยังได้ยินคุณหมอวิชัย โชควิวัฒน์ กล่าวถึงคำพูดของแม่ทองดี  
บ่อยครั้ง





## เศรษฐกิจตาโต



ในวันประชุมคณะกรรมการแผนฯ ผู้เล่าพบรองฯ แป้น-คุณสุวรรณี  
คำมั่น กรรมการแผนคณะที่ ๔ ท่านถามว่า

รองฯ แป้น : ได้ยินลู่พูดถึง “เศรษฐกิจตาโต” บ่อยครั้ง  
มันเป็นอย่างไรหรือ

ผู้เล่า : ครับท่านรองฯ มันคือเศรษฐกิจที่มีโลภจริตเป็นตัวนำ  
ทิศทางการพัฒนา โดยเอาความร่ำรวยเป็นตัวตั้ง

รองฯ แป้น : กี่สิ บ้านเมืองจะได้มีความเจริญเติบโตทาง  
เศรษฐกิจ นำประเทศชาติไปสู่ความทันสมัย

ผู้เล่า : ครับ แต่มันไม่ดีทั้งหมด เป็นเศรษฐกิจเชิงเดี่ยวที่ขาด  
ความสุขทางสังคม มันรับใช้คนในภาคเมืองส่วนน้อย แต่คนหมู่มาก  
ในชนบทอยู่ร้อนนอนทุกข์ ไร้ความสุข

รองฯ แป้น : มันเป็นไปได้อย่างไร





**ผู้เล่า :** เพราะทุนนิยมเสรีเข้าไปเอาเปรียบชนบทด้านธุรกิจ การตลาด ซึ่งถูกขายแพง กอบโกยผลประโยชน์จากชนบทมา หลอเลี้ยยเมืองจนร่ำรวย แต่คนในชนบทส่วนมากซึ่งเรียกว่า “บ้าน” ยากจน ผมเรียกว่า “บ้าน” เป็นผู้ถูกกระทำ “เมือง” เป็นผู้กระทำ

**รองฯ แป้น :** หมายความว่าอย่างไร

**ผู้เล่า :** สังคมไทยประกอบไปด้วย “บ้านกับเมือง” เมืองอยู่ข้างบน บ้านอยู่ข้างล่างรัฐบาล-ข้าราชการ-นักวิชาการ-นักการเมือง และกลุ่มทุนนิยมผูกขาด

บ้าน หมายถึงหมู่บ้าน ซึ่งเป็นสถาบันที่รองรับคนหมู่มาก ให้อยู่ร่วมกัน ได้แก่ ชาวนา ผู้ใช้แรงงาน ช่างต่างๆ ไม่มีอำนาจอะไร ผู้เฒ่าผู้แก่ไม่มีอำนาจอะไร คนในภาคเมืองเข้าไปคุกคามความอยู่รอด ก็จำยอม เข้าไปยึดที่ทำกินถูกไล่ออกมาก็จำยอม

**รองฯ แป้น :** แล้วชาวบ้านไปไหนกัน

**ผู้เล่า :** กลุ่มทุนเข้าไปตั้งโรงงานครอบครองทรัพยากร ดิน น้ำ ป่า จนร่ำรวย ครอบงำให้ภาครัฐออกกฎหมายบังคับขับเคี่ยวประโยชน์ แก่ตน เข้าแย่งยึดที่อยู่ที่ดินของชาวบ้าน เขาอยู่มาตั้งแต่บรรพบุรุษ ก็ไล่เขาออกมา

ส่วนหนึ่งอพยพเข้ามาบุกกรุกสร้างชุมชนแออัดในเมือง ส่วนหนึ่ง เข้ามาเป็นแรงงานในโรงงานอุตสาหกรรม ส่วนหนึ่งเป็นพ่อค้าแม่ค้า ทหารเร่ริมถนน ส่วนหนึ่งรับจ้างทั่วไป บางส่วนประกอบอาชีพค้าชีพ เพราะไร้ทางออก

เป็นความเหลื่อมล้ำทางสังคมระหว่างบ้านกับเมือง ถ้าบ้าน ถูกทำลายจะทรุดโทรม เกิดบ้านแตกสาแหรกขาด พัง ภาคเมืองจะ อยู่ได้หรือ ก็จะมีฟังครืนลงมาเหมือนเจดีย์พระธาตุพนม



การพัฒนาในลักษณะดังกล่าวจึงเป็นการขาดหลุมฝังศพตัวเอง  
เมื่อคนหนุ่มมากไม่มีอะไรกิน ลูกหลานร้องหิว วันนั้นจะเกิดสงคราม  
กลางเมือง

รองฯ แป้น : ฟังแล้วน่ากลัว ไม่มีทางเลือกเลยหรือ

ผู้เล่า : มีครับ ก็ระบบเศรษฐกิจพอเพียงของพ่อหลวง ร. ๙ ใจ  
จะเป็นทางรอดของมนุษยชาติ

รองฯ แป้น : เป็นไปได้จริงหรือ

ผู้เล่า : เป็นไปได้และเป็นไปแล้ว แต่คนในภาคเมืองไม่เห็น  
ความสำคัญ จึงไม่รับมาเป็นนโยบาย เป็นระบบเศรษฐกิจกระแสรอง  
ที่ประสบความสำเร็จในทุกภาค แต่ขาดการสื่อสารสู่สาธารณะ

ท่านรองฯ อาจลืมไปแล้ว แต่ลุงยังจำได้ ท่านรองฯ กับ  
รองฯ กิติศักดิ์ สินธุวนิช พาเจ้าหน้าที่ของสภาพัฒน์ (สำนักงาน  
สภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ) ไปดูงานที่ชุมชนบ้านสาคลี  
ที่นั่นชุมชน หมู่บ้าน กับโรงงานรองเท้าแพนโนเครือสหพัฒน์ โดย  
คุณณรงค์ โชควัฒนา พัฒนา “หนึ่งชุมชน เศรษฐกิจสองระบบ”  
คือระบบชุมชนท้องถิ่นกับระบบธุรกิจเพื่อสังคมอิงอาศัยกัน  
จนประสบผลสำเร็จ มีหลายหน่วยงานไปศึกษาดูงาน

รองฯ แป้นพยักหน้าหงิกหงัก

ปีรุ่งขึ้นท่านรองฯ ทั้งสองที่เอ่ยนามตั้งมูลนิธิระบบเศรษฐกิจ  
พอเพียงในสำนักงานสภาพัฒน์ ดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมาย  
เพื่อพัฒนาเศรษฐกิจพอเพียงทั้งในภาคเมืองและชนบท



## สภาวะ: ๓-๖-๖ ส.

**ส** มัยที่คุณชัย ชิดชอบ เป็นกรรมการกองทุน สสส. ท่านได้รับแต่งตั้งให้เป็นประธานสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ด้วย ครั้งหนึ่งได้ถามในที่ประชุมคณะกรรมการกองทุน สสส. ว่า

**ประธาน :** สสส. ก็ทำงานเพื่อสุขภาพ สช. ก็ทำเรื่องสุขภาพ และ สปสช. ก็ทำเรื่องสุขภาพ ทำงานเหมือนกัน ทำไมไม่รวมเป็นสำนักงานเดียวกัน แยกกันทำไม

ที่ประชุมเงียบไปครู่หนึ่ง รองประธานคนที่ ๒ คุณหมอวิชัย โชควิวัฒน์ ซึ่งนั่งอยู่ด้านหน้าคุยกับท่าน ยกมือตอบ

**คุณหมอ :** เรียนท่านประธาน สำนักงานทั้งสามที่ทำเรื่องเดียวกัน แต่ทำหน้าที่ไม่เหมือนกัน

**ประธาน :** แตกต่างกันอย่างไรร



**คุณหมอม :** ตรงที่ สสส. ทำหน้าที่ Health Promotion  
สช. ทำหน้าที่ Health Policy สปสช. ทำหน้าที่ Health  
Care เป้าหมายร่วมอยู่ที่สุขภาพดีของคนไทย

**ประธาน :** แตกต่างกันอย่างไรร

**คุณหมอม :** สสส. สร้างความรู้ความเข้าใจและสนับสนุนการ  
สร้างเสริมสุขภาพ สช. สร้างนโยบายสาธารณะด้านสุขภาพ  
สปสช. มุ่งให้คนไทยเอาใจใส่และป้องกันตนเองด้านสุขภาพ  
ประธานหนึ่งไปพักหนึ่ง ค่อยๆ เอนหลังฟังพนักเก้าอี้ อุทาน  
ออกมาว่า “เฮ้อ...สงสัยมานาน เพิ่งกระจ่างวันนี้เอง”

ความจริงผู้เล่าก็สับสนตลอดมา เพราะในพื้นที่เป้าหมาย  
ตระกูล ส. ทั้งสามต่างขับเคลื่อนพันธกิจของตน ในจังหวัดเดียวกันบ้าง  
ตำบลเดียวกันบ้าง และกลุ่มบุคคลเดียวกันบ้าง วันนี้ผู้เล่าเพิ่งแยกออก  
ทำให้แนวคิดชัดเจนขึ้น

สาระสำคัญของบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ นั้น ข้อสุดท้ายกล่าวว่า  
“การทำความเห็นให้แล้วตรงกันเป็นบุญกิริยาสูงสุด” วันนี้คุณหมอม  
วิชัย โชควิวัฒน์ ได้ทำหน้าที่นี้แล้ว

แต่คุณหมอมผู้เป็นพหูสูตตะ “นักเล่าเชิงลึก”



# ๑๒

## ภาณีบุญ

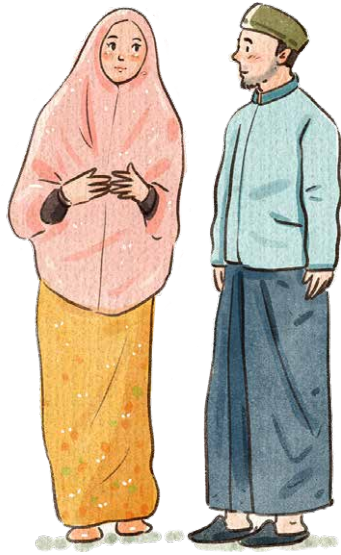
๕๐

สมัยแรกของการขับเคลื่อนพันธกิจ สสส. กลุ่มชาวไทยมุสลิมภาคใต้ปฏิเสธไม่รับเงินกองทุนฯ เห็นว่าเกิดจากภาษีบาปรับไม่ได้ การทำงานกลุ่มเป้าหมายจึงสะดุดชะงักอยู่ครั้งหนึ่งผู้เล่านี้ออกไปร่วมทีมไปจัดเวทีที่หอประชุมมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา มีสมาชิกร่วมเวทีประมาณ ๖๐ คน เป็นผู้นำมุสลิมเกินครึ่ง หลังจากแจ้งวัตถุประสงค์และแนะนำให้รู้จักกันแล้ว พิธีกรได้เชิญผู้เล่าเปิดเวทีทำความเข้าใจ

“เรียนคุณจารย์และผู้หน้าที่เคารพทุกท่าน ผมชื่อ สุรินทร์ กิจนิตย์ชีว์ เป็นชาวกรุงเทพฯ ทำหน้าที่กรรมการที่ปรึกษากองทุน สสส. คนทั่วไปมักเรียกว่า ‘ลุงริน’ วันนี้ยินดีที่มีส่วนร่วมในเวทีประเด็น ‘สุขภาพวะ’

“สสส. ได้รับเงินจากการเพิ่มภาษีเหล้าบุหรี่ ๒ เปอร์เซ็นต์ มาจัดตั้งกองทุนฯ หน่วยงานไหน ผู้ใด จะทำงานสร้างสุขภาพดี





ให้คนไทยก็เสนอโครงการเพื่อพิจารณาอนุมัติตามหลักเกณฑ์  
พรบ. กองทุน สสส.

“บางหน่วยงานบางองค์กรลังเลใจว่าจะรับกองทุนนี้ดีหรือไม่  
เพราะมาจากภาษีบาป แต่ที่ผ่านมาก็มีน้องชาวไทยมุสลิมคลองตะเคียน  
อยุธยา ไม่รังเกียจกองทุนนี้ ทำชุมชนปลอดภัยไม่มีมัสยิด โรงเรียน  
และชุมชน สสส. อนุมัติสนับสนุนงบประมาณส่วนหนึ่ง เขาไป  
ดำเนินงานประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์

“ผมถามอาจารย์ไพฑูริ์ บุนนาค ผอ. โรงเรียนอิสลาม-  
ศรีอยุธยามูลนิธิ ซึ่งเป็นผู้ประสานงานโครงการนี้ ว่าอะไรเป็นปัจจัย  
ให้โครงการนี้ประสบความสำเร็จ ท่านตอบว่ามีสองประเด็น

“หนึ่ง-กองทุน สสส. ก็เหมือนกองทุน ‘ชะกาต’ ของชาวไทย  
มุสลิม มีวัตถุประสงค์เดียวกัน คือเพื่อช่วยเหลือชาวไทยมุสลิมให้มี  
คุณภาพชีวิตที่ดี อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข จึงเสนอโครงการไป



“สอง-เมื่อได้รับการอนุมัติแล้ว ผู้นำก็ดำเนินการลดเลิก  
สิ่งเสพติดทั้งหลายตามหลักเกณฑ์เดียวกันกับกองทุนชะกาต ซึ่งเป็น  
อุดมการณ์ของเขาอยู่แล้ว ทุกฝ่ายจึงร่วมมือจนประสบผลสำเร็จด้วยดี

“พี่น้องครับ จากบทเรียนนี้ผมวิเคราะห์ว่า ชาวไทยมุสลิม  
คลองตะเคียนมองกองทุน สสส. เชิงบวก ได้เปลี่ยนภาษาขาปเป็น  
‘ภาชีบุญ’ ด้วยศักยภาพแห่งตน จนเกิดสันติสุขในชุมชน

“ขอให้ที่ประชุมวันนี้โปรดพิจารณา ถ้าเห็นว่ากองทุน สสส.  
เป็นไปได้กับอุดมการณ์กองทุนชะกาต พอลจะเป็นประโยชน์ ก็มาเป็น  
พันธมิตรกับ สสส. ที่จะทำงานร่วมกันให้เกิดสันติสุขของชาวใต้สืบไป”

อาจารย์วุฒิศักดิ์ พิศสุวรรณ ผู้ร่วมเวทีวันนั้น ลุกขึ้นกล่าวว่า  
“เวทีวันนี้ผมเข้าใจ สสส. ชัดเจนขึ้น ขอบอกว่าเปลี่ยนภาษาขาปเป็น  
ภาชีบุญ คิดว่าผู้นำมุสลิมที่มาวันนี้คงคิดเหมือนผม เรายินดีจะเป็น  
ภาคี สสส. ขับเคลื่อนงานเหมือนชุมชนไทยมุสลิมคลองตะเคียน  
ที่อยู่ชยา เป็นไปได้ครับ”

ที่ประชุมปรบมือกราวใหญ่ ทีมงาน สสส. จึงดำเนินแนวปฏิบัติ  
ตามหลักเกณฑ์ต่อด้วยบรรยาภาคีที่เป็นมิตร ต่อมอาจารย์  
วุฒิศักดิ์ได้เชิญผู้เล่าไปร่วมเวทีในพื้นที่อีกหลายครั้ง ต่างมีความเข้าใจ  
ที่ดีร่วมกัน



จังหวัดเพชรบุรีจัด “งานเพชรบุรีดีจัง” ด้วยการมีส่วนร่วมของทุกภาคในจังหวัด งานนี้ได้แก่และเยาวชนนำสื่อศิลปวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือในการเชื่อมประสาน งานยิ่งใหญ่สวยงาม ผู้คนคับคั่ง คุณหยุด-เข้มพร วิจารณ์ราพันธ์ จากมูลนิธิสถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) และทีมงาน เป็นผู้วางแผนการดำเนินงานขับเคลื่อนด้วยสื่อดี ภูมิดี และพื้นที่ดี ทั้งนำทีมงานแผนสื่อสู่ขบวนไปชุมชนด้วยเมื่อใกล้เปิดงานเขานำผู้เล่าไปนั่งข้างผู้ว่าราชการจังหวัด ซึ่งท่านนั่งอยู่หน้าเวทีการแสดงโชว์เยาวชน ด้านข้างมีดนตรีไทยกำลังบรรเลงเพลงอยู่ ผู้เล่าจึงรายงานตัวว่ามาจาก สสส. ท่านต้อนรับด้วยไมตรีจิต

เมื่อถึงเวลาเปิดงาน มีเด็กหญิงคนหนึ่งรายงานอยู่หน้าเวทีแจ้งวัตถุประสงค์การจัดงานและกิจกรรมสร้างสรรค์ทางวัฒนธรรมด้วยท่าทีที่งดงาม เสียงดังฟังชัด เชื่อมั่นตนเองสูง





ผู้ว่าฯ : เด็กหญิงนี้เป็นใคร อาจารย์รู้จักไหม

ผู้เล่า : เป็นนักเรียนชั้น ม. ๓ จากโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัด  
ชื่อหนองแดง-สุรนิจา ประทุมเมือง เป็นแกนนำคนหนึ่งในแผนงานพัฒนา  
ศักยภาพเด็กและเยาวชนในจังหวัด มีครูจำลอง บัวสุวรรณ ดูแล  
เครือข่ายโรงเรียนในโครงการ

ผู้ว่าฯ : ครูมีบทบาทอย่างไร มีอะไรเป็นเป้าหมาย

ผู้เล่า : มีบทบาทในการพัฒนาศักยภาพแกนนำเด็กและเยาวชน  
ด้วยสื่อสร้างสรรค์ให้เป็นพลเมืองดี รู้เท่าทันสื่อร่วมสมัย สร้างสื่อได้  
มีส่วนร่วมสร้างเมืองเพชรบุรีให้เป็นเมืองแห่งความสุข สร้างเครือข่าย  
การเชื่อมประสานหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาคเมืองและชนบทเข้ามา  
มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยใช้สื่อศิลปวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือให้เกิด  
พลังในการเปลี่ยนแปลงให้เพชรบุรีปรับตัวในโลกเทคโนโลยีการสื่อสาร

ผู้ว่าฯ : ดิฉันเลย ผมเพิ่งย้ายมาได้ ๒ เดือน เพิ่งทราบ  
โครงการวันนี้อง สอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงมหาดไทย  
ในการบำบัดทุกข์บำรุงสุขราษฎร

ก่อนมานั่งตรงนี้ เขาพาไปดูสะพานไม้ไผ่ข้ามแม่น้ำเพชรบุรี  
เห็นผู้คนไปชมและเดินกันขวักไขว่ ใครสร้าง เพื่ออะไร

ผู้เล่า : สร้างโดยทีมงานของอาจารย์ประกายภัทร นิยม  
จากโรงเรียนรุ่งอรุณ เป็นสัญลักษณ์เชื่อมใจคนสองฝั่งให้รู้จักและ  
มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ฝั่งนี้เป็นปากเมือง ฝั่งโน้นเป็นนอกเมือง  
เป็นภาคหมู่บ้านหรือบ้าน ร่วมแรงร่วมใจกันพัฒนาเมืองเพชรบุรี  
ให้เป็นเมืองแห่งความสุขด้วยสุขภาวะ

ผู้ว่าฯ : สื่อดี ภูมิดี พื้นที่ดี คืออะไร



**ผู้เล่า :** สื่อดีคือสื่อสร้างสรรค์ ภูมิดีหมายถึงภูมิทัศน์ของเมือง และภูมิคุ้มกันทางจิตใจ พื้นที่ดีหมายถึงบ้านกับเมืองของจังหวัด เป็นเมืองแห่งวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ ซึ่งเป็นตัวตนและ จิตวิญญาณของคนเพชรบุรี

สื่อสร้างสรรค์เป็นพลังปลุกเมืองให้ตื่นขึ้น เกิดมโนธรรมสำนึก เห็นคุณค่าบ้านเกิดเมืองนอน มีใจรักและเกิดแรงบันดาลใจฟื้นคืน ศักดิ์ศรีของเมืองท่ามกลางกระแสทุนนิยม

**ผู้ว่าฯ :** โอ...ลึกซึ้งมาก ทำให้ผมนึกถึงเพลง “เพชรบุรีแดนใจ” ซึ่งเป็นเพลงคลาสสิกไพเราะมาก ผมจะทำโครงการนี้เป็นนโยบาย กำหนดทิศทางการพัฒนาให้เพชรบุรีเป็นดินแดนแห่งความร่มเย็น เป็นสุขสืบไป



ปลายปี ๒๕๔๕ คุณดวง-ปรีดา คงแป้น จากมูลนิธิชุมชนไท คุณท่อน-ธีรพงศ์ พร้อมพ่อนุ่นบุญ จากสถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (พอช.) และผู้เล่าจาก สสส. นำทีมงานไปตลาดเก่าสามชุก อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี เข้าพบคณะทำงานพัฒนาตลาดสามชุกเชิงอนุรักษ์ เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ให้ความคิดเห็นแนวทางการดำเนินงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ หลังจากทำความรู้จักกันแล้วก็ปรึกษาหารือกัน

**ผู้เล่า :** ทีมงานของเราที่มาวันนี้ได้ยินกิตติศัพท์ว่าชาวสามชุกกำลังพัฒนาตลาดเก่าแก่ให้คืนชีพเหมือนครั้งอดีต ทำอะไรกันบ้างครับ

**นายกเทศบาลตำบลสามชุก :** กำลังฟื้นฟูตลาดให้มีชีวิต





เพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยว ปรับปรุงอาคารเก่า ชุมชนย่านการค้า  
ถนนหนทางบริเวณโดยรอบ แต่ยังคงแนวคิดแนวปฏิบัติที่ชัดเจนตรงกัน

**คุณดั่ง :** เป็นความคิดที่ดี ควรมุ่งเน้นสามด้าน คือ  
สร้างพิพิธภัณฑ์ชุมชนเชิงประวัติศาสตร์ ทำย่านการค้าให้มีสินค้า  
เชิงวัฒนธรรม และการสื่อสารประชาสัมพันธ์สร้างแรงจูงใจ

**คุณท่อน :** ปัจจัยความสำเร็จอยู่ที่สร้างชุมชนเข้มแข็ง จัดการ  
ตนเอง มุ่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ คือสร้างคณะทำงานให้เข้มแข็ง  
ทำแผนงานชัดเจน ชาวตลาดชาวบ้านมีส่วนร่วมในการจัดการ  
และประสานงานหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาสนับสนุน

จากนั้นก็มีการชักถามแสดงความคิดเห็นให้ตรงกันเพื่อบรรลุ



ความสำเร็จตามเจตนารมณ์ของชาวสามชุก มีการสร้างแรงจูงใจให้  
นักท่องเที่ยว และสร้างความตระหนักรู้ของภาคส่วนต่างๆ ให้เห็น  
คุณค่าของตลาดเก่าสามชุก

**ผู้เล่า :** คณะทำงานค้นหาอัตลักษณ์ของตลาดและชุมชนให้พบว่า  
คุณค่าและความหมายอยู่ตรงไหนบ้างเพื่อสร้าง “จุดขาย” ทำงาน  
แบบรู้เขารู้เราเพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยว ทำงาน  
แบบบูรณาการให้ไปในทิศทางเดียวกัน ตรงนี้ระบบข้อมูลต้องตรงกัน  
จะเปิดเผยตัวตน จิตวิญญาณ สะท้อนความจริง ความดี ความงาม  
และความสุขร่วมกัน

อนึ่งควรมีประเด็น “สุขภาพะ” เข้าสู่เนื่องงานการดำเนินงาน  
ในทุกขั้นตอนด้วย

๕๘

เมื่อทีมงานของเราจากมาแล้วก็มีการติดตามเป็นระยะๆ  
เราเริ่มเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

๑. ห้องแถวติดแม่น้ำท่าจีนมีการปรับปรุงที่ขึงชื่อว่าชาวเงิน  
ชาวไทย ทำการค้าร่วมกัน
๒. เกิด “พิพิธภัณฑสถานชุมชนจ่านางจันารักษ์”
๓. มีสินค้าเชิงวัฒนธรรมหลากหลาย
๔. มีป้ายใหญ่บอกคนสามชุกไม่เอาห้างสรรพสินค้าและร้าน  
สะดวกซื้อ
๕. มีป้ายบอกลดการกิน สู้บ ต้ม เสฟ สิ่งเสฟติดและปัจจัย  
เสียงด้านสุขภาพ
๖. ภูมิทัศน์โดยรอบและแม่น้ำริมตลาดเป็นธรรมชาติสวยงาม  
มีนักท่องเที่ยวมาซื้อสินค้าหนาแน่น ชาวบ้านชาวร้านให้การ





ต้อนรับด้วย “รอยยิ้ม” เศรษฐกิจชุมชนฟื้นตัวรวดเร็ว นักท่องเที่ยว  
และชาวตลาดสามชุกมีความสุขร่วมกัน

ปี ๒๕๔๘ ตลาดสามชุกได้รับรางวัลการอนุรักษ์สถาปัตยกรรม  
ดีเด่นจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ปี ๒๕๕๒ ได้รับรางวัลเพื่อการอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรม  
ในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิกจากยูเนสโก (UNESCO)

ทั้งหมดสะท้อนภาพตลาด ๑๐๐ ปี ชีวีตชุมชนสามชุกด้าน  
วัฒนธรรมสู่สาธารณะ



งานทำบุญวันเกิด สสส. ๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๖ จัดที่ สำนักงานใหญ่ซอยงามดูพลี ทูงมหาเมฆ เมื่อเสร็จพิธีสงฆ์แล้ว ทุกคนรับประทานอาหาร ช่วงบ่ายไปรวมตัวกันที่ห้องประชุมใหญ่ ปีนี้ สสส. เชิญท่านอาจารย์สุমন อมรวิวัฒน์ มาปราศรัย ในเวที แต่ท่านป่วยจึงให้ผู้เล่าทำหน้าที่แทน ผู้เล่ารับปากแล้วก็ กังวลใจ ครุบ้านนอกจะเอาอะไรมาพูด ยากจัง ก็พูดจาประสา ชาวบ้านแล้วกัน เมื่อถึงเวลาจึงออกไปยืนหน้าเวที

“เรียนกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิที่เคารพ สวัสดิ์เจ้าหน้าที่ทุกสำนัก ทุกคน วันนี้เป็นวันเกิด สสส. ปีที่ ๑๒ เป็นวันสิริมงคล เรามาร่วมงาน ด้วยใจ เพื่อรำลึกถึงความสำคัญที่มีวันนี้

“ลุงมาพูดในฐานะตัวแทน ภูมิใจที่ได้รับเกียรตินี้ ถ้าพูดจา ไม่ถูกเรื่องไม่โพเราะโปรดอภัย เริ่มต้นขอพูดว่า ‘ลุงรัก สสส. เพราะ สสส. สอนให้ลุงรักสุขภาพ’

“ในชนบทนานามีป้ายรณรงค์ตามหมู่บ้านว่า ‘ปี ๒๕๔๐ คนไทยมีสุขภาพดีถ้วนหน้า’ แต่จนแล้วจนรอดกลับมีผู้ป่วยแน่น โรงพยาบาล เดินกันย้วยเขี้ยเต็มไปหมด



“แรกที่ลุกมาเป็นกรรมการ สสส. เห็นวิสัยทัศน์ว่า ‘ทุกคนบนแผ่นดินไทยมีขีดความสามารถ สังคม และสิ่งแวดล้อม ที่เอื้อต่อสุขภาพ’ ดุยิ่งใหญ่ จะไหวหรือ

“ผ่านมา ๑๒ ปี ลุงพบในชนบทมีคนมารวมตัวกันในพื้นที่กลางสร้างสุขภาพ เห็นการลดมลภาวะ สร้างสภาพแวดล้อมให้เป็นพื้นที่สีเขียว มีการรณรงค์ลดการใช้สารเคมี ลดอุบัติเหตุ และลดการเสพยาสูบหรี่ บ้านเมืองน่าอยู่มากขึ้น เป็นปรากฏการณ์ที่ตอบโจทยวิสัยทัศน์ สสส.

