



กาลครั้งหนึ่ง

ครอบครัวของเรา

เรื่องเล่าจากปล่องไฟ



BACHELOR OF ARTS PROGRAM IN
**CHILDREN'S
LITERATURE**
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY

Giving warmth
to everyone
in your family



หมาข้างบ้าน



นางฟ้าประจำตัว



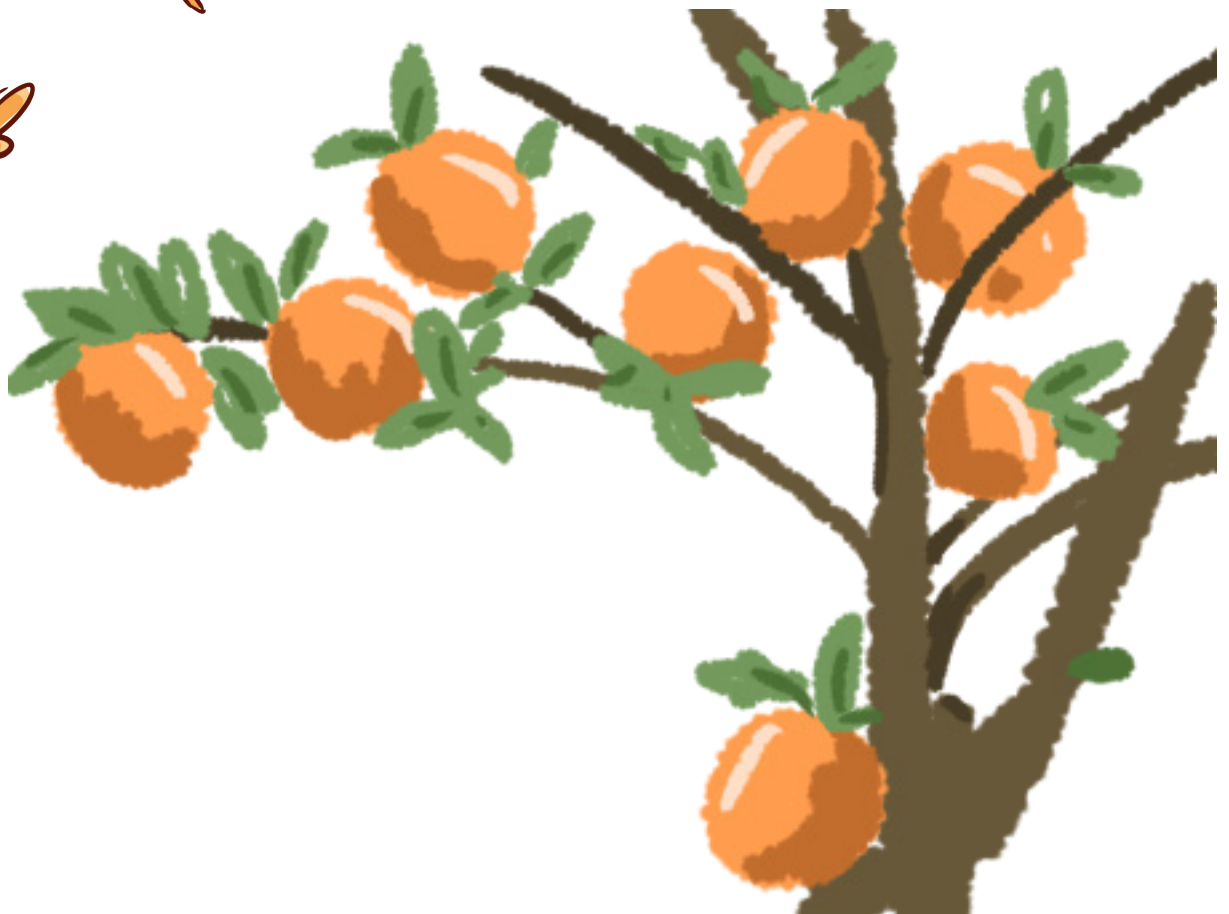
ดอกไม้ในสวน



หมีในปล่องไฟ



ชายนม่าย



คุยกับพี่ปล่องไฟ

สวัสดีน้อง ๆ ที่น่ารักทุกคน ถ้าพูดถึงบ้านแล้ว น้อง ๆ จะนึกถึงอะไรเอ่ย สำหรับพวกพี่ ๆ แล้ว คงนึกถึงคำว่าครอบครัว ที่ประกอบไปด้วยพ่อ แม่ ลูก หรือ ปู่ ย่า ตา ยาย อาจรวมไปถึงสัตว์เลี้ยงน้อยใหญ่ อย่างสุนัขหรือแมวครอบครัว ก็มีความหลากหลาย แตกต่างกันไป ทั้งครอบครัวใหญ่หรือครอบครัวเล็ก แต่ไม่ว่าจะใหญ่หรือเล็ก ความอบอุ่นและความรักในครอบครัวไม่ขึ้นอยู่กับจำนวน พี่ ๆ จึงอยากพาน้องไปรู้จักครอบครัวที่หลากหลาย กิจกรรมเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว รวมไปถึงแนะนำนิทานที่พวกน้อง ๆ น่าจะชอบ ถ้ายิ่งอ่านหนังสือกันไม่คอยคล่อง ลองขอให้คุณพ่อคุณแม่หรือผู้ใหญ่อ่านให้ฟัง มาเสริมสร้างความอบอุ่นให้แก่ครอบครัวด้วยวารสารฉบับนี้นะกัน



CONTENTS

สารบัญ

01

สาระ
ใน
นาร
ง

ครอบครัวแปลก 1

8 กิจกรรมทำกับครอบครัว 3

03

เล่าเรื่องบ้าน
ของเรา

บ้านของอั้งอั้ง 13

02

มองคนอื่น
ผ่านจอ

charlie and the chocolate fac-
tory 5

The Adams Family 7

hometown

cha cha cha 9

ข่าวเหี้ยมหมู่บั้ง 11

04

นิทานก่อน
นอน

ลูกกระต่ายคืนรัก 15

Guess how much I love you 16

05 แนะนำ
หนังสือ

ครอบครัวของเซเซ
: คนสมแสนรัก 17

The tale of rusty horse 18

06

ระยະสุดท้าย
ก่อนการจากลา 20

07 อาหารวัน
ว่าง

สปาเก็ตตี้คาโบนาร่า 21

สารบัญ

ครอบครัว แปลก



พูดถึงครอบครัวของเรา บางคนก็เป็นลูกคนเดียว บาง
ก็มีพี่น้อง แต่เชื่อกันไหม ว่ามีครอบครัวหนึ่งในประเทศรัสเซีย
คุณแม่ของพวกเขานั้นมีลูกถึง 69 คนเลยทีเดียว เธอมีลูกแฝด
16 คู่ แผลดสาม 7 คู่ และแฝดสี่ 4 คู่ นอกจากนี้คุณพ่อของ
พวกเขาก็ไม่ได้แต่งงานครั้งเดียว แต่แต่งงานถึงสองครั้ง และ
ภรรยาอีกคนก็มีลูกถึง 18 คน ทำให้ครอบครัวนี้มีลูกกัน 87
คน ถือว่าเป็นครอบครัวที่ใหญ่พอ ๆ กับหนึ่งหมู่บ้านได้เลย



ในประเทศไทยเองก็มีครอบครัวที่มีลูกตกเช่นกัน โดยคุณยายจากเมืองกาญจนบุรีเป็นผู้ได้รับฉายานี้ไป เพราะคุณยายนั้นมีลูกถึง 25 คน เป็นชาย 11 คน และเป็นหญิง 14 คน น่าเสียดายที่ในปัจจุบันลูกๆของคุณยายมีชีวิตอยู่เพียง 11 คนเท่านั้น สาเหตุก็มาจากในสมัยก่อนการเดินทางยังไม่สะดวก เวลาคุณยายจะคลอดลูกจึงต้องทำเองที่บ้าน โดยลูกๆเล่าว่าคุณยายเป็นคนร่างกายแข็งแรง ทั้งชีวิตเคยเข้าโรงพยาบาลแค่สองครั้งเท่านั้น คือตอนไปเก็บกระท่อ แล้วตกลงมากับตอนผ่าตัดนิ้วในอุ้งน้าคี คุณยายร่างกายแข็งแรงจริงๆ ได้ฟังเรื่องราวของคุณแม่ลูกตกแบบนี้แล้วรู้สึกว่าคุณแม่ทุกคนเก่งมากอดคิดไม่ได้เลยว่าเวลาพี่น้องทะเลาะกันพ่อแม่จะปวดหัวแค่ไหนหรือเวลาข้าวให้กินจะเหนื่อยขนาดไหนทุกคนก็ทำตัวเด็กคืออย่าทำให้พ่อแม่ปวดหัวกันนะ

8 ; Ô ; ã ; ã ; ã

• ð ; ñ ð ã í ° ð ã ã ã



ทำลายกำแพงด้วยเกมส์สุดมันส์

หาเกมส์สนุก ๆ มาเล่น ไม่ว่าจะเกมส์ออนไลน์ เกมส์กระดาน หรือการละเล่นตั้งต่างที่เคยเล่นกันตอนเด็ก ๆ จะช่วยสานความสัมพันธ์ในครอบครัวให้แน่นแฟ้นขึ้นกว่าเดิมผ่านการเล่นเกมส์ด้วยกัน และเป็นการฆ่าเวลาเพื่อรออาหารเย็นได้อย่างดี

สวัสดีค่ะลูกบ้านที่รักทุกคน ช่วงนี้หลายคนก็อาจจะทำงานหรือเรียนอยู่ที่บ้าน พอมีเวลาว่างก็ไม่รู้จะทำอะไรดีใช่ไหมคะ

วันนี้พี่หมีในแปลงโพมีกิจกรรมในครอบครัวที่น่าสนุกและน่าสนใจ มาฝากทุกคนถึง 8 กิจกรรมด้วยกันค่ะ ต้องบอกเลยว่าเป็นกิจกรรมครอบครัวที่แปลกใหม่ ซึ่งจะทำให้เวลาว่างของทุกคนในครอบครัวไม่น่าเบื่ออีกต่อไป



Movies Day

เริ่มด้วยกิจกรรมเบสิค ๆ อย่าง การดูหนังร่วมกัน สมัยนี้มีช่องทางสตรีมมิ่งมากมายให้เลือกสรร เช่น Netflix, Disney+, Viu, WeTV, iQIYI เป็นต้น โดยเลือกชมภาพยนตร์ ซีรีส์ หรือแอนิเมชั่นที่สนุก ๆ สักเรื่อง แล้วสร้างบรรยากาศภายในห้องนั่งเล่นให้เหมือนกับอยู่ในโรงภาพยนตร์ อาจจะเตรียมป๊อปคอร์นขนม เครื่องดื่มสดชื่น ๆ ไว้ทานเล่นระหว่างดูหนัง แค่นี้ก็จะทำให้ทุกคนในบ้านอยู่ด้วยกันได้ทั้งวันเลยคะ



