



การเขียนเพื่อสร้างสมาธิ ปัญญาและสุนทรียะในสถานการณ์ระบาด

ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

ชัชพน จินภัทรพรกุล^{1*}

Writing for Concentration, Intelligence, and Aesthetics in the Epidemic Situation of Coronavirus Disease 2019

Chatpon Jinpattharapornkul¹

Received 17/10/2023 Revised 29/02/2024 Accepted 27/03/2024

<https://doi.org/10.60101/jla.2024.5.1.3770>

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอวิธีการเขียนสร้างสรรค์หรือการสร้างตัวบทวรรณกรรม มีวิธีการศึกษาการเขียนตามขนบนิยมทางวรรณศิลป์ได้แก่ 1.การออกแบบผังภูมิรูปแบบการเขียนสร้างสรรค์ 2.การเขียนบทร้อยกรองหรือบทกวีนิพนธ์ 3.การเขียนบทร้อยแก้วหรือการเขียนเล่าเรื่อง 4. การเขียนนวนิยายหรือเรื่องเล่าขนาดยาว ผลการศึกษาสรุปได้ว่า ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เป็นภัยคุกคามร่างกายและชีวิตมนุษย์ และทำลายพลังวิวัฒนาการสากลของมนุษย์ทั้งทางศิลปะและวิทยาศาสตร์ การเผชิญหน้ากับมหันตภัยที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่าเช่นนี้ นอกจากมนุษย์จะต้องมีเครื่องมือแพทย์และวัคซีนคุณภาพสูง เพื่อควบคุมและกำจัดเชื้อโรคดังกล่าวแล้ว มนุษย์ยังจำเป็นต้องมีทักษะการตั้งสติและสมาธิ เพื่อแปรรูปเป็นศักยภาพทางปัญญาให้รู้เท่าทันวิกฤติ และการสร้างศักยภาพทั้ง 3 อย่างมีหลายวิธี แต่วิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดกระบวนการที่ดีและนำไปสู่จุดหมายได้อย่างสิ้นเปลืองทรัพยากรและเวลาน้อยที่สุดคือการเขียนเพื่อสร้างระบบคิดให้มีสมาธิ ปัญญา และสุนทรียภาพขึ้นเป็นพื้นฐานรองรับให้ทุกระบบของร่างกายและจิตใจเพื่อใช้เป็นเครื่องมือประกอบการฟื้นฟูและปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตให้เหมาะสมและปลอดภัยจากเชื้อโรคไวรัสโควิด 2019 อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: การเขียน สมาธิ ปัญญา สุนทรียะ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

Abstract

The purpose of this study was to present how to write creatively or create a literary text. There are methods for studying writing according to literary traditions, including: 1) creative writing style landscaping; 2) poetry writing; 3) prose or narrative writing; and 4) novel or long narrative writing. The results of the study revealed that the COVID-19 pandemic has posed significant threats to human life and well-being, impacting both art and science. Facing this invisible catastrophe, the importance of high-quality medical equipment and vaccines is undeniable for controlling and eradicating such pathogens.

¹ สาขาวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ

Thai Language for Communication, Faculty of Humanities and Social Sciences Sisaket Rajabhat University

* Corresponding author e-mail: chachwalykhotsngkhram@gmail.com

Humans require mindfulness and concentration skills to harness their intellectual potential and effectively navigate crises. There are also many ways to build these three potentials. However, one way to achieve a good process and lead to a destination with minimal waste of resources and time is by writing. To create a thinking system with concentration, intelligence, and aesthetics as the basis for all systems of the body and mind, writing is used as a tool for recovery and lifestyle adaptation to be suitable and safe from the COVID-19 virus in a sustainable way.

Keywords: writing, concentration, intelligence, aesthetic, Coronavirus disease 2019

บทนำ

มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ที่มีพืชและสัตว์ขนาดเล็กไปถึงขนาดใหญ่ เป็นส่วนประกอบสำคัญในการขับเคลื่อนระบบนิเวศและสิ่งแวดล้อม กระบวนการวิวัฒนาการดังกล่าวเป็นไปตามหลักไตรลักษณ์ คือการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป จึงมีการปะทะ เสียหาย ผลักดัน อาศัยซึ่งกันและกันของสรรพสิ่ง ไปสู่การปรับตัวเปลี่ยนแปลงครั้งใหม่อยู่เสมอ ในวิถีธรรมชาติของมนุษย์กับพืชและสัตว์ มนุษย์มีพัฒนาการทางสมองและมีศักยภาพสูงกว่าสัตว์สกุลอื่น มนุษย์จึงสามารถสร้างเครื่องมือสำหรับใช้ในการดำรงชีวิตและใช้ต่อสู้กับอุปสรรคและการเปลี่ยนแปลงในธรรมชาติได้ดีและยั่งยืนกว่าสัตว์ชนิดอื่น