“งานนี้ไม่ง่าย แต่ถ้าง่ายใครก็ได้ สสส. ก็ไม่จำเป็นต้องมี แต่เพราะทำยากจึงเกิด สสส. ให้ทุกคนมาทำงานร่วมกัน ทำสิ่งยากให้บรรลุความสำเร็จ

“สสส. เป็นหน่วยงาน ‘นวัตกรรมสังคมด้านสุขภาพ’ ทำงานเชิงยุทธศาสตร์ ตอบโจทย์สำคัญของบ้านเมือง ทำงานแบบใจถึงมือถึง เข้าถึงลูกถึงคน ท้นสถานการณ์ จึงส่งผลลัพธ์ดังกล่าว

“เรามีเจ้าหน้าที่น้อยนิด งบประมาณไม่มากนัก แต่ทำงานด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์ เกิดผลลัพธ์ประโยชน์สูงประหยัดจัด บ่งชี้ว่าเจ้าหน้าที่เรามีฝีมือ มีศักยภาพสูง เชื่อมั่นตนเองว่าเราทำได้ และเราจะทำสุขภาพให้เต็มแผ่นดินไทย

“ลุงมีความภูมิใจกับเจ้าหน้าที่ทุกคน ภูมิใจกับ สสส. รู้สึกเป็นเกียรติที่เป็นส่วนหนึ่งของผลงานนี้ ขอเรียนอีกครั้งว่า

“ลุงรัก สสส. เพราะ สสส. สอนให้ลุงรักสุขภาพ ขอเป็นกำลังใจให้ทุกท่าน ทุกฝ่าย จงมีความสุขความเจริญ มีสุขภาพดี ทำงานร่วมสร้างประเทศไทยให้ทุกคนบนแผ่นดินมีสุขภาพดี

“สวัสดี และขอขอบคุณครับ”





# ๑๖

## อีสานเขียว

**ปี** ๒๕๔๕ สสส. สนับสนุนมูลนิธิพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืนเพื่อคุณภาพชีวิตดี ทำโครงการปลูกต้นไม้ให้ชุมชนอีสานเป็นพื้นที่สีเขียวเพื่อสุขภาพ มีคุณหมอมวลีสิทธิ์ และคุณหมอทานทิพย์ อารัง-วรางกูร โรงพยาบาลอุบลรัตน์ จังหวัดขอนแก่น เป็นผู้ดำเนินการครบ ๓ ปี ทีมงาน สสส. ไปเยี่ยมชมให้กำลังใจ ผู้ประสานงานพาลงพื้นที่ปฏิบัติการหลายชุมชน แล้วกลับมารับประทานอาหารกลางวันที่ศูนย์คำคุณ ซึ่งคุณหมอทานทิพย์เป็นผู้ดูแลอาหารกลางวันนี่เป็นอาหารอีสาน มีส้มตำ ไก่ย่าง ผักสดจากสวน ต้มยำปลาหมอบ และข้าวเหนียวหุงสีดํา รสชาติอร่อยมาก กินจนลิ้มอิ่ม แล้วพูดคุยกัน



ผู้เล่า : คุณหมอครับ โครงการนี้ทำอะไร แล้วทำอะไร

คุณหมอ : เป็นโครงการปลูกต้นไม้ ๙,๙๙๙,๙๙๙ ต้น โดยมีจังหวัดขอนแก่นเป็นต้นแบบ กระจายตัวปลูกกันใน ๕ จังหวัด ๑๓ อำเภอ ๒๐๐ ตำบล ประกอบด้วยต้นไม้ยืนต้น ไม้ผล พืชผักสวนครัว เลี้ยงเป็ด ปลา ไก่ ผสมผสานกันของครัวเรือนเกษตรกรรายย่อย

ผู้เล่า : อะไรทำให้เกิดโครงการนี้

คุณหมอ : เพราะเกษตรกรล้มเหลวจากการทำเกษตรกรรมเชิงเดี่ยว ฮิตความร่ำรวยเป็นตัวตั้ง ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๐๔ นอกจากทำให้ยากจนแล้ว ยังเกิดโรคภัยไข้เจ็บไร้ความสุข

การทำเกษตรเพราะโลภจริตจึงทำลายความอุดมสมบูรณ์ของระบบนิเวศ ดิน น้ำ ป่า ภูเขา และบรรยากาศ ชาวบ้านเกิดหนี้สิน ดินพอกหางหมู อยู่อย่างทนทุกข์

โครงการนี้จึงปรับแนวคิดใหม่ วิธีคิดใหม่ ใช้ความสุขเป็นตัวตั้ง ในการพัฒนา ทีมงานเราไปชักชวนเกษตรกรรายย่อยกลับมาทำเกษตรผสมผสาน ปลูกต้นไม้ดังกล่าวแล้ว มีผู้สมัครเข้าโครงการจำนวนมาก โดยมีศูนย์ค้ำคูณบริหารจัดการ ราษฎร์ชาวบ้านมามีส่วนร่วม องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) โรงพยาบาลอุบลรัตน์ มหาวิทยาลัย เป็นหน่วยงานสนับสนุน โครงการจึงขับเคลื่อนไปด้วยดี

เรามีความเชื่อว่า การปลูกต้นไม้ให้ความร่มรื่น พื้นฟูอาหาร พื้นบ้าน จะทำให้ชาวบ้านเจ็บป่วยลดลง เราต้องการพยาบาลวิชาชีพชุมชนมาเป็นกำลังสำคัญ จึงส่งบุตรหลานชาวบ้านเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยพยาบาลหลายแห่ง ได้รับความร่วมมือด้วยดี สำเร็จการศึกษาแล้วกลับมาทำงานในโรงพยาบาลอุบลรัตน์ และปฏิบัติการชุมชน ได้ผลดีมาก







ที่โรงพยาบาลอุบลรัตน์มีการจัดสถานที่ให้เกษตรกรนำ  
ผลผลิตอินทรีย์มาจำหน่าย และโรงพยาบาลก็รับซื้อมาทำอาหาร  
ให้โรงพยาบาลด้วย

**ผู้เล่า :** ใครจะเล่าให้ฟังได้ไหมครับ ทำอะไร เกิดผลลัพท์อย่างไร

**คุณสมจิตร จิตเอื้อ :** หนูเปลี่ยนจากการปลูกปอ มันสำปะหลัง  
ปลูกอ้อย มาปลูกยางนา ไม้ยืนต้นหลากหลาย ไม้ผล พืชผักสวนครัว  
ขุดบ่อเลี้ยงปลา ตามที่คุณหมอตานทิพย์กล่าวไว้

เฮ็ดอยู่เฮ็ดกินก่อน เหลือก็นำไปขาย ชำระหนี้ ธกส. หมดแล้ว  
สุขภาพแข็งแรงขึ้น

**พ่อเสน เสาราชภูรี :** ก่อนนั้นไปรับจ้างแรงงานที่กรุงเทพฯ  
ไม่พอกินจึงกลับบ้าน ทำเกษตรเชิงเดี่ยวหวังร่ำรวยเหมือนสมจิตรเล่า  
เกิดหนี้สินมากมาย พอรู้ว่ามีการนี้จึงสมัครเข้าโครงการ ขายนา  
ไป ๑๐ ไร่ ใช้น้ำ เหลือกอยู่ ๔๐ ไร่ ก็ทำเกษตรผสมผสาน  
คุณภาพชีวิตดีขึ้น ทำให้ผมมั่นใจว่า เกษตรผสมผสานคือทางรอด  
ของเกษตรกรชาวอีสาน

**ผู้เล่า :** คุณหมอมืออะไรจะเล่าเสริมไหมครับ

**คุณหมอ :** สมาชิกที่มาวันนี้ไม่มีโอกาสเล่างานของตนเพราะ  
เวลาจำกัด ขอเรียนว่า ใครที่กลับลำมาเข้าโครงการทำให้หมดหนี้  
คุณภาพชีวิตดีขึ้น ถึงแม้จะมีบางรายยังไม่หมดหนี้ แต่มีแนวโน้ม  
จะหมดภายในปีสองปีนี้ ทุกรายครัวเรือนมีความสุข มีความหวัง  
ในชีวิตใหม่ บุตรหลานมีอนาคตทางการศึกษา ขอยืนยัน

เขาเหล่านี้มีพลังเข้มแข็ง สมัครเป็นผู้นำชุมชนตัวอย่างเพื่อ  
กอบกู้ชีวิตวัฒนธรรมชุมชนอีสานให้ฟื้นคืนชีพขึ้นมา



หมอเห็นคุณลุงนำช่อดังมาด้วย เรามาร้องเพลง “ลำน้ำพอง”  
กันดีกว่า คุณลุงใช้ช่อประสานเสียงนะ

ผู้เล่ารับคำ จากนั้นเสียงเพลง “ลำน้ำพอง” ก็ดังกระหึ่มขึ้น  
ในศูนย์คำคุณซึ่งมีบรรยากาศโล่งแจ้งสายลมพัดผ่าน สะท้อนวิถีชีวิต  
ชุมชนชาวอีสาน

“ลำน้ำพองล้นนองรินหลั่ง สองฝั่งสะพรั่งด้วยมวลพฤกษา  
น้ำหลากงามยามแลเพลินตา เบิ่งท้องนาสาวบ้านปางงามพริ้งละออ  
โอสาวเอ๋ยไผ่เลยงามเท่า ขอไว้กับเจ้าสักคำได้ป๋  
หรือว่านางมีชายคอยรอ หากสาวบ่สีพระนอมิสร้างราคน  
ไอน้ำพองคลองสวรรค์ บุปเพเสกสรรบันดาลให้มาเยือนถิ่น  
อยากอยู่ร่วมหอร่วมปลุกปอไถนาทำกิน  
ร่วมฝันจนวันสูญสิ้น ฮักยุพินจนสิ้นลมปราดน  
อันน้ำพองของดินถิ่นแคว้น ขอนแก่นเมืองแคนแห่งแดนอีสาน  
ถึงลีไกลดวงใจไปนาน ข้อยสาบานใจฮักมั่นบ่ลืมบ่ลืม”

วันนั้นเรารำลាក់กันด้วยรอยยิ้มแห่งความสุข ทั้งหมดอยู่ใน  
ความทรงจำมีรูปลิ่ม



# ๑๓

## จิตวิญญาณ

๖๘

๖๖ รกตั้ง สสส. ไม่มีการใช้คำ “สุขภาพทางปัญญา” แต่ใช้คำว่า “สุขภาพทางจิตวิญญาณ” ซึ่งมีความหมายลึกซึ้งและมีพลัง แต่คนหมู่มากสับสน ให้ความหมายไปคนละทางสองทาง สมาคมกรุงเก่าเพื่อการพัฒนา (สกพ.) โดยคุณเชิด พันธุ์เพ็ง ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก สสส. ขับเคลื่อนโครงการชุมชนเป็นสุข ภาคกลาง ๕ จังหวัด

ครั้งหนึ่งเชิญผู้นำชุมชนจังหวัดพระนครศรีอยุธยาจำนวน ๔๐ คน มาทำความเข้าใจโครงการ สมาชิกมาจากพหุวัฒนธรรมและภาคส่วนต่างๆ ทั้งระดับในตัวเมืองและต่างอำเภอ

ชี้แจงมาถึงสุขภาพทางสังคม จนถึงสุขภาพทางจิตวิญญาณ ที่ประชุมไม่เข้าใจ คุณเจริญ ขันธรัฐลี ตัวแทนจากเทศบาลเมืองอยุธยา ถามว่าจิตวิญญาณคืออะไร



คุณเจริญ : ผีसानางไม้หรือ

คุณเชิด : ไม้ใช้

คุณเจริญ : วิญญาณพนजर

คุณเชิด : ไม้ใช้

คุณเจริญ : พ่อมดหมอผี

คุณเชิด : ไม้ใช้

คุณเจริญ : แล้วที่ใช้คืออะไร

คุณเชิดอีกอึก บอกให้ผู้เล่าตอบ

ผู้เล่า : คุณเจริญครับ จิตวิญญาณไม้ใช้เรื่องลึกลับหรือชีวิต  
หลังตาย แต่เป็นเรื่องชีวิตจิตใจของคนเป็นๆ นี่แหละ

คุณเจริญ : ผมยังสับสนอยู่ ไม่เข้าใจ

ผู้เล่า : คุณเจริญเคยศรัทธาใครบ้างไหม

คุณเจริญ : เคยศรัทธาครูคนหนึ่ง ยังระลึกถึงท่านอยู่

ผู้เล่า : ทำไม่ถึงได้ศรัทธา

คุณเจริญ : ท่านเป็นครูเพื่อเด็ก รักนักเรียนทุกคนเหมือน

ลูกหลาน ตั้งใจสอนเต็มที่เพื่อให้ได้ดี

ผู้เล่า : นั่นแหละคือจิตวิญญาณของความเป็นครู

คุณอ้อย : หนูก็ศรัทธาหมอคนหนึ่ง

ผู้เล่า : เป็นยังไงครับ

คุณอ้อย : ท่านบำบัดรักษาผู้ป่วยด้วยความเมตตากรุณา

ผู้เล่า : นั่นแหละ ท่านเป็นหมอที่มีหัวใจของความเป็นมนุษย์  
มีจิตวิญญาณแห่งความรักเพื่อนมนุษย์

นี่ฉันใด หากใครทำหน้าที่ของตนด้วยจิตสำนึก ความรัก  
ความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ ผู้นั้นก็มีจิตวิญญาณในตน เป็นคุณค่า





และความหมายของชีวิตนี้ ไม่ใช่หลังตาย

ผู้ใหญ่บารุง : สิ่งอื่นๆ ที่มีจิตวิญญาณมีไหม

ผู้เล่า : มี ในศิลปวัฒนธรรม ประเพณี พิธีกรรมต่างๆ มีใน  
พิธีกรรมในประติมากรรม ในศาสนสถานและสถาปัตยกรรม  
ที่สะท้อนความรัก ความจริง ความดีงาม และความสุขของมนุษยชาติ

บังอารี อีหม่ามจากมัสยิดพระยาบันลือ ตำบลสิงหนาท  
บอกว่า “ใช่แล้ว ผมเข้าใจแล้ว ที่มีสัจของผม เราสร้างชุมชน  
สันติสุขโดยไม่เลือกชาติต่างศาสนา มองว่าเป็นมนุษย์แผ่นดินเดียวกัน  
ให้อยู่ร่วมกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกันด้วยน้ำใจ ผมขอบอกว่า  
‘จิตวิญญาณ’ นี้มาก ขอสมัครเป็นผู้นำจิตอาสาคนหนึ่ง เพื่อสร้าง  
ชุมชนเป็นสุขในแผ่นดินกรุงเก่า”



## ธนาคารเวลาผู้สูงอายุ

**ค**ณอัญชัญ แกมเซย กับคุณสุรชัย รักษาชาติ สถาบันอรุณอิน-  
 สยาม เชิญคณะกรรมการโครงการธนาคารเวลาผู้สูงอายุ  
 ชุมชนในเขตวังทองกลางและเขตห้วยขวางรวม ๑๑ ชุมชน  
 ประชุมระบอบออนไลน์เพื่อให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาโครงการ

**อาจารย์วิษณุ เอ็มประสิทธิ์ :** คุณสุรชัยครับ ธนาคารเวลา  
 คืออะไร ชุมชนที่เป็นสมาชิกทำอะไรกันบ้าง

**คุณสุรชัย :** คือการออมแรงงานของชุมชนที่ฝากไว้ให้แก่กัน  
 ในการทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น สมาชิกจากวังทองกลาง  
 ไปช่วยปรับบ้านผู้สูงอายุที่ห้วยขวาง ต่อไปสมาชิกที่บ้านห้วยขวาง  
 ก็ไปถอนคืนที่บ้านวังทองกลาง แต่ยังมีประเด็นอื่นๆ เช่น สวนผัก  
 คนเมือง อาหารพื้นบ้าน ด้านสิ่งแวดล้อม เป็นต้น



**อาจารย์สุชาติ ทวีพรปฐมกุล :** ด้านอาหารพื้นบ้านทำอะไรบ้าง และทำกันอย่างไร

**ครูส้ม :** มีแกงเผ็ด แกงจืด น้ำพริกผักต้ม อาหารหวาน เป็นอาหารดั้งเดิม เราเอาแรงกันตั้งแต่ปลูกผักอินทรีย์จนถึง ประกอบอาหารทั้ง ๑๑ ชุมชน ส่วนหนึ่งแบ่งปันผู้สูงอายุ ส่วนหนึ่ง ออกจำหน่ายตลาดชุมชน มีทั้งหมด ๑๑๑ ร้านค้า ทุกวันอาทิตย์ เพื่ออยู่รอดร่วมกันในวิกฤตการณ์โควิด ๑๙

**อาจารย์สุชาติ :** ทำไมไม่ทำเป็นวิสาหกิจชุมชนให้เด่น สักสองสามอย่าง เพื่อเป็นสินค้าออนไลน์

**แม่เอ :** เรากำลังริเริ่มกันอยู่ จะไปดูงานชมรมฟ้าใสที่หนองจอก เห็นเป็นรูปธรรมก็จะเกิดไอเดีย

**อาจารย์อุบล :** ชุมชนเมืองกับชนบทมีความสัมพันธ์ที่ต่างกัน ในเมืองความไวไวเนื้อเชื้อใจกันด้อยกว่าชนบท ธนาคารเวลาจะมีอะไร เป็นหลักฐาน อนึ่งเด็กและเยาวชนก็มีความผันแปรตลอดเวลา เรามีวิธีการอย่างไรสร้างความเป็นธรรม

**แม่เอ :** เราทำบัญชีกิจกรรมเป็นหลักฐานทุกครั้ง ส่วนตัว เยาวชนจะยึดโยงกับชุมชนเป็นหลัก จัดระเบียบวิธีให้สอดคล้องกับ บริบท ก็ไม่ถึงกับเป็นปัญหามากนัก

**อาจารย์ณรงค์ เทียมเมฆ :** ทั้ง ๑๑ ชุมชนในพื้นที่เป้าหมาย โครงการ มีวัฒนธรรมชุมชนเป็นฐานเดิมอยู่แล้ว คือมีการช่วยเหลือ เกื้อกูลด้วยน้ำใจ ถึงแม้จะมีการเหลื่อมล้ำกันบ้าง ก็คงไม่มีการถือสาถักัน อนึ่งผมเชื่อมั่นวิธีการทำงานของคุณสุรชัยกับคุณอัญชัญอยู่ว่าทำแบบ ถึงลูกถึงคน คงไม่มีความบาดหมางไม่วางใจกัน



**อาจารย์จุฬา สุตบรรพหัต :** ควรมีการจัดการความรู้ทุกประเด็นทุกขั้นตอน เพื่อสร้างความรู้ใหม่ในสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

**อาจารย์อัปสรฤดี :** จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ทั้ง ๑๑ ชุมชนมีฐานความรู้เดิมอยู่แล้ว พอเรามาทำงานประเด็นธนาคารเวลา เราก็ยกระดับการตอบโจทย์ของกลุ่มผู้สูงอายุในบริบทใหม่

เรายังยกระดับความรู้ในประเด็นอื่นๆ อีกด้วย เช่น สวนผักคนเมือง ธุรกิจการตลาด วิสาหกิจชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุ การสื่อสารร่วมสมัย เพื่อปรับตัวรับสถานการณ์โควิด ๑๙

**อาจารย์นิตยา :** เมื่อ ๒ ปีที่ผ่านมา มีหน่วยงานต่างๆ มาสนับสนุน เดี่ยวนี้เขามีส่วนร่วมหรือเปล่า และเขามีความรู้ความเข้าใจเรื่องธนาคารเวลาอย่างไร

**คุณวิรัช เตรียมพงษ์พันธ์ :** ทางสำนักงานทรัพย์สินฯ ยังส่งเสริมเหมือนครั้งก่อน แล้วยังมีสำนักงานเขต สาธารณสุข กทม. และผู้นำจิตอาสา แต่ธนาคารเวลายังไม่ชัดเจน กำลังเรียนรู้และทำความเข้าใจกันอยู่

**ผู้เล่า :** เรียน ผอ. แอน (ภรดี ภูประเสริฐ ผอ. สำนัก ๙ สสส.) ธนาคารเวลาเป็นแนวคิดจากตะวันตก เป็นของใหม่ ซึ่งก็จำเป็น เพราะสถานการณ์เปลี่ยนไป แต่สุดท้ายต้องเชื่อมกับฐานทางวัฒนธรรมชุมชนให้ได้ จึงจะมีพลังทางจิตใจ



## HAPPY MONEY

๗๘

ค  
๑

ณ้อย-ฮอดขวัญ รุจนกนกนาฏ พาผู้เล่าไปโรงงานในนิคมอุตสาหกรรมไฮเทค อำเภอบางปะอิน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เมื่อไปถึง คุณสัมพันธ์ ศิลปนาฏ หัวหน้าทีมงานบริหารบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล คอร์ปอเรชั่น ให้การต้อนรับ แล้วนำไปห้องประชุม มีพนักงานชายหญิงของบริษัทหลายสิบคนคอยอยู่

ผู้ประสานงานแนะนำให้รู้จักและแจ้งวัตถุประสงค์ พร้อมทั้งเชิญผู้เล่าพูดคุยสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาวะองค์กร “Happy Workplace” กับพนักงาน

**ผู้เล่า :** ถ้าเราต้องการให้บริษัทของเราเป็นบริษัทแห่งความสุขร่วมกัน ควรจะมีความสุขด้านใดบ้างครับ

**พนักงาน :** ความสุขจากเงินดี หัวหน้างานเข้าใจลูกน้อง บริษัทมีสวัสดิการเหมาะสม มีเวลาพักผ่อนพอเพียง และที่สำคัญคือบริษัทไม่ปิดกิจการ





**ผู้เล่า :** ประมวลความต้องการแล้วแยกออกได้แปดด้าน คือ  
๑. แรงงานมีสุขภาพดี ๒. สุขภาพจิตดี ๓. ต่างมีจิตสำนึกที่ดี  
๔. สุขภาพทางความคิดสร้างสรรค์ ๕. มีเวลาพักผ่อน ๖. ความสุข  
ทางการเงิน ๗. ความสุขทางครอบครัว ๘. ความสุขทางสังคม  
ของคนในบริษัท ไหน...ลองบอกชื่อว่าความสุขด้านไหนสำคัญที่สุด

พนักงานบางส่วนบอกความสุขทางการเงิน บางส่วนบอก  
ความสุขทางจิตใจ บางส่วนบอกความสุขทางครอบครัว และอื่นๆ  
เรียงตามมา

**ผู้เล่า :** ความสุขทางการเงินหมายความว่าอย่างไร

**พนักงาน :** จากค่าแรงที่เพิ่มขึ้นพอแก่การยังชีพ

**ผู้เล่า :** ทางบริษัททราบไหม เขาว่าอย่างไร

**พนักงาน :** หัวหน้าสัมพันธ์แจ้งว่าท่านทราบแล้ว แต่ให้ดู  
สินค้าส่งออกก่อน ถ้าสูงขึ้นก็จะเพิ่มค่าแรงให้



ผู้เล่า : การส่งออกมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับอะไรบ้างครับ

คุณสัมพันธ์ : ขึ้นกับคุณภาพสินค้า และสถานการณ์เศรษฐกิจ

ของตลาดโลกด้วย

ผู้เล่า : ถ้าเช่นนั้น ความเป็นไปได้ของค่าแรงที่สูงขึ้นมันไม่แยกส่วน แต่สัมพันธ์เชื่อมโยงกับคุณภาพสินค้าและระบบเศรษฐกิจโลก

พนักงาน : ใช่ครับ

ผู้เล่า : ถ้าเช่นนั้น การที่เราต้องการค่าแรงเพิ่มขึ้นมันต้องไปมองอีกเจ็ดตัวที่เหลือด้วย ทั้งหมดต้องยกระดับเชิงคุณภาพด้วยกัน

เป็นองค์กรรวม เป็นความสุขขององค์กรหรือความสุขของบริษัท

ฉะนั้นความสุขทางการเงินคือความสุขของบริษัทต้องไปด้วยกัน

พนักงาน : ใช่ครับ เดิมเรามองแบบแยกส่วนจึงไม่เห็นความสุข ทั้งระบบของบริษัท พอจะเข้าใจแล้วครับ

ผู้เล่า : พอจะสรุปหัวใจสำคัญได้สามประเด็นหลัก คือ

๑. การมีวินัยด้านการเงิน
๒. สามัคคีธรรมของบริษัท และ
๓. ทุกคนมีวัฒนธรรมองค์กร

พนักงาน : วัฒนธรรมองค์กรหมายถึงอะไรครับ

ผู้เล่า : หมายถึงพนักงานทุกคนทุกฝ่ายมีจิตสำนึก ร่วมทำผลงาน ผลผลิตเชิงคุณภาพ ให้บริษัทมั่นคงในเวทีแข่งขันระดับสากล ทางบริษัท ตระหนักถึงความสำคัญของพนักงานทุกคน

ทั้งหมดคือวัฒนธรรมองค์กร เป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ ปรับตัวได้ทันสถานการณ์ผันแปรทางเศรษฐกิจ เป็น “Happy Workplace”



## วัฒนธรรมชุมชน

**ค**คุณเฟิร์น-ปุดนุช ขอแสงรัตน์ ผู้ประสานงานศูนย์เรียนรู้  
ภูมิภาค นำทีมงานเยี่ยมชมศูนย์วิทยาศาสตร์และวัฒนธรรม  
เพื่อการศึกษาร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งมีคุณวรุดมิ โคตรพันธ์  
เป็นผู้อำนวยการศูนย์ฯ

ทีมงานจาก สสส. มีคุณวิเชษฐ์ พิษรัตน์ คุณวันชัย บุญประชา  
ผอ. อุ้ม และผู้เล่า

**คุณวิเชษฐ์ :** ผอ. ครับ สถานการณ์ชุมชนอีสานบนที่ส่งผล  
กระทบต่อสุขภาพมีอะไรบ้างครับ แล้วศูนย์ฯ ทำอย่างไร

**ผอ. ศูนย์ฯ :** โดยทั่วไปมีปัญหาด้านวัฒนธรรมการกินและขาด  
ภาวะเท่าทันสื่อร่วมสมัย เราให้ความสำคัญกับชุดนิทรรศการทั้งหมด  
ที่ สสส. ส่งมาให้ ได้จัดพื้นที่กว้างขวาง และจัดทีมวิทยากรที่มีทักษะ  
เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย คุณเฟิร์นมาช่วย เราจึงทำงานคล่องตัวขึ้น

**คุณวิเชษฐ์ :** ส่วนใหญ่ใช้การได้ดีเหมาะสมไหมครับ







**ผอ. ศุภนัย :** โดยทั่วไปใช้งานได้เหมาะสมทุกกลุ่มเป้าหมาย ที่เป็นนักเรียนนักศึกษา แต่คนในวัยทำงานและผู้สูงอายุมีปัญหา เพราะแต่ละกลุ่มมีบริบทเฉพาะของตนเอง

**ทีมงาน :** เรากำลังคิดทำกันอยู่ มุ่งประเด็นเฉพาะกิจด้าน อาหารสุขภาพ ต้นน้ำอยู่ที่ไร่นา กลางน้ำอยู่ที่การปรุงอาหาร ปลายน้ำอยู่ที่การกินหรือเพื่อจำหน่าย ส่วนการรู้หนังสือของผู้สูงอายุ ไม่ง่ายเลย

**ผอ. อ๋อม :** ผอ. ศุภนัย มีความคิดเห็นอย่างไรคะที่ทีมงาน คิดจะสร้างสื่อเอง

**ผอ. ศุภนัย :** เห็นด้วยครับและยินดีสนับสนุน แต่เราขาด องค์ความรู้ในการจัดทำให้สื่อนิทรรศการมีประสิทธิภาพ

**คุณวันชัย :** เราควรเชิญนักวิชาการมาช่วยออกแบบ ชุดนิทรรศการให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตชุมชนอีสาน จะทำให้เปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพได้



ผอ. อู๋ม : ลุงรินมีอะไรจะเสริมบ้างไหมคะ

ผู้เล่า : ก็มีอยู่ ทางศูนย์ฯ จัดสร้างชุดนิทรรศการตามที่  
คุณวันชัยเสนอ ส่วนอีกชุดหนึ่งเป็นชุดศิลปะการแสดงสดของบุคคล  
ซึ่งเรียกว่าศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น

โดยวัฒนธรรมชุมชนอีสานมีประเพณีฮีต ๑๒ คอง ๑๔ อยู่  
ชาวบ้านจัดใส่เหล่กัน เราอาจใช้เวทีนี้เสริมประเด็นคุณภาพชีวิต  
ด้านอาหารสุขภาพ ด้านสื่อดิจิทัลร่วมสมัย สร้างความรู้ความเข้าใจ  
เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

อีกด้านหนึ่งให้เด็กและเยาวชนมีความสามารถแสดง  
ศิลปวัฒนธรรมอีสานได้ โดยใช้ปราชญ์ชาวบ้านหรือผู้รู้เป็นผู้ฝึก  
หมอลำ หุ่นกระบอก หมอแคน ไปกลาง นิทานพื้นบ้าน ซึ่งเป็น  
ภูมิปัญญาที่กินใจชาวบ้าน เพื่อตบใจทศพิธภคิน การสื่อสาร  
ยุคใหม่อย่างรู้เท่าทันของทุกกลุ่มเป้าหมาย เป็นไปได้ไหมครับ

ผอ. ศูนย์ฯ : เป็นข้อเสนอที่ดี เป็นไปได้ และควรทำ ทางศูนย์ฯ  
เน้นความรู้เชิงวิทยาศาสตร์ จะได้ยกระดับเชิงคุณภาพจากวัฒนธรรม  
หมอลำสู่การปรับตัวของชุมชนอีสานในสถานการณ์ใหม่ ขอขอบคุณครับ



ค  
๑

ณนิสา รัตนดิลก ณ ภูเก็ต นำกรรมการแผนฯ ไปเทศบาลตำบล  
บ้านแฮด อำเภอบ้านแฮด จังหวัดขอนแก่น โดยมีท่านสมพร  
ใช้บางยาง ประธานฯ เป็นหัวหน้าทีม

คุณศิริพงษ์ อรุณเดชาชัย นายกเทศมนตรีตำบลบ้านแฮด  
และทีมงาน ให้การต้อนรับ พาไปดูผลงานในพื้นที่แล้วกลับมา  
แลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่สำนักงาน

**ประธานฯ :** นายกฯ ครับ ทีมงานของเราเห็นป้ายศูนย์เรียนรู้  
หน้าเทศบาลว่า “มหาวิทยาลัย” หมายถึงอะไร

**นายกฯ :** หมายถึงตำบลบ้านแฮดของเราเป็นตำบลมหาวิทยาลัย  
คือตำบลแห่งปัญญา ส่วนมหาวิทยาลัยทั่วไปเป็นสถานศึกษาถ่ายทอด  
ความรู้ในตำราเรียนในภาควิชาการ

**ประธานฯ :** มีผลลัพธ์ต่างกันตรงไหน



**นายเกษ :** ตรงที่บ้านแสดเป็นตำบลที่ปรับตัวท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงและซับซ้อนด้านเศรษฐกิจ สังคมยุคดิจิทัล และสิ่งแวดล้อมได้ แต่มหาวิทยาลัยไม่แน่ใจว่าปรับตัวได้ไหม

**อาจารย์พฤษ :** ปรับตัวด้านไหนบ้างครับ และปรับอย่างไร

**ทีมงานเทศบาล :** ปรับสี่ด้านครับ ๑. ตำบลที่จัดการตนเองได้  
๒. สร้างความเป็นธรรมทางเศรษฐกิจสังคมและการศึกษา  
๓. ลดความเหลื่อมล้ำด้านสุขภาพ ๔. สร้างความยั่งยืนด้านทรัพยากรสิ่งแวดล้อม สร้างชาวบ้านให้เป็นคน “ใจเพชร”

ใช้กระบวนการเรียนรู้เป็นเครื่องมือสร้างความรู้ใหม่ ปัญญาใหม่ ในการขับเคลื่อนงานและปรับตัว

**อาจารย์พฤษ :** ขอชมว่าลึกซึ้งและทันสมัยมาก เสนอว่าพยายามเรียนรู้แบบบูรณาการ หวังผลการเปลี่ยนจิตสำนึกและพฤติกรรมสุขภาพ

**ผู้ใหญ่โชคชัย :** ทำอย่างไรให้คนเป็นใจเพชร

**ทีมงาน :** เราสร้างผู้นำก่อน เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง ด้วยวิธีปลูกจิตสำนึกให้ตื่นรู้ เป็นกระแสการเปลี่ยนแปลงภายนอก ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของชุมชน “บ้านแสดของเรา” แล้วกระตุ้นให้เกิดแรงบันดาลใจไปขับเคลื่อนในชุมชน ชักชวนชาวบ้านมาร่วมสร้างบ้านแสดด้วยสุขภาพ

**ผู้ใหญ่โชคชัย :** ขอเสริมเรื่องคนใจเพชร ควรมีแผนปฏิบัติการให้ชัดเจนตรงกัน และมีการประชุมทุกเดือน นำความก้าวหน้ามาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แล้วกลับไปเสริมความเข้มแข็ง ปรับจุดอ่อนให้ดีขึ้น ให้พร้อมเพรียงกัน

**ผอ. ด้วง :** มีหน่วยงานไหนมาส่งเสริมสนับสนุนบ้าง



**นายกฯ :** ผมไปชวนภาคคนโยบายหลายภาคส่วน มีภาคราชการ นักวิชาการ ประชาสังคม ภาคธุรกิจเพื่อสังคม บริษัท SCG มาส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน สื่อสารมวลชนก็ได้รับความร่วมมือด้วยดี

**ผู้เล่า :** มีปัจจัยอะไรบ้างที่ประสบผลสำเร็จ

**ภาควิชาการ :** มีห้าประเด็นหลัก ๑. ชุมชนวิเคราะห์ สถานการณ์เป็น ๒. ผู้นำใจเพชรนำการเปลี่ยนแปลง ๓. ทுகองคัพพของตำบลมีส่วนสร้าง ๔. สร้างความรู้ใหม่จากงานที่ทำ ๕. มีการติดตามผลงาน ประเมินผลงานแบบมีส่วนร่วม สรุปรบทเรียนเป็น “มหาวิทยาลัย”

**ผู้เล่า :** ขอเสริมเรื่องมหาวิทยาลัยสร้างนวัตกรรมแห่งปัญญา ให้แก่สังคมไทย โดยหลักธรรมคำสอนกล่าวว่า “ไม่มีแสงสว่างใด เทียบเท่าแสงสว่างแห่งปัญญา”

ฉะนั้น “นวัตกรรม” ก็คือคบไฟที่จุดประกายทางความคิด ให้รู้แจ้งเห็นความจริงของการปรับตัวเป็นชุมชนสุขภาพ บ้านแสด คงเป็นตำบลต้นแบบ ขยายเครือข่ายไปยังตำบลอื่นต่อไป

**ประธานฯ :** ท่านนายกฯ และคณะทำงานของมหาวิทยาลัย ที่เคารพ วันนี้เราได้เรียนรู้อะไรมากมาย โดยเฉพาะเรื่องชุมชนเข้มแข็ง สุขภาวะทางปัญญา ทำให้ตำบลบ้านแสดพึ่งตนเองได้ ปรับตัวได้ ท่ามกลางกระแสวิกฤตทางเศรษฐกิจและสังคม

ขอขอบคุณ และ สสส. จะเป็นกำลังใจให้ เป็นเพื่อนร่วมทาง กับท่านเพื่อสร้างตำบลมหาวิทยาลัยสืบไป



“

‘ผู้สูงอายุน่าสงสาร’  
เป็นวัยแห่งน้ำใจงาม  
ช่วยสร้างคุณงามแห่งความดี  
ร่วมสร้างคุณงามประกาศิตินิยม  
และสิ่งแวดล้อมยังดี

”

## ทำงานวิจัย

**ย** คแรกแผนงานชุมชนเข้มแข็งด้านสุขภาพะ คุณเชิด รัตน์ดิลก  
 นำทีมบริหารแผนไปที่ อบต. ท่างาม อำเภอนิทร์บุรี จังหวัด  
 สิงห์บุรี นำโดยประธานแผน คุณกิตติศักดิ์ สินธุวนิช และ  
 ผอ. ด้วง-ดวงพร เสงษ์บุญพันธ์

คุณจิตติพงษ์ ศักดิ์ชัยสมบูรณ์ นายกฯ และผู้อำนวยการ  
 กองสวัสดิการสังคม พร้อมทีมงาน นำชมผลงานในพื้นที่แล้วกลับมา  
 พูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่สำนักงาน

**ประธานแผน :** ในการพัฒนาตำบลท่างามเข้มแข็ง นายกฯ  
 มีแนวคิดแนวปฏิบัติอย่างไรครับ

**นายกฯ :** มีแนวคิดพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากร มุ่งเน้น  
 ผู้สูงอายุ สร้างสัมมาชีพ ธุรกิจเพื่อสังคมและสิ่งแวดล้อมให้งาม  
 ด้วยสุขภาพะตามชื่อตำบล



เช่น ผู้สูงอายุมักจะมองว่าเป็นภาระสังคม ก็ให้ปรับใหม่เป็น “ผู้สูงอายุสร้างเมือง” เป็นวัยแห่งน้ำใจงาม ช่วยสร้างชุมชนแห่งความดี ร่วมสร้างชุมชนประชาธิปไตยและสิ่งแวดล้อมยั่งยืน

**หมอชาตรี เจริญศิริ :** ในส่วนของสุขภาพงามมีไหม ทำอย่างไร

**ผอ. กองฯ :** มีครับ มีหกด้าน ๑. อาหารท้องถิ่น ๒. ระบบดูแล ผู้สูงอายุ ๓. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๔. หลักสูตรเรียนรัฐสมวัย ๕. อุปกรณ์ ออกกำลังกายภูมิปัญญาพื้นบ้าน ๖. วาริบำบัด

**อาจารย์พฤกษ์ ยิบมันตะศิริ :** มีอะไร่งที่ว่าผู้สูงวัยมีวัยงาม ด้านสุขภาพ

**ผอ. กองฯ :** ทีมงานของเราดูที่ ๑. อาหารสุขภาพอนามัย ๒. การออกกำลังกาย ๓. มีอาชีพสร้างรายได้ ๔. มีวินัยการออม ๕. จิตอาสาช่วยเหลือสังคม

**อาจารย์พฤกษ์ :** เพื่อความครบถ้วนสมบูรณ์ผมขอเสนอแนะว่า ทุกด้านทุกขั้นตอนควรมีการเรียนรู้จากกรปฏิบัติ และมีการเชื่อมโยงให้เป็นระบบ มุ่งบูรณาการเป็นองค์รวม

**ผอ. ด้วง :** มีหน่วยงานไหนมาสนับสนุนบ้างไหมคะ

**นายกฯ :** มี พมจ. จังหวัด สาธารณสุขจังหวัด วัดมนธรรมจังหวัด กศน. ในพื้นที่ นักวิชาการ ภาคประชาสังคม ธุรกิจเอกชน ที่สำคัญก็คือ “ทีมงานของ สสส.”

