



8 เส้นทางสู่ความสุข

เสกโรคซึมเศร้าให้เป็นรอยยิ้มด้วยกิจกรรมมนตร์อาสา

เรื่องโดย โสมนัส สุจริตกุล

25 ก.ค. 2019

เพราะเริ่มไม่มีความสุขกับการใช้ชีวิต ทิพย์ชยพล ปาริณาพัฒน์นรีหรือ คุณเน จึงรวมกลุ่มทำงานจิตอาสา เหมือนที่เคยทำกิจกรรม สมัยเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในช่วงแรกยังไม่ได้มุ่งเน้นกิจกรรมใดเป็นพิเศษ จะเปลี่ยนไปเรื่อยๆ จนกระทั่งมีโอกาสเข้ารับการอบรมที่จัดโดยธนาคารจิตอาสา

“ตอนนั้นผมเป็นโรคซึมเศร้าเนื่องจากครอบครัวมีปัญหา ผมรู้สึกว่าชีวิตเริ่มดีขึ้นหลังจากได้ไปทำกิจกรรมจิตอาสา เพราะทำให้รู้สึกว่าเราเริ่มมีคุณค่าเพิ่มขึ้น รู้สึกว่าจิตอาสาช่วยชีวิตเราได้ เลยตั้งกลุ่มมนตร์อาสาขึ้นมาเพราะรู้สึกว่าการทำงานอาสาเป็นเหมือนเวทมนตร์ที่ช่วยบำบัดคนที่ เป็นซึมเศร้าหรือคนที่มีภาวะความเครียดในสังคมปัจจุบันให้มีความสุขมากขึ้นได้เพราะไม่ได้คิดหมกมุ่นแต่เรื่องของตัวเอง”



กิจกรรมล้างกรงเสือ

เท่ากับว่า มนตร์อาสาช่วยได้ทั้งผู้ให้และผู้รับ

แนวทางหลักของมนตร์อาสา เราอยากทำกิจกรรมเพื่อช่วยเหลือคนอื่นส่วนหนึ่ง แต่อีกส่วนหนึ่งคือช่วยเหลือเหยี่ยวาคนที่มาทำกิจกรรมด้วย เพื่อให้เขารู้สึกว่า ตัวเขามีความสุข มีคุณค่ากับการที่จะใช้ชีวิต กับการเจอกับปัญหาในสังคม หลายคนมีปัญหาเครียด หรือซึมเศร้า แต่ไม่รู้ตัว และไม่กล้าพูดออกมา ทางกลุ่มจึงมีอีกกิจกรรมในชื่อ - หินน้อยค่อยเจรจา “เราเชื่อว่าทุกคนมีปัญหาอย่างน้อยอยู่แล้ว แต่แค่ว่าเขาแสดงตัวหรือเปล่านั้นมากกว่า คือไม่จำเป็นต้องเป็นซึมเศร้า แต่แค่มีภาวะความเครียด ซึ่งทุกคนต้องมีแน่นอน หลังจากทำกิจกรรมเสร็จทั้งหมด เราจะมาทำกิจกรรมหินน้อยค่อยเจรจา”

“เราจะมีหินอยู่ 1 ก้อนใน 1 วง 1 วงก็จะมีประมาณ 5 - 6 คน แล้วก็คนที่จะมีสิทธิ์พูดในวงก็คือคนที่ถือหินอยู่เท่านั้น ถ้าสมมติว่าเพื่อนพูดอะไรแล้วเรารู้สึกว่าเราสงสัยหรืออยากถาม ไม่มีสิทธิ์ที่จะถาม ก็ต้องรอให้หินกลับมาอยู่ในมือเรา เมื่อมีคนวางหินไว้ข้างหน้าแล้วเราถึงจะหยิบหินขึ้นมาได้”



อาสาสมัครช่วยกันทำความสะอาดรอบๆ กรงหมี

เป็นการฟังอย่างมีระบบมากขึ้น ตั้งใจฟังเพื่อนมากขึ้น โดยผมจะแชร์เรื่องตัวเองก่อน ว่าตัวเองเจออะไรอย่างไรมาบ้าง ทำให้ถึงมาทำกิจกรรมตรงนี้ แล้วก็ชวนทุกคนทำกิจกรรมหินน้อยค่อยเจรจาด้วยกัน อย่างรุ่นสองเนี่ย จะมีคนที่แบบมีปัญหาแล้วกล้าที่จะระบายออกมาเยอะมาก บางคนเพิ่งผ่านการฆ่าตัวตายมา แล้วก็โชคดีที่ครอบครัวมาเจอแล้วก็ส่งโรงพยาบาลทัน พอออกจากโรงพยาบาลได้ก็เลยตัดสินใจว่าอยากลองมาทำกิจกรรมอาสาสักครั้งหนึ่ง แล้วก็มาล้างกรงเสียเป็นครั้งแรก

ช่วงเริ่มต้น มนตร์อาสายังทำกิจกรรมทั่วไป จนกระทั่งได้พบหน่วยงานที่ต้องการความช่วยเหลือ “เป็นหน่วยงานพวกสุนัขเพาะเลี้ยงสัตว์ป่าหรือว่าศูนย์ช่วยเหลือสัตว์ป่า สัตว์พวกที่เขาดูแลก็จะเป็นพวกเสีย พวกหมี่ที่ดูดุร้าย แต่พอเราไปเห็นปุ๊บแล้วพบว่าสถานที่แบบนี้ไม่ค่อยมีคนไปช่วย บวกกับหน่วยงานเขาค่อนข้างจะมีข้อจำกัดหลายอย่าง เราก็เลยเลือกลองไปติดต่อดูว่า เราจะสามารถมาช่วยเหลือเขาได้ไหม”

