

หนังสือในโครงการวิกิสุภาพทางปัญญา: พัฒนาจัดเป็นวิกิชีวิต

ห้องเรียน เปลี่ยน โลก



NATURAL
RESOURCE and
ENVIRONMENTAL
MANAGEMENT

ห้องเรียน
วิชาการจัดการ
ทรัพยากรธรรมชาติ
และสิ่งแวดล้อม

บันทึกการเรียนรู้
จากห้องเรียนของ

**ดร.สรยุทธ
(เอเชีย)
รัตนพจนารักษ์**

ห้องเรียนเปลี่ยนTan



สารบัญ

บทนำ	ปาฐกถา ครูเปลี่ยนโลก เปลี่ยนโลก(ของ)ครู	23
บทที่ 1	เป้าประสงค์ของชั้นเรียน NREM	30
บทที่ 2	เปิดชั้นเรียน (เกณฑ์และวิธีการรับนักศึกษาเข้าเรียน)	42
บทที่ 3	บทเรียนและการเรียนรู้	52
	• ภาพรวมของการเรียน-การสอน	54
	• หักพูดและหัดฟัง	65
	• การบ้าน การอ่าน การเขียน	74
	• Action Project นำสิ่งที่เรียนรู้ไปลงมือทำ	87
บทที่ 4	การวัดความรู้และการประเมินผล	106
บทที่ 5	ปิดคลาส ความสุขจากการเรียนรู้	120

บทที่ 6 ความสุขของการเป็นครู	138
บทที่ 7 ผลสืบเนื่องจากคลาส NREM	146
• พัฒนัญณ์ เพื่อกสูงเนิน (เมย์)	148
เจ้าหน้าที่พัฒนาองค์กรธุรกิจ ศิษย์เก่า NREM04	
• สมพงษ์ วรกุล (โตโต้) เกษตรกร ศิษย์เก่า NREM06	160
• ภาณุมาศ จีรภัทร์ (เอม) ครูปฐมวัย ศิษย์เก่า NREM06	176
• เพ็ญจรี วีระธนาบุตร (เพ็ญ)	186
เจ้าหน้าที่องค์กรไม่แสวงหาผลกำไร ศิษย์เก่า NREM08	
• อรรถพล อภัยทอง (บอส) นักศึกษาปริญญาเอก	198
และเจ้าของธุรกิจส่วนตัว ศิษย์เก่า NREM10	

คำนิยม

หนังสือเล่มนี้เป็นเรื่องราวของห้องเรียนที่แหวกแนว ไม่เหมือนที่ใด
อย่างน้อยก็ในเมืองไทย และอาจเป็นหนึ่งเดียวในโลก ที่นั่นนักศึกษา
ไม่ได้นั่งหันหน้าเข้าหากระดาน และหันหลังให้แก่นักศึกษาคนอื่น แต่
หันหน้าเข้าหากัน โดยมีอาจารย์มานั่งร่วมวงในระดับเดียวกับนักศึกษา
แทนที่อาจารย์จะบรรยาย นักศึกษากลับเป็นผู้นำเสนอสิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อ
แลกเปลี่ยนกันในห้อง ไม่มีรายงานวิชาการ มีแต่การเขียนบันทึกเกี่ยวกับ
ตนเองในแต่ละสัปดาห์ ยิ่งกว่านั้นยังไม่มีการสอน คะแนนที่ได้นั้นมาจากการ
ประเมินตนเองของนักศึกษา อีกส่วนหนึ่งได้จากมติเอกฉันท์ของเพื่อน
ทุกคนในห้อง และอีกหนึ่งในสามได้จากอาจารย์

วิชาที่เปิด “สอน” ในห้องเรียนนี้คือ การจัดการทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม แต่สิ่งที่นักศึกษาได้เรียนรู้มีแค่ ความเชื่อมโยง อย่างเป็นองค์รวมภายในระบบนิเวศเท่านั้น หากยังได้รู้จักตนเองมากขึ้น มีใจแคบรู้กว้าง แต่ยังรู้สึก ซึ่งเป็นหัวใจของวิชานี้ เพราะการจัดการ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม จะเกิดผลดีอย่างยั่งยืน ก็ต่อเมื่อ มนุษย์รู้จักจัดการตนเอง สามารถครองตนมิให้ถูกครอบงำด้วย ความเห็นแก่ตัวและอวิชชา แต่จะจัดการตนเองได้อย่างไร หากไม่รู้จัก ตนเอง อันที่จริงไม่ว่าเรียนวิชาใด พื้นฐานที่นักศึกษาทุกคนควรมีก็คือ การรู้จักตนเอง เพราะจะเลือกเรียนวิชาใด ก็ควรรู้ก่อนว่าเรามีจุดมุ่งหมาย อะไรในชีวิต และวิชานั้นจะตอบสนองจุดมุ่งหมายดังกล่าวได้หรือไม่ หรืออย่างน้อยก็รู้ว่าวิชานั้นมีประโยชน์แก่ตนอย่างไร จะช่วยให้ชีวิตของ เราดีขึ้นได้อย่างไร

ห้องเรียนนี้ใช้การฟัง การเขียน และการใคร่ครวญ เป็นเครื่องมือ ของนักศึกษาในการรู้จักตนเอง ซึ่งในอีกด้านหนึ่งก็ทำให้รู้จักคิด ทั้งหมด นี้เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเรียนรู้ของนักศึกษา รวมไปถึงผู้คนทั้งหลาย ทำให้การเรียนรู้ไม่จำกัดในตำราหรือในห้องสี่เหลี่ยมเท่านั้น แต่ขยาย ไปสู่โลกกว้าง และทุกประสบการณ์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต หลายคนที่ผ่านมา ห้องเรียนนี้พบว่าชีวิตของตนเปลี่ยนแปลงไป และความสัมพันธ์กับผู้คน รอบข้างก็ดีขึ้นด้วย

ห้องเรียนนี้ทำให้ “การเรียน” กับ “การเรียนรู้” กลายเป็น

หนึ่งเดียวกัน ในขณะที่ห้องเรียนส่วนใหญ่ในเมืองไทย ทำให้การเรียนกลายเป็นการท่องจำ ผู้คนเรียนเพียงเพื่อสอบหรือเอาคะแนนเท่านั้น ไม่ได้คิดจะเรียนรู้อะไรเพราะความใฝ่รู้ได้เลือนหายไปแล้ว อีกทั้งไม่มีเครื่องมือที่จะช่วยให้เรียนรู้เป็น ดังนั้นนอกจากการเรียนจะกลายเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่ายแล้ว เมื่อเรียนจบจึงได้แต่คะแนนแต่แทบไม่มีความรู้ใดๆ ติดมาด้วยเลย

สิ่งที่น่าสนใจอีกประการหนึ่งของห้องเรียนนี้คือ การชี้ให้เห็นว่า หัวใจของการศึกษานั้นมิได้อยู่ที่การสอนแต่อยู่ที่การเรียนรู้ หากเน้นที่การสอน ศูนย์กลางของห้องเรียนย่อมได้แก่ครูหรืออาจารย์ แต่เมื่อเน้นไปที่การเรียนรู้ ศูนย์กลางของห้องเรียนย่อมได้แก่ผู้เรียน บทบาทของอาจารย์แทนที่จะบรรยายหรือถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้เรียน ก็เปลี่ยนมาเป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน กล่าวให้ถูกต้องกว่านั้นก็คือ ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน “พวกเราเป็นเจ้าของการเรียนรู้” คือคำพูดที่นักศึกษาในห้องเรียนนี้ได้ยินบ่อยครั้งจากอาจารย์ ซึ่งหมายความว่า การเรียนรู้ทั้งหมดอยู่ที่ตัวนักศึกษาเอง อีกทั้งเป็นสิ่งที่นักศึกษาควรกำหนดและคิดค้นด้วยตนเอง ซึ่งก็ต้องมีพื้นฐานคือการรู้จักตนเองว่าชอบอะไร ถนัดตรงไหน และมีจุดมุ่งหมายอะไรในชีวิต

อาจารย์สรยุทธ รัตนพจนารถ ทำให้ห้องเรียนนี้พิเศษและมีเสน่ห์ได้ ก็เพราะเป็นครูที่ใฝ่รู้ และเคารพความเป็นมนุษย์ของนักศึกษา กล่าวคือเชื่อมั่นในศักยภาพของนักศึกษาว่าสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง และ

สามารถพัฒนาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ เป็นเพราะความใฝ่รู้จึงทำให้
อาจารย์เปิดใจกว้าง และมีความสุขที่ได้เรียนไปพร้อมกับนักศึกษา
คุณสมบัติดังกล่าวมีส่วนไม่น้อยในการทำให้นักศึกษาเกิดความใฝ่รู้และ
เปิดใจกว้าง ใช่หรือไม่ว่า สิ่งสำคัญที่ครูหรืออาจารย์พึงทำแก่ศิษย์ ไม่ใช่
แค่สอน หรือสาธิตให้ดู แต่เป็นการสร้างแรงบันดาลใจ หรือจุด “ไฟ”
แห่งการเรียนรู้และความปรารถนาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ห้องเรียนนั้นสามารถเปลี่ยนโลกได้เสมอ อย่างน้อยๆ ก็เปลี่ยนโลก
ในจิตสำนึกของผู้เรียน ห้องเรียนส่วนใหญ่ทำให้โลกในการรับรู้ของผู้คน
เป็นเพียงผลรวมของปรากฏการณ์ที่ไม่เชื่อมโยงกัน อีกทั้งยังเป็นโลกที่
มีตนเองเป็นศูนย์กลาง แต่ห้องเรียนของอาจารย์สฤษฎ์ไม่เพียงเปลี่ยน
ชีวิตของนักศึกษาเท่านั้น หากยังทำให้โลกในจิตสำนึกของเขาเปลี่ยนไป
ด้วย เป็นโลกที่ตนเองมีส่วนรับผิดชอบ และปรารถนาจะทำให้ดีขึ้น
จิตสำนึกเช่นนี้ในท้ายที่สุดย่อมทำให้โลกนี้เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นอย่าง
แน่นอน

เมื่ออ่านหนังสือเล่มนี้แล้วอดคิดไม่ได้ว่าหากสมัยเป็นนักศึกษา
ข้าพเจ้ามีโอกาสเข้าห้องเรียนแบบนี้ ชีวิตในมหาวิทยาลัยของข้าพเจ้า
คงจะมีสีสัน รุ่มรวยทางความคิด และอึดเอมกับการเรียนรู้มากขึ้น ซึ่ง
อาจส่งผลให้ข้าพเจ้าไม่ทิ้งห้องเรียนแทบจะตลอดชีวิตนักศึกษาอย่างที่
ได้ทำไปแล้วก็ได้

ขอชื่นชมผู้จัดทำหนังสือเล่มนี้ ซึ่งถ่ายทอดกระบวนการเรียนรู้ต่างๆ

จากห้องเรียนนี้ให้เห็นอย่างชัดเจน อีกทั้งมีเรื่องเล่ามากมายที่ชวนอ่าน
เชื่อว่าจะช่วยให้ผู้อ่านเข้าใจแก่นแท้ของสิ่งที่เรียกว่า “การศึกษา” มากขึ้น
หนังสือเล่มนี้ไม่เพียงเสนอทางเลือกทางด้านการศึกษาอย่างเป็นรูป
ธรรมเท่านั้น หากยังวิพากษ์วิจารณ์หรือท้าทายระบบการศึกษาที่มีอยู่ใน
เมืองไทยไปด้วยในตัว หวังว่าจะมีส่วนช่วยจุด “ไฟ” ให้แก่ผู้อ่านใน
การคิดค้นและสร้างสรรค์การเรียนรู้ที่ส่งเสริมความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์
ไม่ว่ากับคนในครอบครัวหรือลูกศิษย์

พระไพศาล วิสาโล

๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐

คำนำ

“ห้องเรียน” ในหนังสือเล่มนี้เป็นความพยายามของตามธรรมชาติของ
คนกลุ่มเล็กๆ กลุ่มหนึ่งที่เชื่อในความเป็นไปได้ที่จะ “เปลี่ยนโลก” พวกเขา
มุ่งมั่น จดจ่อ ต่อเนื่อง กระทำการ สร้างเงื่อนไขปัจจัยแวดล้อมที่นำไปสู่การ
เปิดศักยภาพของทุกคนที่เกี่ยวข้องไปสู่สภาวะใหม่ เป็นตัวอย่างรูปธรรม
ของความสำเร็จเล็กๆ น้อยๆ ระหว่างและตลอดการเดินทางของผู้เรียน
และผู้สอน

ห้องเรียนนี้จึงให้ความหวังอย่างยิ่งสำหรับผู้สนใจใส่ใจกับการ
เรียนรู้ของตนเอง กับการปฏิรูปการศึกษาการเรียนรู้

สำหรับคุณครูผู้สอน ห้องเรียนนี้เป็นตัวอย่างว่าเราสามารถออกจาก

สภาวะ ชีวิต และห้องเรียนที่จี๊ดๆ ชืดๆ เริงๆ ที่ทำให้เราท้อแท้ หมดหวัง กับระบบ ออกจากความเบื่อกับที่ต้องพูดต้องอธิบายสิ่งเดิมๆ เหมือนเป๊ะ กับที่เคยพูดเมื่อปีที่แล้ว และปีก่อนหน้า และหลายๆ ปีก่อนหน้า ให้กับ นักเรียนนิสิตนักศึกษาที่แต่ละปีดูเหมือนจะสอนและอยู่ด้วยกันยากขึ้นเรื่อยๆ นักเรียนที่อยากได้คะแนนเยอะๆ เกรดดีๆ แบบง่ายๆ แบบที่ไม่ต้องลงแรงอะไรมากนัก

ไปสู่ห้องเรียนที่มีความแปลกใหม่ มีความสดใสร่าเริงเสมอ แม้ว่าเราต้องสอนเนื้อหา “เดิมๆ” อยู่ แต่จะไม่มีห้องเรียนวันไหนๆ เหมือนกันอีกต่อไป เราอาจจะได้กลับมารู้สึกว่าได้ทำหน้าที่ “ครู” อย่างเต็มที่ในชีวิตอีกครั้ง (หรืออาจจะเป็นครั้งแรกของบางคน) เอาความมั่นใจภูมิใจในศักดิ์ศรีของความเป็นคนและความเป็นครูกลับคืนมา เพราะว่าเราได้เห็นว่านักเรียนของเรานั้นสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่สภาวะและชีวิตที่ดีขึ้นได้ด้วยตัวเขาเอง

สำหรับนักเรียนนิสิตนักศึกษา ห้องเรียนนี้เป็นตัวอย่างว่าเราสามารถออกจากห้องเรียนที่เราก็เป็นแค่ “เด็ก” เป็นแค่เศษหนึ่งส่วนของจำนวนนักเรียนทั้งหมดในห้อง ไม่ได้เป็นเราที่เต็มสมบูรณ์ในแบบของเรา ออกจากสภาวะ ชีวิต และห้องเรียนที่เต็มไปด้วยความกลัว กลัวเนื้อหายาก กลัวไม่เข้าใจ กลัวคะแนนไม่ดี กลัวตกมีน กลัวว่าจะบอออกไปแล้วจะทำอะไรไม่เป็น แม้ว่ามหาวิทยาลัยจะบอกว่าเราเป็นผู้รู้ เป็น “บัณฑิต” แล้วก็ตาม

ไปสู่ห้องเรียนที่เรากล้า กล้าจะออกจากความกลัว เพราะว่ามัน

ผ่อนคลายและปลอดภัย ผ่อนคลายและปลอดภัยพอที่เราจะถามอะไรที่ดูเหมือนไม่ค่อยฉลาด พอที่จะไม่ต้องพยายาม “ตอบให้ถูก” ตลอดเวลา เป็นห้องเรียนที่เราจะเป็นตัวเองในเวอร์ชันที่เราเองเลือกเองได้ ห้องเรียนเราอาจจะเคยได้ยินได้ฟังและคิดว่ามีแต่อยู่ในต่างประเทศ แต่ว่าตอนนี้มีอยู่จริงในประเทศไทย

ถ้าท่านอ่านหนังสือเล่มนี้เพื่อจะหาวิธีหรือกิจกรรมที่จะเอาไปใช้ตรงๆ ท่านอาจจะไม่ได้พบสิ่งที่คาดหวัง เพราะว่ากระบวนการจัดและสร้างการเรียนการสอนที่เปิดศักยภาพของทุกคนในชั้นเรียน เราแต่ละคนต้องสร้างมันด้วยวิธีการของเราเอง แต่ ... แต่อย่างไรก็ตาม ท่านจะได้เห็นร่องรอย ตัวอย่าง เรื่องเล่า และการถอดรหัสชั้นเรียนจากผู้คนที่หลากหลาย ทั้งผู้สอน ผู้ช่วยสอน นักศึกษา ศิษย์เก่า ซึ่งก่อประกอบให้เห็นภาพที่อย่างสมบูรณ์ยิ่งขึ้นของชั้นเรียนที่สามารถเปลี่ยนโลกของทุกคนที่เข้ามาเกี่ยวข้องได้จริง จนท่านอาจจะพอนึกออกได้ว่าจะไปเริ่มอย่างไรดี

หนังสือเล่มนี้เป็นบันทึกเรื่องเล่าของความมหัศจรรย์ของกระบวนการเรียนรู้ที่ปรากฏขึ้นได้จากน้ำใจ ความใจกว้าง ความสามารถ และการสนับสนุนของกัลยาณมิตรและองค์กรจำนวนมาก ซึ่งขออนุญาตเอ่ยนามและแสดงความขอบคุณอย่างยิ่งไว้ ณ ที่นี้

ดั่ง *อรุณจิตรา* กัลยาณมิตรผู้มีการปฏิบัติและความเข้าใจเรื่องมิติด้านในและความเป็นมนุษย์ ทำให้สามารถออกแบบ เขียน และเรียบเรียงให้หนังสือบอกเล่าเรื่องราวได้อย่างสมบูรณ์ ครบถ้วน และเป็นธรรมชาติ

และ เข้ม ที่ช่วยดูแลเรื่องการออกแบบรูปเล่มให้นำอ่าน

โครงการพัฒนาและส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (พสวท.) ที่เปิดโอกาสให้คนที่รักวิทยาศาสตร์ได้เรียนวิทยาศาสตร์ หนังสือและชั้นเรียนนี้เป็นหนึ่งในคุณภาพการที่โครงการ พสวท. ได้มอบให้กับโลกและประเทศไทย ถ้าไม่มีโครงการนี้เด็กชายคนหนึ่งก็คงได้สอบเทียบและเข้าวิศวะไปตั้งแต่ ม.4 และมีเส้นทางชีวิตก็คงคล้ายกับนักศึกษาส่วนใหญ่ ไม่ได้มาสร้างสรรค์คลาสที่อยู่ในระบบแต่นอกระบบ เช่นนี้ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ที่กล้าหาญให้ทุนวิจัยกับนักศึกษาคนแรกของหน่วยงาน อีกทั้งช่วยให้ขยายผลงานออกไปสู่ระดับประเทศ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่เป็นผู้บุกเบิกในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา/สุขภาพทางจิตวิญญาณ นำพาการพัฒนาจิต การรู้จักตนเองเข้าสู่การศึกษาในระบบ

ภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และบุคลากรที่มีเมตตา มีน้ำใจเปิดให้ได้ก่อประกอบชั้นเรียนที่ตรงกับความฝันและความตั้งใจของผู้สอนและผู้เรียน

ท่านอาจารย์ประเวศ วะสี อาจารย์เสน่ห์ จามริก อาจารย์ระพี สาคริก อาจารย์ประสาน ต่างใจ อาจารย์สุลักษณ์ ศิวรักษ์ ครูบาอาจารย์ผู้เป็นที่รักและเคารพอย่างยิ่ง กรุณาให้ความเมตตา ให้โอกาสได้ร่วมเรียนรู้อย่างใกล้ชิด จนสัมผัสได้ถึงความเป็นบัณฑิตผู้สมณะ ผู้เข้าถึงความรู้องค์รวมที่ไม่แยกความเป็นมนุษย์ มิติจิตวิญญาณ ออกจากการศึกษาเรียนรู้

วิจัย และพัฒนา

สมาชิกกลุ่มจิตวิวัฒน์ อาทิ พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
อาจารย์สุมน อมรวิวัฒน์ พี่ใหญ่ วิศิษฐ์ วังวิญญู พิธาณ ฐานะวุฒม์
พี่โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ ณัฐพส วังวิญญู ที่เปิดพรมแดนความรู้ให้กับ
มุมมองและเครื่องมือใหม่ๆ ในการใช้ชีวิตและการเรียนการสอน

ปราชญ์ชาวบ้าน อาทิ ครูบาสุทธินันท์ ปรัชญพฤทธิ์ พ่อคำเดื่อง ภาษี
และครูชาวบ้าน อาทิ ครูวิรัตน์ เกลี้ยงแสนเมือง ผู้มอบที่พำนักอาศัย
พื้นที่ทำวิจัย และเหนืออื่นใด คือ มิตรภาพที่ไปพันผูกเกยพันอยู่

กลุ่มเพื่อนครูมหิดล อ.ลาย พี่ป้อม พี่นิด แอน พี่ขวัญ บุ่ม พี่อัย พี่อึด
เปิ้ล หนู เต๋ ที่ร่วมกันนำพาจิตวิญญาณความเป็นครูกลับมาสู่เพื่อนครู
ทั้งหลาย และนำพาความสุขและความหมายกลับมาสู่ชั้นเรียน

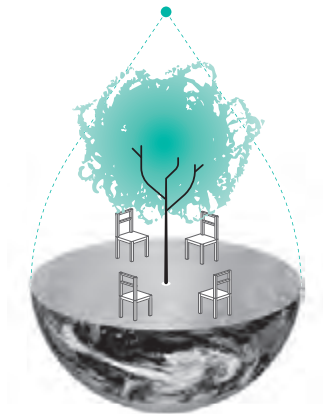
น้องๆ นักศึกษาศิษย์เก่า NREM, EETP และ IA2B ทุกรุ่น ทั้ง พี่จิง
ทิม เบญจ เมย์ ปราย เอม ออย โตโต้ นา ฮัลเลย์ บอส บุ่ม รวมถึง
ชาว NREM16 และกัลยาณมิตร NREMs อาทิ ช่อ อ.น้อย พวกเราล้วน
เป็นเจ้าของวิชานี้ร่วมกัน โดยเฉพาะศิษย์เก่าที่มาร่วมก่อตั้งและดูแล
ธนาคารจิตอาสา ทั้ง เพ็ญ นุก นิว เล้ง ณัฐ ที่เป็นเหมือนบ้านและเป็นฐาน
ที่มาของการผลิตหนังสือเล่มนี้

เก็ก วิเศษ บำรุงวงศ์ ผู้รักในธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและความเป็นครู
ศิษย์เก่าผู้ได้มาเป็นเพื่อนร่วมวิชาชีพ ร่วมกันรังสรรค์การเรียนการสอน
ได้อย่างตื่นตาตื่นใจ มีการเรียนรู้อย่างก้าวกระโดดอย่างน่าภาคภูมิใจ

หนุ่ม วีระพล เต็มอุดม กัลยาณมิตรผู้ชาญฉลาด อ่านเกมขาด
ในเกือบทุกมิติ คอยสนับสนุนในทุกด้านและในทุกกระยะของการเดินทาง
ตั้งแต่ก่อนเริ่มคลาส การออกแบบ ดำเนินการสอน ประเมิน ขยายผล
จัด reunion ประจำปี คลาสและหนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นและสำเร็จได้
ด้วยความเป็นผู้นำผู้รับใช้และการสนับสนุนของหนุ่มอย่างแท้จริง

สรยุทธ (เอเชียว) รัตนพจนารถ

ห้องเรียนเปลี่ยนโลก



ผมมีความเชื่อว่า การเรียนรู้ที่แท้ในทุกระดับอายุ และทุกระดับการศึกษาล้วนต้องเป็น *Transformative Learning* ทั้งสิ้น คือเป็นการเรียนรู้ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนในลักษณะของการให้ความหมายใหม่ของสิ่งต่างๆ เรื่องราวต่างๆ เกิดการเปลี่ยนแปลงโลกทัศน์ ความมุ่งมั่น และพฤติกรรม หรือกล่าวง่ายๆว่า เป็นการเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนกระบวนทัศน์ (*Mindset Change*) หรือเปลี่ยนโลกทัศน์ ผมเชื่อว่า ใครที่ได้เรียนรู้จนกระทั่งเกิดผลลัพธ์ในระดับดังกล่าว จะมีชีวิตที่ดี และผมเชื่อว่า คนทุกคนสามารถบรรลุการเรียนรู้เช่นนี้ได้ ไม่ใช่บรรลุได้เฉพาะคนที่สมองดีเท่านั้น

ศ.บพ.วิจารณ์ พานิช

ขณะนั้นมนุษยชาติไม่มีทางเลือกอื่นแล้ว ที่จะออกจาก
วิกฤตการณ์ ที่ถึงทางตัน นอกจากเปลี่ยนแปลงชั้น
พื้นฐาน (Transformation) ในตัวเอง

ศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์นั้นคือศักยภาพ
แห่งการเรียนรู้สูงสุด มนุษย์ธรรมดาอาจเรียนรู้จนเป็น
พระพุทธรูปเจ้าก็ได้ การเรียนรู้สูงสุด คือ การเรียนรู้สู่การ
เปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างสิ้นเชิง (Transformative
Learning = TL) คือ การเรียนรู้แล้วกลายเป็นคนใหม่
โดยสิ้นเชิง โลกทัศน์ วิธีคิด จัดสำนักเปลี่ยนใหม่หมด
กลายเป็นคนที่เห็นความเป็นหนึ่งเดียวของทั้งหมด
จิตใจเป็นอิสระเบาสบาย ปลอดโปร่ง มีความสุขอย่าง
ลึกล้ำ มิได้ตรึงจิตอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง
มีความถ่อมตัว มีสัมพันธภาพใหม่กับคนอื่นและสิ่ง
อื่น เป็นบุคคลที่สามารถเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ
กับคนที่เกี่ยวข้อง ทำให้สามารถฝ่าสถานการณ์ที่ยาก
ไปสู่ความสำเร็จได้ อนาคตของมนุษยชาติจึงอยู่ที่การ
เรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงชั้นพื้นฐานในตัวตน
หรือ Transformative Learning การปฏิรูป
การเรียนรู้เพื่อสร้างการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง
ชั้นพื้นฐาน หรือ TL จึงควรเป็นนโยบายของระบบการ
ศึกษาทั้งหมด

ครูเปลี่ยนโลก

เปลี่ยนโลก(ของ)ครู

ดร.สรยุทธ (เอเชีย) รัตนพจนารักษ์

ปาฐกถาเปิดโครงการครูกล้าสอน

22 พ.ย. 2559: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

ผมอยากเป็นครูตั้งแต่เรียนอยู่ชั้นประถม แต่รู้ตัวแน่ๆ ว่าจะได้เป็นครูก็คือ ช่วง ม.3 - ม.4 เพราะผมสอบเข้าโครงการพัฒนาและส่งเสริมผู้มีความสามารถทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (พสวท.) ได้ทุนเรียนตั้งแต่ ม.4 ถึง ปริญญาเอก ผมรู้ตัวว่าจะเรียนชั้นมัธยมปลายที่ไหน จะเรียนในระดับปริญญาตรีที่ไหน แล้วจะไปเรียนต่อเมืองนอกเพื่อกลับมาเป็นอาจารย์ใน

มหาวิทยาลัย

ผมเรียนปริญญาเอกที่เยล (Yale University) ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่ผลิตประธานาธิบดีหลายคน ที่นั่นสอนให้คนเป็นผู้นำโลก ทุกคนสอนนักศึกษาให้ไปเปลี่ยนแปลงโลก เราเรียนกันอย่างบ้าระห่ำ ถ้าลงทะเลเบียน 1 วิชา เตรียมตัวเลยว่าจะต้องอ่านหนังสือสัปดาห์ละ 1 เล่ม หมายความว่าต้องอ่าน 15 เล่ม/วิชา ถ้าเทอมนั้นเรียน 4 วิชาก็หมายความว่าเทอมนั้นต้องอ่านหนังสือ 60 เล่ม

เมื่อผมเรียนจบ กลับมาเป็นอาจารย์ที่มิดเดิล ผมให้นักศึกษาของผมอ่านหนังสือ 4 เล่มใน 1 เทอม (เดือนละ 1 เล่ม) ปรากฏว่าเทอมนั้นไม่มีนักศึกษาคนไหนทำได้เลย มีหน้าซ้ำบางคนอ่านหนังสือไม่จบเลยสักเล่ม ผมช็อกไปเลย

ผมค่อยๆ ขยับเพดานความคาดหวังของผมลง จนเหลือแค่ว่า เอาละผมให้อ่านหนังสือแค่เทอมละเล่มก็พอ และเพื่อให้มั่นใจว่าเขาจะอ่านหนังสือจริงๆ ผมจึงให้การบ้านด้วยการให้เขาเขียนแนะนำหนังสือเล่มที่ผมมอบหมายให้อ่าน 4 ชิ้น การบ้านชิ้นแรกคือการสรุป หรือเล่าใจความหลัก หรือภาพรวมของหนังสือเล่มนั้น ซึ่งนักศึกษาบางคนก็ทำไม่ได้ ผมช็อกเป็นครั้งที่สอง ทำให้ตั้งคำถามมากเลยครับว่า เวลา 12 ปี ที่เราเรียนกันมา เราเรียนอย่างไร

ในชั้นเรียนของผม สิ่งหนึ่งที่มีความสุขคือการอ่านหนังสือแล้วมานั่งคุยกัน ถ้าเราชวนให้นักศึกษาอ่านหนังสือเป็น มันจะเปิดโลกให้เขาอย่าง

มาก วันข้างหน้าเขาจะได้ไปหาหนังสือเล่มอื่นๆ มาอ่าน

สิ่งที่ผมเรียนรู้มากๆ ในช่วงของการเป็นอาจารย์ใหม่ก็คือ ชั้นเรียนที่ผมเคยตั้งเป้าหมายเอาไว้ กับชั้นเรียนที่ปรากฏขึ้นจริงห่างไกลกันพอสมควร --- ผมคาดหวังว่านักศึกษาจะมาตรงเวลา ตั้งใจเรียน อ่านหนังสือ ก่อนเข้าชั้นเรียน แต่สภาพความจริงไม่ใช่อย่างนั้น ถ้าเราเริ่มเรียน 8.30 น. นักศึกษาเพิ่งเริ่มทยอยเข้าห้องเวลานั้น นักศึกษามาสาย คຸຍกัน แล้วเราก็เริ่มจัดเอาเครื่องมือต่างๆ สมัยที่ครูเคยใช้กับเราขึ้นมาใช้กับนักศึกษา เราเริ่มจู้ปาก ดู ด่า โกรธ เมื่อจบคลาสก็หมดแรง --- ถ้าผมต้องใช้ชีวิตอย่างนี้ตลอดไป ผมคงเป็นมะเร็งแน่ๆ ทางออกก็คือ ผมต้องเปลี่ยนวิธีการดำรงอยู่ของผมในชั้นเรียน

เมื่อนักศึกษาคุย ผมหงุดหงิด บ่น ดู จนไม่เป็นอันสอน มีหน้าซ้ำถึงเราจะทำอย่างนี้ นักศึกษาก็ไม่หยุดคุย ในระยะหลังมานี้เมื่อนักศึกษาคุย ผมหยุด ผมรอ รออย่าง enjoy แป๊บเดียวจากนั้นทั้งห้องจะเงียบ แล้วก็เริ่มการสอนได้ แปลกนะครับ อะไรกันล่ะที่เปลี่ยนคนหนึ่งที่ยืนอยู่ที่จุดหนึ่งย้ายมายืนอยู่อีกฝั่งแล้วหลายๆ อย่างก็ดีกว่าเดิม

ในชั้นเรียนขนาดเล็กของผม นักศึกษาทุกคนต้องเขียนบันทึก (Journal) มาส่งผมทุกสัปดาห์ เครื่องมือนี้ทำให้ผมกับนักศึกษาใกล้ชิดกันมากขึ้น ผมจะได้รู้ว่าในระหว่างที่เราไม่เจอกัน เกิดอะไรขึ้นบ้างกับเขา เขาอยากจะทำอะไรให้ผมฟัง

ในช่วงที่มีเหตุการณ์ความขัดแย้งในบ้านเมือง ในชั้นเรียนของผมมี

นักศึกษาคนหนึ่งเรียนไปด้วยและฟังเสียงจากเวทีปราศรัยไปด้วย จู่ๆ เธอก็ลุกขึ้นตบโต๊ะ บัง! เขาจะออกจากห้องเรียนเดี๋ยวนี้อะไร เพื่อไปแก้ปัญหาบ้านเมืองด้วยกำลังของเขา --- เราเป็นครู เราจะสอนเขาได้ใหม่ว่า สิ่งที่กำลังเรียนรู้อยู่ในห้องเรียนขณะนี้ จะตอบโจทย์ของบ้านเมือง ของสังคมที่เขาอยากจะทำได้อย่างไร --- ความเป็นครูสำคัญแบบนี้ครับ

ก่อนจะเริ่มการสอน ในชั้นเรียนของผมนะจะทำสิ่งที่เรียกว่า **เช็คอิน** คือเช็คสภาพของพวกเรา ให้เขาบอกความรู้สึก บอกสภาพตัวเขาเองว่าพร้อมต่อการเรียนแค่ไหน ซึ่งหลายคนสะท้อนกลับมาว่า นี่เป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่สุดในชีวิตการเป็นนักศึกษาของเขา เพราะเวลา 5-7 วันในมหาวิทยาลัย ไม่เคยมีใครฟังเขาเลยจริงๆ --- ครูต้องสร้างพื้นที่แบบนี้ในชั้นเรียนของเรา เคยมีนักศึกษาคนหนึ่งพูดในช่วงเช็คอินว่า ‘เมื่อคืนคุณแม่ป่วย หนูต้องเฝ้าทั้งคืนไม่ได้นอนเลยคะ’ เมื่อเราได้ยินแบบนี้เราจะเข้าใจกันมากขึ้น เราจะได้ไม่ด่วนตัดสินว่าเด็กคนนี้แย่มากกลับในชั้นเรียน การเปิดพื้นที่การเรียนรู้ในตัวเองจะทำให้เราสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวนักศึกษาได้

ผมคิดว่าเราต้องมองกลับมาที่ตัวของเราเอง กลับมาเข้าใจตัวเรา โลกทัศน์ของเรา แล้วเราจึงจะเปลี่ยนชั้นเรียนของเราได้ เพื่อที่จะตอบสนองกับวาระของโลกในวันนี้ วาระที่เรามีโดนัลด์ ทรัมป์ เป็นผู้นำโลก วาระที่อุดมภูมิของทั่วโลกเหนือสูงกว่าอุดมภูมิปกติ 30 องศา เราต้องกลับมาที่แหล่งทรัพยากรในตัวเรา กลับมารู้เนื้อรู้ตัว เข้าใจตัวเอง

เมื่อเป็นนักเรียนมัธยม ผมได้ฟังคุณดำรง ลัทธพิพัฒน์ รัฐมนตรี

กระทรวงวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและการพลังงาน ในขณะนั้น (เสียชีวิตเมื่อ 2528) คุณดำรงพูดทำนองว่า **ชาติใดครองเทคโนโลยี ชาตินั้นครองเศรษฐกิจ ชาติใดครองเศรษฐกิจ ชาตินั้นครองอำนาจ** ผมฟังแล้ว ตื่นเต้นมาก ผมจะเรียนวิทยาศาสตร์ จะเรียนรู้เทคโนโลยี เพื่อจะได้ทำให้ ชาติของเราเป็นมหาอำนาจและมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ

ผมเรียนแบบบ้าระห่ำมานาน จนกระทั่งวันหนึ่งผมถามตัวเองว่า เราต้องการสิ่งเหล่านี้จริงๆ หรือ? เป้าหมายจริงๆ ของอำนาจ และความมั่นคงทางเศรษฐกิจคืออะไร คือความสุข ใช่มั้ย? ทำไมจึงไม่เคยมีใครสอนเลยว่า **ชาติใดครองความรู้สึกตัว ชาตินั้นครองปัญญา ชาติใดครองปัญญา ชาตินั้นครองความสุข**

ขอบคุณครับ

การเขียนคำ ขอบเขตของ ความยาวประโยค

ในช่วงเวลาที่ผ่านมาการเขียนได้ก้าวหน้าขึ้นใช้จินตนาการอย่างกว้างขวาง
แต่การเขียนที่ถูกต้อง มีหลายข้อควรระวัง ซึ่งได้แก่ข้อควรระวัง ๖ ข้อ ได้แก่

1. การเขียนประโยคที่ถูกต้อง ไม่ควรใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป
2. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ
3. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

4. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ
5. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ
6. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

7. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

8. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

9. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

10. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

11. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

12. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

13. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

14. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

15. การใช้คำที่ซ้ำกันมากเกินไป จะทำให้ประโยคดูซ้ำซากจำเจ

...ผมมีความหวังที่จะให้วิชานี้ได้ตอบอะไรหลายๆ อย่างที่ผมยังสับสน มีหลาย
เรื่องที่น่าสนใจไม่ได้ เลือกไม่ถูก เช่น ผมอยากมีฐานะดี มีเงินเยอะๆ
มีรถสวยๆ นั้ แต่ในใจอีกด้าน มันก็เรียกร้องความสงบ ความสมถะ
อยากทำเกษตร อยากปลูกข้าว....