ครอบครัว'รวมใจ

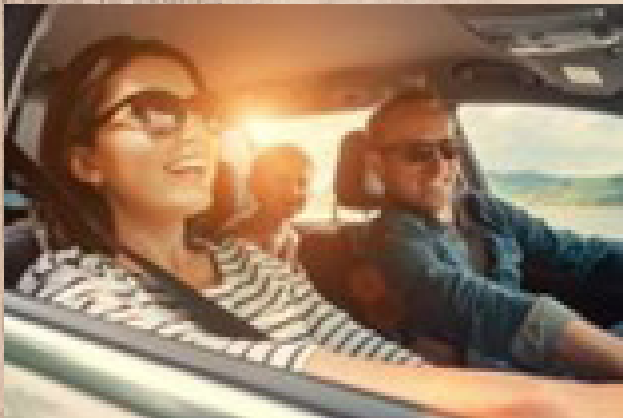
การทำอาหารด้วยกัน เป็นหนึ่งกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความสัมพันธ์ของคนในบ้าน เพราะได้ช่วยกันเตรียมวัตถุดิบ การลงมือทำแต่ละขั้นตอนก็ต้องปรึกษากัน ลูกหลานที่ไม่เคยทำอาหารได้อาศัยโอกาสแบบนี้เรียนรู้เคล็ดลับการทำอาหารจากญาติผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นการลดช่องว่างระหว่างวัยได้อย่างดี





สุขภาพใจเข้มแข็ง สุขภาพกายก็ตองแข็งแรง

กินอาหารเสร็จแล้ว ก็อย่าลืมชวนทุกคนในบ้านลุกขึ้นมา ขยับร่างกายกันเล็กน้อย เป็นกิจกรรมที่ผ่อนคลายและช่วย เสริมสร้างสุขภาพที่ดีขึ้น การออกกำลังกายมีหลายวิธีที่ สามารถทำรวมกันได้ เช่น โยคะ เป็นการออกกำลังกาย ที่ไม่หนักมากเกินไป แล้วยังช่วยบรรเทาอาการเหนื่อยล้า และความเครียดจากการทำงานได้ดี



On The Road : ตามใจล้อ

ออกไปเที่ยวในสถานที่ใหม่ ๆ อย่างไม่มีแบบแผน คือ การไปเที่ยวแบบไม่มีจุดหมายปลายทาง ขับรถไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเจอสถานที่ที่น่าสนใจ ซึ่งจะได้อยู่บนรถด้วยกัน พร้อมหน้าพร้อมตา เปิดเพลงสบายแล้วชมวิวทิวทัศน์ข้าง ทาง เป็นกิจกรรมที่ผ่อนคลายและน่าตื่นเต้นที่สุด



สวนก็เป็นหน้าตาของบ้าน

ในช่วงเวลาที่ทุกคนยุ่งอยู่กับการทำงาน บ้านก็อาจจะไม่ได้รับการ ดูแล หญ้าและวัชพืชขึ้นเต็มไปหมด เมื่อมีเวลารว่างทั้งทีก็ชวนสมาชิก ในบ้านมาช่วยกันปลูกต้นไม้ ถอนวัชพืช หาซื้อต้นไม้ใหม่ ๆ มา ตกแต่งและประดับบ้าน เป็นกิจกรรมที่ทั้งสนุกแล้วยังทำให้บริเวณบ้าน รมรื่นสวยงาม



กาแฟนี้มีรัก

กิจกรรมสุดท้ายเป็นกิจกรรมที่พี่หมีในปล่องไฟชอบมากที่สุด คือ การทำ โยมกาแฟ เป็นการทำเครื่องดื่มหรือขนมด้วยวัตถุดิบที่มีในบ้าน ให้เหมือนกับ ไปนั่งกินอยู่ที่ร้านกาแฟ เพราะว่าเมื่อมีเวลารว่างทั้งที หลาย ๆ คนอยาก จะพักผ่อนอยู่บ้าน ไม่อยากเจอรถติดและไม่อยากเจอผู้คนเยอะ การทำ โยม กาแฟก็เป็นอีกตัวเลือกหนึ่งที่น่าสนใจและแปลกใหม่ โดยได้ใช้โอกาสนี้ โชว์ฝีมือในการทำขนมและเครื่องดื่มเสร็จให้สมาชิกทุกคนในบ้าน



ความอร่อยบนผืนเสื่อ

หลังจากได้ทำอาหารร่วมกันแล้ว ขั้นตอนต่อไปพี่หมีใน ปล่องไฟอยากเสนอการ ไปปิกนิกคะ เนื่องจากอาหารก็ เตรียมไว้พร้อมแล้ว หากนั่งกินอยู่ในบ้านมันอาจจะน่าเบื่อ และธรรมดาเหมือนกับทุกวัน ดังนั้นการไปปิกนิกนอกสถานที่ ที่ อย่างเช่น ที่สวนสาธารณะก็เป็นอีกตัวเลือกที่ดีทีเดียวคะ เพราะนอกจากจะได้กินอาหารท่ามกลางธรรมชาติแล้วยังได้ นั่งพูดคุยถามไถ่เรื่องราวชีวิตกันอีกด้วย

มองคนอื่นผ่านจอ

Charlie and the chocolate factory

โรงงานช็อกโกแลตเป็นสถานที่ที่เข้าไปไว้ความตื่นเต้นหาทุกถึงแค่

โรงงานช็อกโกแลต แต่ถาลองพูดคุยชื่อของ

วิลลี่ วองก้า อาจจะได้เห็นแนวทาระยะยับจากเด็กหลายคน วิลลี่ วองก้า คือ ความสนุก ความตื่นเต้น ความแปลกใหม่ของขนมที่เด็ก ๆ รวมทั้งผู้ใหญ่หลายคนต้องการจะสัมผัสปรารถนาให้วิลลี่

วองก้ามีตัวตนอยู่จริง จับต้องได้ ถึงอย่างไรคนที่รู้จักวิลลี่ผู้ชายประหลาดใส่หมวก ทรงสูงกับเสื้อคลุมสีแคงที่ทำช็อกโกแลตได้วิเศษที่สุดก็คงจดจำผู้ชายประหลาดคนนี้ได้เป็นอย่างดีแน่นอน

วิลลี่ วองก้า เป็นตัวละครจากวรรณกรรมเรื่อง

"ชาร์ลีกับโรงงานช็อกโกแลต" โดยปอลาย

ปากกาของโรอัลด์ ดาห์ล ผู้สร้างสรรค์รอยยิ้มและเสียงหัวเราะให้นักอ่านทั่วโลก ทั้งยังเป็นตัวละครจากฝีมือกำกับภาพยนตร์ของทิม เบอร์ตัน ผู้กำกับและนักเขียนในดวงใจของใครหลายคนด้วยเรื่องราวนี้ได้รับการถ่ายทอดอย่างงานพิมพ์ครั้งแรกในปีคริสต์ศักราช 1964 และเป็นภาพยนตร์ใน

ปีคริสต์ศักราช 2005 นับเป็นเรื่องราวที่เกิดขึ้นมานานกว่าครึ่งศตวรรษที่ครองใจคนได้ทุกยุคสมัย เรื่องราวของชาร์ลีบ็อบเกิดหนุ่มน้อยจิตใจดีรักครอบครัวแม้ครอบครัวจะไม่ได้มีสมบัติหรือความสุขสบายเหมือนใครอื่น แต่ก็เติบโตมากด้วยความรักความอบอุ่นอย่างดีกับความหวังอันสดใสของเด็ก ๆ ที่หวัง

จะชนะรางวัลใหญ่จากโรงงานช็อกโกแลตของวิลลี่ วองก้า ที่มีความคิดตั้งมั่นกับตัวเองว่าประสบความสำเร็จได้เพราะไม่มีครอบครัวให้รำคาญ เป็นความคิดที่ตรงข้ามกับชาร์ลีสาวกับแม่เหล็กขั้วเหนือและแม่เหล็กขั้วใต้ แต่แน่นอนว่าแม่เหล็กสองขั้วนี้ดึงดูดกันด้วยกฎของธรรมชาติ ชาร์ลีสักุ โคะเหลือเกิน

จากชีวิตที่เด็กชายคนหนึ่งต้องใช้ในแต่ละวัน เป็นตัวละครที่เป็นที่รักจากความอ่อนโยน มั่นคง และอบอุ่น ส่วนวิลลี่

