

'อ๊ท'ซี 'ธาโรต์พุทธรวิธี'

**"เครื่องมือ"ช่วยเยาวชน
กลับมา "เข้าใจตัวเอง"**

"อ๊ท - ฌอญญา สาวิกาชยะกูร"

ครูสอน "ธาโรต์พุทธรวิธี"



“ค่ายพัฒนาศักยภาพและสร้างเครือข่ายเยาวชนสร้างสรรค์ชุมชนท้องถิ่น 21 วัน ครั้งที่ 1” จัดขึ้นระหว่างวันที่ 1-21 ตุลาคม 2562 ณ หน่วยอนุรักษ์และจัดการต้นน้ำห้วยสามสบ อำเภอพาน้อย จังหวัดน่าน เป็นความร่วมมือระหว่างมูลนิธิสยามกัมมาจล ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) สำนักงานส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.) ในการดำเนินโครงการวิจัย 5 อปท และร่วมมือกับสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) สมัชชาการศึกษาจังหวัดสุรินทร์ คณะกรรมการการจัดการศึกษาเชิงพื้นที่ จังหวัดสุรินทร์ องค์การบริหารส่วนจังหวัดสุรินทร์ 25 อปท.จังหวัดสุรินทร์ นายอำเภอจอมพระและนายอำเภอสนม

หนึ่งในหัวข้อที่นำมาให้เยาวชนได้เรียนรู้ในค่ายครั้งนี้คือ การกลับมาเข้าใจตนเอง ผ่านกระบวนการที่ใช้ชื่อว่า “ธาโรต์พุทธวิถี” อุปกรณ์คือไฟทาโรต์ กระบวนการโดย “อัท - ณัฏญญา สavigasayakur” ซึ่งเป็นครูสอนการใช้ไฟ เพื่อการกลับมาเข้าใจตัวเอง และเป็นเจ้าของเพจวารี่แห่งใจ มาทำความเข้าใจจักรกระบวนการนี้กันว่าจะทำให้ผู้เรียนกลับมาเข้าใจตนเองได้อย่างไร

“จริงๆ แล้ว ตัวไฟเอามาจากไฟทาโรต์ ที่เราเห็นกันทั่วไป ที่นักพยากรณ์เขาใช้สำหรับการทำนาย แต่ของเราจะพิเศษตรงที่ตัวไฟจะมีเรื่องราว มีเนื้อหาจะไม่ใช้ไฟที่มีแค่สัญลักษณ์ เพราะว่าเวลาเราใช้ธาโรต์พุทธวิถีเราจะไม่ได้จำ

สัญลักษณ์มาคุยกัน แต่เราจะดูที่ภาพ เนื้อหาเป็นอย่างไร และเราจะใช้ความรู้สึกในการที่จะดึงเรื่องราวในภาพขึ้นมาตอบคำถาม ตัวคำถามเราจะเป็นคำถามที่เป็นปลายเปิด ทำงานกับภาพกับความรู้สึกกับความว่าง ความนิ่งสงบภายในใจ เพื่อที่จะหาคำตอบให้กับตัวเอง ของเราจะเน้นการที่ให้ได้กลับมาเชื่อมโยงกับภายในหัวใจตัวเอง เพื่อให้ได้ยินสิ่งที่จริงแท้ที่อยู่ข้างใน เพื่อที่จะได้ก้าวข้ามหน้าต่อไปได้ด้วยตัวเอง”

“การนำมาใช้กับเยาวชน สำหรับน้องๆ เยาวชนกลุ่มที่มาค่ายครั้งนี้ เนื่องจากมีความพิเศษอยู่แล้ว เราก็เลยจะต้องเลือกตัวกิจกรรมที่เชื่อมโยงกับเขาและไม่ได้ซับซ้อนมาก อย่างเช่น ออกแบบกระบวนการโดยให้เขาหาคคุณค่าในตัวเอง คือเราโยกมาจากกิจกรรมใหญ่ที่เราทำเป็นหลัก ที่ชื่อว่า Magic Gift ก็คือการค้นหาของขวัญ ซึ่งคือคุณค่าดี ๆ ในตัวเอง เอาออกมาให้เขาเห็นว่าเขามีคุณค่า มีศักยภาพอย่างไร โดยที่ในรูปแบบ เนื้อหา เรื่องราวในนั้น จะมีคำบางคำที่หลุดออกมาเป็น Key Word สำคัญของเขา อย่างเช่น ความพยายาม ความตั้งใจ ความรัก ความเมตตา จากตัวภาพ ซึ่งสามารถดึงสิ่งเหล่านั้นมาเพื่อที่จะสะท้อนให้พวกเขาเห็นว่าเขามีเรื่องราวดี ๆ มีคุณค่าดี ๆ ที่อยู่ในตัวเขา อีกกลุ่มหนึ่งจะเป็นการที่ให้ได้เห็นว่าตัวเขาเองในอดีตที่ผ่านมา เรื่องราวในชีวิตเขาเป็นอย่างไร เส้นทางที่เขาจะเดินไปต่อในวันข้างหน้าจะเป็นอย่างไร