สมุดบันทึกของสมพงษ์ วรกุล
นักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ NREMO6 (ปีการศึกษา 2549)

I

เป้าประสงค์ของชั้นเรียน NREM

วิชานี้จะเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตของผู้เรียน
ชั้นเรียนนี้ไม่ได้มีเป้าหมายแค่ว่า เพียงแค่การเข้าใจและดูแล
ทรัพยากรธรรมชาติตามบทเรียนเท่านั้น
แต่นำพาเขาไปสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนที่มีความสุขในตัวเอง
สร้างความยั่งยืนให้แก่โลก และธรรมชาติ

ชั้นเรียนวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (Natural Resource and Environmental Management – NREM) เป็นชั้นเรียนขนาดเล็ก รับนักศึกษาไม่เกิน 15 คน เปิดสอนครั้งแรกในปี 2545 โดย ดร.สรยุทธ (เอเซีย) รัตนพจนารถ เป็นผู้สอน นับถึงปัจจุบันก็เกินสิบปีแล้ว

{ นิยามชั้นเรียน NREM }

ผมคุยกับเพื่อนที่เรียนด้วยกันบ่อยมากเลยครับว่าเราจะอธิบายวิชานี้อย่างไรดี แล้วมันก็มักจะจบลงด้วยคำว่า “ไม่รู้” (หัวเราะ) มันเยอะมาก ไม่รู้จะอธิบายอย่างไร ต้องมาเจอเอง --- **รัชพล ปลุกอ้อม นศ.NREM16**

หนูไม่รู้จะพูดยังงี้ มันเยอะมาก แต่ถ้าจะให้พูดสั้นๆ ก็คือ วิชาที่เราจะได้ความรู้ทั้งการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและจัดการตัวเองด้วยค่ะ --- **นภัสสร บุญดี นศ.NREM16**

เป็นวิชาที่หนูบอกไม่ได้ว่าเรียนอะไร หรือทำอะไรบ้าง เป็นวิชาที่พอเรียนแล้วความรู้ไม่ได้อยู่แค่ในคลาส...(คิด....เงียบ) มันไม่เหมือนเราทำแล็บในห้องปฏิบัติการ เวลาเราทำแล็บความรู้จะอยู่ในแล็บ แต่วิชานี้ความรู้สิ่งที่เรียน จะเข้ามาอยู่ในชีวิตประจำวัน เป็นการเรียนรู้ตัวเองแล้วเชื่อมโยงกับโลกภายนอก เป็นวิชาที่ทำให้เราเข้าใจโลก เข้าใจสิ่งแวดล้อม แล้วก็เข้าใจตัวเอง---อ้อ...พูดยากจังค่ะ --- **ศันห์สินี บุญกิจ นศ.NREM16**

เป็นคลาสเรียนที่เรียกได้ว่าเมื่อเรียนแล้วมันจะอยู่กับเรา เป็นวิชาที่เราไม่เคยเจอ การบ้านเยอะ มีโปรเจกต์ที่เราต้องทำ ต้องส่ง สัปดาห์หนึ่งต้องมีเวลาอย่างน้อยๆ สัก 4 วัน (จาก 7 วัน) ที่เราจะต้องนึกถึง NREM และเป็น 4 วันที่ NREM จะเข้ามาอยู่ในชีวิตเรา เป็นวิชาที่มันจะเข้ามาอยู่ในชีวิตเราเยอะมากกกกกก ขนาดปิดคอร์สแล้วก็เอะ--- ต้องลองมาเรียนนะะ บอกไม่ถูก (หัวเราะ) --- **สุนิณี ศิริโสภา นศ.NREM16**

{ เป้าประสงค์ของชั้นเรียน NREM }



ดร.สรยุทธ (เอเชี่ย) รัตนพอนารท เจ้าของวิชา

ผมมองคลาสนี้เป็นมากกว่าตัวของมันเอง ผมมองว่าวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตของผู้เรียน เมื่อพวกเขาจบออกไป เขาไม่เพียงเป็นนักสิ่งแวดล้อมหรือนักชีววิทยา นอกจากทำอาชีพเหล่านี้แล้ว พวกเขาเป็นผู้บริโภคในสังคมไทย จะเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพหรือไม่มีคุณภาพ เป็นสมาชิกโลก เป็นผู้ใช้ประโยชน์และเป็นผู้ดูแลโลก เป็นลูก เป็นสามี/ภรรยา ชั้นเรียนจึงไม่ควรมีเป้าหมายแค่ว่า เพียงแค่การเข้าใจและดูแลทรัพยากรธรรมชาติตามบทเรียนเท่านั้น แต่จะนำพาเขาไปสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคน

ที่มีความสุขในตัวเอง สร้างความยั่งยืนให้กับโลกและธรรมชาติได้ด้วย
นั่นคือดาว คือธง คือเป้าหมาย

ชั้นเรียนคือก้าวแรกซึ่งอาจจะเป็นก้าวเล็กๆ หรือก้าวใหญ่ๆ ก็ได้ ดังนั้น
อะไรก็ตามที่จะไม่ได้ส่งเสริมให้เราเดินทางไปยังเป้าหมายนั้น ผมก็ไม่
อยากเสียเวลามากนัก พร้อมกันนั้นอะไรก็ตามที่ดูเหมือนว่ามันอาจจะไม่
เข้ากับชั้นเรียนนี้สักเท่าไหร่ แต่ว่าสำคัญมากต่อเป้าหมายนี้ ผมก็พยายามจะให้
สิ่งนั้น เช่น เราอาจจะมีเกณฑ์ที่พอจะบอกได้ว่า อาหารที่ดีต้องมีสารอาหาร
ครบ 5 หมู่ และสัดส่วนของสารอาหารทั้ง 5 หมู่ต้องมีสัดส่วนแบ่ง :
โปรตีน : ไขมัน เป็นเท่านั้นเท่านี้ แต่ถ้าคนที่เข้ามาในคอร์สบำรุงสุขภาพ
คอร์สนี้กำลังขาดน้ำอย่างรุนแรง เราก็ต้องให้อาหารที่มีน้ำเยอะหน่อย แล้ว
สารอาหารอื่นๆ ค่อยตามมา นี่คือเป้าหมายของชั้นเรียน ซึ่งแน่นอนก็ต้อง
ปรับพอสมควรทีเดียว มีความซับซ้อนของความต้องการที่ทับซ้อนกัน
อยู่ ขณะนี้โลกกำลังต้องการอะไร ประเทศกำลังต้องการอะไร ภาควิชา
อยากจะได้อะไร แล้วนักศึกษาแต่ละคนอยากจะได้อะไร แล้วเรา-ผู้สอน
จะจัดสรรให้ทุกสิ่งลงตัวได้อย่างไร สิ่งเหล่านี้ท้าทายมาก เพราะนักศึกษา
แต่ละคนก็มาในภาวะ ในความพร้อมที่แตกต่างกัน

จากประสบการณ์ของผม นักศึกษาบางคนเข้ามาเรียนก็มีความ
บาดเจ็บอยู่พอสมควร เขาอาจจะบาดเจ็บกับระบบการศึกษาที่ผ่านมา

นี้ หรือบาดเจ็บจากครอบครัว ซึ่งแน่นอนว่าหากเป็นอย่างนั้น นักศึกษาเหล่านี้เขาก็ไม่ได้ต้องการที่จะเรียนรู้ใดๆ ในสิ่งที่ผมพูดมามากนัก หน้าที่ของผมก็คือต้องเยียวคนเหล่านี้ให้เขามีเรี่ยวแรงพอที่จะเรียน พอที่เดินไปข้างหน้า พร้อมกันนั้นก็มึ้นักศึกษาบางคนที่ฟิตมาเต็มที่ เขาอยากจะทำอะไรๆ อยากจะไปเร็วๆ ดังนั้นจะอย่างไรให้เขาได้เรียนรู้ว่าการดูแลกันมันสำคัญและจำเป็นต่อชีวิต

ทุกคนเข้าชั้นเรียนด้วยความคาดหวังต่างๆ กัน บางคนเข้ามาเรียนเพราะคิดว่าวิชานี้ให้เกรดง่าย และก็มีบางคนที่ตั้งใจเข้ามาเพราะต้องการค้นหาความหมายของชีวิต มีบางคนพยายามทำการบ้านด้วยการไปสำรวจความเห็น ความเป็นมาของชั้นเรียน ไปถามรุ่นพี่ และก็มีบางคนที่ไม่รู้จะลงวิชาอะไรแล้ว ก็เลยต้องลงวิชานี้เพื่อจะได้จบ ฉะนั้นนักศึกษาคาดหวังต่อชั้นเรียนไม่เหมือนกัน ไม่เท่ากัน และมีความพร้อมที่จะเรียนไม่เหมือนกัน



อาจารย์วิเศษ บำรุงวงศ์ อาจารย์ช่วยสอนประจำวิชา NREM16

นักศึกษาปี 3 และนักศึกษาปี 4 ค่อนข้างวิกฤติพอสมควรเพราะใกล้จะเรียนจบ ถ้าเขาจบการศึกษาโดยไม่มีเครื่องมืออะไรติดมือออกไปเลยชีวิตจะยาก ซ็อค มิน แล้วก็สูญเสียความเป็นตัวเอง บางทีผมมองวิชานี้เป็นคล้ายๆ วิชาสุดท้ายในมหาวิทยาลัย เพื่อให้เตรียมตัวเองว่าจะยังไ้กับชีวิต

จากประสบการณ์ของตัวเอง ผมมี passion ด้านสิ่งแวดล้อมตั้งแต่เรียนมัธยม อ่าน An Inconvenient Truth ของอัล กอร์ ผมอยากจะช่วยโลกด้วยการเรียนชีววิทยา ผมเรียน เรียน เรียน ซึ่งคะแนนก็ดีมากครับ ผมได้รับทุนจากมหาวิทยาลัย 2 ทุน

ทุนแรกคือทุนเรียนจนจบปริญญาตรี ทุนที่สองคือทุนเพื่อวิจัยที่สหรัฐอเมริกาแล้วมีเงื่อนไขว่าให้เรียนต่อจนจบปริญญาเอกในสาขาที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนั้น (งานวิจัยของ อ.วิเศษ ในขณะนั้นคือการผลิตพลังงานทางเลือกจากสาหร่าย) ซึ่งผมก็ไปทำวิจัยครับ เป็นจังหวัดระยองต่อของปี 3 - ปี 4 มีจังหวัดหนึ่งที่กำลังทำแล็บอยู่คนเดียว จู่ๆ ก็เกิดคำถามขึ้นมาว่า “ฉันมีความสุขกับสิ่งที่กำลังทำนี้จริงๆ หรือ เราจะสามารถทำสิ่งเหล่านี้ไปได้ตลอดชีวิตหรือเปล่า” ซึ่งจังหวัดนั้นเป็นช่วงที่เราได้อยู่คนเดียว ความคิดหลายๆ อย่างเริ่มตกตะกอน แล้วก็มีการตอบที่ชัดเจนขึ้นมากว่า “ไม่ใช่” ทันทีที่ความรู้สึกนี้ขึ้นมา ผมพบว่า หลายเรื่องที่ผ่านมาผมผิดไปหมด ผมมีแต่คำถาม พอกลับมาที่พอดีคลาสของอาจารย์เปิด ผมก็ลงทะเบียนเข้าเรียนซึ่งเป็นทั้งการเยียวยา และเป็นการค้นตัวเองในระดับลึก เช่น แรงแบบดาลใจของเราคืออะไรกันแน่ อะไรคือสิ่งที่เรายอมลงแรงเพื่อให้ได้มา เป็นจังหวัดที่ความเชื่อบางอย่างถูกท้าทาย ได้เห็นความซับซ้อนของระบบโลก

คณะวิทยาศาสตร์ไม่ได้เป็นคณะที่ทุกคนที่เข้ามาเรียนอยากเป็นนักวิทยาศาสตร์ แต่เป็นคณะที่ผู้เรียนต่างก็มีจุดประสงค์ที่หลากหลาย บางคนเข้ามาเพราะอยากจะได้วุฒิการศึกษาเพื่อจะได้ไปทำงานที่ระดับหนึ่ง บางคนเข้ามาเพราะเอ็นทรานซ์เข้าคณะอื่นไม่ได้ และก็อาจจะมีความที่เข้ามาเพราะอยากเป็นนักวิทยาศาสตร์จริงๆ พอแต่ละคนมาด้วย



เป้าประสงค์ที่ต่างกัน เข้ามาจากประตูที่แตกต่างกัน มันจึงไม่ง่ายเมื่อใกล้จะจบออกไป เพื่อนของผมหลายคนตัดสินใจเรียนต่อทั้งที่ไม่ได้มีความสุขนัก บางคนก็ไม่เต็มใจที่จะทำอย่างนั้น บางคนหลงทาง เรียนเพราะไม่รู้ว่าจะไปทำอะไรดี เลื่อนเวลาการเป็นเจ้าของชีวิต เลื่อนเวลาที่ตัวเองจะต้องรับผิดชอบชีวิตตัวเองออกไป

ผมอยากให้เขาเอาชีวิตตัวเองกลับมา อยากให้เขาเป็นเจ้าของชีวิตของตัวเอง เพราะการศึกษาของประเทศเราไม่ได้สอนให้เราเป็น**เจ้าของชีวิต** กำหนดชีวิตตัวเองได้ มีเงื่อนไขมากมายจนรู้สึกว่าคุณไม่มีทางเลือก การที่จะทำให้เขาเห็นชีวิตตัวเอง ตัดสินใจเลือกชีวิตตัวเองได้ด้วยเจตจำนงเสรี เห็นว่าทุกคนต่างก็มีชีวิตที่สวยงามในแบบของตัวเอง คลาสจะมีส่วนช่วยให้เขาหาสิ่งนี้ด้วยตนเองครับ



ทำไมคุณจึงสนใจวิชานี้
คุณต้องการอะไร
คุณจะให้อะไรได้บ้างในชั้นเรียนนี้
ทำไมผู้สอนจึงควรรับคุณเข้าเรียน

II

เปิดชั้นเรียน

(เกณฑ์และวิธีการรับนักศึกษาเข้าเรียน)

ชั้น

เรียน NREM ชั้นชื่อว่า เป็นชั้นเรียนที่แปลกทั้งรูปแบบและกระบวนการเป็นทีกเล่าขวัญในแวดวง ลำดับแรก ผู้ที่สนใจจะต้องส่งใบสมัครด้วยการเขียนบทความย่อ หรือตอบคำถามด้านล่างนี้ เพื่อแจ้งความจำนงขอเข้าเรียน จากนั้นผู้สอนจึงจะพิจารณาและตอบรับว่าจะได้เรียนหรือไม่

ทำไมคุณจึงสนใจวิชานี้ คุณต้องการอะไร

คุณจะให้อะไรได้บ้างในชั้นเรียนนี้

ทำไมผู้สอนจึงควรรับคุณเข้าเรียน

ผู้ที่ได้ตอบรับจะได้ทดลองเรียนในวันแรกเพื่อรับทราบข้อตกลงในการเรียนวิชานี้ตลอดเทอม ได้เห็นรูปแบบและวิธีการสอน รับรู้การบ้านที่จะต้องทำ รวมถึงการอ่านหนังสือนอกเวลา การลงมือทำโครงการงาน (Action project) ท้ายชั่วโมงของการทดลองเรียนในวันแรก นักศึกษาจะได้ถามข้อสงสัยทั้งหมด เมื่อมาถึงขั้นนี้ หากผู้เรียนต้องการถอนตัวก็สามารถทำได้ทันที (และได้ค่าลงทะเบียนคืน) แต่หากยืนยันที่จะเข้าเรียนวิชานี้ ก็จะต้องสอบสัมภาษณ์จากคณะผู้สอน ถ้าผ่าน จึงจะได้เข้าเรียนจริง

ทำไมจึงลงทะเบียนวิชา NREM

ผมชอบชื่อวิชา วันแรกที่เป็น Demo ให้ทดลองเรียนก็ชอบครับ รู้สึกว่าเปิดมุมมอง --- **นรุตม์ เหล่านิพนธ์** นักศึกษาชั้นปี 4 ภาควิชาวิทยา

หนูเป็นคนที่สนใจธรรมชาติอยู่แล้ว ได้ยินชื่อวิชาก็ชอบค่ะ คิดว่าคงจะได้เรียนว่าทรัพยากรมีกี่ชนิด เราจะดูแลอย่างไร แต่กลายเป็นว่าในห้องจัดโต๊ะเป็นวงกลม ดูคลิปวิดีโอ แล้วก็คุยกัน ตอนนั้นถามตัวเองในใจว่า ‘นี่เรียกว่าเรียนแล้วหรือ’ --- **จิตรณา เก่งการนา** นักศึกษาชั้นปี 4 ภาควิชาวิทยา

ผมเห็นปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่ทั่วไป เช่นการตัดไม้ทำลายป่า คนทิ้งขยะไม่เป็นที่ รวมๆ คือผมสนใจสิ่งแวดล้อมครับ ผมคิดว่าจะได้เรียนรู้ว่าน้ำเป็นอย่างไร ดินเป็นอย่างไร แสงเป็นอย่างไร เราต้องบริหารน้ำแบบนี้ ดินแบบนี้ ป่าแบบนี้ แต่พอเข้าเรียนจริง มันไม่ใช่ครับ ไม่ใช่เลย กลายเป็นว่าเรากลับมารับรู้ความเป็นคน รับรู้ความคิด รับรู้คำพูด เรากลับมาเชื่อมโยงเรื่องภายในตัวเราออกสู่ภายนอก --- **รัชพล ปลุกอ้อม** นักศึกษาชั้นปี 3 ภาควิชาวิทยา



ก่อนหน้านี้หนูเรียนวิชาการจัดการน้ำ หนูก็คิดว่าวิชานี้หนูจะได้เรียนเรื่องเกี่ยวกับการจัดการทรัพยากร (เพราะชื่อวิชาบอกอย่างนั้น) แต่พอเรียนแล้วกลับไม่ใช่ เราได้เห็นภาพรวมที่กว้างมาก เห็นความเชื่อมโยง ที่สำคัญคือเห็นต้นเหตุ หรือรากของปัญหาว่ามันอยู่ที่ความต้องการของเรา ---

สัณห์สินี บุญกิจ นักศึกษาชั้นปี 3 ภาควิชาชีววิทยา

ประการแรกคือผมสนใจชีววิทยา ชีววิทยาสอดคล้องกับความสนใจของผม ประการที่สองคือ เมื่อเทอมต้น ผมเรียนวิชา Local Science ผมเห็นความเชื่อมโยงของสองวิชานี้ ผมไม่อยากจะรอให้ตัวเองถึงปี 4 กลัวว่าถึงตอนนั้นผมจะมีเวลาไม่พอ และผมรู้ด้วยว่าปีก่อนหน้านี้อาจารย์ไม่เปิด --- ผมสนใจชีววิทยาคับ แต่มากกว่านั้นก็คือ ผมสนใจวิธีการสอน --- **สุทธิคุณ แฝงผ่องใส** นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ภาควิชาชีววิทยา

NREM เปิดครั้งแรกตั้งแต่ปี 2004 ผ่านมา 12 ปีแล้ว อาจารย์มองชั้นเรียนนี้อย่างไร

ความจริงมีชั้นเรียนแรกเริ่มในปี 2002 ชื่อ Natural Resource Management มีคนเรียนไม่ถึง 10 คน ช่วงปี 2000 - 2001 ตัวผมมีงานวิจัยอยู่ที่สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา (LDI) พร้อมกันนั้นก็มีการสอนเกี่ยวกับวิธีวิจัยและสิทธิมนุษยชน รวมถึงสำนักงานกองทุนสนับสนุนงานวิจัย (สกว.) ก็ชวนให้ผมทำวิจัยต่อเนื่อง ดังนั้นต้นทุนของชั้นเรียนนี้เชื่อมโยงผ่านตัวผม ผ่านงานวิจัยที่ผมทำ ซึ่งมักเป็นประเด็นด้านสิ่งแวดล้อมศึกษา

ที่ยึดโยงกับชุมชน การเปลี่ยนแปลงในเชิงคุณค่า ความรู้ และพฤติกรรม
ต่อสิ่งแวดล้อม งานวิจัยในด้านชุมชนท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน ซึ่งผมเชื่อว่า
นักศึกษาวิทยาศาสตร์แทบไม่มีชุดความคิดเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้เลย
ความคิดเรื่องชุมชนท้องถิ่นและปราชญ์ชาวบ้านเป็นศูนย์ (zero) คือ
ไม่รู้จักเลย

การที่ผมได้เห็นการเรียนรู้แบบตะวันตก ทั้งในระดับโรงเรียน
ประถม มัธยม มหาวิทยาลัยว่าเขาเห็นการจัดกระบวนการเรียนการสอน
อย่างไร เห็นการบ่มเพาะแบบ พสวท.¹ คือฝึกให้ทำงานหนัก สร้างความรู้
ด้วยตนเอง มีมุมมองของผู้หลักผู้ใหญ่เช่น ศ.นพ.ประเวศ วะสี
ศ.เสนห์ จามริก ศ.ระพี สาคริก ศ.นพ.ประสาน ต่างใจ เครือข่าย
จิตปัญญามหาวิทยาลัยมหิดล เหล่านี้เป็นต้นทุนที่มีอยู่ซึ่งอาจจะต่าง
จากอาจารย์ทั่วไป

ชั้นเรียน NREM ของผมแต่ละปี ไม่มีปีไหนเหมือนกันเลย (หัวเราะ)
นี่อาจจะเป็นทั้งจุดอ่อนและจุดแข็งไปพร้อมๆ กัน แต่สิ่งที่ไม่เปลี่ยนคือ
**การพาคนให้รู้จักตัวเอง พัฒนาศักยภาพตนเองไปถึงจุดสูงสุดเท่าที่จะเป็น
ไปได้** เช่นส์ของชั้นเรียนเน้นย้ำ ถึงการที่ผู้สอนกับผู้เรียนกำลังเดินทางไป
ด้วยกัน ดังนั้นองค์ประกอบด้านความพร้อมของผู้เรียน ความสนใจของผู้
เรียนจึงมีผลกับชั้นเรียนมาก บริบททางสังคมที่เปลี่ยนไป ทำให้ theme
ในการสอนก็ต้องเปลี่ยนไปด้วย บางปีผมใช้ กฎบัตรโลก (Earth Charter

1 โครงการส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

for Nature) เป็นเครื่องมือในการดำเนินไปของชั้นเรียน ซึ่ง theme ของชั้นเรียนก็มีผลต่อการเรียนมาก

ในอดีตชั้นเรียนของเรามี 3 วิชาที่มีลักษณะการสอนคล้ายกัน แต่จุดเน้นต่างกัน การมีหลายรายวิชาก็เพื่อให้นักศึกษาที่ต้องการเรียนต่อเนื่องสามารถลงทะเบียนได้

NREM – Natural Resource & Environmental Management การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

EETP – Environmental Education: Theory & Practice สิ่งแวดล้อมศึกษา ทฤษฎีและปฏิบัติ

ในการเรียนวิชานี้เราก็จะมีคำพูดถึงคำว่า “กระบวนการเรียนรู้” ได้บ่อยกว่า และ มากกว่า วิชาอื่น ๆ เพราะทุกคนก็มีความคาดหวังว่าจะมีการศึกษาและเรียนรู้ภายในวิชานี้

IA2B – Interdisciplinary Approaches to Biodiversity การศึกษาความหลากหลายทางชีวภาพจากสหวิทยาการ

การพาคนให้รู้จักตัวเอง พัฒนาศักยภาพตนเองไปถึงจุดสูงสุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ถ้าจะพูดในภาษาฝรั่งก็คือ self-actualization ภาษาไทยก็คือ การตื่นรู้ หรือการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผมเชื่อเรื่องการให้โอกาสทุกคนอย่างเท่าเทียม แต่พร้อมกันนั้นผมก็เชื่อเรื่องความพร้อมของแต่ละคน **ที่มีไม่เท่ากัน** ผมพยายามสร้างเงื่อนไขให้ทุกๆ คนเข้าถึงกระบวนการในหลากหลายมิติ เพื่อให้เข้าถึงสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง ธรรมชาติของแต่ละคน

ไม่เหมือนกัน พร้อมไม่เท่ากัน สำหรับบางคนที่ยังไม่พร้อม เขายังไม่เปิดใจต่อการเรียนรู้เราจะไปดันมากก็ไม่ได้ แต่ผมยืนยันได้ว่า **พันธะสัญญาของชั้นเรียนนี้คือเราจะพาทุกคนเดินทางไปด้วยกัน** คนที่พร้อมมากก็จะเดินทางได้ไกล แต่เราต้องไม่ลืมว่า มีคนจำนวนไม่น้อยที่เขาไม่ได้อยากจะไปไหน บางปีนักศึกษาในชั้นเรียนของผมได้ A ทั้งห้อง เพราะเขาตั้งใจกันจริงๆ แต่บางปีก็ไม่ได้เป็นอย่างนั้น บางคนไม่ตั้งใจ เขาไม่ได้อยากเรียนรู้ เขาลงทะเบียนเพราะอยากได้เกรดเท่านั้นเอง

เกณฑ์ในการคัดเลือกนักศึกษาเข้าชั้นเรียน NREM คืออะไร

ผมคิดเสมอว่า ความแตกต่างหลากหลายในห้องเรียนคือความแข็งแกร่ง ไม่ใช่จุดอ่อน แต่ข้อสำคัญคือทุกคนต้องมีพันธะสัญญาต่อกัน **คำถามก่อนเข้าเรียนเป็นการยืนยันว่าเขาต้องการเรียนรู้** ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับผม การที่จะรับนักศึกษาเข้าชั้นเรียน ผมไม่ได้สนใจว่าเขาเป็นเด็กเรียนเก่งหรือเรียนไม่เก่ง แต่การยืนยันว่า ต้องการเรียน สำคัญมาก

ชั้นเรียนเป็นห้องจำลองของโลกที่ประกอบด้วยคนแตกต่างหลากหลาย คนที่ไปได้เร็วควรจะเรียนรู้ว่า เขาจะเรียนรู้ได้อย่างไรพร้อมกับเพื่อนที่ช้ากว่า และเขาจะเรียนรู้จากเพื่อนที่เรียนช้าได้อย่างไร นี่เป็นส่วนสำคัญมาก โลกจะอยู่ได้ด้วยการพึ่งพากันของคนที่ได้เร็วและไปได้ช้า ผมไม่ได้หมายความว่าอะไรดีกว่ากัน แต่ผมให้ความหมายของความเร็และความช้าคล้ายกับสองสีที่แตกต่างกัน เช่น สีแดงกับสีฟ้า เป็นสองสีที่แตกต่างกัน แต่ไม่ได้แปลว่าอะไรดีกว่ากัน

หนูรู้สึกว่าการเรียนนี้มีความหลากหลายเยอะมากกกก แม้ว่าเพื่อนๆ ที่มาเรียนนี้จะอยู่ในภาคเดียวกันเยอะ แต่พอเรียนแล้วก็จะรู้ว่า เฮ้ย! เราไม่เหมือนกันเลย --- **นภัสสร บุญดี นักศึกษาชั้นปีที่ 3**

เมื่อเราได้มานั่งฟังกันจริงๆ แลกเปลี่ยนกัน พวกเราแต่ละคนต่างก็มีความต่างช่วยทำให้มุมมองเปิดออก วิวของพวกเราต่างกันในห้องเรียน มีพวกหนู (นศ.ปี 3 และ นศ.ปี4) มีอาจารย์เอเซีย (ดร.สรยุทธ รัตนพจนารถ) มีพี่เก็ก (อ.วิเศษ บำรุงวงศ์) เวลาที่แบ่งปันมุมมอง มันทำให้เราเห็นกว้างขึ้น มีคิดให้เราหันกลับไปปรับใช้ตลอดเวลา --- **จิตรณา เก่งการนา นักศึกษาชั้นปีที่ 4**

วันแรกที่เข้าเรียน ผมเห็นพีเอิร์ธ (นรุตม์) พีแมงปอ (จิตรณา) ก็รู้สึกหุ่ย อยู่บ้าง---พี่เขาเรียนเก่ง แต่ก็มีบางอย่างให้เรากลับมาตั้งหลัก บอกตัวเองว่า เราต้องเต็มที่กับคลาสนี้ การเรียนคละทำให้เราได้รู้จักเพื่อนของเรามากขึ้น ได้เห็นมุมมองที่กว้างขึ้น บางทีที่เราคิดว่าเขาแปลก เขาประหลาดจริงๆ แล้วมันเป็นความคิดของเราเองต่างหาก ชั้นเรียนนี้ทำให้ได้เปิดการรับรู้เพื่อเข้าใจกันมากขึ้น --- **รัชพล ปลุกอ้อม นักศึกษาชั้นปีที่ 3**

คลาสนี้ไม่ได้ทำให้ผมรู้สึกว่ามีคนเรียนเร็ว-เรียนช้า ไม่มีความรู้สึกว่ามีคนเก่ง-คนไม่เก่ง ตัวผมรู้สึกว่าเรื่องบางเรื่องที่เพื่อนบางคนไปซ้ำๆ ช่วยให้เขาหยุดเพื่อบมองอย่างรอบด้านมากขึ้น มองระหว่างทางมากขึ้น ทำให้เราเห็นบางอย่างที่ไม่เคยเห็น เดียวนี้เวลาอยู่ที่บ้านและผมต้องสอนน้อง ก็ทำให้เห็นว่าบางเรื่องที่น้องเหมือนตัวเรา ซึ่งเมื่อก่อนเราไม่เคยมองเห็นเลย เพราะเราไม่ได้สังเกต --- **นรุตม์ เหล่านิพนธ์ นักศึกษาชั้นปีที่ 4**



ก่อนเข้าไลน์การผลิต
นักศึกษาแต่ละคนอาจจะ
เป็นปลาจะละเม็ด ปลาทูน่า
ปลากระเบน ปลาเกะพง
แต่ผลผลิตสุดท้าย
เราต้องได้ปลาชาร์ดิน
กระป๋อง ครูก็ต้องทำตัว
ซำๆ ไม่รู้สึกรู้สากับความ
เจ็บปวดของนักศึกษา
ที่เป็นปลากระเบน
ที่ตัวแบนๆ แล้วต้อง
พยายามห่อตัวให้กลม
เพื่อจะลงกระป๋อง
ให้ได้

ดร.สรยุทธ (เอเชีย) รัตนพจนารักษ์
เจ้าของชั้นเรียน NREM

III

บทเรียนและการเรียนรู้

การเรียนการสอน ในชั้นเรียน NREM

คลาสนี้โดยรูปแบบก็เหมือนไม่ได้สอนนะคะ ไม่มีเลคเชอร์เราล้อมวงคุยกัน แต่หนูก็แปลกใจว่าถ้าไม่มีการสอนแล้วความรู้นั้นมาจากไหน เพราะหนูรู้สึกว่ามันได้ความรู้ตลอดเวลา และได้ทุกครั้งเมื่อเข้าเรียน --- มันอาจจะเป็นการเรียนรู้รูปแบบใหม่หรือเปล่าคะ? หนูก็ไม่รู้ --- **จิตรา เก่งการนา นักศึกษาชั้นปี 4**

ตอนแรกหนูรู้สึกว่าอาจารย์ไม่ได้สอน หนูรู้สึกอย่างนั้น พวกเรามา นั่งคุยกัน เหมือนให้พวกเราเรียนรู้กันเอง อาจารย์ไม่เคยสรุปความรู้ให้เรา บางทีก็ลงว่าจะสอนอะไร แต่พร้อมกันนั้นอาจารย์ก็คอยไต่ คอยแนะ หนูก็แปลกใจว่าพวกเราที่แค่นั่งคุยกันแต่ทำไมเราไม่ออกนอกทาง --- **สัณห์สินี บุญกิจ นักศึกษาชั้นปี 3**

บางทีอาจารย์ก็แนะนำแต่เราไม่เชื่อ เราจะทำแบบที่เราอยากทำ แล้วเราก็ได้เห็นเองเลยว่ามันไม่โอเค ไปต่อไม่ได้ แล้วเราก็ได้เรียนรู้ บางทีอาจารย์ก็จะบอกค่ะว่า ‘เตือนแล้วไงว่าผิด’ แต่เขาก็ไม่ได้ห้ามเด็ดขาดนะคะ ให้เราตัดสินใจเอง พอผิดก็...ก็ได้เรียนรู้ (หัวเราะ) --- **นภัสสร บุญดี นักศึกษาชั้นปีที่ 3**

ผมว่าคลาสนี้ไม่ค่อยมีอาจารย์ --- แม้ว่าจะมีทีมสอนตั้ง 3 คน ก็เถอะ เหมือนทีมอาจารย์มาเป็นทีมโค้ชครับ คอยแอ็บขวา แอ็บซ้าย ไม่เคยมีอาจารย์คนไหนบอกเลยว่ากระบวนการโดยสรุป สมบูรณ์ มันเป็นอย่างนี้ ต้องทำอะไร ไม่มีอะไรเหมือนที่เราเคยเรียนมา การมีผู้สอนแบบนี้ก็ดีนะครับ ช่วยลดช่องว่างได้เยอะมากเลย --- **รัชพล ปลุกอ้อม นักศึกษาชั้นปีที่ 3**



ภาพรวมของการเรียน-การสอน

ชั้นเรียน NREM เรียนในวันพุธช่วงบ่าย ตั้งแต่เวลา 13.30-16.30 น. (ซึ่งมักจะเลิกจริงหลังจากนั้นเสมอ) รูปแบบที่แตกต่างจากชั้นเรียนอื่นๆ อย่างเห็นได้ชัดก็คือ การจัดที่นั่งเป็นวงกลมพอดีกับจำนวนผู้เรียนและผู้สอน ทุกคนหันหน้าเข้าหากัน คุยในรูปแบบของสุนทรียสนทนา (Dialogue) แทบจะเรียกได้ว่าเป็นชั้นเรียนที่ไม่มีการบรรยายเลย และไม่มีการสอบ วัดผลปลายภาค

ถ้ารูปแบบการเรียนการสอนหมายถึง นักศึกษาหันหน้าเข้าหา กระดาน อาจารย์ทำหน้าที่ฉายแผ่นใส หรือใช้ PowerPoint รูปแบบในชั้นเรียนนี้ก็คือการล้อมวงหันหน้าเข้าหากัน รูปแบบที่คาดเดาได้ ทำเหมือนกันทุกครั้งที่มาชั้นเรียน มี 3 ประการ คือ **Tune in, Check-in, Check-out** ส่วนกิจกรรมการเรียนการสอนอื่นๆ ปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ และแน่ใจได้ว่าแทบจะไม่มีการบรรยาย (Lecture)

นำเข้า (Tune in) เป็นช่วงเวลาสั้นๆ 3-5 นาทีให้ทุกคนได้กลับมาอยู่กับเนื้อกับตัว (บางคนเรียกว่าขั้นตอนการประกอบร่าง) ‘*นำใจมาอยู่กับกาย*’ จะเรียกว่าเป็นการภาวนาก่อนเริ่มเรียนก็คงจะได้

เช็กอิน (Check-in) คือการบอกเล่าความรู้สึก ความพร้อม หรือไม่พร้อมของตนเองในขณะนี้ให้สมาชิกในชั้นเรียนได้รับรู้ร่วมกัน บางคนอาจจะเริ่มด้วยการบอกว่า “เมื่อคืนนอนหัวค่ำวันนี้จึงพร้อมเรียนมากค่ะ” ในขณะที่บางคนอาจจะบอกว่า “เมื่อคืนหลับหนูมีปัญหาก็เพิ่งเข้านอนเมื่อ



ตอนตีสี่นี้เอง แล้วก็เริ่มเรียนวิชาแรกตอนแปดโมง ถ้าง่วงมาก หนูขออนุญาต
ยืมเรียนนะคะ” จากนั้นผู้สอนจึงจะแจ้งบทเรียน และการเรียนการสอนใน
วันนั้นๆ เช่น จะพูดคุยกันในหัวข้อที่แต่ละคนไปอ่านมา หรือจะเปิดโอกาส
ให้นักศึกษานำเสนอการบ้าน หรือซักถามข้อข้องใจเกี่ยวกับโปรเจกต์ ฯลฯ

เช็คเอาท์ (Check-out) ทำใน 20-30 นาทีสุดท้ายก่อนเลิกชั้นเรียน
ทุกครั้ง แต่ละคนจะได้พูดถึงการเรียนรู้ของตัวเองตลอด 3 ชั่วโมงที่ผ่านมา



มาว่า เขาเรียนรู้ในประเด็นไหนเป็นพิเศษ รู้สึก ‘โดน’ ในเรื่องอะไร หรือ
สภาวะตัวเขาในขณะนี้ (หลังจากเรียนมาแล้ว 2-3 ชั่วโมง) เป็นอย่างไร
บ้าง บางคนเช็คอินแรกเข้าว่าเหนื่อยมาก แต่เช็คเอาท์ว่ารู้สึกมีพลัง บาง
คนเช็คอินด้วยท่าที่สบายๆ แต่เช็คเอาท์ว่ารู้สึกมีนตริะระคิดว่าต้องกลับ
ไปทำการบ้านกับตัวเองในบางเรื่อง บางคนพูดถ้อยคำประทับใจที่ได้ฟังใน
คลาสวันนี้ หรือบางคนเผยเรื่องราวที่พูดได้ยากในช่วงเวลานี้ ฯลฯ

การสะท้อนตัวเอง (Self Reflection) เป็นหัวใจสำคัญอีกเรื่องหนึ่งของชั้นเรียนนี้ วิชาที่ว่าด้วยเรื่องการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ซึ่งการสอนเรื่องนี้ให้เกิดผลจะไม่ใช่เพียงแค่การท่องเนื้อหาวิชา แต่เขาต้องเห็นว่าทรัพยากรธรรมชาตินั้นถูกจัดการโดยมนุษย์ และสิ่งที่ทำลายการแก้ปัญหาในปัจจุบันนั้นไม่ได้อยู่ที่เทคนิค เทคโนโลยี แต่อยู่ที่ว่ามนุษย์ไม่มีความสามารถในการจัดการตัวเอง ถ้ามนุษย์จัดการตัวเองเป็น สิ่งแวดล้อมก็จะดีขึ้นมาก

ถ้ามนุษย์มีความสามารถที่จะจัดการความโลภ ความโกรธ ความน้อยเนื้อต่ำใจที่มีอยู่ในตัวเองได้ ปัญหาสิ่งแวดล้อมก็จะดีขึ้นมากหรือหมดไปเลยด้วยซ้ำ ดังนั้นถ้าผู้เรียนสนใจการแก้ปัญหาและการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ เขาจะต้องเข้าใจมนุษย์ และเพื่อให้เขาเข้าใจมนุษย์ เขาต้องเข้าใจตัวเอง

ปัจจุบันนี้คนมักจะเข้าใจว่าปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นเรื่องข้างนอก ไม่เกี่ยวอะไรกับตนเอง หลายคนรู้ว่าปัญหามีอยู่แต่ไม่คิดว่าตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของปัญหา หลายคนรู้ว่าสังคมแย่ การเมืองไม่ดี แต่ตัวเราไม่เกี่ยว เราเป็นคนดี แต่หากได้กลับมาทำความเข้าใจตัวเอง เข้าใจตัวเอง ก็จะเริ่มเข้าใจคนที่อยู่ในบริบทและโครงสร้างที่เป็นอยู่ว่าทำไมเขาถึงคิดแบบนั้น เมื่อเข้าใจก็จะเริ่มมีมุมมองต่อการแก้ปัญหาใหม่ๆ ได้ ---แล้วเขาจะเข้าใจตัวเองได้อย่างไรเขาต้องสะท้อนตัวเองเป็น

อีกเรื่องหนึ่งก็คือ ชั้นเรียนนี้เป็นไปเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เนื้อหา วิชา เป็นพาหนะให้เราเข้าถึงบรรลุถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ ไม่ว่าเราจะเรียนสถาปัตย์ กฎหมาย วิศวกรรม ฯลฯ เราก็จะเข้าถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ ดังนั้นไม่ว่าเราจะเรียนวิชาอะไรก็ตามเราก็ควรสะท้อนตัวเองเป็น