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 การเขียนจึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะช่วยให้การอยู่บ้านหยุดเชื้อ เพื่อชาติ เกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่อง ทั้งยังสร้างคุณภาพพลังบวกให้เกิดขึ้นในจิตใจและร่างกายของบุคคลนั้นได้

ปัจจุบันภัยคุกคามความมั่นคงทางจิตใจและร่างกายมนุษย์ที่แพร่ระบาดอย่างรวดเร็วและรุนแรง คือ ภัยจากโรคเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 (COVID-19 ย่อจาก Coronavirus disease 2019) เป็นโรคติดต่อทางเดินหายใจที่เกิดจากไวรัสโคโรนา ซึ่งมีชื่อทางการว่า SARS-CoV-2 ทำให้เกิด ไข้ ไอ และอาจมีปอดอักเสบ ทางทางแพทย์เริ่มพบผู้ป่วยครั้งแรกเมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ. 2562 (ค.ศ. 2019) ที่เมืองอู่ฮั่น เมืองหลวงของมณฑลหูเป่ย์ ภาคกลางของประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน ซึ่งเป็นเมืองใหญ่ มีผู้คนหนาแน่น จึงเกิดการระบาดใหญ่ได้รวดเร็ว การดูแลรักษาเป็นไปอย่างฉุกเฉิน มีคนป่วยหนักและตายมากเกินที่ควรจะเป็น จนประเทศจีนต้องปิดเมือง และปิดประเทศในเวลาต่อมา

ขณะนี้ประเทศจีนควบคุมโรคโควิด-19 ได้ จนแทบจะไม่มีผู้ป่วยรายใหม่ แต่โดยธรรมชาติแล้วจะยังมีผู้ที่มีเชื้ออยู่ ผู้ป่วยรายแรกที่ได้รับการรักษาในประเทศไทย เมื่อวันที่ 13 มกราคม 2563 เป็นคนจีนที่รับเชื้อจากการระบาดในประเทศจีน และได้เดินทางมาประเทศไทย เมื่อวันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2563 ส่วนผู้ป่วยที่ติดเชื้อมาในประเทศไทยรายแรก มีการรายงานเมื่อ 31 มกราคม 2563 หลังจากนั้นได้มีการกำหนดชื่อโรคและชื่อไวรัสอย่างเป็นทางการว่า โรค COVID-19 (อ่านว่า โควิดโนนทีน ย่อมาจาก Corona Virus Disease 2019) กำหนดชื่อโดยองค์การอนามัยโลก (WHO) (คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. 2563, หน้า 2-3) การสร้างความเข้มแข็งที่จะเผชิญภัยคุกคามดังกล่าวคือการรับรู้และทำความเข้าใจสถานการณ์รอบด้านได้อย่างมีสติตั้งมั่น การสร้างสมาธิจึงเป็นสิ่งสำคัญไม่ต่างจากการมีสุขภาพที่ดี ดังจะได้อธิบายถึงกระบวนการเขียนสร้างสรรค์เพื่อสร้างสมาธิ ปัญญาและสุนทรียะ ให้เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีสำหรับจิตใจและร่างกายต่อไป

ในบทความนี้จะนำเสนอรูปแบบและวิธีการเขียนตามจารีตทางวรรณศิลป์และการใช้จินตภาพ ตั้งแต่ การออกแบบผังภูมิรูปแบบการเขียนสร้างสรรค์ทั้งสามแบบคือ จินตปฐม องค์ประกอบของการสร้างตัวบท เส้นเรื่องเล่า การเขียนบทหรือกรอกรหรือกวีนิพนธ์ ทั้งฉันทลักษณ์และไรฉันทลักษณ์ การเขียนบทหรือแก้วหรือการเขียนเล่าเรื่อง และ การเขียนนวนิยายหรือเรื่องเล่าขนาดยาว ดังจะได้กล่าวตามลำดับต่อไปนี้