ก็คือจะชวนเขาดูว่าภาพอนาคต ให้เขาตั้งคำถามกับตัวเองก่อนว่าเขามีคำถามอะไร”

“ไฟโบแรก จะเป็นเหมือนกับเชื่อมโยงกับตัวเขาก่อน ภาพที่เขาเห็นอะไรที่ตรงกับความเป็นเขา ในภาพตรงนี้มีอะไรที่เป็นตัวเขา หรือเขาทำอยู่ หรือเกิดอะไรขึ้นกับเขา ให้เขาได้เห็นจากเนื้อหาของภาพ แล้วก็พอเป็น**ใบที่ 2 เราจะชวนให้เขาตั้งคำถามขึ้นมากับตัวเองว่าเขาอยากรู้เรื่องอะไร** หรือเขาอยากค้นหาอะไรที่เขารู้สึกว่าสำคัญกับชีวิตเขา แล้วพอเขาได้ใบที่ 2 มาปุ๊บ เขาก็อาจจะมีการขยายเพิ่มแล้วว่า ถ้าสมมติถามว่าเขาจะเรียนจบไหม เขาจะได้คำตอบจากใบที่ 2 แล้วว่าโอกาสที่เขาจะจบมีนะ แต่มีวิธีการไหนที่จะทำให้เขาเรียนจบ หรือว่าถ้าเกิดเขาอยากจะทำงานที่มีเงินเดือนที่ดี ไฟโบที่ 2 จะบอกเราว่ามีหนทางไปต่อด้วยวิธีการใดและจะใช้ไฟโบที่ 3 – 5 ก็ได้ในการอธิบายเพิ่มเติมว่าเขาควรจะไปทำงานในอาชีพแบบไหน หรือว่าถ้าเป็นเรื่องของความรัก เขาก็จะเห็นแล้วว่าที่ผ่านมา เขามีปัญหาเรื่องความรักแบบนี้ สาเหตุเกิดจากอะไร ตัวใบที่ 2 จะบอกสถานการณ์ที่เป็นอยู่ก่อน แล้วพอมายใบที่ 3 - 5 ที่เขาหยิบเพิ่มจะเป็นตัวที่ทำให้เขาทำความเข้าใจเพิ่มแล้วว่า อ้อ บกพร่องตรงนี้นะ ขาดตรงนี้ ควรเสริมแบบนี้ เพื่อที่จะทำให้เขาไปต่อได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนมากขึ้นคะ”

“ตัวไฟจะเป็นรูปภาพอยู่แล้ว จริงๆ ไม่ต้องใช้ไฟก็ได้ ใช้เป็นรูปภาพจากโปสการ์ดหรือจากอะไรก็ได้ เพียงแต่ทำให้เห็นเด็ก ๆ เขาเห็นแล้วก็เชื่อมโยงความรู้สึกว่า เขาเห็นภาพใบนี้แล้วตัวเขาเอง ได้เรื่องราวอะไรที่สะท้อนออกมา จะไม่มีการตัดสินจากตัวเราที่เป็นคนนำกระบวนการ แต่จะเป็นเขาได้ฝึกอ่าน แล้วก็ดึงเรื่องราวที่ออกมา เรามีหน้าที่อาจจะช่วยชี้ให้เห็นว่าแล้วไปอย่างไรต่อได้อีก นอกจากหนูเห็นเขากำลังคุยกันแล้ว สีน้หน้าท่าทางหรือว่ารายละเอียดในรูปภาพ ชวนให้หนูนึกถึงอะไร แล้วหนูคิดว่าตัวไฟกำลังอยากจะทำอะไรตัวหนู ซึ่งจริง ๆ คำว่าไฟอยากจะทำจริง ๆ คือออกมาจากตัวเขาเองนี่ละคะ สิ่งที่อยู่ในใจเขาเองนี่ละคะ ที่เขาอยากจะทำตัวเอง เพียงแต่ว่าเด็ก ๆ เขาอาจจะยังไม่ได้ลงลึกในรายละเอียดเรื่องราวของชีวิตเขา แต่**ตัวไฟจะช่วยทำให้เขาดึงสิ่งที่อยู่ในใจเขาออกมาเป็นรูปธรรมมากขึ้น ทำให้เขาเห็นได้ชัดเจนมากขึ้น”**