ในอดีตเราอาจจะมีการวิชาที่ดูเหมือนพยายามจะให้เด็กๆ ได้รู้จักการสะท้อนและเชื่อมโยงตัวเอง เช่น วิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต (สพข.) วิชาสร้างเสริมลักษณะนิสัย (สสน.) แต่ด้วยระบบการเรียนก็ทำให้วิชาเหล่านี้เด็กๆ ต้องเรียนแบบท่องจำเพื่อไปสอบ ครั้นมาถึงใน



ระดับมหาวิทยาลัยโดยเฉพาะอย่างยิ่งในคณะวิทยาศาสตร์ซึ่งเราถูกสอนให้เป็น “ผู้สังเกต” ซึ่งกำลังดู “สิ่งที่ถูกสังเกต” ก็ยังทำให้เราแยกตัวเองออกมา การสะท้อนตัวเองเป็นประตูไปสู่ความเข้าใจตัวเอง เพื่อจะเข้าใจเพื่อนมนุษย์ แล้วจะได้เข้าใจปัญหา เข้าใจสิ่งแวดล้อมและรู้จักโลก

ตัวผมเองมีความถนัดในเครื่องมือบางชนิดเช่น การจัดวงสุนทรีสนทนา (Dialogue) ก็ใช้เครื่องมือนั้นมาดูแลชั้นเรียนนี้ จัดห้องเรียนเป็นวงกลม ทุกคนเห็นหน้ากันและกัน หรือการเขียนบันทึก (Journal) เปิดพื้นที่สำหรับบางคนที่ไม่ได้มีความถนัดหรือคุ้นเคยหรือพร้อมที่จะแบ่งปันในวงใหญ่ มีนักศึกษาหลายคนที่มีการดำรงอยู่ของเขาในชั้นเรียน กับตัวของเขาในบันทึก แทบจะเป็นคนละคนกัน คนบางคนในคลาสเงียบมาก แทบจะไม่พูดอะไรเลย แต่พอเขียนบันทึก เขาเขียนสะท้อนตัวเองได้ดีมาก รู้จักตั้งคำถาม ซึ่งทำให้ผมที่อยู่หลายครั้ง และในทางกลับกัน บางคนก็พูดในห้องดีมาก บุคลิกการพูดดีมาก แต่ในบันทึกกลับไม่มีอะไรน่าสนใจเท่าไรนัก

ในวิชานี้ การเรียนทุกครั้งคือการสอบ เพราะการเข้าเรียนทุกครั้ง มีการประเมิน ทั้งการประเมินเพื่อนและการประเมินตัวเอง เรียกว่ามี ทั้ง การสอบทานตัวเอง และการสอบทานกันและกัน หากเราสามารถที่จะสร้างเครื่องมือให้เขารู้จักกลับมาสำรวจตัวเอง สะท้อนตัวเองเป็น ก็จะช่วยเขาได้ในระยะยาวและเป็นหลักการเรียนรู้เพื่อจะตื่นรู้ด้วย พุทธศาสนาอาจจะเรียกว่า **โพชฌงค์**

ในการเรียนทุกๆ ครั้ง นักศึกษาจะได้ถามตัวเองว่าเขารู้อะไร และเขาไม่รู้อะไร การเรียนแบบไหน หรือการดำรงตนแบบไหนที่จะทำให้เขาเรียนดีขึ้น พัฒนาตัวเองดีขึ้น ทุกครั้งที่เข้าเรียนมีการเช็คอิน ให้กลับมาตรวจสอบสภาพร่างกายและจิตใจตัวเองว่าพร้อมต่อการเรียนไหม และก่อนจบชั้นเรียนมี เช็คเอาท์ ด้านหนึ่งก็เป็นการให้เขากลับมาตรวจสอบตัวเอง กลับมาเช็คดูว่าวันนี้เขาได้เรียนรู้อะไร อะไรที่ทำให้รู้สึกดี อะไรที่ทำให้เขารู้สึกแย่ในบันทึก (การบ้าน) ของเขา ผมให้เขาเล่าว่าเกิดอะไรขึ้นในชีวิต เขาได้นำความรู้ แนวคิด ทักษะ ที่เกิดจากห้องเรียนไปใช้ในชีวิตบ้างไหม

พวกเรา(ครู) ต้องตั้งคำถามอยู่เสมอว่า สิ่งที่เราจะทำให้ห้องเรียนนั้นเราจะทำไปทำไม เราจะทำสิ่งนี้เพื่ออะไร ทำไมทุกคนต้องหันหน้าเข้าหาอาจารย์ หรือเราจะหันหน้าเข้าหากัน ทำไมต้องเข้าเรียนตรงเวลา หรือจะต่างคนต่างเข้าเรียน ทำไมต้องฟังเวลาที่มีคนพูด สิ่งเหล่านี้เราอาจจะต้องชวนกันตั้งคำถาม รวมถึงถามว่าทำไมเราจึงต้องสอบ

โลกทัศน์แบบกลไกเข้ามาครอบงวนการศึกษา โลกทัศน์ที่บอกว่า เราต้องมีมาตรฐานเดียวกัน โลกทัศน์ของความเป็นวิทยาศาสตร์ที่บอกว่า การทดลองทางวิทยาศาสตร์นั้นไม่ว่าจะทำที่ไหน ประเทศไหน ก็ให้ผลเหมือนกัน --- โลกทัศน์แบบนี้แรงและส่งผลครอบงวนความเป็นมนุษย์ เวลาที่เราเป็นครู จะทำการสอน ก็ต้องมีมาตรฐานการศึกษา เมื่อสอนแล้วต้องได้แบบนี้

เมื่อลงมือทำ A จะต้องได้ผลลัพธ์เป็น B ถ้าผลลัพธ์ออกมาเป็น B C D ห้ามทำ โลกทัศน์แบบกลไกบีบให้ทุกๆ คนเป็นเหมือนๆ กัน แม้ว่าแต่ละคนจะไม่เหมือนกัน กระบวนการศึกษาจะทำให้ทุกคนจบออกมาแล้วเหมือนๆ กัน นี่คือการทำลายความเป็นมนุษย์ ทั้งความเป็นมนุษย์ของครูและความเป็นมนุษย์ของนักเรียน-นักศึกษา ครูบอกตัวเองว่าไม่ต้องใส่ใจอะไรมากนัก มีหน้าที่ผลิตนักศึกษาออกมา ก่อนเข้าไลน์การผลิต นักศึกษาแต่ละคนอาจจะกลายเป็นปลาจะละเม็ด ปลาทูน่า ปลากระเบน ปลากระพง แต่ผลผลิตสุดท้ายเราต้องได้ปลาชาร์ดินกระป๋อง ครูต้องทำตัวชาๆ ไม่รู้สึกรู้สากับความเจ็บปวดของนักศึกษาที่เป็นปลากระเบน ที่ตัวแบนๆ แล้วพยายามห่อตัวให้กลมเพื่อจะลงกระป๋องให้ได้ ครูต้องบอก(หลอก)ตัวเองว่า โลกก็เป็นแบบนี้แหละ เราทำอะไรไม่ได้หรอก --- ไม่เคารพความเป็นมนุษย์เลยนะครับ

จิตรา เก่งการนา:

หนูชอบชั้นเรียนนี้ค่ะ รู้สึกว่า
เป็นการเรียนรู้ที่เราหันหน้าเข้าหา
กัน เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการที่
เราคุยกัน เปิดให้เราฟังความเห็น
ที่หนูชอบที่สุดคือการฟังอย่าง
ลึกซึ้งที่ทุกคนต่างก็ฟังกันและ



กันโดยไม่ตัดสิน เพื่อนฟังหนูและไม่ตัดสินตัวเรา มันทำให้เรากล้าที่จะ
พูดออกไป ในชั้นเรียนอื่น บ่อยๆ ที่หนูต้องเก็บคำถามเอาไว้ ไม่กล้าพูด

ช่วงแรกก็งงเพราะเราคิดว่าจะเรียนแบบหนึ่งแต่เอาเข้าจริงอาจารย์
สอนอีกแบบหนึ่ง สิ่งที่รู้สึกว่าได้รับเป็นเรื่องคำพูดจากทีมอาจารย์ที่อยู่ใน
ในคลาส เป็นการแนะแนวทาง เป็นการบอก การสอน ที่หนูหยิบเรื่อง
เหล่านั้นมาใช้ในชีวิตได้ทั้งหมด เอาเข้าจริงแล้วคลาสนี้มีผลในเรื่องการ
ปรับปรุงตัวเอง อย่างเช่น การตรงเวลา หนูเคยรู้สึกว่าการเข้าสัก 5 นาที
เป็นเรื่องที่ยอมรับได้ แต่พออาจารย์พูดถึงความสำคัญการตรงต่อเวลา
เราได้แลกเปลี่ยนกันทั้งกลุ่ม ก็ยิ่งทำให้เห็นว่าเรื่องนี้สำคัญจริงๆ ไม่ใช่
เป็นเพราะว่าอาจารย์พูดว่าสำคัญ ไม่ใช่เรื่องการสอนของอาจารย์ แต่
ทั้งหมดนี้ **เราเห็นร่วมกัน**

หนูยังไม่เคยเจอชั้นเรียนไหนที่เปิดให้เราพูดคุย แสดงความเห็น
อย่างเป็นตัวเราเองได้มากเท่ากับชั้นเรียนนี้ แม้ว่าบางคลาสอาจจะมีการ

ทำงานเป็นกลุ่ม มีการเปิดให้แสดงความเห็น แต่เราก็เห็นว่ามียังบางคนเท่านั้นที่พูดและแสดงความเห็น แต่คนส่วนใหญ่จะไม่ออกความเห็นเลย ทำให้เราไม่รู้เลยว่าในใจของเขาเป็นอย่างไร มีอะไรในความคิดของเขา แต่ในชั้นเรียน NREM จะเห็นได้ว่าทุกๆ การกระทำของทุกคนมีความคิด มีความรู้สึก มีความเป็นตัวของตัวเองอยู่ทั้งนั้น และการได้รับรู้ก็ช่วยให้เรามีมุมมองต่อชีวิตที่ดี

หนูอยากให้มีการเรียนการสอนแบบนี้มากขึ้น แม้ว่าจริงๆ แล้วหนูก็ไม่รู้ว่าจะทำในภาพรวมได้อย่างไร แต่มันเป็นประโยชน์ ตัวหนูเองได้เรื่องการฟังมาก พอออกไปนอกชั้นเรียนเราก็ได้เจอคนที่ไม่ชอบฟัง เขาไม่ชอบฟังคนอื่น เขาพร้อมที่จะตัดสิน แต่ถ้ามีคลาสแบบนี้เพิ่มขึ้น ให้อธิบายการฟังมากขึ้น หลายอย่างก็อาจจะดีขึ้น

ดูเหมือนว่าคลาสนี้อาศัยใจ หรือ inner อะไรบางอย่างซึ่งไม่เกี่ยวกับความฉลาด การเรียนเก่งหรือไม่เก่ง ไปได้เร็วหรือไปได้ช้า หนูรู้สึกว่าคลาสนี้เป็นคลาสที่เราอาศัยข้อตกลงร่วม และการไปด้วยกันอย่างมาก อย่างเช่นการประเมินแบบฉันทามติ มีหลายสิ่งหลายอย่างที่ทำให้รู้สึกที่เราไปด้วยกันตลอดทาง

นฤณ์ เหล่านิพนธ์:

ผมรู้สึกว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นตลอดเวลาในชั้นเรียนของเรา คำพูดของเพื่อนแต่ละคนบอกอะไรกับเรา หรือแม้แต่ความเงียบที่เกิดขึ้นก็



บอกได้ว่ากำลังมีอะไร ความรู้นี้ आज
จะไม่ใช่ความรู้วิชาการ แต่เป็นความ
รู้เชิงทักษะที่เราสามารถนำไปปรับใช้
กับทุกๆ อย่างในชีวิต เป็นความรู้ที่
เป็นแกนกลาง เป็นแก่น แล้วเราเอาไป
ต่อยอด เอาไปปรับใช้ ขึ้นกับตัวของ

เราว่าจะเอาไปใช้ได้มากน้อยแค่ไหน

คลาสนี้ทำให้เราได้เห็นมุมมองของคนอื่นๆ ได้เห็นแนวคิด ได้เอา
ความคิดเหล่านั้นมาปรับใช้ในรูปแบบของเรา มันทำให้เราได้คิดว่า ‘เออ..มี
มุมมองแบบนี้อยู่ เราอาจจะลองมองประเด็นนั้นในมุมมองแบบนี้บ้างก็ได้’
ซึ่งก็อาจจะช่วยให้เราตัดสินใจได้ดีขึ้น ส่วนอีกเรื่องคือการฝึกเขียน คลาสนี้
ต้องเขียนการบ้านส่งทุกสัปดาห์ และเขียนรีวิวนำเสนอ (มีคนแชร์ว่าเรากับ
เป็นนักเรียนอักษรศาสตร์) ผมว่าก็ดีนะ เพราะพอเราใกล้จบเราก็ต้อง
เขียนเล่มเหมือนกัน เป็นการฝึกเรา ฝึกภาษา ฝึกการเรียบเรียงความคิด

การเรียนแบบนี้อาศัยเวลามาก ตัวผมเองต้องเรียนสักพักจึงเริ่ม
เข้าใจได้ว่าทำไมบริบทของห้องเรียนจึงเป็นแบบนี้ NREM ไม่ใช่การเรียน
ที่เลคเชอร์ 1 ชั่วโมงแล้วทุกคนได้เหมือนกัน แต่คลาส NREM เป็นการ
เรียนรู้แบบซึมซับไปทีละนิดๆ ประกอบเข้ามามีส่วนแล้วในที่สุดเราก็
จะเห็นภาพใหญ่ทั้งหมดร่วมกัน แล้วพอได้ปุ๊บก็ได้เลย เอาไปใช้ได้จริง



การฟัง 4 ระดับ

การฟัง 4 ระดับ เป็นบทเรียนแรกๆ ที่ทุกคนจะได้เรียนรู้และฝึกฝน ในชั้นเรียนนี้หากผู้เรียนไม่ฝึกฝนทักษะนี้ให้ดี การเรียนรู้ในชั้นเรียนนี้ ก็เป็นไปได้ยาก เพราะชั้นเรียนนี้อาศัยมุมมองที่หลากหลายซึ่งพื้นฐานของมุมมองที่หลากหลายคือการเปิดใจรับฟัง และการเท่าทันความคิดของตนเอง

ระดับที่ 1 I in Me การฟังที่ผู้ฟังยังคงอยู่กับตนเอง ยังมีเสียงในหัว ที่โต้ตอบกับเรื่องราวที่ได้ยิน หรืออยู่กับเรื่องราวในใจของตนเอง การฟังในระดับนี้มักเป็นการฟังผ่านๆ แต่จับใจความของเรื่องราวที่ฟังไม่ได้

การฟัง 4 ระดับ

I in Me



การจมอยู่กับตัวเอง

I in It



อยู่กับเนื้อหาเรื่องราว

I in You



สามารถเข้าไปรับรู้เขา

I in Now



อยู่กับทั้งหมด

รับรู้ตัวเอง เรื่องราว เขา และบริบท

ระดับที่ 2 I in It การฟังที่ผู้ฟังอยู่กับเรื่องราวที่รับฟัง จับใจความ
ได้ แต่ไม่ได้รับรู้บริบทอื่นๆ เช่น ความรู้สึกของผู้พูด ไม่สามารถรับรู้ถึง

ความหมายที่ผู้พูดอยากจะสื่อแต่ไม่ได้กล่าวออกมา

ระดับที่ 3 I in You การฟังที่ผู้ฟังสามารถรับรู้เรื่องราว ความรู้สึก และบริบทแวดล้อมของผู้พูด เกิดความเข้าใจลึกซึ้ง

ระดับที่ 4 I in Now การฟังที่ผู้พูดรับรู้เรื่องราว ความรู้สึก บริบทแวดล้อมของผู้พูด พร้อมๆ กับรับรู้บริบทและความรู้สึกของตนเอง(ผู้ฟัง) รวมถึงรับรู้บริบทแวดล้อมทั้งหมด

การฝึกทักษะการฟังในชั้นเรียน NREM นี้คือการพานักศึกษาให้รู้จักสังเกตทักษะการฟังของตนเอง และนำพาให้ทุกๆ คนได้ขยับมาฝึกทักษะการฟังในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งอาศัยการเปิดใจ การเท่าทันเสียงภายในของตัวเอง การเคารพผู้ฟัง ฯลฯ **ทักษะการฟังนี้เป็นทักษะพื้นฐานที่สำคัญที่สุดสำหรับการเรียนในชั้นเรียน NREM**

สัณห์สิณี บุญกิจ:

หนูรู้สึกว่าหนูเป็นคนพูดไม่เก่ง พูดไม่รู้เรื่อง ก็เลยไม่ค่อยกล้าพูดกับใคร แต่ในห้องอาจารย์ก็มักจะบอกว่าให้พูดออกมาเลย ซึ่งหนูไม่ชอบพูดสิ่งที่อยู่ในใจกับใคร เวลาใครถามก็มักจะบอกว่าไม่รู้ ไม่รู้อะไรเลย แต่เดี๋ยวนี้ก็กล้าขึ้น การพูดทำให้คนอื่นเข้าใจเรามากขึ้น การพูดทำให้เราสบายใจมากขึ้น



นกภัสสร บุญดี:

เมื่อก่อนหนูเป็นคนไม่ค่อยพูดค่ะ จะว่าเก็บกดก็ไม่เชิงแต่ก็รู้สึกอึดอัดบ้าง แต่หลังๆ มาเนี่ยพบว่าสิ่งที่เราคิดแล้วไม่ได้พูดบางทีก็ทำให้เรารู้สึกไม่ดี บางทีการตัดสินใจพูดออกไปก็อาจจะดีต่อเพื่อน ดีต่อเรา ดีต่อส่วนรวมมากกว่า

สุณีย์ ศิริโสภา:

หนูตรงข้ามค่ะ เพราะหนูกล้าพูดอยู่แล้วแต่หนูรู้สึกว่าหนูกล้าที่จะฟังมากขึ้น

กล้าที่จะรับฟัง

หนูเป็นคนแบบว่า หนูกล้าพูดเพราะหนูคิดมาดีแล้ว ประมวลผลมาแล้ว เก็บข้อมูลมาแล้วทุกคนน่าจะฟังหนู มันอาจจะ เป็นความรู้สึกอยากชนะ



ในคลาสที่ต้องเรียนเรื่องการฟังหนูอึดอัดมาก ไม่เคยคิดว่าจะต้องตั้งใจฟังใครมากขนาดนั้นเพราะปกติเรามีแต่เรื่องที่เราอยากจะพูด เราไม่ได้อยากจะฟัง มีอยู่ครั้งหนึ่ง เราจับคู่กัน คนหนึ่งพูดแล้วอีกคนหนึ่งฟัง หนูก็ว่าหนูฟังนะ (คือไม่พูด) แต่มันก็ลอยๆ แล้วอาจารย์ก็บอกว่าให้คนที่ฟังเมื่อสักครู่นี้พูดออกมาหน่อยว่าเพื่อนพูดว่าอะไรบ้าง --- ตอนนั้นหนูรู้สึกเลยว่า ‘ฉิบหายแล้ว’ หนูไม่ได้ฟัง หนูจับใจความไม่ได้เลย มันทำให้เห็นแพทเทิร์นการฟังของตัวเองในอดีต คือเวลาฟังหนูจับแต่คำบางคำ

จับคีย์เวิร์ด แล้วหนูก็สรุปเรื่องราวทั้งหมดเอง ซึ่งนั่นไม่ใช่การฟังหรือ

จากคลาสเรียนครั้งนั้น ‘เปลี่ยนเลยจ้ะ’ (หัวเราะ) หนูต้องคอยบอกตัวเองว่า “นี่! อยู่เน่ๆ ฟังก่อน ไอ้อ้วนเอ๊ย อยู่เน่ๆ ฟังเขา ฟังเขาก่อน” (หัวเราะ) หนูรู้สึกว่าการฟังให้ผลกับตัวหนูอย่างมาก หนูตั้งใจฟังมากขึ้นกับทุกๆ คน รวมถึงคนในครอบครัวด้วยโดยเฉพาะแม่ เมื่อก่อนหนูรู้สึกว่าแม่ขี้บ่น แต่เดี๋ยวนี้ถึงบ่นก็ฟังได้ (หัวเราะ)

แล้วเข้าใจแม่มากขึ้นไหม

หนูว่าหนูเข้าใจนะ คือหนูไม่ได้เข้าใจที่แม่หงุดหงิดหรือเข้าใจคำพูดของแม่ แต่หนูเข้าใจว่าแม่กำลังจะบอกอะไร บางทีแม่ดูแต่หนูก็ยิ้มนะ คล้ายๆ กับมันเห็นว่าเขาจะบอกอะไร แต่ตอนนั้นเขาบอกไม่ได้เพราะเขากำลังโมโห

รัชพล ปลุกอ้อม:

การฟังคนที่เขาอยากพูดก็เป็นทักษะที่ดีนะครับ มีคนบางประเภทที่เขาแค่อยากจะพูด พูดซ้ำๆ เรื่องเดิม 5 รอบ 10 รอบ พูดแต่เรื่องนั้นซึ่งแน่นอนว่ามันน่าเบื่อมาก แต่ถ้าเราตั้งใจฟังเขาจริงๆ แล้วบอกได้ว่า เราฟังเรื่องนี้มาหลายรอบแล้ว เขาอยากจะทำปัญหานี้ไหม หรือเขาอยากจะทำจากสถานการณ์นี้ไหม มันดีมากๆ นะครับ มันเป็นการช่วยเขาเหมือนกัน



--- ผมคิดว่าที่เขาพูดซ้ำๆ อย่างนั้นก็เพราะไม่เคยมีคนฟังเขาจริงๆ เลย
สักคน การฟังและการพูด เปลี่ยนผมมาก ผมคิดว่ามันช่วยให้ผมได้ดูแล
ความสัมพันธ์ ได้รู้จักเคารพความคิด

วิชา การสนทนา:

สิ่งที่ชอบมากในชั้นเรียน และเอาไปใช้ได้แน่ๆ คือการฟัง มันเป็น
สิ่งที่เราจะได้ช่วยทั้งคนอื่นและตัวเอง เมื่อก่อนเวลามีใครมาปรึกษาเราก็มักจะให้คำแนะนำ แต่เดี๋ยวนี้เห็นแล้วว่าการฟังจะช่วยเขาได้มากกว่า ซึ่ง
รวมถึงการฟังตัวเองด้วย บางครั้งการฟังตัวเองก็มาจากการเขียนบันทึก
ส่งอาจารย์ เขียนความรู้สึก เขียนสิ่งที่เกิดขึ้น ทำให้เราได้ทบทวน หนูเห็น
ว่า มันมีความรู้สึกชั่วคราวกับความรู้สึกที่เราผ่านการทบทวนแล้ว มันทำให้
เราเห็นว่าเราจะเอาอย่างไร จะไปต่อ หรือจะหยุด กลับมามีสติ ทบทวน
มากขึ้น

หนูยอมรับว่าตัวหนูก็ได้รับผลกระทบจากการเรียนในคลาสมากๆ
การกระทำแทบทุกอย่างในชีวิตประจำวันมันจะแฝงไปด้วยสิ่งที่เราได้
เรียนรู้จากในห้องและมันทำให้หนูอยากปรับปรุงตัวในหลายๆ อย่าง หนู
มองเห็นและยอมรับข้อเสียในตัวเองมากขึ้น หนูเปิดใจและรับฟังผู้อื่นอย่าง
ลึกซึ้งและไม่ตัดสิน จนค้นพบแล้วว่าทางนี้มันเป็นทางที่ดีมากที่สุดอย่าง
หนึ่ง ในการช่วยเหลือคนอื่น และสำหรับมุมมองด้านสิ่งแวดล้อมและ
โลกหนูคิดว่าการกระทำจากจุดเล็กๆ ที่แสดงออกมาว่าเราทำได้นี่แหละ

การฟังในวันนี้มันต่างจากการฟังที่เราเคยฟังมาตลอด หนูสามารถมีอารมณ์ร่วมกับผู้พูด สามารถจับประเด็นได้ว่าประเด็นไหนที่มันน่าสนใจ ประเด็นไหนที่เราเห็นด้วยและอยากเพิ่มเติมหรือเสริมตามความคิดของเรา ทำให้เราได้แง่คิดที่ต่างออกไป เห็นมุมบางมุมที่เราไม่ได้มอง หรือไม่เคยมองในมุมนี้อ คำพูดของเพื่อนในคลาสแต่ละคนมันมีคุณค่า มันสะท้อนถึงความสนใจและทำให้เกิด “ความเข้าใจร่วม” แบบที่พี่เล้งได้พูดไปเมื่อสัปดาห์ที่แล้ว ตามความรู้สึกของหนูจริงๆ หนูคิดว่า Dialogue ครั้งนี้มันสร้างทัศนคติที่ดีในตัวเอง มันไม่ใช่การสนทนาออกความเห็นที่ใครจะพูดก็พูดไป เราจะเลือกฟังหรือไม่ฟังก็ได้ แบบนั้นมันไม่อินเท่ากับ Dialogue หนูอาจจะยังหาเหตุผลที่ชัดเจนไม่ได้ว่ามันเกิดอะไรขึ้นกับทัศนคติที่เปลี่ยนไปต่อวงสนทนา แต่ตอนนี้หนูยืนยันไว้ก่อนได้เลยว่า มันเป็นเรื่องดีๆ ที่เกิดขึ้นแน่นอน

การบ้าน การอ่าน การเขียน



นักศึกษาในชั้นเรียน NREM16 (ปีการศึกษา 2559) ต้อง commit ที่จะต้องส่งงาน 3 ชิ้นหลักคือ

1. เขียนบันทึก (Journal) สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เพื่อส่งให้คณะผู้สอนอ่าน (ส่งสมุดทุกวันจันทร์ และจะได้สมุดคืนในชั้นเรียนของวันพุธ)

2. อ่านหนังสือ อิชมาเอล: จิตวิญญาณทศนาจร พร้อมเขียนรายงาน 3 ชิ้น เกี่ยวกับหนังสือนี้

- รายงานสรุปเนื้อหา ใจความหลัก ของหนังสืออิชมาเอล (Descriptive Review)
- รายงานการตีความหนังสืออิชมาเอล (Interpretative Review)
- บทความอิสระจากการอ่านหนังสืออิชมาเอล (Free Essays)

3. โครงการเพื่อการลงมือทำ 1 ชิ้น (Action Project) ในประเด็นที่ตนเองสนใจ นำเสนอในช่วงท้ายเทอม ไม่จำกัดเทคนิค

อิชมาเอล เป็นหนังสืออ่านนอกเวลาภาคบังคับของวิชา NREM ผู้เรียนจะต้องอ่านและเขียนการบ้านที่เกี่ยวกับอิชมาเอล 3 ชั้น ในชั้นเรียนก็จัดเวลาเพื่อพูดคุยถึงเนื้อหาและประเด็นต่างๆ ในเล่มหลายครั้ง ‘การอ่านให้แตก’ เป็นปัจจัยสำคัญซึ่งจะเพิ่มความเข้มข้นของชั้นเรียน

อิชมาเอล: จิตวิญญาณทัศน์นาจร เขียนโดย แดเนียล คิวินน์ แปลโดย กรรณิการ์ พรหมเสาร์ สนพ.โกมลคีมทอง

วรรณกรรมเรื่องนี้ดำเนินเรื่องผ่านบทสนทนาของ กอริลลากับมนุษย์ในบริบทครู-ศิษย์ แทรกแนวคิดและทฤษฎีสำคัญๆ ไว้อย่างแนบเนียน ครอบคลุมทั้งชุดความคิดด้านวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ ศาสนศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ วิวัฒนาการ และชุดความคิดด้านนิเวศวิทยาเชิงลึก (Deep Ecology) ซึ่งผู้อ่านสามารถค้นคว้าและพูดคุยเพิ่มเติมได้ที่ www.ishmael.com และ www.friendsofishmael.org



หนังสือเล่มนี้ทำงานกับคนทั้งในระดับความคิด
ความรู้สึก และสัญชาตญาณ --- นักศึกษาบางคน
อ่านอิซมาเอลแล้วรู้สึกซึ้งจนเขารู้สึกว่าอยู่ในเมือง
ไม่ได้ ต้องหลบเข้าไปอยู่ในป่าเป็นระยะ ไปอยู่ใน
ธรรมชาติ

สำหรับตัวผม ผมเห็นว่านักศึกษาคณะ
วิทยาศาสตร์มักจะได้อ่านแต่ข้อมูล ข้อเท็จจริง แต่
ผมคิดว่าเราน่าจะต้องรู้ประวัติศาสตร์ รู้การกำเนิด
ขึ้นของโลกและชีวิต รวมถึงประวัติศาสตร์ของ
มนุษยชาติด้วย แม้ว่ามุมมองในหนังสือนี้จะเป็น
แบบคริสต์แต่หลายเรื่องก็เป็นวิวัฒนาการของสังคม
มนุษย์จริงๆ เช่น เกษตรกรรม ปฏิวัติอุตสาหกรรม
การค้าขาย ซึ่งมีมิติทางวัฒนธรรมอยู่ องค์ประกอบ
เหล่านี้ทำให้แต่ละคนเข้าถึงหนังสือเล่มนี้ได้ต่างกัน
มีเซนส์ของความลึกลับนิดๆ มีเซนส์ที่น่าตื่นตาตื่นใจ
พร้อมกันนั้นหลายคนก็อาจจะรู้สึกว่ากำลังถูกตบหน้า
ก็มี ที่สำคัญคือหนังสือเล่มนี้เป็นเรื่องแต่งซึ่งน่าจะง่าย
สำหรับนักศึกษา





อิซมาเอล กับ ชั้นเรียน NREM

หนูไม่ใช่คนที่ชอบอ่านหนังสือ หนูเป็นเด็กที่โตมาแบบตั้งใจเรียน แล้วอิซมาเอลก็ไม่ใช่หนังสือที่เป็นตำราเรียนโดยตรง มันทำให้เราต้องคิดเยอะ ต้องตีความ หนังสืออ่านนอกเวลาเล่มสุดท้ายที่อ่านคือช่วงมัธยม จากนั้นก็ไม่ต้องอ่านอีก จนกระทั่งมาเรียนในคลาสนี้ การที่ได้อ่านหนังสือจนจบเล่มเป็นความรู้สึกที่ดีมากนะคะ เป็นแรงบันดาลใจที่อยากจะอ่านหนังสือเป็นงานอดิเรก ซึ่งหนูก็ลองทำดูค่ะ --- **จิตรณา เก่งการนา**

หนูรู้สึกว่าอิซมาเอล เป็นหนังสือด้านสิ่งแวดล้อมที่ดีมาก และการที่เราได้นั่งคุยกัน เปิดใจ เพราะแต่ละคนอ่านก็ได้อะไรไม่เหมือนกัน เปิดโลกเรื่องสิ่งแวดล้อมของหนูมากขึ้น --- **ลลิตา แสงผ่อง**

ผมเติบโตขึ้นมาด้วยความเชื่อที่ว่า พลังงานทดแทนคือคำตอบของโลก --- การได้อ่านอิซมาเอลในชั้นเรียนของอาจารย์ก็ทำให้ข้อคิดไปเหมือนกันครับ เพราะกลายเป็นว่า มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของปัญหา การมีอารยธรรม การที่มนุษย์เข้าไปจัดการ เข้าไปกระทำกับสิ่งแวดล้อมก็เป็นส่วนหนึ่งของปัญหา --- **วิเศษบำรุงวงศ์ อดีตนักศึกษาในชั้นเรียน NREM**

การอ่านหนังสือ ประสบการณ์ในการฟัง การสังเกต ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสำคัญของชีวิตที่เราต้องฝึกฝน เพราะเรื่องเหล่านี้มันแทรกอยู่ในชีวิตของพวกเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องการสื่อสาร

การสื่อสาร เช่นการเขียนวีวหนังสือ หรือการสื่อสารเรื่องใหญ่ๆ ที่มีความซับซ้อนอย่างในหนังสือเล่มนี้ หรือการสื่อสารเรื่องที่ตรงไปตรงมา เช่น เราเรียนจบปริญญาตรีแล้วเราอยากจะทำงานเลย ไม่อยากเรียนต่อ แต่ที่บ้านอยากจะให้เราเรียน --- เรื่องอย่างนี้ไม่ซับซ้อนแต่เราจะสื่อสารกับคนในบ้านได้อย่างไร หรือในทางกลับกัน ที่บ้านอยากให้เราทำงานมีรายได้ แต่เราอยากเรียนต่อ --- เราจะสื่อสารอย่างไร

การสื่อสารจึงเป็นทักษะที่สำคัญ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใหญ่ๆ ระดับโลก หรือประเด็นสำคัญๆ ในชีวิตของเรา ทักษะแบบนี้อาศัยความเข้าใจโลกของตัวเอง อาศัยความเข้าใจตัวเอง ซึ่งเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ หลายๆ เรื่องในโลกนี้ไม่ได้สื่อสารออกมาตรงๆ แต่เรื่องราว เนื้อหา อยู่ระหว่างบรรทัด อยู่ที่ว่าเราจะหยิบจับขึ้นมาได้หรือไม่ คนบางคนไม่ได้สื่อสารกับเราตรงไปตรงมา แต่เขาสื่อสารระหว่างบรรทัด เขามองเราอย่างไร เขาพูดกับเราอย่างไร เขาส่งข้อความแบบไหนมาหาเรา ถ้าเราอ่านระหว่างบรรทัดไม่ออก เราจะทำแบบเดิม ด้วยวิธีเดิม แต่หวังผลต่างออกไป ซึ่งบ่อยครั้งมันเหนื่อยเปล่า

ในบันทึกของพวกเราหลายคนเขียนว่า สัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นสัปดาห์ที่
ฝรั่งเรียกว่า “สัปดาห์นรกแตก” คือมีเรื่องราวมากมาย มีการสั่งงาน
โน้มนางนี้เต็มไปหมด แล้วพวกเราก็กทำไม่ทัน แต่กระนั้นพวกเราก็บอก
ว่า หนูจะพยายามคะ ผมจะสู้ครับ คำถามของผมก็คือ ถ้า **input ของ**
สัปดาห์ที่แล้ว เหมือนกับ input ของสัปดาห์นี้ แล้วเราจะหวังผลที่แตก
ต่างได้อย่างไร ถ้าเราไม่มีความสามารถที่จะสะท้อนตนเอง ถอยออกมา
แล้วมองกลับไปในชีวิตของเราเพื่อจะเห็นแพทเทิร์น เราจะไม่สามารถฝ่า
วงล้อมนี้ออกมาได้ เราจะตกอยู่ในวงวนเดิมๆ ของเรา

การจัดเวลาเพื่ออ่านหนังสือ การจัดเวลาเพื่อเขียนการบ้าน คุณภาพงาน
เหล่านี้เป็นเรื่องเดียวกันกับการใช้ชีวิต ถ้าเราได้ลองถอยออกมา แล้ว
มองกลับเข้าไปในชีวิต เราอาจจะสามารถสร้างความเป็นได้ใหม่ๆ ให้
กับชีวิตของเรา

การแลกเปลี่ยนในห้องเรียน NREM วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2560
ดร.สรยุทธ (เอเซีย) รัตนพจนารถ เจ้าของวิชา

14/2/17

ตอนนี้อานวนกันมาก ต้องทำสมาธิ นน ก็ต้องไปแปล
ไป/ไว้ด้วย เมื่อมัน ใส่สิดbody ผิดๆแปลว่า... คือทำมา 2-3 วัน
ไว้ 4 วัน ละตัวใจมากไม่พลาด มาเพื่อยที่ขึ้นตอนสุดท้าย T.T
แล้วก็เสียใจมาก อันหลังจะตัวใจให้สุดกะ เสียใจจจจ.
same input? but expect different outcome?

ตอนนี้อานวนกันมาก ต้องทำสมาธิ พุทหน้าก็ต้องไปแปลก่อน ไปเรียนด้วย
เมื่อวานใส่ antibody ผิดที่แปลด้วย คือทำมา 2-3 วัน ไม่ๆ 4 วันละ
ตั้งใจมากไม่พลาด มาเพื่อยที่ขึ้นตอนสุดท้าย แล้วก็เสียใจมาก
วันหลังจะตั้งใจให้สุดกะ เสียใจจจจ..