จากการอ่านสู่การเขียน

การอ่านจึงเป็นวิธีการที่มนุษย์ใช้เป็นเครื่องมือรับรู้ความคิดของผู้อื่น ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ 3 แบบคือ 1) รู้จักคำ 2) รู้ความหมายของคำ 3) รู้การคิดเชื่อมโยง ทั้งนี้ การอ่านซ้ำ ยังสร้างความเข้าใจ 2 แบบคือ 1) เข้าใจรูปแบบการเขียน 2) เข้าใจวิธีเขียน อย่างไรก็ตาม นักปฏิบัติภาษาได้ให้ลำดับขั้นในการเขียนไว้ 10 ขั้นคือ อุดมการณ์ (Ideal) หลักการ (principle) โครงการ (project) แผนการ (plan) วิธีการ (methodology) เหตุการณ์ (incident) ประสบการณ์ (experience) จินตนาการ (imagination) ปฏิบัติการ (action) และจัดการ (management) (พิมาน แจ่มจรัส, 2550, หน้า 65)

การเขียนเป็นกิจกรรมที่ทำได้ทันทีโดยไม่ต้องมีข้อจำกัดเรื่องเวลาและสถานที่ เพราะจุดเริ่มแรกของการเขียนคือการคิดเห็นเรื่องราวเหตุการณ์ในใจขึ้นมาก่อน การเขียนต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจเรื่องรูปแบบการเขียนและการใช้คำโวหารภาพพจน์จากการเรียนรู้จากการอ่านงานเขียนอย่างลึกซึ้งและยาวนาน

ความเข้าใจในศาสตร์และศิลป์การเขียนเกิดจากการอ่านซ้ำ (Rereading) เป็นพื้นฐานสำคัญ เป็นการเรียนรู้ทางปัญญา และเป็นส่วนหนึ่งของหลักหัวใจนักปราชญ์ หรือ สุ จิ ปุ ลิ การอ่านคือพื้นฐานการที่ดีของการเขียน เพราะการอ่านต่อเนื่องจะกระตุ้นการจำและการวิเคราะห์ในสมองให้เชื่อมโยงกับจินตนาการ สามารถข้ามพรมแดนการเรียนรู้แบบจารีตนิยมไปสู่โลกความรู้แบบใหม่ได้โดยไม่ต้องมีข้อจำกัด การอ่านซ้ำอ่านละเอียด ทำให้เข้าใจรูปแบบการเขียนทั้งแบบร้อยแก้วและร้อยกรอง

การสร้างภาษาเป็นปัจจัยแรกของการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีต่อจิตใจและร่างกาย

ความแข็งแรงของร่างกายและจิตใจที่มั่นคง เป็นต้น ทูแรกที่ทำให้เกิดกระบวนการสร้างภูมิคุ้มกันชีวิตที่มีประสิทธิภาพ โดยร่างกายประกอบด้วยกระดูก กล้ามเนื้อ ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบย่อยและดูดซึมอาหาร ระบบประสาท ส่วนจิตใจนั้นเป็นส่วนผกผันไปตามสภาวะร่างกายและสภาพแวดล้อม

จิตใจที่เข้มแข็งที่คิดเชิงบวกได้ไม่มีข้อจำกัด ย่อมเกิดจากการมีสมาธิที่ดี สมาธิที่ดีเกิดจากการฝึกใจให้หนึ่งเป็นเวลานาน การฝึกใจให้หนึ่งสงบ ได้ผลดีที่สุดวิธีการหนึ่งคือการอ่านและการเขียน การอ่านเป็นสมาธิขั้นพื้นฐาน ส่วนการเขียนเป็นสมาธิขั้นสูง ทั้งสองกระบวนการนี้เป็นสิ่งเดียวกัน คือ การอ่านเป็นการรับรู้ความคิดของผู้อื่น การเขียนเป็นการอ่านความคิดของตัวเอง ทั้งการอ่านและการเขียนเป็นปฏิบัติการภาษาที่ส่งผลให้เกิดความรู้และทักษะ จนนำไปสู่ความสงบของจิตใจ เกิดความสุขและสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในระยะยาว

ความสัมพันธ์ของการเขียนกับสมาธิ ปัญญา และสุนทรียะ จะก่อเกิดในร่างกายที่แข็งแรง จิตใจมีความสุขและเข้มแข็งตามไปด้วย การเริ่มต้นเขียน ภายใต้อิทธิพลและร่างกายที่สมบูรณ์ จึงเป็นการเริ่มต้นสร้างสมาธิที่ดีที่สุด และเกิดพัฒนาการสืบเนื่องไปสู่การรับรู้ปัญญาและมีสุนทรียะไว้หล่อหลอมพลังสร้างสรรค์ให้ชีวิต

