กรีนไลฟ์

pomyam54@gmail.com

โลกในมือคุณ

● นำชัย ชีววิวรรธน์ : namchai4sci@gmail.com

รวย โลภ เหนียว

ในสหรัฐอเมริกา เราอาจเห็นอภิมหาเศรษฐีบริจาคเงินก้อนโตอย่าง เหลือเชื่อ เช่น **มอร์ท ซักเคอร์แมน** (Mort Zuckerman) บริจาคให้กับมหาวิทยาลัยโคลัมเบียถึง 200 ล้านเหรียญสหรัฐฯ เพื่อใช้ก่อตั้งสถาบันวิจัยสมองและพฤติกรรม (ซึ่งก็ใช้ชื่อสถาบันตามชื่อของเขา) ยังมีรายชื่อคนรวยๆ อีกยาวเหยียดที่บริจาคเงินก้อนโตในแบบนี้

แต่ยังมีคนแคลงใจว่าอันที่จริงแล้ว อเมริกันชนรวยๆ นี่ใจดีใจป้ำจริงหรือพวกเขารวยแล้วก็เลยใจดีเกินกว่าคนจนจริงหรือ

และเมื่อทำวิจัยออกมาก็พบว่า **ผลลัพธ์มันตรงกันข้ามเลยทีเดียว** นั่นคือ คนอเมริกันที่ติดอันดับ 20 เปอร์เซ็นต์ แรกของคนรวยสุดๆ นั้น บริจาคเงินรวมแล้วเพียง 1.3 เปอร์เซ็นต์ของรายได้ของพวกเขาเท่านั้น ในขณะที่คนจนติดดิน 20 เปอร์เซ็นต์ล่างสุดในสังคมยังบริจาคถึง 3.2 เปอร์เซ็นต์ของรายได้ ทั้งๆ ที่พวกเขามักไม่ได้เอาเรื่องการบริจาคนี้ไปช่วยเรื่องหักภาษีแบบเดียวกับคนรวยๆ ด้วยซ้ำไป

ความแตกต่างดังกล่าวมีนัยสำคัญมาก เมื่อคำนึงว่าประเทศสหรัฐฯ เองก็อยู่ในกลุ่มที่มี “ช่องว่างทางฐานะ” สูงสุดประเทศหนึ่ง ดังเห็นได้จากรายงานใน The Wall Street Journal ที่ว่า 0.01 เปอร์เซ็นต์ (ราว 14,000 ครอบครัว) สะสมความมั่งคั่งไว้มากถึง 22.2เปอร์เซ็นต์ของทั้งประเทศ ในขณะที่ 90 เปอร์เซ็นต์ ล่างสุดของประชากร (ราว 133 ล้านครัวเรือน) มีสินทรัพย์รวมกันได้เพียง 4 เปอร์เซ็นต์ของทั้งหมดเท่านั้นเอง

งานวิจัยชิ้นหนึ่งที่ตีพิมพ์ใน **The Chronicle of Philanthropy** ระบุว่า ผลการทดลองเมื่อเร็วๆ นี้สอดคล้องดีกับผลก่อนหน้านี้ที่แสดงว่าคนที่อาศัยอยู่ในแถบที่รายได้น้อยกว่า (ระบุจากรหัสไปรษณีย์) บริจาคเงินเพื่อสาธารณะกุศล เมื่อคิดเทียบสัดส่วนเทียบกับรายได้แล้ว เป็นจำนวนมากกว่าคนในบริเวณที่มีรายได้สูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญ

นอกจากนี้ ในแถบที่มีคนหลายฐานะอยู่ปะปนกันอยู่ คนที่รายได้ดีหน่อย คือ ได้ราวมากกว่า 2 แสนดอลลาร์ต่อครอบครัวต่อปี กลับดูจะใจบุญบริจาคมากกว่าคนที่มีรายได้ใกล้เคียงกัน แต่อยู่ในบริเวณที่มีแต่พวกรายได้เท่าๆ กันเท่านั้น กล่าวคือการมีปฏิสัมพันธ์กับคนที่จนกว่าจึงมีผลด้วย