**ไพโรจน์ สุจินดา :** สสส. สำคัญตรงไหน

**ผอ. กองฯ :** มีสามด้านครับ ๑. ให้ความรู้ด้านการจัดการตนเอง ลู่อชุมชนสุขภาพ ๒. สนับสนุนด้านวัสดุอุปกรณ์และงบประมาณตาม ความจำเป็น ๓. ทีมงาน สสส. มีปฏิสัมพันธ์กับเราแบบกัลยาณมิตร ไม่ใช่คำสั่งแบบเจ้านาย ทำให้เรามีกำลังใจทำงานแบบหวังผลสัมฤทธิ์





**ผู้เล่า :** ท่านนายกฯ และทีมงานที่เคารพ ตำบลของเราชื่อ ตำบลท่างาม คำว่า “ท่า” นั้นหมายถึงพื้นที่ที่มีผู้คนและสรรพสิ่ง มาบรรจบกัน เช่น ท่าน้ำ ท่าเรือ ท่าสินค้า ซึ่งมองด้วยตาเนื้อเห็นง่าย

มีอีกสองท่าที่เห็นไม่ได้ด้วยตาเนื้อ แต่เห็นได้ด้วยตาใน คือ ตาปัญญา ได้แก่ ท่าทางวัฒนธรรม และท่าทางประวัติศาสตร์ ซึ่งมีความสำคัญด้านตัวตนและจิตวิญญาณของผู้คนท่างาม

ในอดีตตำบลท่างามคงมีความดิงามทางวัฒนธรรมชุมชนซึ่งเป็นคุณค่าทางจิตใจ คงมีจิตใจเข้มแข็งดั่งนักรบบางระจันซึ่งเป็นศักดิ์ศรี และความภูมิใจ

ถ้าเราฟื้นคืนทุนด้านสังคม วัฒนธรรม ด้านประวัติศาสตร์ มาเป็นฐานการพัฒนา “ท่างามวิถึงาม” ของตำบลจะทำให้ยั่งยืน



# ๒๓

## สังคมเปลี่ยน คอรูมปรับ

วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๔ ทีมงานสำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และ  
วิเทศสัมพันธ์ (สภส.) พาผู้เล่าไปเวที “โซว์ แชร์ เชื่อม เครือข่าย  
สสส.” ที่ศูนย์เรียนรู้ อบต. คอรูม จังหวัดอุตรดิตถ์ ซึ่งมีคุณผจญ  
พูลด้วง เป็นนายก อบต. คอรูม

อบต. คอรูมเป็นเวทีเครือข่ายเข้มแข็งด้านสุขภาพของสำนัก ๓  
ผู้เล่าจึงรู้จักมาก่อน หลังเสร็จสิ้นการเปิดเวทีแล้วจึงหาโอกาสพูดคุย  
กับนายกฯ

**ผู้เล่า :** นายกฯ ครับ ปัจจุบัน อบต. ทำอะไรอยู่ ทำไม สภส.  
จึงมาจัดเวทีที่นี่

**นายกฯ :** ยังทำชุมชนเข้มแข็งอยู่ แต่ยกระดับคุณภาพเพื่อ  
ตอบโจทย์สถานการณ์โควิด ๑๙ และทีมงานของเราก็ทำได้สำเร็จ

สภส. จึงประสานงานมาขออนุญาตเป็นเวทีเรียนรู้ให้แก่ภาคี  
เครือข่าย สสส. เพื่อเป็นต้นแบบการปรับตัวท่ามกลางสถานการณ์  
โควิด ๑๙



**ผู้เล่า :** อบต. ปรับตัวเชิงคุณภาพด้านไหนบ้าง

**นายกฯ :** เรามีฐานงานเดิมในการจัดการเดิมอยู่แล้ว จากแผนงานเชิงยุทธศาสตร์ในห้าประเด็นหลัก ก็ยกระดับให้ทันสถานการณ์โควิด ๑๙ เพื่อตอบโจทย์ภาวะวิกฤตด้านต่างๆ คือ ๑. ความมั่นคงทางด้านอาหาร ๒. เกษตรอินทรีย์ ๓. วิสาหกิจชุมชน ๔. อนุรักษ์ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ๕. การสร้างภาวะเท่าทันการสื่อสารร่วมสมัย

**ผู้เล่า :** ทำอย่างไรครับ

**นายกฯ :** สร้างแรงจูงใจให้คนสามวัยมาพัฒนาสุขภาพทางปัญญา ร่วมกันในประเด็นหลักที่ตนสนใจ เช่น ความมั่นคงทางด้านอาหาร ก็จะมีวัยทำงาน ผู้สูงอายุ และเด็กเยาวชน มาทำงานเรียนรู้ร่วมกัน ยกย่องเชิดชูการโยงกับอีกสี่ประเด็น

๘๘

ความมั่นคงทางด้านอาหารมาจากเกษตรอินทรีย์ในไร่นา นำผลผลิตผัก ผลไม้ เครื่องดื่ม อาหารพื้นบ้าน สร้างเป็นวิสาหกิจชุมชน เพื่อสร้างรายได้ ไม่ใช่สารพิษสารเคมีที่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม ใช้เทคโนโลยีสื่อสารจำหน่ายสินค้าทางออนไลน์ เป็นการปรับตัวในสถานการณ์ที่สังคมเปลี่ยนแปลง

**ผู้เล่า :** ยังมองไม่เห็นสุขภาพที่ตอบโจทย์โควิด ๑๙

**นายกฯ :** เป็นหัวใจสำคัญของการปรับตัวด้านสุขภาพ สังคมไม่ทอดทิ้งกัน เราทำอาหารสุกนึ่งมาช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุ คนมีรายได้น้อย คนที่ทางราชการเข้าไปไม่ถึง

เรามีทีมงานจิตอาสาทำงานด้านสังคม ทำงานขจัดขยะต่างๆ เด็กเยาวชนช่วยเหลือคนชรา เข้าถึงการเยียวยาของรัฐด้วยแอปฯ ทุกประเด็นนำมาซึ่งการลดความเหลื่อมล้ำต่ำสูงด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการสื่อสารร่วมสมัย



มีการตั้งศูนย์พักคอย โดยมี อสม. เป็นแม่ข่ายสำคัญ

ผู้เล่า : มีภาคส่วนไหนสนับสนุนบ้าง

นายกฯ : ในชุมชนเองมีบ้าน วัด โรงเรียน อบต. รพสต.

นอกชุมชนก็มีภาคราชการ ภาคประชาสังคม ธุรกิจเอกชน และ  
สาธารณสุขุจังหวัด

ผู้เล่า : ประเด็นหลักอยู่ที่การปรับตัวของชุมชนที่ตอบโจทย์  
ในสถานการณ์โควิด ๑๙ ได้ สสส. จึงนำเครือข่ายมาศึกษาดูงาน  
ต้นแบบที่นี้ ก่อประโยชน์สังคมสุขภาวะมาก

นายกฯ ครับ คอรั่มอยู่ในจังหวัดอุดรดิตถ์ซึ่งมีความเป็นมา  
ทางด้านประวัติศาสตร์ พระยาพิชัยคือผู้กล้า นักรบที่ชาวอุดรดิตถ์  
ชาวกรุงเก่าภูมิใจ สู้เข้าศึกจนดาบหักก็ไม่ถอย

คอรั่มเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมล้านนา ขึ้นชื่อว่าเป็นถิ่นไทย  
งามของชาวเหนือ เป็นคุณค่าความหมายแห่งชีวิตของคนอุดรดิตถ์  
และชาวคอรั่ม

หากเราฟื้นฟูจิตสำนึกสองด้านนี้จะเงินทุนทางสังคมเพื่อ  
ขับเคลื่อนพัฒนาเชิงคุณภาพไปสู่ความเข้มแข็งอย่างยั่งยืน การปรับตัว  
ท่ามกลางสถานการณ์วิกฤตด้านสุขภาวะทางปัญญาเป็นชัยชนะ  
ที่ยิ่งใหญ่ของชาวคอรั่ม อุดรดิตถ์

สสส. โดยสำนัก ๓ และสำนัก ๘ สภส. ขอเป็นแรงใจให้  
เราจะเป็นเพื่อนร่วมทางกันสืบไป



## อาหารชาวเขา



**ปี** ๒๕๖๐ กลุ่มชาติพันธุ์ชาวเขาจัดงาน “มหกรรมอาหารสุขภาพ” ที่บ้านเทอดไทย อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย

โดยคุณสุพจน์ หลีจา และทีมงาน เป็นเจ้าภาพ

เจ้าภาพเชิญคณะกรรมการแผนอาหาร สำนัก ๕ สสส. ไปชมงาน แต่ติดงานสำคัญไม่สามารถไปได้ คุณประดิษฐ์ นิจไตรรัตน์ สำนักพัฒนา ภาควิชาสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ สสส. กับพี่เล่าเป็นตัวแทนไปในงาน

ในบริเวณงานมีใช้มีเฉพาะอาหารเท่านั้น แต่ยังมีผลิตภัณฑ์เชิงวัฒนธรรมหลากหลายมาจำหน่ายด้วย จากกลุ่มปกากะญอ ม้ง ลีซอ อาข่า มูเซอ ทุกคนแต่งกายประจำเผ่าของตนงดงาม



ผู้ชมจากพื้นราบของจังหวัดไปชมงานคับคั่ง ต่างจับจ่ายใช้สอย  
ตามรสนิยมของตน ที่ร้านอาหารกลางมีผู้ใช้บริการเต็มร้าน บนเวที  
มีการแสดงศิลปวัฒนธรรมประจำเผ่าสลับรายการอภิปรายเชิงวิชาการ  
ผู้ฟังแน่นเวที

พิธีกรเชิญผู้แทนจากหลายภาคส่วนมาร่วมอภิปรายตอบคำถาม  
จากกระทรวงสิ่งแวดล้อม ที่ดิน ป่าไม้ นักกฎหมาย สื่อมวลชน  
และผู้เฒ่าจาก สสส. มีกล้องถ่ายภาพจากหน้าเวที

เมื่อเสร็จการอภิปรายบนเวที ช่วงบ่ายผู้เฒ่ามีโอกาสพูดคุย  
กับคุณสุพจน์และทีมงาน

**ผู้เฒ่า :** คุณสุพจน์ โครงการรับทุน สสส. มาทำอาหารสุขภาพ  
ชาวเขา มีความเป็นไปได้อย่างไร

**คุณสุพจน์ :** ช่วง ๑๐ ปีที่ผ่านมา อาหารอุตสาหกรรมสำเร็จรูป  
รุกคืบเข้ามาจำหน่ายในชุมชนชาวเขามาก มีไส้กรอก ลูกชิ้น ฟาสต์ฟู้ด  
ส่งผลกระทบต่อสุขภาพชาวเขามาก โดยเฉพาะเด็กเยาวชน เราเห็นว่า  
ถ้าปล่อยให้สถานการณ์นี้ดำรงอยู่ จะทำให้เกิดการเจ็บป่วยสูง ต้อง  
ลูกชิ้นมาแก้ไขร่วมกัน

**ผู้เฒ่า :** ทำอย่างไรครับ

**คุณสุพจน์ :** เราระดมความคิดหาทางออก เสนอโครงการ  
อาหารทางสุขภาพเพื่อเด็กเยาวชน เมื่อได้รับการอนุมัติจึงดำเนินงาน  
ตามแผน ทุกฝ่ายตอบรับดีมาก

แต่พอขยายผล ทางเครือข่ายก็ติดขัดกับกฎหมายข้อบังคับ  
การใช้ที่ดิน ผืนป่า ผืนน้ำของภาครัฐ เราประสานงานขอปรับแก้  
ก็ได้ผลเล็กน้อย โดยหลักการติดขัดไปหมด

**ผู้เฒ่า :** ติดขัดด้วยบทกฎหมายเท่านั้นหรือ



**ทิมงาน :** ด้านสังคมด้วย เขามองว่าชาวเขาทำลายป่า ผืนน้ำ ผืนดิน ซึ่งมันไม่เป็นความจริง ทฤษฎีการคือชีวิตชาวเขา เป็นตัวตน จิตวิญญาณของชาวเขา จะทำลายได้อย่างไร

ผู้ทำลายป่ามิใช่เรา แต่เป็นแรงงานรับใช้กลุ่มทุนภาคธุรกิจเอกชน โดยการเอื้ออำนาจของภาครัฐ ราชการ แอ่งยึดผืนดิน ผืนป่า ปลูก พืชผักผลไม้เพื่อการส่งออก ใช้สารเคมีสูงมาก

**ผู้เล่า :** กลุ่มนี้มีอำนาจมาก เราพอจะทำอะไรได้บ้าง

**คุณสุพจน์ :** เราต่อต้านโดยตรงไม่ได้ จึงจัดงานมหกรรม

อาหารสุขภาพะ เชิญภาคส่วนที่เกี่ยวข้องมานำเสนอข้อเท็จจริงเชิง ประจักษ์บนเวทีอภิปราย แล้วเชิญสื่อมวลชนมาทำข่าวประชาสัมพันธ์ ให้ส่งผลกระทบต่อขบเชิงนโยบายทั้งภาครัฐและภาคท้องถิ่น ใช้สิทธิชุมชน เป็นประเด็นขอความเป็นธรรมให้แก่ชาวเขากลุ่มชาติพันธุ์ เราไม่มี ทางเลือกอื่น

**ผู้เล่า :** ประเด็นสำคัญคือระบบสัมพันธ์เชิงอำนาจระหว่างบ้าน กับเมือง บ้านหมายถึงชุมชนชาวเขาไม่มีอำนาจ เมืองหมายถึง ภาครัฐ ราชการ กลุ่มทุนเสรี ซึ่งมีอำนาจมากเข้ากระทำการต่อต้าน ชุมชนชาวเขาเป็นผู้ถูกระทำ เกิดการเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจและ สังคม

การต่อสู้ด้วยประเด็นสิทธิชุมชน เป็น soft power ในที่สุด ก็ชนะ hard power ของภาครัฐ



## ชาวเขาอดที่นาไร่

**ปี** ๒๕๖๓ คุณวีระ นิจไตรรัตน์ กรรมการแผน สำนักพัฒนา  
ภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ สสส. พาผู้เล้าไปตำบลนาไร่  
อำเภอกุศุม จังหวัดโยธา เพื่อเยี่ยมชมชาวนาไร่สร้างความมั่นคง  
ด้านอาหารในพื้นที่แห่งนี้ได้สำเร็จ

คุณสยาม หนองอ่อน ผู้นำชาวนารายย่อยเป็นผู้พาชม เมื่อมาถึง  
ก็ออกมาต้อนรับแล้วพาไปดูผลงานในพื้นที่ จากนั้นจึงกลับมาพูดคุยกัน

**ผู้เล้า :** เห็นคุณวีระบอกว่า บ้านนาไร่สร้างความมั่นคงด้านอาหาร  
ได้สำเร็จ มีความเป็นมาอย่างไรหรือ

**สยาม :** เดิมผมทำนาข้าวอินทรีย์ไปขายที่โรงสีกุศุม ซึ่งมี  
พ่อมั่ง สามสี่ เป็นผู้ดำเนินกิจการ แม้จะมีราคาสูง แต่ก็ไม่สามารถ  
ลดหนี้ครัวเรือนได้

ทำกันมานานปีหนี้สินก็เพิ่มเป็นดินพอกหางหมู สมาชิกส่วนหนึ่ง  
จึงมาวิเคราะห์ร่วมกันเพื่อหาคำตอบ พบว่า ค่าใช้จ่ายอาหารครัวเรือน  
เป็นครึ่งหนึ่งของค่าใช้จ่ายทั้งหมด แม้จะมีรายได้ดีจากการขายข้าว  
อินทรีย์ก็ตามไม่ทัน จะต้องหาทางออก

คุณวิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ เขามาที่โรงสีนาไร่ย่อย จึงชวนพวกเรา  
ทำเกษตรผสมผสานเพื่อลดรายจ่ายครัวเรือนและชุมชน โดยมี  
คุณปรกชล อุทัยพันธ์ ให้องค์ความรู้และติดตามประสานงานให้





**ผู้เล่า :** เริ่มต้นทำอย่างไร

**สยาม :** ผมเริ่มทำที่ครอบครัวมาก่อน กับเพื่อนบ้านอีกสองสามราย ปรับคันนาให้กว้างสูงขึ้น ปลูกพืชผักพื้นบ้าน ผลไม้ และไม้ยืนต้นเป็นไม้ใช้สอย ปลูกแบบอิงอาศัยกัน ปลูกต้นกล้วยป้องกันความแล้ง รวมแล้ว เป็นร้อยชนิด

แบ่งนาบางส่วนขุดบ่อขังน้ำไว้ใช้และเลี้ยงปลาด้วย ใต้ถุนเลี้ยงไก่ เป็ด หมู ใช้อาหารจากไร่ นา ช่วย พอผลผลิตออก เราจึงมีของกิน ของใช้ไม่ต้องซื้อ รายจ่ายครัวเรือนลดลง แรงเสียดทานจากผู้ใหญ่ ในครัวเรือนที่ไม่เห็นด้วยผ่อนคลายลง

เรายังไม่ทิ้งการทำนาข้าวอินทรีย์ ก็ทำตามปกติ พอขายข้าว ได้เงินมากก็ไปชำระหนี้ ธกส. ซึ่งเดิมทำไม่ได้ เพื่อนอีกสองสามราย ก็เกิดผลลัพธ์เช่นเดียวกัน เราจึงมีกำลังใจเห็นทางออก

ต่อมาเราพบกบ เขียด กะปอม ผีเสื้อ แมลงปอ และหิ่งห้อย ยามค่ำคืน สิ่งแวดล้อมดีขึ้น คุณปรกชลบอกว่า ระบบนิเวศกำลังฟื้นคืน ทำให้เรามีความหวังความสุข

**ผู้เล่า :** ขยายผลสู่ชุมชนได้ไหม

**สยาม :** เรื่องนี้ไม่ง่าย แต่ทำได้ เราทำในสองขั้นตอน

ขั้นที่ ๑ เราชวนเพื่อนไปปลูกผักผลไม้พื้นบ้านริมรั้วช่วยสาธารณะ ช่วยกันประคับประคองให้เติบโต แล้วบอกเพื่อนบ้านว่าใครต้องการ ก็เก็บไปกินได้ เขาขอใจ ทำให้เรามีความหวังความสุข

ขั้นที่ ๒ เราขยับมาปลูกริมถนนทางเข้าหมู่บ้านให้เป็นของส่วนรวม เป็นของสาธารณะ มีเพื่อนบ้านร่วมมือหลายครัวเรือน กลุ่มนี้ก็กลับไป ปลูกที่บ้านของตนด้วย ไปขอความรู้จากครัวเรือนที่เขาทำสำเร็จ จึงขยายตัวทั่วหมู่บ้าน



ผู้เล่า : มีการขยายไปชุมชนอื่นไหม

สยาม : มี ไปยังตำบลโนนเปือย และอีกหลายหมู่บ้านในอำเภอ มหาชนะชัย ช่วงหลังคุณสุภา ไยเมือง มาช่วยให้หมู่บ้านทำ “ตลาดเขียว” เป็นความคิดใหม่ ความรู้ใหม่ ที่เราไม่เคยคิดทำ พอทำ ก็มีเงินรายได้เป็นตัวเงินทุกวัน เป็นช่องทาง “ชุมชนพึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ”

ผู้เล่า : มีหน่วยงานไหนมาช่วยบ้างไหม

สยาม : มี สปก. เกษตรอำเภอ นักวิชาการอำเภอ มาปรึกษาว่า เป็นผลงานของตน เราไม่คิดอะไร

ผู้เล่า : ช่วงสถานการณ์โควิด ๑๙ ส่งผลกระทบบ้างไหม

สยาม : ในชุมชนมีนิดหน่อย แต่เราก็เอื้อเพื่อแจกุนอาหารให้ผู้ยากไร้ แต่ที่เป็นที่น่าพอใจก็คือ เราส่งข้าวปลาอาหารจากบ้านกุดชุม ไปให้เครือข่ายและบุตรหลานที่ทำงานที่กรุงเทพฯ ไม่ให้อดอยากและทำงานต่อไปได้ เป็นทางอยู่รอดร่วมกัน

ผู้เล่า : จากประสบการณ์ได้ค้นพบอะไรบ้าง

สยาม : เราสรุปบทเรียนร่วมกันพบว่า เกษตรผสมผสานเป็น เกษตรคุณธรรม เป็นเกษตรทางรอดของชุมชนชาวนาอีสาน เราพึ่งตนเองได้ เรามีศักดิ์ศรีและความภูมิใจ

ผู้เล่า : ดีใจด้วยสยาม เงินทองเป็นของมาฆา ข้าวปลาเป็นของจริง ในฐานะตัวแทน สสส. ขอเป็นกำลังใจให้

วันนั้นเราจากลากันด้วยรอยยิ้มแห่งความสุขและความหวัง ท่ามกลางความขัดแย้งของชุมชนอีสาน



# ๒๖

## เวลาตีโหนด

ค  
๑

ณัฐรุย์ เลียนจำรุญ เชิญกรรมการแผนอาหารไปเยี่ยมชม “ตลาดตีโหนด” จังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นตลาดจำหน่ายอาหารอินทรีย์เพื่อสุขภาพและเครื่องตีมปลอดภัย ที่นั่นคุณหยอยและคุณประไพ ทองเชิญ เป็นผู้จัดการตลาดแห่งนี้

กรรมการแผนอาหารไปด้วยกันหลายท่าน โดยมีคุณหมอจันทนา อึ้งชูศักดิ์ เป็นผู้นำ หลังจากเยี่ยมชมกิจการในตลาดทั่วถึงแล้ว ได้กลับมาพูดคุยกับหัวหน้าโครงการตีต้นไม้

**คุณหมอจันทนา :** คุณหยอยคะ ตลาดตีโหนดหมายความว่าอะไร

**คุณหยอย :** “ตลาดตี” หมายถึงตลาดชาวปักษ์ใต้ “โหนด” หมายถึงสถานที่จัดของกินของใช้เพื่อสุขภาพะ เป็นแหล่งที่ผู้ผลิตและผู้บริโภคมาพบกันเพื่อสร้างความเป็นธรรม

**คุณหมอวิวัฒน์ โรจนพิทยากร :** ผมไปเดินดูทั่ว น่าสนใจ ทั้งพืชผักผลไม้ อาหาร เครื่องตีม แต่ละร้านไม่ซ้ำกัน ทำได้อย่างไรครับ



**คุณประไพ :** เรานำผู้ผลิตทั้งหมดมาหาข้อตกลงร่วมกันว่า ใครจะทำอะไร สินค้าตัวไหนให้ไม่ซ้ำกัน ถ้ามีผู้เสนอซ้ำ ที่ประชุม จะมีส่วนร่วมตัดสินใจให้คนที่เหมาะสม อีกคนหนึ่งต้องทำอย่างอื่นมา

**คุณหมอวิวัฒน์ :** เขาเหล่านั้นเป็นใคร มาจากไหน

**คุณประไพ :** ส่วนใหญ่เป็นผู้ผลิตเอง เช่น พี่ซัพักอินทรีย์และผลไม้ แต่ถ้าเป็นผู้ประกอบการอาหาร ขนม เครื่องดื่ม อาจจะเป็น ผู้ซื้อวัตถุดิบในชุมชนมาทำ ทุกคนเป็นคนในชุมชน มาจากที่อื่นไม่ได้

**อาจารย์มัทนา ถนนมพันธ์ุ หอมลลอ :** ด้านหน้านี้เป็นสภากาแฟ มีเครื่องดื่มจำหน่าย ด้านข้างเป็นห้องสมุด มาจากแนวคิดอะไรหรือ

**คุณหยอย :** ผู้บริโภคมาจากกลุ่มคนหลายระดับ หลายรสนิยม เราก็จัดเพื่อตอบสนองความต้องการ บางคนก็มานั่งทำกิจกรรมส่วนตัว บางคนมาเป็นครอบครัวบ้าง กลุ่มเพื่อนบ้าง



**อาจารย์มัทนา :** ทั้งหมดต้องใช้งบประมาณจัดการ มาจากไหนคะ

**คุณประไพ :** เราเชิญทุกฝ่ายมาแสดงความเห็น แล้วร่วมกัน ตัดสินใจว่า การดำเนินงานทุกส่วนใช้เงินเท่าไร รวมยอดเท่าไร ราคามีสินค้าต่างๆ เล็กใหญ่ต่างกัน ควรมีอัตราส่วนเท่าไร อย่างไร การตัดสินใจเป็นของที่ประชุม

อย่างไรก็ตามคณะทำงานเราทำเพื่อจิตสำนึก ทำเพื่อคุณภาพ ชีวิตคนสงขลาชาวใต้ เป็นตลาดใต้โหนดเพื่อสังคม มีใช้ทำเพื่อ ผลประโยชน์ ทุกอย่างจึงไม่ยาก ขัดแย้งน้อย

**คุณหมอปัญญา ไช้มุก :** มีการขยายผลไปยังจังหวัดอื่นบ้าง ไหมครับ

**คุณประไพ :** ไปที่พัทลุงอีกโหนดหนึ่ง มีประสิทธิภาพ ไม่ยิ่งหย่อนกว่าที่นี่ แต่ที่อื่นยังไม่มี

**ผู้เล่า :** บางส่วนของตลาด ตามมุมที่เหมาะสม มีนักเรียน มาแสดงมโนราห์ ผู้สูงอายุมาแสดงดนตรีภาคใต้ เราจัดเพื่อสีสัน ของตลาดหรือ

**คุณหยอย :** ไม่เพียงแค่นั้น เราต้องการสืบสานมรดกทาง วัฒนธรรมชาวใต้ซึ่งมีคุณค่าทางจิตวิญญาณ ผู้ชมมีเมตตาจิต ก็บริจาคเงินให้ด้วย

**ผู้เล่า :** ทั้งอาหารสุขภาพชาวใต้และศิลปะการแสดงเป็น วัฒนธรรมชาวใต้ที่ควรอนุรักษ์ไว้ นับวันจะลึ้มความสำคัญตามลำดับ ขอให้กิจการวัฒนาถาวรสืบไป

**คุณหมอจันทนา :** สสส. มีความภูมิใจที่มีส่วนสนับสนุน เล็กน้อย ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนทุกฝ่าย



# ๒๓

## แก้มใส

**อ**าจารย์หน้อย-จกกลณี วิทยารุ่งเรืองศรี หัวหน้าโครงการ “เด็กไทยแก้มใส” ในระบบโรงเรียน ซึ่งมีอาจารย์สง่า ดามาพงษ์ เป็นที่ปรึกษา จัดเวทีสรุปบทเรียนที่โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีผู้เข้าร่วมประชุม ๑๕๐ คน จากผู้อำนวยการโรงเรียน สำนักงานเขต ครู และผู้มีส่วนร่วมในพื้นที่

หลังจากคุณหมोजันทนา อึ้งชูศักดิ์ ให้แนวความคิดอาหารสุขภาพที่เหมาะสมกับเด็กวัยเรียนแล้ว คุณหมอวิวัฒน์ โรจนพิทยากร ได้ให้ข้อสังเกตเกี่ยวกับแนวความคิดการขับเคลื่อนแผนงานโครงการ อาจารย์สง่าเสนอให้มีนักโภชนาการระดับโรงเรียน เพื่อให้เด็กเป็นเด็กมีสุขภาพสมบูรณ์ แก้มใส

พิธีกรเชิญผู้เล่าเปิดมุมมองประเด็นนี้ ในฐานะอดีตครูใหญ่โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่อยุธยา ผู้เล่าจึงพูดคุยว่า





“เรียน ผอ. และผู้มีเกียรติที่เคารพ เราขับเคลื่อนโครงการเด็กไทยแถมใส่กันอยู่ ท่านคงทราบแล้วว่า ‘แถมใส่’ บ่งชี้คุณภาพชีวิตนักเรียนไทยด้านไหนบ้าง

“ประเด็นแรก แถมใส่คือสุขภาพสมบูรณ์ เป็นคุณภาพชีวิตเมื่อสุขภาพแข็งแรงก็เป็น ‘คนใจสู้ มองสร้าง ร้างสมส่วน’ จิตใจเป็นผู้ใฝ่รู้สู้สิ่งยาก มองสร้างความรู้ใหม่จากกิจกรรมการเรียนรู้ ร้างสมส่วนไม่อ้วนเกินผอมเกิน มีความสมดุล เป็นผลจากการสร้างเสริมสุขภาพด้านอาหารสุขอนามัยใช้ไหมครับ

“การจะเป็นเช่นนั้นได้ มีปัจจัยอะไรที่เกี่ยวพันบ้าง

“๑. เด็กต้องกินอาหารครบสามมื้อ ผัก ๒ ส่วน โปรตีน ๑ ส่วน ข้าว ๑ ส่วน ในแต่ละมื้อ ลดหวาน มัน เค็มลง

“๒. ผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบ Active Learning มองจริงจะมีสมรรถนะสร้างความรู้ใหม่จากการเรียนรู้

“๓. เป้าหมายโครงการจะสำเร็จด้วยดี ต้องเกิดจากการมีส่วนร่วมกับผู้ปกครอง ซึ่งทำอาหารสุกอนามัยที่บ้าน ให้ความร่วมมือกับโรงเรียน จัดกิจกรรมการเรียนรู้ของบุตร



“๔. โครงการจะดำเนินการไปด้วยดี ต้องขับเคลื่อนเชิงระบบ มีภาคนโยบายมาสนับสนุนให้ต่อเนื่องยั่งยืน เช่น อบต. สำนักงานเขต การศึกษา นักวิชาการ สาธารณสุขจังหวัด ร่วมมือกันแบบบูรณาการ

“คุณสมบัติที่พึงประสงค์ของนักเรียนยุคดิจิทัล คือต้องเป็นคนที่ สมบูรณ์ ไม่บกพร่องทางจิต มีปัญญาด้านสุขภาพ มีสมรรถนะในการ ปรับตัว เรียนรู้สื่อร่วมสมัย เผชิญชีวิตสู่โลกกว้างได้ ซึ่งเป็นผลพวงจาก การปฏิรูปการเรียนรู้

“อาหารสุขอนามัยเป็นหัวใจสำคัญของคุณภาพชีวิต ท่ามกลาง กระแสการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วและซับซ้อน

“บ้านใดเมืองใดไม่ตระหนักรู้อะไรของเด็กและเยาวชน บ้านเมืองนั้นไม่มีอนาคต”





