

ଜିମ୍ମା ବଜ୍ରାଲୁ

ନମ୍

643

ଅକ୍ଷୟ ବଜ୍ର

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961132164

พลอากาศเอก ตรีวิทย์ ตรีวิทย์
มอบให้ห้องสมุดรัฐสภา

วันที่ 20/10/37.

เลขทะเบียน 0580

เลขหมู่ ๑๗
จ 368 ๗.

2514

สมบัติห้องสมุดรัฐสภา

อำนวยการ

ในงานพระราชทานเพลิงศพ

นางสาวจิตนา สักลไทย

ณ วัดประมูรวงศาจากสารวิหาร

วันเสาร์ที่ ๑๘ ธันวาคม ๒๕๑๔



นางสาว รัตนา สุกส์ไทย

ชวตศ ๑๔ มีนาคม ๒๔๘๘
มรณะ ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๔

หนุณา

หนุณา (รัตนา สกลุไทย) เป็นบุตรีนายทองดี และนางอัจฉรา สกลุไทย เกิดเมื่อวันที่ ๑๔ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๘๘ ที่บ้านพักชั่วคราว ระหว่างชลบภัยสงคราม ริมคลองมหาสวัสดิ์ จังหวัดนครปฐม มีพี่น้องร่วมบิดามารดา รวม ๗ คน คือ

๑. นายพิชัย สกลุไทย
๒. นางสาวภัทรา สกลุไทย
๓. นางสาวอุษา สกลุไทย
๔. นางสาวรัตนา สกลุไทย
๕. นางสาวพาณี สกลุไทย
๖. นายอภิรัตน์ สกลุไทย
๗. เด็กหญิงอุทิศ สกลุไทย

การศึกษาชั้นต้นเริ่มที่โรงเรียนราชินี ตั้งแต่ชั้นประถมปีที่ ๑ จนสำเร็จประโยคเตรียมอุดมศึกษา แผนกอักษรศาสตร์ เนื่องจากหนุณา มีความสนใจในวิชาวรรณคดีและภาษา จึงเข้าศึกษาต่อในคณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับพระราชทานปริญญาอักษรศาสตร์บัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับสอง) เมื่อวันที่ ๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๐๙ และได้รับการบรรจุเข้าเป็นอาจารย์ประจำคณะอักษรศาสตร์ แผนกวิชาภาษาอังกฤษ เมื่อวันที่ ๑ กันยายน ของปีเดียวกัน มีหน้าที่สอนนิสิตคณะอักษรศาสตร์ คณะครุศาสตร์ คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ หนุณารักการสอนมาก เป็นห่วงและเอาใจใส่ลูกศิษย์ทุกคน และเคยอุทิศเวลาไปสอนเป็นครั้งคราวที่มหาวิทยาลัยศิลปากร

เนื่องจากเป็นคนช่างคิด เจ้าอุคมคติ และรังกานนิสระ หนุณาลา
 ออกจากการสอนที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยเมื่อวันที่ ๓๑ กรกฎาคม พ.ศ.
 ๒๕๑๓ หลังจากได้อยู่มาร่วม ๕ ปี ด้วยความหวังว่าจะได้ทำสิ่งที่ตัวเอง
 อยากทำและเป็นประโยชน์อย่างแท้จริงแก่สังคม ก่อนจะไปสอนภาษาไทย
 ให้พวกหน่วยสันติภาพอเมริกัน หนุณาเดินทางไปสวนโมกข์ เพื่อไปฟัง
 ท่านพุทธทาส ฯ บรรยายธรรมะ และได้เดินทางต่อไปยังโรงเรียนเหมือง
 ห้วยในเขา ตำบลบ้านส้อง กิ่งอำเภอเวียงสระ จังหวัดสุราษฎร์ธานี
 อยู่ช่วยสอนหนังสือที่นั่น จนกระทั่งได้รับจดหมายจากทางบ้าน ขอร้องให้
 เดินทางกลับด้วยเกรงว่าจะได้รับอันตรายจากผู้ก่อการร้ายในบริเวณนั้น คืน
 วันพฤหัสบดีที่ ๑๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๔ หนุณาโทรศัพท์ทางไกลมา
 บ้าน ขออนุญาตอยู่ต่อเพียงเพื่อจัดการธุระบางอย่างให้เรียบร้อย สัญญา
 กับคุณแม่ว่าจะกลับภายใน ๑ อาทิตย์ แต่เมื่อเวลานั้นมาถึง หนุณากลับ
 มาจริง แต่ก็เพียงแต่ร่างที่ปราศจากวิญญาณ หนุณาจากเราไปอย่างไม่มี
 ใครคาดคิด เป็นการจากอย่างไม่มีวันกลับ อย่างเดียวตาย ไม่มีแม้แต่
 พ่อ แม่ หรือพี่ น้อง ได้เห็นใจ เมื่อวันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๔
 อายุเพียงจะย่าง ๒๖ ปีเท่านั้นเอง จดหมายฉบับสุดท้ายของหนุณา ลงวันที่
 ๒๑ กุมภาพันธ์ ก่อนสิ้นชีวิตเพียงวันเดียว มาถึงบ้านวันเดียวกับที่เราได้
 หนุณากลับมาพอดี

ป้า แม่ พี่ และน้องทุกคน จะสวมนต์ตั้งจิตอธิษฐาน ขอ
 อำนาจคุณพระรัตนตรัย และบุญกุศลที่หนุณาได้ทำไว้ ช่วยคลบนันดาลให้
 หนุณาได้ประสพสุขอันแท้จริงในสัมปรายภพ เทอญ

Peace, my heart, let the time for the parting be sweet.

Let it not be a death but completeness.

Let love melt into memory and pain into songs.

Let the flight through the sky end in the folding of the wings over
the nest.

Let the last touch of your hands be gentle like the flower of the night.

Stand still, O Beautiful End, for a moment, and say your last words
in silence.

I bow to you and hold up my lamp to light you on your way.

R. Tagor

จดหมายฉบับหนึ่งถึงบ้าน

โรงเรียนเหมืองหัวหินเขา บ้านด้อง สุราษฎร์
วันศุกร์ (กุมภาพันธ์ ๒๕๑๔)

คุณป้าละ

หนูได้รับจดหมายคุณแม่แล้วแต่วันเอง เพื่อนเอามาให้ ดีใจจนกระโดด เพราะบ่นอยู่ทุกวันว่าจะได้รับจดหมายกับโทรเลขหรือเปล่าก็ไม่ทราบ กลัวว่าจะเป็นห่วงเท่านั้น อยู่ทางนี้หนาวมาก หนาวกว่าเชียงรายเสียอีกค่ะ กลางคืนใส่เสื้อหนาๆ ทุกตัว ผ้าห่มอีก ๒ ชั้นครึ่ง ของหนูครึ่งชั้นไงคะ คุณแม่คงจำได้ แดมถุงพลาสติกใบใหญ่รวมหัวรวบทางอีกชั้น พลิกตัวที่เพื่อนตื่นกันหมด ลงนั่งแล้วไม่ค่อยลุกเพราะลุกไม่ไหว และลุกแล้วก็ไม่ยกนั่งเพราะผ้ามันหนาจนงอขาเกือบไม่ได้ ชาวบ้านว่าไม่เคยหนาวอย่างนี้เลย

หนูตัดหนังสือพิมพ์ไว้ให้คุณป้าบางเรื่อง เกี่ยวกับหนูจะหาคุณก่อน เรื่องนายระบิล นายอำเภอที่ฉวาง เป็นเรื่องขึ้นหน้าแรกทุกวัน ลงยาวๆ และเขียนเชียร์นายระบิล ชาวบ้านก็สนใจกันมาก เด็กเล็กๆ เอาเพลงเชียร์ระบิลมาร้องกันเล่น ขึ้นต้นว่า “ระบิล ระบิล ชื่อนี้ดังก้อง พวกเขารำร้องให้ท่านกลับมา เพื่อขวัญใจประชา ได้ช่วยกันพัฒนา ทะละล้า ถิ่นไทย-เทศ(?) ถิ่น . . . ฉวาง เมื่อระบิลแยกทางพวกเราไป ชิม ชิม ชิม ชิม ชิม”

แถบนี้เป็นป่าอย่างท่งนั้น เด็กๆ มาโรงเรียนมักมีรอยบวมสั๊กเท่าเหรียญบาทอยู่หลังกหูหน้าแล้ว เด็กบอกว่าโดนเห็บกัด เห็บนี้มีมากตามป่าอย่าง มันลอยมาตามลม ตัวขนาดเท่ามอดสีดำ คนเข้าไปเก็บยาง (ทางนี้เขาเรียกว่าเก็บขี้ว เก็บยาง ฯลฯ เป็นต้องโดนเห็บกัดเป็นประจำ บางที่

มันเข้าจมูก เข้าหู และมักชอบกัดตามเนื้ออ่อน ๆ ถ้ามันเข้าหู (บางทีหลาย ๆ ตัว) จะปวดมาก ต้องค่อย ๆ เอาปากคีบ ๆ ออก เต็กบอกว่า “หนูร้องเลย” (ร้อง=ร้องไห้ หัว=หัวเราะ) แล้วจะมามวมเอานอกหู ตรงกหูอย่างที่ว่า หนูฟังกิติศัพท์แล้วกลัวมาก นึกถึงประสบการณ์ที่ผ่านมา (คุณแม่ห้ามยิ้ม) ที่ร้าย คือมันกัดแล้วเกาะแน่นมาก และเราจะไม่รู้สึกรู้สีกตัว บางทีติดอยู่หลาย ๆ วันยังไม่รู้ หนูจะผ่านสวนยางที่ต้องรีบเอาผ้าโพกหัวปิดหูไว้ก่อน ยังนึกดีใจว่าไม่โดนซักที ที่ไหนได้เมื่อวานขึ้นอาบน้ำ หลังจากไม่ได้อาบน้ำวันหนึ่ง เพราะไปถูระดับมาหนาว ไม่อยากอาบน้ำ (ที่มีอากาศเปลี่ยนไว หัวค่ำไม่หนาว หลังสองยามจะหนาวขึ้นทุกที จนราวตี ๓ รุ่งสว่างหนาวที่สุด พอฟ้าสว่างก็หาย กลางวันร้อนอ้าว) หนูอาบน้ำสองวันครบหลายหนแล้ว วันนั้นพอดูสบู่เห็นจุดแดง ๆ เท่าหัวไม้ขีดไฟที่ซอกขา นึกรู้ทันทีว่าต้องเป็นเจ้านั้น โดยไม่ต้องมีการแนะนำตัวมาก่อน ตั้งอยู่ตั้งนานกว่าจะซักกะเยื่อเอาออกมาได้ ทั้ง ๆ ที่ตัวมันเท่ามดละเอียดเท่ามัน มีเนื้อตัวเราเองติดปากออกมาด้วยคำหนึ่ง เลือดออกนิดหน่อย กัดคันและก่อนเห็นไม่รู้สึกรู้สึอะไรเลยแม้แต่นิดเดียว แต่คันแล้วปวดหนึบ ๆ จน ๓ วันนั้นแล้วยังไม่หาย แต่คืออย่างที่เจย ๆ ไม่รู้สึก ต้องจับจึงจะรู้สึก เพื่อนบอกว่าคงเป็นเพราะไม่แพ้ ไม้งั้นคงนอนครางไปตามประสาคนใจเสาะ ยังมีเห็บอีกอย่าง น่าสยดสยองยิ่งกว่าไ้เห็บนี้ (เรียกเห็บเขือ) เขาเรียกเห็บแรด ตัวโตขนาดหัวแม่มือย้อม ๆ กัดหมูหนึ่งต่อหนึ่ง หมูตาย กัดเด็กอ่อนก็เสร็จเหมือนกัน พิชคงพอ ๆ กับตะขาบเหมือนกัน คิดว่าคงไ้ตัวสาละงับไ้แรดนี้เข้าสัปดาห์ แล้วจะรายงานมาให้ทราบนะคะ แล้วยังมีเห็บลม ฯลฯ อีกหลายอย่าง

ยางเวลานีราคาตกกรุดๆ ลงทุกวัน สองวันก่อนราคาก็โลดสีแปด
 (๔ บาท ๘๐) ขยับ (ยางเสีย ยางสกปรก ใช้ทำเชื้อไฟ) ก็โลดสีสิบห้า
 ชาวบ้านไม่ยอมขายกัน ยางพาราจะได้น้ำยางน้อย หน้าฝน หน้าฝน ยาง
 มากกว่าหน้าร้อน แต่ถ้าลมจืดอย่างตอนนั้น ยางก็น้อยเหมือนกัน ยางพารา
 นี้จะต้องปลุกทิ้งไว้ประมาณหกปีจึงจะเก็บยาง คือกรีดได้ ระยะ ๒ ปีแรก
 พอใช้ที่คืนได้ต้นยางได้บ้าง ส่วนมากทำไร่ข้าว (คือข้าวพันธ์ข้าวไร่ ต้อง
 การน้ำน้อย ไม่ต้องมีน้ำหล่อเลย วิธีปลุกไม่ต้องมีแปลงเพาะข้าวกล้ายาง
 ข้าวนา บางแห่งใช้หว่านเอา ถ้าทำเป็นสิบๆ ไร่ ถ้าที่นาไม่มากนักพอ
 ทำไหว ก็ใช้วิธี "หน้า" (คือดำ) เอาโดยใช้ไม้แทงดินเป็นรู แล้วหย่อน
 ข้าวเปลือก ๓-๔-๕ เม็ดลงไปในรู แล้วบีบดินปิดรูเสีย วิธีนี้เหมาะสำหรับ
 ที่กันดารน้ำ หนูเห็นที่หัวหินก็ทำข้าวไร่กันมากเหมือนกัน คืออยู่อย่างคือ
 มันปลุกได้และเพาะไปหมด ไม่ว่าจะในป่าหรือที่ริมคลองคลองเล็กๆ น้อยๆ
 ไม่ต้องเตรียมดินพิถีพิถันอย่างข้าวนา ทั้งนี้เพราะไม่ต้องการน้ำขัง ก็เลย
 ไม่ต้องมีคันนาคอยกักน้ำ เลยปลุกได้ทุกที่ที่ว่าง แต่ผลก็เร็วกว่าข้าวนา
 ไปตามธรรมดา เพราะข้าวนาจะได้คักกล้าที่ไม่แข็งแรงออกอีกที่ตอนจะย้าย
 กล้าไปดำในนา*) ทางนี้ส่วนมากปลุกข้าวพอกินกันเอง มีขายบ้างก็แต่ที่
 เหลือกิน เมื่อจะกินเขานวดข้าว คือเหยียบรวงข้าวด้วยตีนลุ่มๆ เสียก่อน
 จนเม็ดข้าวหลุดจากรวงหมด (ทำพอกินเป็นวันๆ ไป เก็บไว้เป็นรวงดีกว่า
 เป็นเม็ดๆ เพราะเวลาหนูกินไม่เสียหายมากเท่า) แล้วเอาไปสี คือใช้เครื่อง
 สีแลตุคล้ายๆ ไม่ใหญ่ๆ วิธีการก็เหมือนกันกับไม่ ตัวเครื่องสีชาวทำด้วย
 ไม้ไผ่สาน ฉาบด้วยขี้ควาย สีเพื่อให้เปลือกบอบ (เม็ดข้าวจะไม่หัก) แล้ว
 ยังต้องเอาไปใส่ครกไม้ใหญ่ๆ ชุตจากไม้ทั้งต้น ทำอีกทีหนึ่งจึงเสร็จพิธี

* ตอนนีเขียนให้เด็กอ่านค่ะ เดี่ยวจะว่าสอนจรเจ้าให้ช่วยน้ำ

อากาศแห้งมากระหว่างนี้ มีไฟฟ้าไหม้รอบๆ โรงเรียนเสมอ ส่วนมากไหม้กลางคืน บางคืน ๓-๔ แห่ง บางทีไหม้ลามใหญ่โตน่ากลัวมาก แต่ไม่มีใครเห็นแปลก เพราะชินเสียแล้ว มีบ่อยๆ ที่สวนยางที่อุคส์สำคัญเพาะปลูกดูแลไว้ ๔-๕ ปี แต่ยังไม่แก่พอที่จะ “ตัด” ยางโคนไฟเผาเสียหมดสวนเลย เจ้าของต้องทำมาหากินทางอื่นควบไปคั้ว ส่วนมากทำไร่ข้าว เพราะพื้นดินในสวนยางรุ่มเกินไป (ไต่ต้นยาง) ปลูกอะไรไม่ได้เลย ต้องมีที่อีกแปลงพอเลี้ยงตัวไปกว่าจะตัดได้ เพราะฉะนั้นพอไฟไหม้ก็เลยเสร็จไปตามๆ กัน แล้วไหม้กันเป็นประจำเสียด้วย เพราะยางเป็นเชื้อไฟได้ดี

อีกอย่างที่เขาทำกันมากทางนี้คือ “เฮาะ” (หรือเงาะ ตัว “ง” ในหลายคำเขาออกเสียง “ฮ”) ส่วนมากเป็นเงาะโรงเรียน ราวเดือนมีนาก็ได้กินแล้ว ที่นี้เป็นถิ่นของเงาะโรงเรียนโดยเฉพาะ มีแปลกอีกอย่างคือทางนี้เขาเรียกลูกฝรั่งว่า จมบู “ชมพู”) ส่วนชมพูเรียกฝรั่ง พริกเรียกคิปตี พริกในภาษาบักซ์ใต้หมายถึงพริกไทย ซึ่งเขากินทั้งเปลือก มองดูไม่น่ากินเหมือนเม็ดมะละกอ (เรียกลอกอ) เทียวๆ ลางสาต ทุเรียน ก็มีมาก

ไปตามทางเดินมักจะพบหลุมใหญ่ๆ คูเหมือนหมาขุด ปรากฏว่าเขาขุดบังบัง ตุ่นบัง จังหรือคบัง (คั่วกิน) คนทางนั้นนับถือครูมาก ไปบ้านไหนเขาจะเรียกกินข้าวกินของแถมกล้วย (ไม่ต้องห่วงหนูแล้วนะคะ คุณแม่) อ้อย มัน ฯลฯ แยกมาส่งอีก บางบ้านลงทุนฆ่าไก่เลี้ยง ทั้งๆ ที่เป็นวันพระ รสมือเขาคือคั้วด้วย กินแล้วคิดถึงคุณแม่มาก ผู้คนมีน้ำใจพูดตรง ไม่ค่อยมีจริต ยกเว้นเด็กสาวๆ บางคนติดหนังไทยไปบ้าง เรื่องนิสัยใจคอคนที่นั่นหลังจะเล่าให้ฟังอีก ถ้าชยันและนึกสนุก เพราะมันสนุกจริงๆ

อ้อ คุณแม่คะ หนูมาอยู่ที่นี่ได้ช่วยเขาต่อข้าวต้มผัดจนทำได้แล้ว วัน
 ละมาก ๆ ด้วย คุณแม่คงไม่เชื่อ กลับบ้านอาจช่วยคุณแม่ทำบ้างก็ได้คะ
 วันหลังจะสอนเขาต่อข้าวต้มน้ำวันด้วย เพราะเขาไม่เคยเห็น ที่นี้เขาทำ
 ขนมจีนกินกันเองทุกวัน ขนมจีนเหนียวหนับอร่อยจริง ๆ กินกับน้ำยาเป็น
 พืช แกล้มกับใบมันอ่อน ๆ มันสำปะหลังนะค่ะ เอามาคองน้ำส้มน้ำตาล
 ใส่กระเทียมบูนิดหน่อย คองกินเดียว อร่อย ๆ จริง ๆ หนูชอบกิน เพราะ
 มาอยู่ที่นี่ไม่ค่อยมีผักกิน ถ้าไม่สั่งเขาทำ (กินปิ่นโต ซึ่เกี้ยวทำ) หรือเข้า
 ตลาด ซึ่งต้องเดินไป ถ้าไปตามทางรถไฟ ไปกลับ ๒ ชั่วโมง นับเฉพาะ
 เวลาเดิน (อย่างเร็ว) ที่โรงเรียนให้เด็กทำแปลงทดลองถั่ว ผักบุงจิ้น ฯลฯ
 แล้วให้การโรงลงกล้วย (รับผัดขอบคุณแลรคนน้ำกันคนละแปลง) เห็ดฟาง
 สัปรด (ยานัก) แดงโม ฯลฯ ไว้อีกเยอะ อีกไม่กี่เดือนหรือบางอย่างไม่
 ถึงเดือนคงได้กินผล

ชาวบ้านที่นี่ไม่ค่อยตั้งตระเทือนเรื่องผู้ก่อการร้ายกันเท่าไร เปรียบ
 ได้กับตัวหนูก่อนมากก็คิดว่าคงมีอะไรตึงเครียด หวาด ๆ กันบ้าง อย่าง
 น้อยก็คาดไว้มากกว่าที่มารู้มาเห็นเอาเองจริง ๆ ในระยะ ๖-๗ วันที่มา แต่
 ที่ชาวบ้านไม่พูดคุยกันเรื่องนี้ เราจะทักทักเอาว่าเขาไม่กลัวไม่สนใจไม่ได้
 เพราะที่จริงแล้วเขาไม่ไว้ใจใครมากกว่า อ่าว่าแต่เราเลย พวกเขาตนเอง
 เขาก็ไม่ไว้ใจ

อ้อ จิว พี่ได้รับจดหมายจิวหลายวันแล้ว ชอบใจมาก ดีใจมากด้วย
 คนที่เอาจดหมายมาให้เขาเอาจดหมายให้เพื่อนพี่ดูโดยบังเอิญกลางตลาด
 แล้วบอกว่าไม่รู้ของใคร พี่เลยฉวยเอามาเลย คิดอยู่พักกว่าของใคร จำลาย
 มือไม่ได้เพราะสวยชั้น และเรียบร้อยชั้นเยอะเขียนวิธึเล่น (หมุหยอดน้ำมัน

ซีม่าส่งเมือง ฯลฯ) ได้ละเอียดมาก ทำไมบอกด้วยว่าเครื่องปรุงคือเด็ก ๆ
 ที่คน เห็นบอกแต่วิธีทำเหมือนตำราภบข้าวครุมาลี พี่สนุกสบายดีมาก
 ไม่ต้องห่วงกำลังจะลงไปปัตตานี อาจกลับช้ากว่ากำหนด (ของคุณแม่)
 จิวสอนเด็ก ๆ ที่นี้แล้วคิดถึงจิวมาก

ตาคุณป้าเป็นอย่างไบบ้างคะ แล้วตกลงจะทำไหม หนูคิดว่าควรทำ
 มากกว่าปล่อยให้ พี่ซาได้งานอะไรคะ มีเรื่องจะเล่าให้ฟังเยอะแยะ แต่ยัง
 ขี้เกียจเขียน เอาไว้แค่นี้ก่อนก็แล้วกันนะคะ

รักมาก

ทนนนา

ป.ล. คิดถึงคุณป้ามาก ยังพูดกับเพื่อนแทบทุกคืน คิดว่ากลับไปจะพยายามเป็น
 ลูกที่ดีของคุณป้า

จดหมายสุดท้ายของหนูนุ

วันสิบลา

วันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๔

(ยังไม่ทราบวันที่ แต่เขียนไว้ก่อน กลัวลืม
เฉยจะว่าเอาเอง)