วองก้า เป็นที่รักจากความทรนภา ร่าเริง เป็นเหมือนภาพสะท้อนวัยเด็กที่ชวนให้

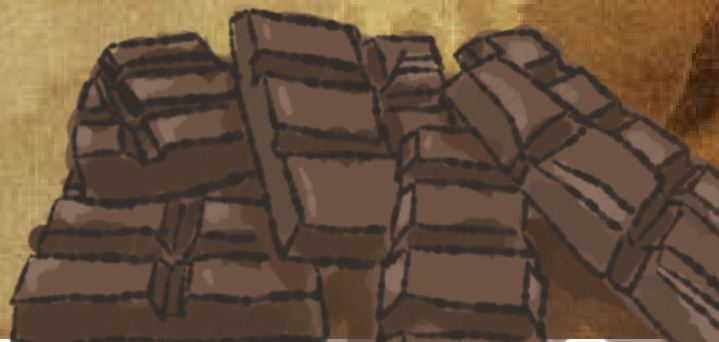
นึกถึงตัวละครของโรอัลด์ ดาห์ล

มีเสน่ห์เสมอ

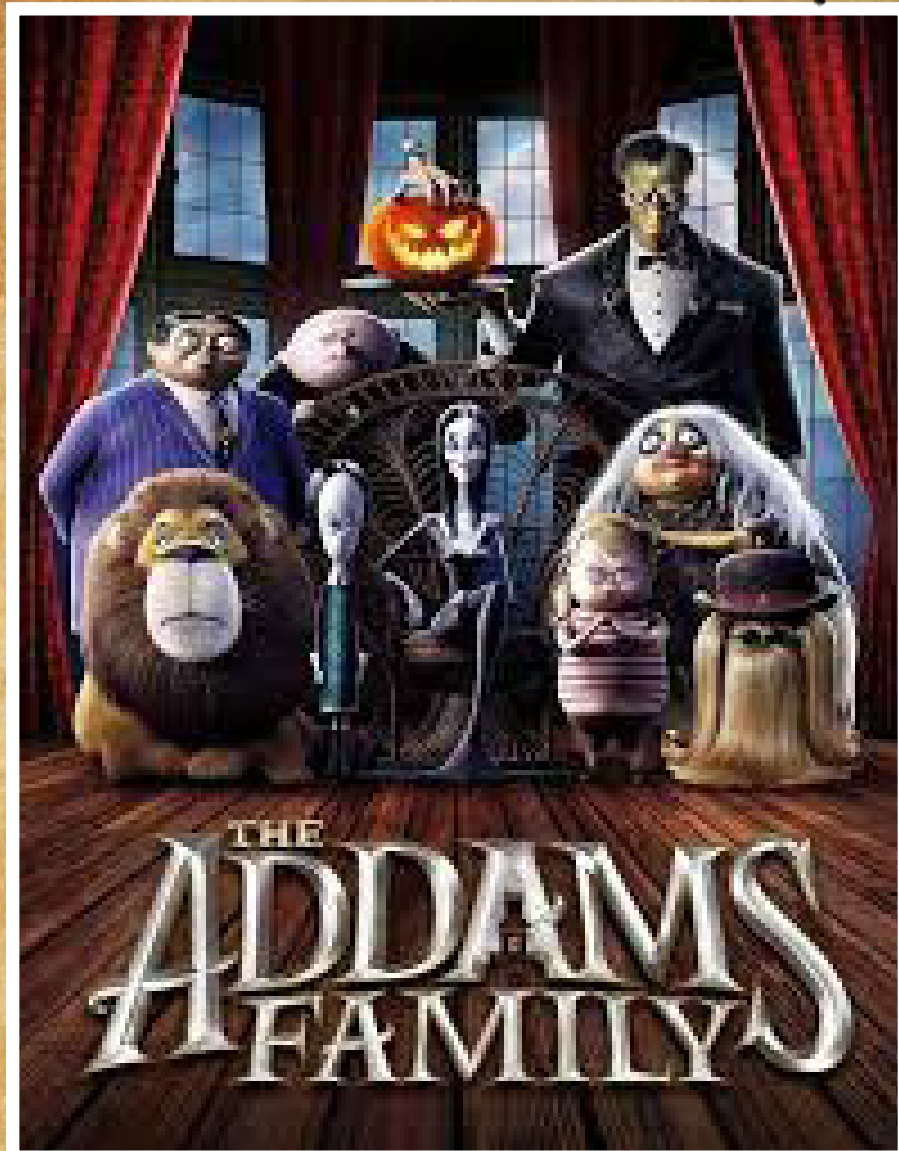




ชาร์ลีสืบโรงงานช็อกโกแลตเป็นภาพยนตร์แนวจตุภัย
 แฟนตาซีของเด็กทั้ง 5 คนในโรงงานสุด
 วิเศษ ใช้การสุ่มว่าใครจะเป็นผู้ได้รับรางวัลใหญ่จากวิ
 ลดี วองก้าเป็นฉากหน้าของความสนุกคั่นคั้น
 แต่เนื้อแท้แล้วเต็มไปด้วยความอบอุ่นในส่วนที่เป็น
 ครอบครัว อย่างที่ไม่ต้องเป็นนักอ่านคเวียงหรือนัก
 วิจารณ์ภาพยนตร์ก็สัมผัสได้ถึงความอบอุ่นนี้ ทั้งยังแฝง
 ผลของการเลี้ยงลูกแต่ละแบบผ่านเด็ก ๆ ทั้ง 5 คนที่
 ได้ตั๋วทองคำเข้าไปในโรงงานด้วย บิดห่วยคเวียงรางวัล
 ใหญ่ของวิลดี วองก้าเอง เป็นความอบอุ่นและแรง
 บันดาลใจที่กล่าวได้ว่ายังใครครอบครัวก็อยู่เคียงข้างเรา
 ไม่ว่าจะปู่ปกครอง พ่อแม่จะแสดงออกอย่างไร สุดท้าย
 สิ่งที่มีอยู่อย่างแน่นอนก็คือความหวังดี การชื่นชม และ
 ยินดีกับความสำเร็จ หากอยากรู้ว่าวิลดี วองก้าเจ้าของ
 โรงงานช็อกโกแลตที่ยิ่งใหญ่พบเจอของขวัญที่วิเศษที่สุด
 ได้ยังไง ไรก็คองไม่
 พลากกับเรื่องราวของ "ชาร์ลีสืบโรงงานช็อกโกแลต"
 ไปรับชมความน่ารักของเด็กชาย ชาร์ลี บัคเก็ต
 ที่บอกให้วิลดี วองก้าได้รับรู้ถึงสิ่งวิเศษที่สุด มาสน
 กับเรียนรู้ผลของการเลี้ยงดูของครอบครัวแต่ละ
 แบบจากเรื่องนี้กัน



The Adams Family



The Addams Family ผลิตผลงานออกมาแล้วหลายเวอร์ชัน ทั้งเวอร์ชันการ์ตูน ทีวีซีรีส์และภาพยนตร์

ซึ่งเวอร์ชันภาพยนตร์นี้กำกับโดย แบร์รี ซอนเนนเฟลด์ The Addams Family เป็นเรื่องที่ใครหลายคนอาจจะรู้จักหรือเคยได้ยินคุณศัพท์ของครอบครัวนี้มาบ้างแล้วครอบครัวออคัมส์เป็นครอบครัวที่มีแต่คนประหลาด

อย่าง เลิร์ช พ่อบ้านที่ดูน่ากลัวเหมือนกับแฟรงเกนสไตน์, เวนส์เดียวกับพัคส์ลีย์ลูกสาว ลูกชายของบ้านออคัมส์ที่ชื่นชอบความรุนแรงและของน่ากลัว แถมยังชอบเล่นอะโรพีเรนทร์อีกด้วย และ หิงส์ตัวละครที่มาเป็นแคชเชียร์ข้างเดียวซึ่งคนในบ้านออคัมส์ก็เลี้ยงดูเขาราวกับสัตว์เลี้ยงตัวหนึ่ง สมาชิกในบ้านออคัมส์มักจะแสดงพฤติกรรมแปลก ๆ

ผิดมนุษย์สุด ๆ หลายสิ่งหลายอย่างที่พวกเขาทำพวกเขาก็มองว่าเป็นเรื่องที่ถูกต้อง เช่น เวลามีความสุข

ก็จะบอกว่ามีความสุข แล้วถึงแม้ว่าเรื่องราวของครอบครัวออคัมส์จะแปลกประหลาดขนาดไหน แต่ภาพยนตร์เรื่องนี้ก็ไม่ได้ทำออกมาน่ากลัวจนต้องปิดคาตู้หรือหลอนจนหัวลุกอะไรขนาดนั้น แต่นำเสนอออกมาในมุมตลกเสียมากกว่า พี่มีในปล่องไฟดูจบแล้วก็ประทับใจภาพยนตร์เรื่องนี้มาก เพราะทั้งสนุก แปลกใหม่ เพลงก็เข้ากับจังหวะในภาพยนตร์มาก ตัวละครทุกตัวเล่นได้อย่างสมบทบาทและมีเสน่ห์แบบบอกไม่ถูก ซึ่งต้องลองดูเองแล้วถึงจะรู้ค่ะ สุดท้ายพี่มีในปล่องไฟประทับใจในความอบอุ่นของครอบครัวออคัมส์ แม้จะเป็นครอบครัวสุดเพี้ยนในสายตาใครแต่พวกเขาก็รักใคร่กลมเกลียว พร้อมช่วยเหลือกันอยู่เสมอค่ะ





사랑은 마음과 마음의 거리를 좁혀주는
마법 같은 존재입니다.

가볍게
치차치차

hometown cha cha cha

Hometown Cha-Cha-Cha ซีรีส์โรแมนติคคอมเมดี้ที่จะพาคุณสัมผัสเสน่ห์แห่งหมู่บ้านชายทะเลและอมยิ้มเค้าน้ำตาลไปกับเรื่องราวของชาวกรุงใจไกลจะวาเลนไทน์แล้ว หลายคนก็คงจะพากันไปเดทตามสถานที่ต่างๆในคำคืนแห่งความโรแมนติก แต่สำหรับหลายคนที่ไม่ได้ใครคงได้เดทกับหน้าจอแทน ถ้าใครที่ไม่รู้จะเลือกชมอะไรดีละก็ ขอแนะนำซีรีส์น้ำดี

ประจำปี 2021 Hometown Cha-Cha-Cha

เรื่องราวของทันแพทย์สาว ยูนฮยอนจิน ที่เพิ่งตกงานและเป็นหนี้บัตรเครดิตจนต้องไปนั่งพักใจใน

หมู่บ้านงอนจิน หมู่บ้านเล็กๆริมฝั่งทะเลที่ตัวเองเคยมากับครอบครัวสมัยยังเด็ก แต่ก็เหมือนโชคชะตาเล่นกล

เพราะคลื่นทะเลได้พัดเอารองเท้าคู่สวยใหม่เอี่ยมราคาแพงของเธอลอยหายไป จนเธอต้องขอความช่วยเหลือ

จากชายหนุ่มที่เล่นเซิร์ฟบอร์ดอยู่ ทว่าเขาก็น่ารักองเท่กลับมาให้เธอได้แค่ข้างเดียว ยูนฮยอนจินจึงต้องจำยอมใส่

รองเท้าแตะที่หนุ่มเซิร์ฟบอร์ดเสียดสีให้ไปก่อน ตลกร้ายกว่านั้นที่รอดของเธอก็ยังมี ปัญหาแถมยังมีเหตุการณ์

ไฟไหม้ที่สถานีฐาน โทรศัพท์ทำให้โทรศัพท์และระบบธนาคารไม่สามารถใช้ได้

ทันคนแพทย์สาวจึงต้องแบกหน้าไปขอความช่วยเหลือจากหนุ่มเซิร์ฟบอร์ดอีกครั้ง เขาจึงพาเธอไปหาเงินด้วยการควักใส่ปลาหมึก ซึ่งเป็นอะไรที่คนเมืองอย่างเธอไม่เคยทำมาก่อน หลังจากนั้นเมื่อตกเย็นเธอก็ได้พบเขาอีกครั้งกับบทบาทของคนขายของในโรงอาบน้ำ ถึงได้รู้ว่าที่จริงแล้วหนุ่มเซิร์ฟบอร์ดหรือ หัวหน้าองแห่งหมู่บ้านงอนจิน คือคนที่หาเงินด้วยการทำงาน

พาร์ทไทม์และคิดค่าแรงตามราคาขั้นต่ำ ทักษะการใช้ชีวิตของหัวหน้าองและยูนฮยอนจินแตกต่างกันสุดขีด แต่

เมื่อเธอตัดสินใจที่จะมาเปิดคลินิกทันตกรรมที่หมู่บ้านแห่งนี้แล้ว ก็ได้หัวหน้าองเป็นคนคอยช่วยเหลือ ทะเลาะไกล่เกลี่ย และปรับตัวจนกลายเป็นที่รักของคนงอนจินไปในที่สุด