# ๒๘

## บ้านสวนสุข

๑๐๒

วันหนึ่งผู้เล่ามีโอกาสพบคุณเต่า-ปิ่นฉัตร ไพฑูลย์วัฒนกิจ เป็นทีมงานสื่อ สสย. ของคุณหุຍ-เขมพร วิรุณราพันธ์ ซึ่งทำหน้าที่ประสานงานภาคเหนือ จึงพูดคุยกัน

**ผู้เล่า :** คุณเต่าครับ ชีวิตเป็นมาอย่างไรจึงมาทำงาน สสย. ร่วมกับคุณหุຍ

**คุณเต่า :** เคยทำงานครูมาก่อน จนได้รับตำแหน่งคณบดี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยภาครั้ว ต่อมาพบคุณหุຍทำงานสื่อ MIDL (Media Information and Digital Literacy) รู้สึกชอบและเห็นความสำคัญ จึงตัดสินใจลาออกมาทำงานผู้ประสานงานภาคเหนือจนถึงปัจจุบัน

**ผู้เล่า :** เป็นการตัดสินใจที่เด็ดเดี่ยวมาก ทั้งมูลค่ามาหาความหมายของคุณค่าชีวิต น้อยคนจะทำได้ แล้วทำอะไรบ้างที่ภาคเหนือ



**คุณเต๋า :** ก็เป็นผู้ประสานงาน ผู้นำเครือข่ายสื่อติ ภูมิติ พื้นที่ที่ภาคเหนือตอนบน ครั้งหนึ่งมาทำงานพัฒนาศัภคภพนักเรียนโรงเรียนบ้านสันติสุข โรงเรียนขยายโอกาสชุมชนชาวม้งจังหวัดพะเยา ใช้สื่อ MIDL เป็นเครื่องมือการเรียนรู้ สร้างชุมชนให้เกิดบ้านสันติสุขสมชื่อ

**ผู้เล่า :** ทำอะไรบ้างครับ

**คุณเต๋า :** เริ่มต้นที่โรงเรียนก่อน โดยพัฒนาสมรรถนะนักเรียนด้านสื่อสร้างสรรค์สู่ภาวะ เด็กนักเรียนทำสื่อชุมชน หมู่บ้าน ประเด็นทรัพยากรสิ่งแวดล้อม เชื่อมประสานกับ อบต. และภาคนโยบาย กระทรวงทรัพยากรฯ เกษตรอำเภอ สฟฐ. นักวิชาการ ประชาสังคม และสื่อสารมวลชน

**ผู้เล่า :** ผอ. โรงเรียนมีส่วนร่วมไหม

**คุณเต๋า :** ผอ. เห็นชอบ ลงมาร่วมด้วย ท่านเชิญชุมชนมาร่วมคิดร่วมพัฒนาด้วย เพื่อตอประกอเจทยัสถานการณ้หมู่บ้าน ชาวบ้านเห็นประโยชน์จึงร่วมมือกัน

**ผู้เล่า :** ทำประเด็นไหนก่อน

**คุณเต๋า :** พัฒนาลำน้ำสาวก่อน เป็นลำน้ำโอบคดอยซึ่งสำคัญมาก แต่ชาวบ้านนำขยะมาทิ้ง เราเชิญผู้รู้มาเล่าความเป็นมาในอดีตว่าลำน้ำนี้เป็นสายเลือดของหมู่บ้านที่สะอาด เป็นแหล่งน้ำกินน้ำใช้ เป็นที่อยู่ของกุง หอย ปู ปลา สมบูรณ์

มีตำนานว่า สาวชาวม้งได้รับน้ดหมายจากหนุ่มม้งให้มาคอยรับน้ำ รออยู่นานแสนนานหนุ่มม้งไม่มาพบตามนัด ด้วยความน้อยใจสาวม้งจึงกระโดดลำน้ำเสียชีวิต นับเป็นโศกนาฏกรรมที่ฟังแล้วสะเทือนใจ



จึงเกิดแรงบันดาลใจเรื่องชุมชนอนุรักษ์ลำน้ำสาว

**ผู้เล่า :** ทำเรื่องเดียวกันเท่านั้นหรือ

**คุณเต๋า :** ชาวบ้านชวนนักเรียนทำ “น้ำพริกปลิวัดิ” ใช้วัตถุดิบชุมชน ทุกภาคส่วนร่วมกิจกรรมด้วยจิตสำนึกเพื่อระลึกถึงความทรงจำในอดีต

หมู่บ้านนี้เคยถูกกล่าวหาจากภาครัฐว่าเป็นพื้นที่สีแดง ยกพลมาทำลาย ชาวบ้านจึงรวมตัวกันเข้าป่าเป็นฐานการต่อสู้ แม่บ้านทำ “น้ำพริก” ให้ไปกินในป่าเพราะสู้ยึดเชื้อ จนกระทั่งทางการมีนโยบายให้ผู้อพยพ (พค. - ความเชื่อของรัฐยุคนั้น) ออกจากป่ามา ร่วมพัฒนาชาติไทย โดยคำสั่ง ๖๔/๒๕๒๓ นักรบจึงออกจากป่ามาอยู่บ้าน เขาภูมิใจที่ชนะใจภาครัฐ จึงตั้งชื่อชุมชนว่า “บ้านสันติสุข”

**ผู้เล่า :** น่าภาคภูมิใจมาก นี่คือศักดิ์ศรีของกลุ่มชาติพันธุ์ชาวม้งจากน้ำพริกปลิวัดิแล้วทำอะไรต่อ

**คุณเต๋า :** น้ำพริกเชื่อมนโยบายวัสดุในชุมชน ถ้ายังใช้สารพิษจากเคมีก็จะปนเปื้อน เกิดความเจ็บป่วย จึงทำพืชผักอินทรีย์ ร่างกายจึงจะแข็งแรง แล้วก็โยกย้าย หอย ปู ปลาในน้ำ ทั้งหมดสัมพันธ์กับธรรมชาติและแหล่งผลิต จึงต้องปรับทั้งระบบจากสารเคมีสู่เกษตรอินทรีย์เพื่อสุขภาพของครัว

ทีมงานเด็กนักเรียนเป็นกลไกการเชื่อมประสานและให้ความรู้ด้านสื่อ MIDL ปลุกจิตสำนึกให้ชาวบ้านตื่นรู้ เกิดจิตสำนึกใหม่ที่ศรัทธาใหม่ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อสุขภาพ

ชาวม้งมีการรับรู้สิ่งใหม่ เรียนรู้ใหม่ สร้างความรู้ใหม่ เกิดสุขภาพะด้านปัญญา สามารถวิเคราะห์สื่อร่วมสมัย มีความรู้เท่าทันว่าเป็นดาบสองคม ต้องแยกแยะให้ออก





ผู้เล่า : เยี่ยมมากคุณเต่า โครงการจบแค่นี้หรือ

คุณเต่า : ยังค่ะ ชุมชนร่วมมือกันฟื้นฟูการปักผ้าลายมั่ง เป็นลายกันหอย สิ่งนี้สะท้อนทรัพยากรในลำน้ำสาวที่จะหล่อเลี้ยง ชีวิตชุมชนสู่อนาคต จะต้องอนุรักษ์ไว้

อนึ่งยังเป็นการระลึกถึงบรรพบุรุษที่ร่วมมือกันตั้งถิ่นฐาน ร่วมมือกันอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ร่วมมือกันต่อสู้เพื่อหมู่บ้าน ให้ลูกหลาน มีที่อยู่ที่ยืน อันเป็นรากเหง้าทางวัฒนธรรม

ผู้เล่า : มีการสรุปบทเรียนไหม ว่าอะไรเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จ

คุณเต่า : จากการสรุปบทเรียนแบบมีส่วนร่วม พบว่า

๑. นักเรียนมีสมรรถนะใช้สื่อ MIDL เป็นเครื่องมือประสานการพัฒนา
๒. ชุมชนมีการดำเนินงาน มีแผนปฏิบัติการชัดเจน
๓. ทีม MIDL มีแนวคิดชุมชนหมู่บ้านจัดการตนเองชัดเจน สนับสนุนเขา แต่ไม่คิดแทนเขา ทำให้เขา แต่ให้เขาทำเพื่อตอบโจทย์ ตัวเขาเองท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลง

ผู้เล่า : นี่คือนวัตกรรมสื่อสร้างสรรค์นะ ดีมาก สสส. สำนัก ๑๑ ขอเป็นกำลังใจให้





ต่างมีส่วนร่วมสร้างกรุงศรีอยุธยาให้มี

การอยู่ร่วมกันด้วยดีตลอดมาไม่เคยมี

แบ่งดินสยาม เป็นตัวตนและจิตวิญญาณของเรา

ทางวัฒนธรรมของเราสืบไป ”

# ๒๘

## ดาวรุ่งสัมพันธ์

๑๐๘

สส. สำนัก ๕ ได้สนับสนุนให้โรงเรียนราษฎร์บำรุงศิลป์ อำเภอเสนา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จัดงานวิ่งเฉลิมพระเกียรติ พ่อหลวง ร. ๙ ในวันที่ ๕ ธันวาคมของทุกปี โดยการนำของคุณพ่อบาทหลวงวิษุกรณ์ เกตุภาพ เจ้าอาวาสโบสถ์บ้านแพน (วัดมารีย์สมภพ)

อาจารย์ณรงค์ เทียมเมฆ จากแผนงานออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ให้การดูแลและเข้าร่วมการจัดงานอย่างใกล้ชิด

งานนี้เป็นงานที่ยิ่งใหญ่มาก มีสมาชิกเข้าร่วมวิ่งปีละไม่ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ คน ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธานในพิธี ทุกภาคส่วนจะต้องเดินเข้าร่วมงานในทุกขั้นตอน

**ผู้เล่า :** คุณพ่อวิษุกรณ์ครับ งานวิ่งเฉลิมพระเกียรติฯ ทุกปีมีการร่วมงานระหว่างศาสนาทั้งสามได้อย่างไร

**คุณพ่อ :** ผมเป็นผู้ริเริ่ม และได้รับความร่วมมือจากฝ่ายบริหาร โบสถ์คริสต์ จากทีมบริหารโรงเรียน จึงไปเรียนเชิญท่านผู้นำของ



ศาสนาพุทธและอิหม่ามจากมัสยิดมาร่วมงาน ซึ่งท่านก็ตอบรับด้วยความยินดี

**ผู้เล่า :** ในงานวิงเจลิมพระเกียรติฯ ทำอย่างไรบ้างครับ

**คุณพ่อ :** ท่านพระครูวัชรสุวรรณกร เจ้าอาวาสวัดกระโคงทอง นำคณะสงฆ์มาร่วมในพิธี นำชาวบ้านมาร่วมวิง นำอาหารไทยพื้นบ้านมาออกงาน

ท่านอิหม่ามนะวาท ไกรพันธ์ มัสยิดชายนา นำประธานอิหม่ามมัสยิดกรุงเก่า ท่านประดิษฐ์ รัตนโกมล มาร่วมงานในพิธี นำชาวไทยมุสลิมมาร่วมวิง นำอาหารไทยมุสลิมมาออกร้าน

ส่วนฝ่ายคริสต์ ผมเป็นผู้ประสานงาน เชิญประธานฝ่ายคริสต์กรุงเก่าจากโบสถ์นักบุญยอแซฟ อยุธยา นำบาทหลวงมาร่วมพิธี และนำชาวไทยคริสต์มาร่วมวิง ออกร้านด้วยอาหารพื้นบ้านชาวคริสต์ด้วย

**ผู้เล่า :** คุณพ่อสร้างความสัมพันธ์เฉพาะงานวิงเจลิมพระเกียรติฯ เท่านั้นหรือ

**คุณพ่อ :** มีมากกว่านั้น ในทุก ๒ เดือน ผู้นำทุกศาสนาจะมาประชุมร่วมกันที่ส่วนกลางของจังหวัด มีจุดหมายร่วมคือสร้างความสงบสุขของประชาชนในจังหวัด เป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน แม้จะต่างพิธีกรรม แต่เราก็ร่วมมือกันได้

อีกส่วนหนึ่งเราทำในพื้นที่อำเภอเสนา ในวันสำคัญของแต่ละศาสนา เราก็ไปร่วมพิธีกรรมด้วย ไม่มีพรมแดนทางศาสนามาเป็นกำแพงใจ มีแต่ความรักความสามัคคีกัน

**ผู้เล่า :** กราบนมัสการพระครูครับ คิดอย่างไรจึงมาร่วมงานตามคำเชิญของคุณพ่อบาทหลวง

**พระครู :** โดยหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธศาสนา





ความเมตตากรุณาเป็นเครื่องค้ำจุนโลกมนุษย์ให้อยู่ร่วมกันได้สงบสุข  
มองข้ามพหุทิศาสนาลุ่มนุษยชาติ จึงร่วมงานกันได้ด้วยความยินดี  
ไม่มีข้อรังเกียจเด็ดจันท์อย่างไร

**ผู้เล่า :** ขอคารวะอาจารย์อิหม่ามมัสยิดชายนาวา คิดอย่างไร  
จึงมาร่วมงานสร้างสานสัมพันธ์ของอำเภอเสนาและเมืองกรุงเก่า

**อิหม่าม :** การสร้างสันติสุขของสังคมเป็นหลักธรรมคำสอนของ  
พระอัลเลาะห์ เป็นจุดร่วมของทุกศาสนา อย่างชาวคริสต์ก็มีหลักธรรม  
คำสอนเรื่องความรักต่อเพื่อนมนุษย์ ทั้งสามศาสนามีเป้าหมายร่วม  
ตรงกัน เราจึงร่วมงานกันได้

ท่านประดิษฐ์ รัตน์โกมล ประธานฝ่ายไทยมุสลิม เสริมว่า  
“ในเชิงประวัติศาสตร์ ผู้นำทั้งสามศาสนาต่างมีส่วนร่วมสร้างกรุง  
ศรีอยุธยาให้มีความเจริญรุ่งเรือง มีชื่อเสียงระดับนานาชาติว่า ‘โยเดีย’  
นี่คือศักดิ์ศรีและความภูมิใจซึ่งร่วมกันสืบทอดมาเป็นเมือง ‘มรดกโลก’  
“อนึ่งการอยู่ร่วมกันด้วยดีตลอดมา ไม่เคยมีความขัดแย้งรุนแรง  
เป็นวัฒนธรรมร่วมของแผ่นดินสยาม เป็นตัวตนและจิตวิญญาณของเรา  
เราจะรักษาจิตสำนึกอันเป็นรากเหง้าทางวัฒนธรรมของเราสืบไป”

ทั้งหมดของการพูดคุยกันในวันนั้น ทำให้ผู้เล่าตระหนักว่า  
การสร้างศาสนสัมพันธ์ทางสังคมมิให้เกิดความเหลื่อมล้ำแบ่งแยก  
เป็นฐานรากของสุขภาวะองค์กรร่วมของแผ่นดิน



## ค.สว.พ.ธ.ร.ม.

**ค**ณหนูดี-ยุวดี งามวิทย์โรจน์ และคุณอัญชัญ แกมเซย จากสถาบันอรุณอินสยาม พากรรมการแผน สำนักสร้างเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ (สำนัก ๕) ไปเยี่ยมชม “ชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพ” ที่เทศบาลเมืองโพธาราม ราชบุรี

นายกเทศบาลเมืองและคณะให้การต้อนรับ นำไปห้องประชุมเพื่อฟังการนำเสนอของคณะทำงานในพื้นที่ ซึ่งมี “หมวดพงษ์” เป็นหัวหน้าทีมงาน

**คุณหมอปัญญา ไช้มุก :** ชมรมจักรยานตั้งขึ้นมาตั้งแต่เมื่อไรทำอะไรกันบ้างครับ

**หมวดพงษ์ :** สองปีเห็นจะได้ โดยมีท่านนายกฯ เป็นประธานชมรมฯ มีสมาชิกทั้งในตัวอำเภอและต่างตำบลจำนวนมาก ส่วนใหญ่จะเป็นแม่บ้าน ทำกิจกรรมทุกวันอาทิตย์ ปั่นไปตามสถานที่สำคัญในเมือง เช่น ตลาดโพธาราม แหล่งประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม ย่านอาหารไทย-จีน ฯลฯ ช่วงเย็นกินอาหารพื้นเมืองร่วมกัน

**คุณหมอ :** เกิดผลอย่างไรบ้าง





**แม่บ้าน :** ทุกคนสุขภาพดี แข็งแรงขึ้น ทำให้เรามีสังคม  
รัฐประวัติศาสตร์ของเมือง พหุวัฒนธรรมของชุมชน ธรรมชาติแวดล้อม  
ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหาร ซึ่งแต่ก่อนไม่รู้ไม่สนใจ ตั้งแต่เรา  
ออกกำลังกายปั่นจักรยานกันมา ทำให้เราสวยขึ้น

**คุณหมออนุวัฒน์ ศุภชุติกุล :** สุขภาพของคนในชมรมฯ  
เป็นอย่างไรบ้าง

**อาจารย์อำนาจ :** บางคนเป็นโรคซึมเศร้า พอเข้าชมรมฯ  
ก็หายไป เบาหวาน ความดัน โรคหัวใจ ที่เป็นโรคประจำตัว  
ก็ลดดีกรีลง

**แม่บ้านคนหนึ่งเสริมว่า :** ฉันเป็นโรคมะเร็งระยะเริ่มต้น  
เมื่อปั่นจักรยานได้ ๖ เดือน อาการก็ดีขึ้น เดี่ยวนี้ ๒ ปี อาการ  
หายไปแล้ว สามิและลูกๆ ดีใจมาก

**หมวดพงษ์ :** ชมรมของเราทำอะไรมากเห็นจากปั่นจักรยาน  
บ้างไหม



**แม่บ้าน :** เราทำงานด้านจิตอาสา ทำงานสาธารณประโยชน์  
ร่วมมือกับทางราชการ ชวนนักเรียนซ่อมจักรยาน เรียนรู้กฎจราจร  
เพื่อร่วมชมรมฯ กับเรา

นอกจากนี้ยังเรียนรู้ปลูกผักอินทรีย์ ทำอาหารพื้นบ้าน  
เครื่องดื่มสมุนไพร น้ำผลไม้ ลดหวาน มัน เค็ม แบ่งปันผู้สูงอายุและ  
กลุ่มมีรายได้น้อย

**อาจารย์ณรงค์ เทียมเมฆ :** มีการขยายชมรมฯ ออกไปข้างใหม่

**หมวดพงษ์ :** เวลาจัดกิจกรรมเราทำที่โพธาราม แต่สมาชิก  
ชมรมฯ มาจากต่างตำบลก็มาก บางส่วนเขาไปตั้งชมรมในหมู่บ้าน  
เพื่อตอบใจของตำบลแบบดาวกระจาย

**คุณหมอบัญญา :** เราไม่คิดขยายชมรมฯ ไปต่างอำเภอข้างหรือ

**นายกเทศบาลเมือง :** กำลังดำเนินการอยู่ครับ เราลองไปทำ  
ที่อำเภอที่สมัครใจก่อน เช่น อำเภอบ้านโป่ง แต่เป้าหมายระยะยาว  
อยู่ที่ทำให้จังหวัดราชบุรีเป็นเมืองแห่งจักรยาน

**ผู้เล่า :** “โพธาราม” มีรากศัพท์มาจาก โพธิ+อาราม หมายถึง  
เมืองแห่งการตื่นรู้ คือตื่นรู้เรื่องสุขภาพ ผู้คนรักสุขภาพ สร้างเสริม  
สุขภาพดีแทนซ่อมสุขภาพเสีย แก้ปัญหาที่ต้นเหตุ

อนึ่งการสวยด้วยจักรยานจะเปล่งปลั่งมาจากด้านใน ผิวพรรณ  
งาม อารมณ์ดี ยิ้มมีเสน่ห์ เรียกว่า “สวยพิศ” ส่วนการสวยมาจาก  
ข้างนอกกายด้วยเครื่องสำอางไม่ยั่งยืน เรียกว่า “สวยผาด”

ขอให้สตรีในชมรมฯ เป็นคนสวยโพธารามตามคำเล่าลือสืบไป



# ๓๑

## ปฏิสงหาโย๔

๑๑๘

วันหนึ่งคุณน้อย-ยอดขวัญ รุจนกนกนาฏ พาผู้เล่าไปวัดปัญญา-  
นันทาราม คลองหก ปทุมธานี เข้าพบเจ้าคุณพระปัญญานันทมุนี  
เจ้าอาวาส ตามที่ท่านเชิญมา

หลังฉันภัตตาหารเข้าประมาณ ๙.๓๐ น. ลูกวัดประมาณ  
๓๐ รูป มาที่ห้องประชุม ท่านเจ้าคุณแนะนำให้รู้จักกัน แล้วแจ้ง  
วัตถุประสงค์ เชิญตัวแทน สสส. มาถวายเป็นความรู้ความเข้าใจด้าน  
สุขภาพ

ผู้เล่า : กราบนมัสการท่านเจ้าคุณ ภิกษุสามเณร ที่เคารพ  
ปัจจุบันท่านมีโรคประจำตัวอะไรบ้างหรือเปล่าครับ

พระสงฆ์บางส่วนตอบว่าเป็นเบาหวาน บางส่วนเป็นความดัน  
เป็นโรคหัวใจ เส้นเลือดอุดตัน โรคกระเพาะอาหาร และเข้าเสื่อม  
ส่วนสามเณรไม่ค่อยเป็นอะไร



ผู้เล่า : แล้วทำอะไรครับ

พระสงฆ์ : ก็ซื้อยาจากร้านขายยาในตลาด รักษากันไป  
ตามอาการ ถ้าหนักหนาขึ้นมาก็ไปโรงพยาบาลสงฆ์

ผู้เล่า : ท่านเจ้าคุณครับ พอรู้สาเหตุไหมครับ

ท่านเจ้าคุณ : ส่วนใหญ่มาจากอาหารที่ฉัน รับประทานมา  
มาอย่างไร ก็ฉันอย่างนั้น ไม่มีทางเลือก

ผู้เล่าหันไปทางพระสงฆ์ : พระคุณเจ้าครับ ก่อนฉัน ท่านพิจารณา  
ข้าว่าอย่างไร มีความหมายอย่างไรครับ

พระสงฆ์ : ท่องคาถา “ปฏิสังขา โยนิโสมนสิการ” คือการ  
พิจารณาอาหารอย่างแยกคาง รู้จักประมาณในการบริโภค เพื่อให้  
ร่างกายมีสุขภาพดี เพื่อปฏิบัติภารกิจของสงฆ์ จะไม่ฉันเพื่อความ  
เอร็ดอร่อยจนเกินพอดี

ผู้เล่า : สุขภาพดีทางกาย หมายถึงสุขภาพดีของชั้นนี้ ๕  
ใช้ไหมครับ

พระสงฆ์ : ใช่ครับ

ผู้เล่า : ถ้ามีชั้นนี้ ๕ เจ็บป่วยก็ทำได้ ใช่ไหมครับ

พระสงฆ์ : ทำอย่างไร

ผู้เล่า : ก็ยึดหลักธรรมสองประการครับ คือหลักอริยสัจ ๔  
ด้านอาหาร พิจารณาว่าอาหารใดฉันแล้วทำให้สุขภาพเสีย เกิดความ  
เจ็บป่วย ก็ละเล็ยง อาหารใดฉันแล้วสุขภาพดีแข็งแรง ก็ควรฉัน  
ตามหลักโภชนาการตามบัญญัติ คือฉันแต่พอประมาณพอดี  
สมควรแก่สมณเพศ

พระสงฆ์ : ก็เราไม่มีทางเลือก ต้องฉันอาหารตามมีตามได้

ผู้เล่า : เรื่องนี้ท่านเจ้าคุณอาจจะเทศน์ให้ญาติโยมโดยตรงก็ได้



พอไหวไหมครับ

ท่านเจ้าคุณ : พอไหวครับ

ผู้เล่า : ถ้าเป็นไปได้ก็จะเป็นการแก้ไขความเจ็บป่วยที่ต้นเหตุ แต่ยังไม่สมบูรณ์ ท่านควรเคลื่อนไหวร่างกายให้เพียงพอในแต่ละวัน ก็ช่วยได้มาก พอทำได้นะครับ

ท่านเจ้าคุณ : ทำได้ครับ ฟังคำชี้แจงแล้วสอดคล้องกับ

หลักการของพระพุทธศาสนา เริ่มต้นที่ปฏิสังขยาโยช ชั้นที่ ๕ อริยสัจ ๔ เริ่มต้นที่สัมมาทิฐิเรื่องอาหารและการเคลื่อนไหวร่างกาย เข้าใจง่ายขึ้น และสามารถทำได้

ครูครับมาบวชที่วัดอาตมาเถิด ทำงานทางโลกก็ดีอยู่ แต่อานิสงส์แห่งบุญไหนจะสู้ทางพระศาสนาได้ มาบวชนะ

ผู้เล่า : เคยคิดอยู่ แต่ยังมีห่วงครับ

ท่านเจ้าคุณ : ห่วงอะไร ครอบครัวยังหรือ

ผู้เล่า : ครอบครัวยังไม่ห่วงครับ ห่วงเมียมีสามีใหม่

ท่านเจ้าคุณถอนใจ ป่นอุบอุบ : โลกเป็นอนาถกันหมด

อ่อนใจ



# ๓๒

## ชีวิตที่ดีกว่าพระ:

**ค** รึ่งหนึ่งคุณสู้-ญาณี รัชต์บริรักษ์ คณะทำแผนสื่อสุขภาพ เดินทางไปตลาด ๑๐๐ ปีท่าพระ จังหวัดขอนแก่น โดยคุณหนูดี-ยุวดี งามวิทย์โรจน์ เป็นผู้ประสานงานโครงการ “SPARK U” ของเด็กเยาวชน

คุณอรพินท์ จารจันท์ นำทีมต้อนรับ พาไปชมผลงานที่ตลาด และบริเวณโดยรอบ ช่วงบ่ายกลับมาพูดคุยกันที่ศูนย์เรียนรู้

**อาจารย์มัทนา ถนอมพันธุ์ หอมล่อ :** คุณอรพินท์คะ ศูนย์เรียนรู้นี้ดูเก่าแก่ บริเวณกว้างขวางหลายห้อง ทั้งชั้นบนชั้นล่าง ความเป็นมาอย่างไร

**คุณอรพินท์ :** เดิมเป็นสถานีรถไฟท่าพระ เมื่อหมดยุคเขาจะรื้อทิ้ง ชุมชนขอไว้ทำศูนย์เรียนรู้และพิพิธภัณฑ์ เขาอนุญาตให้







ເຮົາຈະສູນກວາວ: ພູມມັ້ນ ໓



**อาจารย์มัทนา :** แม้จะเป็นอาคารไม้ แต่สภาพมั่นคงแข็งแรง การออกแบบมีเสน่ห์ในตัวเอง สร้างมาแต่ครั้งไหน

**คุณอรพินท์ :** ประมาณ ๑๐๐ ปี มาแล้ว ครั้งหนึ่งเป็นชุมทางรถไฟอีสานเหนือและตะวันออกเฉียงใต้ จึงเป็นชุมทางทางการค้าไปด้วย สร้างขึ้นโดยวิศวกรการทางรถไฟ นำไม้ชั้นหนึ่งในป่ามาเป็นวัสดุก่อสร้าง

**อาจารย์มานพ แยมอุทัย :** ในห้องมีภาพถ่ายย่านการค้า เป็นห้องแถวไม้สองชั้น ยังอยู่ในสภาพดี นำสินค้าที่ไหนมาขายครับ

**คุณอรพินท์ :** ในอดีตเป็นสินค้าของป่าจากหมู่บ้าน เช่น พืชผักผลไม้ หัตถกรรมพื้นบ้าน ของใช้จำเป็น ต่อมาสินค้าจากเมือง และคลองถม เขาวราช มาวางขายแบกะดินก็มี จำหน่ายเป็นร้านค้า ก็มี ส่วนภาพนี้เป็นโรงฟืน

**อาจารย์มานพ :** ภาพนี้ยังมีผู้เฒ่าผู้แก่หลายคน เป็นใครหรือ

**คุณอรพินท์ :** เป็นกำนันผู้ใหญ่บ้าน พ่อค้าแม่ค้าครั้งนั้น และปราชญ์ชาวบ้าน มาเล่าความหลังครั้งรุ่งเรืองให้ลูกหลานฟัง เมื่อรถไฟหยุดเดินก็ซบเซา จึงนึกถึงการฟื้นคืนชีวิต ๑๐๐ ปี ของตลาดท่าพระนี้

**อาจารย์สังกรานต์ :** ภาพนี้กลุ่มคนหลากหลายมาชุมนุมทำอะไรกัน

**คุณอรพินท์ :** เป็นเวทีระดมความคิด “โสภา” การฟื้นคืนชีวิตชุมชนและตลาด ๑๐๐ ปี ท่าพระ ปรับตัวในสถานการณ์ใหม่ คนที่นั่งด้านหน้าคือนายกเทศบาลตำบลท่าพระ เป็นแม่งาน

**อาจารย์สังกรานต์ :** บารมีนายกฯ ทำให้ผู้คนมารวมตัวกันได้

**คุณอรพินท์ :** ก็มีบ้าง แต่เป็นผลงานของโครงการ “SPARK U” ภาคอีสาน โดยมิเด็กเยาวชนเป็นกลไกเชื่อมประสาน ปลุกเมืองให้ตื่นรู้ความสำคัญของท่าพระ จึงได้คนมามากมาย



อาจารย์สงกรานต์ : ปลุกชาวบ้านชุมชนด้วยอะไร อย่างไร

คุณอรพินทร์ : ปลุกด้วยการใช้ศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน เช่น หมอลำ ละครลำหุ่น ดนตรีอีสาน โปงกลาง แสดงเรื่อง *สังข์ศิลป์ชัย* เป็นต้น เด็กและเยาวชนเป็นศิลปินเอง ปลุกคนทำพระ

ผู้เล่า : การฟื้นคืนชีวิตคนทำพระ ตลาดทำพระ ใช้เวลาหลายปีใหม่

คุณอรพินทร์ : ประมาณ ๔-๕ ปี ปีแรกสร้างศักยภาพ เด็กเยาวชนให้สร้างสื่อเองได้ ปีที่ ๒ สร้างจิตสำนึกความเป็นพลเมือง ปีที่ ๓ มุ่งเน้นการเชื่อมประสานผู้นำและองคาพยพให้มารวมตัวกัน ปีที่ ๔-๕ พัฒนาชุมชนและตลาดด้านเศรษฐกิจพอเพียง และปลุกคนให้ตื่นรู้ ปรับวิถีชีวิตใหม่ในสถานการณ์โควิด ๑๙

ผู้เล่า : คำว่า “ทำพระ” หมายถึงท่าแห่งความประเสริฐ จากเรื่องเล่าพอประมาณได้ว่า การปรับตัวได้คือความประเสริฐของคนทำพระ สามารถจัดการตนเองได้ กำหนดอนาคตตนเองได้จนสำเร็จ สสส. ขอเป็นกำลังใจให้ครับ



**ที่** มงานสำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ (สภส.)  
 นำโดยคุณไต้ง-ประดิษฐ์ นิจไตรรัตน์ ไปจัดเวที “โซว์ แอร์ เชื่อม”  
 ที่ศูนย์เรียนรู้ลาดชะโด อำเภอผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา  
 มีคุณต๋ม-ประพจน์ ภูทองคำ เป็นผู้ดำเนินรายการ

ที่ศูนย์นี้มีลุงเสน่ห์ ศษสุวรรณ เป็นผู้ทำโครงการพัฒนาคุณภาพ  
 ชีวิตชาวนารายย่อย มีทีมงานที่เข้มแข็งหลายคนซึ่งได้รับแรงสนับสนุน  
 จากคุณเก่ง-ดารณี คุ่มภักขพล รองนายกเทศบาล อย่างเต็มที่ และมี  
 คุณเจ็ด พันธุ์เพ็ง เป็นผู้ประสานงาน

**คุณต๋ม :** ท่านรองฯ ครับ ทำไม้ตำบลงี้จึงชื่อว่า “ลาดชะโด”  
 ทีมงานของท่านมีแนวคิดอะไรจึงทำโครงการนี้

**รองฯ เก่ง :** แหล่งนี้เป็นที่ลาดลุ่ม อุดมสมบูรณ์ไปด้วยกุ้ง หอย ปู  
 ปลา แต่ปลาชะโดชุมมาก จึงชื่อว่าลาดชะโด อนึ่งเรามีทุ่งนากว้างใหญ่  
 ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว เป็นอู่ข้าวอู่น้ำส่วนหนึ่งของกรุงเก่า