สมาธิ หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำให้ใจสงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน การมีจิตกำหนดแน่วแน่อยู่อะไรสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะ สมาธิกถา จะหมายถึงถ้อยคำที่ชวนให้ใจสงบตั้งมั่น ส่วนสมาธิขั้นสูง อยู่ในส่วนของหมวดธรรมจำพวกสมาธิ เช่น ฉันทะ วิริยะ จิตตะ จะเห็นว่า สมาธิ เป็นบ่อเกิดของปัญญาแบบพหุลักษณะหรือสองลักษณะขึ้นไป ซึ่งอธิบายเชื่อมโยงได้ว่า เมื่อสมาธิคือความนิ่งหรือความมีใจจดจ่อพิจารณาความจริงและสภาวะแวดล้อมได้แล้ว ความเข้าใจที่ลึกซึ้งครอบคลุมและมีดุลยภาพย่อมเกิดได้อย่างทะลุปรุโปร่ง ซึ่งเรียกว่าเป็นการเกิดปัญญาของมนุษย์ที่บำเพ็ญตนอย่างรู้เท่าทันโลกียสุขเพื่อไปสู่สภาวะและรู้แจ้งแทงตลอดในกฎไตรธรรม

ปัญญา หมายถึง ความรู้ทั่ว ปรินิพพานรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้ความเข้าใจยังแยกได้ในเหตุผล ดี ชั่ว คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ รู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ความรอบรู้ในกองสังขารมองเห็นตามเป็นจริง โดยเฉพาะในปัญญาภาตา หมายถึง ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) 2546, หน้า 136, 254)

สุนทรียะเป็นปรัชญาของความงามและการตอบสนองทางจิตวิทยาต่อความงามในศิลปะและธรรมชาติ ทฤษฎี ทศนะ หรือ คำสอนหลักทางสุนทรียศาสตร์ เป็นสิ่งค่าจูนคุณค่าของมนุษย์ การตัดสินเชิงสุนทรียศาสตร์หรือในบริบทของสุนทรียศาสตร์ มี 3 ประการคือสิ่งที่สวยงาม (beautiful) สิ่งซึ่งงดงามตรึงใจ (picturesque) และสิ่งที่ล้ำเลิศ (sublime) (เจษฎา ทองรุ่งโรจน์, 2547, หน้า 3-4)

การเขียนเป็นกิจกรรมที่นำความสุขและรื่นรมย์มาให้กับบุคคล เป็นกระบวนการสังเคราะห์สร้างสรรค์สู่การเกิดพหุลักษณะทางปัญญาอีกวิธีหนึ่งใน 4 วิธี สำหรับการทำให้ชีวิตมีความสุขตามทัศนะของ อัลแบร์ กามู นักเขียนที่สร้างผลงานจนได้รับรางวัลโนเบลสาขาวรรณคดีชาวฝรั่งเศส คือ 1) อยู่ในที่มีอากาศปลอดโปร่ง 2) รักใคร่รักคนหนึ่ง 3) พ้นจากความหยาบคาย และ 4) ทำงานสร้างสรรค์ (สุชาติ สวัสดิ์ศรี, 2531, หน้า 45)

การเขียนเป็นวิธีการที่ทำให้เกิดสมาธิได้ดียิ่ง การมีสมาธิสงบแน่วแน่เป็นการเปิดพื้นที่ขึ้นในมโนทัศน์ สามารถรับประสบการณ์ใหม่หรือความรู้ที่เรียกว่าการบรรลุทางพุทธิปัญญาไปสู่สภาวะปัญญาใหม่ได้ ทั้งนี้การรู้แจ้งเห็นจริงในธรรมชาติและปรากฏการณ์หลากหลายชนิด ทำให้รู้เท่าทันการมีอยู่ของสิ่งใดได้อย่างลึกซึ้ง สงบและรื่นรมย์ที่จะส่งผลให้เกิดพลังในจิตใจ

การเขียนคือภาพแทนบุคลิกภาพ จิตวิญญาณ และการคิดสร้างสรรค์

งานเขียนเปรียบได้กับใบหน้าของคนเขียน คนเขียนหนังสือมีบุคลิกภาพและจิตวิญญาณเช่นใดและมีการคิดสร้างสรรค์แบบไหน งานเขียนของเขาจะมีลักษณะแบบนั้น การเขียนจึงเป็นการเปิดเผยตัวตนของคนเขียนด้วยวิธีการทางวรรณศิลป์