คนจนกับคนรวยก็มีวิธีการบริจาคเงินที่แตกต่างกันอย่างน่าสนใจอีกด้วย

จึงดูราวกับคนที่ฐานะดีกว่าชอบที่จะบริจาคเพื่อปูทางหรือส่งเสริมฐานะของตนและคนในครอบครัว หรือสร้างเครือข่ายกับคนในระดับเดียวกันหรือสูงกว่าให้แข็งแกร่งยิ่งขึ้น

ชาวสหรัฐฯ ที่ฐานะไม่ดีมีแนวโน้มจะบริจาคให้กับองค์กรทางศาสนาหรือหน่วยงานบริการสังคมมากกว่าอย่างเห็นได้ชัด ในขณะที่พวกมีฐานะหน่อย ก็มักจะบริจาคให้กับสถาบันการศึกษาอย่างโรงเรียน มหาวิทยาลัย องค์กรศิลปะ หรือไม่ก็พิพิธภัณฑ์ต่างๆ มากกว่า

จากเงินบริจาค 50 อันดับแรกที่มากที่สุดนั้น มีอยู่ 34 ก้อนที่มอบให้แก่สถาบันการศึกษาชั้นนำของโลกอย่าง มหาวิทยาลัยฮาร์เวิร์ด โคลัมเบีย หรือเบิร์กเลย์ ฯลฯ ขณะที่อีก 9 ก้อนใหญ่ไปยังพิพิธภัณฑ์และหน่วยงานด้านศิลปะ ที่เหลือจึงเป็นเงินบริจาคให้หน่วยงานด้านการแพทย์และอื่นๆ

แต่ไม่มีแม้แต่รายเดียวใน 50 อันดับแรกที่บริจาคให้กับองค์กรด้านบริการสังคมหรือการกุศลที่ดูแลผู้ยากไร้และด้อยโอกาส เช่น Feeding America หรืออื่นๆ

จึงดูราวกับคนที่ฐานะดีกว่าชอบที่จะบริจาคเพื่อปูทางหรือส่งเสริมฐานะของตนและคนในครอบครัว หรือสร้างเครือข่ายกับคนในระดับเดียวกันหรือสูงกว่าให้แข็งแกร่งยิ่งขึ้น

นอกจากเรื่องของความใจดีเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แล้ว งานวิจัยในปี 2012 (Paul Piff, PNAS, 109 (11), 4086-4091) ยังแสดงให้เห็นด้วยว่าคนที่มีสถานะทางสังคมสูงกว่ามีแนวโน้มที่จะเลือกตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ อย่างผิดทำนองคลองธรรมบ่อยครั้งมากกว่าด้วย

พวกเขาออกแบบการทดลองและเก็บข้อมูลต่างรูปแบบกันถึง 7 แบบ แต่ต่างก็ให้ผลลัพธ์ไปทำนองเดียวกันว่า คนที่ฐานะดีกว่ามีแนวโน้มจะทำผิดจริยธรรมมากกว่าไปด้วย

โดยส่วนหนึ่งอาจมาจากทัศนคติที่พวกเขามีต่อเรื่องความร่ำรวยและความละโมบนั่นเอง นักจิตวิทยาที่เป็นผู้วิจัยหลักคือ พอล พิฟฟ์ ให้ความเห็นไว้ว่า คนรวยชาวอเมริกันเหล่านี้มีแนวโน้มจะสนใจเรื่องของตัวเองมากกว่าเรื่องของคนอื่นๆ ในสังคม แต่ก็มีข้อสังเกตว่าในการทดลองนั้น หากคนเหล่านี้ได้ชมวิดีโอเรื่องราวที่น่าสงสารของเด็กๆ ที่ยากจน กลุ่มที่รวยกว่าเหล่านี้ก็อาจจะมีความปรารถนาจะแบ่งปันมากขึ้นได้