เราถูกล้างสมอง หลงทำเกษตรเคมีมานาน เกิดปัญหามากมาย ทั้งความยากจนและเจ็บป่วย พอได้คิดก็กลับมาทำนาเกษตรไร้สารพิษ อนุรักษ์ข้าวอู่น้ำของเรา

**คุณต๋ม :** อนุรักษ์อู่น้ำทำอะไร

**รองฯ เก่ง :** ลำคลองลาดชะโดคืออู่น้ำของเรา ถูกทำลายด้วย สารพิษ ความหลากหลายทางชีวภาพลดลง ห่วงโซ่อาหารถูกตัดขาด เราจึงปลุกมโนสำนึกของชาวบ้านให้ตื่นรู้ ด้วยการจัดพิธีแห่กลิ้งทางน้ำ ฟันฟูชีวิตลำคลองท้องถิ่น กุ้ง หอย ปู ปลา จึงกลับมา

**ลุงเสน่ห์ :** ในไร่นาเรากลับมาทำเกษตรอินทรีย์ ปลุกจิตสำนึก ชาวนาให้รักหวงแหนแผ่นดินเกิด พื้นดินวัฒนธรรมเคารพแม่โพสพ แม่ธรณี แม่คงคา ซึ่งเป็นพระแม่ธรรมชาติหล่อเลี้ยงชีวิตเรา ชาวบ้านก็ กลับมาอยู่เย็นเป็นสุข

**คุณต๋ม :** เศรษฐกิจชุมชนกลับมามีชีวิตชีวาได้อย่างไร

**คุณประเสริฐ :** ผมและชาวนารายย่อยรวมตัวกันทำนาอินทรีย์ ทำโรงสีกันเอง แพ็กเป็นถุงสุญญากาศ นำไปขายตามห้างสรรพสินค้า ทำนาเอง สีข้าวเอง สร้างตลาดเอง เป็นของกลุ่มชาวนา

**คุณขวัญชัย :** ผมเป็นสัปเหร่อวัดลาดชะโด ทำนวัตกรรมการไถนบก หนู และขจัดแมลงในนาจากวัสดุในงานฌาปนกิจ ชาวนานำไปใช้ได้ผล เขาเลยเรียกผมว่า “สัปเหร่อดีอกเตอร์” ลูกเมียผมชื่นชม ผมภูมิใจในงานของผม

**ครูสมศักดิ์ :** ผมชวนชาวบ้านปลูกต้นไม้หลายชนิด เช่น มะกอกน้ำ มะดัน มะขาม แปรรูปแช่อิ่มแล้วจำหน่ายเอง แต่ที่เป็นหลักก็ปลูก กล้วยหอมทอง ทั้งหมดเป็นวิสาหกิจชุมชน



**คุณพะยอม :** หนูจะรับผลิตภัณฑ์ไปขายในตลาดเช้าของอำเภอ  
ฝากให้ ขายหมดภายในครึ่งวัน ลูกค้ามีความตื่นรู้ หันมาซื้ออาหาร  
อินทรีย์กิน

**คุณตั้ม :** เห็นลุงเสนห์บอกว่า อาจารย์เจ็ดเข้ามาชักชวนให้ทำ  
นาอินทรีย์ ทำอย่างไรชาวบ้านจึงให้ความร่วมมือ

**คุณเข็ด :** เรียกกลับลำชาวบ้านไม่ง่าย เข้ามาชุมชนหลายครั้งเขา  
ไม่เอาด้วย ไม่มีใครสนใจ ผมใช้หลัก “๓ ช” ครบ สุดท้ายพวกเขา  
ใจอ่อนเอาด้วย จึงเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบตามที่กล่าวมา

**คุณตั้ม :** “๓ ช” คือ โชว์ แชร์ เชื่อม หรือครับ

**คุณเข็ด :** ไม่ใช่ “๓ ช” คือ ๑. ทำให้เขาชอบ เกิดความเชื่อมั่น  
๒. ทำให้เขาเชื่อวาทะที่ดำเนินเป็นจริงได้ เกิดศรัทธาในทิศทางใหม่ ๓. ลงมือ  
ปฏิบัติการช่วยตนเอง ช่วยกันเอง เพื่อชุมชนบ้านเรา

ที่ผ่านมามีคนรู้ว่าเขาถูกหลอกจนเข็ด ผมจึงทำงานแบบถึงลูกถึงคน  
ใจถึงมือถึงเข้ามาบ่อยๆ เมื่อได้ใจแล้วจะได้ทั้งหมด ต่างคนต่างไว้วางใจ  
กัน และจะได้งานทั้งหมด

**คุณตั้ม :** การขยายผลจากกลุ่มสู่หมู่บ้าน สู่ชุมชนคลองลาดชะโด  
ทำได้อย่างไรครับ

**รองฯ เก่ง :** ฉันเห็นว่าโครงการนี้ตอบโจทย์ของตำบล ซึ่ง  
สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของเทศบาล จึงนำเข้าสู่ข้อบัญญัติเป็นนโยบาย  
ของเทศบาล จึงรับสมัครชาวบ้านไปเข้าโรงเรียนชาวนาที่มูลนิธิข้าวขวัญ  
ของอาจารย์เดชา ศิริภัทร จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้งบประมาณของ  
เทศบาล แล้วให้กลับมาทำงานร่วมกันที่ทีมงานของลุงเสนห์ คชสุวรรณ

**คุณตั้ม :** ลุงรินครับ มีมุมมองชุมชนลาดชะโดอย่างไร



**ผู้เล่า :** ลาดชะโดเป็นชื่อบ้านนามเมืองที่สอดคล้องกับทรัพย์สิน  
ซึ่งเป็นฐานรองรับวิถีชีวิตร่วมกันของชุมชน ลาดชะโดเป็นชุมชนชาวนา  
เก่าแก่มาแต่อดีต อุดมสมบูรณ์ด้วยกุ้ง หอย ปู ปลา พืชพันธุ์ธัญญาหาร  
ตำบลนี้เป็นส่วนหนึ่งของกรุงเก่า กรุงเก่าสมัยโบราณเรียกว่า  
อโยธยา ซึ่งเป็นเมืองนานาชาติ ศูนย์กลางข้าวอยู่ที่นี้ เป็นที่ต้องการมาก  
ชาวจีนเรียกดินแดนแห่งนี้ว่า “เป็นขามข้าวของเอเชีย” เมื่อทิวโหยก็ต้อง  
อพยพมาที่อ้อม ชาวนาจากหมู่บ้านหรือ “บ้าน” ทำนาเลี้ยงชาวเมือง  
คือ “เมือง” บ้านค้าจุนให้ดำรงอยู่ได้ ชาวนาเป็นกระดูกสันหลังของชาติ  
มีเกียรติมีศักดิ์ศรี แต่กระแสปฏิวัติเขียวตั้งแต่ปี ๒๕๐๐ ทำให้ชีวิต  
ชาวนาตกต่ำลง

ชุมชนลาดชะโดกำลังลุกขึ้นมาฟื้นคืนศักดิ์ศรีชาวนาไทย

๑๒๘

เราปิดเวทีนี้ด้วยเพลง “สาวผักไห่” กระทั่งห้องประชุม  
“โอกาสหน้าพี่จะมาหาใหม่ ไม่ลืมคนที่อวิไลบ้านผักไห่อยุธยา  
แม่คุณคนสวยพี่จะมาช่วยทำนา เห็นข้าวมันขึ้นราคา อยากรามีพ่อตา  
ทำนาดู...”



“

คำว่า ‘สุนทราภว’

มีความหมายมากกว่าเสมอและยา  
การสร้างสุนทราภวเป็นเวลานานประเสริฐ  
ดีกว่าทุกอย่าง

เพราะทำใ้ไรภวระดับแรก  
ได้ติดแน่นทำให้อันเป็นที่มาของเงิน

”



## ปลูกวิถีชุมชนยุคใหม่อย่างก้าว

๑๒๖

เมื่อวันที่ ๔-๕ กันยายน ๒๕๖๓ ผอ. กบ-คุณณัฐพันธุ์ ศุภกา พาทีมงานสำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ (สภส.) ไปจัดเวที “โซว์ แชร์ เชื่อม” ที่ศูนย์เรียนรู้ ตำบลป่อนอก จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

คุณพรพิพัฒน์ วัตอักษร แกนนำอาหารปลอดภัย เป็นผู้ประสานงานในพื้นที่ และมีคุณตัม-ประพจน์ ภูทองคำ เป็นผู้จัดการ

ภาคเช้า ผอ. กบเป็นผู้แจ้งวัตถุประสงค์และทำความเข้าใจภารกิจของ สภส. เน้นการสานพลังเครือข่ายการขับเคลื่อนให้ส่งผลกระทบเชิงนโยบายสาธารณะด้านสุขภาวะชุมชนท้องถิ่น

ในเวทีคุณตัมและทีมงานซึ่งเป็นผู้ประสานงานและจัดรายการเชิญผู้เล่าทำความเข้าใจ “โซว์ แชร์ เชื่อม” ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้สานพลังข้ามประเด็น แล้วเชื่อมประสานการขับเคลื่อนให้ส่งผลสะท้อนสังคมเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาวะเชิงนโยบาย



ถ้ารวมตัวกันเราทำได้ “Together We Can”  
จากนั้นคุณตั้มก็จัดเวที “โซว์ แชร์ เชื่อม” ตามรายการที่  
กำหนดไว้ ภาคบ่ายผู้ประสานงานนำลงพื้นที่เพื่อศึกษาดูงานสามแห่ง  
มีประเด็นหลักคือ

๑. สวนเกษตรผสมผสาน ปลุกพืชผักเกษตรอินทรีย์หลายชนิด  
และมีผลิตภัณฑ์ออกจำหน่าย

๒. เกษตรครัวเรือน มุ่งสร้างความมั่นคงด้านอาหารในครัวเรือน  
เป็นเกษตรอินทรีย์ ประกอบอาหารสุขภาพ มีผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป  
ออกจำหน่าย

๓. ร้านอาหารครัวชมวาฬ อยู่ชายทะเลด้านอ่าวไทย ซึ่งมี  
คุณกรณ์อุมา พงษ์น้อย เป็นผู้ประกอบการ ซึ่งเป็นผู้นำคนหนึ่ง  
ในการอนุรักษ์ริมฝั่งทะเลคนสามอ่าว

คุณตั้ม : คุณกรณ์อุมาครับ “คนสามอ่าว” คืออะไร ทำอะไรบ้าง

คุณกรณ์อุมา : หมายถึงชาวประมงพื้นบ้านซึ่งอยู่ชายทะเล  
สามอ่าวประสานงานกันอนุรักษ์ชายฝั่ง อนุรักษ์พืชพันธุ์ธัญญาหาร  
กุ้ง หอย ปู ปลา ให้ยั่งยืนถึงลูกหลาน

คุณตั้ม : มีปัญหาไหมครับ แก้ไขอย่างไร

คุณกรณ์อุมา : มีประมงใหญ่เพื่อการพาณิชย์จับสัตว์น้ำชายฝั่ง  
ทำลายความหลากหลายทางชีวภาพสูง มีบริษัททุนเสรีกว่านชื่อที่ดิน  
ชายฝั่ง สร้างอุตสาหกรรมอาหารทะเล ทั้งสองส่วนนี้ส่งผลกระทบต่อ  
ต่อชีวิตความเป็นอยู่ของประมงพื้นบ้าน เราจึงต่อสู้เพื่อสิทธิชุมชน  
คนสามอ่าว ใช้เวลายาวนานมาก แต่สู้ด้วยพลังชีวิต สู้ต่อก็ประสบ  
ผลสำเร็จ หยุคยังได้

คุณตั้ม : ประเด็นพืชผักอินทรีย์และอาหารสุขภาพ มีหน่วยงาน



โหนดมาสนับสนุนบ้าง

**คุณพรพิพัฒน์ :** คุณปรกชล อุฑ์ทรัพย์ มาให้ความรู้สารพิษจากเคมี เช่น พาราควอต ทำสารชีวภาพทดแทน ส่วนอาหารสุขภาพที่ทีมงานของ สกส. มาสนับสนุน ได้ผลดีมาก

วันนั้นที่ร้านอาหารครัวชมวาฬ ภาคีเครือข่ายให้ความสำคัญมาก มีการซักถามแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจนได้เวลาอาหารค่ำ จึงรับประทานอาหารทะเลร่วมกัน

เช้าวันรุ่งขึ้นมีการจัดเวทีเชิงวิชาการ ผู้จัดได้เชิญวิทยากรภาคส่วนต่างๆ มาให้ความรู้ความเข้าใจ จากนั้นก็สรุปประมวลความรู้ซึ่งเป็นผลลัพธ์จากการจัดเวที “โซวี แชร เชื่อม” ครั้งนี้

ทีมงาน สกส. ให้ความรู้การเชื่อมประสานงานกับสำนักภาคีสัมพันธ์ด้วยระบบออนไลน์ แล้วเชิญผู้เล่าพูดถึงเรื่องสุขภาพะดั่งนี้

“คำว่า ‘สุขภาพะ’ มีความหมายมากกว่าหมอและยา การสร้างสุขภาพะเป็นลาภอันประเสริฐ ดีกว่าถูกหวย เพราะทำให้เรากระฉับกระเฉงได้คิดโน่นทำนี่อันเป็นที่มาของเงิน”



# ๓๕

.....

## กอดโคราช

๑๒๙

**ปี** ๒๕๖๐ ชาวโคราชจัดงานมหกรรม “กอดโคราช” ที่ลานย่าโม คุณสุ-ญาณี รัชต์บริรักษ์ ผู้อำนวยการรักษาการ สำนักสร้างเสริมระบบสื่อและสุขภาวะทางปัญญา (สำนัก ๑๑) สสส. นำทีมไปชมงาน เป็นการให้กำลังใจ

ประชาชนจัดงานมาต้อนรับ เชิญผู้เล่าขึ้นเวทีจัดงาน ทุกคนโอบกอดกันด้วยรอยยิ้ม มีผู้ชมเต็มลาน กระจายตัวกันเป็นกลุ่ม สื่อมวลชนบันทึกภาพ เมื่อกล่าวเปิดงานแล้ว ประชาชนจูงมือไปยืนคู่อู่น้ำไม้ค้

**ผู้เล่า :** ประชาชนครับ งานกอดโคราชนี้ที่มาอย่างไร

**ประชาชน :** จากเหตุการณ์สะเทือนขวัญชาวโคราช มีคนร้ายบุกปล้นร้านทองในห้างสรรพสินค้า ยิงผู้มาซื้อสินค้าเสียชีวิตหลายคน มีเด็กหนึ่งคน ชาวโคราชช็อกและเสียขวัญ เราจึงจัดงานเพื่อให้ “ขวัญดี” กลับคืนมา

“ลุงริบ”



ผู้เล่า : ดูงานนี้ยิ่งใหญ่มาก ทำอย่างไรจึงเกิดขึ้น

ประธาน : มีเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่ปลูกจิตสำนึกชาวโคราชด้วยสื่อศิลปวัฒนธรรม ให้ตื่นขึ้นมารักโคราชบ้านเรา บ้านเกิดเมืองนอน และมาร่วมจัดงานครั้งนี้ ซึ่งได้รับการตอบรับด้วยดีอย่างที่เห็นนี้แหละครับ

ผู้เล่า : คำว่า “กอดโคราช” กอดอะไรจึงเป็นพลังฟื้นคืนสำนึก

ประธาน : กอดอัตลักษณ์ของโคราช คือวิถีวัฒนธรรมและความ เป็นมาทางด้านประวัติศาสตร์ อันเป็นตัวตนและจิตวิญญาณของเรา วัฒนธรรมชาวโคราชคือระบบคุณค่าและความหมายของชีวิต ด้านประวัติศาสตร์คือ “ย่าโม” นำชาวโคราชป้องกันเมืองจนสำเร็จ ทั้งสองประการนี้คือ “สามัคคีธรรม”

ผู้เล่า : ฉะนั้นคำว่า กอดโคราช คือกอดมโนธรรมสำนึกทั้งสองส่วนนี้ ใช้ใหม่ครับ

ประธาน : ใช่ครับ ซึ่งจะทำให้คนโคราชรักกันสามัคคีกัน

ผู้เล่า : ชาวโคราชทราบไหมว่า เหตุสะเทือนขวัญบนห้างสรรพสินค้า นั้น มูลเหตุแท้จริงมาจากอะไร

ประธาน : คนร้ายต้องการเงินจึงปล้นร้านทอง นี่คือมูลเหตุ

ผู้เล่า : ใช่ครับ แต่มันเป็นปลายเหตุ ยังไม่ใช่ต้นเหตุแท้จริง

ประธาน : มันคืออะไรหรือ

ผู้เล่า : ต้นเหตุที่แท้จริงคือระบบทุนนิยมเสรีมาล้างสมองพวกเรา เราเป็นพวกล่าสมัยด้อยพัฒนา ต้องพัฒนาไปสู่ความทันสมัย และระบบ เศรษฐกิจทุนนิยม พรุ่งพร้อมไปด้วยนวัตกรรมใหม่ เราจึงแข่งขันกัน ร่ำรวยระบบเงินตรา

ระบบเศรษฐกิจทุนนิยมจึงทำลายชีวิตวัฒนธรรมผู้คน จนหลงลืม ความเป็นมาด้านประวัติศาสตร์ ผู้คนห่างเหินกันและหันไปรับ



วัฒนธรรมชาวตะวันตก เราจึงเป็นเมืองขึ้นของเขา

การปล้นทองที่ห่าง จึงเป็นผลพวงของการพัฒนาที่หลงประเด็น  
หลงทิศทาง ชาวโคราชจึงเสียขวัญ อยู่ร้อนนอนทุกข์

**ประธาน :** ถ้าเป็นเช่นนั้นทางออกคืออะไร

**ผู้เล่า :** คือเด็กและเยาวชนของเรา ที่ได้ทำอยู่นั้นแหละคือ  
ทางออก เขากำลังสร้างจิตสำนึกใหม่ให้ชาวบ้านพร้อมใจกันกอบบ้าน  
กู้เมืองให้เป็นเอกราชเหมือนครั้งยาโมสูติก

การถอดโคราชที่แท้จริงมีใช้ถอดแค่ชาวโคราช แต่ต้องถอดให้ถึง  
สำนึกด้านวัฒนธรรมและความเป็นมาทางประวัติศาสตร์ อันเป็นรากเหง้า  
แห่งตัวตนและจิตวิญญาณของคนโคราชด้วย

ซึ่งก็คือความเป็นอิสระจากการครอบงำของเศรษฐกิจตลาด  
และเทคโนโลยีการสื่อสารร่วมสมัย โดยต้องสร้างภาวะเท่าทัน

**ผู้เล่า**หันไปทางผู้ฟังหน้าเวที : พี่น้องชาวโคราชที่รักทั้งหลาย  
พ่อหลวง ร. ๙ ของเราท่านมีพระราชดำรัสบ่อยครั้งว่า “การเสียบ้าน  
เมืองยุคใหม่มีใช้การเสียแผ่นดินครั้งกรุงเก่า แต่คือการสูญเสียสำนึก  
ทางวัฒนธรรมของเราเอง”



# ๓๖

## ข้ามอุตรดิตถ์

ค  
๑

ณหนูดี้-ฮูวดี งามวิทย์โรจน์ นำทีมงานแผนระบบสื่อ และสุขภาวะทางปัญญา ไปเยี่ยมชมชุมชนลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ ซึ่งปลูกผลไม้ในหุบเขา ไปดูกิจการตลาดชุมชนและการจัด สื่อศิลปวัฒนธรรม

ผู้ประสานงาน คุณชวลีสา บุญสิริ พาไปดูการปลูกพืชผักผลไม้ บนที่สูงและหุบเขา ช่วงบ่ายกลับมาพูดคุยกันที่ศูนย์เรียนรู้ชุมชน

**อาจารย์มัทนา ถนอมพันธุ์ หอมล่อ :** เกษตรกรชาวลับแล ทำไม้ปลูกผลไม้ในหุบเขา ทำไม้ปลูกบนพื้นที่ราบ

**เกษตรกร :** เมืองลับแลของเราภูมิศาสตร์เป็นหุบเขาสูงเกิน ๗๐ เมตรขึ้นไป มีพื้นที่ราบไม่ถึง ๓๐ เมตรขึ้นไป ซึ่งจะใช้ทำนาปลูกข้าว ด้านผลไม้จะอยู่บนภูเขา ซึ่งเป็นวิถีชีวิตของชาวลับแลมาในอดีต

อนึ่งผลไม้ท้องถิ่นที่เราไปเห็นมา มีทุเรียน ลำปาง ลองกอง มังคุด เงาะ ชมพู่ มะไฟ ฯลฯ ผลไม้เหล่านี้ชอบบรรยากาศเชิงเขา มันเจริญเติบโตได้ดีและมีรสชาติหอมหวานอร่อย เราเองก็พยายาม ปรับปรุงบำรุงพันธุ์ให้ตรงกับความต้องการของตลาด



**อาจารย์มัทนา :** การตลาดทำอะไรยังไง เห็นว่า “ลิ่ง” เข้ามาจัดการแทนเรา

**เกษตรกร :** มีสองส่วน คือส่วนของตลาดชุมชน เราจัดการเอง อีกตลาดหนึ่งเป็นตลาดส่งออก ลิ่งเข้ามาจัดการ ต้องให้เขาทำ เพราะเรายังขาดความพร้อม ขาดการจัดการทางเทคนิควิธี

**คุณวิเชษฐ์ พิชัยรัตน์ :** การปรับปรุงสายพันธุ์ทำอย่างไรครับ

**เกษตรกร :** มีนักวิชาการจากมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์มาช่วย ส่วนลิ่งจะให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มบริโภค ว่าแต่ละชนชาติชอบรสชาติอะไร ชาวจีนได้หัววัน ญี่ปุ่น จะแตกต่างกัน

ส่วนการปรับปรุงบำรุงดิน สร้างธาตุอาหารที่ผลไม้ต้องการ โดยไม่ใช้ปุ๋ยเคมี สารเคมีนั้น เกษตรกรจังหวัดมาช่วย พาณิชยจังหวัด ก็มาช่วยการจัดการด้านตลาด ไม่ให้เราเสียเปรียบลิ่งมากนัก

**อาจารย์มานพ แยมอุทัย :** มีการสืบทอดกิจการให้คนรุ่นใหม่บ้างไหม





**คุณชาลิสา :** เด็กเยาวชนซึ่งเป็นทีมงานของสื่อศิลปวัฒนธรรมที่มาปลูกคนให้ต้นรู้นั้น เขาก็เกิดสำนึกวิถีชีวิตของเกษตรกรไปด้วย เขาสนใจเข้ามาศึกษาเรียนรู้วัฒนธรรมอาหาร ผลไม้ เครื่องดื่มของชาวลับแล ตอบโจทย์สภาวะองค์กรด้วย

**อาจารย์จิราพร วิทยศักดิ์พันธุ์ :** ผลไม้ดังกล่าวมีรสชาติเข้มข้น อร่อย ติดตลาดอยู่แล้ว การจัดการส่วนนี้ควรมองที่ระบบ มิใช่แยกส่วน ต้องมีการเชื่อมโยงกับภาคส่วนต่างๆ แบบบูรณาการ

ผู้ผลิต ผู้บริโภค การตลาด และการสื่อสารร่วมสมัย ต้องไปด้วยกัน ฝ่ายการจัดการควรเฉลี่ยผลประโยชน์มิให้เกิดความเหลื่อมล้ำมากนัก ผลผลิตที่ออกมาจากสวนต้องมีคุณภาพ ซึ่งจะตัดตามราคาไม่ได้ การตลาดจะเสียความเชื่อมั่น ควรพัฒนาสร้างความเชื่อถือให้กับผู้บริโภค

**อาจารย์มัทนา :** เป็นข้อเสนอสำคัญ พอทำได้ไหมคะ

**ทีมนำ :** เป็นจุดที่เราขาดความชัดเจน การตลาดพื้นพวนตลอดเวลา แต่เราก็ทำไปเรียนรู้ไป ปรึกษากัน ตัดสินใจร่วมกัน เรามีผู้รู้เชิงวัฒนธรรม แต่เราขาดผู้รู้เชิงวิชาการ ในส่วนของการสื่อสารยุคใหม่ เด็กและเยาวชนช่วยได้มาก

ความยากอยู่ที่กลยุทธ์ในระบบแข่งขัน แต่ยังสู้อยู่

**ผู้เล่า :** ลับแลและอูตรดิตถ์อยู่ในดินแดนวัฒนธรรมล้านนา เป็นวัฒนธรรมถิ่นไทยงาม งามด้วยบุคลิกท่าที งามด้วยเครื่องแต่งกาย งามด้วยศิลปะการแสดงพื้นบ้าน

ส่วนที่เป็นเสน่ห์ประทับใจคือออยยิ้ม “ยิ้มลับแล” จะเป็น soft power ชนะใจทุกฝ่าย ช่วยให้การตลาดไปได้ดี สร้างความเชื่อมั่นว่าผลไม้ลับแลเป็นผลไม้สภาวะ





# ๓๓

## ทุ่งไทกุลา

๑๓๖

ค  
๑

ณดิ่ง-วีระ นิจไตรรัตน์ กรรมการสำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์ และวิเทศสัมพันธ์ (สภส.) พาผู้เล่าไปตำบลหนองแคน อำเภอบุณฑรัตต์ จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งนำโครงการพัฒนาเด็ก และเยาวชนในพื้นที่ด้วยสื่อศิลปวัฒนธรรม และมุ่งเน้นเปลี่ยนเกษตรเคมี เป็นเกษตรธรรมชาติ

เป็นโครงการย่อยของอาจารย์ดำนัย หวังบุญชัย โดยมีครูสุมาลี ครูนอกระบบโรงเรียน เป็นหัวหน้าทีม หลังจากคุณดิ่งแนะนำให้ รู้จักกันแล้ว จึงพูดคุยกัน

ผู้เล่า : ครูสุมาลีครับ ครูกำลังทำอะไรกับเด็กและเยาวชน

ครู : กำลังสร้างให้เป็นกลไก เปลี่ยนทุ่งกุลาร้องไห้เป็น ทุ่งไทกุลา โดยใช้สื่อศิลปวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือ

ผู้เล่า : ทุ่งไทกุลาหมายถึงอะไรครับ



ครู : หมายถึงทุ่งที่เป็นไทจากสารพิษเคมีในภาคกลีกรรรม กลับล่ำ  
มาทำเกษตรอินทรีย์ นำโดยหมอลำเด็กคณะ “ประมอทัย” ทำสื่อ  
“สปาร์กลั่นทุ่งกุล่า”

ผู้เล่า : ทำอย่างไรครับ

ครู : แคนนำเด็ก ๒๐ คนใช้หนังสือ “บักต้อ” ละครหุ่นผีตาแสด  
และหุ่นฟางยักษ์ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น ประติมากรรมท้องถิ่น  
แสดงในพื้นที่ตำบลหนองแคน ปลุกใจคนทำนาสารพิษให้เกิดจิตสำนึกใหม่  
กบาลทัศน์ใหม่ กลับล่ำมาทำเกษตรอินทรีย์

ผู้เล่า : เปลี่ยนได้ไหม

ครู : ได้ แต่ค่อยเป็นค่อยไป เริ่มต้นมีผู้เข้าโครงการ ๑๐ กว่า  
ครัวเรือน พอทำได้ ๒-๓ ปี ก็มาสมัครเพิ่มขึ้น ๑๐๐ ครัวเรือน

ผู้เล่า : ทำอย่างไรจึงขยายครัวเรือนได้

ครู : รุ่นแรกเป็นต้นแบบ ได้ผลเป็นที่ประจักษ์ เศรษฐกิจครัวเรือน  
ดีขึ้น เจ็บป่วยน้อยลง สิ่งแวดล้อมดีขึ้น อดนี้มีหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง  
มาสนับสนุนทำให้ประสบผลสำเร็จ เช่น อบต. เครือข่ายชุมชนเกษตร  
อินทรีย์ จังหวัดร้อยเอ็ด และภาคประชาสังคม

ผู้เล่า : เครือข่ายดังกล่าว เขาทราบได้อย่างไรจึงนำมาถือฤกุล

ครู : จากสื่อ “สปาร์กลั่นทุ่งฯ” สื่อสารถึงกัน และสื่อสารกัน  
จากเครือข่ายทำเวที “โซ้ว แซร์ เชื่อม” ที่จังหวัดหนองบัวล่ำภู

ผู้เล่า : โครงการนี้ส่งผลลัพท์ทางเกษตรกรรมอินทรีย์เท่านั้นหรือ

ครู : แรงสะเทือนทางการสื่อสารทำให้เกิดนโยบายของอำเภอ  
ปทุมรัตต์

ผู้เล่า : เป็นไปได้อย่างไร



**ครู :** มีเกษตรกรรมมาศึกษาดูงาน มีส่วนราชการเข้ามาร่วมสนับสนุนทางราชการมหาดไทยสนใจมาดูงาน เห็นว่าตรงกับการทำงานที่ บำรุงสุข จึงให้ทุกภาคส่วนอำเภอดำเนินการ

**ผู้เล่า :** เมื่อครูกล่าวถึงเวทีภาคีสัมพันธ์ของ สภส. เวทีนี้ ก่อประโยชน์จริงหรือ

**ครู :** เป็นประโยชน์มาก เมื่อเราเกิดเพื่อนร่วมทาง เชื่อมใจกัน มีจุดหมายร่วม จึงช่วยเหลือกันเข้มแข็ง จนเกิดผลลัพธ์ดังกล่าว เมื่อเขามาศึกษาดูงาน ให้กำลังใจกัน จึงทำให้มีการขับเคลื่อนขยายผลสู่ ชุมชนไทยอีสานตอนบน

เรียนคุณหมอวีระพันธ์ ผอ. กบ คุณไต้ง คุณอ้อม ทีมงาน สภส. ทุกคน และคุณตั้มผู้จัดเวที ขอบคุณมากและคิดถึงทุกคน ผ่านมาขอให้ มาเยี่ยมบ้าง



## กรุงเทพฯ

## สมาคมครูแห่งการอ่าน

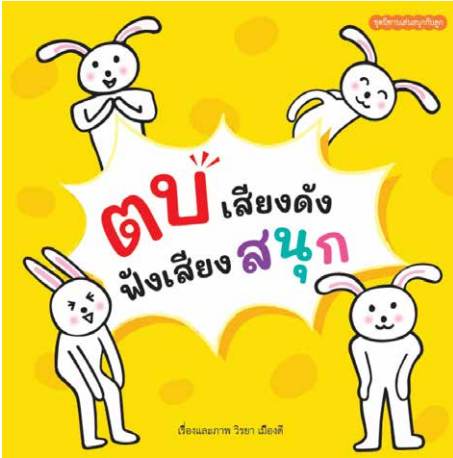
**ค**ณเเจ-สุดใจ พรหมเกิด แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส. ขับเคลื่อนแผนงานฯ ให้เกิดกับครอบครัว โรงเรียน และชุมชน มุ่งเน้นที่ศูนย์เด็กเล็กและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จนได้รับความเชื่อถือ ครั้งหนึ่งผู้เล่ามีโอกาสพบกันจึงพูดคุย

**ผู้เล่า :** อาจารย์เจครับ ทีมงานแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านไปขับเคลื่อนที่ไหนบ้าง

**คุณเจ :** ทำในทุกภาคคะ โดยเฉพาะพื้นที่ชนบท เป้าหมายอยู่ที่เด็กปฐมวัยในครอบครัวและศูนย์เด็กเล็ก เชื่อมประสานให้ทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมปฏิบัติการให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน

**ผู้เล่า :** สถานการณ์ปัจจุบัน ผู้คนและนักเรียนไม่มีนิสัยรักการอ่าน เขาติดมือถือ สื่อสารระบบออนไลน์ และหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต เราทำงานสวนกระแส จะเป็นไปได้หรือ





คุณเจ : เป็นไปได้ เราเชื่อว่าการอ่านสร้างคน สร้างครอบครัว ชุมชน และบ้านเมือง เรามีองค์ความรู้ เหตุปัจจัยสู่ความสำเร็จ แม้เป็นเรื่องยาก เราไม่ท้อแท้ แต่ถือเป็นเรื่องท้าทายความสามารถของเรา

เริ่มต้นที่เด็กปฐมวัย ๐-๖ ขวบ ให้เขาอ่านอย่างมีความสุข ปลูกฝังนิสัยรักการอ่านตั้งแต่เด็ก โตขึ้นจะฉลาดรู้ เป็นคนดี คนเก่ง เรียนรู้ได้อย่างมีความสุข เป็นพลเมืองตื่นรู้สร้างอนาคต

ผู้เล่า : ในชนบทพอมีทางเป็นไปได้ ในเมืองใหญ่เช่นกรุงเทพฯ จะเป็นไปได้หรือ

คุณไน้-สิริวัลย์ เรื่องสุรตัน : เป็นไปได้และเป็นไปแล้ว จนเกิดผลกระทบเชิงนโยบาย

ผู้เล่า : น่าทึ่งมาก ทำอย่างไรหรือ





**คุณไฉ่ :** ทีมงานของเราขับเคลื่อนแผนงานเชิงกลยุทธ์ บูรณาการกับทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง ให้การอ่านสร้างสื่อของเด็กปฐมวัยเป็นวัฒนธรรมของเมือง

เรามีแผนปฏิบัติการ “อ่าน อาน อ้าน” ปลูกครูในศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน พ่อแม่ ผู้ปกครอง ชุมชน และสำนักงานเขต ให้ตระหนักรู้ ให้เด็กอ่านหนังสือที่เหมาะสมกับวัย ทำรูปเล่มสวยงาม หนังสือตัวโตชัดเจนมาประกอบ เมื่อเด็กอ่านได้จะเกิดการพัฒนาทางกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และความคิดสมวัย

**ผู้เล่า :** ครูในศูนย์ฯ มีท่าทีอย่างไร

**คุณไฉ่ :** เริ่มแรกไม่สนใจ ไม่เข้าใจ คงให้นักเรียนอ่านตามความเคยชิน เราเตรียมความพร้อมให้ครูก่อน ไม่ให้อ่านหรืออธิบายนอกเรื่อง เน้นที่อ่านตามอักษร-ภาษาที่นักเขียนออกแบบไว้ เพื่อให้





เด็กมีช่องว่างทางความคิด พอเปลี่ยนวิธีครูได้ เด็กก็ฟังครูอ่านด้วย มีสมาธิ เข้าใจความหมายของคำ มีจินตนาการ ควบคุมอารมณ์ได้ เพียงปีสองปีเด็กถอดรหัสคำ อ่านหนังสือแตกฉานได้

**ผู้เล่า :** โอ...น่าอัศจรรย์ มีเครือข่ายไหนมามีส่วนร่วมไหม

**คุณไฉ :** เราได้รับความเชื่อถือ มียูนิเซฟมาร่วมสนับสนุน ทำงานร่วมกับสำนักพัฒนาสังคม กทม. พัฒนา “ครูแม่ไก่” ขยายผล ไปสู่ทุกเขตของ กทม.