“จริง ๆ การที่ชวน ชักชวนให้เขา ได้บอกกล่าวกับเพื่อนในวง และประกาศออกมา เหมือนกับสมมติ ถ้าเราบอกว่าคุณมีวิธีการที่จะไปต่ออะ แต่ถ้าเราไม่บอกว่าขั้นแรกของเขาคืออะไร ก็จะจบอยู่ที่ว่า อ้อ ไปได้ แล้วอย่างไรต่อละ จะหยุดชะงักอยู่แค่นั้นคะ แต่ถ้าเราบอกว่ามีวิธีการที่ไปต่อ แต่หนูจะต้องทำอย่างไร แล้วหนูควรลงรายละเอียดแบบไหน แล้ว**เขาได้พูดออกมาจากปากของเขาเอง เหมือนกับการยืนยันเพื่อให้เขามั่นใจและจะมีเพื่อน ๆ มีประจักษ์พยานทำให้เขาเห็นว่าสิ่งนี้มีคนรับรู้นะ** เขาได้ประกาศสิ่งนี้ออก

มาแล้วมีคนรับรู้และเห็น เห็นว่าเขาทำได้และเขาควรที่จะทำอย่างไร จึงใช้วิธีการนี้เพื่อให้เขายืนยันกับตัวเองและยืนยันกับคนรอบข้างเพราะว่าเด็กกลุ่มนี้จริง ๆ ส่วนหนึ่งก็คือเขาก็อาจจะต้องการการยอมรับ แล้วถ้ามีคนได้เห็นในสิ่งที่เขาฝัน ในสิ่งที่เขาคิด ในสิ่งที่เขาอยากจะทำ แล้วมีการยอมรับเกิดขึ้น เขาก็จะมีพลังที่จะไปต่อได้”

“หลังเรียนรู้เสร็จเรียบร้อยแล้ว เรามองเห็นการที่เด็กเข้ามาคุยกับเรามากขึ้นแล้วหลาย ๆ คนเล่าเรื่องราวของเขา ภูมิหลังที่ผ่านมา หรือว่ากิจกรรมนี้เชื่อมโยงไปต่อกับกิจกรรมอื่น ๆ ได้อีกเช่นกิจกรรมข้ามเส้น หรือกิจกรรมที่ต้องออกไปเล่าเรื่องของตัวเอง เขาจะเริ่มเปิดเผยสิ่งที่อยู่ข้างใน อาจจะเป็นอดีตที่เขาเคยพลาดมาแล้วหรือสิ่งที่เขาทำได้ดี เขาจะกล้าที่จะเอาออกมาแล้ว เพราะว่าเหมือนตัวไฟพุททางมาแล้วว่า ให้เขาสามารถพูดอะไรก็ตามที่เป็นตัวตนของเขาจริง ๆ ที่ไม่ได้ถูกพี่ ๆ หรือคุณครูตัดสิน เขาเป็นตัวเขาเองได้ในทุก ๆ แบบ เราก็เห็นตรงนี้ แล้วตอนที่ถอดบทเรียน เด็ก ๆ ก็บอกว่าเขาเห็นกำลังใจที่เขาจะไปต่อ แล้วเขาก็รู้ว่าเส้นทางนี้ ชีวิตเขาที่อาจมีคนตัดสินมาก่อนว่าไม่โอเค แต่เขารู้สึกว่าเขายังมีเพื่อนที่เข้าใจเขา และร่วมทางเดินไปกับเขา หรือแม้แต่พี่เลี้ยงเองหรือคนอื่นที่ฟังเรื่องของเขาแล้ว เขารู้สึกว่าเขาไปต่อได้ เราก็เห็นตัวนี้ แล้วหลาย ๆ คนก็บอกว่าเขาประหลาดใจ ที่บอกว่าทำไมตัวภาพสะท้อนเรื่องราวของเขาได้ตรงมาก ๆ เลย พอตรงปุ๊บเขาก็บอกว่าถ้าเขาจะทำให้ดีขึ้น เขาก็จะรู้สึกว่ามีกำลังใจที่จะไปต่อแล้วค่ะ”