คุณแม่และคุณพ่อที่รัก

หนูได้รับจดหมายของคุณแม่ที่เจ้าหน้าที่ครู รร. เหมือง ฯ แล้วค่ะ
เมื่อเย็นวาน อ้อ ไปรษณียบัตรคุณป้ากับจิวมาตกค้างอยู่ที่เหมืองหลายวัน
วานนี้หนูลงมาบ้านสอง จะกลับกรุงเทพ ฯ หลังจากวันพระที่จะถึงนี้ ๑ วัน
(หนึ่ง) เพื่อนที่เหมืองเอาไปรษณียบัตรคุณป้ามาให้ ก่อนเอามา เขามา
กินข้าวแล้วนั่งคุยกัน แล้วนึกขึ้นได้ บอกว่าเขาเก็บไว้แล้วเอามาอ่าน
ทุกวัน ยอชมมาก อ่านแล้วดีใจมาก แล้วจะเอามาอ่านให้ฟัง เสร็จแล้ว
ก็ไปเอามาจะอ่านให้ฟังจริง ๆ แต่หนูอ่านเสียเอง เขาชี้ให้ดูว่าตอนที่
ชอบมากที่สุดคือ ตอนที่ถามว่า ชำป้อจหรือยัง เพราะแม่เขาก็ชอบใช้
คำนี้ ยิ่งหนูพูดให้ฟังว่า ทุกประโยคของคุณป้ามีความหมายอย่างไร ทุกๆ
คำก็ว่าได้ เช่น แม้กระทั่งจะพูดว่า (จำไม่ได้หมด) “ถ้าพอแล้วก็คง*
จะกลับบ้านได้เสียที” ก็ยังเลือกใช้คำแสดงความรู้สึกได้ดี ที่จริงออกมา
จากบ้านอย่างนี้ก็คืออยู่อย่าง คือ จับพลัดจับผลูได้ตำแหน่งลูกรักไปกิน
เหนาะๆ นี่เป็นครั้งแรกที่คุณป้าเขียนถึงหนูนะคะ ส่วนคุณแม่เนี่ยไม่แน่ใจ
ไม่นับจดหมายสั่งให้แม่เลื่อนเอาหนูเข้าตู้เย็น หรือหนึ่งข้าวเหนียวนะคะ

* ตอนแรกหนูเขียนจากความจำ ไม่ได้คิดว่าจะจำได้ เพราะไม่ได้ใส่ใจจำเท่าไร
แต่ไปเช็คดูเมื่อกี้ ตรงกันทุกคำเลย แสดงว่าสนใจ แต่ไม่รู้ตัว หนูว่าคุณป้ากับคุณแม่จะ
ต่างกันที่คำว่า “คง” นี้เอง

คุณแม่ไม่ต้องเป็นห่วงเรื่องจดหมายหรือธนาณัติอะไรเลยค่ะ เพราะก่อนหนูออกจากไฮยาหนูนึกขึ้นได้ เลยลองเดินไปไปรษณีย์ ขอให้เขาส่งอะไรก็ตามที่มีมาถึงหนูที่ไฮยาไปที่บ้านส่งให้ อันนี้หนูก็เสี่ยงถามไปยั้งนั่นเอง เพราะเห็นฝรั่งมันมีบริการ forward (ขอโทษค่ะ) หนังสือให้ ไม่ทราบว่าจะของเราเขาจะทำให้หรือเปล่า เขาก็ดีจริง ๆ หนูเขียน forward address ไว้ให้แล้วรับปากว่าจะส่งไปให้ที่โรงเรียน โดยไม่คิดค่าธรรมเนียมอะไรเพิ่มเลย เพราะฉะนั้น ไม่ต้องห่วงเรื่องเงินนะคะ หนูจะอยู่โรงเรียนจนกว่าเงินจะมาถึงนะคะ มาถึงแล้วยังต้องไปเบิกนาสารอีก เพราะที่นั่นเบิกไม่ได้ หนูขอให้ส่งจ่ายนาสาร เพราะกะไว้ว่าเงินจะมาหมดที่นี้ (บ้านส่ง)

หนูบอกคุณแม่ทางโทรศัพท์ (วันนั้นโทรตึกไปเพราะตอนหัวค่ำคนโทรกันตึงเลยค่ะ ไม่ว่างเลย หนูเลยไปกินก๋วยเตี๋ยวผัด แล้วก็ชมตลาดเสียก่อน ซื้เต้าหู้ได้ ๒-๓ กระปุก ก่อนหน้าซื้ที่บ้านส่งไว้แล้ว ซื้เต้าเจี้ยวด้วย ของจีนแดงทั้งนั้นค่ะ ที่สุราษฎร์นี่ถูกกว่าบาทสองบาท ของจีนแดงขายกันน้อยยังเปิดเผยมก ขยายเฉพาะของจีนแดงล้วน ๆ) หนูบอกว่ายัยมีกิจกรรมจะต้องทำทางบ้านส่งอีกหลายอย่าง ขอขยายความว่า เช่น (๑) ค้นคว้าเรื่องเพลงช้าน้อง (กลุ่มลูก) ซึ่งที่นี้มีมาก และกลอนชาวบ้านซึ่ง ม.ม. และ น.พ.ม. เหมือนกัน (๒) หักसानสาธิตและกระบุง ใช้ใบเตยหนาม กำล้งรอใบเตยอยู่ เพราะข้างแรมเขาไม่ตัดใบกัน มันจะตาย จะหักก็บ้ายายช้อน เมียพ่อลุงพัน (พ่อลุง แปลว่าปู่หรือตา ตอนแรกหนูไม่รู้ เชื่อไปตามเขาว่า ผัวเป็นลุง ทำไมเมียเป็นยาย แต่ก็เชื่อเสียหนเดียวจะได้รู้ ถ้าไม่ยอมเชื่อก็ไม่รู้ พ่อลุง คือพ่อของลุงตรงๆ)

เขียนถึงเมื่อกี้ก็มีตาแฉะคนหนึ่ง เอาแดงมาให้ลูกหนึ่ง (แดงโมที่
 นี้เขาเรียกแดงจีน) คุยกันเดียว ไปเรียกเด็กเอาหามา เอามาให้อีกใบ
 หนึ่ง แฉะหอบไปขายที่เหมือง (เหมืองนี้เป็นเหมืองพลวงที่ใหญ่และถลุง
 ได้บริสุทธิ์เป็นที่ ๓ ของโลก) เวลานั้นของกินเต็มไปหมดทั้งบ้าน วันก่อน
 หนูไปคุชชาวบ้านที่เป็นหัดบ่นยาให้เขาไป (ตั้งแต่มาหนูไม่ได้หอบเลย
 โดนขี้ฝุ่นผ้าห่มตงเยอะยังไม่เป็นเลยคะ ทั้ง ๆ ที่น่าจะเป็นเพราะหนาวจัด
 โดยเฉพาะตอนใกล้รุ่ง ๔-๕ ชั่วโมง เพราะที่นี้ใกล้เขามาก ที่สุราษฎร์
 กลับร้อน) ชาวบ้านให้ของกิน คือ พวกผลไม้มาบนตะไท แล้วทุกคน
 ก็บ่นกันทุกวันว่าเสียดายหนูไม่มาหน้าเงาะ มีทุเรียน ลังสาด มะมุด
 (อร่อยกว่ามะม่วง) ฯลฯ หลายคนบอกว่าชอบบ้านเลขที่ที่จะส่งมาให้ที่บ้าน
 สงสัยถ้ามาหน้าเงาะคงท้องร่วงตายอยู่ลานบ้านใครสักคน อยู่ที่นี่ถ้าเราไม่
 แส้ใช้เงินเองแล้ว จะไม่ต้องควักอัฐีเท่าไร วันก่อนหนูเข้าตลาด ใช้เงิน
 เงาะ ๆ ะ ๆ ไปหมด มันไม่ได้ฝึกฝนซ้ำของเหมือนตอนเปิดโรงถลุงเงิน
 อยู่กรุงเทพ ฯ เวลานั้นหนูกินข้าววันละ ๒ มื้อบ้าง มื้อเดียวบ้าง นาน ๆ
 คือเวลาไปกินข้าวบ้านใคร จึงจะกินมื้อเย็นเสียที แต่ปรกติไม่กินเลย
 ทุกที่ถ้ากินเลี้ยงก็กินบ้านพ่อลุงพัน โนห์ราพันคนอายุแปดสิบปีคะคุณแม่
 เวลานั้นรักใคร่กันมาก แฉะยกโนบิ้นด้ายที่แกทำให้น้อง (คือเมีย คนที่
 เขาเรียกกันว่าน้องมาก อย่างหนูไปไหนใคร ๆ จะเรียกน้อง หรือไม่ก็นุ้ย
 คล้าย ๆ กับหนูของภาคกลาง บางคนที่นี่หน้าตาเหมือนขุนโจรแปดร้อย
 ยอด ก็ยังเรียกกันว่า น้องเวิญ น้องเทียบ ฯลฯ มาตอนแรกฟังแล้วจก
 กระจ๊ะ รู้สึกเหมือนดัดจริต แต่เดี๋ยวรู้สึกน่าเอ็นดูดี) แกทำเครื่องมือใช้
 กันเองทั้งสองคน เป็นช่างมีฝีมือทั้งคู่ แม้แต่ที่ใส่ช้อน กระโหลกหนึ่ง

ข้าวเหนียว (ทำแบบหวดดินเผา แต่ใช้กระโหลกมะพร้าวขั้มน สวยดี) กระจ่าตักแกง ฯลฯ แก่ทำใช้เองหมด สวยดีเสียด้วย เสื้อสาธ กระจับจตุกร้า ยุง ฉาง เข้าที่ไปเสียทั้งนั้น ไนอันนี้ของแก (มี ๒ อัน อีกอันไม่สวยเท่า แต่ก็ยังสวยกว่าของทั้งหมดที่เคยเห็นมา แก่ทำให้เด็ก) อันนี้จะให้แกทำให้ยายซ้อนใช้เอง จึงสวยมีสง่าราศรี แต่หว่ายมันขาดไปบางแห่ง แก่เลยจะซ่อมให้ใหม่ นี่เป็นกิจกรรมอันที่ ๓ คือ หนูจะรอเอามา กท. และจะหัดปั่นด้ายด้วย ของดีอีก ๒ อย่างที่ได้มาแล้วคือกรงนท้อเก่าแก่ เขาใช้ก่อนก ลุงเถื่อนแกชอบใจครูที่โรงเรียน คุยกันไปคุยกันมา (วันแรกที่หนูมาถึงบ้านสองเมื่อเดือนก่อน) เลยให้นกกรงมาตัวหนึ่ง เป็นนกตัวขนาดนกเอี้ยงร้องเพราะดี แก่ตัดใจให้โดยที่เราไม่ได้ขอ กลับบ้านเราก็บ่อยนกไป เก็บกรงไว้แขวนคุด่างนก ยังไม่รู้ กลับบ้านแล้วจะหาที่แขวนได้ตรงไหนเลยล่ะ อีกอย่างที่ได้จากบ้านลุงเถื่อนวันนั้น คือ ที่แขวนคอวัว ลักษณะเหมือนเกาะหินกของเราไล่จิวแต่โตกว่า ๖-๗ เท่า และทำหยาบกว่ามาก แต่ตั้งก้องดี เขาเรียก หลือกควาย ใช้ผูกข้างก็มี ยิ่งโตขึ้นไปอีก ทางนี้มีข้างมาก เดินผ่านโรงเรียนหลายหนแล้ว เขาจับจิ้งจกของมั่วรับจิ้งจกของก็มี ตัวเล็ก ๆ ในตลาดบ้านสองมีเชือกถ่ามข้างชายทั่วไป อ้อ อีกอย่างที่ชอบใจมากคือ “กรง” เป็นเสื้อกระจับ ใช้หญาจุกสานเป็นเสื้อ แต่ทำเป็นกระสอบใส่ของได้ ใช้ปูนั่งนุ่ม ๆ (นุ่มกว่าเสื้อ) ก็ได้ นุ่นนอนแทนถุงนอนหรือผ้าห่มก็ได้ หนูซื้อมาจากไซยา ๓ ใบ ใครเห็นใครชอบทั้งนั้น ของเขาเข้าที่จริง ๆ

หนูส่งข้าวไซยา (ข้าวกล้อง) อีก ๒ ถัง กับชุด หรือจุกเกี่ยวข้าว อีก ๒ อัน ให้นายเจริญคนขับรถ ๒ แถวไซยา-สวนโมกข์ ส่งมาให้ทาง

กท. บ้านนั้นน่าจะถึงแล้วนะคะ หนูให้เงินค่าข้าวเขาไว้แล้ว ให้เขาเขียนจดหมายมาบอกด้วยว่า ให้ไปรับของเมื่อไหร่ รับที่บางกอกน้อยเหมือนเก่านะคะ หนูให้ชื่อหนูกับบ้านเลขที่เอาไว้ ที่ต้องให้เขาส่งให้ ส่งเองไม่ได้เพราะเขาซ่อมข้าวให้ไม่ทัน มันมากด้วยกันซ่อมได้ที่ละนิดเดียว คิดว่าคงลองหุงกินแล้วนะคะ อร่อยไหมคะ อ้อ ไว้แล้วจะต้องซื้อที่เกี่ยวข้องข้าวอีกอย่างเรียกว่า แกะ ทางนี้ใช้กันมากกว่าเขียวหรือสุก ใช้เก็บเอาที่ละรวง แต่ถ้าชำนาญจะทำได้เร็วมาก

วันจะกลับมาบ้านสอ้ง หนูไปร้านทำไข่เค็มแต่เช้า เจ็ดโมงกว่าจะไปสั่งให้เขาต้มให้สัก ๒๐ ลูก เว้นที่ไว้ในหีบของที่จะส่งมา กท. ทางรถไฟ (พร้อมกับขนมกรุป) แล้วจะส่งไข่เค็มมาด้วย ไปตั้ง ๓ ครั้ง เจ้าของไม่อยู่ อยู่แต่ลูก ให้ไปตามก็ไม่พบสักที ครั้งที่ ๔ ถึงได้ตัว แต่แกก็บอกไข่ยังจืดอยู่และไข่แดงได้ที่แล้ว แต่ยังไม่มัน หนานี้เป็นหน้าแล้ง ยิ่งเค็มซ้ำด้วย ฯลฯ ฟังดูน่าศรัทธามากเหมือนฟังผู้ชำนาญพิเศษมาคุยให้ฟังดูเป็นศาสตร์อย่างหนึ่งเหมือนกัน แกจะให้เอาส่งมาทั้งคิบ ๆ เพราะพอกไว้คงไม่แตกง่าย แต่หนูไม่ยอม ในที่สุดแกเลยบอกจะกลับวันไหนให้เขียนจดหมายฝากพวกคนรถไฟที่บ้านสอ้งมาให้แก เพราะร้านแกอยู่ใกล้ๆ สถานีรถไฟ ตอนรถผ่านไชยา (จอดเดียวเดียวเท่านั้น) แล้วค่อยให้เงินกันด้วย เป็นไข่คิบจะเก็บได้นานกว่า แกบอกให้เอาทั้งร้อย ก็เลยเอาไปเอา เพราะไข่ร้อยแน่ กินเพลินมาก จะได้ฝากใคร ๆ ด้วย หนูจะให้บ้านวารินทร์สัก ๒๕ ฟอง ช่วยเตือนด้วยนะคะ อ้อ หนูฝากความคิดถึงวารินทร์กับพี่พิชัยด้วย

ชั้นเกษม (คือเพื่อนคนที่อ่านจดหมายคุณป้าให้เพื่อน ๆ ฟัง ไม่ใช่แฟนนะคะบอกเสียก่อน) เขาชื่นมากกรุงเทพฯ ๖ สองวันก่อน หนูฝากเขา

โทรศัพท์ที่บ้าน บอกว่าสบายดี เพราะตอนนั้นยังไม่ได้คิดว่าจะไป
สุราษฎร์ โทรศัพท์ที่อื่นไม่ได้เลย ที่ไชยามีโทรคมนาคมที่อำเภอ แต่
ลำบาก แล้วตอนนั้นเงินหมดเกลี้ยงเลย หนีไปถึงโรงเรียนครววนมีเงิน
(ทางนี้เรียก เอ็น ู เรียก ชู ง่วง ว่า ช่วง) อยู่ ๖ บาทกว่าทั้งเนื้อ
ทั้งตัว ไม่พอค่ารถเครื่องจากสถานีไปเหมืองควัยซ้า อ้อ พุดถึงชั้นเกษม
หนีไม่แน่ใจว่าให้เบอร์โทรศัพท์เขาไปหรือเปล่า เขาอาจไม่ได้โทรแต่ก็ไม่
เป็นไร เพราะจะกลับอยู่แล้วนี่นะคะ

เมื่อเย็นวานกินข้าวบ้านพ่อลงพื้น แยกทำแกงลูกเขียดอย่างหนึ่ง
อร่อยดี รสคล้าย ๆ ปลาแร่ทรงเครื่องคะ เอาปลาอย่างโคลกกับเครื่องแบบ
ปลาร้า แก่กระชายเข้าไว้หน่อย แล้วใส่มะเขือเปราะกับปลาสด หนุ่ยยัง
บอกแก่ว่าจะมาบอกให้คุณแม่ลองทำ เพราะคุณน่าจะรับได้ถ้าไม่ใส่ปลาร้า
แบบนี้ เป็นอาหารบักซ์ได้เขา แล้วหนุ่ยทำอะไรไปกินทายสิคะ คราว
ก่อนทำมันแกงบวช คราวนี้ไปสุราษฎร์ได้ของดีมาอย่าง คนทางนี้ขนาด
ยายซ้อเนเจ็ดสิบว่ายังไม่เคยเห็น อย่างว่าแต่จะกินเลย คือ ปลากรอบ เลย
ซ้อมาลิบกว่าไม้ ปลาเนื้ออ่อนเสียด้วย เพิ่งมาจากกรุงเทพ ฯ ใหม่มาก
ขนาดกินได้เดี๋ยวนั้นไม่ต้องย่างก็กรอบหอมดีแล้ว เขาว่าเพิ่งมาได้วันวาน
คนกรุงเทพ ฯ ชอบใจมาก ซ้อกันใหญ่ หนุ่ยยกไปทำบ้านยายซ้อเน คราว
แกเป็นครัวศิลปินจริง ๆ แทนที่จะใช้เตาถ่านไฟแก๊สอย่างชาวบ้านอื่น
แกใช้ก้อนเสาเตาพื้นแทน โรแมนติกมาก ยายซ้อเนไปตัดตะไคร้เก็บ
มะกรูดอ่อน ๆ แต่โบโตน่ากินให้กำมือหนึ่ง แกไม่เข้าใจวิธีทำเลย แม้คำ
ว่าต้มยำก็ไม่รู้จัก หนุ่ยหวังจะไปให้แกทำเลยต้องออกโรงเสียเอง คนอื่น ๆ
ก็แย่งพอ ๆ กัน ลงไปหาใบมะขามอ่อน ก็ยังไม่แตกใบใหม่ พอดีไปเจอ
ตะลิงปริง (มะปริง) ต้นหน้าบ้านแก วันก่อนมาเห็นมันเพิ่งเป็นดอก
วันนี้เป็นลูกแล้ว โตเท่าดินสอ ยาวไม่ถึงนิ้ว ลองเก็บกิน เบี้ยวกรอบดี

รสคล้ายมะเฟืองแต่ร่อยกว่าตรงที่ไม่ฝื่อนเลย ไม่มีเม็ด กินได้หมดมันยังอ่อนอยู่มาก แต่พอสุกก็บอกให้เก็บไปกิน หนูเลยเก็บไปผ่ามือหนึ่ง เอาไปซอยปนกับหอมแล้วยำปลากรอบ (อย่างใหม่) แล้วต้มยำปลากรอบอีกหม้อ ใจคอต้ม ๆ ต่อม ๆ กลัวมันจะออกมาเป็นอะไรที่เรียกชื่อไม่ถูก บัดสี (อาย) ชาวบ้านแย้ แต่เคราะห์ดีก็สิ้น รส และคุณภาพ (?) เหมือนต้มยำธรรมดา ๆ คนกรุงเทพฯ บอกอร่อย ขนาดเพื่อนคนที่กินเผ็ดสู้จิวก็ยังไม่ได้ กินน้ำยารสจืด ๆ ที่ไร้อังให้ทุกที ยังบอกยำปลากรอบของหนูอร่อยเลยล่ะ กินไปชดน้ำแกลงไปสามสี่ที่ซั้ว เพราะยำนั่นหนูหันพริกขี้หนูลงไปซักกำมือหนึ่ง เพราะคนที่นี้เขาตุลुकคนกรุงเทพฯ ฆมากกว่ากินจืด ๆ พวกโน้ทรាប់นั้กันอุปตอนขึ้นมากรุงเทพฯ ฆ คราวนั้น คีนนั้นกินกันมีด ๆ มีตะเกียงน้ำมันเล็ก ๆ ๒ ดวง พริกพริกไม่รู้ละ หนูเองยังปากแจ๋ไปตั้งชั่วโงง โคนพริกต๋อยเอา แต่ก็ต้องสงวนท่าทีไว้ แอบเอาชั้่นน้ำฝนมาวางไว้ใกล้ ๆ มือกว่า เห็นเพื่อนคนนั้นกินยำปลากรอบแล้วขำ คิดถึงจิวเวลากินลาบหรืออะไรเผ็ด ๆ กลัวเผ็ดก็กลัว ตะกละก็ตะกละ แต่ตะกละอย่างฉลาด ๆ

หนูจะกลับเอาทิพย์หน้าล่ะ แต่ไม่แน่ว่าจะได้รับเงินเมื่อไร ต้องรอเงินก่อน แล้วยังต้องเสียเวลาไปเบิกที่นาสารด้วย อาจเข้าไปนิคนะคะกว่าเขาจะแทงต่อมาให้จากไปรษณีย์ไชยา คิดถึงทุก ๆ คนรวมทั้งแม่เดือน บุญเอ็งและหอยมือเสือ กลับไปคราวนี้หนูอาจกลับเหื้อกลับตัวไปจนคุณป้าตกใจก็ได้ล่ะคะ

หนูนุา

ขอโทษที่ใช้วงเล็บเสี่ยวุ่นวาย ตัวหนูเองยังอ่านไม่รู้เรื่องเลยล่ะ เขียนแล้วไม่กล้าอ่านทวนสักที

จดหมายนายโกมล คิมทองถึงรัตนา

โรงเรียนเหมืองหัวท้อในเขา
สถานีบ้านส้อง สุราษฎร์ธานี

๒๑ ธันวาคม ๒๕๑๓

รัตนาครับ

ผมกลับไปเล่าเรื่องที่คุณรัตนาสนใจจะไปอยู่ด้วยกับพวกเราให้สมชายฟังเขาสนใจใหญ่ ได้ถามผมถึงความเป็นมา ผมก็ไม่รู้จะตอบได้อย่างไร ก็เลยไปเสียว่าพวกเราบรรดาที่คบค้ากันอยู่นี้ เราสนใจกันแต่แนวความคิดที่คล้ายคลึงกัน สนใจอะไรคล้าย ๆ กันมากกว่าที่จะมานั่งซักไซ้ว่าเป็นลูกเต้าของใคร มาจากเทือกเขาเหล่ากอจากที่ไหน อะไรเทือกนั้น ปีหน้านี้เราคงได้สุรุ่ยคนหนึ่งที่กำลังจะจบจากรัฐศาสตร์และอยู่ที่นั่นได้ ถ้ามีหลายคนหน่อยทำอะไรกันก็หนักแน่นมีพลังมากขึ้น ทำท่ายกับอำนาจ หรือความคิดเห็นนอกกลุ่มได้มากขึ้น และงานมันก็มีมากเสียจนน่าเวียนหัว ถ้าได้ทำกันหลาย ๆ คน หลายฝ่ายกันก็น่าจะสนุกกว่าที่จะนั่งเจ้าหลังชดหลังแข็งทำอยู่คนเดียวหรือสองสามคน และการที่ได้หลายหัวคิด หลายคนช่วยกันทำก็น่าที่จะสนุกสนานกว่าที่จะทำอยู่ไม่กี่คน