นอกจากจะอมยิ้มไปกับความสัมพันธ์ที่น่าติดตาม

ของหมอฮยอนและหัวหน้าองแล้ว ยังมีปมต่างๆของคนใน

หมู่บ้านที่ทำให้เราทวนคิดถึงชีวิตของเราว่าทุกคนต่างก็

เคยเจอเหตุการณ์แบบนี้ยิ่งทำให้หมู่บ้านแห่งนี้อบอุ่นและ

เป็นเหมือนบ้านหลังที่ 2 ของผู้ชมไปโดยปริยาย บอกเลยว่า

ใครที่กำลังมองหาซีรีส์โรแมนติคเบาสมองไว้ดูเพลินๆในวัน

วาเลนไทน์นี้ห้ามพลาดกันเลย

*สามารถชมย้อนหลังได้ใน Netflix

ทั้งพากษ์ไทยและซับไตเติล



ข้าวเหนียวหมูปิ้ง

"ข้าวเหนียวหมูปิ้ง" ถือเป็นอาหารมื้อเช้าของเด็กนักเรียน หมูปิ้งร้อน ๆ ค้านบนมีมันหมูที่เคี้ยวกรุบ ๆ ส่วนข้าง ๆ ก็มีกระตักที่เก็บข้าวเหนียวอุ่น ๆ ทุกเช้าก่อนเข้าโรงเรียนหลายคนคงมีประสบการณ์แฉะซ้อข้าวเหนียวหมูปิ้งกับพ่อค้าหรือแม่ค้าเจ้าประจำก่อนที่จะเดินจ้ำอ้าวเข้าโรงเรียน

เด็กหญิง 'ข้าวเหนียว' ก็มีประสบการณ์คล้ายซ้อข้าวเหนียวหมูปิ้งก่อนไปโรงเรียนเหมือนกัน แต่วันหนึ่งเธอก็ได้พบกับ 'หมูปิ้ง' ที่ไม่ใช่หมูเสียบไม้ แต่เป็นสุนัขขนฟูๆสีน้ำตาลคล้ายกับหมูปิ้งคอนสุกใหม่ ๆ เรื่องราวระหว่างเด็กหญิงที่ค้องจากแม่มาอยู่กับญาติเพียงลำพังและสุนัขจรจัดมอมแมมที่ไม่มีใครต้องการจึงเริ่มต้นขึ้น

ข้าวเหนียวหมูปิ้ง หรือชื่อภาษาอังกฤษ A Bite of Love เข้าฉายในโรงภาพยนตร์ครั้งแรกเมื่อ วันที่ 12 โกราคม พ.ศ. 2549 โดยเป็นโปรแกรมฉายหนึ่งเนื่องในโอกาสวันเด็กแห่งชาติประจำปี ซึ่งผลงานภาพยนตร์นี้เป็นผลงานของสหมงคลพิสิม อินเตอร์เนชั่นแนล กำกับโดย คุณเบิ้ล-ศิวารณ พงษ์สุวรรณ

เด็กหญิงข้าวเหนียวต้องมาอาศัยอยู่กับญาติที่ห่างไกล ซึ่งนอกจากนี้แล้วก็ไม่ค่อยมีใครคอนรับเธอ ข้าวเหนียวรู้สึกเหงาและอ้างว้าง เธอคิดถึงแม่สุดหัวใจแต่ไม่สามารถทำอะไรได้เพราะเธอเบียดแต่เด็กหญิงตัวเล็ก ๆ งานที่ทำได้มีเพียงงานบ้านเท่านั้น จนกระทั่งวันหนึ่งเธอได้พบกับลูกสุนัขตัวเล็กที่ส่งสายคาว่าวอนขออาหารหน้าร้านข้าวเหนียวหมูปิ้ง ๗ วินาทีนั้นเธอตัดสินใจรับหมูปิ้งมาเลี้ยง แต่เธอต้องแอบซ่อนหมูปิ้งไว้ไม่ให้ญาติรู้เพราะน้าเล็กบอกที่บ้านเรานั้นเล็กและมีสมาชิกหลายคนอีกทั้งยายยังแพ้นิสิตัวอีก

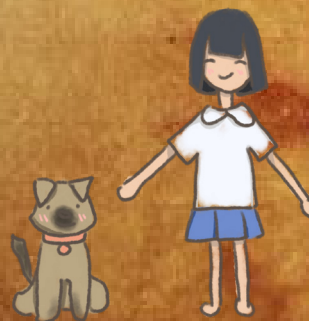
ข้าวเหนียวตั้งชื่อลูกสุนัขว่าหมูปิ้ง เธอตั้งชื่อนี้ให้เพราะเป็นชื่อที่เข้าคู่กับเธออีกทั้งขนของมันยังสีน้ำตาลเกรียม ๆ คล้ายหมูปิ้งอีก ข้าวเหนียวรักหมูปิ้งมาก เธอให้อาบน้ำ ให้ข้าวให้มัน บางครั้งก็แอบพามันไปโรงเรียนเพราะเป็นห่วงว่าหมูปิ้งจะเหงา หรือบางวันที่ไม่สามารถพาไปได้ เธอก็จะแอบมาหาหมูปิ้งที่บ้านตอนกลางวันเพื่อให้อาหาร มิตรภาพระหว่างเด็กหญิงที่โดดเดี่ยวและสุนัขที่ถูกทิ้งก็ค่อย ๆ เพิ่มพูนมากขึ้น

แต่ข้าวเหนียวก็พบอุปสรรคเมื่อญาติของเธอจับได้ เธอขอร้องแต่ไม่เป็นผล และเธอก็ต้องลาจากหมูปิ้งไปโดยที่ยังไม่ได้กล่าวคำอำลาสักคำ ข้าวเหนียวทนความคิดถึงที่มีต่อหมูปิ้งไม่ไหว เธอจึงตัดสินใจหนีออกจากบ้านเพื่อตามหาหมูปิ้ง เธออ่อนแรงไปตามทางอย่างไร้จุดหมาย หิงก็หิว น้ำก็ไม่ได้อาบน้ำหลายวัน จนกระทั่งเธอก็ได้พบกับเขาเด็กจรจัดที่โตกว่าเธอให้ความช่วยเหลือและพาเข้าแก๊งค์เด็กชายพวงมาลัย

ข้าวเหนียวมีความสุขมากถึงแม้จะไม่มีบ้านหรือที่อยู่เป็นหลักแหล่งแต่ความอบอุ่นจากเพื่อน ๆ ทำให้เธอรู้สึกว่ามีบ้านของเธอ ข้าวเหนียวอ่อนแรงชายพวงมาลัยไปเรื่อย ๆ โดยหวังว่าสักวัน โชคชะตาจะทำให้เธอได้พบกับหมูปิ้งอีกครั้ง

ภาพยนตร์เรื่องนี้ถ่ายทอดความรักระหว่างเด็กผู้หญิงกับลูกสุนัขได้อย่างอบอุ่นและซาบซึ้ง บางทีคิดว่าครอบครัวอาจไม่ได้ใช่แค่กับมนุษย์ แต่อาจหมายถึงสัตว์เลี้ยงสัตว์ที่ทำให้เรารู้สึกมีความสุขในทุก ๆ วัน นอกจากนี้เสน่ห์ของภาพยนตร์เรื่องนี้คือการบอกเล่าถึงปัญหาที่พบในสังคมไทยผ่านตัวละครสองตัวละครที่ต่างสายพันธุ์ คือ เด็กเร่ร่อน และ สุนัขจรจัด ข้าวเหนียว แม่ของเธอพามาฝากไว้กับญาติที่ไม่ค่อยสนใจเธอจนจากน้าเล็ก ซึ่งภายหลังเธอก็ได้ทราบว่าที่แม่ไม่ยอมมารับสักทีเพราะมีครอบครัวใหม่แล้ว ภายหลังข้าวเหนียวก็กลายเป็นเด็กเร่ร่อน ส่วน หมูปิ้ง ก็เป็นสุนัขจรจัดที่เกิดมาจากแม่สุนัขจรจัดอีกที ทั้งเด็กเร่ร่อนและสุนัขจรจัดเพียงแค่นั้นไปมองข้างถนนก็สามารถพบได้ทั่วไป ยังไม่นับรวมไปถึงเด็กกำพร้าที่ถูกพ่อแม่ทิ้งหรือสุนัขจรจัดที่ครั้งหนึ่งเคยมีเจ้าของแต่เพราะไม่สามารถรับภาระได้จึงถูกทิ้ง

ทั้งสองตัวละครจึงเป็นผลของความไร้ผิดชอบในการเลี้ยงดูสิ่งที่เกิดมาแล้ว สิ่งทีภาพยนตร์ต้องการนำเสนอคือการเตือนสติว่า ก่อนที่คนจะให้กำเนิดหรือรับสัตว์สักตัวมาเลี้ยง สิ่งทีควรคำนึง คือ ค่าใช้จ่าย ความรับผิดชอบ ว่าคุณสามารถให้เวลา ให้ความอบอุ่น ให้ความรักพวกเขาได้หรือไม่



คุณหนูหนึ่งแนบแน่นไม่ใช่แฟนแต่มากกว่าเพื่อน
เรื่องเลามิตรภาพของเด็กหญิงวัย 8 ขวบกับเจ้า Dog ตัวจิ๋ว
หนีบลูกซึ่งส่งเสียงโฮ่งๆ เรียกรอยยิ้มและเสียงหัวเราะจากคุณ
กะทาะสายใยแห่งมิตรภาพความรู้สึก ที่ครั้งหนึ่งเด็ก ๆ
ทุกคนเคยมีให้กับเพื่อนแท้ 4 ขา