ตัวอย่างการทดลองที่น่าสนใจก็เช่น ในการทดลองชุดหนึ่งที่ตั้งให้เครื่องคอมพิวเตอร์ “ตาย” แบบสุ่ม ในระหว่างการแข่งขันที่ผู้เข้าทดลองอาจจะชนะได้เงินสด ผลที่ได้คือผู้เข้าร่วมการทดลองที่ฐานะดีกว่า มักจะรายงานคะแนนที่ได้สูงเกินกว่าจริง บางครั้งถึงกับระบุค่าที่เป็นไปไม่ได้ด้วยซ้ำไป

การทดลองหนึ่งที่ใช้การจับภาพนิสัยการใช้ถนน ก็พบว่าคนรวยแสดงความก้าวร้าวผ่านการขับรถหรูของพวกเขามากกว่า นอกจากนี้ยังใส่ใจคนขับรายอื่นและคนเดินเท้าน้อยกว่าอย่างเห็นได้ชัด อันที่จริงคนอเมริกันราวครึ่งหนึ่งที่ขับรถเมอร์ซีเดส เบนซ์นั้น ไม่สนใจระมัดระวังคนเดินเท้าขณะกำลังข้ามทางม้าลายด้วยซ้ำไป

ในอีกการทดลองหนึ่งพบว่า คนรวยกว่ามีความถี่ในการโกหกมากกว่าอีกด้วย

การมีเงินมากกว่าจึงไม่ได้ทำให้รู้สึกเพียงพอ กลับทำให้ละโมบโลภมากยิ่งขึ้นไปอีก ในคำให้สัมภาษณ์พวกคนรวยเหล่านี้ระบุชัดเจนว่า พวกเขาเห็นว่าเรื่องความโลภไม่ได้ผิดศีลธรรม ในหนังสือชื่อ **The Steal** ของ **ราเชล ชเตอร์** (Rachel Shteir) ที่อ้างถึงปรากฏการณ์ **ขโมยจริยธรรม (ethical stealing)** ชี้ว่า ในช่วงเศรษฐกิจถดถอยนั้นคนรู้สึกผิดน้อยลงที่จะขโมยของจากห้างหรือร้านค้า เพราะเห็นตัวอย่างคนดังหรือคนรวยที่ถูกจับได้ว่าขโมยของเช่นกัน

อันที่จริงแล้วมีการศึกษาครั้งหนึ่งที่ระบุว่า คนอเมริกันที่รายได้ 70,000 เหรียญต่อปี ขโมยของในห้างมากกว่าพวกที่มีรายได้ 20,000 เหรียญต่อปีถึงราว 30 เปอร์เซ็นต์

ประมวลจากทั้งหมดข้างต้น จึงพิสูจน์ได้ด้วยหลักฐานอย่างเป็นรูปธรรมว่า คำพูดที่ว่า “ฉันรวยอยู่แล้ว จะโกงไปอีกทำไม” นั้นไม่จำเป็นต้องเป็นความจริง...แต่อย่างใด!

ฝากเงิน...ไว้กับต้นไม้ ‘ธีรเดช คำบุญชู’

สำหรับเกษตรกรคนนี้ ธีรเดช คำบุญชู ซึ่งหลายคนรู้จักเขาในบล็อก www.baansuan.wordpress.com แม้เขาจะเรียกตัวเองว่า คนทำสวน ไม่ได้เรียกตัวเองว่าเกษตรกร แต่เขาเลือกที่จะทำการเกษตรด้วยตัวเองเมื่อราวๆ 10 ปีที่แล้วในเมืองลำพูน บนพื้นที่ไม่เล็กไม่ใหญ่ 5 ไร่