อีกอย่างหนึ่งที่น่าจะมีได้อย่างมากคือ บรรยากาศของการคิดค้นหาทั้งในแง่แก่ชีวิตที่คึกคักและแก่สังคม ในส่วนของชีวิตก็จะได้นั่งตกกันบ้างว่าอะไรคือคุณค่าของชีวิตนี้ ที่เราก็มียู่อย่างนี้ อีกคนหนึ่งเป็นอย่างไรบ้าง ถ้านั่งคิดอยู่คนเดียวบางทีมันไม่มีรสชาติ และขาดความก้าวหน้า ไม่เดินเหมือนกับที่จะได้ตกได้เตียงกัน แอ้งกันไปมา ได้ความคิดออกมามากกว่าแต่บรรยากาศอื่น ๆ เช่นความสงบ บรรยากาศธรรมชาตินี้ย่อมมีอยู่แล้ว โดยสมบูรณ์ วัดไชยานั้นน่าจะไปได้เที่ยว ชับซาบบรรยากาศ และนอกจาก

ยังมีสำนักสงฆ์ที่มีแนวโน้มนักย้าย ๆ กันอีกและอยู่ไม่ไกลนักคือวัดพรุพรุ
กับวัดท่าวโคกก็เป็นแหล่งที่จะให้ทัศนะและแนวชีวิตฝึกได้อีกไม่น้อย เรื่อง
การฝึกบางทีก็ต้องอาศัยคนอื่นมาช่วยฝึกด้วยเหมือนกัน ตัวเองรู้แต่ทฤษฎี
แต่ลงมาขั้นปฏิบัติ ก็ไม่ยอมทำเสียเฉย ๆ อย่างนั้นเอง

ในเรื่องของสังคม ผมเห็นว่าจะเป็นโอกาสหนึ่งที่เราจะได้เรียนรู้ถึง
สภาพแท้จริงของคนไทย สภาพชีวิตแบบไทย ๆ แนวความคิด ความเชื่อ
ถือและสิ่งที่คนไทยแท้ยึดถือกันอยู่ จะเป็นประโยชน์มากข้อหนึ่งคือเมื่อต้อง
ทำงานในระดับวินิจัยในระดับสูงขึ้นไป เช่นการวางหลักสูตรการศึกษา
การตีความ การวางมาตรฐานอย่างใดอย่างหนึ่งที่จะต้องเกี่ยวข้องกับคนไทย
ถ้าไม่ลงมารู้ถึงวิถีชีวิตที่แท้จริง คลุกคลีเข้ากับชาวบ้านให้ถึงเขาแล้วก็จะ
เป็นเรื่องที่ต้องสร้างวิมานเอาเองเรื่อยไป และถ้าลงได้ตั้งจุดหมายของการ
มาอยู่เสียอย่างนั้นแล้ว การทำงาน หรือการมีชีวิตอยู่ที่นั่นก็ย่อมสนุกและน่า
สนใจ ไม่อยู่อย่างซังกะตาย ซึ่งถ้าต้องเป็นอย่างนั้นแล้วก็ไม่หน้าที่ใครจะไป
อยู่เพราะว่าไร้ประโยชน์

ผมพิมพ์มาทั้งนี้เพราะรู้สึกว่ายากคุยด้วยมากกว่า ก็เล่าสภาพมาให้
ฟังเผื่อว่าจะไปเที่ยวจะได้มีพื้นฐานความคิดที่จะเข้าใจที่นั่นมากขึ้น และ
เผื่อใครคิดแผลง ๆ อยากจะไปอยู่จะได้เตรียมใจไว้ถูกด้วย

คิดถึงครับ

โกมล คีมทอง

ไกลูกกัน

พี่นเราไม่เคยจากกันจนแก่ชราเลยนะ เราเคยจากกันเพียงรอที่ทานข้าวหรือ
 ติงกัน แต่ไม่เคยจากกันเช่นนี้เลย แต่การจากกันคราวนี้มันจำไม่ได้ เพราะจิตที่กัก
 พินทุเรศก็ไม่มีนอกจากใจที่ไปเสียดกัน เราเคยพูดกันในเรื่อง การเกิด กุศล
 ของมนุษย์ เคยเกี่ยวกัน เคยกัน น้เราะกัน จิตที่จิราเราเหมือนเงาตัวหนึ่ง
 ที่มีกลิ่นเค็ม หรือกลิ่นเราไปเรื่อย ๆ เหมือนเวลาเราเล่นหมาช้อยก็ มีกลิ่นที่หายใจเรา เราไม่มี
 การจากกันไม่ได้ พี่นเราไปเล่าเราอยู่ก็พี่นไม่ได้ ตอนพี่นเราเคยหลอกพี่น แต่จิตที่จิราเรา
 ไปจิราพี่น ตอนนั้นจิราเราคิดว่า ตอนพี่นเราอยู่ก็พี่นไม่เรียกเรา แต่พี่นเราไป ลูกช้อย
 ก็ตามพี่น ตามพี่นเราไม่ได้พี่นก็พี่นที่พี่นเราคิดว่าตอนพี่นเราไป ตอนพี่นเราอยู่
 จิตที่จิราเราและกันทุกวัน ตอนนั้นพี่นเราคิดว่าตอนพี่นเราและกันแล้ว ไม่มีวันไหนเลยที่เราจะ
 ไม่เห็นพี่นก็ได้กันเคย แต่พี่นก็ยังมีภาพพี่น แต่พี่นเราไม่ได้ทะเลาะกัน ไม่ได้คบกัน
 เกินกับ พี่นนี้ผมคิดว่าพี่นดู พี่นเราคิดว่าพี่นคิดว่าพี่นกับพี่นนั้นมากเกิน

พี่น พี่นพี่น



๕ ๕
ทงเพื่อนผองน้องพี่ชดใกล้
เคยห้วงใยร่วมงานผสานสม
๕
ทงไปสู่โลกใหม่กลางสายลม
จะโศกชมสุขสันต์หรือนันใด ?



แต่คุณรัตนา สกลไทย

ชีวิตคุณรัตนา เป็นชีวิตที่น่าทึ่ง เพราะโดยปกติวิสัยอักษรศาสตร์บัณฑิตที่สมองใสอย่างคุณรัตนาน่าจะสุขสบายอยู่ในรอบรั้วมหาวิทยาลัยในฐานะอาจารย์ผู้หนึ่ง พ้นเพื่ก็เป็นชาวพระนครไม่น่าจะต้องไปข้องเกี่ยวกับชนบทห่างไกลแต่ประการใด แต่ด้วยเหตุที่เป็นคนใช้ความคิดจึงมีความสำนึกต่างจากคนอื่น แทนที่จะมีความสุขไปกับชีวิตการงานที่เรียบๆสงบๆ กลับมีความสนใจอย่างแรงกล้าที่จะทำประโยชน์ให้แก่เด็ก ๆ ในถิ่นที่ยังล้าหลังและมีปัญหา ความคิดเช่นนี้ที่จริงก็มีใช้ของแปลกเสียทีเดียวสำหรับคนหนุ่มสาวที่มีอุดมคติ แต่ข้อแตกต่างอันเด่นชัดก็คือ คนส่วนใหญ่ได้แต่คิดแล้วนั่งถอนใจอยู่ในกรุง แต่คุณรัตนาคิดแล้วก็ไปตามความคิดนั้นอย่างเด็ดเดี่ยว

คุณรัตนาคงจะเข้าใจชีวิตดีกว่าคนรุ่นเดียวกันเป็นอันมาก ด้วยเห็นทั้งทุกข์และสุขที่แวดล้อมตนอยู่ และเห็นว่าอะไรคือสาระของชีวิต

ครูบาอาจารย์และเพื่อนฝูงอาจเห็นคุณรัตนาเป็นคนแปลก เป็นคนไม่ลงไกรง่าย ๆ มีความคิดเป็นของตัวเองมาก เพราะคุณรัตนาไม่สนใจที่จะคล้อยตามเหตุผลพื้น ๆ ของคนอื่นที่คิดอะไร ๆ อย่างธรรมดา ไม่สนใจที่จะก้มหัวให้กับสถาบันที่โก้แต่คร่ำครึ ไม่สนใจที่จะใช้ชีวิตเบ็ดเตล็ดเหมือนสาวน้อยเบ็ดเตล็ดทั้งหลาย คนที่เข้าใจคุณรัตนาย่อมมี แต่คงจะเป็นส่วนน้อยสำหรับสังคมไทยทุกวันนี้

คนฉลาดและคติน้อย อาจารย์สึกเยาะหยันในความตายของคุณรัตนา คุประหนึ่งเป็นเรื่อง "รันทาที่" แต่ผู้ที่มีใจดีธรรมและเข้าใจชีวิตย่อมรู้สึกนียมและเสียตายประกอบกันในความเคราะห์ร้ายของเธอ

ถ้าคุณรัศนาไม่ด่วนจากไปเสียเช่นนี้ แน่เหลือเกินว่า เธอจะทำประโยชน์ให้กับชนบทได้มาก และด้วยสิ่งนั้นเธอจะมีความสุขตามวิถีทางที่เธอเลือกแล้ว

ขอให้คนอย่างคุณรัศนามีมาก ๆ ในยุคสมัยที่มีคนฉลาดเอาตัวรอด และขาดน้ำใจอย่างทุกวันนี้ คนดีไม่น่าจะต้องโชคร้ายเสมอไป เพราะถ้าคนดีโชคร้ายตายเร็วก็อันเสียหมดแล้ว บ้านเมืองในส่วนรวมคงจะวิบัติเป็นแน่แท้

เอกวิทย์ ณ ถลาง

แต่ รัตนา สกุลไทย

เมื่อผมได้ทราบข่าวการเสียชีวิตของคุณรัตนา สกุลไทย ทำให้ผมคิดอะไรต่ออะไรไปมากมาย ที่คิดได้ก่อนก็คือ รู้สึกแปลกใจที่ในสังคมไทยปัจจุบันนี้ มีบัณฑิตที่เสียสละตนเอง เสียงอันตรายนเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น มีบัณฑิตที่ไม่ได้ราคาของตนเองสูงกว่าชาวบ้าน จนมองไม่เห็นต้นกัน คุณรัตนาเป็นบัณฑิตจากมหาวิทยาลัย ที่ได้รับการยอมรับในสังคม มีโอกาสที่จะแสวงหา ลาภ ยศ สรรเสริญ ในที่ที่ปลอดภัยและสะดวกสบาย เช่น กรุงเทพฯ แต่คุณรัตนาก็ได้เสียสละส่งเหล่านี้ออกไป หาความลำบากด้วยความสมัครใจ ผมเองยังสงสัยว่าใครเป็นผู้ส่งสอนให้คุณรัตนา มีความสำนึกต่อมนุษยธรรมอย่างนี้ ครูบาอาจารย์หรือมหาวิทยาลัย? ผมยังสงสัยอยู่

ในฐานะที่ผมเป็นอาจารย์ในมหาวิทยาลัยผู้หนึ่ง มีความวิตกกังวลความคิดเกี่ยวกับมนุษยธรรมของนักศึกษาและอาจารย์ในมหาวิทยาลัยของเราเป็นอย่างยิ่ง เท่าที่ผมสังเกต เราแทบจะไม่พบนิสิตและอาจารย์ที่มีอุดมคติและเสียสละเพื่อสังคม นักศึกษาก็ตั้งใจเรียนเพื่อให้ได้ปริญญา เพื่อจะออกไปประกอบอาชีพ หรือไปเรียนต่อเมืองนอก อาจารย์ก็สอนหนังสือเพื่อเงินเดือน เพื่อยศ ตำแหน่ง ไปวัน ๆ นอกจากนั้นก็คิดแต่การแย่งชิงตำแหน่งหน้าที่ความดี ความชอบ ที่สนใจเรื่องการเสียสละต่อสังคมและผู้อื่นนั้นมันน้อยมาก บัณฑิต เช่นคุณรัตนา จึงเป็นบัณฑิตที่แปลกกว่าบัณฑิตอื่น ๆ หรือนิสิตอื่น ๆ จำนวนมาก ที่คิดเอาแต่เรื่องสนุกสนาน เรื่องประโยชน์ส่วนตัว และเรื่องทำความเดือดร้อนให้ผู้อื่น ถ้าผมได้พบนิสิตนักศึกษาและอาจารย์ในมหาวิทยาลัยที่มีอุดมคติอย่างคุณรัตนา ผมคงจะมีกำลังใจและมีความหวังที่จะเห็นสังคมของเรา

ได้รับการพัฒนาทั่วถึงบ้าง เราไม่ต้องมาสูมกันอยู่เสียที่กรุงเทพฯ เพียงแห่งเดียว เมืองไทยเราน่าหมายถึงชนบท ซึ่งมีอาณาเขตกว้างใหญ่ไพศาลด้วยชนบทซึ่งยังไม่ได้ได้รับความเหลียวแลจากพวกเราซึ่งเจริญในการศึกษาและวัตถุเงินทอง และผู้ซึ่งจะเป็นความหวังสำคัญก็คือ นิสิตนักศึกษา ซึ่งจะเป็นบัณฑิตต่อไป จะมีความคิดในเรื่องเสียสละออกไปดูชนบท ออกไปช่วยชนบทบ้าง

ผมรู้สึกเป็นหนี้บุญคุณคุณรัตนเป็นอย่างมากที่ได้เสียสละชีวิต คุณรัตนทำให้ผมเห็นว่าอย่างน้อยก็มีคนไทยที่มออุดมคติ มีคนที่เสียสละ มรดกกรรมของคุณรัตน อาจจะช่วยให้ นิสิตนักศึกษา ครูบาอาจารย์มีความคิดที่จะเสียสละต่อสังคมมากขึ้น คุณรัตนได้เสียชีวิตเพื่อเป็นตัวอย่างของการเสียสละที่หายากในสังคมนี้แต่ความเหลวแหลกของเรา ผมขอคารวะคุณรัตนไว้ ณ ที่นี้

ดำรง วงศ์ปราชญ์

คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร นครปฐม

๑๖ พ.ย. ๑๔

รำพึงถึงคุณรัตนา สกุลไทย

ผมเคยพบและพูดคุยกับคุณรัตนา สกุลไทย เพียงไม่กี่ครั้ง แต่เวลาเพียงไม่กี่ครั้งที่ผมได้พบกับเธอ ผมก็เชื่อแก่ใจว่าผมรู้จักคุณรัตนา สกุลไทยไม่น้อย เมื่อเรามีการเสวนาในเรื่องใด ๆ คุณรัตนาก็จะนิยมมาร่วมถกเถียงและแสดงความคิดเห็น ข้อคิดของเธอเป็นข้อคิดที่ผมสนใจที่จะฟังเป็นอย่างยิ่ง เพราะคุณรัตนาแสดงความคิดเห็นของสาวไทยยุคนี้ได้อย่างกล้าหาญ เธอแสดงให้เห็นว่าสตรีนั้นก็มีความคิดความอ่านที่ดีและสามารถเสนอความคิดเห็นความอ่านให้บุรุษฟังได้อย่างเทียมทันกัน และลักษณะพิเศษของคุณรัตนา สกุลไทยนั้นก็คือ เธอไม่ยอมตัวเป็นลูกน้องหรือสาวกของบุคคลใดบุคคลหนึ่งอย่างงมงาย เธอจะชื่นชมหรือนิยมความคิดเห็นความเห็นของใครก็มุ่งไปที่ความเห็นนั้น ๆ เป็นสำคัญ มิใช่ขึ้นอยู่กับตัวบุคคลผู้พูด หลักการของเธอล้วนเป็นหลักการที่มั่นคง มีความเป็นอิสระของตัวเอง

เมื่อพบกันครั้งหลังสุดในรายการเสวนากันบนเรือ คุณรัตนา สกุลไทย ได้บอกผมว่าเธอจะไปลองสอนเด็กที่หมู่บ้านทางใต้ของประเทศไทย เพื่อแสวงหาความรู้เกี่ยวกับเด็ก ๆ ในชนบท ผมเชื่อว่าคุณรัตนามุ่งแสวงหาสิ่งที่แน่ ๆ แต่คุณรัตนา สกุลไทยต้องเสียชีวิตให้แก่การเดินทางในครั้งนั้น

วันที่ที่ได้รับข่าวการเสียชีวิตของรัตนา สกุลไทย ความรู้สึกของผมมีอยู่อย่างเดียวเท่านั้นคือ เสียหายคนคืออย่างเธอ

และผมก็ยังฉวิไลหาคนอย่างเธอ อยากให้มีคนอย่างคุณรัตนา สกุลไทย มาเกิดในแผ่นดินไทยมาก ๆ

นรนิติ เศรษฐบุตร

คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ราคาของความตาย

คนหนุ่มคนสาวที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ตัดสินใจด้วยตนเอง ไม่เป็นทาสความคิดหรืออยู่ในบงการของใคร มีอยู่มาก บนแผ่นดิน และมีได้เกิดขึ้นจากการหล่อหลอมในมหาวิทยาลัยเท่านั้น

คนอย่างคุณรัตนาเคยเกิดและเคยตายไปแล้ว จึงมิใช่คนแปลกคนใหม่ และคนเช่นนี้ก็ยังคงมีอยู่ไม่ขาดสายบนแผ่นดินที่ยังมีได้ทั้ง ๆ ที่ภัยมาแห่งนั้น

แต่เราอาจจะไม่เห็นเขา ไม่รู้จักเขา ไม่ได้สัมผัสกับเนื้อของเขา เพราะว่าคนเหล่านั้นไม่เคยอยู่กลางเวทีที่แสงไฟส่องจับ

ในขณะที่ความหมายของ “คนดี” คือความเด่นและความดัง

แต่คนเหล่านั้นก็มิได้เร้นซ่อนอยู่ในปรางการแก้ว

เขากระจายกันไปทั่วบนแผ่นดิน

เขาเดินทาง คิด และทำงานอยู่ในเส้นทางที่เขาเลือกแล้ว

ไม่ว่าเส้นทางนั้นจะยืดยาว ทุกข์กันดาร หรือลัดสั้นเพียงไร

ชีวิตของเขา เรียบ สงบ เหนื่อย และไม่เคยเงี่ยหูฟังเสียงปรบมือ

คนหนุ่มคนสาวที่จะเดินซ้ำเส้นทางของคุณรัตนายังคงมีอยู่ และจะต้องมีต่อไปไม่สิ้นสาย

ตราบโศกที่มนุษย์ยังตระหนักในภาวะที่ตนมีต่อสังคม ตราบนั้นเส้นทางสายนี้ไม่มีวันปลอดเปลี่ยวแต่ให้มีคน ทุกข์กันดาร หรือลัดสั้นเพียงไร เขาจักได้เท้าตามกันไปไม่รู้หยุด

แม้จะมีเพียงการตัดสินใจที่มั่นคงเป็นประทีปนำทาง

จุดหมายปลายทางของคนหนุ่มสาวเช่นคุณรัตนานั้นคืออะไร

อาจจะมองได้สองสถาน

เพื่อส่วนตัว—เพื่อส่วนรวม

ซึ่งเขาทรงสิทธิ์ที่จะเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือทั้งสอง

— ความกว้างแถมแกร่งทนต่อหนามแหลมที่เรียรายอยู่ทุกย่างก้าวของชีวิต
ความรู้เท่าทันต่อความผันผวนของเหตุการณ์นานาที่หนีไม่พ้น คือสิ่งที่เขา
ได้เป็นสมบัติแก่ตัว

— สิ่งที่สังคมได้จากเขาแล้ว

โปรดไตร่ตรองด้วยสำนึกอันสุจริตเถิด

เส้นทางของคุณรัตนางะยาวเหยียดเพียงไรนั้นไม่มีใครล่วงรู้หรือประมาณได้
เขาเพิ่งเริ่มต้นได้ไม่กี่ไถลน้ก

โอกาสที่จะสืบเท้าต่อไปก็สิ้นสุดลงโดยความตายเป็นผู้กำหนด
มือที่หมายชูประทีปแต่ชุมชนจึงสิ้นแรงก่อนจะถึงปลายทาง

ความตายของคุณรัตนาคือความตายที่มีราคาในตัวเอง

ไม่จำเป็นที่จะต้องอาศัยศิลปการโฆษณาหรือเร่ประชาสัมพันธ์จากบุคคลที่ยัง
มีชีวิตอยู่

ประชาชนผู้มีความคิด ไม่หุนหันบก ตามอคต หรือไร้สติ ย่อมประจักษ์ใน
 คุณของกรรมกิจที่คุณรัตนาคำเนินอยู่ก่อนสิ้นชีวิต และเชื่อถือได้ว่าการ
 ประกอบกรรมกิจอันเป็นคุณนั้นเป็นสื่อให้ได้รับภยันัน
 ภัยภัยของกรรมรัตนาคือการตัดสินใจทำในสิ่งที่ตนเห็นว่าดี และเป็นคุณ
 ต่อส่วนรวม

เกียรติยศนั้นได้รับเสียตั้งแต่ลงมือทำแล้ว และเป็นเกียรติยศที่บริสุทธิ์ยิ่ง
 กว่าที่ได้จากปลายปากกาหรือฟองน้ำลายของบุคคลอื่นภายหลังจากสิ้น
 ชีวิตแล้ว

ความตายของคุณรัตนาคงจะทำให้คนหนุ่มคนสาวร่วมสมัยและรุ่นที่จะตามมา
 เกิดความมั่นใจในตนเอง

คนที่รู้จักตัวเองและตระหนักในภาระที่มีต่อส่วนรวมก็จะเริ่มแผ้วถางเส้นทาง
 ของตน

ความตายไม่จำเป็นต้องเป็นความน่าเกลียดน่ากลัวหรือไร้ค่าเสมอไป

บางครั้งความตายก็เป็นการเร่งเร้าการเกิด

คุณรัตนาคือภาพหมายที่จะกระตุ้นคนหนุ่มคนสาวให้รู้คุณค่าของชีวิต และ
 สังคม

กล้าตัดสินใจที่จะสละชีวิตและหยาดเหงื่อให้กับสังคม

เยี่ยงที่คุณรัตนาคิดตัดสินใจมาแล้ว

แด่รัตนา

“มีผู้หญิงคนหนึ่ง เป็นอาจารย์อยู่จุฬาฯ เขาสนใจงานที่ผมทำอยู่ เขาอยากจะไปช่วยสอนที่บ้านน้อง

ผมยังจำคำพูดดังกล่าวนี้ได้ ครั้งที่โกมล คีมทอง นำคณะมโนราห์ พอลงพื้นจากบ้านน้องมาแสดงในหลาย ๆ แห่งที่กรุงเทพฯ เมื่อตอนต้นปี ๒๕๑๔ นี้เอง และนี่เป็นครั้งแรกที่ผมรู้จักกับรัตนา สกลไทย อาจารย์คณะอักษรศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยผู้ซึ่งชอบใช้ชีวิตอย่างง่าย ๆ ให้ความสำคัญทั้งที่จุฬาฯ และที่ศิลปากรอย่างเต็มที่ ผมเองออกแรงด้วยความ เป็นห่วงและอยากรู้กับโกมลว่า

“เขาเป็นผู้หญิงเป็นสาวเป็นนางจะ ไปอยู่ที่นั่นอย่างพวกเราได้จริง หรือ?”