ช่วงวันหยุดที่ผ่านมา รู้สึก ทั้งสบายใจและ หนักใจปนกันไป
 ทั้งเรื่องงาน เรื่องตึก ที่อนาคตของเราเอง มันเป็นเรื่องวันหยุด
 ที่ทำให้เราได้ อีก และ กลับมาพบทบทวนตัวเอง ในแต่ละวัน
 การที่โปรเจกต์มันทำให้เราได้ ของมันเองเอง มันเช่นสิ่งที่ซ่อนอยู่
 ในความชอบของเราเอง ซึ่งส่วนตัวผมก็ชอบ มันมากกับ กับ
 ถึงขั้นที่บอกกับคนอื่นบ้าง แต่ มันก็เปลี่ยนสิ่งที่ได้ตามชอบเรา
 ในการทำงาน ซึ่งโดยทั่วไปมันก็เลย เกิดสิ่งๆ ขึ้นมา
 เราชอบตัวเอง มนุษย์เราของชีวิต จึงต้องเปลี่ยนเส้นทาง
 การเดินทางของเราเอง

ช่วงวันหยุดที่ผ่านมา รู้สึกทั้งสบายใจและหนักใจปนกันไป ทั้งเรื่องงาน เรื่อง
 อาชีพ เรื่องอนาคตของเราเอง มันเป็นเรื่องวันหยุดที่ทำให้เราได้พักและกลับ
 มาทบทวนกับตัวเองในแต่ละวัน การทำโปรเจกต์มันทำให้เราได้มองเห็นตัวเอง
 มองเห็นสิ่งที่ซ่อนอยู่ในความชอบของตัวเอง ซึ่งส่วนตัวผมก็ชอบมันมากจนกระทั่ง
 ถึงแม้ว่ามันจะเหนื่อยๆ บ้าง แต่มันก็เป็นสิ่งที่ใช้ความชอบของเราทำงาน
 ซึ่งใหม่ๆ มันไม่สนุกเลย แต่หลังๆ มามันทำให้เราพบตัวเอง
 พบคำถามของชีวิต ซึ่งอาจเปลี่ยนเส้นทางการเดินทางของเราด้วย...

action prj 2000
admission 10/17
2000 10/17

entry 1

4/36

[illegible]

บทกวี บทกวี:

พอได้กลับไปอ่านสิ่งที่เขียนตั้งแต่ต้นเทอมก็เห็นว่าตัวเองเขียนบ่น เยอะมาก เขียนอะไรก็ไม่รู้ พออาจารย์เขียนคอมเมนต์มาให้บ่อยขึ้นๆ ก็ รู้สึกว่าตัวเองมีพัฒนาการ มีประเด็น โฟกัสได้ การเขียนเป็นการสะท้อน ตัวเองจริงๆ ได้กลับมาดูตัวเอง ได้เห็นว่าเรากำลังเป็นอะไร อะไรกำลังเกิดขึ้นกับเรา มันทำให้เราเห็นจริงๆ ไม่บ่นไปเรื่อย ๆ แบบเมื่อก่อน

เป็นประสบการณ์ชีวิตที่ดีนะ ได้ทำอะไรที่ไม่เคยทำ ตอนแรกเรา จะถามตัวเองตลอดเลยว่าไหวไหม นึกภาพไม่ออกว่าจะผ่านไปได้อย่างไร คุยกับเพื่อน บ่นกับเพื่อนว่างานเยอะมากเลย เพื่อนก็ถามเราอีกว่าไหว ไหม ฮ่า ฮ่า ฮ่า คำตอบมันก็อยู่ที่เราเลือก เราเลือกคำว่า ต้องไหว ยังไงก็ จะต้องไหว ไม่ว่าจะเจออะไรที่เราคิดว่ายากหรือทำไม่ได้ เราก็ต้องทำให้ ได้ มันก็ไม่น่าเชื่อนะการให้แรงใจให้กำลังใจตัวเองเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เลย (ไม่มีใคร heal เราได้นอกจากตัวเราเอง) จากคำที่เราบอกตัวเอง ว่า ต้องไหว ทำให้เราผ่านอะไรมาเยอะ เยอะเลย แล้วผลที่ได้พอเรามองย้อนไป มันภูมิใจอะ

อยากแชร์กับอาจารย์แล้วก็พี่ๆ คือ รู้สึกว่าการได้มาเรียนในคลาสนี้ทำให้ เราโตขึ้น เป็นผู้ใหญ่ขึ้น เหมือนสอนวิชา ชีวิตควบคู่ไปด้วย





Action Project นำสิ่งที่เรียนรู้ไปลงมือทำ

นักศึกษาในชั้นเรียน NREM รู้ว่าตนเองจะต้องทำโครงการ Action Project บทเรียนที่ทุกคนเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเขียนโครงการ คือชุดความรู้เรื่อง การคิดกระบวนระบบ (Systems Thinking) ซึ่งกล่าวถึงการเห็นความซับซ้อนของปัญหาและการหาวิธีการและวิธีการแก้ไข

การคิดกระบวนระบบแบ่งการวิเคราะห์ปัญหาออกเป็น 4 ระดับ

1. เห็นปัญหาในระดับปรากฏการณ์ (Phenomenon) จึงแก้ปัญหาแบบเฉพาะหน้า (Reactive) เช่น เห็นขยะเลอะเทอะ แก้ปัญหาด้วยการจัดหาดังขยะเพิ่มเติม หรือการเพิ่มแรงงานคนเก็บขยะ

2. เห็นปัญหาในระดับแบบแผนพฤติกรรม (Pattern) คือเห็นรูปแบบของการเกิดปัญหาซ้ำๆ จึงแก้ปัญหาด้วยการปรับตัว (Adaptive) เช่น การจราจรแน่น ติดขัดในช่วง 6.30–8.30 ทุกวัน จึงแก้ปัญหาด้วยการออกจากบ้านให้เช้ากว่าเดิม

3. เห็นปัญหาในระดับโครงสร้าง (Structure) จึงแก้ปัญหาด้วยการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ คิดรูปแบบการแก้ปัญหาใหม่ๆ เช่น เห็นว่าปัญหาการจราจรนั้นสัมพันธ์กับระเบียบการจราจร ระบบขนส่งมวลชน จึงคิดเครื่องมือหรือวิธีการเพื่อปรับโครงสร้างการใช้รถใช้ถนน กฎ ระเบียบ วินัยการจราจร กฎหมายเพื่อควบคุมการใช้รถส่วนบุคคล

4. เห็นปัญหาในระดับแบบแผนความคิดความเชื่อ (Mental Model) จึงแก้ปัญหาด้วยการรณรงค์ให้เปลี่ยนวิธีคิด เปลี่ยนทัศนคติ ค่านิยม

ในการทำโครงการ Action Project นี้ นักศึกษาจะได้ใช้การคิดวิเคราะห์โครงการของตนเองว่า ในโครงการที่ตนกำลังทำ (Action) กำลังแก้ปัญหาในระดับใด และหากจะแก้ปัญหาดได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น จะต้องทำงานเพิ่มเติมตรงส่วนไหน อย่างไร



ดร.สรยุทธ (เอเชีย) รัตนพจนารถ:

Action Project เป็นโอกาสที่นักศึกษาจะได้ลงเฝ้าสิ่งที่เรียนไปลงมือทำ แทนที่จะเรียนแบบ passive ต้องหัดเป็น active player ต้องเอาความรู้ที่เรียน เอาความสามารถในการอ่าน การฟัง การเขียน ทั้งหมดนี้ประมวลเข้าด้วยกัน แล้วทำให้มันปรากฏขึ้นมา

ผู้เรียนจะเริ่มรู้ว่าความรู้ที่มีนั้น พอหรือไม่พอ ถ้าไม่พอเขาจะต้องไปหาเพิ่มอย่างไร เพื่อจะได้รู้ว่า ความรู้มาได้จากหลากหลายช่องทาง การ



มีคนบอก การไปค้นคว้า การคิดวิเคราะห์ เขาจะได้อะไร เฉพาะ ‘การรู้จัก’
นั้นยังใช้การอะไรไม่ได้ จะต้องมีความ ‘ความเข้าใจ’ และ ‘รู้จักนำไปใช้’

การทำ Action Project ของเขาคือการสร้างใหม่ (synthesis) เกือบ
ทั้งหมด จริงอยู่ว่าเขาอาจจะเคยเห็นบางคนทำคล้ายๆ กับที่เขาทำ แต่ไม่มี
อะไรเหมือนกัน เขาก็อปี้ไม่ได้ Action Project จึงเป็นสนามที่เขาจะได้
รู้จักการสร้างความรู้ขึ้นมาใหม่ด้วยตัวเองแทนการนั่งให้คนนำความรู้ชั้น
ที่สองหรือชั้นที่สาม มาป้อนเขา

อ.วิเศษ บำรุงวงศ์:

ตอนที่ผมเป็นนักศึกษาในคลาส NREM ตอนนั้นอยู่ในมุดที่เราอิสระ

พอที่สำรวจอะไรก็ได้ ตอนที่ผมซื้อของที่ร้านอาหารได้ยินพ่อค้าแม่ค้าคุยกันว่า คณะกรรมการร้านอาหารซึ่งก็คืออาจารย์ในคณะวิทยาศาสตร์ กำลังจะวางระเบียบใหม่ให้บรรจุภัณฑ์ในร้านอาหารให้เป็น บรรจุภัณฑ์ชีวภาพ (Bio-degradable) ทั้งหมด ซึ่งราคาบรรจุภัณฑ์ประเภทนี้แพงกว่าบรรจุภัณฑ์ที่ใช้อยู่ในขณะนั้นราวๆ 20 เท่า ตอนที่ผมยินรื้อซื้อถ้วยเต๋ยวันนั้นก็ได้ยินแม่ค้าพ่อค้ากำลังอ่านประกาศแล้วคุยกันอย่างคร่ำเครียด ผมก็เลยขออ่านประกาศนั้นด้วย แล้วก็เลยคุยกับเขา

เมื่อคุย ผมก็มีส่วนร่วมร่วมกับพ่อค้าแม่ค้ามากขึ้นเรื่อยๆ รู้สึกว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในมหาวิทยาลัยของเรา? ในที่สุดจึงจะใช้เรื่องนี้เป็น Action Project คือทำการสำรวจความคิดเห็นเพื่อจะเข้าใจทัศนคติของบรรดาพ่อค้าแม่ค้าต่อนโยบายนี้ ซึ่งจริงๆ แล้วในใจของผมก็มีธงอยู่เหมือนกันว่า นโยบายนี้คงจะทำให้เขาได้กำไรน้อยลงละสิ แต่พอได้คุยได้ฟังจริงๆ ก็พบว่าไม่ใช่ -มันมีอะไรมากกว่านั้น

การทำ Action Project ทำให้เราเห็นว่าเขาไม่ได้เป็นแค่พ่อค้า-แม่ค้าที่ซื้อมา-ขายไป แต่เราได้เห็นคนที่เป็นคน เขามีชีวิต มีแรงบันดาลใจในชีวิต เขาผูกพันกับนักศึกษา เขามีครอบครัวที่ต้องดูแล เขาทุกข์เป็นมันเผยประเด็นที่ลึกกว่านั้นคือ ปฏิสัมพันธ์ของพ่อค้า-แม่ค้า กับคณะกรรมการร้านอาหาร ที่อยู่ในรูปแบบคำสั่งตลอดเวลา เป็นลักษณะของผู้มีอำนาจกับผู้ใต้บังคับบัญชา เป็นผู้ออกกฎและบังคับใช้ ถ้าใครไม่ทำตามก็ออกจากเวทีไปซะ ซึ่งไม่เคยมีใครรับรู้สิ่งเหล่านี้ จากนั้นจึงจัดเป็นเวที

รับฟังความเห็น เป็นครั้งแรกที่มีการรวมพ่อค้าแม่ค้าในโรงอาหารมาพูด ปัญหา แล้วมีผมกับเพื่อนนั่งฟัง เพื่อนของผมไม่ได้เรียนวิชานี้แต่เราเป็นห่วงอะไรบางอย่างคล้ายๆ กัน พอเวทีจบ คุยเสร็จ พ่อค้าแม่ค้าพูดว่า “นี่เป็นครั้งแรกที่มีคนฟังเขา ที่ผ่านมามีใครฟังเขาเลย” นั่นเป็นจุดที่ทำให้เรารู้สึกว่า **สิ่งแวดล้อมไม่ใช่วัตถุอีกต่อไป แต่เป็นเรื่องที่ว้า ความตระหนักของผู้บริโภคมีแค่นี้** เราจะช่วยกันดูแลให้ดีกว่านี้ได้ไหม **ผมคิดว่านี่เป็นหัวใจของการดูแลธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม** ที่ไม่กันคนออกไป มันอาจจะไม่ใช่การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม แต่มันคือการดูแลทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมโดยมีเราอยู่ในนั้น

การเรียนรู้แบบคณะ และ ความสามารถในการเรียนรู้ที่ไม่เท่ากันของนักศึกษาเป็นอุปสรรคต่อการทำ Action Project หรือไม่

ดร.สฤษฎ์ (เอเชีย) รัตนพจนารถ:

ผมตอบได้เลยว่า ไม่ แต่สิ่งที่อาจารย์ต้องเตรียมตัวอย่างมาก หากจะให้นักศึกษาทำ Action Project ก็คือ ‘อะไรคือความต้องการพื้นฐานของอาจารย์ที่อยากให้นักศึกษาได้ทำ หรือได้เรียนรู้’

Action Project ที่นักศึกษาไม่ได้อยากทำ แต่จำเป็นต้องทำเพราะถูกบังคับ ตัวเขาไม่เชื่อ ไม่ศรัทธา ไม่สนใจตัวเอง ไม่สนใจผู้สอนหรือวิชานั้นมากเพียงพอ ผมคิดว่าไม่ควรทำ ซึ่งก็อาจจะหมายถึง เราแทบจะรู้ตั้งแต่เมื่อแรกรับนักศึกษาเข้าคลาสแล้วว่าเราน่าจะทำเรื่องนี้หรือไม่ ส่วน

ประเด็นที่ว่า บางคนเรียนชั้นปี 3 บางคนอยู่ปี 4 มีเวลามาก-น้อย ไม่เท่ากัน หรือแม้แต่เรื่องเก่งหรือไม่เก่ง ไม่ใช่ปัญหา เพราะ Action project มีพื้นที่เพื่อการเรียนรู้สำหรับพวกเขาแต่ละคนอยู่แล้ว คนที่ตั้งใจเรียนก็จะมีบทเรียนของเขา คนที่ตั้งใจน้อยหรือไม่ตั้งใจก็จะมีบทเรียนที่เขาจะได้เรียนรู้ต่อการกระทำของเขา มีการเรียนรู้ที่รออยู่สำหรับทุกๆ คนแล้วในบริบทของเขา ไม่ได้หมายความว่า ทุกคนต้องเรียนรู้เรื่องเดียวกันในเวลาเดียวกัน **Action project เป็นพื้นที่ซึ่งทุกคนจะได้เรียนรู้เป็นส่วนตัวและเฉพาะตัวอย่างยิ่ง แต่ก็ เป็น ‘การเรียนรู้ร่วมกัน’ (collaboratively) อย่างยิ่งด้วย** ความแตกต่างและไม่เท่ากันจึงไม่ใช่ปัญหาเลย

เวลา 15 สัปดาห์ ก่อนข้างจำกัด ดังนั้นคลาส NREM ในแต่ละปีก็ต้องดูจังหวะหลายอย่าง ดูความพร้อม ความใส่ใจและความรับผิดชอบของนักศึกษา ถ้าอาศัยเพียงการผลักดันและคำสั่งของอาจารย์ Action project จะไปได้ไม่ถึงไหน ไม่ค่อยประสบผลสำเร็จ ตัวนักศึกษาไม่ได้เรียนรู้แถมยังรู้สึกแย่เมื่อรู้ว่าตัวเองทำไม่ได้ หรือทำได้ไม่ดี

ในชั้นเรียนปี 2016 นี้ Action Project ก็เป็นตัวเลือกหนึ่งในการวางแผนการสอน ถ้าปัจจัยหลายอย่างไม่พร้อมเราก็ไม่ทำ สำหรับนักศึกษาบางรุ่นแม้ว่าจะไม่ได้ทำ Action Project แต่เขาเรียนรู้การฟังและการสนทนาอย่างลึก กลายเป็นทักษะติดตัวให้เขาได้ใช้ไปทำอาชีพการทำงานหลังจากที่เรียนจบ

สรุป เสาหลัก:

ชุดความรู้เรื่องการคิดกระบวนการระบบ (Systems Thinking) และการลงมือทำ (Action Project) มีผลกับตัวผมมาก ผมเห็นความเชื่อมโยงของสิ่งต่างๆ มากขึ้น

การทำ Action Project ต้องใช้ทักษะหลายๆ อย่างมาประกอบกัน การที่เราเห็นพฤติกรรม แบบแผนการกระทำ โครงสร้าง เพื่อจะทำความเข้าใจถึง ทศนคติ ว่าทำไมเขาจึงทำแบบนั้น ต้องอาศัยทั้งการหาข้อมูล การเก็บข้อมูล การฟัง การพูด และในระหว่างการฟังและการสนทนานั้น ถ้ามีอะไรบางอย่างที่สามารถจูนกันติด อีกฝ่ายก็จะเปิดมากขึ้น ทำให้เราเข้าใจเขาได้มากขึ้น ผมเรียนรู้อย่างมากจากการทำโปรเจกต์ ซึ่งมีพื้นฐานมากจากชุดความรู้นี้ครับ มันทำให้เราเข้าใจว่าทำไมจึงเกิดสิ่งนี้ หรือสิ่งนั้นจะนำไปสู่อะไร ทำให้เราเห็นความเชื่อมโยงและมันจะเป็นประโยชน์มากในการทำงานในอนาคต

ตอนที่ทำโปรเจกต์ บางเรื่องเราอาจจะเห็นว่ามันเป็นคนละส่วนกันแต่จริงๆ แล้วมันเป็นส่วนหนึ่งของกันเดียวกัน ทำให้เราเห็นความเชื่อมโยงมากๆ การเรียนเรื่องนี้ในคลาส ทำให้ผมมองเห็นความเชื่อมโยงในโปรเจกต์จบ (Senior Project) ของตัวเองมากขึ้น เห็นว่าแต่ละส่วนของโปรเจกต์นั้นเชื่อมโยงกันอย่างไรและจะนำไปสู่อะไรต่างๆ ที่ก่อนหน้านี้ผมไม่ได้มองแบบนั้น

การทำ Action Project ส่งผลสะท้อนกับตัวเองเยอะ เพราะเมื่อก่อน

เราก็รู้ว่าเราควรทำอะไร และไม่ควรทำอะไร แต่เราก็ไม่ได้ลงมือทำ เรารู้ว่าเราควรจะใช้ถุงผ้าเพื่อลดการใช้ถุงพลาสติก เราควรพกกระติกน้ำส่วนตัว แต่จริงๆ เราก็ไม่ได้ใส่ใจมากนัก แต่พอตัวเราได้ลงมือทำ การที่เราเห็นว่าเพื่อนกำลังทำอะไรอยู่ ยิ่งทำให้เราตระหนักว่าเราต้องลงมือทำแล้ว เราต้องพกถุงผ้า ต้องพกกระติกน้ำ โปรเจกต์ที่ทำการคือการคัดแยกขยะ การทิ้งขยะให้ถูก ต้องทิ้งขยะให้เป็น เพื่อจะได้นำไปสู่การรีไซเคิล ผลของโปรเจกต์นั้นทำให้เราคิดต่อไปว่าแล้วขยะที่กำลังจะเกิดจากตัวเรานี้ มันจะไม่ใช่ขยะได้ไหม เราจะไม่สร้างขยะได้หรือเปล่า ทำให้ตัวเราเปลี่ยนและคิดไปถึงคนใกล้ตัวเราเช่นคนในครอบครัว

หลายครั้งที่การมองแบบกระบวนการระบบก็เกิดขึ้นในใจเมื่ออยู่ในครอบครัว เราเห็นว่าพ่อมักจะพูดแบบนี้ อาม่า อากงมักจะสอนเราแบบนี้ ลีกลงไปในสิ่งเหล่านั้นมันคืออะไร พอเราเริ่มเข้าใจบางเรื่องมากขึ้น เราก็จะฟังได้มากขึ้น จากที่เราอาจจะพูดไม่ค่อยได้ และไม่ค่อยอยากฟังเท่าไรนัก การเรียนรู้เรื่อง Systems Thinking นี้ แม้เรายังคงไม่ได้พูดเหมือนเดิม แต่เราฟังแล้วเราเข้าใจบางอย่างมากขึ้น

รัชพล ปลุกอ้อม:

ก่อนที่ผมจะได้เริ่มเรียน ผมคิดว่าสิ่งที่ผมจะได้เรียนรู้ในชั้นเรียนนี้คือน้ำเป็นอย่างไร ดินเป็นอย่างไร แสงเป็นอย่างไร เราต้องบริหารน้ำแบบนี้ ดินแบบนี้ ป่าแบบนี้ แต่พอเข้าเรียนจริง มันไม่ใช่ครับ ไม่ใช่เลย กลายเป็น

ว่าเราเข้าเรียนมาตลอดสี่เดือนนี้เรากลับมารับรู้ความเป็นคน รับรู้ความคิด รับรู้คำพูด เรากลับมาเชื่อมโยงเรื่องภายในตัวเรากับภายนอก การเข้าใจสิ่งเหล่านี้ทำให้เราเข้าใจแบบแผนความคิดของคน กลับมาเข้าใจว่าคนคิดอย่างนี้ จึงทำแบบนี้ ถ้าเขามีพฤติกรรมแบบนี้ มันสะท้อนว่าเขามีแบบแผนการคิดแบบไหน **เมื่อเราสังเกตเราก็จะเข้าใจได้ว่าทำไมคนจึงตัดไม้ ทำไมจึงทำลายป่า** ซึ่งมันมีความเชื่อมโยงกับเรื่องราวได้ **ความเหลื่อมล้ำทางสังคม** ก่อนที่ผมจะเข้าเรียน ผมไม่คิดว่าเรื่องเหล่านี้จะไปด้วยกันได้ วิทยาศาสตร์ สิ่งแวดล้อม สังคม เศรษฐกิจ

เมื่อก่อนผมจะมองว่ามีปัญหาการทำลายป่าไม้ มีปัญหาคนทิ้งขยะ แต่ผมไม่ได้มองว่าแล้วทำไมคนจึงทำลายป่า ทำไมคนจึงทิ้งขยะ **วิชานี้** ทำให้เราเห็นภาพกว้างและความเชื่อมโยงในระบบสังคม มากกว่าจะสอนให้แยกว่าสิ่งแวดล้อมก็คือสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจก็คือเศรษฐกิจ แต่เขาสอนว่าแต่ละเรื่องมันโยงเข้ามาหากันอย่างไร แล้วถ้าเราจะแก้เราจะทำได้อย่างไร เมื่อก่อนเราจะรู้เป็นเรื่องๆ รู้เพื่อจะเอาไปสอบ เช่น ประชาธิปไตยเป็นการปกครองที่ดี การตัดไม้ทำลายป่าเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง แต่เราไม่รู้ว่าความรู้เหล่านั้นจะเอามาใช้ในชีวิตอย่างไร มันเชื่อมโยงกันอย่างไร แต่คลาสนี้ทำให้เห็นภาพรวม การเชื่อมโยง แบบแผนของความคิดของคน เพื่อที่ว่าจะได้เห็นว่าแล้วตัวเราจะทำอะไรตรงไหนได้บ้าง

เนื้อหาของวิชา NREM (Natural Resource & Environmental Management) คืออะไร เราจะอธิบายได้ไหมคะ

สุทธิคุณ แผงผ่องใส:

ผมคิดว่าเนื้อหาหรือหัวใจของวิชานี้อธิบายได้ยากจริงๆ ครับ

ถ้าเราคิดว่า เราเพียงแค่ว่าเข้าเรียนวิชานี้ จดสิ่งที่อยู่บนบอร์ด แล้วก็กลับไปอ่าน --- ไม่ใช่สิ่งที่วิชานี้จะบอก

โดยปกติ เมื่อเราเห็นปัญหาที่เกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมแล้วเราก็อยากจะเข้าจัดการแก้ปัญหา นี่เป็นการเห็นในระดับผิวเผิน และเราเข้าไป แก้ปัญหาได้แค่ในระดับพื้นผิว แต่วิชานี้บอกว่า ‘นั่นเป็นปัญหาในระดับพื้นผิวนะมันมีความจริงที่ซ่อนอยู่อีก เราจะแก้ปัญหาที่ลึกกว่าระดับพื้นผิวได้อย่างไร’ --- เหมือนกับว่า ในตอนแรกที่เราเห็นชื่อวิชาเราก็เข้าใจว่าเขาจะสอน How To NREM หรือ ฮาวทูการแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อม แต่พอมาเรียนจริงๆ กลายเป็นว่า เราต้องมองลึกและไกลกว่านั้น (beyond) อาจารย์ไม่สอน How To อาจารย์สอนเรื่องอื่น ส่วน How To เป็นเรื่องของเรา เราต้องกลับมาคิดเอง --- งงไหมครับ เข้าใจยากหน่อยนะครับ

วิชานี้ให้เรากลับมาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เปลี่ยนแปลงแนวคิดของตัวเอง เพราะว่าถ้าเราไม่เปลี่ยนที่ระบบความคิด แม้ว่าจะพยายามแก้ไขปัญหา ผลที่ได้ก็จะมีประสิทธิผลเท่าที่ควร แล้วมันก็จะวนมาสร้างปัญหาอีก

สมพงษ์ วรกุล:

ในหนังสืออิซมาเอล เล่าว่ามีชายหนุ่มที่กำลังตามหาครูแล้วเขาก็ไปเจอ **อิซมาเอล** ซึ่งเป็นลิงกอริลลาที่สื่อสารได้ด้วยสายตา อิซมาเอลถูกขังไว้ในตู้กระจก --- ถ้าเพียงแต่เขามองตาแวบเดียวหรือฟังคำพูดไม่กี่คำ ก็จะรู้ว่าใครเป็นลูกศิษย์ของเขา

NREM คือคลาสที่เราได้เจอกอริลลานั้น เราจะได้เจอเรื่องที่เราคอร์จะรู้ มีเซนส์ที่เราจะรู้ได้ว่าเรื่องไหนในชีวิตที่สำคัญกับเรา ใครที่จะเป็นอาจารย์ของเรา เพราะสำหรับตัวผมแล้ว NREM ทำให้ผมได้เจอสิ่งที่ผมควรจะเรียนรู้

อ้าว! NREM ไม่ใช่วิชาที่ว่าด้วยสิ่งแวดล้อมหรือ

(หัวเราะ) อาจารย์มักจะบอกว่า ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม ดิน น้ำ ป่า ทรัพยากร ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยการเอาสิ่งนี้สิ่งนั้นไปบำบัดเพราะปัญหาอยู่ที่มนุษย์ ถ้าเราไม่กลับมาดูตัวเอง สิ่งต่างๆ ก็แก้ไขไม่ได้โดยแท้จริงหรอกครับ ดังนั้นในคลาส NREM จะไม่มีการพูดถึงการแก้ไขปัญหาน้ำเสีย อากาศเป็นพิษ --- **สิ่งที่ก่อปัญหาให้สิ่งแวดล้อมมากที่สุดก็คือคนคือมนุษย์** ดังนั้นอาจารย์จึงกลับมาสอนคน สอนมนุษย์

ผู้สอนและวิทยากร

สิ่งที่ NREM แตกต่างจากชั้นเรียนอื่นๆ อีกประการหนึ่งก็คือ ชั้นเรียน NREM เป็นชั้นเรียนที่มีผู้สอนหลายคน มีแขกรับเชิญจากภายนอกเข้ามาบรรยายพิเศษให้ฟัง โดยทั้งหมดนี้อยู่ในความดูแลของ ดร.สรยุทธ (เอเซีย) เจ้าของวิชา

การมีกัลยาณมิตร หรือมีบุคคลภายนอกมาอยู่ในชั้นเรียนทำให้ชั้นเรียนในแต่ละปีต่างไป และเป็นสิ่งดีที่นักศึกษาจะได้เรียนรู้จากคนที่ไม่ใช่อาจารย์ซึ่งเขาค้นเคย เพื่อน-กัลยาณมิตรของผมมาช่วยกันสร้างสรรค์ชั้นเรียนให้สมบูรณ์และแตกต่าง กัลยาณมิตรที่เคยมาช่วยในชั้นเรียนของผมก็เช่น เช่น อ.หนุ่ม (ธีระพล เต็มอุดม) อ.ป๋ม (ดร.นฤมล เอมะรัตต์) อ.น้อย (ชลลดา ทองทวี) อ.จง (ดร.จงดี โตอิม) อ.แอน (วรวรรณ วัฒนาวงศ์สว่าง) รวมถึงศิษย์เก่าที่จบออกไปบางครั้งก็กลับมานั่งเรียนกับรุ่นน้อง

การเจอคนนอกชั้นเรียนแต่อยู่ในวงการสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิด Learning curve อย่างมหัศจรรย์ การอ่านงานวิจัย หรืออ่านหนังสือ เทียบไม่ได้กับการได้เจอตัวจริง แตกต่างและมหัศจรรย์ เกิดผลสะท้อนต่อตัวผู้เรียนต่างกันมาก สิ่งนี้เป็นส่วนผสมสำคัญที่ส่งผลสะท้อนให้คลาสแต่ชั้นเรียนทั่วไปไม่ค่อยทำหรือทำไม่ได้เพราะมีปัจจัยหลายอย่าง ทั้งเรื่องค่าตอบแทนและการขั้นตอนด้านเอกสารราชการ แต่ผมเป็นคนที่ชอบความหลากหลาย เห็นว่านักศึกษาน่าจะได้เห็นตัวจริงเสียงจริงจากหลายๆ พื้นที่การทำงาน บางคนเป็นคนในชุมชนท้องถิ่น ปราชญ์

ชั้นเรียน NREM16 ประจำปีการศึกษา 2559

ประกอบด้วยคณะผู้สอนคือ

อาจารย์ประจำวิชา 2 ท่าน

- ดร.สรยุทธ รัตนพจนารถ
- อาจารย์วิเศษ บำรุงวงศ์

ชาวบ้าน เช่นครูบาสุทธินันท์ พื้อมัย (ดร.สรณรัชฎ์ กาญจนะวณิชย์) พี่ห่วน (คุณวัลลภา แวนวิลเลียนส์วาร์ด) พี่ฑูรย์ (คุณวิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ) พระอาจารย์ไพศาล (พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล)

คนเหล่านี้เป็นตัวอย่างในพื้นที่ของเขา บางคนเป็นผู้ที่ทำงานในระดับนโยบาย เช่นอาจารย์เสน่ห์ จามริก ประธานองค์กรสิทธิมนุษยชน บางครั้งผมชวนให้นักศึกษาคิดว่าเขาอยากจะเจอใคร (ซึ่งนักศึกษาก็ไม่ค่อยรู้หรือว่าเขาอยากจะเจอใคร เพราะโลกของเขามีแต่ห้องเรียนกับหน้าจอมือถือ)

แซกรับเชิญทำให้คลาสของเราจริงขึ้น ปกติเราเรียนเพื่อจะมองรู้ และตัดสินใจ เราเป็นผู้สังเกต ทำตัวเป็นพระเจ้า มองลงมาแล้ววิพากษ์วิจารณ์ ซึ่งหลายครั้งก็นำมาซึ่งการยอมแพ้ สิ้นหวัง พุดจาประเทศประชันแตกดัน กระทบกระเทียบ ซึ่งเราจะเห็นได้ว่ามีปรากฏการณ์อย่างนี้เยอะมากในสังคมออนไลน์ การที่ได้เจอตัวจริง ได้เห็น ได้คุย ทำให้โลกของพวกเขาเราจริงขึ้น เห็นภาพของประเทศไทย ทำให้รู้สึกว่าการเรื่องสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องใกล้ตัว ใกล้ใจของเรา ทำให้เราสนใจที่จะลงมือทำอะไรสักอย่างต่อประเด็นที่เราสนใจมากขึ้น

แซกรับเชิญ 3 ท่าน

- **Dr.Lynne Born Myers** ผู้จัดการโครงการ Project Dragonfly มหาวิทยาลัยไมอามี สหรัฐอเมริกา
- **โชคนิธิ คงชุม** (แก๊ง กลุ่มไบโม่) นักพัฒนารุ่นใหม่ ศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยมหิดล

- **ดร.เดชรัตน์ สุขกำเนิด** หัวหน้าภาควิชาเศรษฐศาสตร์
เกษตรและทรัพยากร คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์

วิทยากรพิเศษ

- **โชติศักดิ์ กิจพรวงพันธ์** นักจัดกระบวนการเรื่องการรับฟัง
บนพื้นฐานสุนทรียสนทนา (Dialogue) จากธนาคาร
จิตอาสา
- **ธีระพล เต็มอุดม** ผู้นำกระบวนการเรื่องการประเมินแบบ
ฉันทามติ (consensus) ผู้อำนวยการธนาคารจิตอาสา

ผมเอาสิ่งที่เรียกว่า
“การประเมิน” กลับลงมา
เพื่อที่เราจะเห็นได้ว่า
มนุษย์สามารถจะเอนเอียง
และเจใจไปได้อย่างไรบ้าง
ชีวิตจริง ๆ ไม่ได้
ตรงไปตรงมา แต่มันมี
ตัวแปรอีกมากมาย
การเรียนรู้เรื่อง
การประเมินจะทำให้เรา
นำความเป็นมนุษย์กลับมา



IV

การวัดความรู้และการประเมินผล

~~Exam~~

รู้สึกร้อยๆ ไรที่วิชานี้ไม่มีการสอบ

แอบงง ! เพราะมันไม่เคยมี

--- สุทธิคุณ แผ่่งผ่องใส

ผู้ที่สนใจจะลงทะเบียนเพื่อเรียน NREM จะรู้ตั้งแต่วันแรกที่เปิดชั้นเรียน ว่าเรียนวิชานี้ไม่มีการสอบปลายภาคซึ่งเรียกความสนใจได้พอสมควรเลยทีเดียว ที่น่าตื่นต้ายิ่งกว่านั้นคือ คะแนนส่วนหนึ่งมาจากการที่ผู้เรียนให้คะแนนตัวเอง คะแนนในวิชานี้มี 3 ส่วนคือ

- คะแนนจากตัวผู้เรียนให้คะแนนตัวเอง (ประเมินตัวเอง) 34 %
- คะแนนจากเพื่อนร่วมชั้นเรียน (เพื่อนประเมินเพื่อน) 33%
- คะแนนจากคณะผู้สอน (ผู้สอนประเมินผู้เรียน) 33%

บทเรียนสำคัญบทเรียนหนึ่งของการเรียนการสอนในวิชานี้ คือ ทุกคนจะได้เรียนรู้การประเมินผล ทั้งการประเมินผลสำหรับตัวเอง และการประเมินผลเพื่อนร่วมชั้นเรียน และบทเรียนที่เรียกสั้นได้ไม่น้อยคือการประเมินผลแบบฉันทามติ (consensus) ขั้นตอนคือ ทุกคนในชั้นเรียนจะช่วยกันให้คะแนนเพื่อนตามความเห็นของตนเอง จากนั้นแต่ละคนขานคะแนนของตนเองให้ทุกคนทราบ แล้วเริ่มเวทีแลกเปลี่ยนความคิดเห็นว่าคะแนนเอกฉันท์ควรจะเป็นเท่าไร เหตุผลเบื้องหลังของการให้คะแนนคืออะไร จนกระทั่งสุดท้ายได้คะแนนเอกฉันท์คะแนนเดียว ที่ทุกคนเห็นพ้องต้องกัน การเรียนรู้เรื่องการประเมินเพื่อหาฉันทามตินี้ อาศัยทักษะการฟังและการสื่อสารที่ดีเป็นพื้นฐานสำคัญ รวมถึงบรรยากาศของความไว้วางใจจากสมาชิกในห้อง ความเปิดเผยและเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน ซึ่งทั้งหมดนี้ชั้นเรียน NREM ได้ปูพื้นฐานไว้แล้วตั้งแต่เริ่มเปิดชั้นเรียน

หนูชอบการประเมินแบบฉันทามติมาก รู้สึก
ว่าเป็นการประเมิน เป็นการตัดสินใจที่ดีที่สุด
เท่าที่เคยเจอมา ประโยชน์ที่ได้ไม่ใช่เรื่อง
คะแนน แต่เป็นประโยชน์กับเจ้าของเรื่อง
ที่ถูกประเมิน มันช่วยให้เห็นว่าอะไรที่เราทำได้
ดี อะไรที่เราต้องปรับปรุง ทำให้เราเห็นว่า
คะแนนที่เราได้มา คะแนนที่คนนั้นให้เรา
เขาเห็นอะไร มีเหตุผล มีที่มาที่อยู่เบื้องหลัง
--- **จิตธนา เก่งการนา**

ทำไมอาจารย์จึงออกแบบให้ คลาส NREM ไม่มีการสอบคะ

ง่ายๆ และตรงไปตรงมาก็คือ ผมคิดว่าการสอบในรูปแบบเดิมๆ
ไม่ใช่การช่วยนักศึกษา และอะไรก็ตามที่ไม่ได้ช่วยนักศึกษาก็อย่าทำเลย
เอาเวลาไปทำอย่างอื่นดีกว่า

ในวิชานี้ การเรียนทุกครั้งคือการสอบและการเข้าเรียนทุกครั้งมีการ
ประเมิน ผมสอนเรื่องการประเมิน เพื่อให้เรานำการประเมินกลับมาในชีวิต
จริงๆ แทนที่การประเมินจะเป็นหน้าที่ของผู้สอน นักศึกษาแต่ละคนไม่ต้องไม่ได้
ผมให้ทุกคนได้ทำหน้าที่นี้ด้วยกัน เอาสิ่งที่เรียกว่า “การประเมิน” กลับลง
มา เพื่อที่เราจะเห็นได้ว่า มนุษย์สามารถจะเอนเอียงและเฉไฉไปได้อย่างไร



บ้าง ชีวิตจริงๆ ไม่ได้ตรงไปตรงมา แต่มันมีตัวแปรอีกมากมาย การเรียนรู้เรื่องการประเมินจะทำให้เรานำความเป็นมนุษย์กลับมา

ความจริงแล้ว เราอาจจะแบ่งการประเมินได้ 2 แบบใหญ่ๆ คือ การประเมินครั้งเดียวในตอนท้าย (summative) และการประเมินระหว่างทาง (formative)

ในส่วนของการประเมินที่เรียกว่า summative ก็ยังแบ่งคร่าวๆ ออกเป็น 3 แบบ คือ

อิงเกณฑ์ คะแนนเต็ม 100 ถ้าสอบได้ 80 ถือได้ A

อิงกลุ่ม คือเอาคะแนนทุกคนมาเรียง มีคะแนนเฉลี่ย คนที่ได้คะแนน

สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยได้ A B คนที่ได้คะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยได้ C D

อิงการพัฒนา เช่น ก่อนเข้าเรียน คนแรกสอบ pre-test คะแนนเต็ม 100 สอบได้ 20 เมื่อเรียนแล้วสอบใหม่ คะแนนเต็ม 100 ได้ 80 พัฒนาขึ้นมา 60 คะแนน แต่อีกคน pre-test เต็ม 100 ได้ 70 เมื่อเรียนแล้วสอบใหม่คะแนนเต็ม 100 ได้ 81 พัฒนาขึ้นมา 11 คะแนน --- ถ้าเราเป็นครูเราจะให้คะแนนอย่างไร? คนแรกได้คะแนนเพิ่มขึ้น 60 แต้ม แต่คนที่สองได้คะแนนเพิ่มขึ้น 11 แต้ม แต่ได้คะแนนรวมมากกว่า

ตัวผมเอง เมื่อมีมิติการเรียนรู้ด้านจิตตปัญญา ผมก็สนใจว่าแล้วจะนำการประเมินเข้ามาอยู่ในชั้นเรียนได้อย่างไร ในฐานะผู้สอนก็ต้องฟังผู้เรียน พร้อมกันนั้นตัวผู้เรียนเองก็ควรจะได้ยินเสียงเพื่อนๆ ของเขาด้วย ในฐานะผู้สอนซึ่งเห็นภาพกว้าง ได้เห็นหลายอย่างที่นักศึกษายังไม่เคยเห็น ก็จำเป็นที่จะต้องให้เครื่องมือ ให้เกณฑ์บางอย่างที่เขาจะเอาไปใช้ในการประเมิน เขาจะได้ประเมินเป็น

ผมเองเห็นว่า คะแนนที่เขาประเมินตัวเองจำเป็นต้องมีสัดส่วนมาก เพราะเขาคือคนที่จะต้องอยู่กับตัวเองไปตลอดชีวิตของเขา เขายู่กับทีมสอนแค่ 15 สัปดาห์ ในแต่ละสัปดาห์เขายู่กับพวกเราแค่ 3 ชั่วโมง แล้วจะบอกว่าคะแนนของเราสำคัญที่สุดสำหรับเขาได้อย่างไร ดังนั้นถ้าเขามีเครื่องมือที่จะช่วยให้เขาได้สังเกตชีวิต สังเกตตัวเอง ประเมินตัวเองเป็น รู้จักกระบวนการเรียนรู้ของตนเอง รู้ว่าตัวเองอยู่ในสภาวะไหน ดูแล้วตัวเองอย่างไร เหล่านี้ก็จะเกิดประโยชน์กับชีวิตเขามาก

เวลาคุยเรื่องการสอบ ผมจะ ‘ของขึ้น’ เล็กน้อย เพราะผมรู้สึกว่าการสอบในปัจจุบันนี้ทำร้ายผู้เรียน มันไม่ได้ช่วยให้เขาใส่ใจในสิ่งที่เขาควรจะใส่ใจ การสอบแบบที่ทำกันอยู่นี้ทำให้ทุกคนสนใจเพียงแค่ว่า ‘ข้อสอบจะออกอะไร’ นอกจากนั้นฉันไม่สนใจที่จะรู้ --- เป็นเรื่องน่าเศร้าที่จะรับประเทศที่เป็นผู้นำทางการศึกษาล้วนเคลื่อนออกจากความคิดความเชื่อเรื่องการสอบแบบนี้มานานแล้ว เราไปดูงานที่สิงคโปร์ ฟินแลนด์ สวีเดน ประเทศเหล่านี้เลิกสอบแบบนี้ไปตั้งนานแล้ว

หากเราจะพูดถึงวัตถุประสงค์การเรียนรู้ (Cognitive Learning Objectives) ของ Bloom ซึ่งมี 6 ข้อ

1. รู้จำ (Knowledge)
2. เข้าใจ (Comprehension)
3. นำไปใช้ (Application)
4. วิเคราะห์ (Analysis)
5. สังเคราะห์ (Synthesis)
6. ประเมิน (Evaluation)

ชั้นเรียนส่วนใหญ่ก็จะอยู่เพียงแค่รู้จำ คือท่องจำ (การเรียนรู้ขั้นที่ 1) ยังไม่เข้าใจด้วยซ้ำ แค่บิดคำถาม หรือให้เล่าใหม่ก็ทำไม่ได้ เพราะไม่ตรงกับสิ่งที่ท่องมา ไม่ต้องคิดเลยว่าเราจะไปถึงขั้นนำไปใช้ วิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมิน อย่างไร แต่ชั้นเรียน NREM เขาจะต้องนำโปรเจกต์ของเขามาแยกเป็นส่วนๆ แล้วเกิดความรู้หรือการเรียนรู้ใหม่ว่า ถ้าทำแบบนี้



จึงเกิดแบบนี้ จากนั้นก็ประเมินต่อไปได้ว่าแล้วถ้าทำอีก ผลจะเป็นอย่างไร แต่การเรียนรู้ในระบบปัจจุบันที่เป็นอยู่ไม่ได้เอื้อให้เกิดสิ่งเหล่านี้ เพราะผู้เรียนสนใจเพียงว่าจะให้ท่องอะไรเพื่อจะจำได้ แล้วไปคายในห้องสอบ

การเรียนรู้ในคลาส NREM นักศึกษาจะได้ประเมินตั้งแต่แรก เขาจะรู้ว่าตัวเองรู้จำไหม เข้าใจไหม นำไปใช้ได้ไหม เมื่อนำทั้ง 6 ขั้นตอนนี้มาใช้ ชั้นเรียนนี้จะพานักศึกษาไปสู่ higher advanced learning

Action Project การลงมือทำของพวกเขา คือการสอบว่า เขาได้ใช้สิ่งที่เรียนไปลงมือทำบ้างไหม เมื่อลงมือทำแล้วมันเป็นอย่างไร ทั้งหมดนี้เป็นการสอบเพียงแต่มันไม่ได้อยู่ในรูปแบบที่เราคุ้นเคย การสอบแบบนี้

จะอยู่ในชีวิต ไม่ใช่เพียงแค่การท่องจำที่ท่องๆ ยัดๆ เข้าไปในหัว พอสอบเสร็จก็ลืม เป็นเพียงความจำระยะสั้นแต่ไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

.....