หัวใจเหินยว
กัญปัง



เล่าเรื่อง

๗

บ้านของเรา

บ้านของอู๋อิ่ง

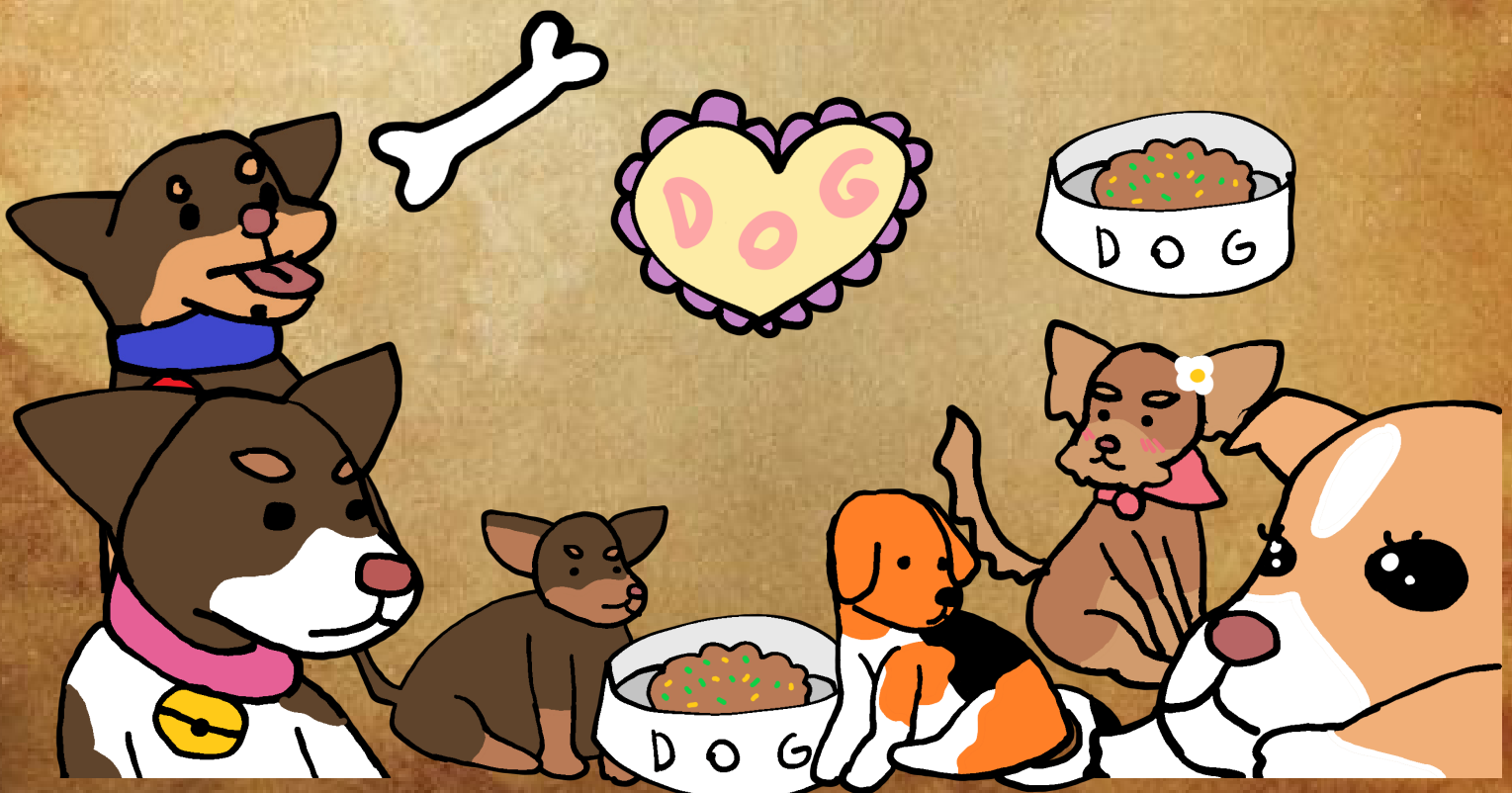
เล่าเรื่องบ้านของเราบ้านของฉันอยู่ที่จังหวัดชลบุรี แต่ฉันไม่ได้อยู่ในตัวเมืองมากนัก หมู่บ้านที่ฉันอยู่เป็นหมู่บ้านเล็กๆ ระหว่างทางไป พัทธยาและแหลมฉบัง บ้านของฉันเป็นครอบครัวใหญ่ สมาชิกในบ้านเรามีหลายคน มีปู่ ย่า ป้าสองคน อาหนึ่งคน พ่อ แม่ น้องสาว น้องชาย และฉัน บ้านของฉันจึงเป็นครอบครัวที่อบอุ่นมาก ๆ

ครอบครัวของฉันไม่ได้เยอะแ่คนเท่านั้น แต่ฉันยังมีพี่น้องเป็นเหล่าสุนัขน่ารักที่ฉันเลี้ยงและดูแลเหมือนคนในครอบครัวแท้ๆอีก 7 ชีวิต มีพี่โตสุดพันธุ์บีเกิ้ลชื่อมะคุม มะคุมเป็นหมาใจดี แบ่งปันของเล่นและที่นอนให้ตัวอื่นๆเสมอ สิ่งเดียวที่มะคุมจะหวงก็คืออาหาร คอมากคือมอคค่า นมเย็น บรارانี่ กัส หน้าवल และคอฟฟี่ ทั้งหกตัวเป็นพันธุ์ชิวาว่านิสัยเจียวจ้าวร่าเริงและเห่าเก่ง ทั้งหกตัวรักมะคุมมาก โคนเฉพาะกัสที่มักจะไปนั่งข้างๆมะคุมเสมอ ดูเหมือนเป็นหัวหน้าและลูกน้องที่นิสัยต่างกันสุดขีด เพราะกัสชอบวิ่งแกตัวอื่นๆ โดยเฉพาะหน้าवलที่ตัวค่อนข้างใหญ่แต่นิสัยเค่อค่า คอฟฟี่เองก็ชอบวิ่งแกหน้าवलเหมือนกัน ทั้ง ๆ ที่ตัวเองนั้นตัวเล็กที่สุดในบ้าน ส่วนมอคค่าและนมเย็นเนื่องจากอายุมากแล้วจึงมักจะอยู่เฉยๆและนอน

โดยมีบรارانี่ตัวผู้ตัวเดียวคอยวิ่งเล่นให้รำคาญบ้างพอเป็นสีสันสนุกสนาน เวลาที่สุนัขทุกตัวมาอยู่ร่วมกัน

จึงดีที่ว่าุ่นวายพอสมควร

การได้อยู่ในครอบครัวใหญ่ๆและหอมล้อมด้วยสัตว์เลี้ยงเป็นความรู้สึกที่อบอุ่นมาก ฉันรักคนในครอบครัวและสัตว์เลี้ยงทุกตัว และก็ปรารถนาให้ทุกอย่างอยู่กับฉันไปนาน ๆ เช่นกัน



นิทานกอนนอน

" ถ้าลูกไปเป็นปลาในลำธารน้ำใส แม่ก็จะเป็นนักตกปลาแล้วจับลูกขึ้นมา

ถ้าลูกไปเป็นนกแล้วบินหนีไป แม่ก็จะเป็นต้นไม้ให้ลูกกลับคืนสู่รัง "



ลูกกระต่ายคืนรัง เรื่องโดย: มาร์กาเรต ไวส์ บราวน์ ภาพโดย: เคลเมนต์ เอิร์ด แปลโดย: สาธิตา ทรงวิทยา
เผยแพร่โดยมูลนิธิเอสซีจี

สวัสดิ์คือลูกบ้านที่รักทุกคน ช่วงนี้หลายคนก็อาจจะทำงานหรือเรียนอยู่ที่บ้าน พอมีเวลาว่างก็ไม่ว่าจะทำอะไรก็ใช้ไหมคะ

วันนี้พี่หมี่ในแปลงไฟมีกิจกรรมในครอบครัวที่น่าสนุกและน่าสนใจ มาฝากทุกคนถึง 8 กิจกรรมด้วยกันคะ ต้องบอกเลยว่าเป็นกิจกรรมครอบครัวที่แปลกใหม่ ซึ่งจะทำให้เวลาว่างของทุกคนในครอบครัวไม่น่าเบื่ออีกต่อไป

ประโยคแสงงดงามข้างต้นมาจากหนังสือภาพสำหรับเด็กเล่มโปรดของพี่ไมโล น้อง ๆ หลายคนอาจไม่รู้จิก ไม่ต้องตกใจนะคะ เพราะหนังสือภาพเล่มนี้เกิดขึ้นมาในปีพุทธศักราช 2485 เก่าแก่นมนานใช้ใหม่ละคะ แต่ทางมูลนิธิเอสซีจีได้ซื้อลิขสิทธิ์ภาษาไทยเข้ามาในปีพุทธศักราช 2557 ลูกกระต่ายคืนรังเป็นหนังสือภาพชวนอบอุ่นหัวใจ เชื่อมสายใยความรักระหว่างครอบครัวให้แน่นแฟ้นจากถ้อยคำน่ารักที่เล่นไปกับจินตนาการของเด็ก ๆ ว่าลูกกระต่ายจะหลบเรนหนึ่รังของแม่ไปได้ไกลขนาดไหน หรือแม่กระต่ายที่พยายาม

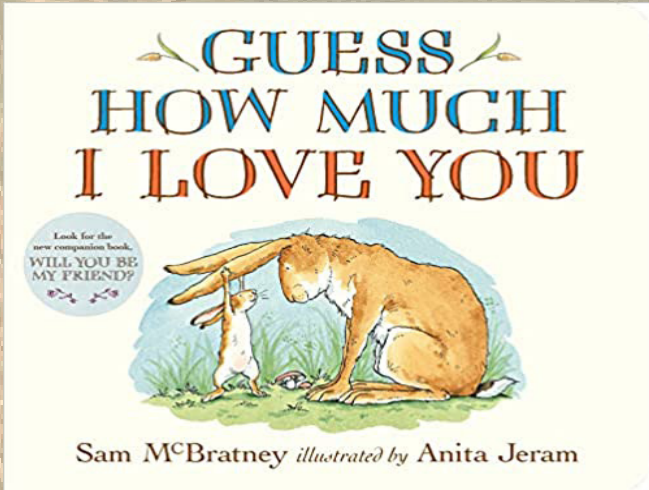
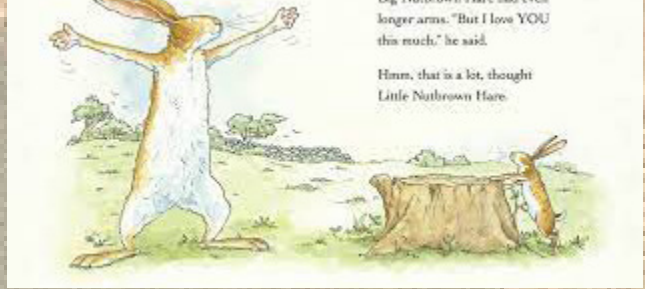
จะตามลูกไปทุกที่ จะโอบกอดลูกไปทุกแห่งไม่ว่าจะไกลแค่ไหนก็ตาม บนหน้ากระดาษซึ่งลอบไปกับภาพพรรณนาถึงความซุกซนและการผจญภัยในจินตนาการของคำว่า 'ถ้า...' เรื่องราวนี้แต่งโดยนักเขียนหนังสือสำหรับเด็กชาวอเมริกัน หนึ่งในผู้บุกเบิกหนังสือสำหรับเด็กก่อนวัยเรียน