ซึ่งโกมลเองก็ดูเหมือนยังไม่หาคำตอบในเรื่องนี้

ก่อนที่จะนำคณะมโนราห์เดินทางกลับ โกมลก็ได้มาสนทนาแสดงทัศนะถึงสถานการณ์ในภาคใต้ร่วมกับสมาชิกสภาผู้แทนคนหนึ่ง ในรายการของ “ชมรมปริทัศน์เสวนา” วันนั้นเองผมก็ได้รู้จักกับรัตนาอีกครั้งหนึ่ง ดูรูปร่างก็บอบบาง สวมแว่นตาหนาเป็นแบบผู้ที่น่าจะสนใจแต่คำรับตำรา แต่ทว่ากิจกรรมทำทาง การพูดการจา ทัศนะรวมทั้งการแต่งกายแบบง่าย ๆ คือสวมกางขาวยาวและสวมเสื้อม่อม่อม่อ บ่งให้เห็นถึงความเอาจริงเอาจังต่อชีวิต ผมได้รู้จักรัตนามากขึ้นอีกในวันนั้นเอง

อีกสองอาทิตย์ต่อมาผมก็ได้ทราบข่าวว่ารัตนาได้ลาออกจากการเป็นอาจารย์ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยแล้ว และขณะนี้เธอกำลังเดินทางลงไปได้

เพื่อเยี่ยมชมเกี่ยวกับช่วยสอนหนังสือที่โรงเรียนชุมชนห้วยในเขาที่บ้านส้อง หลังจากไปที่วัดสวนโมกข์ที่อำเภอไชยา และในระยะได้เสียดกันก็ได้ทราบ ว่า สมชาย เลขวิวัฒน์ ครูผู้ช่วยของโรงเรียนได้เดินทางลงมากรุงเทพฯ รัตนาจึงทำหน้าที่สอนเด็กนักเรียน ๒๕ คนแทน

วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๑๔ พวกเราคกตสิงห์คาถา กลอ เมื่อทราบข่าวร้ายจากหนังสือพิมพ์ว่า เธอได้ถูกลอบทำร้ายถึงแก่ความตายเสียแล้วพร้อมกับโกมลเมื่อวันที่ ๒๒ กุมภาพันธ์ ขณะเดินทางไปหมู่บ้านเหนือคลองซึ่งอยู่ห่างจากโรงเรียนไป ๘ กิโลเมตร **และวันเองผมก็ได้รู้จักรัตนาที่สุด**

คนหนุ่มสาวทั้งหลายที่พบว่าเพื่อถึงอุทมคติ แต่ยังมีได้ลงมือทำ หรือผู้ใหญ่ทั้งหลายที่ประณามคนหนุ่มสาวมีแต่เพื่อนมิได้ลงมือทำ จงเลิกพูด จงเลิกประณามเถิด การตายของรัตนา สกุนไทย ในขณะที่บ้านเมืองอยู่ในสภาวะที่ยุ่งเหยิงแบบนี้ น่าจะพอเพียงแล้วที่ท่านจะหันมาคิดทำสิ่งที่ เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมจริง ๆ เสีย เพื่อสังคมของเราที่ดีกว่าและ

แด่รัตนา

ชวชาติ นันนะแพทท์

๔ จากเพื่อนหนา

๕๖
ทนาน

เมษายน ๒๕๑๔

กราบเรียน คุณพ่อคุณแม่ที่เคารพอย่างสูง

คุณพ่อคุณแม่คะ หนูขอแสดงความเสียใจกับคุณพ่อคุณแม่อย่างยิ่งที่ต้องเสียหนูน่าไป หนูเสียใจที่ไม่มีโอกาสได้ไปงานศพของหนูน่าเลย เพราะเป็นระยะเวลาที่อยู่ทำงานสอนภาษาไทยให้อาสาสมัครอเมริกันที่สาวาย หนูได้รับข่าวขณะอยู่สาวายจากอาจารย์ไทย ซึ่งเป็นเจ้าหน้าที่ทำงานกับหน่วยสันติภาพได้จัดส่งหนังสือพิมพ์ภาษาอังกฤษไปให้ ความรู้สึกของ หนูขณะนั้นตันตันจนบอกไม่ถูก เพราะงกับข่าวที่ได้รับประการหนึ่ง อีกประการหนึ่งใจบอกกับตัวเองว่า เราจะได้พบกันในโลกเดียวกันอีก คิน หนูนอนไม่หลับทั้งคืน คิดถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ก่อนที่เราจะจากกันครั้งสุดท้าย อย่างที่คุณพ่อคุณแม่ทราบอยู่แล้วว่าหนูและหนูน่านั้นสนิทสนมกันตั้งแต่อยู่จุฬาฯ จนทุกคนในบ้านหนูรู้จักหนูน่าอย่างดี และที่บ้านหนูนาก็รู้จักหนูด้วย แต่หลังจากจบมาแล้ว ๕ ปี เราแทบจะไม่ค่อยได้พบกันเลย แต่เมื่อพบกันทุกครั้งเราก็ยังคุยกันอย่างสนิทสนม และเข้าใจกันเป็นอย่างดี ถึงแม้ว่าเพื่อนและผู้ที่ได้รู้จักหนูน่าจำนวนมาก มักปรารภว่าไม่ค่อยเข้าใจหนูน่าเลย บางทีหนูน่ามีความคิดของตนเองที่รุนแรง แต่สำหรับหนูนั้น ความคิดของหนูน่าตรงกับความรู้สึกนึกคิดของหนูเองเป็นส่วนมาก หนูน่าเป็นคนที่มีความคิดเศร้าและออกดีต่อโลก ความสงบและความจริงในชีวิต หนูน่าอยากใช้ชีวิตให้มีประโยชน์ที่สุด และเพราะความรู้สึกที่รุนแรงหนูน่าจึงรู้สึกเสมอว่าไม่ได้ทำประโยชน์อะไรเลย ความรู้สึกเหล่านี้ก็เป็นความรู้สึกที่หนูมีอยู่เอง แต่หนูไม่มีความเชื่อมั่นและไม่มีความตั้งใจเด็ดเดี่ยวเท่าหนู-

นาที่จะทำตามอุดมการณ์ได้ ความจริงแล้วก็เป็นที่น่าประหลาดที่หนูนามีความรู้สึกเช่นนี้ เพราะโดยฐานะครอบครัวและสิ่งแวดล้อมหนูนามีความสุขทุกประการ หนูนากลับชอบไปผจญภัยในที่ทุก้นการ และหัดใช้ชีวิตอย่างแร้นแค้น ทุกข์ยาก

หนูและหนูนาคพบกันครั้งสุดท้าย เมื่อเราไปสอบสัมภาษณ์สอนภาษาไทยที่หน่วยสันติภาพ หลังจากนั้นหนูกับหนูนาก็กลับบ้าน ซึ่งคุณแม่คงจำได้ว่าได้ทำอาหารให้หนูรับประทานด้วย เป็นเรื่องน่าแปลกที่ตลอดระยะเวลา ๕ ปี ที่ผ่านมา หนูไม่เคยไปเที่ยวบ้านหนูนานเลย ทั้งที่เคยไปเสมอสมัยเป็นนิสิต หนูนานอกางเกงขาก๊วยมาให้หนูใส่ บอกว่าจะได้สบายไม่ต้องนุ่งกระโปรง หนูเห็นเข้าแล้วก็อดขำไม่ได้ เพราะพวกเราเมื่อจบมาแล้วก็แต่งตัวเป็นสาวกันมากขึ้น แต่หนูนากลับชอบใส่กางเกงจีน ซึ่งไม่มีสาวสมัยนี้ใส่กันเลย หนูนานอธิบายว่า ความจริงรำคาญในเรื่องการแต่งกายคนเราหนีใส่เสื้อผ้าน้อยก็เพราะมีจิตสกปรก หากจิตใจสะอาดแล้วเสื้อผาก็ไม่จำเป็นต้องจำเป็นเลย หนูนานอยากไปสวนโมกข์มาก บอกหนูว่าจะต้องไปให้ได้ ใจหนูนั้นเมื่อคิดถึงหนูนานบางครั้งก็คิดว่าเพื่อนก็ได้ทำสิ่งที่สมใจอยากแล้ว หนูเองบ่อยครั้งที่มีความคิดว่า โลกนี้เป็นทุกข์ อยู่ไปวันหนึ่งๆ ก็ไม่เห็นมีอะไรดีขึ้นเลย สิ่งต่างๆ ล้วนแต่เป็นอนิจจังทั้งนั้น ความสุขนั้นมาเยี่ยมเป็นครั้งคราว แต่ความทุกข์ใจทุกข์กายนั้นมิอยู่ในใจเป็นประจำ ในโลกที่มีความรักนั้น ทำให้เรามีอารมณ์หลง ห่วง และหวง และในโลกแห่งความเกลียดก็ทำให้เราใจคอเศร้าหมองด้วยความโกรธ อาฆาต และหมายร้ายต่อกัน และแม้ในยามที่ไม่มีอารมณ์รัก หรือโกรธเกลียด ก็มี ความเบื่อหน่ายจำเจและความเหงา อย่างขณะที่หนูอยู่ฮัวยวนนี้ หนูมี

ความสงบและมีความสุขอย่างยิ่ง แต่ในขณะที่เดียวกันก็มีความอ้างว้างและความเปล่าเปลี่ยว หนูจึงคิดว่า คนที่ทำบุญมากกว่าทำบาปจึงมีอายุยืน หนูอยากจะมีชีวิตที่เชื่อว่าหนูจะได้พบกับความสงบอย่างแท้จริงไม่ต้องผจญชีวิตในโลกอย่างหนุ้อีก หนูมีแต่ความเห็นแก่ตัวว่าต่อไปหนูคงจะไม่ได้พบจากปรีชาปรับทุซซ์แก่ผู้ที่มีความคิดแบบที่หนูต้องการอีกต่อไป เพราะหนุุนาตายไปแล้ว แต่หนูก็มีความภูมิใจว่า เพื่อนของหนูได้ตายอย่างมีประโยชน์ และได้ทำอย่างในเรื่องเสียสละ ซึ่งในสมัยนี้เป็นเรื่องหายากจนแทบจะไม่น่าเชื่อ

สุดท้ายนี้หนูขอกราบแสดงความคารวะมายังคุณพ่อคุณแม่ และฝากความระลึกถึงทุก ๆ คนด้วยค่ะ

โดยความเคารพอย่างสูง
 ภาลินี จันทรสนิท

ระลึกถึงรัตนา

- รัตนา - ชีวิตของเธอบริสุทธิ์ และสะอาดมาแต่เยาว์วัย
เริ่มมาจากครอบครัวที่ดี และมั่งคั่ง
โรงเรียนที่ดี สิ่งแวดล้อมอันอบอุ่นของเพื่อน
และการอบรมแบบอย่างกัลสตรีจากรู้ "ราชินี"
- เพื่อนรัก - เธอเปราะและบางเกินไปที่จะอยู่ในโลกอันโสมมนี้
ที่ที่เหมาะสมสำหรับเธอคือสวรรค์ชั้นพรหม
เพราะเธอมีชีวิตอยู่ด้วยอุดมการณ์อันสูงส่ง และมีหลัก-
เกณฑ์ในการดำเนินชีวิต
ซึ่งคนในสมัยนั้นพากันทิ้งสิ่งเหล่านั้นเสียสิ้น หันไปหาทางออก
กับสิ่งง่าย ๆ เสียหมด
- แต่ - เธอมิได้ตายไปจากความตึงาม และความทรงจำของ
เพื่อน ๆ เลย
คิดเพียงแต่ว่า เธอจากไปเพื่อทำคุณประโยชน์ในต่าง
แดนเท่านั้น
- เชื่อไหม? - แม้แต่เวลาที่เรา เพื่อน ๆ ไปเที่ยวด้วยกัน
เพื่อนบางคนยังผลตอไหลตามไปว่า รัตนาเขาไม่ไปค่ายหรือ

จากเพื่อนร่วมรุ่นราชินีทุกคน



ต่อแต่นั้นจะมีใครให้คิดถึง
ในวันซึ่งเรีงร่นหรือจนาม
คงได้แต่เพียงร่อแล้วก็ตรม
รับระทมทุกข์ท่วเต็มหัวใจ

ผลงานของรัตนา สกุนไทย

หมอดู !

ได้อ่านสาส์นหม่อำมหิตพิศไม่หยอก
ดังถูกศอกตอกหน้าชาเส้นสาย
แสนเสนาะเพราะพล่ามฟ้าม่านลาย
จนวันตายคงไม่ลมคมดาทรง

ขอตอบสาส์นไมตรีเจ้ามีมา
น้อยหรือช่างเจรจาพาให้หวัง
แม่นชาขอนหม่นแสนมาแก่นควง
พี่ไม่ว่ากัณดอกบอกจริงจริง

ไม่ได้พบกันนานเจ้าพาลหลง
พี่ยังไม่พอมลงหรือก้องหญิง
เจ็ดสิบห้ากิโลโตกว่าลิง
ไชเจ้าดังต่อว่าพี่หน้าไซ

ร่างม่อต้อคอสั้นหันได้รอบ
พินค้อจอบประกอบเสียมดูเอี่ยมโอ
สิวเกล่อนหน้าตานกชุกจุกโต
หน้าก็โง่เขายังรักพี่ก้อาย

ขอประท้วงแต่สักนิดสะกิดหน่อย
เจ้าหน้าม่อโยยจัดจ้านพาลเหลือหลาย
ด่าพี่ได้ “แสนด้อย” เดียวต่ออัย
ยอมเป็นม่ายดีกว่าเมียงเจ้าเงียงปลา

ขอเรียนถามทูลหัว (เรียนกลัวแล้ว)
แม่น้องแก้วรู้จักพี่หรือขา
พี่ชื่อเรียงเสียงไรจากไหนมา
เคย “ขัดขืน” ขัดตาเจ้าทำไร

หรือว่าเป็นศัตรูคู่อาฆาต
พยาบาทฝังจิตปิดไม้ไผ่
เห็นชอบเจ้าขัดเคืองด้วยเรื่องใด
เจ้าทรมวยเมตดาตอบมาที

มหิดล

๑๒ ม.ค. ๑๘

๒๕.๑๐ น.

เที่ยงคน

ฝนดำรงกายามาทั้งวง

เบ็ดสมุดหยิบปากกาขันมาควง

ใจระลวงห้วงถึงคู่อู๋ห่างไกล

ปากกาพาใจให้กระสัน

โอยรู้แจ่มจันทร์ยวากว่ากาน้ำหลงไหล

เห็นดินสอ คิดถึง ศออรทัย

ขีร่าไฟพรกัต้องอวยเจ้าสายคอ

เห็นวงเวียนคิดเจ้าเวียนระไวพี่

รินแมลงหวู่หวู่พัดว้อ

เห็นกระดาษคิดผิวเผือดเลือดไม่พอ

พงขามือหญ้าแพรกแทรกยาดำ

เห็นน้ำหมักกักถั่งน้ำใจเจ้า

ดำเป็นเงาคนนิยชมชมว่าข้า

เห็นวงเล็บคิดถั่งเล็บขังเจ็บจำ

เจ้าพื่อนร่าร้อนเล็บเห็นบพิยา

เห็นบันทัดคิดเจ้าโกรธลงโทษพี่

ฟาดด้วยสันขลุ่ยสับทพี่ไม่ว่า

เห็นยางลบคิดถั่งเจ้าเข้าตำรา

ใช้บาทาเข็นจบลบด้วยมือ

เห็นกลีบคิดถั่งกบเจ้าหนีบผม

พชนชมแคะหูไม่รู้หรือ

เห็นแว่นตาคิดถั่งน้องนั่งตาปรีอ

ซ่มกระท้อสับโหงกแล้วโงกเงย

ขานหรือคือนักภาษาศาสตร์

ห้ามใครเก่งกาจเกินข้าไม่

พูดคำไหนก็ค้าน . . . นั่นปะไร

สามสิบล้านหัวเมืองไทยต้องพูดตาม

คำฝรั่งแปร่งหูไม่รู้เรื่อง

ชักเคื่องเคื่องต้องกำหราบปราบให้ขาม

หันไปใช้ภาษาหันพ้อขุนราม ฯ

จึงจะงามตามระบอบเห็นชอบกล

คำฝรั่งทุกคำกำจัดหมด

‘แพชชั่น’ งด ‘ลือตเตอร์’ ไม่มีผล

ใครอยากดู ‘ทิว’ ไม่มีบล

ต้องจำทน ‘โทรทส์น’ ชัดนัยน์ตา

คำฝรั่งต่างชาติตัดขาดหมด

แล้วกำหนดคำใหม่เป็นไทยจ๋า

‘วัฒนธรรม’ ‘สถาน’ เล่น ‘กีฬา’

‘สมาคมภาษา’ ก็คำไทย

เรื่องนิตินิดน้อยน้อยคอยจับผิด

คำอังกฤษคำแขกแปลกตรงไหน ?

ภาษาแขกใช้ได้ไม่เป็นไร ?

หรือว่าแขกกับไทยพี่น้องกัน ?

ที่คำไทยเราเองกลับเกรงปาก

คำหลากหลากอตุตวิบัติผัน

เมื่อปวดหัวใช้ ‘บวดหาย’ ทัมใจปล้น

‘ขอมปอยใหม่’ นั้นนับไม่หวังตั้ง

ขอตอบแทนมหิตต์ที่หนีหาย
แกไม่คิดจะให้ท้ายฝรั่งหรอก
แล้วก็ไม่แนะนำคำห้วนอก
จะขอบอกอธิบายให้คลายใจ

ลองทำใจให้เป็นกลางบ้างสักครั้ง
จีนฝรั่งแขกพม่าไม่ว่าไหน
ล้วนแปลกหน้าใช้ว่าจะเป็นที่ไทย
จะเหนือใต้ใกล้ไกลไม่สำคัญ

เมื่อแรกไทยใช้คำแขกก็ขลุ่ยขลุ่ย

แต่หนักหนักเข้าก็คลายหายเฉยจฉันท

แล้วเลียดิตในภาษามามากวัน

ปัจจุบันกลายเป็นไทย—แขกไม่นับ

คำไทยไทยที่เคยใช้ก็มีอยู่

แต่ไม่สู้จะถูกใจไม่จำนับ

ไม่แพรวพราวหูหร่าน่าออกรับ

ไม่เหมือนกลับคำแขกเขาแปลกมา

ถึงยุคใหม่ไทยซักรักฝรั่ง

ออกจะคลั่งคล่องแล้วแนวหวังจำ

เป็นแฟชั่นเกร่อกลุ่มทั้งพารา

ขคนย่นตาแต่เข้าใจเป็นไรมี

ส่วนศิษย์แขกทักกันว่า “ภาษาวิบัติ”

นักภาษาต่างถิ่นดักกัน “แอนตัส”

เพ็งจะเห่อภาษาไทยทำไงดี

ก็โจมตีคำฝรั่งพังยับไป

เสร็จแล้วเกิดกลุ่มใจขึ้นมาอีก

จะหลบหลีกคำฝรั่งยังไงไหว

ทั้ง “ทว” “แพชชั่น” อัดอั้นใจ

เราคนไทยต้องพูดไทยร้อยเปอร์เซ็นต์

ตอนนั้นก็ถึงครา “ภาษาอุบัติ”

ต้องบัญญัติศัพท์ใหม่ๆ ให้ออร์เลสน

“TV” เป็น “โทรทัศน์” ไทยชัดเจน

“Culture” เป็น “วัฒนธรรม” กำพันทาง

คิดขึ้นมาว่าหว่าว (แต่พองาม)

ไยยุ่งยากลูกกลมปามเป็นหาง

ทั้งฝรั่งฉวยเอาแขกมาแทรกกลาง

แล้วกลับคว้าง—หาคำไทยแทบไม่เจอ

เราแปลงชาติคำแขกเป็นไทยได้

แถมยังคิดขึ้นมาใหม่ใช้กันเกร่อ

แล้วคำไทยเชื่อฝรั่งดังพระเรอ

จะเขยอเสมอกันมันเป็นไง

ปัญหาใหญ่เรงน้อมอยู่ว่า

เราจะหาคำอะไรใช้แทนได้

โดยไม่ให้ความหมายเพี้ยนกลายไป

และไม่ใช้ภาษาอันให้คน เกิน

ปัญหานี้เห็นทีจะแก้ยาก

ละเลงขนมเบื้องด้วยปากไม่ยอกเงิน

“น้ำประปา” “ไฟฟ้า” ไม่น่าเมิน

อยากจะเจริญเจริญตามเห็นงามดี

ก็เมื่อเราขอมรับเอาคำแขก
เข้ามาแทรกภาษาไทยอยู่ยังมี
สัญชาติไทยเชื้อชาติแขกก็แปลกดี
คำฝรั่งไปไม่มีคนขอมรับ ?

‘โทรทัศน์’ นั้นใช่คำไทยหรือ ?
ครั้นจะหว่าเรียก ‘ทีวี’ ก็ถูกจับ
เรียก ‘หนังตุ’ ก็ไม่โก้ไม่โชว์ทรัพย์
สามภาษานี้จะจับเอาคำใด ?