**คุณแจ :** ปัจจัยที่ส่งผลอย่างมากต่อความสำเร็จ นอกจากกระบวนการที่แข็งแกร่ง คือการออกแบบหนังสือสำหรับเด็กที่เหมาะสมกับวัย เชื่อมโยง การเสริมสมรรถนะทักษะชีวิตเด็ก เช่น ชุดนิทาน “ปลุกผักสนุกจัง” ก็มีกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยการปลูกผักในศูนย์ฯ เด็ก ในโรงเรียน ชุดนิทาน “ฟ ฟัน สนุกจัง” ก็มีกิจกรรมสร้างสุขอนามัยฟัน ชุดนิทาน “เล่นสนุกกับลูก” จะชวนเด็กๆ ฝึกทักษะเพิ่มกิจกรรมทางกายภาพ (PA) ทุกกิจกรรมมีการเคลื่อนไหวที่สนุก เป็นกลุ่ม สุดท้าทายเน้นการปรับ พฤติกรรมในสถานการณ์โควิด ๑๙

หนังสือที่กล่าวถึง เราพิมพ์ออกมาหลากหลาย ที่ได้รับรางวัล ดีเด่น เช่น *แดงโมลูกโตโต* และล่าสุด *ตุ๊กตาของลูก* ซึ่งสะท้อน เรื่องราวแม่ติดโควิดและเสียชีวิต เป็นเล่มที่ชวนผู้ใหญ่พูดคุยกับเด็กๆ ถึงความสูญเสีย อารมณ์โศกเศร้า ซึ่งเกิดกับเด็กได้ ชุดนี้เปิดตัวด้วยความร่วมมือจากหลายหน่วยงาน เช่น กรมสุขภาพจิต กระทรวง พม. (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์) ทั้งสี่เทือนใจ และประทับใจ

**ผู้เล่า :** แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านเข้าสู่ภาคนโยบาย ได้อย่างไร



**คุณแจ :** จากงานนโยบาย “วาระการอ่านแห่งชาติ” เราเคลื่อนงานมาสู่เมืองใหญ่ๆ สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว กรุงเทพมหานคร ขานรับ ประกาศ “วาระกรุงเทพฯ เป็นมหานครแห่งการอ่าน” และเข้าชิงการประกาศเป็น “เมืองหนังสือโลก” ยุคนั้นการขับเคลื่อนในกลุ่มปฐมวัยยังมีพูดถึงกันน้อย ไม่เกิดเป็นกระแสภาวะ Learning Loss ในกลุ่มเด็กเล็กที่กระทบอย่างกว้างขวาง จึงเป็นโอกาสในการเสนอ “หนังสือและการอ่าน” เป็นสวัสดิการเพื่อเด็กปฐมวัย ทำให้ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ชัชชาติ สิทธิพันธุ์ ประกาศรับเป็นนโยบายในการขับเคลื่อน ทั้งในระดับการมีหนังสือในครอบครัว รวมถึงการจัดให้มีหนังสือหมุนเวียนในศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียนและชุมชน



# ๓๙

## ปาฏิหาริย์

๑๕๕

ค รุ่งหนึ่งอาจารย์ณรงค์ เทียมเมฆ ได้จัดงาน “วิ่งสู่วิถีชีวิตใหม่” ที่รีสอร์ทแห่งหนึ่งใกล้เขาชะง็อก นครนายก คุณหมอกฤชดา เรืองอารีรัชต์ รองผู้จัดการ สสส. เป็นผู้นำการจัดงาน

ชมรมวิ่งแข่งขันแบ่งเป็นสามกลุ่มอายุ กลุ่มแรกวัยหนุ่มสาว อายุต่ำกว่า ๔๐ ปี วิ่งระยะ ๒๐ กิโลเมตร กลุ่มที่ ๒ วัยกลางคน อายุ ๔๐-๖๐ ปี วิ่งระยะ ๑๐ กิโลเมตร กลุ่มที่ ๓ วัยสูงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป วิ่ง ๔ กิโลเมตร

เมื่อใกล้เวลาสตาร์ท อาจารย์ณรงค์ขอให้ผู้เล่าเข้าร่วมวิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุ ผู้เล่าบอกไปว่าไม่พร้อม เพราะไม่ได้เตรียมตัวอะไรมาเลย ท่านบอกว่าไม่เป็นไร นำวิ่งเพื่อเป็นกำลังใจให้ชมรมเท่านั้น พอเหนื่อย ก็หยุด ผู้เล่าจึงบอกตกลงทั้งที่ไม่มีชุดวอร์มและรองเท้าวิ่ง



กลุ่มนี้มีนักวิ่งประมาณ ๒๕ คน สังเกตว่าอายุจะต่ำกว่าผู้เล่า ซึ่งขณะนั้นอายุ ๗๘ ปี ประมาณตนเองว่าจะวิ่งเพื่อทดสอบสมรรถนะ ไม่คาดหวังอะไร แต่เมื่อออกวิ่งแล้วจะไม่หยุดจนกว่าจะถึงเส้นชัย

เมื่อสัญญาณเปิด ทุกคนออกวิ่ง ผู้เล่าออกหลังสุด วิ่งไปเรื่อยๆ ระดับปานกลาง สม่ำเสมอ พักหนึ่งลมหายใจเริ่มแรง มีผู้วิ่งอื่นขึ้น แฉ่งหน้าไปสี่ห้าราย เมื่อถึงจุดครึ่งระยะ เห็นนักวิ่งหลายสิบราย นั่งพักเหนื่อยริมทาง มีผู้วิ่งแฉ่งหน้าไปอีกห้าหกราย จนถึงจุดที่ ๓ กิโลเมตร ผู้เล่าเข้าไปเกาะกลุ่มแถวหน้า เห็นผู้อยู่ในขบวนห้าราย

ใกล้เส้นชัยเห็นนักวิ่งนำอยู่สองราย ผู้เล่ายังวิ่งได้ตามเดิม สุดท้ายออกแต่รีบขึ้นเป็นคนแรก ได้ยินเสียงผู้ล้นเชียร์ตะโกนว่า “เข้าไปช่วยประครองลุงรินที” อีกเสียงบอกว่า “อย่า! เดี่ยวแกช็อก” ผู้เล่าค่อยๆ ประครองร่างตนเองไม่ให้ล้ม นั่งพักหอบชวา

เสร็จกิจกรรมวิ่งก็ดื่มน้ำ แล้วไปรวมตัวกันหน้าเวที มีการประกาศรายชื่อกลุ่มละสามคนให้ขึ้นรับรางวัลจากคุณหมอกฤษดา เมื่อครบทุกกลุ่มทุกคน พิธีกรเชิญผู้เล่าขึ้นเวทีเพื่อสัมภาษณ์

**พิธีกร :** ลุงรินครับ วิ่งอย่างไรจึงชนะในกลุ่ม

**ผู้เล่า :** ก็วิ่งโดยไม่หวังชนะ แต่มันเป็นไปเอง ก่อนออกวิ่ง ก็ตั้งจิตว่า จะวิ่งเพื่อทดสอบสมรรถนะตนเอง เมื่อวิ่งแล้วจะไม่หยุด จนกว่าจะถึงเส้นชัย

**พิธีกร :** ขณะวิ่งมีปัญหาบ้างไหม

**ผู้เล่า :** มี พอถึงกิโลเมตรที่ ๓ เริ่มเหนื่อยหอบ ปวดเข่าด้านซ้าย แต่ก็วิ่งไปเรื่อยๆ อาการปวดเริ่มรุนแรงขึ้น

**พิธีกร :** ทำไมไม่พักเหนื่อยเหมือนรายอื่นๆ



ผู้เล่า : ไม่พัก เพราะตั้งปณิธานไว้แล้ว ช่วงเวลานั้นแว่วเสียงเพลง  
เพลงหนึ่งผุดขึ้นมาในความทรงจำ เคยได้ยินวัยรุ่นนักร้องกัน  
“ใจสู้หรือเปล่า ไหวไหมบอกมา” จึงเกิดแรงบันดาลใจ “ไหววะ”  
ข่มความเจ็บปวดจนเข้าเส้นชัย ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าวิ่งเข้าเส้นชัยเป็นคนแรก  
ทรุดตัวลงนั่งหอบหายใจ

เสียงปรบมือกราวใหญ่หน้าเวที ลุงยิ้ม ได้ยินเสียงอาจารย์  
ณรงค์ เทียมเมฆ ตะโกนอยู่หน้าเวทีว่า “การวิ่งของลุงครั้งนี้ปังชื่อว่า  
จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว”

เมื่อกลับไปบ้านเล่าให้แม่บ้านฟัง อวดด้วยรางวัล เธอพูดว่า  
“คนไม่เจียมสังขาร”



“

เขาหัวโล้นเป็นผลงานของระบบเกษตรอินทรีย์  
มีโรงจืดเป็นต้นน้ำ  
จึงทำลายดิน น้ำ ป่า ภูเขา  
ทำลายบ้าน ทำลายเมือง  
คุณภาพชีวิตประชากรตกต่ำ  
เกิดความเจ็บป่วยสูง  
อยู่ร้อนนอนทุกข์

”

ประมาณปี ๒๕๖๐ ทีมงานแผนอาหาร สำนักสร้างเสริมวิถีชีวิต  
สุขภาพ (สำนัก ๕) สสส. นำโดยคุณหมอลงกฤษ อึ้งชูศักดิ์  
ไปดูงานที่จังหวัดน่าน ภาคเข้าผู้ประสานงานไปชมพื้นที่หลายแห่ง  
ทั้งในบริเวณหุบเขาแห้งแล้งและพื้นที่ราบใกล้ตัวจังหวัด

ช่วงบ่ายกลับมาที่ศูนย์เรียนรู้วิทยาเขตมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
มีภาคีเครือข่ายเกษตรอินทรีย์ นักวิชาการ สาธารณสุขจังหวัด  
นักการเมือง สื่อมวลชน และผู้นำจำนวนมาก

คุณหมอลงกฤษ : เกษตรอินทรีย์จังหวัดน่านมีความเป็นมา  
อย่างไรคะ

นักวิชาการ : เกษตรกรทำกันมาก่อนหลายปีแล้ว แต่ยังขาด  
แนวคิดเชิงระบบ ขาดความรู้แนวเกษตรอินทรีย์ ฟ้ายวิชาการของ  
มหาวิทยาลัยฯ จึงลงไปช่วย และทำงานร่วมกันถึงปัจจุบัน



**อาจารย์กิตติ กันภัย :** ฟังแล้วมีหลายหน่วยงานเข้ามาสนับสนุน  
หน่วยงานไหนเป็นเจ้าภาพครับ

**นายกเทศบาลเมือง :** ทางเทศบาลเป็นเจ้าภาพครับ ให้ทุกฝ่าย  
มีส่วนร่วมในการจัดการเชิงระบบ คือ ผู้ผลิต ผู้บริโภค ฝ่ายการตลาด  
ซึ่งทางเทศบาลหาจุดจัดการที่เหมาะสมให้

**อาจารย์กิตติ :** ตลาดกลางควรเป็นตัวเชื่อมให้ผู้ผลิตกับผู้บริโภค  
มาพบกัน เรียนรู้ร่วมกัน จะได้เข้าใจกันเชื่อถือกันด้านเกษตรอินทรีย์  
ซึ่งส่งผลลัพท์ด้านสุขภาพ

**อาจารย์ชัชวณ รัตนวราหะ :** การหันกลับมาทำเกษตรอินทรีย์  
ทำได้อย่างไร นำอะไรมาทดแทนสารกำจัดศัตรูพืช

**เกษตรกร :** นักวิชาการสอนให้เราทำปุ๋ยชีวภาพ ใช้วัสดุพื้นบ้าน  
กำจัดแมลง แต่ถ้ารุนแรงมากเอาไม่อยู่ เราก็ใช้สารเคมีบ้างในประเด็น  
เกษตรปลอดภัย

**อาจารย์ชัชวณ :** ก็ดีครับ แต่แนวคิดสำคัญมีสองประเด็น คือ  
การปรับปรุงบำรุงดินให้มีแร่ธาตุตามที่พืชต้องการ และอีกส่วนหนึ่งคือ  
แมลงมีสองประเภท ซึ่งมันจะกำจัดกันเอง ถ้าทำเกษตรผสมผสาน  
ระบบนิเวศคืนมา ปัญหาต่างๆ จะลดลง และบางครั้งไม่จำเป็นต้องใช้  
สารเคมี เพราะแมลงที่เป็นประโยชน์จะตายไปด้วย

**อาจารย์มัทนา ถนอมพันธ์ุ หอมล่อ :** เท่าที่เราไปดูเกษตรกร  
ในหุบเขา เขาปลูกพืชผักผลไม้อินทรีย์ด้วยความยากลำบาก มีแต่  
ความแห้งแล้ง ขาดน้ำ บนภูเขาไม่มีต้นไม้เลย มันเป็นเขาหัวโล้น  
มาแต่อดีตหรือ

**ปราชญ์ชาวบ้าน :** ในอดีตเป็นป่าสมบูรณ์ มันเพิ่งเป็นภูเขา  
หัวโล้นเมื่อเกษตรกรปลูกพืชเชิงเดี่ยวหวังความร่ำรวย ปลูกข้าวโพด





มันสำปะหลัง อ้อย ส้ม จึงบุกกรุกขึ้นไปโค่นไม้ทำลายป่า จนเกิดความ  
แห้งแล้งไปทั่ว ซึ่งไม่ได้ส่งผลกระทบต่อเกษตรกรเท่านั้น แต่ส่งผลกระทบต่อ  
กับทุกชีวิตในวงกว้างทั้งจังหวัด

**คุณหมอปัญญา ไช้เม็ก :** ปัจจุบันเกษตรกรบุกกรุกพื้นที่บนภูเขา  
อยู่หรือเปล่า

**นักวิชาการ :** ยังบุกกรุกอยู่ ขยายกว้างออกไปด้วย ดากถาง  
และเผาป่า เกิดมลพิษทางอากาศ เพราะหยุดยั้งเกษตรกรที่ยังปลูก  
พืชเศรษฐกิจไม่ได้ หน่วยงานที่มีหน้าที่พิทักษ์ป่าก็เกินกำลังแก้ไข  
กลไกที่ควบคุมด้านกฎหมายก็ทำงานไม่ทันเกม ประดุจซี่ข้างจับตักแตน  
ไม่ได้ผล

**ผู้เล่า :** ทุกวันนี้เราแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ จึงไม่เกิดผลอะไร  
เขาหัวโล้นเป็นผลงานของระบบเกษตรตาโต มีโลกจริตเป็นตัวนำ  
จึงทำลายดิน น้ำ ป่า ภูเขา ทำลายบ้าน ทำลายเมือง คุณภาพชีวิต  
ประชาชนตกต่ำ เกิดความเจ็บป่วยสูง อยู่ร้อนนอนทุกข์

ผมเรียกเกษตรกรรมนี้ว่า “เกษตรย่ำแย่”

ในเชิงประวัติศาสตร์ นานเป็นนครรัฐ มีอำนาจปกครองตนเอง  
อย่างเป็นอิสระ ประชาชนมีศักดิ์ศรี บ้านเมืองอยู่ท่ามกลางหุบเขา  
ป่าไม้รอบอาณาเขตเขียวขจี อุดมสมบูรณ์ไปด้วยพืชพันธุ์ธัญญาหาร  
ประชาชนอยู่เย็นเป็นสุขด้วยวิถีวัฒนธรรมล้านนาถิ่นไทยงาม

ปฏิวัติเขียวปี ๒๕๐๐ ภาครัฐให้นโยบายเศรษฐกิจทุนนิยม  
มาพัฒนา ชักจูง บีบบังคับ กวาดต้อนให้เกษตรกรอยู่ในอาณัติ พลิกฟื้น  
ดิน น้ำ ป่า ภูเขา เป็นตัวเงิน บุกกรุกธรรมชาติจนเป็นภูเขาหัวโล้น

ข้อเสนอของอาจารย์ชัชวาลและอาจารย์กิตติคือเกษตรยั่งยืน  
สอดคล้องกับรากเหง้าทางวัฒนธรรมล้านนาซึ่งเป็นตัวตนและ



จิตวิญญาณแห่งนครน่าน ที่ทีมงานของเราจึงเสนอเพื่อการพิจารณา

นายกเทศบาลเมือง : ใช่แล้ว ชีวิตผมทันสมัย

นครน่านจึงเกิดเหตุการณ์ทำลายล้างสมองชาวน่าน ซึ่งในอดีต  
ไม่เคยมีปรากฏการณ์อย่างนี้มาก่อน ต้นเหตุมาจากแผนพัฒนา  
เศรษฐกิจตาโต

ต่อไปเทศบาลนครน่านจะกำหนดแผนพัฒนาโดยมีความสุขของ  
ประชาชนเป็นตัวตั้ง ชี้นำทางการพัฒนาเชิงนโยบายของบ้านเมือง



ค

ณัฐชัย แกมเซย จากสถาบันอรุณอินสยาม พากรรณการ  
ไปศึกษาดูงานที่จังหวัดระยอง ไปพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้  
หลายกลุ่มหลายพื้นที่ซึ่งล้นเกล้าสนใจ

บ้านแรกไปที่บ้านสัมฤทธิ์ แต่ชาวบ้านร้านถิ่นนั้นเรียก

“บ้านเฮ็นเซ” ผู้เล่าพูดคุยกับ “ยายต้อย” ผู้นำชุมชน

ผู้เล่า : ป้าต้อยครับ ทำไมบ้านนี้เรียกบ้านเฮ็นเซ

ป้าต้อย : เพราะผัวของเราชื่อเหล่า “เข้าเมา เฮ็นเซ”

เขาออกทะเลหาปลากลับมาเหนื่อย เป็นอย่างนี้ช้านาน

อาจารย์นัสารัตน์ : กลุ่มของเราทำอะไรอยู่! ได้ผลอย่างไรบ้าง

ป้าต้อย : เราปลูกผักอินทรีย์จากพื้นที่ทิ้งขยะ เอามาทำกินกันอยู่

ช่วยที่บ้านลดรายจ่าย เมื่อเหลือก็นำออกขาย พอเกิดโควิด ๑๙

ก็แบ่งปันให้ผู้ยากไร้และคนชรา

อาจารย์ณรงค์ เทียมเมฆ : นำผักไปขายที่ไหนครับ





**ป่าต้อย :** ที่ตลาด ไม่ห่างจากหมู่บ้านนัก ให้พี่ของเรานำไปขาย  
แรกๆ เขาก็ไม่เอาด้วย แต่พอทำได้ผลดีก็มาช่วย เดี่ยวนี้ลดความเมา  
ไปได้เยอะ เกิดสำนึกแล้ว

**อาจารย์จุกฟ้า สุดบรรทัด :** ได้ความรู้จากไหน

**ป่าต้อย :** จากอาจารย์ขอย เขามีความรู้เรื่องผักอินทรีย์  
มาช่วยด้วยใจ เดี่ยวนี้คนในซอยเย็นเซมิคุณภาพชีวิตดีขึ้นเยอะ

จากนั้นผู้ประสานงานพาไปที่ “คณะหนังใหญ่วัดบ้านดอน”  
ซึ่งมีอาจารย์อำเภอ บุนนาค เป็นครูหนัง

**อาจารย์สุชาติ ทวีพรปฐมกุล :** หนังใหญ่ที่นี้เกิดขึ้นได้อย่างไร

**อาจารย์อำเภอ :** เกิดมานานแล้ว เล่ากันว่ามาจากราชบุรี  
พวกเขาก็สืบทอดกันมา นำเด็กนักเรียนมาฝึกหัดจนเล่นได้ดี  
ออกแสดงให้นักท่องเที่ยวชมกัน พอมีรายได้เลี้ยงตัวเอง



**อาจารย์ณรงค์ :** ช่วงสถานการณ์โควิดทำอย่างไรกัน

**อาจารย์อำไพ :** นักท่องเที่ยวหายไปแล้ว เราจึงให้เด็กๆ ปลูกผักอินทรีย์ ทำอาหารกินเอง อาจารย์มาช่วย ก็พอเกาะกลุ่มกันอยู่ ต่อมาเราปลูกพืชสมุนไพร ทำลูกประคบขายให้กลุ่มแพทย์แผนไทย ทีม อสม. เขามาช่วยสอนทำ มีรายได้เลี้ยงตัวเอง

หลังจากนั้นผู้ประสานงานพาไปที่ “บ้านลำเจียกคนตรีไทย” ที่บ้านเกาะกลอย เป็นสถานที่ต้อนรับนักท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม ที่ปลูกพืชผักผลไม้อินทรีย์ในวัดด้วย เจ้าอาวาสเป็นหลักอยู่

**อาจารย์วิษณุ เอ็มประสิทธิ์ :** ครูลำเจียกครับ ทำไมเป็นบ้านคนตรีไทย

**ครูลำเจียก :** ผมเป็นคนกรุงเก่า เป็นคนตรีไทยมาตั้งแต่เด็ก ต่อมาได้ครอบครัวที่นี่ จึงตั้งวงดนตรีไทยด้วยใจรัก ชวนนักเรียนมาฝึกก็แสดงได้ดี จึงออกแสดงรับนักท่องเที่ยว

เมื่อไปถึงวัดเกาะกลอย อาจารย์วิษณุถามหลวงพ่อกว่าทำไมจึงปลูกผักอินทรีย์ในวัด ท่านตอบว่า เมื่อโควิด ๑๙ แพ้ระบาดญาติโยมได้รับผลกระทบมาก จึงชวนครู อสม. กรรมการวัด ปลูกผัก ทำอาหารช่วยเหลือผู้มีรายได้น้อยและผู้สูงอายุ

ครูเกษียรราชการที่นำเราชม พูดว่าเป็นผลงาน “บวร” (บ้าน วัด โรงเรียน ร่วมกัน)

ต่อมาผู้ประสานงานพาเราชมย่านเมืองเก่าของจังหวัดระยอง ที่ถนนยมจินดา ที่นั่นมีพิพิธภัณฑ์ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมและความเป็นมาทางด้านประวัติศาสตร์ของเมือง น่าสนใจและน่าศึกษามาก

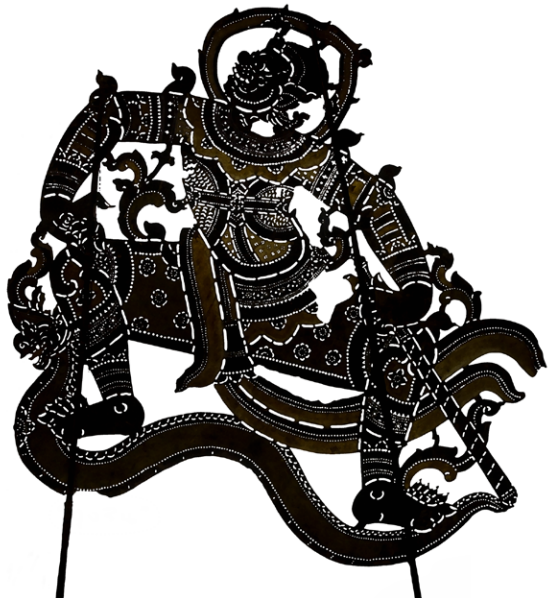


ช่วงค่ำมีงานจัดเป็น “ถนนคนเดิน” มีสินค้าสร้างสรรค์  
เชิงวัฒนธรรม อาหารพื้นเมืองหลากหลาย มีการแสดงดนตรีไทย  
การแสดงละครบนเวที และกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมาย เพื่อต้อนรับ  
นักท่องเที่ยว มีผู้มาเดินชมและจับจ่ายใช้สอยกันอย่างคับคั่ง

วันรุ่งขึ้นผู้ประสานงานพาไปชมป่าชายเลนปากแม่น้ำระยอง  
ลงเรือชมชายฝั่ง เห็นภูมิทัศน์ธรรมชาติสวยงาม มีแหล่งอนุรักษ์  
ทรัพยากรชายฝั่งหลายแห่ง

มีแห่งหนึ่งอนุรักษ์สัตว์น้ำชายป่าโกงกางซึ่งมีความหลากหลาย  
ทางชีวภาพ มัคคุเทศก์เป็นเยาวชนในระบบโรงเรียน มีพระสงฆ์  
เป็นหัวหน้าทีมงาน ท่านนำชมโดยอธิบายได้เข้าใจมาก มีความรู้  
ระบบนิเวศ ซึ่งเป็นฐานรองรับสุขภาพของสัตว์รวมชัดเจน

ช่วงบ่ายกลับมาพูดคุยที่ศูนย์เรียนรู้ของคณะทำงาน  
การท่องเที่ยวจังหวัดระยอง ซึ่งมีคุณเกียรติศักดิ์ที่มีฉายาว่า  
“อ๊อด ระยอง” เป็นหัวหน้าทีมงาน



**อาจารย์สุชาติ :** คุณอ๊อดครับ เรามีการจัดระบบการท่องเที่ยว  
อย่างไร

**คุณอ๊อด :** ทีมงานของเรามาจากองค์การบริหารระดับต่างๆ ของ  
เมือง เรามีฐานการท่องเที่ยวหลากหลายตามที่คณะของท่านไปชมมา  
เราเชิญเขามารวมตัวกันจัดการท่องเที่ยวเชิงคุณภาพ ที่ทำให้เห็น  
คุณค่าความหมายของเมืองระยอง มุ่งสร้างให้ระยองเป็นเมืองสุขภาวะ

**อาจารย์สุพา :** ฝ่ายภาครัฐ-ราชการ-นักลงทุนกำลังพัฒนา  
ระยองให้เป็นเมืองเศรษฐกิจพิเศษ ซึ่งก่อมลภาวะสูง แต่เราทำ  
เชิงคุณภาพชีวิต สวนกระแสกัน ทำได้หรือ

**คุณอ๊อด :** ทำได้ครับ เราเชิญภาคส่วนนโยบายของเมือง  
มาร่วมเวที และออกแบบส่วนงานของตนให้ไปในทิศทางเดียวกัน และ  
ขับเคลื่อนงานให้ระบบทั้งสองมีความสมดุล เพื่อให้เมืองระยองพัฒนา  
เศรษฐกิจสองระบบ มุ่งความสุขของชาวระยอง แม้จะมีความขัดแย้ง  
แต่ก็ค่อยๆ พุดจากกัน มุ่งอนาคตของเมืองเป็นที่ตั้ง

**ผู้เล่า :** ภาครัฐ-ราชการ-ทุนนิยมจะมีอำนาจสูง เป็น hard  
power ส่วนภาคประชาชนซึ่งอยู่ในท้องถิ่น เป็นคนหมู่มาก มี  
รากเหง้าทางวัฒนธรรมและจิตสำนึกทางประวัติศาสตร์ เป็น soft  
power ที่จะค่อยๆ กลืน hard power มารวมอยู่ในฝ่ายตน

แต่ควรมีการสื่อสารมวลชนระดับ mass เพื่อสร้างความตื่นตัว  
ทางสังคม พื้นดินชีวิตด้านตัวตนและจิตวิญญาณของชาวระยองให้มี  
ชีวิตขึ้นมา

สสส. มีความภูมิใจกับคณะทำงานของคุณเกียรติศักดิ์ และขอ  
เป็นกำลังใจให้



# ๘๖ I SEE U

**ค** ุณชัย-อรุณชัย นิติสุพรรณรัตน์ ทำงานจิตอาสาเยียวยาผู้ป่วย  
ระยะสุดท้ายในกรุงเทพฯ ผู้เล่ามีโอกาสพบท่านจึงได้สนทนา  
ธรรมเชิงลึกในประเด็นสำคัญ

**ผู้เล่า :** คุณชัยครับ I See U มีความหมายว่าอย่างไร คนทั่วไป  
จะนึกถึงผู้ป่วยใกล้จะตายซึ่งหมอกำลังช่วยชีวิตอยู่ ประเด็นเดียวกัน  
ใช่ไหม

**คุณชัย :** I See U กับห้องไอซียู ต่างกันตรงที่ I See U  
มุ่งเน้นที่ผู้ป่วยเผชิญความตายอย่างไรเท่าทันชีวิต ไม่กลัว ไม่มีอะไร  
ค้างคาใจ ตายอย่างมีศักดิ์ศรี ด้วยการเจริญมรณสติ

แต่ไอซียูที่คนทั่วไปกล่าวถึง หมายถึงหน้าที่หมอที่ช่วยชีวิต  
ผู้ป่วยให้รอดพ้นความตาย คนละประเด็นกัน

**ผู้เล่า :** ผู้ที่ทำงานด้านนี้ต่างกันตรงไหน

**คุณชัย :** คุณหมอที่ช่วยชีวิตผู้ป่วยใกล้ตาย ทำงานด้านความรู้  
ทางสรีระ แต่ผู้ทำงาน I See U ทำงานด้วย “หัวใจ” ด้วย  
จิตวิญญาณของมนุษย์

ผลลัพธ์จะต่างกัน ห้องไอซียู ผู้ป่วยและครอบครัวเป็นทุกข์







ผู้ช่วยที่มีต่อบุคคลในครอบครัวและเครือญาติ ฟังใจอยู่ ก็ให้มาเปิดใจ  
พูดกัน สารภาพกัน อภัยให้กัน จบลงด้วยดี

**ผู้เล่า :** คุณช่วยทำงานอย่างไร ส่วนตัวหรือร่วมกับสำนักไหน

**คุณช่วย :** เริ่มแรกผมทำงานส่วนตัว ชวนใครมารวมทำก็ถูกปฏิเสธ  
หาว่าผมเพี้ยนไปบ้าง ทำไม่ได้จริง ต่อมาผมพบกับอาจารย์เอเซีย-  
สรยุทธ รัตนพจนารถ และคุณหนุ่ม-ธีระพล เต็มอดม จากธนาคาร  
จิตอาสา มาสนับสนุน ทำให้มีเครือข่ายงานสร้างผู้นำจิตอาสาด้านนี้  
ขยายตัวออกไปได้

**ผู้เล่า :** กลุ่มนี้เงินใครบ้าง ได้มาอย่างไร

**คุณช่วย :** ส่วนใหญ่เป็นบุคลากรทางการแพทย์ เจ้าหน้าที่ของ  
โรงพยาบาล อสม. และ รพสต. ใน กทม. เรามีฐานอยู่แล้ว เราทำงาน  
ด้วยความทุกข์กังวล แต่พอเข้าใจ “หัวใจของความเป็นมนุษย์”