หนังสือเล่มนี้คือการใช้ถ้อยคำที่เข้าใจง่าย ทว่าช่างทรงพลังสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ หากน้อง ๆ ใค้ลองอ่านจนจบ จะต้องมึรอยยิ้มเล็ก ๆ ประดับบนใบหน้าอย่างแน่นอน และถ้าคุณแม่ใค้ลองอ่านให้ลูกน้อยฟัง ก็จะได้สัมผัสกับการส่งต่อความรักและความอบอุ่นอันโลมไล้จากหน้ากระดาษ สู่หัวใจดวงน้อยของเจ้าตัวเล็ก ลูกกระต่ายคืนรังมีแก่นเรื่องหลักคือ ไม่ว่าลูกจะไปอยู่ที่ไหน ไม่ว่าลูกจะเป็นอะไร ไม่ว่าลูกจะหนีไปไกลแสนไกล สุดท้ายแม่ก็จะตามหาลูกจนพบกัน แล้วก็กอดลูกเอาไว้ ให้ความรักและความเอ็นดู รวมไปถึงความนิ่มนวลของลูก ที่จะไปเป็นอะไรก็แล้วแต่ แม้อยู่มีบ้านอันอบอุ่นให้ลูกกลับมาหาเสมอ และมีคุณแม่ที่พร้อมจะต้อนรับด้วยหัวใจ อาจกล่าวได้ว่าหนังสือเล่มนี้ไม่ได้เป็นเพียงหนังสือภาพสำหรับเด็กก่อนประถมวัยเพียงอย่างเดียว แต่เป็นหนังสือภาพของทั้งครอบครัว ที่เหมาะอย่างยิ่งหากจะอ่านให้ลูกน้อยฟังก่อนนอน เพื่อให้คำคิ่สนั้นเป็นคำคิ่สนที่น่ารัก ด้ยขอมุกตลกและเรื่องเล่า รวมถึงปลดปล่อยความนิ่มนวลของเด็ก ๆ ให้โลดแล่นไปในยามหลับไหล



นิทานกอนนอน

หนังสือเรื่อง Guess how much I love you
เขียนโดย Sam McBratney
ภาพโดย Anita Jeram
ชวนอ่านนิทานโดย พี่ไมโล



Then he lay down close by
And whispered with a smile,
"I love you right up to the moon—
And back"

หลังจากที่ได้ฟังเรื่องราวความรักแสนอบอุ่นใจของคุณแม่กับลูกไปแล้ว ก็มาถึงคิวเหมาะสมควรที่พี่ไมโลจะมาแนะนำเรื่องราวของคุณพ่อกับลูกน้อยบ้าง ก่อนที่จะเข้าสู่เนื้อหาในคอลัมน์ พี่ขอให้น้อง ๆ ลองเรียกคุณพ่อคุณแม่มานั่งอ่านด้วยกันดีกว่านะคะ เพราะสำหรับเรื่องนี้ ถือเป็นนิทานที่คุณพ่อคุณแม่ควรอ่านให้ลูกน้อยฟังก่อนนอนมาก ๆ เลยค่ะ เหตุผลง่าย ๆ คือหนังสือภาพเล่มนี้มีแนวเรื่องที่คล้ายกับเรื่องลูกกระต่ายคืนรังมาก เพียงแค่เปลี่ยนจากคุณแม่เป็นคุณพ่อเท่านั้นเอง ในช่วงเวลาก่อนประณมวัยถือเป็นช่วงที่ลูก ๆ ได้ใกล้ชิดพ่อแม่มากกว่าทุกคนในชีวิต สภาพแวดล้อมโดยส่วนใหญ่จึงเป็นสภาพแวดล้อมที่พ่อแม่ต้องจัดสรรให้ลูกเอง เป็นการเตรียมตัวลูกก่อนเข้าสู่ช่วงวัยที่ต้องเผชิญหน้ากับสังคม เพราะฉะนั้นการสร้างใจให้กับลูกจึงเป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายมากในช่วงนี้ การเก็บเกี่ยวประสบการณ์ดี ๆ ที่มีต่อลูก ส่งเสริมพัฒนาการด้านจริยธรรมและความคิดอ่าน

จะตามลูกไปทุกที่ จะโอบกอดลูกไปทุกแห่งไม่ว่าจะไกลแค่ไหนก็ตาม บนหน้ากระดาษซึ่งลอบไปกับภาพพรรณนาถึงความซุกซนและการผจญภัยในจินตนาการของคำว่า 'ถ้า...' เรื่องราวนี้แต่งโดยนักเขียนหนังสือสำหรับเด็กชาวอเมริกัน หนึ่งในผู้บุกเบิกหนังสือสำหรับเด็กกอนวัยเรียน

ก่อนจะมุ่งเน้นส่งให้ลูกเข้าสู่สังคมพหุวัฒนธรรมที่มีความหลากหลาย หนังสือจึงถือเป็นหนึ่งตัวกลางอันสำคัญที่จะทำให้การสื่อสารนั้นไปสู่ลูกได้อย่างเต็มรูปแบบ เพราะการกระทำเป็นเยี่ยงอย่างเพียงอย่างเดียวอาจจะไม่พอ ความโดดเด่นของหนังสือเรื่องนี้จะช่วยปลดปล่อยหัวใจดวงเล็กของลูกน้อยด้วยความอ่อนโยน ผสานกับความรักที่พ่อกระต่ายมีต่อลูกกระต่าย ผ่านการเถียงกันด้วยจินตนาการแบบเด็ก ๆ ที่อยากจะทำอะไรก็ทำ เพราะคิดว่าตัวเองมีความรักเต็มอก มากกว่าทุกคน มากมายจนเชื่อว่ามากกว่าคุณพ่อแน่นอน และความน่ารักของพ่อกระต่ายที่คอยเถียงลูกน้อยอย่างอบอุ่นว่าพ่อต่างหากที่รักลูกมากกว่า เป็นการเอาชนะอย่างอ่อนโยน เมื่อได้อ่านและปล่อยให้ความคิดไหลผ่านหน้ากระดาษสู่อีกหน้ากระดาษ จากบรรทัดหนึ่งสู่อีกบรรทัดหนึ่ง กอปรร้อยเรียงไปกับความคิดที่ว่า หากสิ่งที่เป็นนามธรรมอย่างความรัก กลายเป็นรูปธรรมขึ้นมา ก็คงล้นโลกไม่ต่างอะไรกับการเทียบความมากมายมหาศาลที่พ่อกระต่ายรักลูกเท่ากับระยะทางจากโลกถึงดวงจันทร์นั่นเอง



แนะนำหนังสือ

ครอบครัวของเซเซ : ต้นส้มแสนรัก





เซเซเป็นเด็กชายอายุ 5 ขวบ ตัวละครจากนักเขียนชาวบราซิลที่ทำให้ผู้อ่านทั่วโลกสัมผัส
การเติบโตรุดหน้าเหมือนขนมในวรรณกรรมเยาวชนที่คิดอันคิดว่าต้องอ่านก่อนตายในทุกเวลา
โททอย่าง "ต้นส้มแสนรัก" ผ่านเรื่องราวของครอบครัวยากไร้ราวกับความทุกข์ทรมานที่หา
ทางออกไม่ได้ เป็นความเศร้าเหมือนโคลนตมไคร่งเท้าบูที่ตอนหน้าฝน แล้วเซเซเป็นต้น
หญ้าริมทางที่พยายามจะเติบโต

เซเซเป็นเด็กฉลาด อาจเพราะได้ใช้ชีวิตอย่างซัดสน ลองนึกถึงเด็ก 5 ขวบที่ไป
นั่งซัดรองเท้าเพื่อรับเงินไม่กี่บาทเพราะอยากซื้อบุหรี่ปื้อเป็นของขวัญ นึกถึงเด็ก 5 ขวบ
ที่ร้องไห้ปานใจจะขาดเพราะไปแย่งของขวัญในงานเทศกาลไม่ทัน ครอบครัวของเซเซมีพี่
น้องหลายคน มีหลายชีวิตในครอบครัว แต่คนทำงานหาเงินมีแค่แม่ ส่วนพ่อตกงาน พี่น้อง
คนไหนที่พอจะหาเงินได้บ้างจึงต้องออกทำงานตั้งแต่ยังไม่โตเต็มที่ ครอบครัวเซเซเป็น
เหมือนแคมรี่เล็ก ๆ ที่อบอุ่นทั้ง ๆ ที่มีรอยขาดวันแห่งไปหมด ต่างคนต่างใช้ชีวิต ไม่ได้มี
เวลามากพอที่จะมาคุยคุ้ยแกล้งกัน แต่ถ้ามีปัญหาก็หาทางหาทางหรือทางใจ ก็มีใครสักคนใน
ครอบครัวมาช่วยดูแล ส่วนใหญ่ก็จะเกิดขึ้นตอนเซเซจนจนมีเรื่อง มองจากภายนอกเซเซ
คล้ายจะเป็นเด็กคือ ก่อเรื่องไม่เว้นวัน แต่แท้จริงแล้วเด็กชาย 5 ขวบคนนี้อาจจะต้องการ
เวลาสักนิกคกับใครสักคนในครอบครัวที่ไม่มีใครมีเวลา พอนึกจินตนาการไปเรื่อยเปื่อยว่า
ถ้าครอบครัวของเซเซมีเงินมากขึ้นกว่านี้อีกสักหน่อย เซเซคงไม่ได้ถึงเพียงนี้ แต่ก็เป็นความ
คิดที่ทำให้รู้สึกหดหู่หัวใจเหลือเกิน แต่สุดท้ายทั้งความยากจน ความไม่เข้าใจ หรือเวลาที่
ไม่เหลือให้คนในครอบครัวก็หายสิ้นไปหมดเมื่อการเติบโตที่ปวดร้าวเกิดขึ้นกับเซเซในวัย 5
ขวบ จากจุดที่เรารู้จักของเรื่อง เมื่อเซเซต้องเผชิญความเจ็บปวดอย่างแสนสาหัส เหมือน
ร่มไม้รัก ๆ ที่ปกคลุมคั่นหญ้าอ่อนหลังพายุฝน เซเซได้รับความสนใจ ความห่วงใยทั้งหมดที่
ต้องการในตอนที่ยังไม่