ที่ว่าไม่ใช่จะเขี้ยวฝรั่ง
เป็นแต่ยังข้องจิตคิดสงสัย
ทั้งฝรั่งทั้งแขกไม่ใช่ไทย
แล้วทำไมใช่แต่แขกแปลกจ้งเลย

มหตศ

ชนคำ เดือนเก้า ปมะเส็ง

ตอบ “คางโหน”

ถ้าใช้แขกเพราะแบบพุทธศาสนา
อย่างคางโหนอ้างก็น่าหัว
ด้วยต่อไปภาษาไทยคงพันพัน
ขึ้นยังมีวัดคืออย่างนี้ทุกที่ไป
เช่นลัทธิวิชาการด้านต่อต้าน
เราตามอย่างไรครมภาษาไหน
ให้หาคำชาติเขาเอามาใช้
คงสนุกกันใหญ่ได้ใจจัง
แต่ที่นั่นมันไม่เป็นอย่างที่ว่า
“นาฬิกา” “จักรยานยนต์” จน “รถ” ถึง
“วิทยุ” “โทรศัพท์” กลับประดิษฐ์
ของฝรั่ง ตั้งชื่อแขกแปลกชอบกล
เรื่องเกี่ยวกับศาสนาใช้คำแขก
ตอนแรกแรกก็อ้างดีมีเหตุผล
อยู่ต่อมาชักเล่นเป็นเล่นเต็มทน
กลายเป็นแขกเข้ามาปนทุกเรื่องไป

กาลา

๒ ส.ค. ๐๘



ไบเซียมชั้นหนอขอทำนาย
เคราะห์จะร้ายโรครุมกลุ่มหนักหนา
จนรถไฟไปรถเม็กลงเกตรา
จะอปรยับเขินจงเดินไป
บัดนั้นหรือคือคนนั้น
แต่งสีปูนเหลืองขมกลิ่นมีไฟ
อยากรู้จักรีบไปทักก่อนเป็นไร
ถามลูกไซ้แผดห่าอย่าปรารมภ์



ใครเสียงได้ใบนี้ดังเหลือแสน
ไม่ขาดแคลนทุนรอนสปอนเซอร์
เร่งแทงห่วยทุกทูกงวดตรวจเวียงเบอร์
จำนะเออ “หกหน้าหลัง” รางวัลงาม !
วันพูนขึ้นเห็นที่จะเคราะห์ล้ม
ราหุอมโบทันวันต้องห้าม
จะไปไหนดูฤกษ์แล้วเบิกยาม
ต้องตัดไม้ข่มนามให้สามรา



ผู้ใดได้ใบนทจะร้าย

ขอทำนายให้รู้โช่งแห่ง

ขาจะหักแขนจะเดาะเคราะห์จะแรง

ฟันเป็นแมงแตงเป็นสิ่วฝิวจะดี

แม้นเดินหนฝนตกจะเป็นหวัด

อาจออกหัดสุกใสเป็นไข้

ถามเนอู่อยู่ใกล้ไกลเห็นได้

เข้าไปช้เขาจะทักรักกันจม

เบมร

ยุกยุกยุกยุกยุก

ตบผลุงเล็ด๔สาดฉาดฉาน

คตานคตานคตานคตานคตานคตาน

ชมชานตามตบตะปบยุก

ตบตบตบตบตบตบ

จนครบทุกพันธุ์กันยุกหยัน

พันพันพันพันพันพัน

ปฐมกรรมรื่องเล็ดไว่ล้างต้น

ขามสอบ

เริ่มสอบห้าตุลา มือไม้ชาปากสั่น ใจผกผันตระหนก
จิ้งจกตกเป็นนาง กินข้าวพลงแต่งตัว หัวหัวพลงใส่เกือก
เลือกเสื้อพลงนุ่งผ้า จับตำราขึ้นท่อง ไม่อยากมองขว้างทิ้ง
แล้วกลานตั้งไปเก็บ คิดแล้วเจ็บใจครั้น จะตั้งวันที่ตนเอง
จะข่มเหงก็ตัวเรา โทษโง่เขลาเบาจิต ไม่เร่งคิดเร่งค้น ไม่เร่ง
บันเร่งเรียน ไม่เร่งเพียรเร่งมู ชอบแต่กู่เรื่องคุย ชอบแต่
กรุยทางเที่ยว ชอบแต่ลดเลี้ยวเล่น งานเรียนไม่เป็นสำ
มาคิดจำยามจน มาคิดขวนขวามสอบ ชอบเร่งคิดเร่งแก้ กว่า
คิดได้สายแล้ สนุกแห่ทุกที

มัลลข

สอบค่าประพันธ์

ปี ๔-๖๑



ผ่านมาเห็นสวนอักษรกลอนข้างฝา
นำต้นตอไม้ดอกออกไสว
ทั้งไม้เอกไม้โทโตเหลือใจ
ไม้มีล้นนั้นหรือคร้อหลังคา

ที่กลางสวนมีสระปลาคละคล้า
สระอำสระอ้อต้นักหนา
ลงดำผุดดำว่ายในสระอา
แล้วรำลึกลาปูเดินดูพลาง

เห็น ล ลิงชิงไต้ไม้ยมก
ฮ นกฮูกเกาะกอกไม้ลากข้าง
ไม้ไต่คู้ขึ้นไซร์ไซ้ผูกข้าง
ส่วนไม้หางตุตโอบเลี้ยงเกลี้ยงทันใจ



เมื่อวานน^๑เขียนไว้^๒คนถาม
ขอขมาย^๓ข้อความ^๔อัสก^๕หน้อย
ที่เขียน^๖จน^๗ไม่ได้^๘ขอ^๙ให้^{๑๐}เห็น^{๑๑}คล้อย
จะ^{๑๒}ลง^{๑๓}รอย^{๑๔}หรือ^{๑๕}จะ^{๑๖}ป^{๑๗}ราม^{๑๘} ก็^{๑๙}ตาม^{๒๐}ที่

หยาม

คว้าม

ขาม

หาม

๑ ล ๑



ยังคิดก็ขังแก่น
น้ำประปาไม่ไหล
ขันมีขอดตุ้มไป
เออช่างแห้งช่างแล้ง
อ้าแม่ผู้โอบเอื้อ
ดูใครขอวิงวอน
เชิญแม่มีงสมร
เร่งแห่งนางแมวลา

ป.ล. แต่งไว้เมื่อขาดน้ำ
ไม่ได้แก้แมว
ติดบอร์ดแล้วจึงรู้
อยู่โพ้นฟิลิปปีนส์

กั้งใจ
ก๊อกแห้ง
จนเหือด
แน่นแท้ทะเลทราย
สวัสดีกร
ขาดน้ำ
หาฤกษ์
เดิสดักคนชม

มาบดินมีกล้า
สวัสดีการนอนคู่



ข้าจะกินมันดีกว่าข้าจะอ้วน
ข้าจะบ้วนมันดีกว่าข้าจะเปราะ
ข้าจะอ้อมมันดีกว่ากินเขอะเขอะ
โรไฮ้เฮอะ!!!

(มันเข็นเซอร์เสียบอีกแล้ว!!)

กาลกนิ์

๑๗ ก.ย. ๐๘



๕ ๕ ๕ ๕ ๕ ๕
เบอเบอเบอเบอเบอเบอ
ขู่ขากล้าปากเหลือไอ้โลกบ้า
ร้อนรุ่มกลุ่มกัณฑ์ขัตุรา
มีแต่เรื่องบ้านำรำคาญ
เกือบจะบ้าเสียวันละร้อยหน
กลุ่มเต็มทนจนหัวจะเดือคพล่าน
อีกสักเมื่อไรจะถึงกาล
ได้เลิกงานชานล้มลงถมดิน ?

มิลกนุ

“จำ”

จำใจจำจากเจ้า
จำนำนาฬิกา

จำเป็นจึงจำไป
จำได้เมื่อวันขึ้น

จำเพาะง่วงจำหนับ
จำวัดอยู่ลำลอง

จำเลยขอมจำนน

เลิกจับเจ้าจำนรรจา
จำต้องลาไปถ่ายคัน

จำใจต้องจำฝน
พตองขื่นประจำของ

จำต้องหลับลงกับพลอง
หมู่จำนองเดินผ่านมา

จำจงมาสห้าวัน

.
.

แต่งไว้ยังไม่จบ
เข้าบ้านพาลหุนหัน
จำงายจึงตนขุ่น
จะจบว่ากระไร

พอจวนพลบแดดหลบพลัน
ไฟก็ดับเลยหลับไป
ซักมันมันจำไม่ได้
เรื่อง “จำ” ไหลไปเป็น “ลืม”



เมื่อก่อนที่ในหลวงทรงดนตรี
ขลุ่ยรอดตายน้อยเต็มทีน้ำสงสาร
ตบมือกันแต่ละหอนขลุ่ยลนลาน
เสียงฉาดฉานขลุ่ยบันหล่นกันกราว

มหิตติขมทิศี
๒๑ ก.ย. ๐๘



bang—bang
bang—bang

bang—bang—bang
let me out!
let me out!
pounding bars
sobbing
a rebel's Heart

tick—tock—tick
please
let go of me
chokes the ailing One
warm
smiling
Gentle Grass nods consent
(run shadows run! run!)
The Old Man blooms.

MIDDAY COWBOY

BY RAT-NA

(Enter Big Bull)

Big Bull: Good morning. Sorry to have been so late. The traffic was so heavy. Nearly got killed twice in the stampede. Phew! Betty Jo, that's my horse, sprained her ankle badly, though. Does everyone understand me, huh? OK. Let's get down to business. My name is Big Bull. Call me B.B. if you like,

Student 1: (To neighbor) Big what? Bull or Bully?

B.B.: GGrrrrrr!! (Starts counting to 83) I answer to all names—that is, so long as it's not Big Belly, Does everyone understand me?

Student 1: (All red from neck up—thanks to Mme, Frankenstein's secret formula—or is it mosquito bites?)

Sorry, sir.

(Ready to submerge into her sea of books and Kluey Khaek bags.)

B.B.: SSahhhrrrrrrrrrr!! Say it ten times. Rrrrrrrrrrrrrrrrrrr

(AD-LIB)

B.B.: Alright! Alright! Whoa!!!! Stoppette—oops, sorry—stop it, Will you! Time's almost up. Any questions, huh? Not even answers??

Student 2: Sir, some of your front teeth are missing. Would you mind telling us just what happened to them? That would be very interesting, phonetics—wise.

Student 5: Right. Is it from some heroic fight? Some fight.

B.B.: Er.....uh. huh.....ahemah...ahh....aaachh-hooooo!!!! Right, you see, class—*that's* a pure /ch/ sound. Remember never say /sh/ in your achoos. You must be able to perform it....ah....ahh....aachhhoo!! Excuse me. Perform it somewhat subconsciously. By the way, it reminds me this is a pretty good way—practical, too—(also practicable :sigh:) to practise your /ch/. Next time you sneeze....ahhch!!!! Yes, just like this.

Student 2: But....what about your, er,.....

B.B.: Oh, yes. Well, you see,.....you see.....

Student 3: Rrrrrright!! We certainly see. And we do expect to see more of it.

B.B.: (Aside: Why, you clods!)
(Aloud) Well, ahem, you see....(:gulp:) I was teaching a class. Does everyone understand? A /klaes/, that is. Gooddd! I was doing this nasty /ch/ sound. And—well, perhaps I was....well, anyhow,....

Student 4: Here we go again!

B.B.: (Looks him straight in the eyes with a black, murderous look. Student 4 falls off his chair).

Phonetically, er....phonetically....well, you see, huh?

(Students nod in unison).

Next thing I knew my students were busy ducking and running for cover. Alright, everybody, time you, too, went running for the next class. Giddy—yap!!!! SShoo!! (Exeunt all but B.B., on all fours, looking for his new pair of contract lenses).

: CURTAIN :

(If any)

ถ้าข้าพเจ้าชราแล้ว

โดย

ศาสตราจารย์นายแพทย์ เสนอ อินทรสุขศรี

ข้าพเจ้าชราแล้ว

โดย . . . ศาสตราจารย์ นายเสนอ อินทรสุภศรี

ข้าพเจ้าเชื่อว่า เราแทบทุกคนคงเคยได้ยินใคร ๆ พูดเสมอว่า ถ้าคนเราไม่แก่ชราลงไปได้ ก็คงจะเป็นโชควาสนามหาศาล นั่นคือ ทุกคนไม่อยากจะแก่ ทุกคนอยากมีชีวิตต่อไป และให้มีชีวิตเป็นอย่างดีสาว ๆ หนุ่ม ๆ กระชุ่มกระชวย จนถึงกับใฝ่ฝันที่จะค้นพบยาอายุวัฒนะเพื่อนำมาใช้ให้เป็นหนุ่มสาวอยู่เสมอ แต่ชีวิตมนุษย์หาได้หนีพ้นจากความจริงไปได้ไม่ ทุกคนจะต้องผ่านเข้าสู่วัยชรา และในที่สุดก็จะสูญสิ้นชีวิตไป เช่นเดียวกับธรรมดาของโลก เมื่ออุบัติก็ย่อมมีวิบัต

ทุกคนกลัวชีวิตในวัยชรา กลัวจะต้องงก ๆ เงิน ๆ และขาดความสามารถที่จะกระทำสิ่งใด ๆ หลายต่อหลายประการที่ตนเคยได้ผ่านมาในชีวิตของความเป็นหนุ่มสาว เวลาของวัยชราที่ผ่านไปอย่างรวดเร็ว และชีวิตก็ดูเหมือนจะสั้นลงทุกที จนเปรียบเทียบกันว่า เหมือนไม้ใกล้ฝั่ง ทุกคนกลัวว่าความชราจะทำให้ตนขาดความเหลือวเลเอาใจใส่ ถูกตัดออกจากสังคม และตนไม่สามารถที่จะกระทำตนทั้งกายและใจให้เข้ากับวัยแห่งตนได้

แต่ในทุกวันนี้ ไม่ใช่ว่าเป็นเรื่องที่จะต้องเต็มไปด้วยความทุกข์ขมขื่นใจ หรือน่ากลัวแต่อย่างใดเลย ถ้าหากว่าทุกคนจะเข้าใจถึงความจริงแท้แห่งชีวิต และเตรียมตัวที่จะรับความจริงนั้นไว้เสมอ เราจะต้องเตรียม

กายและใจเพื่อที่จะหาทางปฏิบัติตนที่จะทำให้ตนเองเป็นสุข และมีสมรรถภาพสมกับอายุของตน

ถ้าข้าพเจ้าจะต้องย่างเข้าสู่ความชราภาพ ข้าพเจ้าจะคิดหรือกระทำ
ตนอย่างไร ลองมาคุยและคิดหาวิธีกันดูบ้าง

ข้าพเจ้า เมื่อชราจนมีอายุเลย ๖๐-๗๐ ปีไปแล้ว ตามที่คนไทย
เราจะนึกคิดเอาว่า เป็นวัยที่ชราแล้วนี่ ข้าพเจ้าจะคิดเสมอว่า ข้าพเจ้า
ได้ผ่านชีวิต ได้ผ่านโลกมามากพอ มีความเฉลียวฉลาดอยู่ในตัวของ
ข้าพเจ้ามากพอตัวอยู่เหมือนกัน มากพอที่จะเป็นประโยชน์แก่คนหนุ่มสาว
ทั้งหลาย มากพอที่จะให้คำปรึกษา ข้อแนะนำ และความคิดต่าง ๆ ได้
เพราะความชำนาญต่อชีวิตมานานแล้ว อย่างน้อยที่สุด ก็ยังจะเป็นคนที่มี
ประโยชน์สำหรับคนอื่น ๆ ได้เสมอ แม้ว่าร่างกายไม่สามารถที่จะกระทำ
สิ่งใด ๆ ได้เหมือนเมื่อสมัยยังหนุ่มสาวก็ตาม

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราแล้วเช่นนี้ ข้าพเจ้าก็ยังมีความปรารถนาที่จะให้
ทุกคนเห็นว่า ข้าพเจ้าก็คือบุคคลผู้หนึ่ง หรือชีวิตชีวิตหนึ่ง ซึ่งมีความ
เป็นคนอยู่ มีความพึงใจ และไม่พึงใจ เช่นเดียวกับบุคคลทั้งหลาย ซึ่ง
ทุกคนควรจะเห็นใจข้าพเจ้าบ้าง และถือว่าข้าพเจ้าก็มีความคิดนึกเช่นเขา
ด้วยเหมือนกัน

เมื่อข้าพเจ้าแก่ตัวลง ข้าพเจ้าจะไม่พยายามรบกวนใครจนเกินไป
ที่จะต้องมาเป็นห่วงกังวลและสงสารข้าพเจ้า จริงอยู่ ข้าพเจ้าอาจมีกำลัง
กายอ่อนแอลงไปเพราะวัยชราเช่นนั้น แต่ก็ไม่ปรารถนาเลยที่จะให้ใคร ๆ
เห็นว่า ข้าพเจ้าอ่อนแอจนถึงกับคนอื่น ๆ ต้องมาห่วงใยไม่เป็นอันที่จะทำ
มาหาเลี้ยงชีพ หรือทำงานใด ๆ ที่เป็นความสุขของเขาได้ ข้าพเจ้าจะ

พยายามระวังตนเอง และจะใช้ความสามารถจากสมองและจิตใจของข้าพเจ้าให้เต็มที่ ข้าพเจ้าจะตัดสินใจต่อปัญหาต่าง ๆ ของข้าพเจ้าเอง โดยไม่รบกวนจิตใจใครมาช่วยวางแผนในการแก้ปัญหาให้ ข้าพเจ้าจะเลือกเสื้อผ้าที่ข้าพเจ้าสวมใส่เอง ไปที่ใด ๆ หรือเวลาไหน ๆ เอง และทราบเวลาที่จะนอนเอง โดยใครอย่าได้มาเอาใจใส่เรื่องเหล่านี้เลย ข้าพเจ้าจะไม่แสนงอนเหมือนกับคนแก่ทั้งหลายที่คอยคิดว่าช่างไม่มีลูกหลานเอาใจใส่เรื่องแต่งตัว เรื่องพาไปไหนมาไหน หรือการกินการนอนเสียเลย อย่างที่คนชราทั้งหลายชอบคิดมากเกินไป

เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหบางอย่าง ข้าพเจ้าก็ยอมเหมือนคนอื่น ๆ ทั้งหลาย คือ ประสงค์จะได้คำแนะนำปรึกษาหารือ แต่จะต้องการเฉพาะบางอย่าง และข้าพเจ้าเป็นผู้ขอร้องขึ้นเท่านั้น ไม่ใช่จะมาแนะนำหรือบอกให้ข้าพเจ้าทำโดยข้าพเจ้าไม่ขอร้อง

เมื่อถึงวัยชรา ข้าพเจ้าจะคิดเสมอว่า ชีวิตกับงานเป็นของคู่กัน งานทำให้เกิดความสุขทางใจได้ ข้าพเจ้าจะไม่ยอมอยู่หนึ่ง ๆ เจย ๆ หนึ่ง ๆ นอน ๆ แต่จะพยายามหางานต่าง ๆ มาทำเพื่อคลายเหงา และหาความสุขให้แก่จิตใจ ถ้าหากงานนั้นไม่อาจทำได้ตลอดวัน แต่ก็จะทำให้ได้ในเวลามากที่สุดเท่าที่วัยชราจะอำนวยให้ ข้าพเจ้าจะคิดเสมอว่า อย่าละทิ้งงานบางอย่าง แต่ก็ทิ้งงานเสียบางอย่าง งานที่จะเลือกทำนั้น ข้าพเจ้าจะทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์แก่คนอื่น เพื่อจะทำให้จิตใจข้าพเจ้าสุขเสมอโดยบังเกิดความรู้อิสระกว่าตนเองนั้นยังมีประโยชน์ต่อสังคม

ความชรา จะไม่ใช่อุปสรรคที่จะทำให้ข้าพเจ้าเกิดความเคารพในตนเอง หรือผู้อื่นในสังคมที่ข้าพเจ้าร่วมอยู่ด้วย ข้าพเจ้าจะพยายามหาทางช่วยเหลือใคร ๆ ได้เสมอตามที่ใครปรารถนาที่จะให้ข้าพเจ้าช่วยได้

ข้าพเจ้าจะยังคงเชื่อต่อคำพูดที่พูดกันอยู่เสมอว่า “ไม่แก่เกินเรียน” ทั้งนี้ แม้ว่าจะอยู่ในวัยชราเช่นนั้นก็จริง ข้าพเจ้าก็ยังคงจะศึกษา จะอ่าน จะเขียน จะเรียนให้รู้เพื่อหาแนวความคิดใหม่ ๆ แปลก ๆ เพื่อตัวของข้าพเจ้าเอง และเผยแพร่ให้คนอื่นต่อไปอีก

เมื่อข้าพเจ้าชรา ข้าพเจ้าจะยังคงหาความสนุกสนานเบิกบานใจให้แก่ตนเองอยู่เสมอ ถ้าหากจะมีใครกล่าวว่าข้าพเจ้าแก่เกินที่จะร่วมสนุกสนานกับใคร ๆ เดินทางท่องเที่ยว, จัดงานเลี้ยงเพื่อน ๆ หรือไปมาหาสู่ใคร ๆ แล้ว ข้าพเจ้าก็จะชี้แจงให้เขาทราบว่า คนชรานั้นต้องการพักผ่อนหย่อนใจ เช่นหนุ่มสาวทั้งหลายเหมือนกัน ข้าพเจ้าจะมีความรู้สึกถึงความสำคัญของการที่จะต้องมีเพื่อนฝูงที่จะมานั่งสนทนากัน และวิพากษ์วิจารณ์กันถึงความ เป็นไปของโลก บางครั้งเราก็อาจสนทนากันถึงเรื่องชีวิตในความหลังที่ผ่านไป แต่ข้าพเจ้าจะพยายามที่จะไม่บอกพวกเด็ก ๆ ถึงความแตกต่างในสมัยของข้าพเจ้ากับสมัยปัจจุบันเลย เพราะมันย่อมเปรียบเทียบกันได้ยาก จะทำให้พวกเด็ก ๆ พวกนั้นเห็นว่าข้าพเจ้านั้นช่างโบราณคร่ำครึ และช่างไม่เข้าใจเสียเลยว่่า ปัจจุบันนี้สังคมมีการปฏิรูป และเปลี่ยนแปลงไปแล้วอย่างไรบ้าง

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราลงไป เมื่อข้าพเจ้าพูดผิด หรือทำสิ่งใดผิดพลาด ข้าพเจ้ามีความประสงค์ที่จะให้ใคร ๆ เตือนหรือแย้งข้าพเจ้าได้ แต่จะไม่ปรารถนาที่จะให้ใครมาบอกว่า “ตาแก่คนนี้ หรือ ยายแก่คนนี้ แก่แก่จนไม่เข้าใจอะไรเสียเลย” ข้าพเจ้าจะทำใจให้เป็นปรกติเมื่อมีใครเตือนหรือใครแย้ง เมื่อมีเหตุผล ไม่ใช่จะคิดว่าตนอายุมากจะต้องพูดต้องทำสิ่งใดถูกเสมอไป เด็ก ๆ อาจฉลาดกว่าข้าพเจ้าในบางอย่างก็ได้

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชรา ข้าพเจ้าเชื่อว่า ถ้าหากข้าพเจ้าเกิดแสดงอาการ
เกรี้ยวกราด หรือหงุดหงิดขึ้นมาบ้าง เด็ก ๆ และลูกหลานทั้งหลายก็คงจะ
ให้อภัยข้าพเจ้าบ้าง เพราะข้าพเจ้าย่อมเสียใจต่อการกระทำของตนเหมือนกัน
เมื่ออารมณ์ต่าง ๆ หมดสิ้นไป และภายหลังที่ได้ใคร่ครวญคิดได้ว่า มิควร
เอาแต่อารมณ์ของตน

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราลง ข้าพเจ้าจะต้องคิดเสมอว่า ลูก ๆ อาจมีได้
อยู่ใกล้ชิด หรืออยู่ร่วมชายคาเรือนเดียวกับข้าพเจ้าก็ได้ พวกลูก ๆ อาจ
ไปอยู่ต่างหากกับครอบครัวของเขาเอง ลูกคนไหนจะมีจิตใจเล็งดูข้าพเจ้า
ก็แล้วแต่จะนึกถึงความมคัฎญุกตเวที แต่ก็ไม่ใช่ว่าจะน้อยอกน้อยใจตนเอง
ในคนอื่น ๆ ซึ่งมีความจำเป็นบางประการที่ไม่อาจมาเฝ้าอยู่ดูแลข้าพเจ้าได้
และคิดไปว่า ลูกเหล่านั้นขาดกตัญญุกตเวที ข้าพเจ้าไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยว
เป็นเจ้าของกิจการในเวลาที่ถูกของข้าพเจ้า กับลูกเขย หรือลูกสะใภ้ จะ
แสดงความรักใคร่กัน คุยสนทนากันแบบคู่ผิวตัวเมียทั้งหลาย หรือมีการ
ทะเลาะเบาะแว้งกัน เพราะเป็นเรื่องของสามีภรรยาเขา หรือพวกหลาน ๆ
ก็ตาม เมื่อพ่อแม่ของเขาทำลัษณะว่าสั่งสอน ข้าพเจ้าจะไม่ยุ่งเกี่ยว หรือ
เข้าข้างเด็กจนทำให้เด็กเสียนิสัย ข้าพเจ้าจะเพียงคอยช่วยเหลือแนะนำ
เตือนให้ลูก ๆ หลาน ๆ ประพฤติตนให้ถูก และในทางอันดีงาม หรือเมื่อ
ลูก ๆ และเขยสะใภ้ขอร้อง ซึ่งข้าพเจ้าจะช่วยอย่างเต็มสติกำลังปัญญาของ
ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะให้ความรัก ความเอ็นดู เขยหรือสะใภ้เท่า ๆ กับรัก
ลูกของตัวเองเหมือนกัน และจะเคารพในสิทธิของแต่ละบุคคลด้วย