“ถ้าพี่เลี้ยงอยากเอากระบวนการนี้ไปใช้จริง ๆ แล้ว ช่วงเวลาที่สามารถนำไปทำได้ น่าจะเป็นช่วงที่มีความสนิทคุ้นเคยกันในระดับหนึ่งก่อนนะ เพราะว่าถ้าทำเลย เด็กจะไม่เปิดใจพูดสักเท่าไรหรอก เหมือนเรายังแปลกหน้าต่อกันอยู่ เขาก็จะรู้สึกว่าคุณไม่กล้าที่จะเล่าอะไรออกมา แต่ถ้ามีความสนิทสนมกันในระดับหนึ่ง สามารถที่จะพูดคุยซักถามได้แล้ว อาจจะเป็นวันที่ 2 วันที่ 3 ก็ได้ ที่เขาก็ได้ทำงานร่วมกับกลุ่มของเขาแล้ว สนทนากับเพื่อนกันเองด้วยแล้ว เพราะว่าในการทำกระบวนการมันก็จะมีการสนทนาด้วย ถ้าสมมติเขาอ่านเองไม่ได้ เราจะมีกาให้เพื่อน ๆ ช่วยเขา ช่วยอ่าน ตรงช่วงนั้นล่ะ ที่เราจะเปิดโอกาสว่าซื้อใหม่คะ ๆ ซื้อคำตอบของเพื่อนคนไหนใหม่ ชอบคำตอบของเพื่อนคนไหนใหม่ หรือคำตอบของเพื่อนคนไหน ที่หนูรู้สึกว่าคุณโอเค หนูรู้สึกว่าคุณเอาไปใช้ต่อได้ ตรงนี้จะเป็นตัวที่ทำให้เขารู้สึกว่าเพื่อน ๆ ปรารถนาดีกับเขาขณะที่จะพูดเรื่องตรงนี้ออกมา ก็ต้องให้มีความคุ้นเคยกันสักนิดหนึ่งก่อนนะ”

“สำหรับข้อควรระวังในการนำไปทำกับเด็กนอกระบบ สำหรับตัวเอง จริง ๆ สำหรับตัวเอง ไม่ได้คิดว่ามีความแตกต่างระหว่างเด็กในระบบกับเด็กนอกระบบนะ เพียงแต่ว่าบางคำถามถ้าเรารู้สึกหรือบางข้อมูลของเด็กที่เรารู้สึกว่าเปราะบางจริง ๆ หรือตอนที่ทำกระบวนการอยู่ด้วยกัน บางเรื่องสั้นสะเทือนความรู้สึกของเขา สิ่งที่จะทำอยู่เสมอก็คือจะต้องมีเพื่อนที่คอยซัพพอร์ต คือมีเพื่อนที่สามารถดึงเขาไปได้ชส่วนตัวได้ เพราะบางครั้งไฟสะกิดลงไปทีบาดแผลลึก ๆ ของเขา ต้องมีคนคอยดูแลตรงนี้ให้เขา เหมือนเปิดแผลแล้วไม่ได้ถูกปิด

แปล ดังนั้นต้องมีคนที่มีความสามารถตรงนี้อยู่ด้วยเหมือนกันนะ จะช่วยเขาได้มากกว่าเพราะว่าก็มีบางคนที่เกิดโดยแล้วมันค้างอยู่อย่างนั้น ไม่ได้ถูกคลี่คลาย การตั้งคำถามที่พาเขาไปคลี่คลายตัวเองก็สำคัญด้วยค่ะ และข้อควรระวังอีกอย่างหนึ่งคือคนอ่านที่เป็นพี่เลี้ยง อย่าพยายามรีบอ่านให้เขาหรือตัดสินเขาลงไปเลย เราอยากจะชวนให้เขาได้ทบทวนกลับมาที่ตัวเองก่อน ชี้จุด เราจะมีหน้าที่แค่แนะนำหรือชี้จุดให้เขาสังเกตเท่านั้น แล้วก็พยายามให้เขาดึงสิ่งที่เขาเห็น สิ่งที่เขารู้สึกออกมาด้วยตัวเองจะดีกว่าค่ะ. #

“

ตัวไฟจะช่วยทำให้เขา
ดึงสิ่งที่อยู่ในใจเขาออกมา
เป็นรูปธรรมมากขึ้น ทำให้เขาเห็น
ได้ชัดเจนมากขึ้น

”