โตโตเมื่อโตโตแล้ว

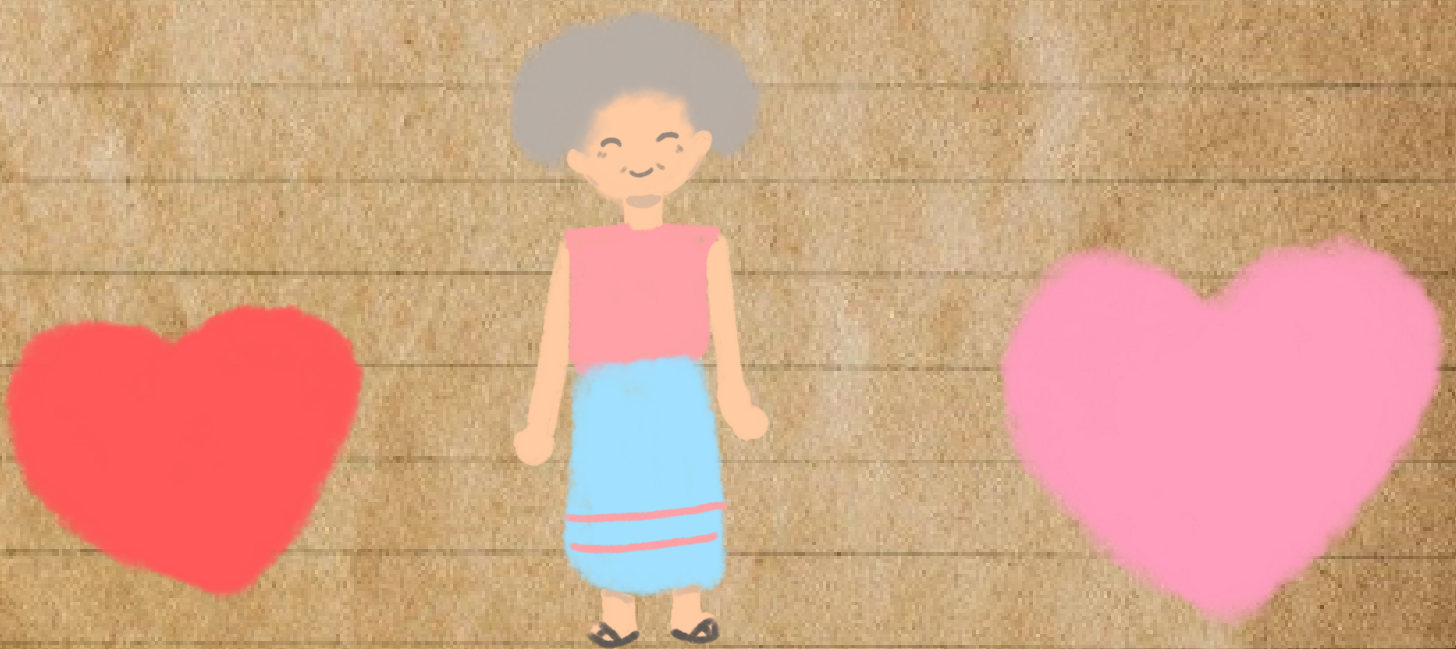
ถึงจะเข้าไปสักหน่อย หรือน่าเสียดายที่เซเซไม่ได้รับทั้งหมดนั้น ในเวลาที่เร็วกว่านี้ก็ไม่ได้
หมายความว่าความห่วงใยที่มีค่ามหาศาลแต่ดูเหมือนน้อยนิดจากครอบครัวที่เซเซต้องเรียก
ร้องมันมาตลอดไม่ได้มีค่า เซเซแค่ไม่ได้รับในช่วงเวลาที่ต้องการที่สุด

เรื่องราวของเซเซกับครอบครัวสำหรับผู้อ่านที่มีประสบการณ์ร่วมกับเซเซอาจจะ
สัมผัสได้ถึงหัวใจของกันและกันอย่างแนบสนิท แม้เรื่องราวของเซเซและความเจ็บปวด การ
เติบโต น้ำตาและรอยยิ้มจากครอบครัวทั้งหมดจะอยู่บนแผ่นกระดาษประทับน้ำหมึก แล้วชีวิต
ที่หลายคนต้องไต่อยู่บนโลกกว้าง แต่ก็ผ่านหัตถ์จรรยาที่แต่ละต้องหัวใจกันได้ ผู้อ่านได้นึกถึง
วันเวลาที่เติบโต บางคนไม่เข้าใจความเจ็บปวดของเซเซในความสัมพันธ์ที่มีกับพ่อเพราะ
เติบโตมากับคุณพ่อที่พร้อมจะประเคนโลกให้ทั้งดวง หลังอ่านบางคนนี้อาจเกิดความสะท้อน
ใจนึกสงสัยสารเซเซ หลานคนที่มีประสบการณ์ร่วมเดียวกันในเรื่องครอบครัวหรือความยากจนที่
คล้ายกับเซเซน้อยถึงกับต้องปิดหน้าต่างหนังสือพักมาร้องไห้เพราะเข้าใจความเจ็บปวด เศร้าโศก
ของเซเซเป็นอย่างดี คล้ายว่าเซเซเป็นตัวของตัวเอง

เป็นอีกครั้งที่ได้เห็นความวิเศษของวรรณกรรม ผู้อ่านเรื่องราวเดียวกันแต่เกิด
ความรู้สึกที่หลากหลาย เรียกได้ว่าต้นส้มแสนรักคล้ายเวทมนต์บทหนึ่งที่ทำให้นึกถึงเรื่องราว
ในวันที่เติบโตมาพร้อมกับครอบครัว บางคนรู้สึก โชคดีกับครอบครัวที่ตัวเองมี บางคนรู้สึกถึง
ความเป็นไปที่เปลี่ยนไม่ได้ แต่สิ่งที่คุณคงรู้สึกเหมือนกันคือรสชาติขมฝาดที่ปลายลิ้นเหมือน
รสชาติของเปลือกส้ม แต่ทุกคนก็รู้ว่าความหวานซ่อนเบรี่ยอันสดชื่นจะตามมาเสมอ

How I Love My Mother

หนังสือเล่มนี้อ่านง่าย ซึ่งกินใจ ผู้เขียนเล่าถึงประสบการณ์ของตัวเองในการดูแลแม่ที่เป็นอัมพฤกษ์จากเส้นเลือดในสมองแตก ตั้งแต่ตอนที่เธออายุเพียงแค่ 16 ปีเท่านั้น ผู้เขียนเล่าในมุมมองที่ต่างจากหนังสือแนวนี้ที่เราเคยอ่าน ซึ่งเราคาดหวังว่าจะต้องรู้สึกเศร้าและสงสารมากแน่ ๆ แต่ผู้เขียนทำให้เราเห็นในมุมตลกซึ่งทำให้หัวเราะได้ เรื่องที่ทำให้ยิ้มเล็ก ๆ เรื่องที่ทำให้ปากน้ำตาซึ่งก็ไม่ใช่เพราะความเศร้าแต่อย่างใด เราคิดว่านี่แหละชีวิต มันก็มีหลายรสชาติ หนังสือเล่มนี้ทำให้เราเหมือนได้ไปนั่งอยู่ข้าง ๆ พายและคุณแม่ ได้ก้าวผ่านอะไรหลายอย่างมาร่วมกัน และบางครั้งก็รู้สึกเหมือนว่าตัวเองเป็นผู้ช่วยดูแลคุณแม่ของพายอีกที่ด้วยความเรียบง่ายของบทสนทนาของพายกับแม่ เล่าถึงความสัมพันธ์ของสองแม่ลูกที่คุณเหมือนไม่มีอะไรแค่กลับแตะต้องใจของผู้อ่านได้เป็นอย่างดี พี่หมีในปล่องไฟคิดว่าทุกคนที่ได้อ่านหนังสือเล่มนี้ก็คงจะต้องเข้าใจความรู้สึกของพายและแม่ที่ถ่ายทอดผ่านหนังสือเล่มนี้ได้ไม่มากนักน้อย แต่สิ่งที่หนังสือเล่มนี้ทำหน้าที่ได้ดีที่สุด คือ ทำให้เราได้เข้าใจว่าความรักที่แท้จริงเป็นอย่างไร



How I love MY MOTHER

ภาวิดา วัชรศิริ



เรื่องราวความรักที่ทำให้หัวใจสองดวงเข้มแข็ง
มากพอที่จะอยู่เคียงข้างความเศร้าลงกับมือด้วยกัน

ระยะสุดท้าย ก่อนการจากลา

สำหรับครอบครัวแล้ว มันไม่ง่ายเลยที่จะยอมรับความสูญเสียของคนใกล้ชิด ความตายเป็นสิ่งที่น่ามาซึ่งความเศร้าโศกเสียใจและเราไม่สามารถเลือกเวลาตายหรือผลัดวันตายได้ เราจึงต้องยอมรับความตายและไม่ปฏิเสธความตายเพราะความตายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเรา แทนที่จะจมอยู่กับความสิ้นหวังนั้นเราสามารถเลือกสร้างความทรงจำก่อนระยะสุดท้ายของชีวิตมาซึ่งได้เป็นช่วงเวลาความสุขสุดท้ายของผู้ป่วยที่จะได้ใช้เวลาร่วมกับคนที่รัก

เรื่องนี้เป็นเรื่องราวของครอบครัวญี่ปุ่น ซึ่งสมาชิกประกอบด้วย คุณพ่อ คุณแม่ อาโออิจิง (ลูกสาวอายุ 6 ขวบ) ลีโยชิ(ลูกชายอายุ 9 ขวบ) และ ฮายาโตะ (ลูกชายอายุ 4 ขวบ) ที่ถูกถ่ายทำเป็นสารคดีโดย YTV NEWS ชื่อวิดีโอว่า The last hours with our daughter - From a Children's Hospice เผยแพร่เมื่อวันที่ 7 ตุลาคม ค.ศ. 2021 หนูน้อยอาโออิจิง ตรวจพบมะเร็งบริเวณก้นสมอง ซึ่งมีเพียงผู้ป่วย 50 % เท่านั้นที่มีชีวิตรอด ค่ายสภาพร่างกายของอาโออิจิงทำให้เธอไม่สามารถรักษาแบบผ่าตัดได้ทำได้เพียงฉายรังสีและรับประทานยาเท่านั้น ต่อมาในเดือนมกราคม ค.ศ. 2013 คุณหมอได้วินิจฉัยว่าอาโออิจิงจะมีชีวิตถึงเดือนมีนาคมเท่านั้นและให้ครอบครัวเลือกระหว่างรักษาที่โรงพยาบาลหรือที่บ้าน คุณพ่อคุณแม่ยึดความต้องการของอาโออิจิงเป็นหลัก อาโออิจิงจึง

เลือกที่จะกลับมาอยู่ที่บ้าน แต่ค่ายสภาพร่างกายของอาโออิจิงที่หน้าบวม ตัวบวมเพราะฤทธิ์ของยา ทำให้การทำการกิจวัตรประจำวันเป็นเรื่องที่ลำบากเพราะอาโออิจิงไม่สามารถเดินเองได้ อีกทั้งบ้านของอาโออิจิงนั้นค่อนข้างเล็ก โดยเฉพาะห้องน้ำที่บางครั้งเวลาคุณแม่ของอาโออิจิงอุ้มเธอไปอาบน้ำก็ผลอชนอ่างบ้าง ชักโครกบ้าง ทำให้อาโออิจิงเกลียดการอาบน้ำ

คุณหมอจึงแนะนำให้ครอบครัวอาโออิจิงไปที่ Hospice care ซึ่งเป็นโรงพยาบาลเฉพาะทางสำหรับประคับประคองผู้ป่วย ไม่มุ่งเน้นการรักษาทาง