เราเปิดรับสมัครเป็นคอร์สได้ ๑๐ กว่ารุ่นแล้ว รุ่นละ  
๓๐ กว่าคน ขณะนี้มีเพื่อนร่วมงาน ๓๐๐ กว่าคน มีฐานงานดี  
โรงพยาบาล ชุมชน ผู้ช่วยติดเตียง อยู่ใน กทม. ผมไม่โดดเดี่ยวแล้ว  
มีความมุ่งมั่นสร้าง “องค์กรอารยะ” ที่ทำงานด้านนี้ ด้านหัวใจ  
จะขยายออกไปในชนบทให้เต็มแผ่นดินไทย

**ผู้เล่า :** เป็นความคิดสร้างสรรค์ ความใฝ่ฝันที่ยิ่งใหญ่มาก  
บุคคลที่ทำงานด้านนี้ “เป็นจิตพระโพธิสัตว์” ผู้ตื่นรู้ ช่วยเพื่อนมนุษย์  
ให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ด้วยความรักความเมตตา

แม้ความใฝ่ฝันจะขยายงานให้เต็มแผ่นดินไทยในอนาคต  
ยังอยู่อีกยาวไกล ก็จะเป็นจริงได้ด้วยความมุ่งมั่น

“ระยะทางหมื่นลี้ ทุกอย่างที่ก้าวคือความสำเร็จ” สสส. ขอเป็น  
กำลังใจให้



# ๔๓

## สาขาสังคหวิทยา



๑๖๐

๖๖ รกตั้งสำนักพัฒนาภาคีสัมพันธ์และวิเทศสัมพันธ์ สสส.  
ผู้อำนวยการสำนักฯ จัดเวทีที่อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่  
คุณโต้ง-ประดิษฐ์ นิจไตรรัตน์ พาผู้เล่าไปในงานนี้

ในเวทีมีภาคีเครือข่ายเชิงประเด็นหลากหลาย ที่น่าสนใจคือ  
กลุ่มชาติพันธุ์ชาวม้ง กะเหรี่ยง ลีซอ อาข่า มูเซอ และละว้า แต่งกาย  
ประจำเผ่า นั่งแถวหลัง



ผอ. สำนักฯ แจ้งวัตถุประสงค์ของเวที “โซว์ แชร์ เชื่อม”  
ทำความเข้าใจเกี่ยวกับภารกิจของ สภส. แล้ว ผู้ประสานงาน  
ภาคีเครือข่ายจึงดำเนินรายการตามความถนัดของตน เนื่องจาก  
ยังไม่ได้จัดเป็นรูปแบบเวทีชัดเจน

พิธีกรเชิญกลุ่มเป้าหมายต่างๆ ออกมาแนะนำตัวให้เครือข่าย  
รู้จัก แล้วกล่าวถึงประเด็นสุขภาพที่ตนดำเนินงานมา มีด้านอาหาร  
พืชผักอินทรีย์ การออกกำลังกาย การรณรงค์เลิกเหล้าบุหรี่ ด้าน  
ผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชน จากภาคีพื้นราบ

บรรยากาศค่อนข้างเป็นพิธีการ และไม่มีกลุ่มชาติพันธุ์ออกมา  
นำเสนอ ประจวบที่เชิญเขามาเพื่อรับรู้ แต่ขาดการมีส่วนร่วม เมื่อ  
ได้จังหวะ ผู้เล่าขออนุญาตผู้จัดงาน ขอเวลา ๒๐ นาที เพื่อเติมเต็ม  
การจัดเวที โดยเชิญกลุ่มชาติพันธุ์ขึ้นมาเล่าประเด็นงานของตน

**ผู้เล่า :** พี่น้องเครือข่าย สสส. ที่รักนับถือ เวทีกลางวันนี้สร้างความ  
รู้จักกันว่า ใครกำลังทำอะไร ที่ไหน เพื่อจะได้เชื่อมประสานพลังให้เข้มแข็ง  
ส่งผลการเปลี่ยนแปลงเชิงนโยบายสาธารณะ ให้สังคมตื่นตัวในประเด็น  
สุขภาพ ปรับพฤติกรรมเพื่อสร้างสุขภาพดีน่าซ่อมสุขภาพเสีย

บัดนี้ยังไม่ทราบว่า กลุ่มชาติพันธุ์ ซึ่งเป็นเพื่อนร่วมทางของเรา  
ทำอะไรอยู่ ให้เขามานำเสนอหน้าเวทีได้ไหมครับ การสมานพลังจะได้  
ไม่หลุดจากห่วงโซ่นี้ไป

ที่ประชุมปรบมือ ผู้เล่าจึงเชิญกลุ่มชาติพันธุ์กลุ่มละสองคนออกมา  
นำเสนอให้ที่ประชุมรับรู้

บางชาติพันธุ์เลิกปลูกฝิ่น เปลี่ยนมาปลูกกาแฟแทนแล้ว บางเผ่า  
บอกเลิกทำไร่เลื่อนลอย เปลี่ยนมาทำข้าวไร่และอาหารชนเผ่า บางเผ่า



เลิกปลูกพืชเศรษฐกิจ เปลี่ยนมาปลูกพืชผักผลไม้ประจำถิ่น บางเผ่า  
บอกรักษาสิ่งศักดิ์ล่อม ดิน น้ำ ป่า เขา บางเผ่าบอกทำอาหาร  
สุขอนามัยสำหรับเด็กปฐมวัยและผู้สูงอายุ

**ผู้เล่า :** ผลลัพธ์ออกมาเป็นอย่างไรบ้าง

**ชนเผ่า :** ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น ในประเด็น “สุขภาวะ” เรา  
อยู่กับป่าได้โดยไม่ทำลาย สร้างระบบเศรษฐกิจชุมชนได้โดยไม่ทำลาย  
ทรัพยากร ซึ่ง สสส. สนับสนุนประเด็นนี้ ส่วนโครงการหลวงให้ความรู้  
ความเข้าใจและส่งเสริมด้านสัมมาชีพ ทำให้กลุ่มชาติพันธุ์ร่วมมือกันทำ  
ได้สำเร็จ

**ผู้เล่า :** พลังเครือข่าย สสส. ที่รักทั้งหลายเห็นไหมครับ กลุ่ม  
ชาติพันธุ์สร้างสุขภาวะให้เกิดขึ้นบนแผ่นดินตามคตินิยม ความเชื่อ  
และภูมิปัญญา เราทำได้ไหมว่า เขาเป็นเพื่อนร่วมทางกับเรา เป็นการ  
เชื่อมพลังให้เข้มแข็ง เราทำได้ไหมครับ

เสียงปรบมือดังสนั่นเวที

**ผู้เล่า :** สสส. โดย สภส. ซึ่งมาจัดเวทีเชื่อมประสานเครือข่ายวันนี้  
เป็นการให้โอกาสและเปิดพื้นที่ทางสังคม พื้นที่ทางปัญญา ให้ท่านแสดง  
ตัวตนและจิตวิญญาณด้านสุขภาวะ เพื่อตอบโจทย์วิถีชีวิตกลุ่มของท่าน  
และเพื่อสานพลังตอบโจทย์ของแผ่นดินไทยสืบไป

เรามุ่งมั่นให้เกิดพลังการเปลี่ยนแปลงเชิงพื้นที่ในระดับจังหวัด  
และระดับภาค การเชื่อมประสานพลังด้านเครื่องมือเทคโนโลยีการ  
สื่อสารร่วมสมัย เป็นสังคมสุขภาวะที่ถ้าทุกภาคส่วนร่วมมือกัน เราทำได้  
“Together We Can”



## ออบุชเฒ่าการเรีบนรู้

**ต๋** าบลช่างเหล็ก อำเภอบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ทำโครงการพัฒนาศักยภาพชาวนารายย่อยมาตั้งแต่ปี ๒๕๖๒ ด้วยการมีส่วนร่วมของบ้าน วัด โรงเรียน โดย ออบต. เป็นฝ่ายส่งเสริมสนับสนุน

ปี ๒๕๖๓ ผลกระทบจากสถานการณ์โควิด ๑๙ ทำให้โรงเรียนวัดช่างเหล็กซึ่งเป็นโรงเรียนขยายโอกาส มีปัญหาด้านการจัดการเรียนการสอนระบบออนไลน์มาก เพราะมีข้อจำกัด โรงเรียนไปไม่เป็น

คุณอัน-วิมลพรรณ วาริชน ผู้ประสานงานโครงการฯ นำผู้เล่าไปร่วมเวทีหาทางออก จึงพูดคุยสนทนาได้ถามกัน

**ผู้เล่า :** ผอ. ครับ ในสถานการณ์โควิด ๑๙ การจัดการเรียนการสอนระบบออนไลน์ทำอะไร มีปัญหาบ้างไหมครับ

**ผอ. :** มีปัญหาหนักครับ จัดการเรียนรู้อันไม่ทั่วถึง ครอบครวันักเรียนส่วนใหญ่ไม่มีอุปกรณ์การเรียนผ่านระบบออนไลน์ เกิดความเหลื่อมล้ำ ยังหาทางออกกันไม่ได้

**ครู :** นักเรียนที่มีอุปกรณ์การเรียนผ่านระบบออนไลน์ไม่ถึงครึ่ง นอกนั้นไม่ได้เรียน ส่วนผู้ที่มีอุปกรณ์การเรียนก็เรียนไม่ค่อยรู้เรื่อง



ขาดสมาธิ ผู้ปกครองก็ช่วยเหลือไม่ได้มาก เกิดความระส่ำระสายกันอยู่  
ครูจัดบทบาทไม่ถูก

**ผู้ปกครอง :** เราไม่มีแท็บเล็ต ถ้ามีก็โทรศัพท์มือถือเครื่องเดียว  
ลูกสองสามคนไม่รู้จะแบ่งกันอย่างไร เงินก็ไม่มีจะซื้อหามาให้ครู  
การช่วยสอนลูกก็ทำไม่ได้ เพราะต้องออกไปหากิน หลักสูตรก็คนละยุค  
ไม่รู้ว่าจะสอนลูกได้อย่างไร ลูกๆ กลับไปอ่านหนังสือไม่ออก ลืมสาระ  
วิชาหมดแล้ว

**ผู้เล่า :** ท่ามกลางสถานการณ์โควิด ๑๙ ภายใต้โครงการ  
พัฒนาศักยภาพชาวนารายย่อยของชนบท มีความเป็นไปได้สูงที่จะ  
จัดการเรียนรู้แบบออนไลน์ได้ปลอดภัย แต่ต้องร่วมมือกัน

**ผอ. :** ทำยังไงครับ

**ผู้เล่า :** ในส่วนของโรงเรียน นักเรียนแต่ละช่วงชั้นมีแผนงาน  
การทำโครงการสารการเรียนรู้ อยู่ในชุมชนมีแหล่งเรียนรู้เชิงประเด็น  
ที่หลากหลาย เราให้นักเรียนทำโครงการเชื่อมโยงกับประเด็นที่เขา  
สนใจในแหล่งเรียนรู้ มีครูเป็นผู้ให้คำปรึกษาโครงการ ปรับบทบาท  
teaching เป็น training

ไหน...ใครพอจะรู้ว่าในชุมชนมีแหล่งเรียนรู้อะไรบ้าง

**ผู้นำ :** คุณอนงค์ มีหลาย ทำไร่นาสวนผสม ทำสารชีวภาพ  
เลี้ยงเป็ด ไก่ ปลา

คุณธนู สุขสมโภชน์ มีกลุ่มทำกิจกรรมหลากหลาย ปลูกผัก  
พื้นบ้าน ไม้ตง ไม้สีสุก กล้วยหอม ผลไม้ท้องถิ่น เพาะเห็ดต่างๆ มา  
ประกอบอาหารพื้นบ้าน

ส่วนที่โรงเรียนทำเรื่องพลังงานชุมชน เต่าเผาถ่าน ตู้อบพลัง  
แสงอาทิตย์ คัดแยกขยะ



แล้วยังมีกิจกรรมอีกหลายประเภทที่เป็นแหล่งเรียนรู้ได้

**ฝ่ายวิชาการ :** ยังสัมพันธ์กับการเรียนออนไลน์ และการเฝ้า  
ประเด็นกิจกรรมสู่สาระการเรียนรู้ทั้ง ๘ สาระ

**ผู้เล่า :** ไมยาก ดังกล่าวแล้วคือ ให้นักเรียนแต่ละช่วงชั้นเลือก  
ประเด็นกิจกรรมในโครงการ เด็กนักเรียนก็กระจายตัวกระจายกลุ่มไปที่  
แหล่งเรียนรู้ โดยมีเจ้าของเป็นผู้สอน ครูดูแลนักเรียนและเป็นผู้ช่วย  
ส่วนการเฝ้าสู่สาระการเรียนรู้ทั้ง ๘ นั้นทำโดยบูรณาการ ซึ่ง  
ครูมีทักษะอยู่แล้ว ก็จะตอบโจทย์ของหลักสูตรในแต่ละช่วงชั้นได้

แต่ทั้งหมดเกิดจากการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายในโรงเรียน ต้อง  
ปรับแผนการดำเนินการทั้งระบบ ฝ่ายชุมชนมีผู้นำแหล่งเรียนรู้ ผู้มี  
ส่วนเกี่ยวข้องก็มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้แบบออนไลน์ทุกขั้นตอน  
จะผลักภาระให้เป็นของครูฝ่ายเดียวไม่ได้ พอไหวไหมครับ

**ผอ. :** เห็นชอบและสามารถทำได้ ชักถามความพร้อมของ  
ผู้ปกครองและผู้นำชุมชน ทุกคนให้ความร่วมมือ จึงลงความเห็นว่า  
ดำเนินการออนไลน์ในลักษณะนี้นั้นดีกว่าสถานการณ์โควิดจะคลี่คลาย

**ผู้เล่า :** เรียน ผอ. ครู ผู้ปกครอง และผู้นำชุมชน การเรียนรู้  
แบบแผนดังกล่าวมิใช่เป็นการตอบโจทย์ในสถานการณ์โควิด ๑๙  
เท่านั้น แต่เป็นการเรียนรู้เพื่อชีวิตและชุมชนอีกด้วย

ส่วนการเรียนรู้แบบบูรณาการผ่านโครงการ สู่สาระการเรียนรู้ทั้ง  
๘ สาระ จะกระตุ้นให้นักเรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ สร้างความรู้ใหม่  
ด้วยตนเอง เป็นการเตรียมความพร้อมของชีวิตสู่โลกกว้างแห่งการเรียนรู้  
ทั้งหมดคือหัวใจของการปฏิรูปการศึกษาครับ





## ผู้เฒ่าผู้แก่กรุงเก่า

**อ** บจ. พระนครศรีอยุธยา จัดเวทีพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประมาณ ๖๐ คน งานนี้ได้เชิญผู้เฒ่าไปเป็นวิทยากร หลังจากผู้ประสานงานแนะนำให้รู้จักกันแล้ว ผู้เฒ่าจึงขึ้นเวทีชวนคิด ชวนคุย

**ผู้เฒ่า :** สวัสดีครับ เพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตายที่เคารพ วันนี้เรามาสัมมนาเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งก็จะไม่พ้นเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ ผมจะทำหน้าที่ชวนคิดชวนคุย ขอให้ทุกคนมีอิสระในการแสดงความคิดเห็นตรงไปตรงมา ก่อนอื่นขอเรียนถามว่า ช่วงนี้สุขภาพของท่านเป็นอย่างไรบ้างครับ

**ชาย :** ไม่ได้เท่าไร เป็นความดัน โรคหัวใจ เขาเสื่อม

**หญิง :** ฉนั้นเป็นเบาหวาน มีโรคอื่นตามมาเป็นแถวหลายโรค

**ชายอีกคน :** ผมอายุ ๘๕ ครับ ยังดีอยู่ ทำงานได้

**ผู้เฒ่า :** ทำอย่างไรครับ สุขภาพยังดีอยู่

**ชาย ๘๕ :** ปลูกพืชผักสวนครัว ผลไม้ และอื่นๆ บริเวณบ้าน ทำอาหารกินเองจากพืชผักที่ปลูก หลักๆ ก็มีเท่านั้น





**ผู้เล่า :** จากทั้งหมดที่บอกมา บ่งชี้ว่าสุขภาพดีหรือเสียมิได้เกิดขึ้นเอง ต้องมีสาเหตุที่มาที่ไปใช่ไหม

**ชาย หญิง :** ใช่

**ผู้เล่า :** เมื่อมีโรคภัยไข้เจ็บจะเป็นที่ไปของเงิน ถ้าสุขภาพดีจะเป็นที่มาของเงิน ใช่ไหม พุทธสุภาษิตกล่าวว่า “อโรคยา ปรมาลาภา” แปลว่าอะไร มีใครจำได้บ้าง

**ชาย :** ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

**ผู้เล่า :** ถูกต้อง หมายความว่าถ้าสุขภาพดีจะประเสริฐกว่าลาภใดๆ ดีกว่าถูกหวยรวยทรัพย์ สุขภาพดีจะทำให้ร่างกายกระฉับกระเฉง ทำโน่นนี่นั่น ก็จะมีรายได้อุดม แล้วจะไม่เสียค่าบำบัดรักษา ใจคอสบาย ครอบครัวเป็นสุข

โดยทั่วไปของผู้สูงอายุจะปล่อยตัวให้แก่อย่างหมดท่า ชราแบบหมดรูป แต่บางคนจะสร้างสุขภาพดี ให้แก่อย่างมีคุณค่า ชราแบบสมาร์ต เราอยากเป็นแบบไหน

**ที่ประชุม :** อยากเป็นประเภทหลัง จะทำอย่างไรครับ



ผู้เล่า : ไม่ยาก...เมื่อครูชายอายุ ๘๕ เข้าข่ายนี้ ท่านบอกว่าทำงานหลายอย่าง ทำอาหารกินเอง แต่พอสรุปได้ดังนี้ ๑. เปลี่ยนความคิดใหม่ “กบาลทัศน์ใหม่” ต้องสร้างสุขภาพดีแทนสุขภาพเสีย ๒. ต้องปฏิบัติตนให้มีสุขภาพดีด้วย “๕ อ” ตามที่กรมอนามัยสอน คือ อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ อากาศ และอุจจาระขับถ่ายทุกวัน สุขภาพจะแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยง่าย

ชาย : แต่ถ้าเราเจ็บป่วยอยู่แล้วจะอย่างไร

ผู้เล่า : ก็ไปหาหมอตตามปกติ ไปตามหมอนัด แต่ต้องปฏิบัติตามหลัก “๕ อ” ควบคู่กันไป สุขภาพก็จะดีเอง

หญิง : ลุงอายุเท่าไร

ผู้เล่า : ๘๒ ครับ

หญิง : ดูสุขภาพยังดี แข็งแรงมาก ลุงทำอะไรคะ

ผู้เล่า : ยึดหลักการฟังตนเองก่อน “อึดตาหิ อึดตโน นาโถ” ฟังตนเองด้านสุขภาพ ดูแลตนเองขั้นพื้นฐาน อะไรเป็นปัจจัยเสี่ยงไม่ทำ อะไรเป็นปัจจัยดีทำ เช่น ไม้ตีหมเหล็ก ไม้สับบุหรี กินแต่อาหารสุขภาพ ออกกำลังกาย รักษาอารมณ์ไม่ให้เครียด แม้อายุกายจะ ๘๒ แต่อายุใจ ๒๘ เท่านั้น

ฉะนั้นต้องเชื่อมั่นในการปฏิบัติตน ปักหมุดหมายในจิตสำนึก “แก่ออย่างมีคุณค่า ชราอย่างสมาร์ต”



# ๓๖๕ ปลาเจ็ด

ว่า นหนึ่งคุณอัน-วิมลพรรณ วาริชน ผู้ประสานงานโครงการ  
พัฒนาศักยภาพชาวนารายย่อย พาผู้เล่าไปเยี่ยมป่าถวิล  
พรหมอนุมิตี เกษตรกรตำบลบ้านหลวง หมู่ที่ ๒ อำเภอเสนา  
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พวกเขาพูดคุยกันแบบบ้านๆ

ผู้เล่า : ป่าถวิลครับ ปัจจุบันทำอาชีพอะไรอยู่

ป่า : ช่วงนี้ทำปลาเห็ดขาย

ผู้เล่า : ก่อนนั้นทำอะไรครับ

ป่า : ทำเกษตรผสมผสาน มีที่ดินไม่มากนัก ก็ขายโซ่ห่วย  
ที่บ้านด้วย มีเหล้าขุหรือเป็นหลัก ขายดินอย่างอื่น พอมาทำ  
ปลาเห็ดขาย มีรายได้ดีกว่า จึงเลิกขายขุหรือเหล้า แต่ยังขายของกิน  
ของใช้ที่จำเป็นของชาวนาอยู่

ผู้เล่า : เห็นบอกว่าเหล้าขุหรือทำรายได้ดี ทำไมจึงเลิกขาย



**ป่า :** ความจริงคิดเล็กลงมาก่อน ๕-๖ ปีที่แล้ว เพราะรู้สึก ผิดเรื่องการถือศีล ๕ แต่ยังไม่เลิกไม่ได้ เพราะเป็นรายได้หลัก ลูกสาว กำลังเรียนนาฏศิลป์อยู่ที่จังหวัดสุพรรณบุรี กลัวจะไปไม่รอด

อนึ่งสามีก็มาเสียชีวิตด้วย คิดหนัก หรือจะเป็นเวรกรรมที่เรา ทำผิดศีล ๕ ให้กับผู้ชาย

พอเข้าโครงการพัฒนาศักยภาพชาวนารายย่อย ได้รับแรงกระตุ้น จากทีมงานว่า เหล้าบุหรี่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ เป็นอันตรายถึง ชีวิต เกิดโรคร้ายไข้เจ็บสูงต่อผู้เสพ จึงคิดว่าถึงเวลาแล้วจะต้องเลิกขาย แต่ยั้งลังเลว่าจะเอาอะไรมาทดแทน เกิดความคิดฟุ้งซ่าน กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ร่างกายเจ็บป่วย เข้าโรงพยาบาลประจำก็ไม่หาย ทำอย่างไรดี

๑๓๐

เราจึงเข้าวัดฟังธรรม พอพระท่านให้ศีล ๕ ก็กระทบใจอีก พอจิตสงบก็ทบทวนชีวิตว่า ในอดีตเราเคยทำอะไรเลวร้ายซีพม่าบ้าง ช่วงนั้นอยู่กับพ่อแม่ ก็นึกออกว่าเคยทำปลาเห็ดขาย พอเลี้ยงชีพได้ ลูกค้าชมว่าอร่อย แต่มาเลิก แล้วไปทำงานโรงงานที่อ้อมน้อย สมุทรสาคร พอนึกออกก็คิดว่าทำไมเราไม่กลับมาทำดู

สุดท้ายตัดสินใจทำขายหน้าร้าน ลูกค้าชอบ พากันมาอุดหนุน มากขึ้น จึงค่อยๆ ลดการขายเหล้าบุหรี่ลง เมื่อทำปลาเห็ดมากขึ้นก็สู้ ไม่ค่อยไหว ลูกสาวกลับมาช่วงปิดภาคก็ช่วยแม่ทำ ขายดีมากจนขายย ตลาตออกไปในระบบออนไลน์

จากการทำธุรกิจเล็กๆ ในตำบลหมู่บ้านก็ขยายตลาดออกไป เป็นวิสาหกิจชุมชน ลูกสาวเห็นทางรอดทางเลือก จึงลาออกจาก วิทยาลัยนาฏศิลป์มาช่วยแม่เต็มตัว อยู่กับแม่ ดูแลแม่ กลับมา บ้านของเรา เรามีความสุข



**ผู้เล่า :** ร่างกายก็เจ็บป่วยอยู่ไม่แข็งแรง ทำวิสาหกิจได้หรือ  
**ป้า :** แผลงนะครุริน พอกิจการดีขึ้น มีรายได้เป็นตัวเงิน  
เพิ่มขึ้น เกิดความหวัง ความมั่นใจในอนาคตของลูกสาว โรคภัยไข้เจ็บ  
ที่เป็นอยู่มีอาการดีขึ้นจนหายไปในที่สุด หมอบอกไม่ต้องไปโรงพยาบาล  
อีกแล้ว

**ผู้เล่า**หันไปทางลูกสาว : คิดอย่างไรจึงลาออกจากวิทยาลัย  
ไม่เสียดายอนาคตทางการศึกษาหรือ

**ลูกสาว :** ก็เสียดายอยู่แต่ไม่แรงพอ สงสารแม่ มาอยู่บ้านจะได้  
ดูแลแม่ กลับมาบ้านของเรามีความสุข เพื่อนที่วิทยาลัยยังติดต่อกัน  
อยู่ พูดคุยกันทางออนไลน์บ้าง เขาช่วยประชาสัมพันธ์ปลาเห็ด  
ของเราด้วย

**ผู้เล่า :** คุณอันครับ สิ่งที่น่าทึ่งกับลูกสาวทำอยู่ขณะนี้ตรงกับ  
หลักการโครงการพัฒนาศักยภาพชาวนารายย่อยใหม่

**คุณอัน :** ตรงกับหลักการ ตอบตัวชีวิตสุขภาพของครัวรวมด้าน  
อาหารสุขภาพะ บ่งชี้การลดการใช้พลังงานด้วย แต่ที่สำคัญคือ ชาวนา  
รายย่อยในบริบทใหม่ต้องมีรายได้จึงจะอยู่รอด นับเป็นกรณีตัวอย่าง  
เชิงรูปธรรม

**ผู้เล่า :** ปลาเห็ดเป็นวัฒนธรรมชุมชนด้านอาหาร การยกระดับ  
เป็นวิสาหกิจชุมชนนับเป็นนวัตกรรมอาหารสุขภาพะ สามารถตอบโจทย์  
วิถีชีวิตใหม่ในวิกฤตการณ์โควิด ๑๙ ได้



# ๔๓

## ขายปลา

๑๓๒

**ย**ายหลอย อายุ ๖๗ ปี เป็นรถขายปลาดุกอย่างย่านสามแยก บ้านสาคลีทุ๊กเช้า มีกระตักข้าวร้อนแบ่งขาย พร้อมผักสด พื้นบ้านในกระจัด ยายทำอาชีพนี้เลี้ยงครอบครัวมานานนับสิบปี ครอบครัวไม่มีที่นาทำกิน

พื้นเพยายหลอยเป็นคนบ้านอื่น แต่มาเป็นสะใภ้บ้านสาคลีสามีชื่อตาแกะ มีอาชีพรับจ้างทั่วไป บัดนี้สุขภาพทำอะไรไม่ไหว ยายจึงรับหน้าที่ดูแลครอบครัวแทน

ยายหลอยเข็นรถมาจอดขายข้างร้านค้าของผู้เฒ่า

**ผู้เฒ่า :** ยายครับ ปลาอย่างเหล่านี้เอามาจากไหน มีต่างชนิดต่างขนาด สนนราคากำหนดอย่างไร

**ยาย :** ซื้อมาจากคนหาปลาและผู้เลี้ยงปลาขายในหมู่บ้าน มีปลาดุก ตะเพียน ปลานิล ปลาหมอ และอื่นๆ เท่าที่จะได้มา ตัวเล็ก ๒๐ บาท กลางๆ ๓๐ บาท ตัวใหญ่ ๔๐ บาท พร้อมน้ำจิ้ม



ผู้เล่า : ผักในกระเจาดซื้อเขามาหรือ

ยาย : ไปหาเก็บมาในช่วงบ่ายเย็น ขั้บรดซาเล้งไปตามริมคลอง  
ริมนา มีผักบุ้ง ผักกระเฉด สายบัว กระถิน ตำลึง ขี้เหล็ก ส่วนผักหอม  
นี่ปลูกเอง

ผู้เล่า : ถ่านไม้ที่เอามาอย่างปลา เผาเองหรือซื้อมา

ยาย : ไม่มีเวลามาเผาเอง ก็ซื้อจากร้านค้าทั่วไปนี่แหละ

เขารับมาจากคนเผาถ่านในหมู่บ้าน

ผู้เล่า : สุขภาพเป็นอย่างไรบ้าง ช่วงโควิดจิตวิตขึ้นหรือเปล่า

ยาย : ไม่ได้จิตกับเขาหรอก ก็แข็งแรงดีไม่เป็นอะไร

ผู้เล่า : อ้าว...ทำไมไม่จิต ไม่กลัวหรือ

ยาย : ไม่กลัวโควิด แต่กลัวไม่มีกิน ฉะนั้นเป็นคนหาเข้ากินค่า

ตาแกะไปฉีดมาเข็มหนึ่ง กลับมาอ่อนเปลี้ยเพลียแรงอยู่กับบ้าน

ถ้าฉันฉีดเป็นแบบนี้คนอื่น จะทำใจกัน

ฉันเชื่อว่าไม่เป็นอะไร ทุกวันนี้กินฟ้าทะลายโจร สมุนไพร

เป็นครั้งคราว ออกจากบ้านมาก็สวมแมสก์ เท่านั้นก็พอแล้ว

ผู้เล่าฟังแล้วก็ครุ่นคิด นี่คือวิถีชาวบ้านคนเล็กคนน้อยเปราะบาง  
ปากท้องต้องมาก่อน มองไปทั่วบริเวณสามแยกและย่านร้านค้าข้างๆ

มีรถเข็นอย่างนี้รวมตัวกันอยู่ คนขายส่วนใหญ่เป็นหญิงสูงอายุ

ยายอาจค์ขายแกงถุงขนมถุง ยายต่อขายข้าวเหนียวขี้ผึ้ง

ยายแพรวขายก๋วยเตี๋ยวหมู-ไก่ ยายหมั่งขายขนมหม้อแกง

ยายเหลาขายข้าวต้มมัด ข้าวต้มลูกโยน ยายใจขายห่อหมก

ยายแอ๊ดขายขนมครก ยายมาขายขนมห่อใบตอง

ตามมาขายขนมถ้วย ตาลองขายผักสดอินทรีย์







ตาหม่องเป็นรถเร่ขายของสด

ลูกค้าเป็นผู้ใช้แรงงานทั่วไป ช่างนา นักเรียน และชาวบ้าน  
ในชุมชน พวกเขาเป็นผู้ขับเคลื่อนเศรษฐกิจฐานล่าง วิถีไม่แตกต่าง  
จากยายหลอย อยู่ร่วมกันแบบถ้อยทีถ้อยอาศัย ท่ามกลางการแข่งขัน  
ในระบบเศรษฐกิจทุนนิยม แต่เขาร่วมมือกันให้อยู่ร่วมกันได้ด้วยดี

นอกจากเงินช่วยเหลือผู้สูงอายุ ๖๐๐-๘๐๐ บาทแล้ว เขาไม่เคย  
เรียกร้องอะไร ท่ามกลางวิกฤตโควิด ๑๙ เขาก็ช่วยเหลือกันด้วยน้ำใจ  
ช่วงเวลาข้าวยากหามาแพง น้ำมันขึ้นราคา เขาก็ยังขายราคาปกติ  
รัฐบาลจะช่วยเหลือเยียวยาหรือไม่ก็ไม่อนาทรร้อนใจ





ฐานระบบเศรษฐกิจไทย ฐานชีวิตวัฒนธรรมไทย ฐานสุขภาพ  
ชุมชน อยู่ที่รถเข็นนี้ด้วย ระบบความสัมพันธ์ระหว่าง “บ้านกับเมือง”  
จะสมดุลหรือไม่ ควรมาลองที่นี้ “ทิศทางหมู่บ้านไทย” คำตอบอยู่ที่นี้



**ปี** ๒๕๖๒ บริษัทเนสท์เล่ (ไทย) จำกัด นำทีมงานไปที่บ้าน  
 สาคลี สนับสนุนให้ชุมชนฟื้นคืนชีวิตคลองขนมจิน โดยมอบให้  
 โรงเรียนสาครีวิทยาเป็นแม่บ้าน เป็นหน่วยจัดงานแบบมีส่วนร่วมของ  
 องค์กรในพื้นที่ชุมชน

ครั้งนั้นโรงเรียนสาครีวิทยาได้เชิญผู้นำชุมชน อบต. กำนัน  
 ผู้ใหญ่บ้าน อสม. ครู นักเรียน และผู้ที่มีสนใจ ประมาณ ๖๐ คน  
 มาปรึกษาหารือกันในห้องประชุม และเชิญผู้เล่าเป็นผู้ดำเนินการ