คำว่า บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลทั้งภายนอกและ ภายใน บุคลิกภาพภายนอกคือส่วนที่มองเห็นชัดเจน เช่น รูปร่างหน้าตา กิริยามารยาท การแต่งตัว วิธีพูดจา การนั่ง การยืน บุคลิกภาพภายในคือส่วนที่มองเห็นได้ยาก อาจจะต้องใช้การอนุมาน เช่น สติปัญญา อารมณ์ ความใฝ่ฝัน ความปรารถนา และค่านิยม

คำว่า จิต เมื่อนำมารวมกับ ใจ เป็น จิตใจ หมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ทั้งนี้รวมถึงลักษณะนิสัยใจคอของคนด้วย ในทางปรัชญา จิต คือ พินาน หรือ สำนึก และความคิดที่เป็นธาตุพื้นฐานในเรื่องความเป็นจริง ตรงข้ามกับกาย (body) และสสาร (matter) ในทางเทววิทยา หมายถึง พระเจ้า (เจษฎา ทองรุ่งโรจน์, 2547, หน้า 127)

คำว่า วิญญาณ หมายถึง ความรู้แจ้ง คือรู้แจ้งอารมณ์ หมายถึง ความรู้ที่เป็นประภะยีนพื้นหรือความรู้ที่เป็นตัวยืนเป็นฐานและเป็นทางเดินให้แก่นามชั้นอื่น ๆ เกี่ยวข้องกับนามชั้นอื่นทั้งหมด เป็นทั้งความรู้ต้นและความรู้ตาม เช่น เห็นท้องฟ้า (วิญญาณ) รู้สึกสบายตาชื่นใจ (เวทนา) เช่น รู้สึกสุขสบาย (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นสุข (วิญญาณ) กระแสความรู้ยืนพื้นซึ่งเกิดดับต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาควบไปกับนามชั้นอื่น หรือกิจกรรมทุกอย่างในจิตใจนี้เรียกว่า วิญญาณ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) 2546, หน้า 17-18)

การคิดสร้างสรรค์ (creative thinking) หมายถึง การสร้างรูปหรือเรื่องขึ้นใหม่ในใจและนำเนื่องสู่การสร้างเป็นต้นแบบอย่างใหม่ให้ปรากฏขึ้น คนเราจะมีพัฒนาการทางความคิดสร้างสรรค์ แต่พัฒนาการจะออกมาขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์ชีวิต บุคลิกภาพและพฤติกรรมที่คนเราสร้างหรือกระทำให้ปรากฏแก่ผู้อื่น ย่อมถือว่าสิ่งนั้นคือผลิตรกรของการคิดสร้างสรรค์ (ศิวกันท์ ปทุมสูติ, 2548, หน้า 14-16)

การเขียนจึงเป็นการแสดงความพร้อมทางบุคลิกภาพ จิตใจวิญญาณ และการคิดสร้างสรรค์ของมนุษย์ในการใช้ภาษาให้ทำหน้าที่แทนตัวเองแสดงความคิดด้วยการเล่าเรื่อง เมื่อเผชิญหน้าและทำความเข้าใจปรากฏการณ์ต่าง ๆ หน้าที่หลักของภาษาคือการผ่า ตัด แบ่ง โลกแห่งความเป็นจริงหรือสิ่งที่ภาษาพูดถึงออกเป็นส่วน ๆ เพื่อสร้างความแตกต่างและความไม่ต่อเนื่องให้เกิดขึ้น เพื่อให้เกิดความหมายขึ้นมา ภาษาเป็นเรื่องของระบบกฎเกณฑ์ที่ทำให้การสื่อสารเป็นไปได้ ความหมายจึงเกิดจากสิ่งที่ไม่มีความหมาย นั่นคือรหัส กฎเกณฑ์ กติกา โครงสร้าง สรรพสิ่งไม่มีความหมายในตัวเอง (ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร, 2545, หน้า 31-32)



การเขียนจึงหมายถึงการถึงพร้อมของบุคลิกภาพ จิตวิญญาณ และการคิดสร้างสรรค์ของบุคคลที่สั่งสมเรียนรู้ประสบการณ์มาในระดับหนึ่ง เป็นการแสดงออกทางภาษาที่สื่อถึงศักยภาพและการจัดระเบียบโลกทัศน์และอุดมคติของตนเอง โดยมีผลลัพธ์สำคัญด้วยการเกิดสมาธิ ปัญญาและสุนทรียะที่ดีและทรงพลังนั่นเอง