จิตรณา เก่งการนา:

หนูรู้สึกว่าที่ผ่านมาเราประเมินกันด้วยความรู้สึก ไม่ค่อยมีเหตุผล หรือเกณฑ์ที่ชัดเจน พออาจารย์พูดถึงการให้คะแนนของเราที่จะมีผลต่อเพื่อน มันทำให้เราต้องคิดถึงเกณฑ์ว่าทำไมเราจึงให้คะแนนเพื่อนแบบนั้น ซึ่งมันเหมือนกับสอนเราในการทำงานในอนาคต วันข้างหน้าเมื่อจบออกไปเราจะได้มีหลักเกณฑ์ที่แน่นอนในการประเมินคนอื่น ไม่ได้ทำไปเพราะอารมณ์ จะได้ไม่เป็นเพราะ ‘ก็ไม่รู้ ฉันรู้สึกว่ามันดี ฉันเลยให้’

นฤตม์ เหล่านิพนธ์:

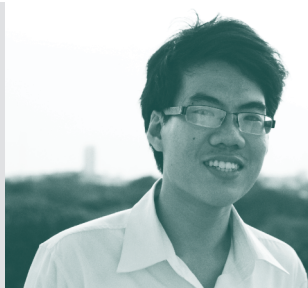
ตอนแรกที่ต้องให้คะแนนเพื่อน ผมก็มีเกณฑ์อยู่บ้างแล้ว แต่เมื่อได้ฟังการคุยในชั้นเรียน ฟังอาจารย์พูด ก็ยิ่งสร้างเกณฑ์ได้ชัดเจนมากขึ้น บางทีก็มีความรู้สึกเข้ามาเหมือนกันนะครับ เช่น สงสารน้อง แต่พอนึกถึงเกณฑ์ที่เราทำเพื่อทุกๆ คนก็รู้สึกว่ เกณฑ์เป็นเรื่องหนึ่ง ความรู้สึกเป็นอีกเรื่องหนึ่ง มันทำให้เรามั่นคงมากขึ้น

สุกฤษฎ์ แผ่ผ่องใส:

พอวิชานี้ไม่มีสอบ ผมก็รู้สึกว่าการสอบคือการประเมิน ทุกอย่างอยู่ระหว่างทางตั้งแต่ต้นจนจบ บางที่ผมก็รู้สึกว่า การวัดผลแบบที่ผ่านมาของการเรียนไม่ได้วัดอะไรสักเท่าไรนัก เช่น นักศึกษาคนหนึ่งเป็นคนที่วิเคราะห์เก่ง ความจำดี แล้วเขาก็เร่งอ่านหนังสือก่อนสอบ 5 วัน เทียบกับอีกนักศึกษาคคนหนึ่งซึ่งเป็นคนเข้าใจเนื้อหาวิชา เข้าใจแก่นแท้ของวิชา แต่เขาจำไม่เก่ง แต่ถ้าให้เวลาเขาจะอธิบายได้ วิเคราะห์ได้ --- การสอบในปัจจุบันบอกว่า เรามีเวลา 2 ชั่วโมง และคุณต้องสรุปทุกอย่างออกมาตอบ ดังนั้นคนที่ความจำดีแต่ไม่เข้าใจเขาจะทำได้ แต่คนที่ความจำไม่ดีเรียบเรียงไม่เก่ง จะตอบได้ยากมาก แต่เขารู้ เขาเข้าใจนะครับ แต่เขาก็จะได้คะแนนไม่ดี เกรดไม่ดี

NREM แบ่งคะแนนเป็น 3 ส่วน คือให้เราประเมินตัวเอง ให้เพื่อนประเมินเราและเราประเมินเพื่อน และมีส่วนที่อาจารย์ประเมินเราด้วย --- ผมชอบการประเมินแบบนี้ครับ มันเป็นความหลากหลายทาง

ชีวภาพด้วยเหมือนกัน คือเราฟังตัวเอง แล้วก็ฟังว่าเพื่อนเขาประเมินเราอย่างไร แล้วเราก็กลับมาฟังตัวเองอีก ผมรู้สึกว่า วิชานี้ให้คุณค่ากับความหลากหลายมากแม้กระทั่งการประเมิน (ยิ้ม) และผมชอบมากที่ให้โอกาสตัวเราได้ประเมินตัวเอง





คลาส NREM ทำให้พวกเราารู้สึกดีและยอมรับกับการประเมิน ใครๆ ก็รู้ว่าพวกเราเกลียดการประเมิน เพราะเมื่อเราถูกประเมินแย่ๆ ผู้ปกครอง ก็รู้สึกแย่ เพื่อนก็ดูถูก ครูก็ว่า ซึ่งทำร้ายกันมากเลย แทนที่การได้คะแนน น้อยจะเป็นการบอกว่า เออ..คุณได้คะแนนน้อยนะ คุณมีสิ่งที่จะต้องปรับปรุง แบบนี้ คุณมีอะไรที่ยังไม่เข้าใจหรือเปล่า คุณยังมีศักยภาพที่จะไปได้อีกนะ ถ้าคุณลองให้ความสนใจสิ่งนี้ --- ผมคิดว่าคะแนนน้อยน่าจะเป็นเครื่อง เหนี่ยวนำให้เกิดการพัฒนา ไม่ใช่ทำให้รู้สึกด้อยหรืออับอาย ผมว่าระบบ การศึกษาทำให้คนเป็นซึมเศร้าได้นะครับ

บรรณีย์ เหล่านี้พบ:

ผมก็ชอบมาก เพราะมันทำให้เราได้เห็นมุมที่เราไม่ได้เห็น ไม่ว่าเราจะคิดรอบคอบขนาดไหนแต่ถึงอย่างไรก็ต้องมีมุมที่เราไม่เห็นอยู่ดี โดยเฉพาะเมื่อมีทีมอาจารย์อยู่ด้วย ด้วยประสบการณ์ที่กว้างกว่าเห็นมาเยอะกว่า เขาก็ต้องเห็นอะไรมากกว่าเราอยู่แล้ว ซึ่งมันสุดยอดมาก เป็นการประเมินที่ดีมากๆ ไม่ได้ทำกันได้ง่ายๆ หรอกนะครับ คอมเมนต์ที่ได้มาหลายอย่างเอาไปใช้กับเรื่องอื่นๆ ได้ด้วย ไม่ใช่แค่เรื่องโปรเจกต์เท่านั้น การประเมินแบบนี้ช่วยเรามากเลย

วิศรดา เก่งการสน:

การประเมินแบบนี้ช่วยผู้ที่ถูกประเมินมากๆ เลยค่ะ เพราะบางทีแม้ว่าเราจะได้คะแนนดีมาก หรือเราเตรียมมาดีมาก แต่เราก็จะได้เห็นว่าในมุมมองของคนอื่นมันไม่ได้เป็นอย่างนั้นทั้งหมดหรอกนะ เป็นช่องทางที่เปิดให้เรายอมรับความจริง

หนูคิดว่าการที่เราเปิดที่จะรับฟังความจริงมันช่วยให้เราปรับปรุงและพัฒนาไปได้มากเลยคะ ดีกว่ามีแต่คำชมๆๆ หนูว่าการเรียนสิ่งนี้เป็นประโยชน์

ถ้าการประเมินแบบฉันทามติดีมากอย่างที่ว่ามา ทำไมเราจึงไม่เคยเรียนเรื่องนี้เลย และประเทศของก็แทบไม่มีการใช้ฉันทามติในการตัดสินใจประเด็นสำคัญๆ ของประเทศเลย

นฤมิต เหล่านิพนธ์:

ผมว่ามันเสียเวลาครับ (ฮา)

ผมคิดว่าการประเมินเพื่อหาอันดับตามติ อาศัยการฟังและการรู้จักใช้คำพูดมากๆ เวลาที่เราฟังในคลาส ทีมพี่ๆ ทีมอาจารย์ที่คอมเมนต์ เขามีการใช้คำพูดที่ทำให้คนที่ฟังไม่เจ็บ ไม่เป็นบาดแผล แต่ชี้ให้เห็นว่านั่นคือข้อบกพร่องที่เราน่าจะจะได้เรียนรู้ --- เรื่องนี้สำคัญนะครับ เพราะบางครั้งตัวเราเองประเมินตัวเอง เราวิจารณ์ตัวเอง เรายังเจ็บเลย เราจึงไม่ชอบการประเมิน มันเลยนำมาซึ่งการให้คะแนนแบบจบบๆ กันไป ไม่ต้องพูด ไม่ต้องรู้ ฝ่ายที่ถูกประเมินก็มีแต่คำถามในใจ นี่เราคงแย่มากใช่ไหม หรือยัง?

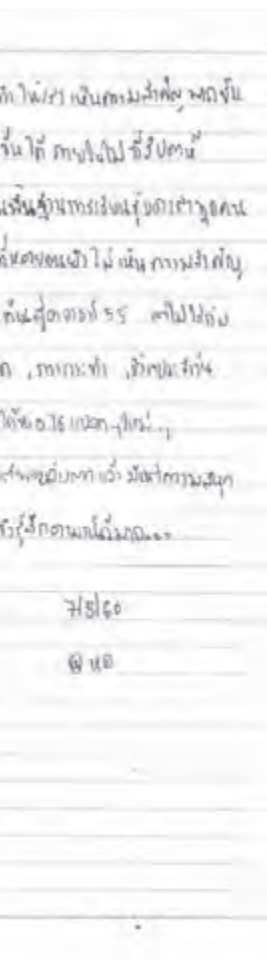
การประเมินแบบจับตามัดนี้ทำให้เราเข้าใจ ทำให้เรารู้สึกเต็มใจที่จะได้รับการประเมิน ไม่ใช่เรื่องคะแนนมากหรือน้อย แต่เรารู้ เราพอใจที่ได้คะแนนนี้ เพราะมันมีเหตุผล มีที่มา ทำให้เราเห็นว่าสิ่งที่เราได้ดีในสายตาคนอื่นคืออะไร สิ่งที่ยกพร่องคืออะไร บางครั้งเราคิดว่าเราเป็นอย่างหนึ่งแต่จริงๆ แล้วเราอาจจะเป็นอย่างหนึ่งก็ได้ในสายตาคนอื่น

ผมคิดว่าคนที่รับคำประเมินก็น่าจะต้องมีการฝึกตัวเองระดับหนึ่งนะครับ ต้องเห็นว่าเขาไม่ได้ต้องการจะทำร้ายเรา คนที่เป็นฝ่ายประเมินก็ต้องดูด้วยว่าเจตนาที่เราคอมเมนต์คืออะไร จะพูดอย่างไร ไม่พูดด้วยอารมณ์ เพราะการพูดด้วยอารมณ์ทำให้คนฟังเจ็บ แม้ว่าคนพูดจะไม่ได้มีเจตนาที่จะสร้างบาดแผลก็ตาม



ปิดคลาส

ความสุขจากการเรียนรู้ - สมุดบันทึกและ
บทสัมภาษณ์ลูกศิษย์ NREM16



ไม่เคยคิดว่าการอ่านหนังสือสักเล่ม จะเข้ามาตีแผ่ความรู้สึกได้มากแค่ไหน ไม่เคยคิดว่าการเรียนสักวิชาในตอนนี้นั้นจะนำออกมาใช้นอกห้องเรียน ห้องแล็บได้ ไม่เคยคิดว่าบางความรู้สึกจะเข้ามาสอดแทรกเกือบทุกการกระทำในชีวิตตอนนี้ พอหลับตาแล้วมองย้อนกลับไปตั้งแต่วันแรก ทุกความรู้สึกไหลมาทั้งหมด ตั้งแต่หนังสืออิชมาเอล ที่ไม่คิดเลยว่าจะทำให้ เราเข้าใจโครงสร้างทางความรู้สึกของตัวเราได้มากมายขนาดนี้

การพูดๆ กันทั้งคาบ ก็ไม่เข้าใจว่าจะได้ประโยชน์อะไร ข้อสรุปก็ไม่มี จนเมื่อเราเรียนรู้มันมาเรื่อยๆ เฮ้ยความรู้นั้นเกิดเมื่อเราฟังเป็น นีนา วงสนทนา มันไม่ได้มีให้เราพูดอย่างเดียว แต่มันมีให้เราฟังคนอื่นด้วย แล้วการที่เราฟังนี้แหละทำให้เราเข้าใจอะไรหลายๆ อย่าง เชื่อมโยงได้เห็นความสำคัญแล้วพอเราใส่เรื่องราวธรรมชาติเข้ามาในนี้ก็ ทำให้เราเข้าใจมันเปลี่ยนไปด้วย นี่ไงเลยทำให้มันเข้ามาอยู่ในทุกการกระทำตอนนี้เลย แปลกเหมือนกันบางเรื่องที่เรารู้มาทั้งชีวิตว่ามันดี เช่น การอนุรักษ์ธรรมชาติ เก็บขยะ แยกขยะ เราก็ไม่เคยได้ทำหรือให้ความสำคัญเท่าที่ควรแต่พอมาเรียนไม่ก็สัปดาห์มันกลับทำให้เราเห็นความสำคัญมากขึ้นและจริงจังกับมัน จนเกิดการกระทำนั้นขึ้นมาได้ภายในไม่กี่สัปดาห์

น่าจะดีนะค่ะ ถ้าเราให้การเรียนแบบนี้เป็นพื้นฐานการเรียนรู้ของเราทุกคนเพื่อสร้างความเข้าใจให้เราก่อน แต่เสียดายที่หลายคนยังไม่เห็นความสำคัญหลายคลาสที่เราเรียนรู้แล้วผ่านไปความรู้อาจจะลบล้างหายไป อาจารย์ ชำ ชำ แต่ไม่ใช่กับคลาสนี้แน่นอน มันเข้ามาอยู่ในกระบวนการคิด การกระทำ ชีวิตประจำวัน ขอบคุณมากค่ะ ที่ทำให้หนูกล้าในหลายอย่างได้ทำอะไรแปลกแปลกใหม่ใหม่ มีหลากหลายอารมณ์เกิดขึ้น นั่นแหละค่ะ แต่พอหลับตาแล้วมีแต่ความสนุกของการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ไหลเข้ามา วันนั้นจึงรู้สึกอารมณ์ดีมาก

ปรากฏการณ์น้ำเงินนี้เกิดขึ้นเมื่อเราสิ้นน้ำทะเลไปก่อนหน้า class สุดท้ายของ NREM จากที่สุกตื้นเป็นการ check-out ๐.๑๐ ชั่วโมงถึงออกทำเวลาด้วย เทเลพูนอะไร ออกไปได้ไม่หมดเลย สำหรับเหตุการณ์ที่ฉันมี คนถามว่าฉันนี้ ผ่อนอะไรบ้าง ก็คิดถึงคำตอบได้ยากเหมือนกัน แต่คำถามว่าฉันนี้ เรียบแล้วได้อะไรบ้าง คงใช้เวลาตอบได้ไม่นานมากจนเหมือนกัน สิ่งที่เราเรียนรู้ด้วยตัวเรา เป็นวิชาที่ class พยายามรู้จักกับประตูป่าๆ เปิดใจดูว่า ข้างในมีอะไร คนไหน ก่อนนอน ก็จะเดินเข้าไปเก็บ item จากแต่ละประตูได้เสมอ คนไหนที่ขี้กลัว ขี้หวาดกลัว Zone ก็จะเอา item กลับมาได้บ่อย มันก็จะต่างจากวิชาอื่นที่เราเดินเข้าแถว มีอาจารย์เป็นนักเวทย์ลึกลับเราเข้าไปดูที่ประตู item จำนวนมาก ด้วยระยะเวลาที่รวดเร็ว เรายังเก็บมาได้ไม่หมด ต้องกลับมาอ่านหนังสือ มาทำการบ้านของตัวเอง ถามว่าทำไม แบบชันไนตักกว่ากัน ก็ยังไม่ได้อะไร ถ้าในทฤษฎีในมหาวิทยาลัย เน้นแบบนี้หมดคิดว่าเรียนวันละ ๑ วิชาชั้นมัธยมแล้ว ถ้าเรียน ๑ คลาส ทุกวัน ก็จะไม่ไหว นานมาก ทำการบ้านไม่ทัน ๕๕ ถ้ามีรุ่นน้องมาถามถึงว่าเรียนว่าฉันนี้ ดีจัง ก็คงจะบอกเหมือนเดิมที่อาจารย์บอกเราในนั้นนะ ช่วงเวลา ๐๕ น. ต้องมีการรับฟังข้อ C อย่างมาก) ด้วย ต้องเข้าเรียนในโรงเวลา ต้องวิ่งทุกบ่ายวันพุธ

แต่เชื่อว่าฉันจะเปลี่ยนทัศนคติของคนที่มาเรียนได้จริงๆ ทุกอย่างมันเริ่มจากระดับบุคคล ล่ำสุดได้คุยกับเพื่อนเรื่องสิ่งแวดล้อม เพื่อนตอบคล้ายกับความคิดของเราในวันแรกที่มาเรียนเลย คือตอนที่เราแก้ไขที่ตัวเรา พวก Head ที่สร้างปัญหาในระดับประเทศมันก็ช่วยๆ แต่พอมาเรียนเราก็คิดได้ว่า ถึงคนมีอำนาจจะช่วยยังไว แต่มันก็ไม่ใช้เหตุผลที่เราจะไม่ทำอะไรเลยเพื่อช่วยสิ่งแวดล้อมนี้

ถึงมันจะเศร้าๆ ตรงที่บางอย่างก็ไม่สามารถแก้ไขได้แล้ว อย่างที่เพิกบกบอกเรื่องค่า CO₂ ในอากาศที่เพิ่มจะมากขึ้นไปนะ หรือ Great barrier reef ที่ประกาศว่าตายแล้ว (รอบที่เท่าไรก็ไม่รู้) สิ่งที่น่ากลัวขนาดนี้ก็แทบจะไม่ได้ช่วยเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกและพฤติกรรมของคนทั่วไปเท่าไรเลย เรารู้ถึงปัญหา เราต่างก็รู้ เหตุใดจึงเพิกเฉยกันอยู่เล่า

.....



ทราบจากศิษย์เก่าว่า นักศึกษาของชั้นเรียน NREM จะกลับมาเจอกันปีละ 2 ครั้ง ช่วงกลางปีและปลายปี อยากเรียนถามอาจารย์ว่า ความคิดเบื้องหลังของสิ่งนี้คืออะไรคะ

ผมคิดว่ามนุษย์ต้องมีการเรียนรู้ตลอดชีวิต ชั้นเรียนเป็นการมาเจอกันในช่วงเวลาสั้นๆ ซึ่งก็ดีมากครับ แต่ผมก็อยากให้เขามีการศึกษาอย่างต่อเนื่องด้วย

การออกไปใช้ชีวิตนอกมหาวิทยาลัยนั้นไม่ง่าย และการเดินทางตามลำพังก็เป็นเรื่องยาก การมีกลุ่ม มีชุมชนที่ไว้เนื้อเชื่อใจที่จะคอยช่วยเหลือกันจะช่วยได้มาก คนที่จบออกไปแล้วพอได้กลับมาเจอกันก็คล้ายการกลับมาเจอกันที่แหล่งน้ำ ได้กลับมาชาร์จพลัง แน่นอนว่าแหล่งพลังงานที่ดีที่สุดนั้นอยู่ภายในตัวเรา แต่ชุมชนคือส่วนที่จะช่วย ที่จะเกื้อกูลให้แต่ละคนกลับมาเชื่อมโยงกับแหล่งพลังในตัวเองได้ดีขึ้น เพราะในสังคมปัจจุบันนี้เราจะรู้สึกแปลกแยก โดดเดี่ยว ท่ามกลางฝูงชนได้ง่าย

ศิษย์เก่าหลายคนพูดว่า เขาเพิ่งจะเข้าใจสิ่งที่พูดไว้ในชั้นเรียนก็เมื่อเขาจบไปแล้ว เพิ่งเข้าใจสิ่งที่ผมพยายามบอกว่า ‘มันสำคัญนะ’ ก็เมื่อได้ใช้ชีวิตคนทำงาน ตอนเรียนเขาไม่เห็นความสำคัญเพราะยังไม่มีประสบการณ์ชีวิต ต้องรอจนมีประสบการณ์ชีวิตจึงจะเข้าใจสิ่งที่เคยเรียนแล้วเขาจะกลับไปทำความเข้าใจสิ่งนั้นใหม่อีกครั้งแล้วก็เกิดเป็นการเรียนรู้และเข้าใจใหม่ การมาเจอกันแบบนี้ก็เรียกว่าเป็นชุมชนผู้ปฏิบัติ (community of practice) รูปแบบหนึ่ง ครับ

*ขณะนี้คลาส NREM ปิดคอร์สแล้ว คิดว่าตัวเราและเพื่อนๆ ของเราที่
เรียนด้วยกันมีการเปลี่ยนแปลงบ้างไหมคะ*

บุรณีย์ เหล่านิพนธ์:

พวกเราก็เปลี่ยนทางความคิดกันทุกคน จากที่เคยมองอยู่มุมเดียว
ก็เห็นมุมอื่นมากขึ้นและยอมรับแง่มุมใหม่ๆ นั้นด้วย แต่เพื่อนบางคนก็
ดูจะเปลี่ยนมากในเชิงพฤติกรรม คือมีลักษณะของการรณรงค์อยู่เนืองๆ
ตลอดเวลา

จิตรณา เก่งการนา:

คลาสนี้ส่งผลกับทุกคน เปลี่ยนมากน้อยต่างๆ กันไป หนูคิดว่าโปรเจ็ค
ของทุกคนเป็นสิ่งที่ทำให้เปลี่ยนอย่างมาก ตัวหนูเองทำเรื่องกระตักน้ำ ก็
ชวนคนอื่น ในคลาสก็ชวนกันใช้

เพื่อนสนิทของหนูคนหนึ่งก็เปลี่ยนมาก เราคุยเรื่องชั้นเรียนน้อย
ปกติเขาเป็นหัวเศรษฐกิจ เวลาเราคุยกัน เขาก็ไม่ค่อยเห็นด้วยกับหนู
แต่พอได้อ่านนิชมาเอล หนูว่าสิ่งนี้เป็นปัจจัยที่พลิกความคิดของเขา

*การเรียนการสอนแบบคลาส NREM จะนำไปใช้ในชั้นเรียนอื่นๆ ได้ไหม
คะ*

นฤมล เหล่านิพนธ์:

ผมอยากให้มีการเรียนการสอนแบบนี้เพิ่มขึ้น แต่ไม่ควรเกิดขึ้น
เพราะการบังคับ เพราะเด็กไทยไม่ได้ถูกฝึกมาให้เรียนแบบนี้ ถ้าเขาไม่
ชอบ ไม่อยากเรียน ไม่สนใจ ก็จะได้อะไรเลย ชั้นเรียน NREM เปิดให้
ได้ลองเรียน ให้ผู้เรียนได้ตกลงใจ และผู้สอนก็คัดเลือกด้วย คลาสของ
เราก็เลยไปได้ อย่างไรก็ตาม ผมก็เห็นว่าคลาสเรียน NREM ดีมากครับ
ดีมาก ๆ เพียงแต่อาศัยเวลาและค่อยเป็นค่อยไป

จิตรภา เก่งการนา:

หนูคิดว่าต้องอาศัยทั้งตัวครูและตัวนักเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัว
นักเรียน ถ้าเขาไม่เปิดใจที่จะเรียน ไม่เปิดใจที่จะฟัง เขาแทบจะไม่ได้อะไร
เลยจากการเรียนรู้แบบนี้

ครูต้องเป็นคนที่ทำในสิ่งที่ตัวเองสอนได้ เช่น ครูบอกว่าเราควรฟัง
โดยไม่ตัดสิน ถ้าครูทำไม่ได้ ครูเอาตัวเองเป็นหลัก การเรียนการสอน
แบบนี้ก็คงเป็นไปได้ยากเลย

บรรณีย์ เหล่านี้พบ:

ครูคงต้องกลับมาโฟกัสที่ตัวผู้เรียนมากๆ ดูว่าเขาสนใจอะไร พร้อมแค่ไหน ไปต่อได้แค่ไหน ต้องมีกลยุทธ์พอสมควรเลยครับ

ชั้นเรียน NREM เหมาะกับคนแบบไหน และ ไม่เหมาะกับคนแบบไหน

สัณห์สินี บุญกิจ:

เหมาะกับคนที่เปิดใจ พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง พร้อมที่จะยอมรับตัวเอง ยอมรับคนอื่น ต้องเป็นคนที่พร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงเพราะตลอดการเรียนรู้เราจะพบแต่การเปลี่ยนแปลงทั้งตัวเราและคนรอบๆ ตัวเรา ถ้าเราไม่ยอมเปลี่ยนแปลง เราจมปลักอยู่กับตัวเองเรียนคลาสนี้ก็จะไม่ได้อะไร

สุธินี ศิริโสตา:

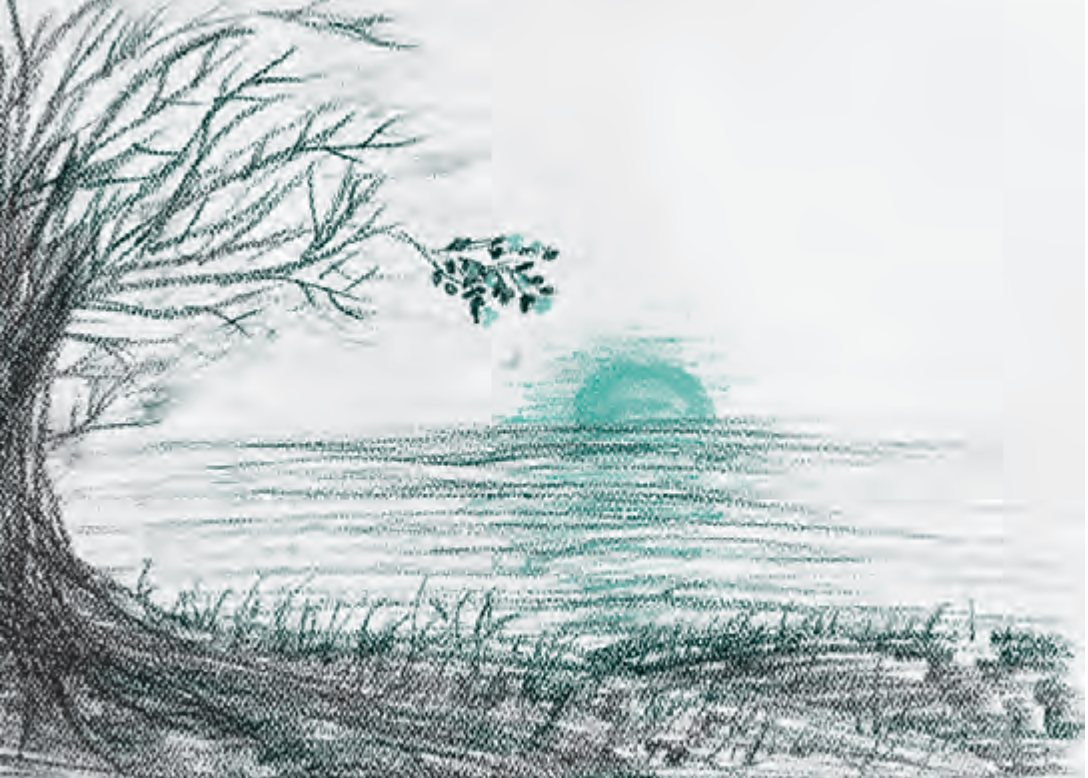
หนูว่าคลาสนี้เหมาะกับคนที่มีเวลาที่จะให้กับคลาสนี้ค่ะ คือเราทุกคนก็มีเวลาเท่ากันแหละนะ แต่บางคนอาจจะเอาเวลาไปลงกับเกมส์ ก็คงไม่ค่อยเหมาะกับคลาสนี้ อย่างน้อยถ้าจะเรียนวิชานี้ก็ต้องว่างทุกบ่ายวันพุธ “ต้อง ว่าง ทุก บ่าย วันพุธ” (หัวเราะ) ถ้าทำอย่างนี้เราก็จะได้ประโยชน์จากชั้นเรียนมากๆ เลยค่ะ

หนูเองหัวดี้อ เอาเหตุผลตัวเองนำ พอเรียนแล้วตัวหนูยังเปลี่ยนเลย

คะ หนูคิดว่าคลาสนี้ก็เหมาะกับทุกคนแหละ แต่ต้องมีเวลาคะ

รัชพล ปลุกอ้อม:

เหมาะกับคนที่อยากเจออะไรใหม่ๆ อยากลองเจอสิ่งที่ต่างไปจากเดิม
จริงๆ ก็ไม่ได้จำกัดว่าต้องเป็นคนแบบไหน แต่อย่างน้อยก็ต้องอยากเรียน
รู้ตัวเอง สนใจชีวิต สนใจว่าเราจะทำอะไรได้บ้าง และก็สนใจอยากจะเข้าใจ
ผู้อื่น เหมาะกับคนที่อยากให้เห็นองค์ประกอบของโลก คน ความสัมพันธ์
ไม่เหมาะกับคนที่ไม่อยากรับรู้ ไม่อยากเปลี่ยนแปลง ไม่เหมาะกับ
คนที่ออกจะสิ้นหวัง ยอมแพ้ เห็นว่าโลกก็เป็นแบบนี้



รูปนี้เกิดขึ้นมาในหัวอยู่บ่อยๆ มันเกิดขึ้นเป็นประจำในเวลาที่ผมคิด
เรื่อยเปื่อยอยู่คนเดียว เป็นรูปต้นไม้ยูริมิซาย ด้านหน้าเป็นทะเล มีดวง
อาทิตย์ใกล้ตก เป็นภาพที่ผมคิดถึงที่ใครก็รู้สึกหดหู่มาก (ซึ่งก็ไม่ว่าทำไม
ถึงคิดออกมาเป็นรูปแบบนี้) ผมว่ามันแสดงถึงความผิดหวังของโลกใบนี้
มันใกล้จบลงไป แต่ในคลาส NREM ผมเติมดอกไม้ช่อเล็กๆ ไว้ที่กิ่ง กิ่ง
หนึ่งเพื่อแสดงให้เห็นว่าภายใต้ความผิดหวัง มีดมน ยังคงมีดอกไม้บานให้
เห็นความสวยงาม ความสดใส ผมได้แรงบันดาลใจมาจากเพลงดอกไม้
จะบานที่ไม่ว่าใครเป็นคนแต่ง แต่ทุกครั้งที่ผมฟังมันดูเป็นเพลงที่ให้
ความหวังสำหรับคนรุ่นใหม่ๆ มาก (แต่ในใจก็แอบคิดว่าทำไมให้
ความรู้สึกเหมือนเพลงแนวการเมือง) ผมก็เลยเลือกรูปนี้มาเติมดอกไม้
ครับ หวังว่าคลาสนี้และตัวผมจะเป็นหนึ่งในดอกไม้ของช่อนั้น

We are the leaf of one tree.

We are the wave of one sea.

We are the star of one sky.

The time has come for all to live as one.