กายแต่มุ่งเน้นการรักษาทางด้านจิตใจและเตรียมพร้อมสำหรับระยะสุดท้ายของชีวิตผู้ป่วย โดยทางครอบครัวเลือกใช้บริการของ Yodogawa Christian

Children's Hospice ซึ่งเปิดที่โอซาก้า คุณพ่อ คุณแม่ของอาโออิจิงรู้สึกกลัวเป็นอย่างมากก่อนที่จะมาอาศัยอยู่ที่ Hospice



เพราะต้องเตรียมใจว่าที่นี่แตกต่างจากโรงพยาบาลทั่วไปที่ไม่ใช่การรักษาใหม่ ชีวิตรอดแค่ ออกรับครองชีวิต แต่หลังจากที่ครอบครัวได้มาสัมผัสที่ Hospice ความคิดของพวกเขา ก็เปลี่ยนไปเพราะที่ Hospice ให้อิสระมากกว่า โรงพยาบาลตรงที่ญาติสามารถอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วย รวมถึงมาอาศัยอยู่ได้และพูดคุยกับครอบครัวที่มีปัญหาเหมือนกัน ลูกหลานของแต่ละครอบครัวสนิทสนมและเล่นด้วยกัน ราวกับพี่น้องแท้ ๆ คุณแม่ของชูชุกะจิง (คุณแม่ของผู้ป่วยใน Hospice) กล่าวว่า "ที่นี่แตกต่างจากโรงพยาบาลทั่วไปเพราะพวกเราสามารถแบ่งปันความเจ็บปวดให้กันและกันได้ การใช้ชีวิตที่บ้านยากกว่าที่นี่มาก" และคุณแม่ของทาเคร (คุณแม่ของผู้ป่วยใน Hospice) ได้กล่าวว่า "ที่บ้านนั้น พี่ชายของทาเครหวาดกลัวที่จะได้ยินเสียงเตือนจากอุปกรณ์ทางการแพทย์" มีเหตุผลมากมายที่แต่ละครอบครัวตัดสินใจที่พวกเขาต้องการลวนเหมือนกัน คือการใช้เวลาร่วมกับลูก พี่ หรือน้องของพวกเขาในวาระสุดท้ายของชีวิตอย่างมีความสุข หนูน้อยอาโออิสามารถมีชีวิตอยู่ถึงเดือนกรกฎาคม จากที่คุณหมอวินิจฉัยว่าอาโออิจะมีชีวิตรอดถึงแค่เดือนมีนาคมเท่านั้น ราวกับเป็นปาฏิหาริย์สำหรับครอบครัว

ในเดือนกรกฎาคมอาโออิจึงเริ่มหายใจลำบาก พูด และกินน้อยลง ใช้เวลาหลับมากขึ้นเหมือนเป็นสัญญาณเตือนบางอย่าง ทางครอบครัวจึงปรึกษา

คุณหมอว่าอยากพาอาโออิไปพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติอาโออิซึ่งชอบและสุดท้ายจึงตกลงไปที่พิพิธภัณฑสถาน Kaiyukan เพราะใกล้ Hospice และสามารถเพลิดเพลินในพิพิธภัณฑสถานได้

ในวันที่ 22 กรกฎาคม ค.ศ. 2013 ครอบครัวและพยาบาลได้ไปที่พิพิธภัณฑสถานซึ่งอาโออิจึ้นนอนหลับตลอดทั้งวันตั้งแต่ มื้อวาน เมื่อไปถึงส่วนของเพนกวิน คุณแม่ชี้ชวนให้อาโออิจึ้นดูเพนกวินที่กำลังโกลสัว รวมถึงฮายาโตะคุง น้องชายของอาโออิจึ้น โดเอะโยบึกให้พี่สาวคืนมาดูเพนกวิน 'พี่อาโออิ คืนเร็ว!' คุณพ่อนั่งกลืนน้ำตาไว้ไม่อยู่ และจูบลงที่หน้าผากของลูกสาว เมื่อเวลาผ่านไปจนถึงช่วงเย็นจึงได้เวลากลับไปที่ Hospice คุณแม่ของอาโออิจึ้นบอกว่า "นี่เป็นโอกาสสุดท้ายของพวกเรา ถึงแม่เราจะรักษาที่โรงพยาบาลสถานการณ์คงไม่เปลี่ยนไป ดังนั้นฉันรู้สึกดีใจมากที่ได้ใช้เวลากับครอบครัวที่น้อยอย่างปลอดภัยและมีพยาบาลคอยดูแลตลอดด้วย"

ในวันต่อมาที่ Hospice ห้องของอาโออิจึงถูกจัดเก็บอย่างเรียบร้อยและอาโออิจึงจากไปอย่างสงบ ทางครอบครัวรู้สึกภูมิใจในตัวของอาโออิจึ้นและดีใจที่ได้ทำตามความต้องการของอาโออิจึ้นสำเร็จ คุณพอกกล่าวว่า "การใช้ชีวิตที่นั่นตลอด 4 เดือน ราวกับความฝัน เราคงเดินทางจากเกาะฮาวายไปที่โอซากาทุกวันหยุดสุดสัปดาห์และเขารู้สึกกังวลที่ต้องเดินทางระยะไกล ต้องอาศัยอยู่สูง อยู่ที่บ้านกับที่ Hospice แต่พอได้ใช้ชีวิตอยู่ที่นี่จริง ๆ ความคิดของพวกเขา ก็เปลี่ยนไป เราสามารถแบ่งปันสิ่งต่างๆ ซึ่งกันและกันได้" ในส่วนของคุณแม่ เธอกกล่าวว่า "เราสามารถมองย้อนกลับไปได้ถึงรอยยิ้มของอาโออิจึ้น เธออยู่กับพวกเราตลอดเวลา"

ถึงแม้อาโออิจะจากไปแล้วแต่ในความทรงจำของคุณแม่ ในวันที่อาโออิจึ้นพยายามบอกคุณแม่ว่า 'คุณแม่ น่ารักจังคะ' จะเป็นความสุขของเธอตลอดไป รวมถึงสมาชิกคนอื่นในครอบครัวของอาโออิจึ้น ก็คงมีความทรงจำที่ติดกับอาโออิมากมายในวาระสุดท้ายก่อนการจากลา

ในประเทศไทยนั้นก็มี Hospice care เช่นกัน โดย รศ.พญ.รัตนนา พันธพานิช ผู้ช่วยผู้อำนวยการสถาบันผู้สูงอายุแมคเคน จ.เชียงใหม่ มูลนิธิแห่งสภาคริสตจักรในประเทศไทย กล่าวว่า "ในปัจจุบันเรามีอุปกรณ์ทางการแพทย์มากมายที่รักษาผู้ป่วยในระยะที่มีโอกาสหายได้แต่สำหรับผู้ป่วยระยะสุดท้ายแล้วเราคงมีหลักคิดและยอมรับการปรับเปลี่ยนเป้าหมายการรักษาให้หายเป็นเป้าหมายการมุ่งเน้นการดูแลคุณภาพในระยะสุดท้าย"

ดังนั้นเราควรตระหนักถึงความต้องการของผู้ป่วยระยะสุดท้ายมากกว่าความคิดของตนเอง เพราะผู้ป่วยก็คือคนที่เรารัก การจากลาแม้มันจะเจ็บปวดแต่หากเราสามารถสร้างความทรงจำครั้งสุดท้ายที่มีความสุขร่วมกัน ได้ก็คิดถึงความสิ่งที่ติดค้างอยู่ในใจ "เรายังไม่ได้ไปเที่ยวที่...ด้วยกันเลย" "เรายังไม่ได้กิน...ด้วยกันเลย" "สัญญาณที่โหว่ยังไม่ได้อ่านเลย" มีผู้คนอีกมากมายที่คิดเช่นนี้หลังจากคนที่รักจากไป บางคนนั้นถึงแม้จะรู้ว่าผู้ป่วยไม่รอดอยู่แล้วแต่ยังคงดิ้นรนรักษา

จนกระทั่งร่างกายของผู้ป่วยขยับไม่ไหว พูดไม่ได้ ทำสิ่งสุดท้ายร่วมกัน ไม่ได้ซึ่งอาจเป็นทางเลือกของแต่ละครอบครัว แต่มันก็จริง ๆ แล้วหรือกับภาพจำสุดท้ายที่มีแต่ความทรนของการรักษา เราสามารถเปลี่ยนภาพจำนั้นเป็นภาพแห่งความสุขและการระลึกถึงคุณค่าของชีวิตได้หรือไม่ ความตายคือสิ่งที่เราปฏิเสธไม่ได้แต่เราสามารถยอมรับและปรับเปลี่ยนทัศนคติต่อความตายได้เพื่อเตรียมพร้อมให้จิตใจสามารถผ่านความเศร้าไปได้ทั้งผู้ป่วยและผู้ที่เกี่ยวข้อง

คาโบนาร่าวันหยุดแบบอบอุ่น



สวัสดีเซฟต์ว้นน้อยทุกคน วันนี้เราจะมาทำสปาเกตตีคาโบนาร่ากัน เมนูนี้มันกำเนิดขึ้นในช่วงสงครามโลกที่เป็นภาวะขาดแคลนอาหาร พ่อครัวชาวอิตาลีจึงนำไขมันที่เป็นของบริจาคจากสหรัฐอเมริกามาคลุกเส้นสปาเกตตี จนเกิดเป็นสปาเกตตีคาโบนาร่าขึ้นมา นอกจากจะน่าสนใจ และอร่อยแล้ว สปาเกตตีคาโบนาร่ายังทำง่ายมากๆ อีกด้วย คอยมีวัตถุดิบ ดังต่อไปนี้

เส้นสปาเกตตี

นมสด

เบคอน

เห็ด

ชีสขูด



และวิธีทำมีเพียง 3 ขั้นตอนเท่านั้น

1. ต้มเส้นให้สุก หากชอบแบบอัลเดนเต้พอเส้นสุกแล้วให้นำไปแช่ในน้ำเย็นเพิ่มความกรอบ หลังจากนั้นนำน้ำมันจากมาคลุกไม่ให้เส้นติดกัน
2. หั่นเบคอนเป็นชิ้นเล็กๆ นำไปทอดในกระทะให้กรอบเกรียม ใส่หอมใหญ่ เห็ด และกระเทียม ผัดให้สุกปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย จากนั้นนำเส้นลงไปคลุกพร้อมๆกับชีสที่เตรียมไว้ ใส่เนมและไข่แดง
3. คลุกให้เข้ากัน จัดขึ้นจาน

เพียงเท่านี้เราก็จะได้สปาเกตตีคาโบนาร่าอร่อยๆ ที่แสนจะทำง่ายสะดวกมากินกันแล้วนะคะ