“กิจกรรมเด่น ๆ ของมนตร์อาสา เริ่มต้นจากไปล้างกรงเสีย ตอนแรกก็ไม่รู้จะเป็นยังไง แต่ก็อยากลองทำดู หลายคนสนใจอยากเข้าร่วม แต่ยังไม่กล้าๆ กลัวๆ ที่ก็จะเข้าไปใกล้สัตว์ป่า ถ้าเป็นผู้ปกครองสมัครมา เขาก็จะถามก่อนว่า เสือมันอันตรายขนาดไหน ซึ่งสัตว์ที่นี้จะต่างจากสวนสัตว์ค่อนข้างมาก

“สัตว์ที่นี่คือสัตว์ป่าที่เราเห็นในคดีต่าง ๆ เวลาที่คนถูกจับ สัตว์พวกนี้จะต้องอยู่ในฐานะของกลางซึ่งต้องรอคดีสิ้นสุด ไม่สามารถปล่อยเข้าไปได้ กว่าคดีจะสิ้นสุดคือใช้เวลาอย่างน้อย 6 - 7 ปี ซึ่งตอนนั้น ตัวสัตว์ก็จะไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อจะเข้าไปใช้ชีวิตในป่าได้เหมือนเดิม โอกาสน้อยมากที่จะกลับไปสู่ป่า สัตว์พวกนี้ก็ต้องอยู่ในที่คุมขังตลอดเวลาจนกว่าจะสิ้นชีวิตไป ซึ่งมีสัตว์อย่างนี้เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ อย่างที่นครนายกที่เราไปช่วยอยู่ประจำ มีอยู่ประมาณหลายร้อยตัว เป็นเสียประมาณ 14 ตัว”

การเข้าไปใกล้ชิดกับเสือต้องมีกฎกติกา “เวลาที่เรเข้าไปช่วยค่อนข้างจะใกล้ชิดกับสัตว์มาก ๆ คือในหนึ่งกรงจะมีแบ่งเป็นกรงเล็ก อีกกรงหนึ่ง เวลาเราเข้าไปล้างกรง จะให้เสือเข้าไปอยู่ในกรงเล็ก แล้วเราเข้าไปในกรงใหญ่เพื่อทำความสะอาด จะมีกติกา อย่างเช่น เวลาทำความสะอาดจะต้องจ้องหน้าเสือเอาไว้ ห้ามหันหลัง เพราะถ้าเราเข้าไปใกล้มากเกินไปแล้วเราหันหลังให้เขา เขามีโอกาสจะล้วงมือ หรือล้วงเล็บออกมาได้”



“ถ้าเกิดทำตามกติกาที่เราวางไว้ก็จะเซฟทุกอย่าง เพราะก็จะมีเจ้าหน้าที่คอยดูแล ระบบการลือค เสือตัวไหนที่เปิดกรงเองได้ก็จะมีระบบลือคอยู่แล้ว”

สัตว์ป่าจะมีมาใหม่เพิ่มขึ้นมาเรื่อยๆ อย่างสิ้นเดือนนี้จะไปล้างกรงหมีเป็นหมีหมากับหมีควาย เป็นเหมือนอาณาจักรหมี เป็นทั้งของกลาง และแบบที่ลักลอบเลี้ยงอยู่ พอมีกฎหมายออกมาชัดเจนเขาก็ไม่รู้จะเอาไปอยู่ไหน ก็เลยเอามาส่งให้ทางการดูแล มีตัวหนึ่งชื่อ แอร์พอร์ต จับได้ที่สนามบินสุวรรณภูมิ เพราะมีคนพยายามลักลอบเอาออกนอกประเทศด้วยการใส่กระเป๋าดูแล

ผลตอบรับกิจกรรมใกล้ชิดสัตว์ป่าจริงๆ แบบเสือคำรามใส่เราตลอดเวลาได้รับความสนใจมากในครั้งแรก หลังจากนั้นจึงเกิดกิจกรรมต่อเนื่องตามมาจนถึงปัจจุบัน

“พอเราเห็นว่ามันค่อนข้างสำเร็จแล้ว ในเรื่องของกระแสการตอบรับกับกิจกรรมประเภทนี้ เราก็เลยตั้งใจว่าอย่างนั้นมนตรีอาสาจะยึดกับการทำกิจกรรมแนวสัตว์ป่าเป็นหลัก หลายๆ คนที่เคยพอรู้มาบ้างแต่พอมาเห็นหน้างานก็จะเข้าใจมากขึ้นว่าแบบสัตว์ป่ามันคืออะไร ก็ค่อนข้างประทับใจกลับไป ถือได้ว่าเป็นความสำเร็จของกลุ่มมนตรีอาสา”

“เราไม่รู้หรือว่าเขาได้อะไรกลับไปบ้าง แต่แค่คนที่แสดงตัวออกมาว่าเขาเห็นว่าพื้นที่ที่เราสร้างขึ้นมามันปลอดภัย เขาเรียนรู้กับมันแล้วเขาก็ดีขึ้นได้ แค่นั้นเราก็แฮปปี้มาก ๆ แล้ว”

ขอบคุณภาพจากกลุ่มมนตรีอาสา มา ณ ที่นี้ด้วยค่ะ