**ผู้เล่า :** เป็นเรื่องน่ายินดีที่มีโครงการนี้เกิดขึ้นในชุมชน ขอเรียน  
 ถามว่า บริษัทเนสท์เล่ฯ คิดอย่างไรจึงสนับสนุนโครงการนี้

**หัวหน้าทีม :** ทางบริษัทฯ มองว่า อัญชยาเป็นเมืองแห่งแม่น้ำ  
 ลำคลองจนกล่าวขวัญกันว่าเป็นเวนิสตะวันออก อนึ่งแม่น้ำลำคลอง  
 เป็นสายเลือดที่หล่อเลี้ยงชีวิตชุมชน เป็นฐานของระบบนิเวศ ตอบโจทย์



ภาวะโลกร้อนของการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิโลก ในฐานะที่บริษัทฯ  
ทำงานธุรกิจเพื่อสังคม อยากเห็นสิ่งดีๆ เกิดขึ้นในแผ่นดิน จึงเข้ามา  
ส่งเสริมสนับสนุนชุมชน ร่วมมือกันฟื้นคืนคลองขนมัจฉินให้มีชีวิต  
มีความสะอาด มีความปลอดภัยสำหรับผู้คนริมสองฝั่งคลอง

**ผู้เล่า :** ทางบริษัทฯ ใช้คำว่า “ฟื้นคืนคลอง” หมายความว่า  
“คลองมันฟูอยู่” ผู้นำชุมชนมองอย่างไร ถ้าเป็นเช่นนั้นจริง  
สภาพเดิมคลองนั้นเป็นอย่างไร อะไรทำให้ฟูบแพลงไป

**กำนัน :** เป็นเช่นนั้นจริงครับ เดิมสภาพคลองสวยเป็นธรรมชาติ  
น้ำใสสะอาดเป็นน้ำดื่มน้ำใช้ได้ เป็นเส้นทางสัญจร ตั้งแต่ชุมชนทำนา  
เคมีใช้สารพิษ ชาวบ้านทิ้งลากล่องหันหน้าสู่ถนน เปลี่ยนไปใช้ชีวิต  
แบบเมือง ทั้งขยะลากล่อง บ้านริมฝั่งคลองก็ขยายพื้นที่ลงไปคลอง  
ผักตบชวาเต็มคลอง ดังที่เห็นอยู่

**ผู้เล่า :** ถ้าเราจะฟื้นคืนลากล่องให้มีชีวิต มีความเป็นไปได้ไหม  
จะทำอย่างไร

**นายกั่ง พันธุ์เพ็ง :** มีความเป็นไปได้ครับ ใช้แนวคิดจัดการ  
ตนเอง ประเด็นฟื้นฟูชีวิตลากล่องต้องมีคณะทำงานซึ่งมีองค์กรประกอบ  
จากองคาพยพในชุมชน ทำแผนชุมชน และมีการปฏิบัติตามแผนแบบ  
มีส่วนร่วม

การตัดสินใจว่าจะทำอย่างไร ทำอะไร มีอะไรเป็นเป้าหมาย  
คำตอบอยู่ที่ชุมชน คือคณะทำงานที่กล่าวถึง ฝ่ายส่งเสริมสนับสนุน  
มีแล้วคือบริษัทเนสท์เล่ฯ แต่แม่งานคือใครยังไม่ชัดเจน

**ผอ. โรงเรียน :** ทางบริษัทฯ มอบหมายให้โรงเรียนเป็นแม่งาน  
แต่แผนการดำเนินงานยังขาดความชัดเจน เราอยากเห็น อบต. เข้ามา  
เป็นแม่งานร่วม



นายก อบต. สามตุ่ม : ยินดีครับ ก็ต้องปรึกษากันว่าภายใต้ข้อจำกัดของ อบต. เราพอจะช่วยอะไรได้บ้าง

ผู้เล่า : ครูและนักเรียนคิดอย่างไรกับโครงการนี้

ครู : โดยสาระการเรียนรู้ เรามีหลักสูตรท้องถิ่นอยู่ ถ้ามีแผนงานนี้เกิดขึ้น เราก็จะนำมาทำเป็นหลักสูตรเรียนรู้แบบบูรณาการให้นักเรียนทำโครงการในประเด็นที่กลุ่มตนเองสนใจ

นักเรียน : เราอยากเห็นคลองขนมจันมีชีวิตตามที่บริษัทเนสท์เล่ฯ เสนอ พวกเราอยากเรียนรู้ล้าคลองที่พื้นดินเป็นอย่างไร ก็ยินดีจะเข้าร่วมพัฒนาคลองขนมจันด้วย

ผู้เล่า : บัดนี้ทุกภาคส่วนรู้ที่มาที่ไปของโครงการฟื้นคืนชีวิตล้าคลองขนมจันตรงกันแล้ว เรื่องแรกคงต้องดำเนินการตามที่คุณเก่งพันธุ์เพ็ง เสนอ

โรงเรียนสาครวิทยายเป็นเจ้าภาพ แล้วเชิญทุกภาคส่วนมาทำแผนดำเนินงานแบบมีส่วนร่วม คือ ร่วมคิด ร่วมทำแผน ร่วมปฏิบัติกรตามแผน ร่วมรับผลงานที่เกิดขึ้น

ขอเสริมประเด็นซึ่งเป็นสาระสำคัญดังต่อไปนี้

๑. ชุมชนคลองขนมจันเป็นชุมชนชานนาเก่าแก่มาแต่อดีต มีประวัติศาสตร์ตั้งแต่ถิ่นฐานบ้านเรือน และมีชีวิตวัฒนธรรมเฉพาะตนเป็นตัวตนจิตวิญญาณสะท้อนความจริง ความดีงาม ความสุข มีคุณค่าและความหมาย

๒. ปี ๒๕๐๐ ปฏิวัติเขียว ปี ๒๕๓๐ โรงงานอุตสาหกรรมเข้ามาตั้งในชุมชน ชีวิตของผู้คนในล้าคลองเปลี่ยนไป ละทิ้งล้าคลอง ละทิ้งชุมชน หลงลืมรากเหง้าของตน หลุดลอยไปตามกระแส ทิ้งคุณค่าไปหามูลค่า



๓. คลองขนมเงินคือพระแม่คงคา หล่อเลี้ยงชีวิตชุมชน  
สองฝั่งคลอง การฟื้นฟูบูรณการแห่งวัฒนธรรมและความเป็นมา  
ทางประวัติศาสตร์ คือการฟื้นคืนคุณภาพชีวิตอันเป็นฐานชีวิตสุขภาวะ  
ทางปัญญา ให้อยู่ร่วมกันด้วยดีท่ามกลางกระแสพลิกผันด้านเศรษฐกิจ  
ด้านการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิโลก และโรคระบาดใหม่ๆ ได้อย่างยั่งยืน



**ปี** ๒๕๕๙ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยาจัดงาน “วันอาหารพื้นบ้านกรุงเก่า” ที่ศูนย์ศึกษาประวัติศาสตร์อยุธยา โดยขอความร่วมมือจากศิษย์เก่าและภาคประชาสังคมให้จัดอาหาร มาออกร้าน

มีอาหารหลากหลายมาแสดงเต็มพื้นที่ ทั้งอาหารไทย จีน คริสต์ อิสลาม และอื่นๆ ผู้เล่านำพริกกะเกลือและขนมจีนน้ำยาไป ร่วมงานด้วย มีผู้มาเที่ยวชมงานคับคั่ง

ในงานมีการแสดงศิลปะ ดนตรีไทย ดนตรีสากลจากกองทัพบก บรรเลงเพลงพระราชนิพนธ์ของพ่อหลวง ร. ๙ ดังกระหึ่มตลอดงาน บรรยาการคล้ายงานวัด “ยิ้มสยาม” จึงปรากฏไปทั่วงาน

ร้านของผู้เล่าเขาจัดให้อยู่ท้ายแถว มีลูกเสื่อสามคนอยู่ตรงนั้น หน้าโต๊ะอาหารทั้งสองโต๊ะเขียนอักษรตัวโตว่า





“พริกกะเกลือ” อาหารกรุงเก่า มีแร่ธาตุครบถ้วน มีสรรพคุณ  
ทำให้ฟันงาม ตาคม ผสมสวย ผิวเนียน ร่าจ่มส่วน สุขภาพแข็งแรง  
กินกับข้าวสวยร้อนๆ พร้อมผักสด

ส่วนประกอบมีถั่วป่น งาดำคั่ว อัตราส่วน ๒ : ๑ เครื่องปรุง  
มีพริก เกลือ น้ำตาล ตามความชอบ เป็นอาหารเช้า สัปดาห์ละ  
๑-๒ มื้อ

“ขนมจินน้ำยา” อาหารยอดนิยมคู่บ้านคู่เมืองกรุงเก่า  
บำรุงสมอง มีสมรรถนะการเรียนรู้สูง เข้าใจเรื่องยากและซับซ้อนได้ดี  
เรียนเก่ง น้ำยาทำจากปลาช่อนนา กินกับเหมือดสมุนไพโร

เมื่อได้เวลาอาหาร ผู้เล่าออกไปประชาสัมพันธ์ให้สอดคล้องกับ  
กลุ่มเป้าหมายที่เดินผ่านมา หนุ่มสาวเน้นความงามของหน้าตา  
ร่างกาย นักเรียนมุ่งเน้นความฉลาดเรียนฉลาดรู้ แรงงานมุ่งเน้น  
การรบศัตรूसู้ไม่ถอย





“อยุธยาธานีศรีสยาม เมืองงามธรรมชาติช่วยสนอง บริบูรณ์  
ลุ่มน้ำและลำคลอง ทำวอู่ทองทรงสร้างให้ชาวไทย

“กรุงศรีอยุธยาธานีไทย ถึงเคยแตกแยกไปก็ไม่สิ้นคนดี  
เรารบศัตรูต่อสู้ไฟรี เราจะกู้เกียรติศรีอยุธยาไว้เอย

“ลองชิมดูครับ อาหารทั้งสองชนิดนี้เป็นอาหารยึดโยงกับ  
วัฒนธรรมและความเป็นมาทางประวัติศาสตร์ เป็นอาหารสุขภาพ  
องค์รวมสี่ด้าน กาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา

“ศัตรูยุคใหม่บริบทใหม่ของกรุงเทพฯคือโรคภัยไข้เจ็บ มีโรค  
ระบาดใหม่เกิดขึ้นทุกปี ถ้ากินอาหารพริกกะเกลือ ขนมหินน้ำยา  
จะสร้างเสริมภูมิคุ้มกัน สุขภาพดี โรคภัยไข้เจ็บน้อย”

๑๘๖

จากการสื่อสารประชาสัมพันธ์ของผู้เล่า ปรากฏว่าอาหาร  
หมดเกลี้ยงก่อนร้านอื่น มีผู้มาติดต่อให้ไปออกร้านในงานของเขา  
โดยยินดีออกค่าใช้จ่ายให้ แต่ทีมงานเราแจ้งว่าทำเพื่อ Health  
Promotion Food เท่านั้น

จากการออกร้านอาหารพื้นบ้านครั้งนี้ ทีมงานของเราพบว่า  
การสื่อสารประชาสัมพันธ์ให้ตรงกับความสนใจของกลุ่มเป้าหมาย  
เป็นเครื่องมือสำคัญ

การโยงกับมิติทางวัฒนธรรมและความเป็นมาทางด้าน  
ประวัติศาสตร์ของอาหาร เป็นการจุดประกายทางความคิด เป็น  
แรงกระตุ้นให้เกิดแรงบันดาลใจ ส่งผลลัพธ์เชิงพฤติกรรมสุขภาพ  
และคุณภาพชีวิตในสถานการณ์วิกฤตรอบด้าน



## อย่าทิ้งข้าว

**ปี** การศึกษา ๒๕๖๒ โรงเรียนรุ่งอรุณ ย่านบางมด กรุงเทพฯ  
นำนักเรียนชั้น ม. ๒ จำนวน ๔๕ คน ไปเรียนรู้วิถีชีวิตชาวนา  
กรุงเทพฯที่ตำบลบ้านหลวง อำเภอสนา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา  
ระยะเวลา ๕ วัน โดยมีครู ๕ คน เป็นพี่เลี้ยงดูแล

ครูแบ่งนักเรียน แยกชายหญิง เป็นกลุ่ม กลุ่มละสี่ถึงห้าคน  
กระจายตัวไปพักอยู่กับชาวนารายย่อย ทำอาหารกินเองจากวัตถุดิบ  
ในชุมชน โดยมีแม่บ้านแต่ละบ้านเป็นครูสอน

เมื่อครบกำหนดวันสุดท้าย ครูนำนักเรียนมาสรุปบทเรียนที่  
วัดमारวิชัย เชิญผู้นำชุมชน พ่อบ้าน แม่บ้าน ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับ  
มาเสริมเติมเต็ม และเชิญผู้เล่ามาเป็นพิธีกร ให้นักเรียนพูดคุยซักถาม

**นักเรียน :** พื้นที่ที่เรามาเรียนรู้ชื่อตำบลบ้านหลวง หมายถึง  
อะไรครับ





**กำนัน :** “บ้านหลวง” มีความหมายสองอย่าง คือ หมายถึงหมู่บ้านใหญ่ ส่วนอีกความหมายหนึ่งคือ ในตำบลมินาที่เป็นทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์อยู่ ๕๐๐ กว่าไร่ จึงเรียก “บ้านหลวง” ซึ่งหมายถึงหมู่บ้านที่มีนาของในหลวง

**นักเรียน :** ก่อนมาพวกเราทราบว่าชาวนาคือผู้ทำนาปลูกข้าว แต่มาอยู่แล้วพบว่า ทุกบ้านปลูกพืชหลายอย่าง เลี้ยงปลา เบ็ด ไก่ด้วย แบบนี้คืออย่างไรคะ

**ผู้ใหญ่บ้าน :** ในอดีตเป็นอย่างที่นักเรียนเข้าใจ แต่ปัจจุบันต้องปลูกพืชหลายอย่าง รวมทั้งเลี้ยงปลา เบ็ด ไก่ด้วย เพราะชาวนาต้องปรับตัว ถ้าทำแบบเดิมจะไม่พออยู่พอกิน นอกจากนี้ยังมีการรวมตัวกันนำผลผลิตไปขายในโรงงานรองเท้าแพนด้วย

**นักเรียน :** เริ่มเปลี่ยนมาตั้งแต่เมื่อไร เปลี่ยนแล้วชีวิตชาวนาดีขึ้นไหมครับ

**ชาวนา :** เปลี่ยนมาตั้งแต่ปี ๒๕๓๐ ช่วงนั้นโรงงานอุตสาหกรรมเข้ามาตั้งเผชิญหน้าหมู่บ้านหลายโรงงาน ส่งผลกระทบกับชีวิตความเป็นอยู่ของชาวนาในชุมชน จึงต้องปรับตัวทำไร่นาสวนผสม เป็นเกษตรกรรมเพื่ออยู่เพื่อกินเพื่อขายด้วย เป็นการลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ จึงจะอยู่รอด

**นักเรียน :** การลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ ชาวนาถึงจะอยู่รอดหมายความว่าอย่างไรครับ

**ลุงสนอง :** แต่ก่อนมีรายได้จากการขายข้าวเปลือกเท่านั้น ก็อยู่ได้ ปัจจุบันอยู่ไม่ได้ เพราะรายจ่ายทั้งครัวเรือนมากขึ้น การทำเกษตรกรรมหลายอย่างทำให้เราซื้อน้อยลง เพราะมีของกินของใช้อยู่ในนา แล้วเราก็นำที่เหลือกินเหลือใช้ออกไปขายเพิ่มรายได้ ลุงเอง



ทำโรงสีข้าวขนาดเล็ก กีดทรายจ่ายคร้วเรือน เพิ่มรายได้ได้ด้วย

**นักเรียน :** ชาวบ้านให้ความรักความเมตตาแก่เราทุกคน ซึ่ง  
กรุงเทพฯ ไม่ค่อยมี ทำไมจึงเป็นอย่างนั้นคะ

**แม่บ้าน :** เพราะชาวบ้านอยู่ร่วมกันเป็นชุมชน จึงมี “น้ำใจ”  
แต่ชีวิตในเมืองอยู่เป็นส่วนบุคคลและสัมพันธ์กันด้วย “น้ำเงิน”  
จึงไม่มีชีวิตเชิงวัฒนธรรม

**นักเรียน :** วัฒนธรรมคืออะไรคะ

**ครูจากโรงเรียนจรัสวิทยาคาร :** คือวิถีชีวิตร่วมกันของคนในตำบล  
เช่น การทำนาเหมือนกัน เลี้ยงปลา เปิด ไร่ เป็นอาหารร่วมกัน และ  
มีแบบแผนการดำรงชีวิตคล้ายกัน เป็นวัฒนธรรมชุมชนที่ยึดโยงกับคน  
กับธรรมชาติแวดล้อม และคติธรรมความเชื่อ ประเพณี พิธีกรรม เป็น  
ระบบความสัมพันธ์ที่เรียกว่า “มีความเป็นชุมชนหมู่บ้าน”

**นักเรียน :** อสม. สอนให้เรากินผักปลอดสารพิษ กินอาหาร  
พื้นบ้าน กินผลไม้ตามฤดูกาล ว่าเป็นอาหารและยา ทำให้สุขภาพดี  
แข็งแรง แต่อาหารสำเร็จรูปจากอุตสาหกรรมจะทำลายสุขภาพมากกว่า  
เสริมสร้างสุขภาพ ทำไมถึงเป็นอย่างนั้น

**ผู้เล่า :** ถูกต้องตามที่ อสม. สอน อาหารพื้นบ้านไร้สารพิษ  
ประกอบด้วยผักอินทรีย์และสมุนไพร มีแร่ธาตุบำรุงร่างกายครบถ้วน  
ทำให้สุขภาพดี แข็งแรง เช่น แกงส้มดอกแค น้ำพริกผักปลาอย่าง  
ข้าวต้มมัด กลัวยน้ำว่า ผลไม้พื้นบ้าน มีแร่ธาตุครบห้าหมู่ แต่อาหาร  
สำเร็จรูปเป็นอาหารปนเปื้อนจากสารกันบูด ยิ่งถ้าหมดอายุด้วยจะ  
ทำลายสุขภาพ

อาหารสดพื้นบ้านทำให้สุขภาพกายดี สุขภาพทางจิตใจดี  
สุขภาพทางสังคมดี สุขภาพทางปัญญาดี เป็นสุขภาพองค์รวมที่



สร้างเสริมให้สุขภาพดี ไม่เจ็บป่วยง่าย นักเรียนควรเรียนรู้ให้ทะลุ  
จะเปลี่ยนพฤติกรรมกรกินอาหารได้

**นักเรียน :** พ่อบ้านแม่บ้านที่เราไปพักอาศัย สอนให้เราทำ  
กิจกรรมต่างๆ ด้วยการทำให้ดู แล้วให้เราทำตามจนเราทำได้ทำเป็น  
เช่น การทำนา ปลูกพืชผัก หรือทำอาหาร แต่ในโรงเรียน ครูสอนให้  
เรารู้วิชาแต่ไม่ค่อยได้ฝึกทำ อย่างนี้ต่างกันอย่างไรคะ

**ผู้เล่า :** ต่างกันที่ครูในโรงเรียนสอนให้รู้วิชา แต่ครูที่หมู่บ้านสอน  
ให้รู้ชีวิตจริง การสอนในโรงเรียนได้ “ความรู้” การสอนที่หมู่บ้านได้  
“ปัญญา” จึงมีการพูดกันว่า ถ้าอยากได้ปัญญาให้เข้ามหาวิทยาลัย  
แต่ถ้าอยากได้ปัญญาต้องเข้าชุมชน

ไหน...ในกลุ่มผู้นำชุมชน มีใครจะพูดอะไรไหม

**สำอาง เกตุรมย์ อสม. :** นักเรียนที่รักทั้งหลาย ป้ามีส่วนสอนเธอ  
และนั่งฟังมาตลอด รู้ว่าเธอเป็นคนฉลาด ถ้าเรียนจบได้ดีแล้ว “อย่าลืม  
ชานานะลูก”



# เล่าท้ายเรื่อง



**จ**ากประสบการณ์การทำงานด้านสุขภาพในภาคสนามของผู้เล่าพบว่า **สุขภาพคือทั้งหมดของชีวิต สังคม และสรรพสิ่ง ซึ่งล้วนสัมพันธ์เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม ประคองข้ายเื้อของแมงมุม** เมื่อเกิดอะไรขึ้นส่วนไหนก็จะกระทบถึงกันทั้งข่าย

ความเหลื่อมล้ำต่ำสูงทางสังคมคือต้นตอของระบบสังคม โครงสร้างเชิงอำนาจระหว่างบ้านกับเมืองซึ่งมีมาช้านานก่อให้เกิดทุกขภาวะในวงกว้าง คนในภาคเมืองข้างบนไม่เข้าใจคนในภาคบ้านข้างล่าง ไปคิดให้เขา ไปทำให้เขา ไม่มีทางสำเร็จ

ผู้เล่าทำงานโดยใช้กุศโลบาย “กระตุ้นความคิด ปลูกจิตสำนึก” ด้านวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ชุมชนเป็นตัวตั้ง แล้วตามด้วยเนื้อหาสาระทางวิชาการ เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ แรงบันดาลใจทางตัวตนและจิตวิญญาณของมนุษย์ จะเกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงนโยบายทางสังคม



การสร้างการตระหนักรู้ว่าเขาเป็นเจ้าของสุขภาพ คือคุณ  
สำคัญของการเปลี่ยนแปลง

ท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง  
และเทคโนโลยีที่รวดเร็วและซับซ้อน บ้านเมืองอยู่ในความมืดบอด  
ไร้ทางออก และภายใต้ข้อจำกัดการทำงานของ สสส. ผู้เล่าขอเสนอว่า

**ในระยะสั้น** การทำงานเฉพาะหน้าควรปรับกลยุทธ์ให้ทันการ  
ทันเกม “มองนอกปรับใน” โดยจัดตั้งคณะทำงานเฉพาะกิจขนาดเล็ก  
ในสำนักนโยบายและแผนงาน ลงไปทำงานเองแบบจรรยาภิวัตน์ในระดับ  
พื้นที่และกลุ่มเป้าหมาย เพื่อนำข้อมูลความรู้เชิงประจักษ์มาเป็นปัจจัย  
ปรับพันธกิจ ตอบโจทย์สุขภาพคนไทยเชิงนโยบายสาธารณะ

**ระยะยาว มองสู่นาคต** สสส. ควรปรับตนเองเป็นองค์กรกลาง  
ของบ้านเมือง เป็น THO คือ Thai Health Organization เป็น  
คำตอบด้านสุขภาพให้แก่ส่วนต่างๆ ของสังคม ส่วนภาครัฐ-ราชการ  
ภาควิชาการ ภาคท้องถิ่น ภาคธุรกิจเอกชน ภาคประชาสังคม และอื่นๆ  
ร่วมสร้างสังคมสุขภาพ

ยึดหลักการ “Together We Can”

ผู้เล่าเสนอวิถีคิดทำงานของ สสส. ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่เป็น  
วิชาการ แต่เกิดจากประสบการณ์การทำงานในภาคสนามเชิงประจักษ์  
ถ้าไม่ถูกรื้อเรื่องไม่เป็นประเด็น โปรดอภัย





# “ลุงริน”

## สุรินทร์ กิจนิตย์ชีว์

### ครูของแม่คุณ

ลุงรินเกิดและเติบโตมาในชุมชนสาคลี อำเภอสมนา ย่านอยู่ข้างอู่ น้ำของอยุธยา ในครอบครัวที่มีวัฒนธรรมหลากหลาย

วัยเด็กเรียนระดับประถมที่โรงเรียนวัดमारวิชัย ระดับมัธยมที่โรงเรียนเสนาประสิทธิ์โรงเรียนประจำอำเภอ ช่วงวัยเยาว์ครอบครัวมีชะตาชีวิตพลิกผัน ส่งผลให้ลุงรินต้องดิ้นรนต่อสู้ชีวิตช่วยแม่ค้าขายหารายได้ พออายุ ๑๕-๑๖ ปี เรียนอยู่ชั้นมัธยม ก็ไปเป็นคนงานแบกข้าวในโรงสีที่พ่อของลุงเคยเป็นเจ้าของ

๑๘๐

หลังจบมัธยม ๖ ขณะอายุ ๑๘ ปี ลุงรินได้สมัครเป็นครูโรงเรียนเอกชนละแวกบ้าน โดยช่วงเย็นทำงานเป็นเสมียนที่โรงสีไปด้วย และหลงใหลของโรงสีนี้เองที่เป็นผู้ให้ข้อคิดเตือนสติว่า หากจะทำได้ก็ให้มุ่งมั่นจริงจัง และต้องมีคุณธรรมจริยธรรม ทั้งยังแนะนำให้หัดมองสิ่งต่างๆ อย่างคิดวิเคราะห์ ซึ่งส่งผลให้ลุงรินมีมุมมองต่างจากคนทั่วไป

ต่อมาลุงรินสอบวิชาชุดครูมูล และได้เลื่อนวิทยฐานะ จึงย้ายมาสอนที่โรงเรียนรัฐบาลเมื่ออายุ ๒๑ ปี แล้วอีก ๓ ปีถัดมา ลุงรินก็ได้เป็นครูใหญ่ของโรงเรียนสาคลีวิทยา ผู้สร้างการเรียนรู้ กอบกู้ชุมชน

ช่วงหนึ่งขณะเป็นครูใหญ่และแต่งงานมีครอบครัวแล้ว ลุงรินติดอบายมุขหลายชนิด แต่ด้วยพลังแห่งความดี กอปรกับได้สัมผัสธรรมะ



จากพระอาจารย์หลายท่านเป็นเครื่องนำทาง ก็สามารถละเลิกได้ แม้จะใช้เวลาหลายปี

หลังถอยห่างจากอบายมุขสำเร็จ ลุงรินได้มองเห็นสภาพความเป็นจริงของชุมชนและโรงเรียนมากขึ้น จึงริเริ่มสร้างการศึกษาทางเลือกให้แก่เด็กนักเรียน ด้วยการเรียนรู้จากสิ่งรอบตัวในชุมชน โดยให้ครูผู้สอนปูพื้นฐานด้านอาชีพต่างๆ ที่นักเรียนแต่ละคนสนใจ จากนั้นก็ให้เด็กออกฝึกงานในชุมชน ในสถานประกอบการ เป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง ให้พวกเขาได้เรียนรู้และพัฒนาสิ่งที่ตนถนัด เพื่อให้พึ่งตนเองได้บนพื้นฐานของคุณธรรม และสอดคล้องกับสภาพชุมชนที่เปลี่ยนแปลงไป

เมื่อภาคอุตสาหกรรมเริ่มรุกเข้าสู่ภาคเกษตรกรรมของชุมชนสาครลี ลุงรินก็จัดตั้งกลุ่มออมทรัพย์ขึ้น เพื่อเป็นแหล่งเงินทุนสร้างอาชีพสำหรับคนในชุมชน ทั้งริเริ่มการเกษตรแบบผสมผสาน ทดลองทำไร่นาสวนผสมในพื้นที่โรงเรียน แล้วขยายความคิดนี้สู่สมาชิกเพื่อความอยู่รอดร่วมกันของชุมชน

โรงเรียนสาครลีวิทยาได้รับเลือกให้เป็นโรงเรียนพระราชทานจัดการศึกษาดีเด่นในเชิงคุณภาพ โรงเรียนจัดกิจกรรมการเกษตรดีเด่น ฯลฯ

และในปี ๒๕๓๙ ลุงรินก็ได้รับการคัดเลือกจากมูลนิธิโกมลคีมทองให้เป็น “ครูของแผ่นดิน” ปี ๒๕๔๓ มหาวิทยาลัยบูรพาได้มอบปริญญาการศึกษาคุณวุฒิบัณฑิตกิตติมศักดิ์ ในฐานะที่ลุงรินเป็นผู้ทำประโยชน์ด้านการศึกษาแก่สังคม

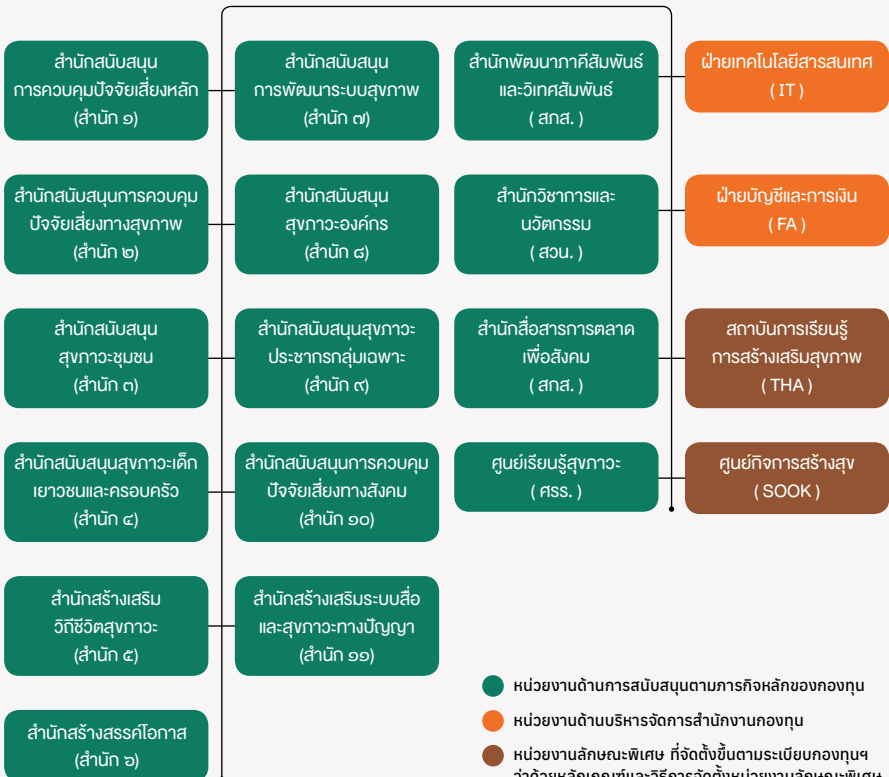
ปัจจุบันลุงรินอายุ ๘๖ ปี ยังคงเป็นผู้ทรงคุณวุฒิและคณะกรรมการกำกับทิศทางแผนระบบสื่อและวิถีสุขภาวะทางปัญญา (สำนัก ๑๑) ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



## สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

สสส. จัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๔๔ มีหน้าที่หลักในการสนับสนุนขบวนการสร้างเสริมสุขภาพในประเทศไทย ทำงานสนับสนุนและร่วมมือกับหน่วยงานและภาคีเครือข่ายต่างๆ ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม มหาวิทยาลัย และชุมชนท้องถิ่น ผ่านยุทธศาสตร์ไตรพลัง ที่ประกอบด้วยพลังปัญญา พลังสังคม และพลังนโยบาย ทำงานสอดประสานร่วมกันขับเคลื่อนขบวนการสร้างเสริมสุขภาพ ให้ทุกคนในสังคมไทยมีสุขภาพดีครบทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ กาย จิต ปัญญา และสังคม

### ส่วนงานด้านการสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ







เรื่องเล่าในเล่มนี้ทั้งหมดเกิดจากแรงบันดาลใจ “๒๐ ปี สสส.”  
จึงบันทึกเป็นความทรงจำจากประสบการณ์ตรงหน้างาน  
ว่าครั้งหนึ่งในชีวิตเคยร่วมงานสำคัญกับ สสส.  
ขับเคลื่อนงานสุขภาพคนไทยให้กับบ้านเมือง  
ทั้งเชิงประเด็น พื้นที่ องค์กร และกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ  
ให้ความสำคัญกับชีวิตชาวบ้าน เด็ก เยาวชน คนเล็กคนน้อย  
ซึ่งเป็นคนหม่อมมากในสังคม เขาเป็นคนฐานล่าง  
ซึ่งเป็นฝ่ายถูกกระทำให้เกิดทุกขภาวะ จะพูดจาสื่อสารกับเขาอย่างไรดี  
ให้เข้าใจ เข้าถึง และเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ  
การเล่าเป็นการสื่อความหมายแบบบ้านๆ อาจตื้นเขิน  
ไม่ครอบคลุมเชิงลึกทางวิชาการ ผู้รู้โปรดอภัย



มอบความสุขทุกครั้งด้วยหัวใจ



**สสส**  
สำนักงานกองทุนสนับสนุน  
การสร้างเสริมสุขภาพ  
สนับสนุน สสส. สร้างเสริมสุขภาพ สันติสุข