VI

ความสุขของการเป็นครู



อยากถามอาจารย์เอเซียว่า ทำไมถึงยังเป็นครู ยังคงสอนนักศึกษาเป็น
ครั้งคราว ทั้งที่ลาออกจากราชการแล้วและมีการงานอื่นๆ ให้ทำอีกเยอะ
แยะ

คำตอบแรกก็คือ เป็น เสียงเพรียกจากภายในที่บอกว่า ‘เราควรจะทำ
สิ่งนี้’

ถ้าตอบอีกแบบหนึ่งก็คือ การเป็นครูเป็นภารกิจของชีวิต คำว่า
‘ภารกิจของชีวิต’ บางคนอาจจะผ่านการคิด วิเคราะห์ ประเมิน แต่สำหรับ
ผม ผมไม่ได้คิดแบบนั้น --- สำหรับตัวผม ภารกิจของชีวิต หมายถึง

การพาตัวเองไปอยู่ในสนาม พาตัวเองไปอยู่ Flow ไปอยู่ในที่ที่เราควรจะอยู่ และเมื่อเราไปอยู่ตรงนั้นแล้ว เมื่อเรายอมให้ตัวเองอยู่ในเงื่อนไขปัจจัยและบริบทนั้นๆ แล้ว จักรวาลก็จะเผยปรากฏผ่านคุณ เราก็จะได้ทำงานบางอย่างที่จักรวาลส่งให้เรามาทำ --- ฟังคุณิวเอง นอกโลกไปสักหน่อยนะครับ (ยิ้ม) สำหรับผม **ภารกิจแห่งชีวิตเกิดขึ้นผ่านการใช้ชีวิต ไม่ได้เกิดขึ้นเพราะการวิเคราะห์** ไม่ใช่เพราะผมเรียนจบด้านนี้ ผมถนัดสิ่งนี้ ถ้าทำเรื่องนี้แล้วจะเกิดประโยชน์ต่อสังคม บลา บลา บลา --- บางทีภารกิจของชีวิตเกิดเพียงว่า **เราทำสิ่งนี้ได้ดี เราชักที่จะทำ เมื่อทำแล้วมันเกิดประโยชน์ต่อโลก**

ตอบแบบมนุษย์ก็คือ **การเป็นครู เป็นสิ่งที่เราจะสร้างประโยชน์ให้โลกและเพื่อนมนุษย์ได้ดีที่สุดอย่างหนึ่งที่เรทำได้**

สำหรับคนที่ต้องเป็นครูโดยความจำเป็น ไม่ได้อยากทำแต่จำต้องทำ อาจจะเพราะเรียนจบมาทางด้านนี้ จັบพลัดจັบผลต้องเป็นครู-อาจารย์ เพื่อใช้หนี้ ใช้ทุน ฯลฯ ครู-อาจารย์เหล่านี้จะวางใจอย่างไร

คนที่เป็นครูตามเงื่อนไขปัจจัย อาจจะเพราะทุนบังคับ หรือเพราะครอบครัวบังคับ หรือเพราะการศึกษาบังคับใดๆ ก็ตาม ผมคิดว่าอาชีพครูเป็นโอกาส เป็นสนามที่ให้คนๆ นั้น ได้เปล่งศักยภาพ ให้เขาได้ประโยชน์ และให้ประโยชน์ ทั้งกับตัวเองและ/หรือคนอื่น ไม่ว่าเขาจะเลือกเองหรือเงื่อนไขบังคับ แต่ไหนๆ ก็ต้องทำแล้ว ก็ดีกว่ามิใช่หรือที่จะทำด้วยความตั้งใจใสใจตามเงื่อนไขที่มี ณ ตรงนั้น แทนที่จะมัวจดจ่ออยู่ว่าเราไม่ยอมทำ

“

มีนักศึกษาในคลาสของผมคนหนึ่ง เธอเป็นเด็กดี เรียบร้อย เป็นผ้าพับไว้ การพูดแบ่งปันในชั้นเรียนทุกครั้งแทบจะเป็นเรื่อง เดิมประเด็นเดิม จนผมมีความรู้สึกที่แค่เธออำปากผมก็รู้แล้วว่า จะได้ฟังอะไร สิ่งที่ผมมักจะทำโดยไม่รู้ตัวก็คือ เมื่อนักศึกษาค คนนี้เริ่มพูด ผมก็ลุกไปเข้าห้องน้ำ หรือเช็ดมือถือ หรือก้ม ตรวจการบ้าน เหล่านี้ผมไม่ได้ตั้งใจ แต่มันเป็นพฤติกรรม unconscious ของผม เป็นระบบขับเคลื่อนอัตโนมัติ วันหนึ่ง เขากถามผมว่า “อาจารย์ไม่ชอบหนูหรอกนะ เพราะทุกครั้งทีหนูพูด อาจารย์ไม่สนใจหนู” ตอนนั้นผมรู้สึกหน้าชา เหมือนถูกตบหน้า กลางที่สาธารณะ

”

เราทำเพราะเงื่อนไข บลา บลา บลา ลองย้ายพลังงานไปที่ใหม่ ลองตั้งหลักเสียใหม่ว่า นี่คือนานที่อยู่เบื้องหน้า เป็นสิ่งดีงาม เป็นโอกาสในการ สร้างความดีงามในโลก ก็ทำไปก่อน แล้วถ้ารู้สึกที่ไม่ใช่ ก็ค่อยๆ สำรวจ ไปว่าแล้วเราเหมาะที่จะทำอะไร แทนที่จะทำแบบเสียไม่ได้ ไม่เต็มใจ ก็ให้ ทำอย่างเต็มที่ แล้วหากไม่ใช่ก็ค่อยเลื่อนไปทำอย่างอื่น ไม่เสียหายอะไร

สำหรับผม การสอนวิชานี้เหมือนการขึ้นรถไฟเหาะตีลังกา อุดมไปด้วยความตื่นเต้น น่าสนใจ แต่พร้อมกันนั้นก็เต็มไปด้วยความหวั่นไหว และหวั่นกลัว ทุกครั้งก่อนเข้าชั้นเรียนคุณไม่มีทางรู้หรอกว่าชั้นเรียน ของวันนี้จะเป็นอย่างไร ไม่มีทาง --- อาจจะมีเด็กร๊ว อีโม (emotional)

หรือแม้แต่ตัวเราจะเป็นอย่างไรบ้าง เราอาจจะคาดเดาการเรียนการสอนได้บ้าง เตรียมการได้ แต่หลายต่อหลายครั้งที่คลาสไม่ได้จบอย่างที่คาดไว้เลย บางทีแค่เซ็คอนก็ปาเข้าไป 2 ชั่วโมง เพราะมีเรื่องที่จะต้องดูแล และทำให้เข้าใจได้จริงๆ ว่าทำไมครูจำนวนมากจึงไม่ยอมสอน ไม่กล้าสอน เพราะชั้นเรียนที่มีชีวิตนั้นพร้อมจะทำให้เราหน้าแตก ทำให้เรารู้ว่าเราไม่มีความสามารถ เราโง่ เราน่าอาย

ทุกครั้งที่เข้าชั้นเรียน บางครั้งผมรู้สึกเหมือนเข้าสู่สนามรบ เพราะไม่มีทางรู้เลยว่าในชั้นเรียนวันนี้จะเกิดอะไรขึ้น เด็กคนไหนจะวิน ต่อมไหนของเราจะถูกกระตุ้นเป็นพิเศษ ด้านหนึ่งคือการเข้าไปทำหน้าที่ผู้สอน แต่อีกด้านก็เป็นการเข้าชั้นเพื่อเรียนรู้ตัวเองอย่างมาก เพื่อที่ตัวผมจะได้รู้จักตัวเอง ได้เห็นสภาวะของตัวเองที่ขึ้น-ลง ได้รู้ว่าความรู้ของเราลึกแค่ไหน เราฝึกตัวเองมาแค่ไหนแล้ว ทุกครั้งของการเข้าชั้นเรียนในบริบทของการเป็นครู ผมมีเรื่องให้เรียนมากมายมหาศาล เพียงแค่เราหรีความคิดที่ว่าเราถูกบังคับให้มาสอน หรีความไม่พอใจของเรา แล้วหันมามองสิ่งที่เราได้เรียนรู้ตรงหน้า หากครูได้มองความสุขในการเป็นครูในทิศทางแบบนี้บ้าง ชีวิตครูก็มีความสุขมากครับ และเป็นความสุขที่หาได้ง่ายมาก เป็นความสุขสำเร็จรูป ทันทีทันใด ไม่ต้องเติมน้ำร้อนด้วยซ้ำ (ยิ้ม)

การจะมีความสุขสำเร็จรูปอย่างที่อาจารย์ว่ามา คนเป็นครูต้องเตรียมตัวอย่างไร

เราต้องมีวิธี grounded เช่น หัดการอยู่กับเนื้อกับตัว ทำการบ้าน

เตรียมใจ และยอมรับความจริง ผมคิดว่า Honesty is the best policy (ความสัตย์ซื่อจริงใจเป็นนโยบายที่ดีที่สุด) บอกกับนักศึกษาของเราว่า อะไรกำลังเกิดขึ้น เรากำลังรู้สึกอย่างไร **ชั้นเรียนนี้เป็นชั้นเรียนของผม (ผู้สอน) เท่าๆ กับเป็นชั้นเรียนของนักศึกษาด้วยเช่นกัน** สิ่งนี้ทำให้ครูได้เชื่อมโยงกับตัวเอง เรียนรู้ตัวเองมากขึ้นเรื่อยๆ

มีนักศึกษาในคลาสของผมคนหนึ่ง เธอเป็นเด็กดี เรียบร้อยเป็นผ้าพับไว้ การพูดแบ่งปันในชั้นเรียนทุกครั้งแทบจะเป็นเรื่องเดิมๆ ประเด็นเดิม จนผมมีความรู้สึกที่ว่าแค่เธออำปากผมก็รู้แล้วว่าจะได้ฟังอะไร สิ่งที่ผมมักจะทำโดยไม่รู้ตัวก็คือ เมื่อนักศึกษาคนนี้เริ่มพูด ผมก็ลุกไปเข้าห้องน้ำ หรือเช็คมือถือ หรือก้มตรวจการบ้าน เหล่านี้ผมไม่ได้ตั้งใจ แต่มันเป็นพฤติกรรม unconscious ของผม เป็นระบบขับเคลื่อนอัตโนมัติ วันหนึ่งเขาถามผมว่า “อาจารย์ไม่ชอบหนูหรอกนะ เพราะทุกครั้งที่หนูพูดอาจารย์ไม่สนใจหนู” ตอนนั้นผมรู้สึกหน้าชา เหมือนถูกตบหน้ากลางที่สาธารณะ ผมอาย ตอนนั้นเหมือนผมกำลังอยู่บนทางแยก ทางหนึ่งคือกลบเกลื่อน เสแสร้ง อีกทางหนึ่งคือซื่อสัตย์และจริงแท้กับตัวเอง ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่าย ผมเลือกทางที่สอง ผมขอโทษเธอ และผมบอกว่าผมจะพยายามทำให้ดีขึ้นได้อย่างไร --- มันไม่ง่ายหรอกนะครับเมื่อเรื่องราวแบบนี้เกิดกับเรา มันยากทีเดียว

ครูต้องมี orientation ที่ดีสำหรับตัวเอง ฝึกที่จะรู้และเข้าใจกลไกการเกิดความทุกข์ในตัวเรา เมื่อมีความคาดหวังเราจะทุกข์ ผมคิดว่าสิ่งที่ครู

น่าจะทำคือ เราน่าจะร่วมกันสร้างชั้นเรียนให้เป็นพื้นที่เรียนรู้ร่วมกันของเรากับนักเรียน สร้างสรรค์สิ่งดีๆ ด้วยกัน เฝ้ามองความมกงามที่จะเกิดขึ้น จะออกได้มากน้อยก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง

เราจะทุกข์ถ้าตั้งความหวังว่าอยากให้งอกทั้งร้อยเปอร์เซ็นต์ หรือออกสักห้าสิบเปอร์เซ็นต์ แต่ถ้าเรามองเสียใหม่ให้เป็นการเรียนรู้ร่วมกัน เรียนรู้ว่าองค์ประกอบแบบไหนที่จะทำให้งอกเร็ว องค์ประกอบแบบไหนงอกช้า องค์ประกอบแบบไหนไม่งอก

ทุกครั้งที่จบการสอน คนใกล้ชิดจะรู้ว่าสภาพภายนอกของผมคือนอนสลบเหมือด เหมือนถูกสูบพลัง แต่ภายในนั้นมีความสุขมาก เป็นความสุขทะเลซาร์ต ซึ่งผมมีความสุขอย่างนี้หลายต่อหลายครั้งแม้ว่าจะมีเรื่องยากๆ ในคลาสก็ตาม การสอนทุกครั้งใช้พลังเยอะมากเพราะเราต้องให้ความสนใจกับคนทุกคน ตลอดเวลา 3-4 ชั่วโมง เราต้องรักษาพลังในคลาส และรักษาระดับพลังของตัวเองตลอดเวลา เหนื่อยมากครับแต่พร้อมกันนั้นมันก็ให้ผลตอบแทนที่คุ้มค่ามาก ในมิติหนึ่งมันจึงเป็นการทำงานที่ให้พลังมาก แต่พร้อมกันนั้นมันก็สูบพลังในขณะนั้นๆ เยอะมากด้วย ถ้าจะเทียบกับการรูดบัตรเครดิตก็คือ เรารูดบัตรจนเต็มวงเงินแต่การรูดบัตรนั้นทำให้เราได้วงเงินเพิ่มขึ้นด้วย

ผมคิดว่า มนุษย์ควรเรียนรู้ที่จะหาความสุขจากสิ่งที่มี จากตรงนี้ ขณะนี้ คนจำนวนมากทุกข์เพราะโหยหาสิ่งที่ผ่านมาแล้ว หรือไขว่คว้าสิ่งที่ยังมาไม่ถึง หาความสุขที่(อาจจะ)อยู่ในอนาคต **ความสุขของคนเป็นครู**

คือ การเป็นครู การได้อยู่กับนักเรียนที่อยู่ตรงหน้า ตรงไปตรงมามากเลย
ครับ ถ้าครูไม่มีความสุขกับการเป็นครูแล้วเราจะหาความสุขจากที่ไหน
เราทำให้วิชาชีพครูเป็นทางออกของชีวิตได้นะครับ อาชีพครูเป็นอาชีพที่
สร้างความสุขได้ง่าย ทั้งความสุขที่เกิดจากการเป็นครู ความสุขจากการ
ทำงาน และ ความสุขจากการเรียนรู้

VII

ผลสืบเนื่องจากคลาส NREM

คืนสู่เหย้า

สัมภาษณ์พิเศษเก่า NREM

พัฒนบัญญญ เพื่อกสูงเนิน (เมย์)

เจ้าหน้าที่พัฒนาองค์กรธุรกิจเซรามิค
บริษัท เซรามิคซิเมนต์ไทย จำกัด
สมัยเก่า NREM04



อยากให้เมียเล่าถึงสถานการณ์ชีวิตปัจจุบัน ทำงานที่ไหน รับผิดชอบอะไรบ้าง

ขณะนี้ทำงานเป็นพนักงานบริษัทเอกชน เป็นนักพัฒนาองค์กร มีหน้าที่หลักคือจัดฝึกอบรมให้กับพนักงานระดับหัวหน้างาน (supervisor) ที่อยู่ในเครือ SCG (บมจ.ปูนซิเมนต์ไทย) เพื่อจะให้เขาเป็นหัวหน้าที่ดี ฟังลูกน้องเป็น มีทักษะพื้นฐานในการเป็น life coach และ performance coach ให้เขาดูแลลูกน้องได้ทั้งในมิติของการทำงานและการแก้ปัญหาชีวิต เพื่อให้พนักงานระดับล่างมีความสามารถที่จะพัฒนาและขยายศักยภาพของตนเองได้ --- ปัญหาที่แท้จริงของพนักงานที่เป็นแรงงานสำคัญในสายการผลิตไม่ใช่เรื่องทักษะความรู้ในการทำงานเท่านั้น แต่ส่วนใหญ่มักติดเรื่องปัญหาส่วนตัว ปัญหาครอบครัว หนี้สิน เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นซ้ำๆ มา เช่น ติดอบายมุข เป็นหนี้ ล่าออกเพราะหนี้หนี้ เกิดปัญหาครอบครัว ดังนั้น การให้ทักษะชีวิตจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เขาดูแลตัวเองได้และดูแลลูกน้องได้

การอบรมที่ให้เฉพาะความรู้ เทคนิค ในการทำงานเป็นการส่งเสริมให้พนักงานทำงานเก่งขึ้น แต่ถ้าเขาแก้ปัญหาชีวิตไม่ได้ หนีปัญหาชีวิตตัวเองไม่พ้น แบกเอาความทุกข์จากบ้านมาทำงานด้วย เขาก็จะทำงานไม่ได้ อยู่ดี ถ้าหัวหน้ารู้จักฟังลูกน้อง มีความสามารถที่จะเห็นปัญหาและความซับซ้อนของปัญหา เขาจะช่วยลูกน้องได้มากกว่า เช่น ปัญหาเรื่องลูกน้องติดหนี้ การเคลียร์หนี้ไม่ใช่การเอาเงินไปยื่นให้ลูกน้องไปใช้หนี้ แต่ทำให้

ลูกน้องตระหนักถึงขั้นตอนของการก่อหนี้ภายในตัวเขา ชวนพูดคุยเพื่อให้
ลูกคิดและหาวิธีเคลียร์หนี้ได้ด้วยตัวเอง สิ่งนี้จะช่วยให้ลูกน้องภูมิใจและ
มีความสุขในตัวเอง ชีวิตดีขึ้น แล้ว performance ของการทำงานก็ดีขึ้น
ตามมา ดังนั้นการให้ soft skill ที่ดูเป็นการทำงานด้านใน ไม่ได้เกี่ยวกับ
เทคนิคการทำงานแต่จริงๆ แล้วมันมีความเชื่อมโยงกันมาก

มีพี่หัวหน้าคนหนึ่ง พอเดินเข้าไปในโรงงานลูกน้องเห็นก็อยากเดิน
หนี เพราะแกมีปฏิสัมพันธ์กับลูกน้องแบบเดียวคือสั่งงาน ชักใช้เงินลูก
น้องจนเต็มแล้วแกก็โมโห เพราะเป็นคนจริงจังอยากให้งานออกมาดี เมื่อ
มาอบรมก็เห็นผลกระทบที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมของตัวเองก็พยายาม
เปลี่ยนตัวเองใหม่ กลับไปจัดที่นั่งในหน่วยงานให้ใกล้ชิดลูกน้องมากขึ้น
เปิดใจพูดคุยกับลูกน้อง ชมลูกน้องในสิ่งที่ทำได้ดี ตอนนั้นลูกน้องกล้า
คุยกับเขามากขึ้น เวลาติดปัญหาในงานก็กล้าเล่าให้ฟังแล้วช่วยกันหา
ทางแก้ปัญหา---เวลาได้ยินเรื่องแบบนี้ก็รู้สึกดีที่เราเป็นส่วนเล็กๆ ส่วน
หนึ่งที่ทำให้หัวหน้าเกิดการเปลี่ยนแปลง เขาเหนื่อยน้อยลงเพราะมีคน
ช่วยคิด ลูกน้องได้พัฒนา บรรยากาศในการทำงานก็ดีขึ้น และส่งผลดี
ต่อองค์กรในที่สุด

**เรียนจบทางด้านวิทยาศาสตร์แล้วทำไมจึงมาทำงานพัฒนาองค์กรซึ่งดู
จะเป็นสายงานด้านสังคมศาสตร์**

ตอนที่เรียนอยู่ปี 4 ในห้องเลี้ยงเชื้อรา จู่ๆ วันหนึ่งก็ถามตัวเองว่า เรา
จะเลี้ยงเชื้อราไปอีกนานแค่ไหน เชื้อราพูดกับเราไม่ได้ รู้สึกว่าน้ำลายจะบุด

ก็เลยรู้ว่าตัวเองชอบปฏิสัมพันธ์กับคน --- ตอนนั้นเรียนปี 4 เทอม 2
ใกล้จบแล้ว วิชาหนึ่งที่เรียนคือ NREM ของอาจารย์เอเซีย พอปลายเทอม
ก็พบว่าตัวเองป่วยเป็นมะเร็ง เป็นช่วงที่คิดกับชีวิตมาก ‘มะเร็ง แปลว่า
เราใกล้ตาย’ ตอนที่พักฟื้นที่โรงพยาบาล อาจารย์ไปเยี่ยม อาจารย์เอา
พวงมาลัย เอาต้นไม้เล็กๆ มาฝาก หาหนังสือมาให้อ่านซึ่งมันช่วยมากๆ
ด้านหนึ่งเราเศร้ารู้สึกใกล้ความตาย แต่จริงๆ เราก็บ๊ิงขึ้นมาได้ว่า ‘อ้าว! ก็
ตอนนี้เรายังไม่ตาย ยังหายใจอยู่นี้ แล้วเราอยากทำอะไรละ’ ก็เลยสมัคร
ทำงานด้านการพัฒนาคุณภาพการศึกษาในมหาวิทยาลัย ทำงานเกือบ 5 ปี
มีการเปลี่ยนแปลงคุณภาพการศึกษาแบบใหม่ ซึ่งรู้สึกจริงๆ ว่ามันเป็นงาน
ที่อยู่บนแผ่นกระดาษ มองไม่เห็นผลลัพธ์ จึงตัดสินใจลาออกไปเรียนต่อ
สาขาที่เกี่ยวข้องกับคน

ขอย้อนหลังไป 12 ปี นี่ก็ยังงี้จึงไปลงเรียนวิชา NREM

พูดกันจริงๆ แล้วหนูก็ไม่รู้เหมือนกันค่ะ (หัวเราะ) คือหนูอยู่ปี 4 แต่
หน่วยกิตไม่ครบ เห็นวิชานี้ก็เลยลองสมัครเรียนดู ถ้าได้เรียนก็ดี แต่ถ้า
ไม่ได้ก็ไม่เป็นไร การจะสมัครเรียนวิชานี้ ต้องเขียนอีเมลเข้าไป ในอีเมล
นั้นให้บอกว่า

เราต้องการอะไรจากชั้นเรียนนี้

เราจะเอาความรู้จากวิชานี้ไปทำอะไร

ทำไมเราจึงควรจะได้รับ การตอบรับให้เรียนในห้องเรียนนี้

หนูไม่เคยเจออะไรอย่างนี้เลย ไม่รู้จักอาจารย์ด้วย หนูเรียนไม่เก่ง แต่ชอบชีววิทยานี้ อยากเรียน ก็เขียนอีเมลเข้าไปสมัครแล้วได้ตอบรับว่า หนูได้เข้าเรียน ในชั้นเรียนนั้นมี 13 คน

พอเข้าเรียนแล้วได้อะไรจากชั้นเรียน

แค่เข้าเรียนวันแรกก็ผงะ เพราะอาจารย์ทลายห้องให้เป็นวงกลม แล้วนั่งคุยกัน แต่มีข้อตกลงพื้นฐานว่าเราจะคุยกันอย่างไร ฟังอย่างไร วันแรกอาจารย์ให้อ่านหนังสืออิมมาเอล สั่งการบ้านว่าเราต้องเขียนบันทึกส่งอาจารย์ทุกสัปดาห์ คือ...มันเป็นชั้นเรียนที่แปลกมากเลยคะ หนูเรียนแบบงงๆ (หัวเราะ) เพราะหนูเรียนไม่เก่ง อ่านหนังสือก็ไม่เก่ง ไม่เข้าใจ ซึ่งหนูก็ไม่ค่อยได้พูด มาถึงวันนี้ก็เลยรู้สึกอยู่เหมือนกันว่าอาจารย์อดทนกับหนูมากเลย(หัวเราะ)

ทำไมถึงไม่พูดละ ทั้งที่ก่อนหน้านี้เคยบอกว่าจริงๆ แล้วเป็นคนชอบอยู่กับคนชอบมีปฏิสัมพันธ์

หนูไม่เคยอ่านหนังสือแบบนี้เลย จับประเด็นไม่ถูก และหนูก็เป็นคนไม่มั่นใจ ไม่รู้ว่าถ้าเราพูดมันจะโอเคไหม มันจะดีไหม มันจะถูกไหม ก็เลยไม่พูดอะไรเลย

อาจารย์ไม่กดดันให้พูด?

ไม่ะคะ ก็มีการหยอดนิดหน่อยแต่ไม่กดดัน นอกจากหนังสือเล่มนี้ก็มีเล่มอื่นๆ อีกหลายเล่ม ที่อาจารย์หามาให้เราอ่านเช่น พุทธศาสนากับ

การพัฒนาอย่างยั่งยืน ของ ป.อ.ปยุตโต หนังสือที่อาจารย์หามาให้อ่าน มักจะเป็นหนังสือที่พูดถึงการบูรณาการของวิทยาศาสตร์ สังคม และสิ่งแวดล้อม อ่านแล้วเอามาคุยกัน รู้สึกว่าตัวเองเปิดโลก เหมือนเป็นกบตัวเล็กๆ ที่กะลาหางายออกแล้วเราก็เห็นโลกกว้างขึ้น ในแต่ละครั้งที่เราเรียน มักจะมีสิ่งใหม่ๆ ขึ้นมาเสมอ เราได้ฟังความคิดของเพื่อนๆ แบบที่ตั้งใจฟังจริงๆ มันทำให้เราสัมผัสกับความคิด ความรู้สึกของเพื่อนๆ ได้มากขึ้น

สิ่งที่เราประทับใจจากชั้นเรียนนี้และส่งผลต่อตัวเราคืออะไร

สิ่งแรกที่ประทับใจมากคือการที่อาจารย์ตั้งใจตรวจการบ้านคือ บันทึกของเรา บันทึกที่เราเขียนก็คือสิ่งที่เราประสบพบเจอ ความรู้สึกของเรา ความทุกข์ของเรา บางที่อาจารย์ก็จะหยอดคำพูด หรือตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้เราคิด เช่น “การคิดแบบนี้มันช่วยให้เราโอเคขึ้นไหม” สิ่งที่น่าประทับใจจริงๆ ก็คือเห็นความตั้งใจของอาจารย์ที่อ่านเรื่องของเราริ๊งๆ **และสิ่งนี้แหละที่ช่วยให้เราเปลี่ยนตัวเองได้ (transform)** ช่วยให้เราเห็นมุมมองในบางเรื่องที่เราไม่เคยมอง หรือช่วยให้เราชื่นชมบางอย่างที่เราอาจจะมองไม่เห็น สำหรับตัวหนู มันทำให้หนูรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า มันทำให้ตัวเองคิดได้จริงๆ ว่า “เราก็อะไรดีจ้ะ ไปได้เยอะนะ แต่ทำไมเราไม่ค่อยเห็นคุณค่าในตัวเรา” อาจารย์เป็นคนที่ทำให้เราฉุกคิดได้ เพื่อนแต่ละคนก็จะได้แต่ละอย่างแตกต่างกันไป การที่เราเรียนด้วยกันและฟังกันทำให้เราได้สิ่งที่ขยายมุมมอง เพื่อนบางคนเป็นคนเก่งมาก เขาอ่าน

หนังสือเยอะ เวลาที่เขาพูด เขาคุย มันช่วยเรามากเลย

อย่างที่สองคือ มุมมองของการมองคนเปลี่ยนไป ปกติเราจะมองคนแบบจัดลำดับ (ranking) คนแบบนี้เราโอเค คนนี้เราไม่โอเค แต่พอเรียนไปสักระยะ ด้วยการจัดห้องเรียนที่ล้อมวงคุยกัน ทำให้เราเห็นจริงๆ ว่า คนก็คือคน และคนทุกคนมีข้อดี พอการจัดลำดับในหัวของเราน้อยลง สิ่งต่อมาก็คือเราเปิดใจที่จะเรียนรู้ได้มากขึ้น กล้าที่จะผิดได้มากขึ้น เมื่อทุกอย่างคือการเรียนรู้ก็ไม่ต้องกลัวอะไร

เรื่องที่สามที่ประทับใจคือการฟัง พอเราเรียนรู้ที่จะฟังคนอื่นมากขึ้น เราก็ฟังตัวเองเยอะขึ้น คำตามติดมากก็คือ แล้วทำไมเราถึงไม่ยอมฟังคนในครอบครัวเราบ้าง พ่อแม่ยี้ตื๋มเหล้าเก่ง จนลูกๆ มองว่าพ่อชอบดื๋มเหล้าเป็นกิจวัตร บางวันพ่อก็ไม่ได้เมาหรอก พ่อทำงานเยอะมากเหนื่อยจนขับรถไม่ไหวต้องเดินกลับบ้าน แต่พวกเรา-ลูกๆ ก็เหมารวมไปแล้วว่าพ่อกลับดึก ขับรถไม่ไหว แสดงว่าเมาแน่นอน

หลังจากจบคลาส ปิดเทอม แม่ยกกลับบ้านต่างจังหวัด จู่ๆ ก็นึกขึ้นมาว่า “ทำไมเราไม่ลองฟังคนเมา อยากลองฟังพ่อในแบบเขาๆ ดูบ้าง” ก็เลยนั่งฟังคนเมา – คือฟังพ่อ แล้วพ่อก็เล่าเรื่องความทุกข์ในการทำงาน ความกดดันในที่ทำงาน --- พ่อทำงาน ธ.ก.ส. ฝ่ายสินเชื่อ ซึ่งจริงๆ แล้วสินเชื่อของ ธ.ก.ส. มีไว้สำหรับเกษตรกร แต่บางทีก็มีการเมือง มีผู้มีอิทธิพลมาเกี่ยวข้องด้วย ซึ่งมันไม่ถูกต้องตามกฎหมาย พ่อถูกกดดันทำให้พ่อต้องทำในสิ่งที่ไม่อยากทำ --- การฟังพ่อในวันนั้น ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

ที่สำคัญ เพราะว่าหลังจากครั้งนั้น เวลาที่เราฟังพ่อ เราฟังจริงๆ เข้าใจพ่อมากขึ้น เริ่มเห็นว่าจริงๆ พ่อก็เหงา พ่อไม่มีเพื่อน เพราะพวกเราในบ้านก็แบนพ่อกันทุกคน เริ่มเข้าใจมากขึ้นว่า จริงๆ พ่อก็มีความทุกข์ แต่พอบอกไม่ได้ การเฝ้าคือทางออกของพ่อเพราะพ่อก็ไม่ว่างจากเครื่องมืออื่นๆ กินเหล้าแล้วรู้สึกดี ก็เลยกินเหล้า จากการฟังครั้งนั้นส่งผลให้โลกในครอบครัวเปลี่ยน เราฟังมากขึ้น ครอบครัวแน่นแฟ้นมากขึ้น นี่เป็นสิ่งที่ได้จากคลาส

คิดว่าชั้นเรียนไหนในมหาวิทยาลัยที่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวเรา



หนูเป็นคนที่ยืนด้วยความกลัวมาตลอด สอบให้ผ่านเพราะกลัวตก ถ้าสอบผ่านก็ถือว่ารอดตาย วิชานิเวศวิทยาที่ได้ไปเรียนในสวนสมุนไพรรู้สึกว่าตัวเราเชื่อมโยงกับธรรมชาติเป็นห่วงโซ่ ชีววิทยามันทำให้เราได้เข้าใจวัฏจักรของสิ่งมีชีวิต พืชบ้าง พยาธิบ้าง ทำให้เรามีชุดความรู้ชุดหนึ่งไว้อธิบายและประยุกต์ใช้ในชีวิต **แต่ชั้นเรียน NREM มันเปลี่ยนข้างในตัวเรา เป็นจุดเปลี่ยนของชีวิต** ไม่อย่างนั้นเราคงไม่ชัดเจนในตัวเองจนเลือกได้ว่า เราอยากทำงานกับคน เราเลือกเรียน เลือกทำงานที่จะได้พัฒนาคน และมันก็ส่งผลถึงเป้าหมายในชีวิตด้วยว่า อยากทำงานกับเด็กและเยาวชน หนูเรียนมาเหมือนเด็กที่อยู่ในห้องที่เขาชุดเอาไว้ให้เราเดิน เราก็กเดินไปตามห้องนั้น ไม่ต้องคิดว่าเราชอบหรือไม่ แค่วางไปตามห้องที่เขาชุด แต่วิชาของอาจารย์เอเซียทำให้เราเริ่มคิดว่า เฮ้ย! เราเรียนมามากทำไมเราไม่รู้เลยว่าเราชอบอะไร เราต้องการอะไรในชีวิต --- เลยมาคิดว่า ถ้าเราช่วยให้น้อง ๆ เด็ก ๆ เข้าใจตัวเอง รู้ว่าเขาชอบอะไร เขาต้องการอะไรในชีวิตเร็วกว่าเราก็คงจะดีนะ ชีวิตของเขาคงจะมีความสุขมากขึ้น เพราะได้ทำในสิ่งที่เขารัก

จริงๆ แล้วหนูเป็นคนที่ไม่ค่อยเห็นคุณค่าในตัวเอง เป็นคนเงิบๆ ไม่ค่อยพูด รู้สึกอยู่ตลอดเวลาว่าเป็นเด็กบ้านนอก ไม่ได้เก่งเหมือนเพื่อนๆ แต่อาจารย์มีชั้นเชิงจะคอยถาม คนนั้นว่ายังไง คนนี้คิดอย่างไร ซึ่งถ้าเราไม่พร้อม ยังไม่อยากจะพูด เราเงิบได้ ซึ่งทำให้หนูรู้สึกว่าอาจารย์ให้คุณค่ากับทุกๆ คน ทำให้เกิดแรงบันดาลใจว่า ถ้าเรามีโอกาส เราจะจัดกระบวนการ

ให้คนฟังรับกัน ให้คนรู้สึกเคารพในความเป็นมนุษย์เท่าเทียมกันไม่ขึ้นกับตำแหน่งหน้าที่ ถ้าสิ่งนี้เกิดขึ้นได้มันคงจะขยายขอบเขตของความเข้าใจกันให้มากขึ้น แล้วโลกก็คงจะดีขึ้น

ลองพูดถึงประโยชน์ของชั้นเรียน NREM ให้ฟังหน่อยสิคะ

การเรียนในมหาวิทยาลัยคือการที่เราได้ทำหน้าที่ของความเป็นลูกศิษย์ แต่การเรียนในคลาส NREM เป็นความสุขที่ได้เรียนรู้ตัวเอง และการเรียนรู้นี้ไม่ได้เกิดจากการบังคับ ไม่ได้ขัดขืน เราเลือกเอง พอมีความรู้สึกว่ **เราเป็นเจ้าของการเรียนรู้ (ownership)** มันมีความสุขมาก

ในชั้นเรียนปกติ การเรียนตั้งอยู่บนเงื่อนไข ถูก-ผิด มีการตัดสินอยู่ตลอดเวลา แต่ในคลาส NREM เราจะคุยกันว่า ที่เรารู้ว่าผิด มันผิดอย่างไร และสิ่งที่เรารู้ว่าถูก มันถูกอย่างไร ช่วยกันเปิดมุมมอง อาจพูดได้ว่ามันเป็นการคุยที่ก้าวข้ามคำว่า ถูก-ผิด มีแต่คำว่าอยากจะเข้าใจอีกฝ่ายให้มากขึ้น ในชั้นเรียนนี้เราเลือกได้ว่าจะพัฒนาตัวเองไหม เราจะทำหรือไม่ขึ้นอยู่กับเรา

อาจารย์เคยพูดคำหนึ่งในคลาสว่า **“การที่เราไม่เลือก ก็แปลว่า เราเลือกแล้วที่จะไม่เลือก”** เป็นคำที่อยู่ในหัวมาตลอด เพราะเมย์มักจะใช้ชีวิตแบบ ให้คนอื่นเลือกให้ ให้สถานการณ์พาไป บางทีรู้สึกกว่าตัวเองเป็นเหยื่อ รู้สึกว่าเราเลือกไม่ได้ แต่คำพูดของอาจารย์มันทำให้เราคิดจริงๆ เลยว่า ที่เรารู้ว่า เราไม่ได้เลือก จริงๆ แล้ว เป็นเพราะเราเองก็ไม่ยอมเลือก

“

กล่าวที่จะผิดได้มากขึ้น
เมื่อทุกอย่างคือการเรียนรู้
ก็ไม่ต้องกลัวอะไร

”

--- ทุกวันนี้เวลาที่จำเป็นต้องตัดสินใจ เวลาเจอสถานการณ์ยาก คำนี้จะขึ้นมา มันทำให้เรารู้สึกจริงๆ ว่า**เราเป็นเจ้าของชีวิต** ถ้าไม่ได้เรียนในคลาสนี้ก็คงไม่ได้ใช้ชีวิตแบบทุกวันนี้ คงจะเป็นคนที่ใช้ชีวิตไปเรื่อยๆ ตามกระแส ตามสถานการณ์ ก็อาจจะไม่ต้องตัดสินใจมากนัก แต่อีกด้านชีวิตก็ดูจะตื่นเงินมากทีเดียว

คลาสนี้เป็นชั้นเรียนที่ไม่จบ มันเกิดขึ้นตลอดชีวิตของเรา เรายังได้เจอกับรุ่นพี่รุ่นน้องปีละ 2 ครั้ง ได้ฟังกัน ได้เห็นพัฒนาการ การเติบโตของแต่ละคน เราไม่ได้พูดกันเรื่องข้างนอกแต่เราพูดกันเรื่องข้างในซึ่งหาจากที่ไหนไม่ได้ ทุกปีเราก็กังตามมาเจอกัน เป็นความต่อเนื่อง เป็นชั้นเรียนที่ไม่สิ้นสุด

สนุดบันทึก สมพงษ์ วรกุล
นักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์
NREM06 (ปีการศึกษา 2549)

...ผมมีความหวังที่จะให้วิชานี้ได้ตอบ
อะไรหลายๆ อย่างที่ผมยังสับสน มี
หลายเรื่องที่ตัดสินใจไม่ได้ เลือก
ไม่ถูก เช่น ผมอยากมีฐานะดี มีเงิน
เยอะๆ มีรถสวยๆ นั่ง แต่ในใจอีกด้าน
มันก็เรียกร้องความสงบ ความสมถะ
อยากทำเกษตร อยากปลูกข้าว....