เมื่อข้าพเจ้าชราลง ข้าพเจ้าย่อมปรารถนาที่จะให้ทุกคนในครอบ-
ครัวหรือในสังคมเคารพนับถือข้าพเจ้าในฐานะเป็นผู้ใหญ่คนหนึ่ง ฉะนั้น

ข้าพเจ้าจะต้องพยายามเข้าใจถึงความต้องการของแต่ละบุคคล และเข้าใจถึงแต่ละวัย ข้าพเจ้าจะไม่มองเห็นไปว่า เด็กซึ่งอายุหนุ่มสาวแล้วนั้นเหมือนกับยังเป็นทารก หรือลูกซึ่งอายุ ๓๐-๔๐ ปีแล้ว ยังคิดว่าเป็นเด็กอยู่เสมอ โดยเอามาเปรียบกับอายุของข้าพเจ้า หรือโดยเฉพาะเคยเลี้ยงดูกันมาแต่เล็ก จนลืมไปว่าคนเหล่านั้นโตจนเป็นผู้ใหญ่มากพอที่เขารู้จักตัดสินใจปัญหา หรือรู้จักผิดชอบชั่วดีของตนเองได้แล้ว

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราลง ข้าพเจ้าจะพยายามแสวงหาความจริง และแสวงหาความรู้ หรือคำแนะนำสั่งสอนต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้สุขภาพจิตของข้าพเจ้าดีเสมอ คำสั่งสอนจากพระธรรม ข้าพเจ้าคิดว่าจะช่วยาล่อมจิตใจให้ข้าพเจ้าเป็นสุข และข้าพเจ้าจะยึดไตรสรณะไว้เป็นที่พึ่งเสมอ

เมื่อยามเจ็บไข้ได้ป่วย แม้จะชราภาพก็จริง ข้าพเจ้าก็จะพึ่งแพทย์ให้ช่วยเหลือดูแลข้าพเจ้าเยี่ยงคนเจ็บไข้ทั้งหลาย ข้าพเจ้าไม่ยอมให้แพทย์พูดอย่างง่าย ๆ ว่า “ข้าพเจ้าไม่ได้เป็นอะไรมากนัก มันเป็นเรื่องของคนวัยชรา” ข้าพเจ้าไม่ได้ประสงค์ที่จะให้แพทย์ชুবร่างกายให้กลับเป็นหนุ่มสาวใหม่ คือ ไม่ใช่รักษา “อายุ” ของข้าพเจ้า แต่ให้ช่วยรักษา “โรค” ข้าพเจ้าอย่าให้ข้าพเจ้าต้องทรุดลงไป ข้าพเจ้าต้องการให้แพทย์รักษา “ความเป็นคน” ของข้าพเจ้าด้วย ไม่ใช่รักษาแต่ “โรค” ในขณะเดียวกัน ข้าพเจ้าก็จะให้ความไว้วางใจแพทย์ เชื่อถือและปฏิบัติตามคำแนะนำ ข้าพเจ้าจะไม่ต่อต้านและไม่ยอมรับการรักษาด้วยความหวังดีของแพทย์ เหมือนเช่นคนชราจำนวนมาก ที่มีจะพูดเสมอว่า “แก่มากแล้ว จะอายุยืนไปได้สักกี่วัน อย่าทำให้ต้องเดือดร้อนตนเองหรือผู้อื่นเลย” หรือบางคนก็ไม่ยอมไปหาแพทย์เสียเลย เพราะเหตุผลเพียงนึกเดียวเท่านั้น คือ เกรง

ว่าจะเสียเงินทองไปในการรักษาตนเอง และจะทำให้ลูกหลานต้องรับความยุ่งยากด้านการเงิน

ข้าพเจ้าจะใช้ความพยายามของตนเอง เพื่อให้มีชีวิตอยู่โดยยอมรับความเจ็บป่วย และการขาดสมรรถภาพลงไป โดยจะมองมันในแง่ว่าเป็นสิ่งธรรมดาที่มนุษย์ทุกคนจะต้องประสบ แพทย์จะบอกข้าพเจ้าได้ทีว่าสิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควรที่จะช่วยให้ข้าพเจ้าคืนสู่สภาพปกติได้โดยเร็ว

เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราลง ข้าพเจ้าจะศึกษาถึงเรื่องอาหารว่า ในคนชราควรรับประทานอาหารอย่างไร จำนวนเท่าไร และเวลาไหนบ้าง เพราะข้าพเจ้าทราบดีว่า วัยชรา นั้น อาหารมากเกินไป หรือน้อยเกินไป ย่อมเป็นอันตรายต่อชีวิตอย่างยิ่ง ข้าพเจ้าได้เตรียมตัวมาแต่ยังหนุ่มสาวมาแล้วที่จะเลือกอาหารรับประทานทุกอย่างที่ข้าพเจ้าต้องการ และมีประโยชน์ต่อร่างกาย ไม่ยอมอดๆ อดยากๆ เป็นอันขาด เพราะเมื่อถึงวัยชรา แม้ว่าข้าพเจ้าจะมั่งมีเงินทองสักเพียงไร อาหารที่ข้าพเจ้ายอมอดมานั้นก็ไม่อาจทำให้ข้าพเจ้ารับประทานได้สมอยากเลย เมื่อมาถึงวัยชราเช่นนี้ ข้าพเจ้าจะขอคำแนะนำจากแพทย์ให้ข้าพเจ้าทราบว่า อาหารชนิดใดที่จะเหมาะสมสำหรับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าคิดว่าอายุวัยนั้นแล้ว อาหารของข้าพเจ้าจะต้องทำให้ข้าพเจ้ามีความสุขอย่างยิ่งในการรับประทานมากกว่าอย่างอื่น

เมื่อข้าพเจ้าสู่วัยชรา ข้าพเจ้าปรารถนาที่จะอยู่บ้าน ซึ่งข้าพเจ้ามีสิทธิเป็นเจ้าของโดยตนเอง ข้าพเจ้าจะได้ใช้ชีวิตส่วนตัวของข้าพเจ้าให้มีความสุขตามความปรารถนาของตนได้ ข้าพเจ้าจะได้ไม่ต้องห่วงวิตกกังวลถึงเรื่องค่าเช่าบ้าน ไม่ต้องห่วงว่าใครจะตื่นขึ้นมารำคาญ เมื่อข้าพเจ้าหลับอย่างสนิทและกรนเสียงดัง ไม่ต้องกลัวว่าใครจะรำคาญ ถ้าข้าพเจ้าจะตื่น

ขึ้นมาตอนกลางคืนคึก ๆ เปิดไฟสว่างจ้า อ่านหนังสือ หรือทำอะไรตามความพอใจของข้าพเจ้า ไม่ต้องกลัวใครจะบ่นเมื่อข้าพเจ้าอยากจะเปิดหน้าต่าง

ถ้าเป็นไปได้ ข้าพเจ้าก็อยากมีบ้านอยู่ในที่จะอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ให้ และจะให้สุขภาพของข้าพเจ้าดีอยู่เสมอ บ้านที่ข้าพเจ้าไม่ต้องลำบากในการต้องขึ้น ๆ ลง ๆ บันไดสูง ๆ บ้านที่ซึ่งเมื่อคึกอยากไปชมภาพยนตร์ก็ไปได้ง่าย อยากไปซื้อของ ซื้อหนังสือ ก็ไม่ต้องเดินไกลนัก

ข้อที่สำคัญที่สุดข้อหนึ่ง เมื่อข้าพเจ้าแก่ชราลงนั้น ก็คือ ข้าพเจ้าจะไม่ยอมอยู่เจียม ๆ โดยแยกตัวออกมาไม่ยอมคบหาสมาคมกับใคร ๆ ข้าพเจ้ารู้ว่า การอยู่อย่างเปล่าเปลี่ยวเจียมเจียมงั้น ร้ายยิ่งไปกว่าความเจ็บป่วยเสียอีก . ถ้าหากบังเอิญจะมีเสียงอะอะบ้างบางครั้ง ก็จะพยายามทำตนให้ชินต่อเสียงนั้น เมื่อเค็กร้องให้ หรือเล่นกันอย่างอึกทึกครึกโครมสนุกสนาน ข้าพเจ้าจะไม่รำคาญ และหงุดหงิดพาลโกรธเด็ก ๆ แต่จะถือว่าเสียงเหล่านั้นเหมือนอย่างดนตรีที่จะทำให้ข้าพเจ้าหายเหงา ถ้าปราศจากเสียงเหล่านั้นแล้ว ก็เหมือนกับข้าพเจ้าอยู่ในโลกนี้แต่ผู้เดียว

ข้าพเจ้าจะสะสมเงินไว้ พอที่จะทำให้ข้าพเจ้าได้ใช้จ่ายได้อย่างเป็นสุขที่สุดในบั้นปลายของชีวิตนี้ ข้าพเจ้าจะใช้จ่ายเงินที่มีอยู่บำรุงความสุขของตนให้มากที่สุด จะแต่งบ้าน แต่งห้องนอน ห้องน้ำ และสถานที่ที่คิดว่าจะทำให้ข้าพเจ้าได้รับความสุขสบายโดยไม่คำนึงถึงว่า จะต้องเก็บเงินนั้นไว้เพื่อประโยชน์อันใดอีก อาหารภายในบ้าน ถ้าเกิดเบื่อขึ้นมา ก็จะชวนลูกหลานออกไปหารับประทานตามสถานที่ต่าง ๆ บ้าง บางครั้งบางคราว เท่าที่ทรัพย์สินที่สะสมไว้จะอำนวยให้

สำหรับการที่จะมีชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขในสังคมนั้น ข้าพเจ้าจะคิดเสมอว่า จะต้องเข้ากับคนหนุ่มสาวได้ อายุเข้าสู่วัยชราเช่นนั้นแล้ว จะต้องรู้จักเคารพตนเองและผู้อื่น เข้าใจคนอื่น ๆ และอย่าเอาจริงจังอะไรกับชีวิตจนเกินไปนัก ข้าพเจ้าอายุถึงเช่นนั้นแล้ว ข้าพเจ้าจะพยายามเข้าใจให้ดีกว่า สิ่งใดที่ปรารถนาย่อมไม่สำเร็จตามที่ปรารถนาเสมอไป ข้าพเจ้าจะไม่นำเอาความไม่พอใจต่าง ๆ มาบ่นอย่างไม่รู้จักหยุดปาก จนทำให้ลูก ๆ หลาน ๆ และคนอื่น ๆ รำคาญ ข้าพเจ้าจะคิดถึงเสมอว่า เมื่อครั้งที่ตนเป็นหนุ่มสาวนั้นต้องการสิ่งใด และรำคาญ หรือไม่ต้องการสิ่งใดจากบรรดาคนแก่ทั้งหลาย ข้าพเจ้าก็จะพยายามกระทำ และไม่กระทำในสิ่งที่เมื่อครั้งเป็นหนุ่มสาว ต้องการและไม่ต้องการนั้นเสมอ

ข้าพเจ้าพูดถึงเรื่องนี้ เป็นเพียงแต่ข้อคิดนึกของข้าพเจ้าเพื่อเตรียมตัวของข้าพเจ้าไว้ว่า เมื่อถึงวัยชราจะต้องทำอะไร ข้าพเจ้าจึงจะเป็นสุขและมีชีวิตอยู่อย่างราบรื่นด้วยความนิยมชมชื่นต่อตนเองและสังคมไปจนกว่าจะถึงวันนั้น—วันสิ้นสุดของชีวิต ที่ทุกคนจะต้องมีชีวิตผ่านไปประสพ.



๑ รัต คือแก้วก่องฟ้า
นา ไวแผ่นดินขอม
สกุล แลโคตรโตรดตรอม
ไทย ทิวสารทิศเสว้า
มาหอม
แทบเท่า
กำสรด
เมอสนรัตนฯ ๓

๑ จากพิกัสุฬา
คนอยู่ต่างหากศัลย์
ชีวิตเป็นสงอน
ขงอชยงมคตณ
คนสวรรค
โสภสะอน
ตราขยง
คกนาตาชาย ๓

๑ โลกนข้อมโหดร้าย
ไครมุ่งปรารถนาเจอ
ข้อมหลับและข้อมเพลอ
ผู้ฉลาดข้อมหลกถ
แรงเสมอ
โลกน
ลมตณ
หลบเร้นอำลา ๓๑๐๐๐

บรรณขัณฑ์ บุนปาน

๒๕ ก.พ. ๑๙

แต่ รัตนา สกฤไทย

เป็นคนที่ท้องฟ้าสดใสเลือด
ลมโหยหวนป่วนเสียงเพียงสันใจ
ถ้าน้ำตาฟ้าจะร่ำในก้านนี้
น้ำตาฟ้าน้ำตาคนวินโลมมาน
วันแรกที่รู้ข่าวก็เศร้าหนัก
เราคนห่างยังผวาด้วยอวรณ์
เสียตายเฮยเสียตายขวัญแก้วบัณฑิต
เสียตายอดมคคิเลอวิไล
จากมหาวิทยาลัย ไปบ้านนอก
ปรีญา เมตดาธรรม น้ำใจรัก
ไอ้อุดมการณ์อันอนันต์ค่า
ความดีถูกทำร้ายขายจริงเฮย
เป็นคืนเศร้าหมองแห่งท้องฟ้า
เมื่อข่าวร้ายรยระทมทุกแนว
สูงขึ้นไปเสมอหาวดาวดอกฟ้า
วานทอดตามาที่ชาติบัวง

และดาวเคียดดวงแดงคังแสงใต้
ไว้อาลัยเขว่สตร์ที่สิ้นปราณ
คงเพราะหวนไหวตามความสงสาร
ขะเขือกข่านทรวงประชาให้อาทร
แม้มิเคยรู้จัก รัก มาก่อน
มิตร บิดร มารดาเล่า ทุกข์เท่าใด ?
เสียตายดวงความคิดนิมิตใหม่
“รัตนา สกฤไทย” เสียตายนัก
จากบางกอกไต่ตระการ สูงนหนัก
ไม่พิทักษ์คุ้มครองเจ้าของเลย
ถูกชนโหดโหดพร่าอย่างซาเลย
โลกคุ้นเคยคนดีที่ตายแล้ว
พสุธาร้องไห้ด้วยใจแบ้ว
อวรณ์แฉ่วหวิวในใจทุกดวง
“รัตนา” สติมมัน ณ ชั้นสวรรค์
และขงทรวงด้วยว่า — — เราอาลัย

จินตนา ภักดีชายแดน

เจ็บหัวใจ

โดย . . . ศาสตราจารย์นายแพทย์เสนอ อินทรสุภศิริ

ขณะที่เรานั่ง ยืน, เดิน, นอน, หรือทำกิจการใด ๆ ก็ตาม จะมีใครคิดบ้างหรือไม่ว่า มีอวัยวะอย่างหนึ่งของร่างกายได้ทำหน้าที่อยู่ตลอดเวลาที่จะทำให้เราดำเนินกิริยาต่างๆ เหล่านั้นไปได้ด้วยดี อวัยวะต่างๆ หลายแห่งที่ต้องการพักผ่อนอยู่นิ่ง, ไม่มีการเคลื่อนไหว หรือหยุดการปฏิบัติงานชั่วคราวในระหว่างที่เรานอนหลับ แต่อวัยวะนั้นหาได้หยุดทำหน้าที่ไม่ ยังคงปฏิบัติไปตามหน้าที่ของตน อวัยวะนี้ทำงานตั้งแต่เริ่มต้นที่เจ้าของร่างเป็นทารกอยู่ในครรภ์ไปจนกระทั่งคลอด, เจริญเติบโตเป็นหนุ่มสาวไปจนชราภาพ, จะหยุดทำงานลงก็เมื่อร่างนั้นตายลงเท่านั้น

อวัยวะที่กล่าวนี้ ก็คือ **หัวใจ** ของคนเรานั่นเอง

เมื่อกล่าวถึงหัวใจ แทบทุกคนก็คงจะได้ทราบถึงรูปร่างขนาดและหน้าที่อย่างคร่าว ๆ มาแล้วตั้งแต่เรียนวิชาการรักษากาย หรือที่เรียกกันว่า วิชาสรีรศาสตร์และสุขวิทยา เราต้องกันมาอย่างขื่นใจทีเดียวว่า หัวใจอยู่ทางเบื้องซ้ายของทรวงอก รูปร่างคล้ายดอกบัวตูม ขนาดราวกำปั้นมือของเจ้าของ ทำหน้าที่สูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงร่างกาย ดูเหมือนส่วนมากความรู้

ของเราอีกสนทนาลงแก่นั่นเอง เพราะไม่มีใครได้สอนต่อหรือขาดการสนใจเสียเพียงแก่นั่น

ก่อนที่จะกล่าวถึงโรคของหัวใจตามที่ตั้งใจนี้ เพื่อที่จะให้ผู้สนใจได้ทราบเป็นเครื่องประดับความรู้และเข้าใจในเรื่องโรคที่จะกล่าวแล้ว ก็ใครที่จะได้พูดเรื่องหัวใจของคนเราแต่ย่อๆ เสียก่อน

หัวใจเป็นอวัยวะที่สูบฉีดโลหิตไปสู่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ไม่มีเครื่องสูบฉีดใด ๆ ที่มีสรรพภาพพอที่จะเทียบได้กับหัวใจเลย หัวใจสามารถทำงานโดยไม่มีอาการหยุดยั้งได้นับ ๑๐๐ ปี หรือตามอายุขัยของเจ้าของทีเดียว ไม่แต่เท่านั้น หัวใจเป็นอวัยวะที่นับได้ว่าทรงมหิมาไฉ่เส้น แม้สิ้นหัวใจจะร้าวหรือตีบแคบลง, กล้ามเนื้อของหัวใจจะบวมหรือตายลงบางส่วน หัวใจก็ยังทำงานต่อไปไม่หยุดยั้งจนกว่าจะหมดแรงหมดกำลังของคน นับได้ว่าธรรมชาติได้สร้างอวัยวะที่ประหลาดพิศดาร อวัยวะหนึ่งให้แก่ร่างกาย

หัวใจอยู่ในช่องของทรวงอกระหว่างปอดทั้ง ๒ ข้าง มีเยื่อหุ้มบางๆ หุ้มอยู่โดยรอบ ภายในจะมีน้ำอยู่บ้างเพียงเล็กน้อยเพื่อเป็นการหล่อลื่นไม่ให้หัวใจเสียดสีกับถุงหุ้มนั้น ในเวลาที่หัวใจมีการบีบรัดและคลายตัว หรือที่เรียกว่าหัวใจเต้น

หัวใจแบ่งออกได้เป็น ๒ ครั้ง คือ ซีกขวาและซ้าย แต่ละซีกแบ่งออกอีกเป็น ๒ ช่อง คือ ช่องบนและช่องล่าง ช่องบนทั้ง ๒ ซีก เรียกก้นว่า ออริเคิล ขวาและซ้าย ช่องล่างเรียกเวนทริเคิลขวาและซ้าย

ออริเคิลและเวนทริเคิล แต่ละข้างต่างก็จะมีช่องทางติดต่อกันโดยสิ้นหัวใจคอยปิดเปิดเป็นการกันไม่ให้เลือดไหลกลับในเวลาที่จะเวนทริเคิลบีบ

ตัวเพื่อค้นหาให้เลือดออกไปสู่วงจรโลหิต

หัวใจซีกข้างขวา ทำหน้าที่รับเลือดที่ใช้แล้วจากทั่วร่างกายเพื่อสูบฉีดไปสู่ปอดทั้ง ๒ ข้างให้เลือดผ่านปอดไปรับออกซิเจนที่ปอด และขับถ่ายคาร์บอนไดออกไซด์ออกทิ้งเสียที่ปอดนั้นเพื่อเป็นเลือดที่ดีใหม่ เลือดที่มีออกซิเจนดีพอแล้วจะไหลกลับเข้าสู่อริเคลซ้าย ลงสู่เวนทริเคิลซ้าย แล้วหัวใจบีบตัวดันเลือดนี้ไปสู่ร่างกายทั่ว ๆ ไป จนเวียนกันเป็นวงจร เช่นนี้ตลอดเรื่อยไป

ท่านเคยนึกบ้างไหมว่า เลือดของเราเวลาที่ไหลวนเวียนจนเป็นวงจรครบถ้วนนั้น ใช้เวลาอันรวดเร็วมาก ถ้าสมมติว่าเลือดจำนวนหนึ่งเริ่มต้นที่หัวใจซีกซ้าย ถือเอาว่าเริ่มต้นที่เวนทริเคิลซ้าย ผ่านไปสู่ร่างกายที่ต่าง ๆ โดยการเริ่มผ่านจากเส้นเลือดแดงใหญ่ แล้วผ่านแขนงต่าง ๆ ที่แผ่กิ่งก้านสาขาไปทั่วทุกหนทุกแห่ง จนกระทั่งในที่สุด แบ่งเป็นเส้นเลือดฝอยเล็ก ๆ ที่มีขนาดเล็กมากเพียงเม็ดเลือดแดงผ่านได้ตามทางนี้ทีละเม็ดเรียงกันไปเท่านั้น แล้วก็ผ่านสู่เส้นเลือดดำแขนงเล็ก ๆ จนในที่สุดรวมกันเข้าเป็นเส้นเลือดดำใหญ่ ไหลกลับเข้าสู่อริเคลขวา ลงสู่เวนทริเคิลขวา ถูกหัวใจบีบตัวไหลไปสู่ปอด กลับจากปอดเข้าสู่อริเคลซ้าย แล้วไหลลงสู่เวนทริเคิลซ้าย นับเป็นครบวงจรการเดินทาง เวลาที่ใช้นี้จะกินเวลาเดินทางครบวงจรราว ๆ ๒๑ วินาทีเท่านั้น

หัวใจจะทำหน้าที่บีบตัวแล้วคลายตัว เช่นนี้เป็นจังหวะไปเรียกกันตามปกติว่า หัวใจเต้น ในเวลาที่หัวใจบีบตัว จะเป็นระยะที่หัวใจสูบฉีดเอาเลือดที่อยู่ในหัวใจออกไป กล่าวคือ ซีกซ้ายก็จะสูบเอาเลือดแดงผ่านไปถึงร่างกาย ซีกขวาก็จะสูบเอาเลือดดำไปสู่ปอด ในระยะที่คลายตัว