เขาบอกว่า ถึงที่สุดแล้ว ถ้าไม่ถอยซะก่อน ก็พึ่งพาตัวเองได้

“ผมก็พอเลี้ยงตัวเองได้ ไม่ได้ร่ำรวยเรื่องการเกษตรผมอยู่ตัวแล้ว เลี้ยงตัวเองได้เหมือนบำเหน็จบำนาญแล้วครับ ผมก็ทำสวนเหมือนทั่วไป ที่สำคัญคือ ความคิด เทคนิคปรับใช้ได้ ถ้าใจแข็งแรง ก็สู้ได้ ผมก็แค่พยายามปลูกต้นไม้ไปเรื่อยๆ ไม่ได้คาดหวังอะไร เราไม่ได้อยากมีอะไรแล้ว คนที่สนใจก็แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้” **ธีรเดช** เล่าถึงจุดยืนในฐานะคนสวนที่พึ่งพาตัวเองได้

เขาเริ่มจากการทำเกษตรสารเคมี จากนั้นก็เหมือนที่หลายคนประสบปัญหา ทั้งเรื่องสุขภาพและสารพิษ รวมถึงทำให้หน้าดินเสีย เขาจึงปรับเป็นเกษตรธรรมชาติ และลองมาเกือบทุกวิธีที่ปราชญ์หรือผู้รู้แนะนำ

ถ้าเรารอไม่ได้ ก็ต้องกู้หนี้ ถ้าเรารอได้ จะทำให้เรารู้จักพอ ความอยากความวุ่นวายทั้งหลายจะเริ่มหายไป วิถีเกษตรมันขัดเกลาเราตรงนี้ ผมจึงไม่มีหนี้สิน เพราะหนี้มันเป็นทุกข์

Green & Good Life

เพ็ญลักษณ์ ภักดีเจริญ

หากย้อนถึงความผูกพันกับวิถีแห่งเกษตร หลังจาก ธีรเดช เรียนจบด้านภูมิศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เขาก็ตามอาจารย์ไปทำงานบนดอยแม่สลองของมูลนิธิพัฒนาชุมชนในเขตภูเขา ของครูเตือนใจ ดีเทศน์ ที่จังหวัดเชียงราย เขาใช้วิชาความรู้ที่เรียนมา ช่วยทำแผนที่และการอนุรักษ์สภาพแวดล้อม ปลูกป่า ปลูกต้นไม้ให้ชุมชน และเรียนรู้กับชาวบ้าน

“ผมทำงานอยู่บนดอย 5-6 ปี และลงมาอยู่บนพื้นราบ เพราะเป็นจังหวะที่พ่อแม่เกษียณ” ธีรเดช เล่าชีวิตบนดอย ซึ่งเขาได้เรียนรู้วิถีเกษตรกรและการใช้ที่ดินของคนบนที่ราบสูง

“ผมได้เห็นพวกเขาใช้ชีวิต มีชาวบ้านบางส่วนทำนาเกษตรธรรมชาติ ไม่จำเป็นต้องปลูกกระหล่ำปลีเหมือนชาวเขาคนอื่น พวกเขาก็อยู่ได้ ผมก็คิดว่า ถ้าผมทำแบบนั้นก็คงอยู่ได้ เราก็มาปรับใช้กับชีวิตปัจจุบัน” ธีรเดช เล่าถึง จุดมุ่งหมายในการทำสวน ในช่วงแรกๆ โดยมีงานฟรีแลนด์เลี้ยงชีพ บางช่วงก็ทำงานสำรวจป่าให้ปตท.