จากพลังอุดมคติสู่จินตภาพเพื่อการเขียนสร้างสรรค์

จากบุคลิกภาพ จิตวิญญาณ และการคิดสร้างสรรค์การเขียน ทำให้เกิดผลลัพธ์สำคัญด้วยการเกิดสมาธิ ปัญญาและสุนทรียะที่ดีและทรงพลัง จะส่งผลให้พลังดังกล่าวปลุกอุดมคติไปสู่จินตภาพเพื่อการเขียนหรือสร้างตัวบท

อุดมคติ หมายถึง จินตนาการที่ถือว่าเป็นมาตรฐานแห่งความดี ความงาม และความจริง ทางใดทางหนึ่งที่มนุษย์ถือว่าเป็นเป้าหมายแห่งชีวิตของตน การสะสมแนวคิดอุดมคติเกิดมาจากการอ่านที่ยาวนานและเด็ดกษะทางการคิดวิเคราะห์ จำแนกและรู้ซึ่งถึงถึงความหมายและคุณค่าของชีวิต ธรรมชาติ โลกและจักรวาล ส่วนคำว่า จินตภาพ มีความหมายว่า จินตภาพหลายจินตภาพรวมกัน หรือวัตถุสิ่งของทั้งหมดและคุณลักษณะอื่นที่ประสาทสัมผัสจะรับสัมผัสเข้ามาได้ จากบทหรือทรงหรืองานเขียนอื่น ไม่ว่าด้วยการบรรยายตรงไปตรงมาหรือโดยนัยด้วยการอุปมาอุปลักษณ์ จินตภาพที่ใช้กันแพร่หลายคือ ภาษาภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คำตัวเปรียบ (vehicle) ของอุปลักษณ์และอุปมา และ “กระบวนจินตภาพอันเป็นสารัตถะของเรื่อง” ในงานวรรณกรรม (ทองสุก เกตุโรจน์, 2538, หน้า 146-148)

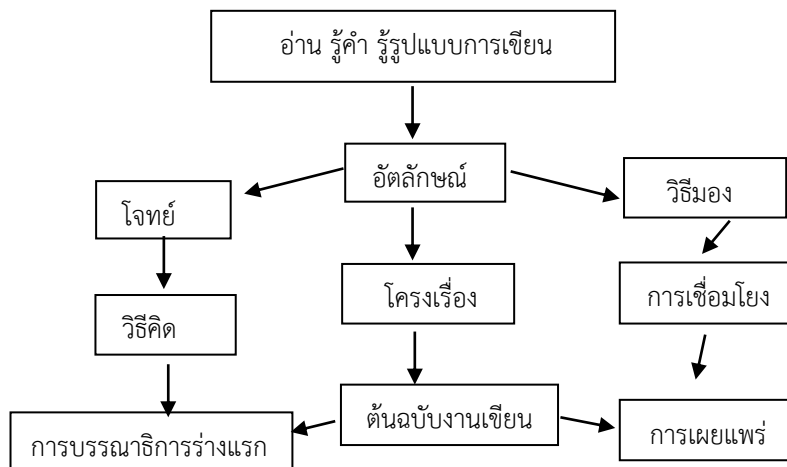
งานเขียนเกิดมาจากอุดมคติ ซึ่งบุคคลทุ่มเทพลังและเวลาเขียนอย่างรอบคอบ เอื้อต่อวัฒนธรรมภาษา ขนบประเพณี สร้างค่านิยมดีงาม เนื้อหาสาระของการเขียนมี 3 แบบคือ ๑) ความรู้ที่ควรรู้ ๒) ความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ๓) การพัฒนาอารมณ์และความรู้สึกให้เจริญงอกงาม การเขียนจึงต้องมีทั้งความรู้ ความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ และความรู้สึกที่เป็นพลังในการพัฒนา (สุธิวังค์ พงศ์ไพบูลย์, 2522, หน้า 1-2)

จากการขับเคลื่อนอุดมคติไปสู่จินตภาพด้วยการใช้คำภายใต้ขนบวิธีทางวรรณศิลป์ นำไปสู่การเกิดสมาธิ ปัญญา และสุนทรียะที่มั่นคงและหนักแน่นได้