สมพงษ์ วรกุล (โตโต้)

เกษตรกร

เจ้าของสวนเพื่อการเก็บเมล็ดพันธุ์

เกษตรกรอินทรีย์ขนาดเล็ก

ศิษย์เก่า NREM06

เล่าชีวิตปัจจุบันให้ฟังสักหน่อยสิคะ

ตอนนี้ผมเป็นเกษตรกรครับ (ยิ้ม) อยู่ที่โคราช มีรายได้หลักจากการขายเมล็ดพันธุ์

ตอนที่ผมเรียนปริญญาโท ผมต้องหาเงินเรียนเองทั้งค่าเทอมและค่าใช้จ่ายทั้งหมด ก็พอดีมีเพื่อนชวนให้เก็บเมล็ดพันธุ์พื้นบ้าน เมล็ดพันธุ์ช่วงแรกตอนนั้นยังไม่ได้ปลูกเอง เลยหาเก็บรวบรวมพืชที่ขึ้นเองทั่วไป เช่น ไม้ยืนต้น หรือแม้แต่วัชพืชรอบชนิดที่กินได้หรืออาจมีสรรพคุณทางยา เราก็ช่วยกันเก็บแล้วเอาไปขายด้วยกันที่กรุงเทพฯ ที่แรกคือที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ งานเกษตรแฟร์

ทุกวันนี้มีงานที่ผมจะได้ขายเมล็ดพันธุ์ในกรุงเทพฯ ราวๆ ปีละ 7 ครั้ง มีรายได้เฉลี่ยราวๆ เดือนละหมื่นบาท ปีละราวๆ แสนบาท ซึ่งเป็นจำนวนที่มากพอสมควรสำหรับผม เงินที่ได้มาก็ค่อยๆ เก็บรวบรวม คิดว่าปีนี้น่าจะซ่อมบ้านได้ ผมรู้สึกดีที่ได้ตอบแทนแม่ ได้เลือกชีวิตของเราเอง

เพื่อนๆ รุ่นเดียวกันบางคนอาจจะหาเงินหนึ่งแสนบาทได้ในระยะเวลาไม่กี่เดือนเท่านั้นนะคะ

ใช่ครับ (หัวเราะ) แต่สำหรับผม การได้ปีละแสนบาทก็มากแล้วพอแล้ว

ช่วงก่อนที่ผมจะเรียนปริญญาโท ผมมีเวลาว่างประมาณ 6 เดือน ผมอยากจะทำงานที่ไม่ต้องใช้สมองเพื่อที่บริษัทนั้นจะได้ไม่ต้องเสียเวลามาฝึกผม --- คือก่อนหน้านี้ผมเคยเป็นครูครับ เขาต้องฝึกงานสอนให้

“

มันไม่ได้เป็นเรื่องเสียหาย
อะไรนะครับที่จะลงทุนเพื่อให้
คนคิดเป็น รู้จักเรียนรู้
แม้ว่าจะไม่เห็นผลเป็น
รูปธรรมในเร็ววัน

”

ผมราวๆ 3 เดือน แล้วหลังจากนั้นไม่นานผมก็ลาออกเพราะอยากจะลองไปใช้ชีวิตเกษตรกรที่สวนพันพรรณ การกระทำของผมแบบนั้นทำให้เขาเสียหลายอย่าง เขาลงทุน เขาเสียเวลาฝึกผม แล้วผมก็ไม่อยู่ --- ผมไม่อยากให้เป็นอย่างนั้นอีก ผมก็เลยลองไปสมัครงานเป็นพนักงานรายวันที่บีทีเอส ได้ค่าแรง 30 บาท/ชั่วโมง วันละ 240 บาท วันที่หยุดก็ไม่มีค่าแรง--- เมื่อผ่านจุดนั้น ผมเลยรู้สึกว่าร่ายได้ปีละแสนบาทก็มากแล้ว

ขอย้อนกลับไปไกลๆ ว่า ทำไมช่วงที่เข้ามหาวิทยาลัยโตโต้จึงเลือกเรียนคณะวิทยาศาสตร์

เด็กต่างจังหวัดนั้นถ้าเราเรียนดีในชุมชน เราก็ต้องไปสอบเข้าโรงเรียนระดับจังหวัด จากนั้นก็เข้ามหาวิทยาลัยดังๆ ระดับประเทศเพื่อทำงานดีๆ --- ผมเป็นเด็กเรียนดีครับ เมื่อสอบเข้ามาอยู่โรงเรียนระดับจังหวัดก็เรียนได้ดีในระดับต้นๆ ผมชอบเรียนวิทยาศาสตร์ ชอบเรียนชีววิทยา ตอนเอ็นทรานซ์ก็เลือกมหาวิทยาลัยมหิดล เพราะเป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำของประเทศ --- นี่คือการคิดปกติ มาตรฐานของคนส่วนใหญ่ พอเรียนในมหาวิทยาลัยปี 1 ปี 2 เราก็เริ่มมองว่า จะเรียนต่อไปอย่างไร เรียนต่อปริญญาโท ต่อปริญญาเอก ผมเองก็สนใจการเรียนในด้าน cell molecular biology จนกระทั่งมาเจอชั้นเรียน NREM ที่ถามว่า เราต้องการอะไรกันแน่

NREM เข้ามาในความสนใจของโตโต้ได้อย่างไร

มีรุ่นพี่ที่บอกว่า วิชานี้น่าสนใจ แต่เขาก็บอกด้วยว่า งานเยอะ หลาย
อย่างเป็นภาษาอังกฤษ ซึ่งผมไม่ได้เก่งภาษาอังกฤษเลย แต่ผมก็รู้สึกว่ามี
บางอย่างที่น่าสนใจ การทดลองเรียน NREM ในวันแรกอาจารย์ให้ทุกคน
แบ่งปันว่าความตั้งใจของเราคืออะไร และเราจะให้อะไรกับชั้นเรียนนี้ได้
--- เป็นการเรียนที่ผมเห็นว่ามันแปลกมาก น่าสนใจ วันนั้นอาจารย์เอเซีย
จำชื่อผมได้ เรียกชื่อผมแล้วคุยด้วย --- ผมเรียนมา 3 ปีแล้ว ไม่เคยมี
อาจารย์จำชื่อเล่น หรือเรียกชื่อผมเลย นั่นเป็นความประทับใจแรกของผม

การเรียนชั้นปี 1 และปี 2 มีแต่คลาสขนาดใหญ่ ผมเป็นเด็กหลังห้อง
อาจารย์อยู่หน้าห้องทำหน้าที่ปิ้งสไลด์ บางวิชามีเวลา 2-3 ชั่วโมง แต่มี
สไลด์เป็นร้อยแผ่น ผู้สอนกับผมแทบไม่รู้จักกันเลย NREM ทำให้รู้สึกว่า
เราสนิทกับผู้สอน เขาเห็นเราเป็นลูกศิษย์

***ขออนุญาตถามโตโต้ตรงๆ ว่า รู้สึกอย่างไรหากมีคนบอกว่า
‘น่าเสียดาย ประเทศของเราลงทุนเพื่อสร้างบัณฑิตวิทยาศาสตร์
แต่แทนที่ประเทศจะได้ผู้เชี่ยวชาญด้าน Cell and Molecular Biology
กลับกลายเป็นว่าได้เกษตรกรด้านเมล็ดพันธุ์’***

ความจริงนี่ก็เป็นความรู้สึกมาตลอดตั้งแต่ผมเลือกเรียนที่
มหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำของประเทศ ในช่วงที่
เรียนปี 4 ผมทำ senior project ได้ใช้เครื่องมือราคาแพง เครื่องละเป็น
ล้านหรือหลายล้านบาท นั่นแปลว่าเรามีสิทธิ์มากกว่าคนอื่นๆ ซึ่งก็ทำให้

คิดมากเลยว่า เราจะต้องทำประโยชน์ให้คนอื่นๆ ด้วยเช่นกัน แต่เราจะทำประโยชน์แบบไหน ถ้าเราค้นเจอว่า เราอยากทำอะไรจริงๆ ในแบบของเรา มันจะเป็นประโยชน์อย่างมาก มากกว่า--- การทำ cell molecular ก็มีประโยชน์ แต่ถ้าเราไม่ชอบ ไม่รัก เราก็อาจจะมองประโยชน์ในแง่ของตัวเองมากกว่าที่จะมองประโยชน์ต่อผู้อื่น แต่หากเราได้พบตัวเอง รู้จักตัวเอง เราจะมองออกไปข้างนอกได้ชัดขึ้น สำหรับผมแล้ว การที่เราอยู่ได้พร้อมๆ กับทำประโยชน์ให้คนอื่นได้ มันดีก็ว่ามาก

ในคลาสวิชาสัมมนา อาจารย์สอนว่า ‘ฉันสอนเธอให้เป็นคนมีหัวคิดนะ ไม่ได้สอนให้เธอเป็นนักเทคนิค’ ทำให้ผมรู้สึกได้ว่าไม่ว่าเราจะเรียนอะไรมา เราทำอาชีพอะไร แต่ถ้าเราคิดไม่เป็นก็ไม่ใช่อะไรทั้งนั้น กลายเป็นความสุขเปล่า ดังนั้นถ้าจะตอบคำถามนี้ ผมก็อยากจะบอกว่า สิ่งที่ผมได้จากการเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ ได้จากคลาส NREM ก็คือผมได้กระบวนการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ผมอยากจะบอกว่า มันไม่ได้เป็นเรื่องเสียหายอะไรนะครับที่จะลงทุนเพื่อให้คนอื่นคิดเป็น รู้จักเรียนรู้ แม้ว่าจะไม่เห็นผลเป็นรูปธรรมในเร็ววัน แต่ผมยังเชื่อมั่นในตัวเองว่า สักวันหนึ่งผมก็จะได้ใช้สิ่งที่ผมมีให้เป็นประโยชน์กับคนอื่น ถึงแม้ว่าจะต้องใช้เวลามากจนผมมีอายุถึง 50 ปี 60 ปี

การเรียนรู้ NREM ทำให้เราเห็นเลยหรือคะว่าอยากเป็นเกษตรกรจริง ๆ

NREM ทำให้มีคำถามว่าเราอยากเป็นเกษตรกรจริงไหม คลาสทำให้เราเริ่มพบบางอย่างในตัวเอง พบว่าเราน่าจะชอบแบบนี้ แต่ผมก็ไม่ได้มั่นใจทั้งหมด ก็พักไว้ แต่คำถามพื้นฐานที่ว่า **‘ตัวเราต้องการอะไร ตัวเราเกิดมาทำไม’** เป็นคำถามง่ายๆ ที่ชวนให้เราหันกลับมาหาตัวเอง เราจะเรียนไปเพื่ออะไร ถ้าเรียนจบแล้วเราอยากมีชีวิตแบบไหน ระหว่างทางนั้นมีคำตอบที่ขึ้นมาว่า *เราอาจจะชอบการทำเกษตรนะ*

พอเรียนจบปริญญาตรี ผมไปเป็นครูสามเดือน แล้วไปลองใช้ชีวิตเป็นเกษตรกรที่สวนพันพรรณ 2-3 เดือน จากนั้นก็กลับบ้านอยากเริ่มทำเกษตร แต่ก็พบว่าผมไม่มีทุน และไม่มีแรงงาน ผมอยู่กับแม่ซึ่งไม่ได้แข็งแรงมากนัก ก็เริ่มโลเล แต่ก็ยังได้ใช้ชีวิตอิสระ ผมบวช 9 เดือน ไปเรียนทำอาหาร 6 เดือน ซึ่งทั้งหมดนี้ไม่มีรายได้เข้ามาเลย ก็เริ่มรู้สึกที่เราไม่ได้ตอบแทนครอบครัว ตอนนั้นผมอยากได้เงินเยอะๆ เร็วๆ เพื่อตอบแทนพ่อแม่ในรูปตัวเงินบ้าง แล้วจะได้ออกมาทำสิ่งที่อยากทำ จึงคิดจะไปสมัครงาน

ช่วงนั้นเป็นช่วงหลังน้ำท่วมใหญ่ กิจกรรมส่วนใหญ่ไม่รับคนทำงาน ก็เลยคิดว่าจะต้องเรียนต่อปริญญาโท และจะต้องเรียนในสายงานที่ตลาดต้องการซึ่งอยู่ในภาคอุตสาหกรรม ผมจึงไปสมัครเรียนด้านชีวอนามัย การดูแลความปลอดภัยในโรงงาน ได้ทำงานร่วมกับคนงานในระดับกรรมชีพ คือระดับล่างสุด ได้เห็นว่าหลายคนทำงานในความเสี่ยงโดยที่

เขาไม่รู้ว่าตัวเองกำลังอยู่ในความเสี่ยงที่จะป่วย อาจจะมีรายได้ดีแต่เขา
ไม่รู้ว่าในอีกไม่กี่ปีเขาอาจจะเป็นมะเร็ง ได้เงินเดือนสักหมื่นบาทหรือ
สองหมื่นบาทด้วยการเอาสุขภาพไปแลกโดยที่ตัวเองก็ไม่รู้ เงินมันล่อให้
เขาทำอย่างนั้น ผมคิดว่าผมเรียนด้านชีวอนามัยก็ดี ก็เป็นประโยชน์กับ
คนอื่นและตัวผมก็มีรายได้

ระหว่างที่เรียนอยู่ก็พอดีพ่อป่วยเป็นมะเร็ง ตอนที่รู้ก็ระยะสุดท้าย
แล้ว ผมกลับบ้านมาดูแลพ่อ รู้สึกว่าตัวเองได้ตอบแทนด้วยการดูแลพ่อใน
วาระสุดท้ายจนพ่อเสียชีวิต ความตายของพ่อทำให้มีคำตอบขึ้นมาจริงๆ



ว่าถ้าเราอยากทำอะไรก็ได้แล้ว หลังจากพอเสียชีวิตผมตัดสินใจเลิกเรียน หันกลับมาเป็นเกษตรกร เป็นจังหวะเหมาะเพราะมีเพื่อนชวนเก็บเมล็ดพันธุ์มาขายในกรุงเทพ มีตลาดที่ชัดเจน เรามั่นใจกว่าเดิม เป็นการหันกลับมาลองใช้ชีวิตเกษตรกรอีกครั้งเพื่อจะถามว่าเราชอบจริงๆ ไหม

ตอนนี้ก็ยังถือว่าเป็นระยะเริ่มต้นครับ ในสายตาของญาติที่เฝ้ามอง เขาก็เป็นห่วง เกษตรกรทั่วๆ ไปย่านนั้นทำเกษตรที่ละ 10 ไร่ ใช้สารเคมี แต่ผมค่อยๆ ทำ ไม่ใช้สารเคมี เก็บเมล็ดพันธุ์ ซึ่งมันก็มีภาวะที่ต้องสู้กับโลกภายในของตัวเองอยู่พอสมควร เผอิญคำถามว่าเรากำลังทำอะไร เราเป็นคนไม่ได้เรื่องหรือเปล่า แต่ข้อดีก็คือการตั้งคำถามทำให้ได้กลับมาดูตัวเองอยู่บ่อยๆ เหมือนกับชีวิตเมื่อตอนที่เรายังอยู่ในชั้นเรียน NREM

โตได้เล่าชั้นเรียน NREM ในรุ่นของโตได้ให้ฟังสักหน่อยไหมคะ

ช่วงที่ผมเป็นนักศึกษา NREM ผมพูดน้อยมาก เช็คอิน เช็คเอาท์ ระหว่างนั้นก็เงียบเกือบทั้งคลาส เพราะเราอยากหัดเรียนรู้การฟังอย่างลึกซึ้ง เราอยากพูดออกมาจากสิ่งที่อยู่ในใจของเราจริงๆ อยากพูดจากส่วนลึก ไม่ใช่พูดออกมาจากความคิด และบางครั้งบางเรื่องก็พูดยากจริงๆ แถมในคลาสยังมีแต่คนเรียนเก่งๆ ผมเป็นเด็กต่างจังหวัดเข้ามาเรียนในกรุงเทพฯ มีความรู้สึกตลอดเวลาว่า ‘เราไม่เก่งนะ’ จะพูดก็รู้สึกว่าเราไม่เก่ง ก็ต้องฝึกที่จะอยู่และยอมรับในความเป็นตัวของเรา ธรรมชาติของเรา คลาสรุ่นผมอาจารย์มักจะบอกว่า คนหนึ่งก็เงียบตลอด อีกคนก็ร้องไห้ตลอด ดูเหมือน

ว่าพวกเราจะมีแต่ปัญหา (หัวเราะ) ผมก็พอรู้ว่าอาจารย์ก็คงอึดอัด อยากให้พวกเราพูด แต่พร้อมกันนั้นอาจารย์ก็อดทน รอเวลา

NREM มีข้อดีคือทำให้เราได้เห็นความรู้สึกที่ว่า เราพร้อม เราด้อย แล้วมีโอกาสดูแลกลับไปดูความรู้สึกแบบนั้น เราได้ฟังเพื่อน ได้บอกสภาวะตัวเรา ทำให้เรื่องบางเรื่องที่ผมเคยรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ไม่ควรพูด เรื่องที่เราเคยรู้สึกว้างเงา เช่นความรู้สึกเหงา --- ก่อนหน้านั้นผมรู้สึกว่าสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่เรื่องปกติ เป็นเรื่องที่พูดไม่ได้ อ่อนแอไม่ได้ เราต้องเข้มแข็ง --- แต่ในคลาสทำให้รู้ว่าความรู้สึกแบบนี้เป็นเรื่องที่พูดได้ มันปกติ สังคมที่เราอยู่ไม่มีพื้นที่ให้เราบอกสิ่งเหล่านี้ต่อกัน แม้เราจะสนิทกับเพื่อน เราสนุกสนาน เฮฮา แต่เราก็ไม่ถามกันว่าแล้วตอนนี้สภาวะของแต่ละคนเป็นอย่างไร

ห้องเรียน NREM มีพื้นที่สำหรับทุกคน ทำให้เราบอกความรู้สึกได้ เราไม่อายถ้าจะร้องไห้ เวลาที่เห็นเพื่อนร้องไห้ เรารู้สึกดีที่เห็นว่าเขาสามารถที่จะแสดงความรู้สึกจริงๆ ออกมาได้ รู้สึกว่าเราอยากจะช่วยเขา ทุกวันนี้แม้จะเรียนจบไปนานแล้ว แต่ในเวลาที่เราท้อ เราก็มีโอกาสดูใจกัน เจอกัน ยังเป็นพื้นที่ซึ่งเรารู้สึกได้ว่ามีเพื่อน คลาส NREM ได้ข้อใจของเราไปแล้ว สิ่งที่เราได้เรียนรู้ เรื่องราวในคลาส การที่เราแสดงตัวตน เราถอดเปลือกให้ทุกคนในคลาสได้เห็น ได้รับรู้ ทำให้มีสายใยผูกพัน เป็นเพื่อนกันจริงๆ

สำหรับตัวอาจารย์ ผมประทับใจ นับถือ ผมศรัทธา --- (เงิบ)

“

สิ่งที่ก่อปัญหาให้สิ่งแวดล้อมมากที่สุดก็คือคน
คือมนุษย์ ดังนั้นอาจารย์จึงกลับมาสอนคน
สอนมนุษย์

”

เพราะอาจารย์เป็นคนเก่งใช่ไหม

ไม่ใช่ครับ อาจารย์เห็น *ความเป็นคน* ในพวกเราแต่ละคน อาจารย์
ทำให้เรารู้ว่าเขาใส่ใจเรา เป็นคลาสที่อาจารย์เปิดโอกาสให้เราพูด
เรื่องชีวิตกันเยอะ แต่อีกด้านหนึ่งอาจารย์ก็สั่งงาน ตามงาน --- *ทำไม*
ไม่ส่งงาน ส่งงานช้า มาสาย อ่านหนังสือไม่ทัน --- เรื่องแบบนี้ดูด้าน
หนึ่งก็เป็นเรื่องเรียน แต่อีกด้านหนึ่งก็เป็นเรื่องชีวิต ตั้งคำถามต่อความ
รับผิดชอบ แทนที่อาจารย์จะมุ่งเป้าหมายไปที่การลงโทษ (เพราะถ้าเป็น
วิชาอื่นอ่านหนังสือไม่ทันก็ต้องสอบตก) แต่อาจารย์ก็ใช้วิธีอื่น เช่น มีอยู่
ครั้งหนึ่งที่พวกเรามาสาย อาจารย์แยกให้เฉพาะกลุ่มที่มาสายไปคุยกันว่า
จะไม่สายได้อย่างไร แล้วอาจารย์ก็อยู่อีกกลุ่มหนึ่ง ผมรู้สึกว่ามันเป็นการ
ลงโทษที่โหดร้ายมาก

พวกเราก็มีเหตุผลในแบบของเราว่า ที่มาสายก็เพราะอาจารย์นัดเรียนนอกสถานที่ (ครั้งนั้นเรียนที่สวนลุมพินี) ไม่ได้เรียนในห้องแบบปกติ ฯลฯ แต่ทำไมคนอื่น ๆ มาทัน ถ้าเราบอกว่ารถติด รถก็ติดอยู่แล้ว ทำไมเราไม่เผื่อเวลา --- เป็นการลงโทษที่โหดร้ายมาก เพราะมันทำให้เรากลับมามองตัวเอง กลับมามองต้นเหตุ ไม่โทษนั่น โทษนี้ โหดร้ายนะครับที่เราต้องกลับมามองตัวเอง ก็เพราะเราตื่นสาย เพราะเราขี้เกียจตื่น มันยากนะครับที่เราจะยอมรับว่าเราขี้เกียจ --- หลังจากนั้นพวกเราเครียดกันมากเลยครับ รักษาเวลา ตรงเวลา (หัวเราะ)



นิยาม NREM ให้หน่อยสิคะ

ในหนังสืออิซมาเอล เล่าว่ามีชายหนุ่มที่กำลังตามหาครูแล้วเขาก็ไปเจอ อิซมาเอลซึ่งเป็นลิงกอริลลาที่สื่อสารสั่งสอนได้ด้วยสายตา อิซมาเอลถูกขังไว้ในตู้กระจก --- ชายหนุ่มบอกว่า ถ้าเพียงแค่เขามองตาแวบเดียวหรือฟังคำพูดไม่กี่คำก็จะรู้ว่าใครเป็นลูกศิษย์ของเขา

NREM คือคลาสที่เราได้เจอกอริลลานั้น เราจะได้เจอเรื่องที่เราคอร์จะรู้ มีเซนส์ที่เราจะรู้ได้ว่าเรื่องไหนในชีวิตที่สำคัญกับเรา ใครที่จะเป็นอาจารย์ของเรา เพราะสำหรับตัวผมแล้ว NREM ทำให้ผมได้เจอสิ่งที่ผมควรจะเรียนรู้

อ้าว ! NREM ไม่ใช่วิชาที่ว่าด้วยสิ่งแวดล้อมหรือ

(หัวเราะ) อาจารย์มักจะบอกว่า ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม ดิน น้ำ ป่า ทรัพยากร ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยการเอาสิ่งนี้สิ่งนั้นไปบำบัดเพราะปัญหาอยู่ที่มนุษย์ ถ้าเราไม่กลับมาดูตัวเอง สิ่งต่างๆ ก็แก้ไขไม่ได้โดยแท้จริงหรอกครับ ดังนั้นในคลาสของเราจะไม่มีการพูดถึงการแก้ไขปัญหา น้ำเสีย อากาศเป็นพิษ --- สิ่งที่กำลังปัญหาให้สิ่งแวดล้อมมากที่สุดก็คือคนคือมนุษย์ ดังนั้นอาจารย์จึงกลับมาสอนคน สอนมนุษย์

ยอดลำปาว เป็นสมุนไพร สมุนไพร ตำรายาจีน ใช้ แก้ไข้ ได้ ในตำรายาจีน
ตำรายาจีนใช้ ยอดลำปาว แก้ไข้ แก้ร้อน แก้กระหายน้ำ แก้ปวดท้อง แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด

คนจีน ใช้ ยอดลำปาว แก้ไข้ แก้ร้อน แก้กระหายน้ำ แก้ปวดท้อง แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด
แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย

แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย
แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย

แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย
แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย

แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย
แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย

แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย แก้ท้องอืด แก้ท้องเสีย



ภาณุมาศ จีรภัทร์ (เอม)

ครูประจำวิชา มนุษย์กับโลก ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเพลินพัฒนา
ศิษย์เก่า NREM06



ขอให้เอมเล่าการเป็นนักศึกษาในคลาส NREM สักหน่อยได้ไหมคะ

เอมเรียนวิชานี้ 2 ครั้งคะ เรียนครั้งแรกในปี 2006 และอีกครั้งในปี 2008 และเรียนรายวิชาอื่นๆ ที่อาจารย์เปิดสอนด้วยคะ น่าจะเรียนสัก 5-6 ครั้ง

ทำไมถึงเรียนซ้ำ

รู้สึกว่ายากแล้วได้อะไรเยอะดี และถึงแม้จะเรียนซ้ำ แต่ในคลาสก็มีอะไรใหม่ๆ ให้เรียนรู้ไม่เคยเหมือนเดิม

NREM ส่งผลถึงตัวเราอย่างไรบ้าง

NREM ช่วยให้เราอยู่กับคนอื่นง่ายขึ้น ปกติหนูพูดน้อย ชอบอยู่คนเดียว เวลาอยู่กับคนอื่นแล้วไม่รู้จะอยู่อย่างไร สิ่งที่ท้าทายที่สุดในคลาส NREM คือการที่เราต้องพูด ในคลาสแรกหนูพูดแค่เชคอิน กับ เชคเอาท์เท่านั้น นานๆ ถึงจะพูดสักที --- มีเรื่องมากมายที่อยู่ในหัวของเรา แต่ไม่รู้จะพูดอย่างไร จะพูดอย่างไรให้คนเข้าใจและจะพูดอย่างไรให้สั้นๆ เวลาหนูเขียนบันทึก (journal) ส่งอาจารย์หนูเขียนยาวมาก ที่เขียนยาวก็เพราะหนูไม่รู้ว่าจะเขียนสั้นๆ ได้อย่างไร (หัวเราะ)

เวลาที่ฟังเพื่อนๆ ในคลาสคุยกัน เราก็พูดด้วยแต่พูดอยู่ในหัวของเรา ไม่รู้จะลำเลียงออกมาอย่างไร หนูหนูเป็นรุ่นที่พูดน้อยกันทั้งรุ่น บางทีเงียบนานมากเกือบครึ่งชั่วโมง เหมือนเราคุยกันในความเงียบ ในหัวของเรามีคำพูด มีการคุยเยอะแยะมากมาย แต่ครั้งจะพูดออกมาก็ไม่รู้จะพูดอะไร

“

รุ่นหนูเป็นรุ่นที่พูดน้อยกันทั้งรุ่น
บางทีเจี๊ยบนานมากเกือบครึ่งชั่วโมง
เหมือนเรายุ่งกันในความเจี๊ยบ
ในหัวของเรามีคำพูด
มีการคุยเยอะเยาะมากมาย

”

หนูว่าคลาส NREM แปลกกว่าคลาสอื่นๆ ตรงที่เราไม่ต้องท่องหนังสือ ไม่ได้ท่องว่าเราต้องรู้อะไรบ้าง แต่เรามานั่งคุยกัน เมื่อก่อนหนูเคยพูดบ่อยๆ ว่า ในบรรดาสิ่งมีชีวิตทั้งหลายหนูไม่เคยรู้สึกว่ามีอะไรน่ารังเกียจ น่ากลัว ไม่กล้าเข้าใกล้เลย ยกเว้นคน --- หนูรู้สึกว่าคนเข้าใจยาก อยู่ด้วยยาก คลาส NREM ทำให้หนูพอจะรู้สึกขึ้นมาได้ว่า อยู่กับคนก็พอได้นะ รู้สึกวางใจที่จะอยู่กับคนอื่นได้มากขึ้น

NREM มีผลให้ตัวเราเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรบ้าง

เปลี่ยนหลายเรื่องนะคะ อย่างแรกก็คือ อยู่กับคนอื่นพอได้แล้ว ก่อนหน้านี้รู้สึกว่าเป็นเรื่องยากมาก (ยิ้ม) เมื่อก่อนหนูจะล้มเลิกความตั้งใจง่าย แต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถที่จะอดทน รอ อยู่กับความเป็นจริง

หนูพูดน้อย ไม่อยากอยู่กับคน แล้วทำไมถึงอยากเป็นครู



ตอนแรกก็ไม่ได้อยากเป็นครูค่ะ เมื่อสมัยเด็กๆ คุณแม่ให้ดูทีวีอยู่ไม่กี่รายการ หนูชอบดูสารคดี และมักจะรู้สึกว่ายากไปทำงานในภาคสนามแบบนั้นบ้าง โตขึ้นมาอีกหน่อยก็มักจะไต่ยืนพอกับแม่คุยกันเรื่องปัญหาสังคม เราก็ได้แต่นึกว่าทำไมปัญหาเยอะจังทั้งที่บ้านเมืองของเราก็อุดมสมบูรณ์ ทำไมการเป็นเกษตรกรลำบากจัง และอีกปัญหาที่รับรู้ก็คือป่าไม้ที่น้อยลงไปทุกที การฟันฟูป่าน่าจะทำได้อย่างมีประสิทธิภาพกว่านี้

พอเอ็นทรานซ์ก็เลยคิดว่าจะเลือกวนศาสตร์เพราะน่าจะได้เรียนอะไรที่เรอยากรู้และจะได้เข้าไปทำงานในป่า แต่คุณพ่อบอกว่าเป็นผู้หญิงคงไม่ได้ทำงานอย่างที่เราอยากทำหรอก ผู้หญิงก็มักจะทำงานเอกสาร ก็เลย

เลือกคณะวิทยาศาสตร์ เพราะชอบเรียนวิทยาศาสตร์ คิดว่าเรียนอันนี้น่าจะได้รู้สิ่งที่เราอยากรู้และเอาไปใช้กับเรื่องที่เราอยากทำ เช่น เรื่องการทำเกษตร การฟื้นฟูป่า หรือเป็นนักวิทยาศาสตร์ที่ลงภาคสนามอะไรทำนองนี้

การเรียนคลาส NREM ทำให้เราชัดกับตัวเองเลยหรือคะว่าอยากเป็นครู

ไม่ใช่ค่ะ ตอนที่เรียน NREM เราเริ่มๆ จะเห็นว่า ‘เป็นครูก็ดีนะ’ แต่พอเรียน EETP (Environmental Education: Theory & Practice) อาจารย์ให้เขียนโครงการที่ชักชวนคนให้ดูแลสิ่งแวดล้อม หนูก็เลยเขียนโครงการ *ต้นกล้าสำพู* ขึ้นมา เป็นโครงการที่ชวนให้คนมาอนุรักษ์ต้นลำพู เพราะตอนนั้นก็ทำ senior project ศึกษาเรื่องการอนุรักษ์ต้นลำพูในกรุงเทพฯ อยู่ด้วย แต่ก็รู้สึกว่าการอนุรักษ์สิ่งสำคัญอยู่ที่การทำให้ผู้คนผูกพันกับธรรมชาติ แต่คนเมืองจะรู้สึกผูกพันกับธรรมชาติได้อย่างไร ตอนนั้นก็สนุกมากที่ได้เขียนโครงการ พอเขียนโครงงานนั้นเสร็จ ก็บังเอิญว่าในขณะนั้น โครงการเยาวชน 1000 ทาง ที่ได้รับทุนจาก สสส. กำลังประกาศให้ทุน ตอนนั้นก็เริ่มรู้สึกว่าจะอยากเป็นครูอยู่บ้าง ก็เลยคิดว่าลองดูก็ได้เนอะ จะได้รู้ว่าถ้าต้องเป็นครูเองจริงๆ จะพอไหวมั๊ย เลยลองส่งโครงการเข้าไป พอส่งโครงการแล้วปรากฏว่า โครงการฯ ผ่าน ได้ทุน หนูก็เลยได้ทำโครงการฯ ที่เขียนไว้ ซึ่งมันยากมากสำหรับตัวหนู เพราะหนูไม่ชอบที่จะต้องเป็นคนบริหารจัดการ ต้องคิด ต้องเป็นคนนำ ต้องพูด ต้องแก้ปัญหา ช่วงที่ดำเนินโครงการฯ นี้ จากที่เคยคิดว่าอยากจะเป็นครูก็เลิกไปเลยคะ

66

เวลาที่เราสอนเด็กๆ เราก็ได้สอนตัวเองไปด้วย เป็นโอกาสที่ทำให้เราได้เข้าใจตัวเอง ได้พัฒนาตัวเอง เวลาที่เราได้เห็นนิสัยของเด็กๆ บางอย่างที่เราเห็นว่า ‘เรื่อนั่นน่าจะปรับนะคะ’ เราก็มักจะกลับมาเห็นว่าจริงๆ แล้วตัวเราก็มีนิสัยอย่างนั้นด้วยเหมือนกัน

99

(หัวเราะ) --- ตอนนั้นรู้สึกว่าการเป็นครูเรายังอยากเป็นอยู่นะ แต่มันยากมากเลย แต่ถ้าให้คิดสละละทิ้งหมดทั้งมวลแล้วว่าอาชีพอะไรบ้างที่เราอยากทำ ก็มีอาชีพครูอาชีพเดียวที่อยากทำ และสามารถทำได้ในตอนนี้

ได้นำการเรียนรู้การสอนจากคลาส NREM มาสู่ชั้นเรียนของเราในปัจจุบันบ้างไหมคะ

ตอนที่เริ่มเป็นครูใหม่ๆ ยากมากค่ะ เพราะไม่รู้จักพูดกับเด็กๆ อย่างไม่รู้ เรายืนอยู่หน้าห้องและมีดวงตาอีก 30 คู่มองมาที่เรา ไม่รู้จะทำอย่างไร ต้องเริ่มทำความรู้จักพวกเขาด้วยการเช็คชื่อเด็ก พอเช็คชื่อแล้วเราก็ค่อยรู้สึกสบายขึ้น ทำอย่างนี้อยู่เกือบปี (หัวเราะ) การอยู่ในคลาส NREM ก็ช่วยให้เราอยู่กับตัวเองได้ อยู่กับตัวเองเป็น

หลังจากเป็นครูได้ไม่นาน ก็เป็นช่วงที่โรงเรียนวางแผน วางหลักสูตรพอดี พวกเรานั่งคุยกันว่า ทำไมเด็กๆ จึงต้องเรียนวิชานี้ ด้วยเนื้อหาที่มันสำคัญอย่างไรกับพวกเขา ทำไมเขาควรจะได้เรียนเรื่องนี้ เพราะ



ความรู้ในปัจจุบันไม่ได้อยู่เฉพาะที่ครูหรือในหนังสือ เด็กๆ หาความรู้ในอินเทอร์เน็ตได้

เราคุยกันว่า การที่เด็กๆ จะได้รู้ว่าสัตว์อยู่อย่างไร อยู่ตรงไหน สำคัญอย่างไรต่อชีวิตของเด็กๆ ทำไมเขาจึงต้องเรียน --- ตัวหนูเองเป็นเด็กในเมืองซึ่งคนมักจะคิดว่าเราไม่ค่อยได้อยู่กับธรรมชาติ แต่หนูไม่เคยรู้สึกแบบนั้น แม้ว่าเราจะมีพื้นที่บ้านเล็กๆ นิดเดียว แต่ได้รู้จักตึกแถวหน้าบ้าน ก็รู้สึกได้ว่าธรรมชาติสำคัญมาก ก็ได้เอาเรื่องนี้ไปคุยกับเด็กๆ ในชั้นเรียน

เป็นครูมา 6 ปีแล้ว อยากแบ่งปันความสุขสักหน่อยไหมคะ

เวลาที่เราสอนเด็กๆ เราก็ได้สอนตัวเองไปด้วย เป็นโอกาสที่ทำให้

เราได้เข้าใจตัวเอง ได้พัฒนาตัวเอง เวลาที่เราได้เห็นนิสัยของเด็กๆ บางอย่างที่เราเห็นว่า ‘เรื่องนี้น่าจะปรับนะคะ’ เราก็มักจะกลับมาเห็นว่าจริงๆ แล้ว ตัวเราก็นิสัยอย่างนั้นด้วยเหมือนกัน **เวลาที่เราคิดว่าเราจะดูแลเด็กคนนี้อย่างไร เราจะช่วยเด็กคนนี้ได้อย่างไร ก็เป็นเวลาที่เราได้ทบทวนว่า แล้วเราจะแก้ไขตัวเองอย่างไร ปรับปรุงตัวเองอย่างไร** เป็นสิ่งที่เราได้ให้เด็กๆ พร้อมกับได้ทำให้ตัวเอง ก็ยิ่งรู้สึกว่าเป็นครูที่จริงจัง เป็นวิชาชีพที่ดี ทำให้เราได้ฝึกตัวเอง ถ้าไม่มีเด็กๆ ไม่มีนักเรียน เราก็คงปล่อย คงละเลยที่จะฝึกตัวเรา แต่เมื่อเราเป็นครู ได้อยู่กับเด็กๆ ทำให้รู้สึกอยู่เรื่อยๆ ว่า “ถ้าตัวเรายังทำไม่ได้ เราจะบอกเด็กๆ ได้อย่างไร” ก็ยิ่งรู้สึกว่าเป็นอาชีพที่ดี ชอบที่จะทำ

ถ้าเทียบการเป็นครูกับการเรียน ช่วงเรียนเราก็พยายาม เป็นคนขยัน อ่านหนังสือ ทำหน้าที่ตามความรับผิดชอบให้ดี แต่การเป็นครูคือเราต้องดูแลเด็กๆ รับผิดชอบชีวิตของเด็กๆ รับผิดชอบชีวิตลูกของเขา

ที่เป็นครูมาได้ขนาดนี้คงเพราะเราเองก็ได้ประโยชน์ ถ้าเราต้องทำอะไรบางอย่างโดยไม่เคยได้ประโยชน์จากสิ่งนั้นเลยก็คงเลิกทำไปแล้ว แต่การที่เราทำและได้ประโยชน์จากสิ่งที่ทำด้วยก็เลี้ยงตัวเราให้เรายังคงทำอยู่ค่ะ

เพ็ญจรี วีระธนาบุตร (เพ็ญ)

เจ้าหน้าที่โครงการธนาคารจิตอาสา องค์กรไม่แสวงผลกำไร
ศิษย์เก่า NREM07



การทำงานในองค์กรไม่แสวงผลกำไรเป็นผลมาจากชั้นเรียน NREM ใช้ไหมคะ

ถ้าจะถามว่า NREM เปลี่ยนชีวิตหนูใช่ไหม ก็ต้องตอบว่า ใช่ ---
เมื่อก่อนเวลาที่ได้เล่าถึงคลาส NREM หนูก็มักจะพูดว่า ‘เป็นการเกิดใหม่’
หนูรู้สึกว่าชีวิตของหนูตั้งแต่เด็กเรื่อยมาจนกระทั่งได้เจออาจารย์ หนู
เป็น Nobody มาตลอด หนูเป็นนักเรียน-นักศึกษาในระดับกลางๆ ไม่ใช่
คนห่วยที่สุด และไม่ใช่คนที่ดีที่สุด หนูเป็นเด็กดีตามค่ามาตรฐาน คือเขา
ให้สอบก็สอบ ให้ส่งงานก็ส่ง ให้ทำอะไรก็ทำ --- หนูก็เป็นของหนูอย่างนี้
มาเรื่อยๆ ไม่ได้รู้สึกที่ถูกกดดัน ไม่ได้ทุกข์หรือสุข หรือต้องทำอะไรแปลก
ไปกว่านี้ ชีวิตก็เป็นไปเรื่อยๆ ไม่มีปัญหาไม่เดือดร้อน มีเพื่อนน้อย พุดน้อย
ไม่ค่อยแสดงความเห็น ชีวิตก็เป็นไปทำนองนี้ ไม่ได้สุข-ทุกข์อะไรมากนัก
พร้อมกันนั้นก็ไม่ได้เห็นได้ว่าตัวเองมีคุณค่าอะไร จนกระทั่งมาเรียน
ในคลาส --- (เจียบ)

อย่างไรคะ

สิ่งที่ประทับใจมากที่สุดเรื่องหนึ่งก็คือ อาจารย์มอบหมายให้หนู
เป็นคนไปรับพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล มาที่บ้านอาจารย์ หนูตกใจ แต่
ก็ดีใจด้วย

ทำไมล่ะคะ

หนูไม่คิดว่าอาจารย์จะวางใจ จะไว้วางใจหนูขนาดนั้น หนูรู้สึกว่าหนู

“

หนูเป็นเด็กดีตามคำมาตรฐาน คือเขาให้สอบก็
สอบ ให้ส่งงานก็ส่ง ให้ทำอะไรก็ทำ ชีวิตก็เป็น
ไปทำนองนี้ ไม่ได้สุข-ทุกข์อะไรมากนัก พร้อม
กับนั้นก็ไม่ได้ค่อยได้เห็นว่าตัวเองมีคุณค่าอะไร
จนกระทั่งมาเรียนในคลาส

”

เป็นแค่นักศึกษารธรรมดา --- ไม่รู้สึคะ หนูแปลกใจว่าทำไมอาจารย์จึงไว้
วางใจลูกศิษย์ขนาดนี้ โม่เมนต์นั้นทำให้หนูรู้สึกได้รับความไว้วางใจมาก

เหตุการณ์นี้ส่งผลกับตัวเราอย่างไร

เดิมหนูไม่ใช่คนที่ชอบเสนอตัว ไม่ใช่นักเรียนแบบที่ยกมือตอบ
เป็นคนแรก --- หนูไม่ได้เป็นแบบนั้น ในการเรียนทั่วไปอาจารย์ก็มัก
จะมอบหมายงานให้หัวหน้าห้อง ให้เด็กเก่งประจำห้อง ให้นักเรียนหน้า
ห้อง ซึ่งทั้งหมดนั้นไม่ใช่หนู--- แต่ชั้นเรียนของอาจารย์ ทุกคนดูเท่าๆ
กัน อาจารย์หาอาสาสมัครให้ช่วยงานบางอย่างสำหรับชั้นเรียนของเรา
จะเป็นใครก็ได้ พอหนูยกมือ อาจารย์ก็ตกลง ยอมรับ มันทำให้หนูรู้สึกว่า
หนูได้รับความไว้วางใจ

การเรียนในคลาส NREM เป็นอย่างไรบ้างคะ

รุ่นของหนูมีนักศึกษา 12 คน แต่ละคนล้วนแต่โดดเด่นเป็นผู้นำ เพื่อนคนหนึ่งเป็นประธานชั้นปี น้องอีกคนเป็นประธานในฝ่ายงานของชั้นปี เพื่อนอีกคนเรียนเก่งมาก สรุปว่าทุกคนโดดเด่น แต่หนูเป็นนักศึกษาธรรมดา --- โคตรจะธรรมดา