“การลงมือ คือ สิ่งสำคัญ” นั่นคือสิ่งที่ ธีรเดช เห็น และนำมาปรับใช้กับชีวิตตัวเอง

การเกษตรที่ธีรเดชทำในช่วงแรก ก็เหมือนที่ชาวบ้านทำ คือ ปลูกลำใย ในรูปแบบเกษตรเชิงเดี่ยว ใช้ยาใช้ปุ๋ย แต่เมื่อยิ่งทำ ก็ไม่ได้ดีขึ้น ทั้งร่างกายและปัญหาค่าใช้จ่าย จึงหันมาปลูกพืชให้มีความหลากหลายมากขึ้น และปลูกไว้กิน โดยใช้วิธีการธรรมชาติ

“ผมทำเกษตรเคมีอยู่ 3 ปี ก็รู้สึกไม่ไหวแล้ว ตอนนั้นผมรับจ้างทำงานทุกอย่าง ไม่มีรูปแบบอะไร พอปรับมาสู่ระบบเกษตรธรรมชาติ กว่าจะอยู่ตัวใช้เวลา 5-7 ปี แต่ถ้าถามว่า ลำบากไหม ผมคงผ่านเรื่องพวกนี้มาตั้งแต่สมัยเรียน ผมก็อยู่กับดิน ทราย ป่าและใช้ชีวิตบนดอยมาตลอด เรื่องลำบากคงไม่ลำบาก เพราะสิ่งแวดล้อมพาเรามาแบบนี้แล้ว คนบนดอยก็ใช้ชีวิตแบบพออยู่ พอกิน ไม่เหมือนชีวิตในเมือง บริโภคเกินโดยไม่จำเป็น คนบนดอยไม่มีเงินก็อยู่ได้”

เมื่อเลือกวิถีเช่นนี้แล้ว สิ่งเดียวที่ธีรเดชหวั่นไหวคือ เสียงจากคนรอบข้าง เสมือนหนึ่งว่าเขาจะใช้ชีวิตแบบนี้หรือ ทำไมไม่ทำแบบนั้นแบบนี้ ซึ่งเป็นเรื่องปกติสำหรับการใช้ชีวิตที่ต่างจากคนทั่วไป ธีรเดช จึงวางแนวทางว่าอยากกินอะไร ก็ปลูกอย่างนั้น แต่ปัญหาดินเสื่อมโทรม ต้องใช้เวลานานในการปรับหน้าดิน

“ตอนนี้ก็ต้องทำไปเรื่อยๆ ในช่วง 10 ปีหน้าดินเพิ่มขึ้นมาแค่สิบเซนติเมตร นี่คือปัญหาความลำบากทางกายภาพ ผมต้องใช้เวลาปรับดินนานมากผมเลือกปลูกพืชยืนต้นเก็บขายได้ตลอด เลือกพืชให้เหมาะกับสภาพพื้นที่ ทำให้เหมือนป่ากว่าจะเลี้ยงตัวเองได้เกือบ 10 ปี ตอนนี้มีผลผลิตเก็บลำใยและผักหวานขายได้”

ทุกวันนี้พืชหลัก ๆ ในสวนมีลำใยกับผักหวานป่า เขาบอกว่า ไม่มีหนี้สิน ไม่มีเงินออม เพราะฝากเงินทั้งหมดไว้กับต้นไม้และผืนดิน เก็บดอกผลอย่างเดียว เป็นบำนาญในบั้นปลายชีวิตได้ด้วย ลดต้นทุนด้วยการพึ่งตัวเอง ทำปุ๋ยใช้เอง

“ผมประมาณตนเองว่า ทำได้แค่ไหน ก็ทำแค่นั้น (ถ้าจำเป็น)ทำอะไรได้ทำ ไม่เกี่ยงงาน ไม่จำเป็นต้องจับจอบจับเสียมอย่างเดียวทั้งชีวิต ปรับวิถีเกษตรให้เข้ากับชีวิตปัจจุบัน เป็นเกษตรกรที่หัวใจ ชีวิตจะสุขสงบตามอัตภาพ เพราะช่วงแรกผมก็เรียกตัวเองว่าเกษตรกร แต่เมื่อสวนเลี้ยงตัวเองได้ ก็ไม่ต้องใช้เวลากับมันเยอะ เพราะผมก็เอาความรู้ของหลายๆ คนมาปรับใช้ ไม่มีใครถูกหรือผิด อย่างการทำน้ำหมัก ทำปุ๋ยเอง ก็ค่อนข้างได้ผล องค์ความรู้บางอย่างก็ใช้ได้ในพื้นที่นั้นช่วงเวลานั้น เราต้องมาปรับใช้ในพื้นที่ของเรา จนได้สูตรของเรา” ธีรเดช เล่า แล้วบอกว่า ความรู้ของเขา คงแนะนำใครไม่ได้หรอก เพราะแต่ละพื้นที่ไม่เหมือนกัน