การออกแบบผังภูมิรูปแบบการเขียนสร้างสรรค์

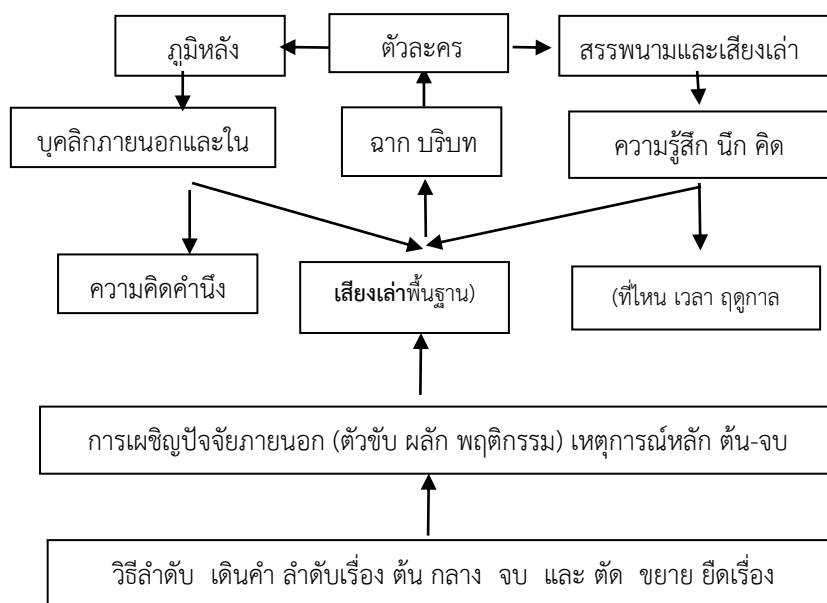
การออกแบบผังภูมิการเขียนสร้างสรรค์ มี 3 ลักษณะ ดังต่อไปนี้

๑. **ผังภูมิจินตปฐม** เป็นการแสดงความสัมพันธ์เชื่อมโยงขององค์ประกอบการคิดและสังเคราะห์เพื่อนำไปสู่การเป็นเรื่องราวหรือจุดแรกเริ่มของแรงบันดาลใจไปจนถึงการเขียนฉบับร่างงานเขียน



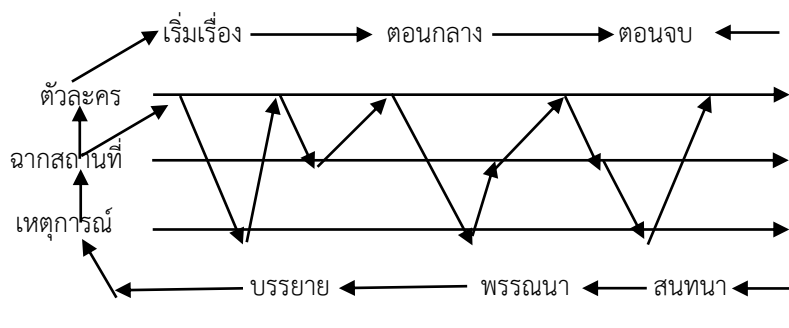
จากผังภูมิจะเห็นว่า การอ่านช่วยให้รู้จักคำ ความหมาย และรูปแบบการเขียน สร้างอัตลักษณ์การคิด ทักษะ โจทย์ บุคคลหรือเหตุการณ์ เกิดเป็นโครงเรื่องของเรื่องเล่า จนลงมือปฏิบัติการเขียนสำเร็จเสร็จสิ้นเป็นชิ้นงานขึ้นมาในร่างแรก

๒. ผังภูมิรูปแบบขององค์ประกอบการสร้างตัวบท



จากผังภูมิ จะเห็นว่าผู้เขียนได้แยกเป็นส่วน เพื่อให้เห็นกระบวนการประกอบสร้างตัวบทหรือสร้างงานขึ้นมาเรื่องหนึ่ง นั้นเปรียบเหมือนการจำลองโลกแห่งการกระทำและเหตุการณ์ขึ้นมาตั้งแต่ต้นจนจบ

๓. เส้นเรื่องเล่าหรือเส้นของการเล่าเรื่อง



จะเห็นว่าทุกองค์ประกอบในเรื่องเล่าจะไหลวนกันอยู่ไปมา ตัวละคร ฉากสถานที่ และเหตุการณ์จะปรากฏตัวผ่าน ภาษาด้วยการสลับกันไปมาหรือคู่ขนานกันไป ด้วยภาษาบรรยาย พรรณนาและสนทนา

การเขียนตามรูปแบบ 3 ประเภทคือ ผังภูมิจินตปฐม ผังภูมิรูปแบบองค์ประกอบการสร้างตัวบท และเส้นเรื่องเล่าหรือ เส้นของการเล่าเรื่อง เริ่มต้นที่จิตใจที่จะแสวงหาทางออกที่ดีในการเผชิญหน้ากับโรคระบาด ความมั่นคงทางจิตใจเป็นสิ่ง สำคัญ เพราะส่งผลต่อสุขภาพร่างกาย



