

Book Review

กาลครั้งหนึ่ง เมื่อฉันหัดเดิน

วิเชียร พันธุ์เครือบุตร¹

กาลครั้งหนึ่งเมื่อฉันหัดเดิน โดย วาสนี ตั้งประกอบ เป็นหนังสือที่เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ด้วยการปฏิบัติธรรมะตามธรรมชาติ หนังสือเล่มนี้สามารถแบ่งออกได้เป็นส่วนที่หนึ่ง เป็นเรื่องของความคิดของผู้ที่เข้าร่วมโครงการ ส่วนที่สอง เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับโรคมะเร็ง ตลอดจนการรักษาด้วยการแพทย์ทางเลือก ส่วนที่สาม เป็นเรื่องของธรรมชาติปฏิบัติที่มีต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ ส่วนสุดท้าย เป็นเรื่องของอาหารที่ใช้ในการบำบัดรักษา

กาลครั้งหนึ่งเมื่อฉันหัดเดิน ไม่ได้มีวางจำหน่ายในแผงหนังสือทั่วไป แต่หากท่านเห็นวางอยู่บนแผงหนังสือท่านจะไม่คิดว่าเป็นหนังสือในแนวธรรมะ ทั้งรูปแบบ รูปภาพ ขนาดรูปเล่ม ที่ดูเสมือนหนึ่งหนังสือนวนิยายรูปแบบปกออกแบบให้มีที่คั่นหนังสือที่เก๋ไก๋อีกด้วย

กาลครั้งหนึ่งเมื่อฉันหัดเดิน เป็นตัวอย่างที่ดีมากในเรื่องการจัดการความรู้ เนื่องจากหนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นจากการทำโครงการ “เรียนรู้ดูกายใจ ด้วยธรรมชาติ” เป็นการถอดบทเรียนจากการปฏิบัติตามโครงการ ถ่ายทอดมาให้ผู้สนใจนำไปสู่การปฏิบัติด้วยตนเอง ที่ให้โอกาสกับผู้เข้าร่วม

โครงการ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้มีส่วนในการถ่ายทอดบทเรียน ดังนั้น ในส่วนต่างๆ ของหนังสือจึงเป็นการถ่ายทอดความในใจของผู้ดำเนินโครงการ ตั้งแต่ผู้ปฏิบัติ วิทยากรบรรยาย ตลอดจนผู้ที่ปฏิบัติในส่วนของห้องครัว

ส่วนที่สอง กล่าวถึง “โรคมะเร็ง” ตั้งแต่ความหมาย ปัจจัยที่ทำให้เกิด อาการเริ่มต้น การแพร่กระจาย ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย การเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน การป้องกันความเครียดที่เป็นต้นเหตุหนึ่งของโรค ตลอดจนการใช้การแพทย์ทางเลือก ซึ่งเป็นวิทยาการใหม่ในการรักษามะเร็ง การแพทย์ทางเลือกที่นำเสนอในหนังสือเล่มนี้เป็น การแพทย์ที่มุ่งเน้นการใช้ธรรมชาติ เพื่อการป้องกันและรักษา

ส่วนที่สาม เป็นการกล่าวถึงการปฏิบัติตามโครงการ เรียนรู้ดูกายใจ ด้วยธรรมชาติ ที่เป็นธรรมชาติปฏิบัติตั้งแต่เริ่มต้น ตลอดจนครบโครงการ เป็นระยะเวลา 32 วัน ผู้เข้าร่วมโครงการต้องเรียนรู้ตั้งแต่การหลับนอน การขับถ่าย การปรับอารมณ์ ที่จะทำให้อิ่มอร่อยสุขภาพกายและสุขภาพใจ อันเป็นส่วนหนึ่งของการแพทย์ทางเลือก

ส่วนสุดท้าย กล่าวถึงเรื่องของอาหารที่ใช้เป็นยาสำหรับผู้ป่วย อาหารต้องห้าม ความ

¹ อาจารย์ ดร., รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร วิทยาลัยนครราชสีมา

เป็นกรดเป็นด่างของอาหาร การทำงานของเอ็นไซม์ในการย่อยอาหาร ตลอดจนเมนูสุขภาพที่บอกวิธีการปรุงอาหาร ตั้งแต่ น้ำปั่นสุขภาพ ไปจนถึงอาหารในชีวิตประจำวัน และท้ายสุดเป็นความเห็นของผู้ที่เกี่ยวข้องกับโครงการ ได้แสดงความเข้าใจไว้เป็นตัวอักษร

จากการอ่านได้ข้อค้นพบว่า การดูแลสุขภาพทั้งทางกายและทางใจ เป็นความหวังให้กับผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็ง เมื่อผู้ป่วยมีความหวัง มีกำลังใจที่จะสู้แม้ว่าร่างกายจะเจ็บป่วย แต่จิตใจที่กล้าแข็งจะทำให้อดทนต่อสภาวะต่างๆ ที่รุมเร้าเข้ามา ซึ่งจะส่งผลดีต่อ

สุขภาพกาย ที่สามารถทำให้เห็นผลได้อย่างชัดเจน ด้วยกระบวนการทางการแพทย์ เช่น เซลล์มะเร็งมีขนาดเล็กลง ผู้ป่วยมีภูมิคุ้มกันมากขึ้น โรคแทรกซ้อนบางโรค เช่น ความดันเบาหวาน หัวใจ ก็ทุเลาเบาบางลงไป การถอดบทเรียนในการดำเนินการนี้ ผู้อ่านไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยโดยตรงหรือผู้ที่ดูแลผู้ป่วย สามารถนำไปปฏิบัติด้วยตัวเองได้ แม้ไม่ได้เข้าร่วมโครงการตามที่กล่าวมาก็ตาม จึงนับว่า กาลครั้งหนึ่ง เมื่อฉันหัดเดิน เป็นหนังสือที่เป็นตัวอย่างที่ดีของการจัดการความรู้ ด้วยการถอดบทเรียนที่ทรงคุณค่ายิ่ง

เอกสารอ้างอิง

วาสนี ตั้งประกอบ. (2553). กาลครั้งหนึ่ง เมื่อฉันหัดเดิน. กรุงเทพฯ : พลัสเพรส. พิมพ์ครั้งที่ 3