ก็เป็นเวลาที่หัวใจสูบเอาเลือดเข้ามาสู่หัวใจ กล่าวคือ ซีกขวาก็จะมีเลือดที่ร่างกายใช้แล้วไหลกลับเข้าสู่ ซีกซ้ายก็เป็นเลือดที่ได้รับออกซิเจนจากปอด เป็นเลือดที่แล้วกลับมากิน การเต้นของหัวใจนี้เองเราจึงพบว่ามีการเต้นของเส้นเลือดแดงตามที่ต่าง ๆ ด้วย การเต้นของเส้นเลือดแดง เราเรียกว่าชีพจร ที่นิยมกล่าวก็คือบริเวณข้อมือด้านฝ่ามือใต้โคนหัวแม่มือลงมาเล็กน้อย ตำแหน่งอื่น ๆ ที่พอจะกล่าวชีพจรได้ก็อาจมีได้อีก เช่น ที่คานข้างคอทั้งสองข้าง ใต้คางทั้งสองข้าง ขมับ ขาหนีบ หลังเท้า และหลังศอกมุมคานใน ซึ่งบริเวณเหล่านี้ เป็นที่เส้นเลือดแดงมาอยู่ใกล้ ๆ กับส่วนผิวของร่างกาย จังหวะของการเต้นของหัวใจ (หรือชีพจร) มีอัตราแตกต่างกันไปแล้วแต่บุคคล อายุ เหตุแวดล้อม อารมณ์หรือการออกกำลังกาย ฯลฯ ความปกติแล้วจังหวะการเต้นของหัวใจจะประมาณ ๗๐-๘๐ ครั้ง ต่อนาที

สิ่งที่จะสัมพันธ์กันได้ก็คือ หัวใจก็เป็นอวัยวะอย่างหนึ่งของร่างกาย ดังนั้นหัวใจก็ย่อมต้องการอาหาร, ต้องการออกซิเจน และต้องการทุกสิ่งทุกอย่างที่อวัยวะต่าง ๆ ต้องการเหมือนกัน กล้ามเนื้อของหัวใจจึงได้รับสิ่งที่มันต้องการนี้ โดยทางเส้นเลือดที่แยกแขนงออกมาจากเส้นเลือดใหญ่ เส้นต้นที่ออกมาจากหัวใจนั่นเอง

และด้วยเหตุนี้เอง เส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจก็เหมือนกับเส้นเลือดตำแหน่งอื่น ๆ กล่าวคือ อาจเกิดการผิดปกติขึ้นและทำให้เกิดอาการของโรคได้ โรคที่สำคัญอย่างหนึ่งก็คือ การตีบตันของเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจ

เส้นเลือดเลี้ยงหัวใจคืบคืบ

โรคของเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจเกิดยุคทันสมัยขึ้นนี้ ปรากฏว่าจะได้พบบ่อย ๆ เหมือนกัน ก่อนอื่นควรจะทราบว่า เส้นเลือดที่เลี้ยงหัวใจมีลักษณะผิดกับเส้นเลือดที่ไปสู่อวัยวะอื่นอยู่ ๒ ประการ ประการแรกเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจนั้นจะเป็นเส้นเลือดที่มาส่งลงที่หัวใจเป็นเส้น ๆ ไป กล่าวคือ แต่ละแขนงที่แยกออกไปจากแขนงใหญ่นั้น ไม่ค่อยติดต่อกันเกี่ยวประสานซึ่งกันและกันดังเส้นเลือดของที่อื่น ๆ พุคอย่างนี้บางทีท่านผู้อ่านอาจไม่เข้าใจ เพราะหลับตาไม่เห็นภาพ ใครจะเปรียบเทียบให้เข้าใจดีขึ้นโดยเปรียบเทียบเอาว่า ถ้าเส้นเลือดเป็นรางรถไฟ ตู้รถไฟเป็นเลือดที่เคลื่อนจากหัวใจ คือ สถานีรถไฟ ที่ชุมทางรถไฟซึ่งมีรางสับหลักกันชั่วคราวนั้น ถ้าหากว่าเกิดรางใดรางหนึ่งชำรุดขึ้น รถไฟวิ่งไปทางนั้นไม่ได้ก็อาจเปลี่ยนรางวิ่งใหม่ และรางใหม่นี้ก็ไปติดต่อกับรางที่ชำรุด โดยต่อกันที่ตรงเหนือที่ชำรุดนั้นขึ้นไป รถไฟก็วิ่งไปถึงจุดหมายได้ การวางรางเช่นนี้ คล้าย ๆ กับเส้นเลือดที่ไปสู่อวัยวะต่าง ๆ ส่วนเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจนั้นเป็นรางเดี่ยวที่แยกกันออกไปจากสถานี เช่น รางรถไฟสายเหนือ แยกไปทางเหนือ สายอีสานก็แยกไปสู่อีสาน สายเดียวอย่างนี้ ถ้าเกิดรางขาดชำรุดรถไฟก็จะไปทางเหนือหรือทางอีสานนั้นไม่ได้ สินค้าที่รถไฟจะขนส่งไปคือทางเหนือหรืออีสานที่ทางชำรุดนั้น ก็ไม่ได้รับสินค้าที่รถไฟนำขนส่งไปให้ ฉะนั้น ถ้าหากเส้นแขนงใดที่ไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจที่ใดเสียไป ก็ไม่มีเลือดไปสู่กล้ามเนื้อหัวใจซึ่งแขนงที่เสียไปนั้นไปเลี้ยงได้เลย ส่วนเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงอวัยวะอื่น ๆ นั้นแขนงเล็ก ๆ ติดต่อกันกัน ถ้าหากแขนงเล็กเส้นใดเสียก็ยังมามีทางที่เลือดจะมาจากเส้นแขนงอื่น ๆ ได้

ประการที่สองก็คือ กล้ามเนื้อของหัวใจนั้นย่อมจะต้องมีการบีบตัว และคลายตัวอยู่ตลอดเวลา นั่นคือ เป็นการเต้นของหัวใจ ดังนั้นเวลาที่หัวใจบีบตัวเพื่อขับเลือดออกไปนั้นกล้ามเนื้อของหัวใจย่อมจะหดตัว ทำให้เส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจนั้นตีบลงด้วย และเวลาที่กล้ามเนื้อขยายตัว เส้นเลือดจึงจะพลอยขยายตัว เหตุนี้เลือดจะผ่านไปเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ ก็ต่อเมื่อเวลาหัวใจคลายตัวเท่านั้น ไม่แต่เท่านั้น แรงดันโลหิตในเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจยังต่ำกว่าในเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงส่วนอื่น ๆ

โดยเหตุนี้ถ้าเราลองนึกดูว่า หากจะมีเหตุใดก็ตามทำให้ช่องทางของเส้นเลือดคนต้นลงหรือแม้แต่เพียงตีบแคบเส็กลงไป จะมีเหตุอย่างใดเช่นแน่นอนเหลือเกิน จำนวนเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจเองก็ย่อมจะมีจำนวนลงน้อยลงไป กล้ามเนื้อหัวใจก็ย่อมจะขาดอาหาร และขาดออกซิเจนไปด้วย

มีลักษณะหนึ่งที่เส้นเลือดหัวใจนั้นคล้ายกับเส้นเลือดที่อื่น ๆ ก็คือ การเกิดเส้นเลือดแข็งขึ้น ซึ่งปรากฏเสมอในเมื่อคนอย่างเข้าสู่วัยชรา โดยจะมีแร่ธาตุพวกแคลเซียมไปเกาะตกตะกอนชั้นที่ผนังของเส้นเลือด ทำให้เส้นเลือดไม่อาจขยายตัวและหดตัวได้เหมือนกับเส้นเลือดตามปกติ แต่กลับทำให้ช่องทางของเส้นเลือดนั้นเล็กลงไปอีก ไม่แต่เท่านั้นการเกิดมีเส้นเลือดแข็งนี้ ก็มักทำให้เกิดมีเลือดภายในเส้นเลือดนั้นเกิดแข็งตัวเป็นลิ่มขึ้น ผล—ก็คือการอุดตันทางเดินของเส้นเลือดนั้น โดยไม่มีเลือดผ่านไปได้อีกเลย หรือผ่านไปก็จำนวนน้อยมาก

การเกิดการตีบหรือตันของเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจ นอกจากจะเป็นผลจากการเกิดเส้นเลือดแข็ง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยชราดังกล่าวแล้ว ยังมีโรคอื่น ๆ เป็นเหตุได้อีกเช่น กามโรคของเส้นเลือด

แดงใหญ่ที่ออกไปจากหัวใจ (AORTA) ซึ่งถ้าหากเป็นชั้นตอนใกล้ ๆ ทางแยกออกมาของเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจแล้วก็ย่อมทำให้เกิดการอุดตันได้เหมือนกัน

การขาดเลือดมาเลี้ยงหัวใจนี้ ย่อมจะทำให้เกิดผลร้ายขึ้น กล้ามเนื้อหัวใจส่วนใดที่มีเส้นเลือดที่เกิดการตีบตันนั้นมาเลี้ยงแล้ว กล้ามเนื้อส่วนนั้นเมื่อขาดอาหารก็ย่อมจะตายลง และต่อมาเกิดเป็นเยื่อพังผืดขึ้นแทน เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วสมรรถภาพของหัวใจก็ย่อมจะน้อยลงไปอย่างมาก แต่หัวใจจะต้องทำงานให้ได้เท่าเดิมเพราะร่างกายต้องการจำนวนเลือดที่มาเลี้ยงคงที่ตลอดไป และถ้ายังต้องออกแรงมากในการยืน เดิน หรือทำงาน ร่างกายก็ยังต้องการเลือดไปเลี้ยงมากขึ้น ๆ ตามส่วนของการออกแรงนั้น ฉะนั้นหัวใจก็จำต้องออกแรงหนักเพิ่มขึ้น โดยใช้กล้ามเนื้อส่วนที่ยังที่อยู่ทำหน้าที่การทำงานมากขึ้นของหัวใจนั่นเอง จะปรากฏอาการอย่างหนึ่งที่สำคัญมากขึ้นเป็นการบอกกล่าวให้เจ้าของหัวใจนี้รู้ตัวว่าจะต้องพักผ่อน กล่าวคือ อาการ “เจ็บหัวใจ” (หรือเรียกว่า แอนจินา เพ็คตอริส)

อาการเจ็บหัวใจ หรือ แอนจินา เพ็คตอริส

เป็นอาการอย่างหนึ่งที่จะพบได้บ่อย ๆ ในโรคหัวใจ ที่เกิดจากการบีบรัดตัวหรือการตีบตัวของเส้นเลือดที่มาเลี้ยงกล้ามเนื้อหัวใจ ทำให้เกิดอาการเจ็บปวดขึ้นอย่างรุนแรงมากที่หน้าอกเบื้องซ้าย จะมีการปวดเจ็บแผ่ขึ้นไปสู่บริเวณคอ คาง หรือบางครั้งไปสู่ต้นแขน

การเจ็บบริเวณหัวใจดังกล่าวนี้ มักจะพบว่าเกิดขึ้นในเมื่อผู้ป่วยนั้นออกกำลังมาก ๆ ตื่นเต้นมาก ๆ หรือเมื่อมีอาการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับ

อารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเกิดอารมณ์โกรธเกลียดชังหรืออารมณ์ของความอิจฉาริษยาใด ๆ ก็ตาม บางคนปรากฏอาการ^{นี้}ขึ้นเมื่อรับประทานอาหารมาก ๆ

โดยที่สาเหตุของการเจ็บหัวใจ^{นี้} ประมาณร้อยละ ๕๐ ที่เป็นผลเนื่องจากเส้นเลือดที่มาเลี้ยงหัวใจ^{นี้}แข็งตัวแล้ว ฉะนั้น จึงมักปรากฏอาการ^{นี้}ขึ้นในผู้ป่วยเมื่อเข้าสู่วัยชราคือ อายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป สำหรับคนหนุ่ม ๆ วัย ๓๐-๔๐ ปี ก็อาจมีได้ แต่ก็พบน้อย นอกจาก^{นี้}ยังพบว่าพบในชายมากกว่าหญิงถึง ๕ เท่า

ในผู้ป่วยที่มีโรคแรงดันโลหิตสูงและเบาหวานร่วมอยู่ด้วยแล้ว อาการเจ็บหัวใจ^{นี้}ปรากฏว่ามีได้ง่าย และเกิดได้บ่อย ๆ

อาการของการเจ็บหัวใจเป็นอย่างไร ?

อาการเจ็บหัวใจ^{นี้}เมื่อเริ่มต้นขึ้นจะเจ็บปวดขึ้นมาอย่างทันที โดยไม่รู้สึกรู้หายหรือมีอาการอย่างใดแสดงล่วงหน้ามาก่อน ตำแหน่งที่เจ็บโดยมากมักเริ่มที่ใต้กระดูกหน้าอก หรือบริเวณหัวใจ อาจปวดเจ็บอยู่เฉพาะที่ตำแหน่งดังกล่าว^{นี้} หรือแผ่ไปถึงคอ ไหล่ ต้นแขน หรือหลังข้างซ้ายก็ได้ ลักษณะการปวดเจ็บ^{นี้}มีได้แปลก ๆ ไป แล้วแต่ผู้ป่วยแต่ละบุคคล เช่น ปวดตื้อ ๆ ปวดหนัก ๆ ปวดเหมือนถูกบีบเค้นอย่างรุนแรง ฯลฯ ซึ่งส่วนมากผู้ป่วยเองมักบอกลักษณะของอาการเจ็บปวด^{นี้}ไม่ถูกว่ามีลักษณะเช่นไร ในระหว่างที่เกิดอาการเจ็บหัวใจ^{นี้} ความเจ็บปวดจะยิ่งรุนแรงขึ้นเมื่อรับประทานอาหาร เมื่อออกแรงเพียงเดิน เมื่ออากาศเย็นจนหนาวสั่นหรือเกิดอาการตื่นเต้นและการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์

อาการปวดเจ็บครึ่งหนึ่ง ๆ จะมีได้นานตั้งแต่ ๕-๑๕ นาที
 เมื่อเกิดอาการเจ็บหัวใจขึ้น ความรู้สึกของผู้ป่วยจะรู้สึกตัวเหมือน
 กับว่าตนจะตายลงไปในขณะที่นั้น มีอาการเป็นลมหน้ามืดแต่ไม่ถึงหมด
 ความรู้สึก ใบหน้าจะมีสีคล้ำ ๆ เทา ๆ มักเอามือ กดหรือลูบบริเวณ
 หน้าอก แน่นหน้าอก หายใจไม่ค่อยออกและอ้าปากเพื่อจะหายใจทางปาก
 บางรายมีคลื่นไส้อาเจียนเหงื่อออก ตัวเย็นซีด เราอาจแบ่งพวกผู้ป่วยนี้
 ออกเป็น ๓ พวก ตามระยะของโรคที่เป็นดังนี้.

พวก ๑-เป็นพวกที่จะเกิดอาการเจ็บหัวใจขึ้น ต่อเมื่อออกแรง
 ทำงานมาก ๆ หรือเมื่อเกิดอารมณ์ผิดปกติอย่างรุนแรงขึ้น เมื่อได้หยุด
 พักและให้ยาที่ทำให้เส้นเลือดขยายตัวเพียงเล็กน้อย ก็หายไป

พวก ๒-เป็นพวกที่เจ็บหัวใจขึ้น เมื่อเพียงแต่ออกแรงเล็กน้อย
 หรือเกิดอารมณ์ผิดปกติแต่เพียงเล็กน้อย เป็นระยะที่เริ่มอาการรุนแรงขึ้น
 พวกนี้ยังอาจทำให้ทุเลาลงได้ โดยให้พักและให้ยาขยายเส้นเลือด แต่ไม่
 หายลงโดยรวดเร็ว เหมือนพวกแรก

พวก ๓-พวกที่มีอาการหนักมาก อาการเจ็บหัวใจเกิดขึ้นแม้แต่
 จะอยู่นิ่ง ๆ และเกิดขึ้นเมื่อใดก็ได้ เวลาที่เกิดอาการเจ็บหัวใจ ก็เจ็บอยู่
 เป็นเวลานาน เจ็บอย่างรุนแรงและการให้ยาขยายเส้นเลือดไม่ได้ผล หรือ
 ได้ก็น้อยมาก บางครั้งจำเป็นต้องระงับอาการปวดเจ็บด้วยการใช้มอร์ฟีน

อาการเจ็บหัวใจ ถ้าหากว่ายังมีต่อไปโดยเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงหัวใจ
 ยังคงตีบตัวแล้วผู้ป่วยจะถึงแก่ความตายได้ โดยหัวใจขาดเลือดมาเลี้ยง
 แต่ถ้าเส้นเลือดคลายการบีบรัดตัวอาการต่าง ๆ ก็จะค่อย ๆ ทุเลาลง

การตายของผู้ป่วย เป็นผลจากหัวใจวายเฉียบพลัน

ควรปฏิบัติอย่างไรเมื่อมีอาการเจ็บหัวใจ ?

๑. พึงสำนึกว่าอาการเจ็บหัวใจนี้ เป็นอาการที่บอกกล่าวให้ท่านทราบแล้วว่า ท่านเป็นโรคหัวใจอย่างหนึ่ง

๒. แพทย์ท่านนั้นที่จะวินิจฉัยโรคและช่วยเหลือท่านให้ทุเลาหรือหายได้ การตามแพทย์มาตรวจขณะเกิดอาการขึ้น หรือไปปรึกษาแพทย์เมื่ออาการทุเลาลงแล้วเป็นสิ่งที่เหมาะที่สุด

๓. เมื่อเกิดอาการขึ้น ผู้ป่วยไม่ควรเคลื่อนไหว หรือถูกนำไปที่ใด ให้นอนในท่านั่งพึงเอาไว้จนกว่าแพทย์จะมาถึง ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายโดยการห่มผ้า หรือวางกระเป๋าน้ำร้อน

๔. เสื้อผ้าที่ตำแหน่งใดคับเกินไป ควรคลายให้หลวม เช่น บริเวณคอ หน້อกบริเวณเข็มขัด ฯลฯ

๕. ผู้ให้การพยาบาลจะต้องคอยเอาใจใส่ ปลอดภัยให้คลายจากความหวาดวิตก เพราะผู้ป่วยเองมักจะอยู่ในอารมณ์ของการกลัวว่าตนจะตายเป็นที่สุด คอยแนะนำอย่าให้ผู้ป่วยจินตนาการระวนระวายนัก เพราะอาการจะยิ่งเพิ่มมากขึ้น

๖. ถ้าเคยเป็นมาบ่อยครั้งแล้ว แพทย์มักแนะนำยาประจำสำหรับใช้ทันทีเมื่อปรากฏอาการขึ้น (ยาพวกนี้เช่นไนโตรกลีซีเซอรินหรืออะมียลไนไตรท์) ถ้าเช่นนั้นแล้วควรใช้ยานั้นได้ทันที

๗. ผู้ป่วยเองต้องฝึกตนเอง ให้ระงับในการเปลี่ยนแปลงตำแหน่งอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อทุเลาจากอาการแล้ว เลิกความโลภ ตื่นเต้น ความโกรธ หรือความอิจฉาริษยาใด ๆ ทั้งสิ้น

๘. ติดต่อกับแพทย์และขอคำแนะนำอยู่เสมอ

ของร่างกายอาการจะปรากฏขึ้นมาทันที กล่าวคือ หายใจขัดหรือหอบ ไอ นอนไม่ลง เพราะถ้าหากนอนจะหายใจไม่ออก และอาจหมดสติไปทันที ซึ่งลักษณะอาการของผู้ป่วยก็ดูสมบูรณ์ปกติดีตลอดมาก่อน

ดังนั้นอาการต่าง ๆ ของโรคหัวใจซึ่งกล่าวไว้ข้างบนจึงอาจไม่ปรากฏ ในผู้ป่วยที่มีหัวใจวายเฉียบพลันนั้นมาก่อนเลยก็ได้

จะให้การช่วยเหลืออย่างไรในผู้ป่วยที่มีหัวใจวายเฉียบพลัน ?

ความจริง มีวิธีที่จะให้การช่วยเหลือผู้ป่วยนี้ได้น้อยเต็มที ผู้ที่พบเห็นญาติพี่น้องหรือคนในครอบครัว มีวิธีช่วยเหลือที่ดีที่สุดอยู่ก็คือ การตามแพทย์ให้เร็วที่สุดที่จะเร็วได้ และระหว่างนั้นให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบายที่สุดเท่าที่

๑. ให้คิดไว้เสมอว่าอาการที่ปรากฏขึ้นอาจเป็นอาการของหัวใจวายเฉียบพลัน ควรรีบปรึกษาแพทย์ที่ใกล้เคียงที่สุดโดยด่วน อย่ามัวรอเวลาในการพยายามลดกันเอง หรือรอคอยอาการต่อไปก่อน

๒. ให้ผู้ป่วยนอนลง และท่าที่เหมาะสมที่สุด คือ ท่านอนพิงราบ ๆ

๓. ยายนำผู้ป่วยเคลื่อนที่ไปที่ใดทางไหน จนกว่าแพทย์จะตรวจและให้คำแนะนำแล้ว

พึงทราบเถิดว่า

๑. โรคหัวใจ ได้ทำลายชีวิตคนเราลงไปมีหนึ่งๆ เป็นจำนวนมาก

๒. โรคหัวใจ มีหลายชนิดด้วยกัน เพราะสาเหตุของโรคหัวใจมีหลายอย่าง

๓. รู้สึกหัวใจเต้น

๔. บวม อาการบวมในตอนแรก ๆ ผู้ป่วยเองก็มักจะ สังเกตตนว่ารองเท้าของตนคับกว่าธรรมดาหรือข้อเท้าบวม ๆ ในตอนเย็น ๆ ในตอนเช้าอาการบวมนี้ยุบหายไป ระยะท้าย ๆ อาการบวมมักปรากฏขึ้นทั้งตัว

๕. ไอ มักปรากฏขึ้นเนื่องจากการมีเลือดคั่งมากในปอด โดยมีการไหลเวียนของเลือดนั้นช้าลง บางรายอาจไอเป็นเลือดออกมาด้วย

๖. เบื่ออาหาร คลื่นไส้ และอาเจียน

๗. ตับโต เนื่องจากเลือดมาคั่งอยู่มาก

๘. อาการทางสมอง เป็นผลจากเลือดไปสู่สมองน้อยลง เพราะหัวใจไม่อาจสูบฉีดเลือดไปได้ตามปกติ อาการทางสมองนี้มักจะปรากฏในระยะท้าย ๆ ผู้ป่วยอาจมีอาการกระสับกระส่ายบางรายมี ซึม หมตสติ เพื่อ ฯลฯ

อาการต่าง ๆ ที่ได้กล่าวไปแล้วนี้ เป็นอาการที่เกิดขึ้นในรายที่มีหัวใจวายลงทีละน้อย ยังมีอาการหัวใจวายอีกอย่างหนึ่งที่จะได้ยินอยู่บ่อยๆ ก็คือ “หัวใจวายเฉียบพลัน”

หัวใจวายเฉียบพลัน (Acute Cardiac Failure)

หัวใจวายเฉียบพลันนี้ หมายถึงการที่กล้ามเนื้อหัวใจหมดสมรรถภาพที่จะทำหน้าที่ได้อย่างทันทีทันใด การเกิดหัวใจวายเฉียบพลันนี้ก็จะเกิดขึ้นในผู้ป่วยที่มีโรคหัวใจมาก่อนแล้ว ในผู้สูงอายุนี้ส่วนมากจะปรากฏขึ้นโดยมากเนื่องจากเป็นโรคหัวใจที่เกี่ยวกับการมีเส้นเลือดแข็งทำให้เกิดมีการคั่งของเลือดในปอดมาก และไม่มีเลือดพอเพียงไปสู่ส่วนต่างๆ

หัวใจวาย

คำว่า **หัวใจวาย** นี้ ปัจจุบันมักจะได้อินกล่าวดังอยู่เสมอ ความจริงหัวใจวายไม่ได้เกิดขึ้นจากเฉพาะโรคใดโรคหนึ่งของหัวใจ เหตุที่ทำให้หัวใจวายนั้นเป็นผลสุดท้ายของโรคหัวใจหรือเหตุต่าง ๆ อีกหลายอย่างด้วยกัน