“ผมมองว่า แนวคิดน่าจะสำคัญกว่าเทคนิค ในช่วง 4-5 ปีที่เริ่มทำการเกษตร ผมมีเรื่องเล่าและเขียนเยอะ แต่พออยู่ตัว สวนเลี้ยงตัวเองได้ ผมก็ไม่รู้จะเขียนอะไร ผมมองว่า อาชีพนี้สำคัญในแง่การเป็นผู้สร้าง เวลาแลกเปลี่ยนกับคนที่สนใจการเกษตร ผมจะไม่บอกว่า ควรปลูกต้นนั้นต้นนี้ แต่ผมจะบอกว่า เราควรจะปลูกให้มีความสุข ปลูกแบบผู้ให้ ปลูกแจกไปก่อน แล้วจะกลับมาในรูปแบบอื่น อย่างผมเอาผักหวานไปฝากป้าข้างบ้านในเมืองกิน ก็มีคนโน้นคนนี้สั่งผักหวาน จนผักหวานไม่พอขาย เราต่างมีน้ำใจให้กัน แต่บังเอิญได้ขายเป็นเงิน ก็เป็นเรื่องที่ดี”

สำหรับเขาแล้วสังคมเกษตรในเมืองเหนือก็ง่ายๆ บางครั้งเลือกที่จะให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ในฐานะเพื่อนบ้าน และมีการแลกเปลี่ยนเมล็ดพันธุ์ เขายกตัวอย่างมีครอบครัวหนึ่งออกจากงานประจำไปทำสวนอยู่จังหวัดเพชรบุรี ก็สานสัมพันธ์แลกเปลี่ยนกัน

“อย่างไม้ป่าตกในสวน ก็ขึ้นเองได้ไม่ต้องดูแล ถ้าเป็นชีวิตไม่ปรุงแต่งจะแข็งแรง ธรรมชาติก็สอนเรา ถ้าอยู่ไม่ได้ก็ตายไป แต่ถ้าอยู่ได้ก็แข็งแรง อย่างผมมีเมล็ดไม้ยืนต้น ไม้ป่า ผมก็คอยเก็บไว้ใครอยากได้ ผมก็ส่งไปให้ เขาก็ส่งไม้พื้นถิ่นมาให้เราลองปลูก” ธีรเดช เล่า เพราะการอยู่ในวิถีเกษตร สิ่งที่ต้องทำคือ ปรับเรื่องจิตใจ ถ้าเรามีความอยากน้อยลง การปลูกผักเลี้ยงสัตว์ เลี้ยงปลาก็เลี้ยงตัวเองได้

“ถ้าเราคิดว่า มีพอกิน ก็อยู่ได้แล้ว ที่เหลือเอาไปขาย เพื่อซื้อสิ่งของจำเป็น เราก็ได้เห็นผลจริง แค่เราปรับความเคยชินนิดหน่อย ไม่ยากอะไร อยู่ที่จิตใจ อย่างไม้ดอก ผมก็ไม่ได้ปลูกอะไร แม่ผมก็ปลูกไว้เล็กๆน้อยๆ แต่ตอนนี้แม่จากไปแล้ว ไม้ดอกก็กลายเป็นความสุนทรีย์อย่างหนึ่งในชีวิต ผมชอบไม่ใบมากกว่า ชีวิตคงหยาบเกินไป” นั่นเป็นความง่ายๆ ที่เขาเล่าให้ฟัง และวิถีแห่งเกษตร ทำให้เขารู้จักคำว่า รอ กว่าต้นไม้หนึ่งต้นจะเติบโต ระหว่างที่รอ เขารู้สึกว่า ความอยากค่อยๆ ลดลง