แรกๆ หนูอยู่ในห้องแบบเงียบๆ ไม่รู้จะพูดอะไร และไม่มีอะไรจะพูด แต่เพราะคลาส NREM เป็นการเรียนแบบล้อมวงคุยกัน (Dialogue) เพื่อนก็แลกเปลี่ยนกัน และมีบางครั้งที่วงเงียบเป็น dead air

ชั้นเรียนนี้ต่างจากชั้นเรียนอื่นๆ เพราะชั้นเรียนอื่นมีบรรยากาศที่กดดันให้พูด แต่ชั้นเรียนนี้ไม่มีพลังงานแบบนั้น แน่نونว่าอาจารย์ก็คงอยากให้ทุกคนพูด แต่ถ้าไม่พูดอาจารย์ก็ไม่ว่าอะไร ทั้งหมดนี้ทำให้หนูเรียนด้วยความรู้สึกสบายๆ มากขึ้น ถ้าหนูจะพูดก็พูดแบบสบายมากขึ้น

มีเหตุการณ์ประทับใจพิเศษไหมคะ

วันปีใหม่ อาจารย์จัดกิจกรรม **แลกเปลี่ยนรัก** คือให้ทุกคนนำของที่ตัวเองรัก หรือห่วงแหน มาแลกกันในห้อง ในการทำกิจกรรมนี้แต่ละคนก็จะได้พูดถึงของรักของเรา ความผูกพันที่เรามีต่อของชิ้นนั้น พอจบกิจกรรมในวันนั้น หนูกลับบ้านไปด้วยความรู้สึกว่า ‘เรามีเพื่อน’ หนูอธิบายความรู้สึกนี้ไม่ถูก แต่มันเป็นความรู้สึกที่ว่า หนูมีเพื่อน ในสังคมนี้ยังมีคนที่ให้ความสำคัญกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่คนส่วนใหญ่อาจจะมองไม่เห็นค่า

การนำของที่เรารัก เราหวงแหน ของที่เราให้คุณค่า แล้วเราสละของ
ชิ้นนั้นให้คนอื่นทำให้รู้สึกถึงความหมายของ *การให้ การเป็นเจ้าของ การ
ยึดติด* ที่สำคัญก็คือ เราได้ฟังเรื่องราวที่เพื่อนพูดถึงของที่เขารัก เราได้ฟัง
สิ่งที่เพื่อนของเราให้คุณค่า ให้ความสำคัญ ไม่น่าเชื่อว่าเราจะได้ฟังเรื่อง
ราวแบบนี้ สำหรับหนู สิ่งนี้มันสุดยอดมาก --- การได้ยินเรื่องราว ได้
รับรู้มุมมองที่อ่อนโยนที่มีอยู่ในใจของแต่ละคน

หนูรู้สึกว่านี่คือสิ่งที่อาจารย์อยากจะบอกกับพวกเราทุกคน อาจารย์
ไม่ได้บอกผ่านคำพูด ไม่ได้บอกด้วยการสั่งสอน หรือเลคเชอร์ แต่บอก
ผ่านกระบวนการว่า **‘ในชีวิตของคุณ อะไรคือสิ่งที่มีคุณค่า คุณค่านั้นคือ
อะไร สิ่งนั้นแทรกอยู่ในสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ที่คุณมักจะไม่นึกไปมอง’** เป็น
สิ่งที่หนู โดนเต็มๆ เพราะปกติหนูใช้เงิน ซ้อๆๆ แต่พอถามว่าแล้วหนูให้
คุณค่ากับของที่ซื้อแต่ละชิ้นอย่างไร รู้ไหมว่าของแต่ละอย่างมีคุณค่า ให้
ความสุขกับเรา --- ไม่มีคำตอบ

การที่เราได้เห็นคุณค่าในอะไรบางอย่าง การที่เราได้พูดถึงสิ่งนั้น ได้
เล่าออกมา ทำให้รู้สึกว่าคุณค่าชีวิตดีมาก --- (เจียบ)---

มีอย่างอื่นอีกไหมคะ

ชั้นเรียน NREM ทำให้หนูเข้าใจจริงๆ ถึงคำว่า **การเรียนรู้** กับ **การ**
เรียนรู้ ระบบการศึกษาทำให้สองคำนี้แยกออกจากกัน ทั้งที่ความจริงแล้ว
สองคำนี้น่าจะเป็นเรื่องเดียวกันได้ เมื่อเราอ่านตำราเรียนเราจะอ่านเพื่อ

“

เราเป็นเจ้าของการเรียนรู้ของเราได้
เราจะบอกได้เองว่าเราจะเรียนรู้เรื่องอะไร
ผ่านกระบวนการแบบไหน อย่างไร
ซึ่งแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน

”

ท่องจำหรือจะอ่านเพื่อจะเรียนรู้ เวลาเข้าห้องเรียน ได้เห็นอาจารย์สอน เรา
จะเข้าไปเพื่อแค่เข้าเรียน หรือเราเข้าไปเพื่อจะเป็นการเรียนรู้ของเรา ซึ่ง
การเรียนรู้ก็มีหลายระดับ บางคนอาจจะเรียนรู้กระบวนการที่อาจารย์ใช้
ในห้อง บางคนเรียนรู้รูปแบบการสอน บางคนเรียนรู้บทเรียนที่ได้จากใน
ห้อง ฯลฯ มันทำให้เราเห็นว่าในชีวิตของเรานี้ เราเรียนรู้ได้ทุกอย่าง เรียน
รู้ได้จากทุกประสบการณ์ เรียนรู้ได้ในทุกความสัมพันธ์ ทำให้เราหลุด
ออกจากกรอบที่ว่า ถ้าจะเรียนต้องทำแบบนี้ 1 2 3 4 แต่เราเห็นว่าชีวิต
เป็นการเรียนรู้ได้ และที่สำคัญคืออาจารย์สนับสนุนให้เราเรียนรู้จากตัว
ของเราเอง เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เรียนรู้จากประสบการณ์ด้านใน

ในคลาสอาจารย์ให้เขียนบันทึก (journal) เป็นการบ้าน และต้อง
ส่งทุกสัปดาห์ หนูรู้สึกว่ หนูคุยกับอาจารย์ผ่านบันทึกมากกว่าจะคุยกับ
อาจารย์จริงๆ เสียอีก เวลาที่ได้สมุดกลับมา ได้เห็นปากกาขีดแดงลายมือ
อาจารย์ ได้เห็นข้อความที่อาจารย์วงเอาไว้ ซึ่งมันอาจจะแปลว่าเป็นเรื่อง



ที่เราต้องทำงานต่อ เรื่องนั้นจะเป็นประโยชน์กับเรา อาจารย์ทำให้เราเห็นว่าการเรียนรู้ที่อยู่ในชีวิตของเรา มันไม่เคยแยกออกมาจากชีวิต ขึ้นอยู่กับมุมมอง อยู่กับการฝึกใจ และรู้ด้วยว่า พวกเราแต่ละคนไม่เหมือนกัน

ในคลาสนั้นอาจารย์มักจะพูดคำว่า “เป็นเจ้าของชีวิตตัวเอง” หรือ “ให้พวกเราเป็นเจ้าของการเรียนรู้” บ่อยมาก ซึ่งหนูก็ไม่ค่อยเข้าใจ จนกระทั่งจบคลาสหนูจึงได้เข้าใจมากขึ้น เราเป็นเจ้าของการเรียนรู้ของเราได้ เราจะสามารถบอกได้เองว่าเราจะเรียนรู้เรื่องอะไร ผ่านกระบวนการแบบไหนอย่างไร ซึ่งแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนเรียนรู้ผ่านการคุย บางคนเรียนรู้ผ่านการคิด บางคนเรียนรู้ผ่านการทำ เหล่านี้ทำให้เราเปิดโลกเปิดมุมมอง

มองต่อว่าการเรียนรู้อย่างมาก ทำให้ตัวหนูไม่ค่อยสนใจเรื่องการไปเรียนที่ต่างประเทศสักเท่าไรนัก

อีกสิ่งหนึ่งที่หนูชอบมากที่สุดของ NREM คือไม่มีการสอบ นี่เป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้หนูเรียนวิชานี้ อาจารย์ให้อ่านหนังสือ ให้ทำโปรเจกต์ ซึ่งหนูทำเต็มที่มากๆ เพราะหนูไม่ชอบสอบ

ทำไมจึงไม่ชอบสอบ เรารู้สึกอย่างไรกับการสอบ

หนูเกลียดการสอบ หนูรู้สึกว่าการสอบไม่ได้บอกอะไร ไม่ได้ช่วยให้เกิดการเรียนรู้อะไรเลย หนูชอบเรียนวิชาชีววิทยา หนูชอบอ่านหนังสือเกี่ยวกับระบบร่างกาย ชอบที่ได้รู้ได้เข้าใจ แต่การอ่านหนังสือสอบไม่ใช่แบบนี้ มันเป็นการอ่านอีกโหมดหนึ่งซึ่งทุกข์มาก เหมือนกับเราอัดทุกอย่างเข้าสมอง จำ จำ จำ เพื่อจะไปสอบ การสอบบั่นทอนการเรียนรู้

หนูคิดว่าการสอบไม่สามารถบอกได้เลยว่าใครรู้แค่ไหน เกรด-ผลการเรียน-คะแนนการสอบ บอกได้แค่นักเรียนคนนี้รับผิดชอบมากน้อยแค่ไหนแต่วัดความรู้ไม่ได้ ยกตัวอย่างเช่น ตัวหนูกับรุ่นน้องได้เกรด A ในวิชาหนึ่งเหมือนกัน หนูอาจจะสอบได้คะแนนมากกว่าเขา แต่เขาอาจจะรักวิชานี้มากกว่าหนู เมื่อเวลาผ่านไปจนถึงวันนี้หนูอธิบายอะไรเกี่ยวกับวิชานั้นไม่ได้แล้ว ในขณะที่น้องยังอิน เขารักวิชานั้น เขาพูดได้ อธิบายได้ แต่เราทั้งสองคนได้เกรดเท่ากัน – หนูได้เกรดนั้นมาเพราะหนูรับผิดชอบ เพราะหนูอ่าน ท่อง จำ แต่ไม่ใช่เพราะรัก ไม่ได้เข้าใจ เกรดจึงไม่ได้วัด

ความรู้ ---ไม่ได้แปลว่าคนที่ได้เกรด 4 จะรู้มากกว่าเกรด 3 มันอาจจะใช้หรือไม่ใช้ก็ได้ เกรดบอกไม่ได้

สิ่งที่ชอบอีกอย่างหนึ่งคือ การที่อาจารย์ให้พวกเรารู้จักการประเมิน ในชั้นเรียนนี้ เราได้ประเมินตัวเอง เพื่อนประเมินเรา เราประเมินเพื่อน และ อาจารย์ประเมินเรา ก็จะได้เห็นเพื่อนหรือเห็นน้องบางคนที่เขาประเมินตัวเองต่ำมาก 4/10 หรือ 3/10 ส่วนบางคนก็อาจจะมั่นใจในตัวเองมาก เขากลับให้คะแนนตัวเอง 10/10

อยากจะสื่อสารอะไรผ่านการพูดคุยนี้ไปยังคนอ่านไหมคะ

หนูนึกถึงคนเป็นครู คนที่เป็นพ่อแม่ เพราะคนเหล่านี้มีผลอย่างมาก ต่อเด็ก ๆ ต่อลูก ต่อนักเรียน ต่อคนรุ่นหลังที่กำลังเดินตาม เขาจะทำให้





เด็กๆ ได้เห็นคุณค่าของชีวิตตัวเองได้อย่างไร การให้พื้นที่ปลอดภัย ให้เขาได้ลอง ได้เล่น ได้ฝึก เป็นสิ่งสำคัญ

ในทางกลับกัน สำหรับน้องๆ หรือคนที่กำลังแสวงหาพื้นที่ปลอดภัย ก็ขอให้เขามองหาพื้นที่ปลอดภัยสำหรับตัวเองเพื่อจะได้เรียนรู้ ซึ่งไม่มีใครบอกได้นอกจากตัวของเขาเอง การมีมุมมองต่อชีวิตและลองมองหาสิ่งที่เราสนใจให้มากพอ อาจจะไม่จำเป็นต้องเป็นเรื่องใหญ่ๆ มันอาจจะเป็นเรื่องเล็กๆ ใกล้ตัว เช่น ความทุกข์-ความสุข ของเราเกิดขึ้นได้อย่างไร และเราจะอยู่กับสิ่งนั้นอย่างไร ถ้าเรากลับมาที่ตัวเราได้ เห็นได้ว่าสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในตัวเรานี้กำลังบอกอะไรแก่เรา เราจะเรียนรู้ได้จากตัวของ

เราเอง จากคนรอบข้าง และจากเหตุการณ์ในแต่ละวัน ทั้งหมดนี้คือการ
เรียนรู้ที่จะอยู่กับเรา และไม่จบสิ้น

อรรถพล อภัยทอง (บอส)

นักศึกษาปริญญาเอก

เจ้าของธุรกิจ BLSteam, Sound and Lighting

สมัยเก่า NREM10



ชีวิตปัจจุบัน

ขณะนี้ผมเป็นนักศึกษาปริญญาเอกที่ใกล้จะจบแล้วครับ และผมทำธุรกิจส่วนตัวให้บริการด้านแสง สี เสียง ในการจัดคอนเสิร์ตด้วยครับ

ดูไม่เข้ากันเลยนะคะ

สองอย่างนี้มันไม่ไปด้วยกัน แต่มันมาคู่กัน (หัวเราะ) จะว่าไปแล้ว ชั้นเรียน NREM ก็มีส่วนอย่างมากที่ทำให้ผมได้ทำสิ่งที่ผมชอบควบคู่ไปกับการเรียน

เมื่อก่อนนี้ การเรียนมาเป็นลำดับหนึ่ง ผมตั้งใจเรียนเพื่อพ่อแม่ แต่ในช่วงปี 3 ปี 4 เป็นช่วงสับสนของชีวิต เราใกล้จะจบ คิดถึงอนาคต งานที่เราชอบคืองานแสง สี เสียง แต่ผมไม่แน่ใจว่างานนี้จะเลี้ยงชีวิตได้ ดูไม่มีความมั่นคงเลย แต่ด้านในของเรามีความสุข ช่วงที่ผมวิกฤต ผมเครียดมากจนขอตัดคุยกับอาจารย์ ซึ่งอาจารย์ก็คุยด้วยครับ เป็นการคุยที่ยาวนานมาก อาจารย์สอนให้ผมกลับมาที่ตัวเอง อาจารย์บอกว่าไม่ว่าเราจะทำอะไรให้เรามาจากด้านในของเรา และเรารักสิ่งนั้น ที่สำคัญคือให้เชื่อตัวเอง ผมไม่เคยเชื่อตัวเองเท่ากับวันนั้น วันที่อาจารย์พูด

เราก็พอรู้ว่าการเชื่อตัวเองเป็นสิ่งที่ดีแต่เราก็ไม่ค่อยเชื่อ อาจารย์สอนให้ฟังร่างกายให้ดูว่าเรามักจะใช้เวลาไปกับเรื่องอะไร ทำอะไรแล้วเรารู้สึกมีแรง มีพลัง --- ผมชอบเข้าเว็บดูเรื่องการซื้อขายเครื่องเสียง ซึ่งผมก็ไม่รู้หรือกว่านี่คือสิ่งที่ผมชอบและให้พลังกับผม แต่พออาจารย์พูด ผมมา

สังเกตตัวเองมันก็จริงอย่างนั้น อาจารย์บอกว่า ‘ให้บอสเชื่อข้างใน’ ผมก็เลยลุยทั้งสองอย่างคือเรียนด้วยและทำสิ่งที่ชอบด้วย สิ่งที่ผมชอบก็เลยมีพื้นที่เข้ามาในชีวิต เป็นสิ่งที่เปลี่ยนชีวิตมาจนทุกวันนี้

เล่าเรื่องการเป็นนักเรียนวิทยาศาสตร์สักหน่อยไหมคะ และ NREM ด้วย

ผมเคยเรียนกับอาจารย์เอเซียตั้งแต่อยู่ชั้นปี 1 ตอนนั้นผมสงสัยกับการเรียนวิทยาศาสตร์ว่าวิทยาศาสตร์จะเป็นเครื่องมือเพื่อช่วยแก้ปัญหาได้จริงไหม ผมเรียนหนักมาก ผมเรียนไปเพื่ออะไร การได้เจออาจารย์เหมือนได้เจอแสงที่ผมไม่เคยเห็น เป็นแสงที่ผมรู้สึกว่าเป็นความหวังทั้งกับโลกและกับตัวผมด้วย ที่ผ่านมาผมรู้จักแต่แสงจากวิทยาศาสตร์เพียงแสงเดียว --- สไลด์แรกที่อาจารย์นำขึ้นสอนวันแรกเป็นฉากสีดำแล้วมีตัวหนังสือเขียนว่า ‘เรียนไปทำไม’ ตอนนั้นผมช็อคและนึกอยู่ในใจว่า ‘จัน เราเดินออกจากห้องกันดีไหม’ (หัวเราะ) แล้วอาจารย์ก็เล่าปัญหาของโลกให้พวกเราฟัง

ผมเป็นนักศึกษาทุน ทุนตั้งแต่ปริญญาตรีให้เรียนจนจบปริญญาเอก แต่จะเรียกว่าเป็นคนนอกหักจากวิทยาศาสตร์ก็ได้ ผมเคยเชื่อว่าวิทยาศาสตร์เป็นที่สุดในโลก วิทยาศาสตร์คือยาในการแก้ปัญหาให้โลก แต่เมื่อเราเห็นโลกในแบบที่มันเป็น เราเห็นว่าความรู้แบบวิทยาศาสตร์แบบที่เราเชื่อ มันรักษาโลกไม่ได้ ช่วยเยียวยาให้โลกหายจากการป่วยไม่ได้ มีหน้าซำยังจะกลายเป็นการสร้างปัญหาเพิ่มอีกด้วย ผมรู้ว่า

ทุกอย่างมีสองด้าน มีข้อดีและมีข้อเสีย ทุกวันนี้วิทยาศาสตร์กำลังขับเคลื่อนโลก ทั้งจากคนที่ตั้งใจดีและคนที่ไม่ได้ตั้งใจเลย ปัญหาใหญ่ของวิทยาศาสตร์คือ วิธีการทางวิทยาศาสตร์ไม่มีมนุษย์อยู่ในนั้น เวลามองปัญหา วิทยาศาสตร์ไม่ได้มองว่าคนเป็นส่วนหนึ่งของปัญหา คำถามและกลไกในแบบวิทยาศาสตร์เป็นคำถามแบบที่ตัดปัจจัยอื่นๆ ออกให้เหลือเพียงปัจจัยเดียวเพื่อหาคำตอบ และคำตอบแบบวิทยาศาสตร์มีเพียง 2 คำตอบคือ reject กับ accept แต่โลกและมนุษย์ซับซ้อนกว่านั้น บ่อยครั้งจึงกลายเป็นว่าเราทำเรื่องนี้เพื่อแก้ปัญหานี้ แต่กลายเป็นว่าเรื่องที่เรากำลังแก้ปัญหากลายเป็นปัญหาใหม่ขึ้นมา

บอสตั้งใจเอ็นทรานซ์เข้ามาเรียนในคณะนี้ แคมยังเป็นนักศึกษาทุนอีกด้วย ทำไมจึงมีคำถามเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์ล่ะคะ

ผมมาจากโรงเรียนบ้านนอก การเอ็นทรานซ์ติดมหาวิทยาลัยอันดับหนึ่งด้านวิทยาศาสตร์ของประเทศนี้จัดว่าเป็นความสุดยอดนะครับ --- แต่เมื่อเข้าเรียน ได้เจอเพื่อนๆ ที่เขามาจากโรงเรียนดังๆ ในกรุงเทพฯ ภาษาอังกฤษผมก็ไม่ดี มีความกดดันหลายอย่าง แค့်สปีดาร์แรกที่เข้าเรียน ผมก็ไม่แน่ใจว่าผมจะเรียนต่อไปจนจบสปีหรือเปล่า ทางออกก็คือผมตั้งใจมากใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในห้องสมุด อ่านหนังสือเพื่อจะเก่ง พยายาม ทุ่มเทคะแนนก็พุ่งขึ้นมา แต่ระหว่างนั้นยาของผมป่วย ยารักผมมากและผมก็รักยามาก เวลาที่แม่โทรมาให้คุยกับยาผมก็ไม่คุย ผมมักจะบอกว่า ผมกำลังอ่านหนังสือ ผมเครียด ผมเหนื่อย หลังจากนั้นยา ก็เส้นโลหิตในสมองแตก



คุยกันไม่ได้อีกเลย เหตุการณ์นั้นช็อคตัวผม มันทำให้ผมถามว่าผมกำลังทำอะไรอยู่ และ ทำเพื่ออะไร

ผมเคยเรียนกับอาจารย์เอเซียตั้งแต่ปี 1 พอ NREM เปิดช่วงเทอมสองของปี 2 ผมก็อยากเรียน NREM มาก แต่ในขณะนั้นผมลงทะเบียนไม่ได้เพราะต้องลงทะเบียนวิชาบังคับก่อน เฉพาะวิชาบังคับก็ 21 หน่วยกิตแล้ว NREM เป็นวิชาเลือก ถ้าลงทะเบียนวิชานี้ก็จะกลายเป็น 24 หน่วยกิต ซึ่งมหาวิทยาลัยไม่อนุญาต แต่ผมจะเรียน ผมอยากเรียน ก็เลยขออาจารย์เข้าไปนั่งเรียนเฉยๆ ผมไม่เอาเกรด ไม่เอาคะแนน แต่ขอให้ผมได้เรียน ซึ่งอาจารย์ก็ตกลงครับ ผมตั้งใจเรียนมากทั้ง NREM และวิชาอื่นๆ เทอมนั้นผมเรียนเยอะกว่าทุกๆ คนในภาค ทำงานเยอะ แต่ผมได้คะแนน 3.98 (ที่ไม่ได้ 4.00 เพราะเดินทางกลับบ้านที่ต่างจังหวัดจึงกลับมาสอบแล็บ

ไม่ทัน 1 ครั้ง)

ผมตั้งใจเรียน NREM มาก ฟังคำพูดทุกคำ อาจารย์สอนอะไรผมก็นำไปใช้เลย ผมรู้จักจริงๆ เลยว่า**การเปลี่ยนแปลงภายในตัวนั้นส่งผลต่อทั้งหมดของชีวิต** การเปลี่ยนแปลงตัวเองที่อาจารย์สอนในวิชา NREM ทำให้เราเปลี่ยนการจัดการตัวเองในวิชาอื่นๆ เปลี่ยนการจัดความสัมพันธ์ในครอบครัว เปลี่ยนโลกภายในของเรา มันเปลี่ยนทั้งหมด **เปลี่ยนทั้งชีวิต** เป็นภาวะของการที่เรามีความสุข ---ไม่ใช่ความสุขเฮฮาอย่างที่เราเคยมี เพราะสุขแบบนั้นเป็นความสุขบ้างทุกข์บ้าง แต่ความสุขนี้เป็นความสุขที่เราได้ลงมือทำ และเราเห็นผลของการกระทำ

ในชีวิตผมไม่เคยมีคลาสไหนเป็นแบบนี้ อาจจะมีอาจารย์บางวิชาที่ทำให้เราตั้งใจเรียน อาจจะมีอาจารย์บางคนทำให้เรารักพ่อแม่ อาจารย์ดีก็ทำให้เราใฝ่ดี แต่อาจารย์เอเชียเป็นอีกอย่างหนึ่ง เราไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อให้นักศึกษาได้เนื้อหาเฉพาะที่เขาสอน แต่ผมคิดว่า อาจารย์มีเป้าหมายว่า **นักศึกษาของเขาจะมีชีวิตดีขึ้นเพื่อให้โลกนี้ดีขึ้นได้อย่างไร** การที่จะทำให้นักศึกษาได้คิดว่า **‘ชีวิตตัวเองมีผลต่อโลก’** นี่ มัน... และอาจารย์เปิดพื้นที่ให้พวกเราแต่ละคนได้เปลี่ยนแปลงในแบบของตัวเอง ตามศักยภาพของเรา เพื่อให้โลกดีขึ้น

NREM เป็นคลาสอะไรก็ไม่รู้ครับ (หัวเราะ) ผมได้ทั้งความรู้และทักษะหลายอย่างมากๆ เรื่องมารยาทในการกินข้าว การจับช้อนผมก็ได้จากชั้นเรียนนั้นะ (หัวเราะ) ยกตัวอย่างดีกว่า --- เรื่องการเขียนอีเมล

“

ความสัมพันธ์ในครอบครัวผมเปลี่ยนเพราะผมเรียน
ในชั้นเรียนนี้ และผมคิดว่าการที่เรามีความสัมพันธ์
ในครอบครัวที่ดีเป็นสิ่งสำคัญเป็นรากฐานของความ
สุข เป็นรากฐานที่ทำให้ชีวิตเต็ม เราพูดกันมากเรื่อง
รักครอบครัว แต่การรักครอบครัวกับการมีความ
สัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวไม่เหมือนกัน

”

ผมมักจะได้นิยามอาจารย์คนอื่นๆ บ่นว่าเด็กสมัยนี้เขียนอีเมลไม่เป็น โน่น
นี่ นั่น แต่อาจารย์ไม่บ่นครับ อาจารย์สอนเลยตั้งแต่ครั้งแรก และสิ่งนี้ยัง
ติดตัวผมมาจนถึงทุกวันนี้ ทุกวันนี้ในการทำธุรกิจของผมก็มีผลหลาย
อย่างมาจากชั้นเรียนนั้น ผมเขียนอีเมลได้ดีกว่าหลายๆ คนในวงการ
เดียวกัน การที่ในชั้นเรียนอาจารย์ฝึกให้เขียน ‘ปากกาพาไป’ (intuitive
writing) ทำให้งานเขียนของเรามีความรู้สึกอยู่ในนั้น ส่งผลให้ในวันนี้มี
คนติดต่อชวนให้ผมเขียนหนังสือ นิตยสารด้านแสงเสียงที่ใหญ่มากฉบับ
หนึ่งชวนให้ผมเขียนคอลัมน์ในนิตยสารนั้น เขารู้สึกว่าเรื่องราวที่ผมเขียน
มีชีวิต มีความรู้สึก ความเป็น ‘เรา’ อยู่ในบทความนั้นไม่ใช่เขียนที่อู้งาน
แข็งๆ แบบวิทยาศาสตร์

อาจารย์สอนเรื่องการอยู่อย่าง 100% กับคนตรงหน้า หรืออยู่ 100%

กับสิ่งนั้น และอาจารย์ให้ความสำคัญต่อการตรงเวลามาก ฝึกให้เราเป็นคนไม่หาข้ออ้าง เราไม่มีข้ออ้างเมื่อทำงานไม่ทัน --- ผมเห็นเลยว่าเดี๋ยวนี้คนเรามีข้ออ้างเยอะ แต่เราจะเห็นได้จากชีวิตจริงว่า คนที่เก่งๆ เป็นที่ยอมรับเขาไม่ใช่คนที่มีข้ออ้าง

ความสัมพันธ์ในครอบครัวผมเปลี่ยนเพราะผมเรียนในชั้นเรียนนี้ และผมคิดว่าการที่เรามีความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ดีเป็นสิ่งสำคัญเป็นรากฐานของความสุข เป็นรากฐานที่ทำให้ชีวิตเต็ม เราผูกพันกันมากเรื่องรักครอบครัว แต่การรักครอบครัวกับการมีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวไม่เหมือนกันนะครับ ไม่ง่ายเลยที่เราจะรักคนในครอบครัวเพราะคนที่อยู่ใกล้ตัวมักจะทำร้ายกัน แม่ผมรักอาจารย์เอเซียมากทั้งที่ไม่เคยเจอ ไม่เคยเห็น



หน้าอาจารย์ เพราะเขาเห็นการเปลี่ยนแปลงในตัวผม มีอยู่ครั้งหนึ่ง พ่อ แม่ พี่สาว ของผมมาเที่ยวในกรุงเทพแล้วก็เริ่มทะเลาะกันเพราะตกลงกันไม่ได้ ถ้าเป็นเมื่อก่อน เวลาเจอเหตุการณ์แบบนี้ผมจะไม่โ หงุดหงิด ทะเลาะไป ด้วย ทำให้เรื่องมันวนขึ้นไปอีก แต่ครั้งนี้ผมนิ่ง ฟัง แล้วในที่สุดก็แก้ปัญหา ได้ การเปลี่ยนแปลงของผมในครั้งนีทำให้พ่อแม่ง ซัด แต่รู้ว่าผมมีการ เปลี่ยนแปลงหลายอย่างแต่ไม่คิดว่าจะเปลี่ยนมากอย่างนี้ --- ผมนิ่ง ผม ฟัง ผมใจเย็น ผมไม่ทะเลาะไปกับเขา ผมไม่ตรอง

อาจารย์สอนเรื่องแบบนี้อย่างไร

อาจารย์สอนว่าเราเป็นแบบอื่นได้ เราไม่ต้องเป็นแบบนี้เท่านั้น จาก คนใจร้อนเราเป็นคนใจเย็นได้ จากคนที่พูดมากเราเป็นคนที่นั่งฟังได้ จาก ที่เราเป็นคนพูดน้อยเราเป็นคนกล้าพูดได้

การฟังทำให้ผมได้กลับมามีความสัมพันธ์กับพ่อแม่และครอบครัว ผมได้รู้จักพ่อในแบบที่ไม่เคยรู้จัก พ่อของผมเป็นคนพูดน้อยมาก (ตรง ข้ามกับแม่) มีอยู่วันหนึ่งผมกับพ่อนั่งรถไปด้วยกันแล้วพ่อก็เล่าเรื่องราว ชีวิตของพ่อตั้งแต่วัยเด็กซึ่งผมไม่เคยได้ยินพ่อพูดให้ใครฟังเลย ทำให้ผม เข้าใจพ่อในอีกมิติหนึ่ง ส่วนแม่เป็นคนพูดเยอะ(หัวเราะ) ก็เลยไม่ค่อย มีใครฟังแม่ เมื่อก่อนที่ผมเรียนเยอะๆ ก็ไม่ค่อยฟังแต่เมื่อได้เรียนเรื่อง การฟังในคลาส ผมหัดฟัง และผมเห็นว่าแม่มีความสุขขึ้น ผมเห็นว่าแม่ก็ เปลี่ยนแปลง ---การเปลี่ยนแปลงของผม ทำให้แม่มีความสุข แล้วแม่ก็



เปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงมันส่งผล देंกัน ไป देंกัน มา ยิ่งเราฟังเราก็อยิ่งเข้าใจ เราก็อได้เียวยาให้เขา บางครั้งกับบางคนเราไม่รู้จะคุยอย่างไร เช่น คนในครอบครัวของแฟนผมซึ่งผมไม่ได้ใกล้ชิดมาก แต่การฟัง การอยู่ตรงนั้นของเราก็อเียวยาเขาได้ ลองเทียบกันนะครับ ระหว่างคนที่ไปเยี่ยมผู้ป่วยสองคน คนหนึ่งนั่งเล่นมือถือ ส่วนอีกคนนั่งอยู่ตรงนั้นจริงๆ มันต่างกัน ผมว่าโลกกำลังขาดสิ่งนี้นะครับ

พูดถึงความเป็นครูหน่อยสิคะ

ผมคิดว่า ทักษะ หรือฮาวทูของการเป็นครูที่ดี ไม่ใช่เรื่องที่ว่าเราต้องเป็นแบบไหน มันไม่ใช่การทำตาม แต่เราทุกคนมีความดีงามอยู่ในตัว และเราแต่ละคนมีความต้องการที่จะดูแลโลกในแบบของเราเอง การ

“

เปิดพื้นที่ให้พวกเราแต่ละคนได้เปลี่ยนแปลง
ในแบบของตัวเอง ตามศักยภาพของเรา
เพื่อให้โลกดีขึ้น

”

ที่ผมได้ใกล้ครูคนนี้ (ดร.สรยุทธ (เอเชียว) รัตนพจนารถ) เพราะเขาไม่ได้เข้ามาในฐานะของครูที่อยู่เหนือกว่าผม ไม่ได้อยู่บนบัลลังก์ ผมคิดว่าครูในประเทศไทยเข้ามาหานักเรียนพร้อมกับความมีอำนาจ แต่อาจารย์ไม่ได้เข้ามาพร้อมกับอำนาจแบบนั้น --- พุดยากครับ ผมพุดในมุมมองของนักเรียนดีกว่า

คำสอนหลักในคลาสนี้คือ ทุกๆ การกระทำของเราส่งผลและเชื่อมโยงกับการกระทำอื่นๆ ชีวิตไม่ได้แปลว่าเราใช้เวลา 1 ชั่วโมงเพื่อเรียนฟิสิกส์ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง เพื่อเรียนคณิตศาสตร์ หรือใช้เวลา 3 ชั่วโมงเพื่อเรียน NREM แต่เรามีเวลา 24 ชั่วโมง/วัน เสมอ เรามีครอบครัว เราอยู่ในโลก เป้าหมายเล็กๆ ของเราเชื่อมโยงกับเป้าหมายใหญ่ๆ ของสิ่งอื่น อาจารย์ทำให้เราเห็นว่าโลกกว้างมาก และเราอยู่ในความเชื่อมโยง เราไม่ได้อยู่ของเราเดียวๆ แคๆ ชีวิตไม่ได้มีความหมายเพียงแค่ว่าจะเรียนให้ได้ A เป็นนักเรียนเกรด A แต่ชีวิตของเราในวันนี้เชื่อมโยงไปจนถึงวันตาย

ของเรา เราทุกคนมีเวลาจำกัด และเราไม่รู้ว่าเราจะตายเมื่อไร ดังนั้นเรา
อยากจะทำอะไรในชีวิตของเราในวันนี้

บอสอยากจะพูดอะไรถึงครูหน่อยไหมคะ

อาจารย์เป็นความดีความงามของผม

ผมรู้ว่าทุกคนมีด้านมืด ตัวผมเองก็เช่นกัน แต่ทุกครั้งที่ตัวเองตกไปสู่
ความดำมืด อาจารย์คือแสงสว่างของผม เมื่อผมนึกถึงอาจารย์ผมรู้ว่าผม
ต้องกลับไปหาความดี ผมต้องใช้ความดีเป็นเครื่องนำชีวิต

อาจารย์เป็นแสงสว่าง มันดีมากนะครับที่เรามีแสงสว่างในชีวิตเสมอ
เพราะบางที่เราก็กเจอความยากลำบากในชีวิต ผมอยากจะบอกว่า ชีวิตของ
ผมที่ดีงามมาจากอาจารย์ --- (เงียบ) --- ผมอยากจะบอกว่า 80%
ของความดีงามของผมมีอาจารย์เป็นส่วนร่วม

อาจารย์ทำให้ผมได้เจออะไรมากมายในชีวิต อาจารย์เปิดโลกของ
ผม ความสัมพันธ์ในครอบครัวผมดี ความสัมพันธ์กับแฟนก็เติบโตขึ้น
แฟนผมมักจะบอกว่า ‘เวลาที่พี่ได้กลับไปหาอาจารย์เอเซีย หน้าตาของ
พี่สดใส ชีวิตของพี่สดใส ดูมีความสุข ดูประสบความสำเร็จ’



ห้องเรียนเปลี่ยนโลก

ห้องเรียนวิชาการจัดการ

ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

(Natural Resource and Environmental
Management – NREM)

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

สรยุทธ รัตนพจนารถ.

ห้องเรียนเปลี่ยนโลก.-- กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), 2560.
216 หน้า.

1. การสอน. 2. การเรียนรู้. 3. ห้องเรียน. I. ชื่อเรื่อง.

371.102

ISBN 978-616-393-121-4



มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชบัณฑิต
เป็นเวลา แะความดี



จัดพิมพ์โดย

ธนาคารจิตอาสา
โครงการวิถีสุขภาวะทางปัญญา:
พัฒนาจิตเป็นวิถีชีวิต

ภายใต้การสนับสนุนของ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
(สสส.)

บรรณาธิการต้นฉบับ

อรุณจิตรา

ออกแบบปกและรูปเล่ม

ณัชวัญ ศรีอุไรนัย

ภาพปก

นภัสสร บุญดี

จำนวน 216 หน้า

พิมพ์ครั้งแรก

พฤศจิกายน 2560

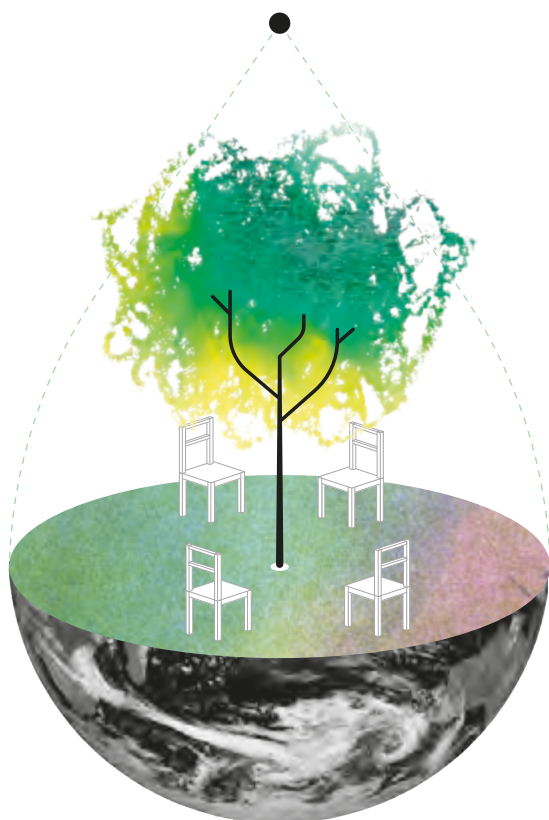
พิมพ์ที่

บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด

จัดจำหน่าย

สายส่งสัทธิษิต บริษัท เกล็ดไทย จำกัด

วิชานี้จะเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตของผู้เรียน
ชั้นเรียนนี้ไม่ได้มีเป้าหมายแค่ว่า เพียงแค่การเข้าใจและดูแล
ทรัพยากรธรรมชาติตามบทเรียนเท่านั้น
แต่จะนำพาเขาไปสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์
เป็นคนที่มีความสูงในตัวเอง
สร้างความยั่งยืนให้แก่โลกและธรรมชาติ



สนับสนุนการพิมพ์โดย

ราคา 220 บาท