ที่ว่า “หัวใจวาย” นั้น—ความหมายอยู่เพียงว่า หัวใจเองหมดสมรรถภาพที่จะสูบน้ำเลือดไปสู่อวัยวะต่าง ๆ ทั่วร่างกายได้ตามปกติเท่านั้นเอง จึงมักจะปรากฏเป็นผลสุดท้ายของโรคต่าง ๆ และเป็นระยะเวลาที่ผู้ป่วยใกล้จะถึงความตายนั่นเอง

อาการหัวใจวาย :

อาการที่ปรากฏขึ้นเมื่อหัวใจวายจะมีได้ดังนี้

๑. หอบเหนื่อย—อาการนี้ในตอนแรก ๆ จะปรากฏขึ้นเมื่อผู้ป่วยต้องออกแรง ความจริงคนธรรมดาอาจมีหอบเหนื่อยได้เมื่อทำงานหนักหรือออกแรงมาก ๆ จะถือเอาว่าผู้นั้นเป็นโรคหัวใจไม่ได้ อาการหอบเหนื่อยในโรคหัวใจนั้นหมายถึงว่าจะเกิดหอบเหนื่อยง่ายชั่วแต่เพียงออกกำลังตามธรรมดาที่ตนเคยทำได้ หรือถ้าอาการมาก ๆ เพียงชั่ว แต่เดินในระยะใกล้ ๆ ก็เหนื่อย หรือยิ่งไปกว่านั้นเพียง ๓-๔ ก้าวก็หอบเหนื่อยแล้ว

เมื่ออาการหัวใจวายมีมากขึ้น อาการหอบเหนื่อยนี้ยังปรากฏชัดขึ้นเพียงแต่อยู่นิ่ง ๆ ก็เหนื่อย และมักจะต้องลุกขึ้นนั่งหอบตลอดเวลา

๒. แน่นหน้าอก

๓. โรคหัวใจ จะทราบได้เมื่อทำการตรวจ และรักษาได้โดยถูกต้องจากแพทย์ผู้ชำนาญโดยเฉพาะ

๔. อย่าลืมว่า ผู้ที่เป็นโรคหัวใจอาจเกิดหัวใจวายลงเมื่อใดก็ได้ เขาอาจนั่งคุยกับท่านอยู่อย่างสนุกสนานเมื่อไม่กี่นาทีมานี้ แต่ท่านอาจได้ข่าวว่าเขาถึงแก่กรรมแล้ว ชั่วระยะเวลาที่ท่านหันหลังจากเขามา

๕. ผู้ที่สงสัยว่าตนจะเป็นโรคหัวใจแล้วปรึกษาหรือแพทย์ เพื่อการตรวจให้แน่นอนเสีย *ไม่ใช่ฉลาด* หากเป็นผู้ที่ฉลาดและไม่ประมาท ดีกว่าปล่อยตนจนกระทั่ง **“สายเกินไป”** เสียแล้ว

โรคเบาหวาน

โดย

ศาสตราจารย์นายแพทย์ สุนทร คัมพน์นันท์

โรคเบาหวาน

โดย . . . ศาสตราจารย์นายแพทย์สุนทร คณกันท์

โรคเบาหวานนั้นโดยประมาณแล้ว มีประชากรของโลกไม่ต่ำกว่า ๒๐๐ ล้านคนเป็นโรคนี้ แต่ผู้รู้ตัวว่าเป็น แล้วปฏิบัติรักษาโดยถูกวิธี ก็จะมีอายุยืนยาวได้เท่า หรือเกือบเท่าคนทั่วไปที่ไม่เป็นโรคนี้ สามารถดำรงชีวิตอย่างธรรมดา โดยมีความสุขได้เท่าสามัญชนทั่วไป

โรคเบาหวานเกิดจากการที่สารชนิดหนึ่งที่เรียกว่า “อินซูลิน” มีไม่พอกับความต้องการใช้ของร่างกาย ในสภาพปกติ เซลล์ชนิดหนึ่งในตับอ่อนมีหน้าที่สร้างอินซูลินให้มีพอใช้โดยพอเหมาะไม่มากหรือน้อยไป ถ้าสารนี้พร่องไป หน้าที่สำคัญอย่างหนึ่งคือการเผาผลาญอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาล เพื่อให้เป็นพลังงานแก่ร่างกายก็หย่อนไปด้วย เมื่อร่างกายไม่สามารถใช้น้ำตาลให้เป็นประโยชน์ตามที่ควร น้ำตาลก็จะท่วมท้นในกระแสเลือด และล้นออกมาในปัสสาวะ ผู้ป่วยโรคนี้ จึงมีทั้งเบาหวาน และเลือดหวานกว่าปรกติ ในคนปรกตินั้นจะมีน้ำตาลในเลือดในระดับอันจำกัด (ถ้าสูงหรือต่ำไปก็จะเกิดพยาธิสภาพ) และจะไม่พบน้ำตาลในปัสสาวะเลย

จากผลการศึกษาโดยกว้างขวาง เป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า โรคเบาหวานนี้เป็นโรคที่ถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ เนื่องจากพบโรคนี้บ่อยมากในญาติพี่น้องร่วมสายโลหิตของผู้ป่วยด้วยโรคนี้ และเป็นได้ทั้งสองเพศ แต่วิธีการที่ถ่ายทอดพันธุกรรมของโรคนี้ยังไม่กระจ่างนัก ความลำบากในการ

ศึกษาลักษณะการถ่ายทอดโรคนี้อยู่ที่ว่า โรคนี้อาจเกิดขึ้นเมื่ออายุน้อยหรือมากก็ได้ บางคนก็แฝงอยู่นาน จึงจะแสดงอาการหรือตรวจพบได้ จึงไม่ทราบแน่ชัดว่าคนที่ขณะนั้นตรวจไม่พบว่าเป็นเบาหวานนั้น วันข้างหน้าอาจเป็นก็ได้ เมื่อไม่สามารถบอกได้แน่นอนว่าใครจะเป็น จึงเอาเข้าหลักเกณฑ์แบบแผนตามวิธีการศึกษาพันธุศาสตร์ยาก แต่เชื่อกันว่าโรคเบาหวานที่เบื่อกับคนอายุน้อยนั้นเป็นเนื่องจาก เด็กนั้นได้รับยีนของโรคนี้มาทั้งสองทาง ทั้งที่แฝงมาจากฝ่ายพ่อและฝ่ายแม่ อาการจึงเกิดแต่เด็กและรุนแรงกว่า

จะทราบได้อย่างไรว่าเป็นเบาหวาน

ถ้าเป็นโรคเบาหวานในขั้นที่ชัดเจนแล้ว จะตรวจพบน้ำตาลในปัสสาวะ และเมื่อตรวจเลือด จะปรากฏระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปรกติมากหรือน้อยตามความรุนแรงของโรค แต่เบาหวานที่ยังแฝงอยู่ไม่ปรากฏชัดนั้น ต้องตรวจด้วยวิธีพิเศษจึงจะทราบได้

เนื่องจากโรคเบาหวานมักไม่เริ่มขึ้นอย่างเฉียบพลัน อาจแฝงอยู่นานโดยผู้เป็นไม่มีอาการแสดงที่รุนแรงชัดแจ้ง หรือจะแสดงออกก็ต่อเมื่อภาวะของร่างกายบางอย่างเปลี่ยนไป จึงอาจแบ่งออกเป็นระยะ ๆ ดังนี้ :

(๑) โรคเบาหวานที่เกิดขึ้นแล้วยังไม่มีอาการ แต่อาจจะตรวจพบน้ำตาลสูงขึ้นในเลือดหรือพบในปัสสาวะเป็นครั้งคราว เช่น ในขณะที่ตั้งครรภ์ หรือในคนที่อ้วนขึ้นมาก หรือมีการอักเสบของร่างกายเกิดขึ้น แต่เมื่อภาวะเหล่านั้นผ่านไปแล้ว น้ำตาลก็ลดลงมาสู่ระดับปกติ แต่ถ้าต่ำอ่อนเสื่อมสมรรถภาพลงไปอีก ก็จะพบว่ามึ่น้ำตาลในเลือดและในปัสสาวะสูงขึ้น

(๒) ในระยะต่อมา โรคเบาหวานก็จะพบในขั้นที่มีอาการแสดงคือ

บ้สวาระมากขึ้น กลางคืนก็ต้องตื่นขึ้นมาถ่ายบ้สวาระ ทิวกระหายน้ำมาก
 คอแห้งต้องดื่มน้ำมาก ผอมลง แม้ว่าบางรายจะรับประทานอาหารมากก็
 ยังผอม อาจมีคชันบ้สวาระ มีอาการอ่อนเพลีย จะมีอาการคันบริเวณ
 อวัยวะสืบพันธุ์ เนื่องจากมีส้น้ำตาลในบ้สวาระทำให้เชื้อโรค เชื้อราเจริญ
 ได้ง่าย จะมีอาการคันตามผิวหนัง เพราะมีน้ำตาลสูงในผิวหนังด้วย มีผื่น
 แผลเกิดขึ้นได้ อาจจะเป็นผื่นเล็ก ๆ หรือใหญ่ได้ มีอาการชาตามมือเท้า

(๓) ระยะต่อไปเป็นระยะที่มีโรคแทรก พวกหนึ่งเป็นโรคต่าง ๆ
 ที่เกิดขึ้นในคนที่ เป็นโรคเบาหวานอยู่แล้ว เช่น พวกผื่น, แผล, วัณโรค,
 อีกพวกหนึ่งคือโรคแทรกที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากโรคเบาหวานเอง ได้แก่
 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับหลอดเลือด หัวใจ ไต ตา และประสาท

โรคแทรก

โรคที่เกิดขึ้นกับผู้ที่ เป็นโรคเบาหวานอยู่แล้ว แต่เนื่องมาจากความ
 ต้านทานโรคของผู้นั้นลดน้อยลง ทำให้โรคลุกลามได้ง่าย เช่น วัณโรค
 วัณโรคจะกำเริบและแพร่กระจายไปได้เร็ว ถ้าโรคเบาหวานอยู่ในระยะที่ไม่
 สงบ โรคทั้งสองนี้ต่างก็ทำให้อีกโรคหนึ่งกำเริบรุนแรงขึ้น ถ้าโรคเบา
 หวานไม่สงบ วัณโรคก็กำเริบมากขึ้น และถ้าไม่รักษาวัณโรคให้สงบ โรค
 เบาหวานก็ควบคุมให้ดีได้ยาก เพราะฉะนั้นในคนที่ เป็นโรคเบาหวานก็ตี
 คนที่เป็นวัณโรคก็ตี จำต้องตรวจดูว่าจะมีอีกโรคหนึ่งร่วมด้วยหรือไม่

เกี่ยวกับแผลผื่น หรือผื่นที่รุนแรง ได้แก่ ผื่นผื่นบับ อาจจะมีเริ่มต้นโดย
 มีรอยขีดข่วนเล็กน้อย ยุงกัดแล้วเกาเป็นแผล การอักเสบจะลุกลามเป็นฐาน
 แดง แล้วกลายเป็นผื่นซึ่งมีความรุนแรงมาก มีรูหนองหลาย ๆ รู เหมือน
 ลักษณะผื่นบับ ปวดเจ็บอย่างทรมาน ไข้สูง ร่างกายก็ทรุดโทรมลง

โรคแทรกที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากโรคเบาหวาน โดยตรงชนิดที่รุนแรง และอันตรายถึงชีวิตได้ คือภาวะเป็นกรด ที่เรียก แอซิโดสิส หรือเรียกให้ถูกต้องว่า คีโตสิส ภาวะนี้เกิดขึ้นเมื่อร่างกายของผู้ป่วยเบาหวานนั้นอยู่ในภาวะที่ขาดอินซูลินอย่างมาก เช่น เมื่อมีการอักเสบอย่างรุนแรง อาเจียน แพ้ท้อง ร่างกายขาดอาหาร และในภาวะอื่นที่ร่างกายต้องการอินซูลินสูงขึ้น หรือในคนที่เคยฉีดอินซูลินอยู่แล้วฉีดอินซูลินน้อยไปหรือไม่ได้ฉีดเลย ในภาวะนี้จะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ซึมหรือหมดสติ ซึ่งการรักษาในภาวะเช่นนี้ ต้องการการรักษาที่ทันที่ทั้งที่และดูแลรักษาอย่างดีที่สุด

โรคแทรกที่เกิดขึ้นกับหลอดเลือด เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ทำให้อวัยวะต่างๆ เปลี่ยนแปลงเสื่อมไป หลอดเลือดที่ไปเลี้ยงอวัยวะส่วนต่างๆ ตีบไป ทำให้เลือดไปเลี้ยงน้อย ถ้าเป็นในส่วนปลายๆ เช่น เท้า ทำให้เกิดเป็นแผลเรื้อรัง แห้ง เป็นเนื้อตาย กระดูกส่วนนิ้วก็กร่อนหรืออักเสบ ซึ่งจำต้องตัดนิ้วหรือเท้าส่วนนั้นทิ้ง เพื่อไม่ให้ลุกลามไปถึงส่วนที่ติดต่อกัน

โรคแทรกที่เกิดขึ้นกับหัวใจ ทำให้หลอดเลือดตีบ กล้ามเนื้อหัวใจได้รับเลือดหล่อเลี้ยงไม่เพียงพอ ทำให้มีการตายของกล้ามเนื้อส่วนนั้น หัวใจหย่อนหน้าทีลง ซึ่งอาจรุนแรงถึงชีวิตได้โดยปัจจุบันทันด่วน

โรคแทรกที่เกิดขึ้นกับตา คือตาเป็นต้อกระจก เด็กที่เป็นเบาหวานก็มีต้อกระจกเกิดขึ้นได้ ทั้งที่ต้อกระจกไม่ควรเป็นในวัยเด็ก ในผู้สูงอายุก็จะเป็นต้อเร็วกว่าคนในรุ่นราวคราวเดียวกัน นอกนั้นก็ยังมี การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นที่จอร์ับภาพของลูกตา (เรติน่า) ทำให้มองเห็นไม่ชัดหรือมองไม่เห็น การเปลี่ยนแปลงของสายตา เนื่องจากมีน้ำตาลสูงขึ้นหรือลดลง ในลูกตาจะทำให้การมองระยะใกล้ไกลผิดไปชั่วคราว

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นที่ไต ทำให้มีเท้าบวม ความดันเลือดสูง บัสสาวะมีไข่ขาว มีโปรตีนสูงในเลือด ต่อไปโปรตีนก็ลดต่ำลง ไตเสื่อมเสียสมรรถภาพในการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย

การเปลี่ยนแปลงทางประสาท ทำให้ปลายประสาทอักเสบ ทำให้รู้สึกปวดแสบปวดร้อน เจ็บแปลบคล้ายเข็มแทง หรือชาไม่มีความรู้สึก อาจจะเหยียบเก้าอี้ถ่านหรือหนามตำเป็นแผลลุกลามได้ง่าย เกี่ยวกับประสาททางความรู้สึกทางเพศ ทำให้หมดความรู้สึก

การเปลี่ยนแปลงที่เท้า เนื่องจากการกดบีบทำให้เนื้อเป็นแผล หลอดเลือดมาเลี้ยงไม่ดี ประสาทไม่ดี ทำให้เกิดเป็นแผลเน่า หรือเป็นแผลหนอง

ในหญิงตั้งครรภ์ ทารกในครรภ์จะโตขึ้นมาก กลอดลำบาก ทายก่อนคลอด มารดาเหนื่อยหนักขึ้นมากในระยะหลังๆ ของการตั้งครรภ์ ถ้าทำคลอดทารกออกก่อนกำหนดก็นำมาเสี่ยงประคบประหงมให้เจริญเติบโตได้ มารดาที่ตั้งครรภ์ตอนระยะท้ายๆ ถ้าฉีดยาอินซูลินอยู่ ก็ต้องการยาน้ำมากขึ้น ทารกที่คลอดจากมารดาเป็นเบาหวาน อาจจะถึงแก่กรรมเพราะน้ำตาลต่ำไป หรือเป็นโรคเกี่ยวกับถุงลมของปอดหนา

ในโรคนี้ยังอาจมีอาการแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นจากน้ำตาลตกต่ำ จะมีอาการหัวใจสั่น ไม่มีแรง มึนงง หรืออะอะคล้ายคนกินเหล้า และหมดสติได้ ซึ่งเกิดขึ้นจากการที่ฉีดยาอินซูลินหรือกินยารักษาเบาหวานมากเกินไป หรือรับประทานอาหารน้อยเกินไป หรือไม่ได้รับประทานอาหารเลย เนื่องจากมีธุรกิจที่จะรีบทำให้สำเร็จรูป หรือเนื่องจากออกกำลังกายเกินกว่าที่เคยกระทำมาในวันก่อนๆ ก็จะทำให้น้ำตาลในเลือดลดต่ำกว่าระดับที่ควรจะ

มีในภาวะปรกติ ก็ทำให้มีอาการตั้งกล่าวเกิดขึ้น การแก้ไขก็คือดื่มน้ำหวาน
รับประทานน้ำตาลก็จะช่วยให้หายได้ทันที

ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานบางราย อาจมีความจำเป็นจะต้องรับการ
ผ่าตัด ซึ่งถ้าแพทย์ผู้ดูแลทราบว่าเป็นเบาหวาน ก็จะสามารถตระเตรียม
เพื่อควบคุมโรคไว้ได้ โดยไม่เป็นการเสี่ยงอันตรายมากกว่าคนธรรมดาอื่นๆ
และผลก็จะไม่หายช้ากว่าควร

โรคอื่นๆ ที่แทรกเข้ามาดังกล่าวนั้นแล้ว จะรักษาให้ดีได้ก็ต้อง
ควบคุมโรคเบาหวานให้อยู่ในระยที่สงบ แต่โรคแทรกที่เกิดขึ้นอันเนื่อง
มาจากเป็นโรคเบาหวาน เช่น หลอดเลือดตีบ ไตเสีย กล้ามเนื้อหัวใจ
ตาย ประสาทชา เหล่านี้นั้น เมื่อเป็นแล้วจะรักษาให้คืนดีดังเดิมไม่ได้ แต่
การควบคุมโรคเบาหวานไว้ให้ดีจะป้องกันได้ จะช่วยไม่ให้ลุกลามเป็นมาก
ขึ้น ฉะนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องรักษาโรคเบาหวานให้อยู่ในภาวะที่ดี
อยู่เสมอ ไม่ปล่อยปละละเลย แล้วกลับมาสนใจรักษาเป็นครั้งคราว

การปฏิบัติรักษา

หลักในการปฏิบัติรักษา คือ (๑) ควบคุมเบาหวานด้วยอาหาร
และยา และให้คงน้ำหนักตัวที่เหมาะสมไว้โดยสม่ำเสมอ (๒) ระวังป้องกัน
โรคอื่นที่มักมาแทรกซ้อน (แผล, วัณโรค ฯลฯ) (๓) ระวังป้องกัน
โรคแทรกซ้อนอันเนื่องจากโรคเบาหวานเอง

นอกจากยา “อินซูลิน” แล้ว ในสมัยนี้มีการค้นคิดยาใหม่ๆ ที่
ได้ทดลองแล้วว่ามีประสิทธิภาพในการรักษาเบาหวาน โดยใช้รับประทาน
ได้ ทำให้สะดวกยิ่งขึ้น แต่การควบคุมอาหารนั้นเป็นสิ่งจำเป็น คือ ลด

อาหารจำพวกที่เป็นพวกแป้ง หรือน้ำตาลอย่างให้มาก เพื่อลดภาวะอันเนื่องมาจาก ความผิดปกติในการเผาผลาญอาหารจำพวกนี้ในร่างกาย ในโรคเบาหวานที่เป็นอย่างอ่อนบางรายอาจไม่ต้องรักษาด้วยยาเลย เพียงควบคุมอาหารให้สมดุลย์กับอินสุลินที่พร่องอยู่บ้าง ก็จะพอรักษาสภาพปกติให้คงอยู่ได้เป็นอย่างดี

การใช้ยารับประทานหรือยาฉีด จะต้องอยู่ในระดับที่จะเพิ่มหรือลดโดยไม่กระทำอย่างชวชยาบ หรือคิดว่ายาเหล่านี้จะไป “ฆ่า” น้ำตาลได้ โดยเข้าใจว่าเมื่อต้องการจะกินอาหารให้มาก ก็รับประทานยาให้มากขึ้น ฉีดยาให้มากขึ้น เมื่อความผิดปกติเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง กว่าจะรักษาให้กลับเข้าภาวะที่สมดุลย์ระหว่างอินสุลินกับอาหาร และการออกแรงของร่างกาย ก็จะเสียเวลาอีก ในฐานะที่ฉีดอินสุลิน เมื่อมีไข้ คลื่นไส้ อาเจียน รับประทานอาหารไม่ได้ จะต้องลดจำนวนอินสุลินที่ฉีดลง ไม่ใช่งคเสียเลย มิฉะนั้นจะเกิดภาวะคีโตนีสรุนแรงได้

ภาวะโรคแทรกจะเกิดขึ้นได้ยาก ถ้าหากระวังควบคุมเบาหวานอยู่เสมอ ถ้าได้ตรวจให้รู้ตัวว่าเป็นโรคนั้นเสียแต่เนิ่น ๆ แล้วหมั่นปฏิบัติตามรักษาโดยถูกวิธีโดยสม่ำเสมอ ก็จะสามารถควบคุมเอาชนะโรคเบาหวาน มีชีวิตยืนยาว อยู่อย่างปกติสุขได้ แต่ตรงข้าม ถ้าบกพร่องละเลย ท้อถอยทอดทิ้ง การรักษาไปก็เป็นการยอมแพ้ ซึ่งเป็นผลร้ายต่อร่างกายและชีวิต

เจ้าภาพ

ขอขอบพระคุณอย่างสูงแก่ทุก
ท่านที่มีส่วนช่วยให้งานพระราชทานเพลิงศพ
นางสาวรัตนา สกฤทัย
สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

๑๔ ธันวาคม ๒๕๑๔

หน้า	บรรทัดที่	คำผิด	แก้เป็น
๗	๑	ทำไมบอก	ทำไมไม่บอก
๗	๒	กับข้าว	กับข้าว
๗	๖	ปล่อยได้	ปล่อยไว้
๘	๘	ไปรษณีย์บัตร	ไปรษณีย์บัตร
๑๐	๑๘	น.พ.ม.	น.พ.ม.
๓๐	๕	สุดท้าย	สุดท้าย
๓๑	๒	ปล่าวเปลี่ย	ปล่าวเปลี่ยว
๓๕	๒๑	หนีบ	หนีบ
๓๘	๒๑	ปัญหา	ปัญหา
๕๕	๒๒	Will	will
๕๕	๒๒	you !	you ?
๕๖	๒๗	contract	contact
๖๓	๑๕	สิทธิ์	สิทธิ์
๖๓	๒๐	ถวม	ความ
๖๖	๗	ชีวิต	ชีวิต
๗๓	๑๗	บิบริด	บิบริด
๗๔	๑๗	ปวดเตอ ๆ	ปวดตอ ๆ
๘๐	๖	ปริกษาเรือ	ปริกษาหารเรือ
๘๒	๖	เป็นกับ	เป็นกับ
๘๓	๔	อวัยวะสืบพันธุ์	อวัยวะสืบพันธุ์