“ถ้าเรารอไม่ได้ ก็ต้องกู้หนี้ ถ้าเรารอได้จะทำให้เรารู้จักพอ ความอยากความวุ่นวายทั้งหลายจะเริ่มหายไป วิถีเกษตรมันขัดเกลาเราตรงนี้ ผมจึงไม่มีหนี้สิน เพราะหนี้มันเป็นทุกข์ ต้นไม้ที่เร่งปลูก ก็เหมือนยาโด๊บ ถ้าเราปล่อยให้มันเติบโตไปตามธรรมชาติ รากก็จะหยั่งลึกลงไปเรื่อยๆ ไม่ต้องดูแลมาก มันแข็งแรงตามธรรมชาติ มีแมลงกัดกินก็ไม่ตาย มันสอนเราทำให้เราเห็นว่า แข็งแกร่งข้างใน”

นักเรียนรู้เช่นเขา ยกตัวอย่างเรื่องการปลูกผักหวานป่า ปลูกค่อนข้างยาก แต่ราคาสูงกิโลกรัมละร้อยสองร้อยบาท แล้วทำไมคนไม่ปลูกกันทั้งประเทศ เพราะผักหวานป่ากว่าจะเติบโตเก็บกินได้ต้องใช้เวลานานและดูแลเยอะ ใช้สารเคมีไม่ได้

“สองสามปีแรกปลูกแค่ไหนก็โตแค่นั้น แต่พอปีที่สาม ถ้าติดแล้ว ถึงจะโต ถ้าคนที่ใจเร็วด่วนได้ ปลูกผักหวานไม่ได้”

หากย้อนถึงความมุ่งมั่นที่จะเป็นชาวสวน ธีรเดช บอกว่า เห็นตัวอย่างที่ทำสำเร็จ ทั้งคนบนดอยและปราชญ์ชาวบ้านที่ทุกคนจะพูดเหมือนกันว่า เราต้องปรับความคิดและจิตใจ จะละโมบโลภมากไม่ได้ ต้องปรับที่หัวใจ เพราะปราชญ์ที่สอนเหมือนกันหมด แต่เทคนิคอาจต่างกัน

“ตอนนี้ก็เริ่มศึกษาเรื่องศาสนามากขึ้น เริ่มมาจากแม่ป่วย และจากไปเมื่อปลายปีที่แล้ว มุมมองที่จะอยู่ต่อไปได้ คือ เรื่องความไม่โลภ ลดความอยากก็มาจากศาสนา”

มุมนี้มีทางเลือก

รู้ทันโรคด้วยสมุนไพรใกล้ตัวกับการแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร

กิจกรรมส่วนหนึ่งของอภัยภูเบศร

●● **รู้โรค...รักษ์โลก ลดร้อน** จัดกิจกรรมโดยศูนย์การเรียนรู้การดูแลสุขภาพภาคประชาชนด้านการแพทย์แผนไทย**อภัยภูเบศร** เพื่อให้รู้ทันโรคภัยด้วยสมุนไพรใกล้ตัว พร้อมกิจกรรมการสาธิตการปรุงอาหารต้านโรคยอดฮิตของวัยทำงาน และร่วมกิจกรรมรักษ์โลก ลดร้อน กับการปลูกสมุนไพรไม้มงคล ทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ เวลา 08:30 - 16:00 น.ในวันที่11 - 13 พฤษภาคม 2556 พบกับ กิจกรรม **รู้โรค (วัยทำงาน)...รักษาง่ายๆ ด้วยสมุนไพรใกล้ตัว** “ไมเกรน, นิ้วล็อค, ปวดกล้ามเนื้อและข้อ” ร่วมเรียนรู้การทำน้ำมันนวดและการสาธิตท่าบริหาร การนวดรักษาไมเกรน นิ้วล็อค นวดง่ายๆ ทำได้ด้วยตัวเอง

วันที่ 18 - 19 พฤษภาคม **รู้โรค (วัยทำงาน)....รักษาง่ายๆ ด้วยตัวเอง** “ริดสีดวงทวาร, ทางเดินปัสสาวะอักเสบ” ร่วมเรียนรู้การใช้สมุนไพรรักษาริดสีดวงด้วยตนเองและการสาธิตการทำชาสมุนไพรแก้ขัดเบา เคลียทางเดินปัสสาวะ และวันที่ 24 - 26 พฤษภาคม 2556 พบกับกิจกรรม **ล้างพิษ...ง่ายๆ ด้วยสมุนไพรใกล้ตัว**...กับราชายาล้างพิษ การสาธิตการล้างพิษด้วยรางจืด หญ้าดอกขาวลดการอยากบุหรี่ ลดการอยากอาหาร และข้าวดูดสารพิษ มิตรแท้ทางเดินอาหาร ยาแก้เมาและยาระบายรำข้าว สอบถามได้ที่ 0 3721 1088 ต่อ 3333 หรือ 08 7582 0597 ●●

●● ส่วนอีกกิจกรรมสำนักบริหารงานพาณิชย์ภูมิภาค และสำนักบริหารกิจการต่างประเทศ จัดงาน **Organic and Natural Expo 2013** งานแสดงสินค้าเกษตรอินทรีย์/ธรรมชาติ โดยรวบรวมผู้ผลิต ผู้ประกอบการธุรกิจเกี่ยวกับสินค้าและบริการอินทรีย์/ธรรมชาติอย่างครบวงจร รวมทั้งขยายตลาดผู้บริโภค สินค้าและบริการอินทรีย์ ตลอดจนสร้างความรู้ความเข้าใจในสินค้าอินทรีย์ให้แก่ประชาชนในวงกว้างในวันที่ 9-12 พฤษภาคม 2556 ณ ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

พบสินค้าออแกนิคในงานนี้

โดยวันที่ 10 พฤษภาคม 2556 มีกิจกรรมเสวนา **Organic Symposium** เวลา 10.00-10.40 น.นำเสนอ **มุมมอง กลยุทธ์ วิเคราะห์ เจาะลึกตลาดโลกและตลาดหลัก** โดย Mr. Andre Leu, President of IFOAM, เวลา 10.40-12.30 น.เสวนาเรื่อง **โอกาสของเกษตรอินทรีย์ไทย** โดยสิทธิพร บางแก้ว พาณิชย์จังหวัดสุรินทร์ (ตลาดในประเทศ), ปริญญา พรศิริวัฒนา บ. รังสิตฟาร์ม (ประสบการณ์การผลิต), สุวรรณา หลั่งน้ำสังข์ บ. สังคมสุขภาพ (การจำหน่าย/กลุ่มเป้าหมายผู้บริโภค), สนธิ์ ชมดี บ. เขาค้อทะเลภู (ประสบการณ์ส่งออก เช่น ผลิตภัณฑ์สปา ฯลฯ) และวิฑูรย์ ปัญญากุล นายกสมาคมการค้าเกษตรอินทรีย์ไทย (มาตรฐาน+โอกาสส่งออก) และเวลา 13.30-15.00 น.มีเสวนาห้อง 1 เรื่อง “ทำเกษตรอินทรีย์ จะเริ่มอย่างไรดี” ผู้ร่วมเสวนา วัลลภ พิชญ์พงศา (สมาคม TOTA) และพีรโชติ จรัญวงศ์ (สมาคม TOTA) ส่วน ห้อง 2 เรื่อง“ชวนคิด Organic Policy เพื่อความยั่งยืน” ผู้ร่วมเสวนา สกส. และทีมงาน (ติดตามความคืบหน้า สกส.) ฯลฯ ดูรายละเอียดที่เวป www.organicnaturalexpo.com ●●