การเขียนบทร้อยกรองหรือบทกวีนิพนธ์

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด19 เป็นกระบวนการกดดันทางสังคมที่ยาวนานและส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ ดังนั้น การเขียนกวีนิพนธ์จึงเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยในการฟื้นฟูสามัญสำนึก การมองเข้าไปคุณค่าชีวิตและการปรับจิตใจให้อยู่รอด เพราะการเขียนกวีนิพนธ์เป็นกระบวนการที่ลึกซึ้ง สงบและอ่อนโยนให้ได้มีเวลาดั้งสติและวิเคราะห์สถานการณ์ได้อย่างหนักแน่นและนุ่มนวล

บทร้อยกรองหรือบทกวี คือบทประพันธ์ที่ข้อกำหนดด้านฉันทลักษณ์หรือการใช้ไวยากรณ์ทางวรรณศิลป์ เช่น โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน และร่าย เรียกโดยทั่วไปว่า บทกวี อันเป็นการถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึกนึกคิด รวมทั้งความใฝ่ฝัน การสร้างพลังความหมายให้บทกวีขึ้นอยู่กัภูมิหลังและจุดมุ่งหมายในการแต่งบทกวีของกวี

รูปแบบการเขียนบทกวีมี 2 แบบคือ แบบแรกเป็นบทกวีนิพนธ์ที่แต่งตามข้อบังคับทางฉันทลักษณ์ หรือที่เราอาจเรียกกันว่า แต่งตามไวยากรณ์วรรณคดี แบบสองเป็นการแต่งในลักษณะที่ไม่มีข้อบังคับทางฉันทลักษณ์

1. การเขียนบทร้อยกรองฉันทลักษณ์

ต่อไปนี้นี้เป็นตัวอย่างบทกวีชื่อ สู่มีงมหามาลี ที่แสดงถึงความเป็นกวีตามองค์ประกอบพื้นฐานและความหมายข้างต้น

ฉันจะพาเธอไป	สู่ดงดอกไม้
ระตะดินขึ้นตา	
บางทีฉันอาจพา	เธอชมพฤษกษา
มวลมีงมหามาลี	
เชิญเถิดนะคนดี	ฉันพร้อมยอมพลี
ดวงใจให้เธอมีคลาย	
.....	
โปรดเถิดดวงใจฉันยัง	ฝันถึงความหวัง
กอดเธอฝ่าทางสร้างรัก	

(สู่มีงมหามาลี ใน แม่เนื้อของ หน้า 3)

บทกวีข้างต้น เป็นการแสดงถึงความรู้สึกที่มุ่งไปที่การให้ความหมายของการมีชีวิตในความงามของธรรมชาติและความรักในมนุษย์ พร้อมกับการเสนอความหมายเชิงคุณค่าที่ลึกซึ้งของการมีชีวิตอยู่ในวิถีอันเรียบง่ายอีกด้วย

2. การเขียนบทกวีไร้ฉันทลักษณ์

บทกวีนอกฉันทลักษณ์ หรือ กลอนเปล่า มีองค์ประกอบมี 3 ส่วนคือ ส่วนแรก ถ้อยคำที่กวีเลือกใช้นำเสนอ ส่วนที่สองคือ ความรู้สึกหรือเรื่องที่ต้องการถ่ายทอด บทกวีที่ได้ออกมาจากความรู้สึกของผู้เขียน หลังจากไปกระทบบางสิ่ง เกิดแรงบันดาลใจในความหมาย สภาวะนิ่งลึกและดิ่งจม และส่วนที่สามคือความหมายหรือภาพสะท้อนที่ต้องอาศัยการอ่านวิเคราะห์และตีความ จึงจะเข้าถึงความหมายแฝงเร้นในตัวบทได้

ตัวอย่างจากบทกวี แม่สาววัยอ่อนน้อยบนรถไฟความเร็วสูง ของ ชัชวาลย์ โคตรสงคราม ที่เผยแพร่ในเฟซบุ๊ก

ในเช้าวันที่เธอผลอไผล
อ่านกวีริมหน้าต่างที่มินกบินผ่าน
นั่นเอง หัวใจเธอแผ่ในอากาศละออง
เธอไม่เคยบอกว่า หัวใจเธอคืออุทยานดอกไม้

สีขาว ชมพู ส้ม และต้นหญ้าใบเรียวยาวเล็กสีม่วง
ไม่มีใครรู้ หัวใจเธอคือพงพอกพุ่มชื้น
ข้าโชคดีเหลือเกินที่ได้เห็นแล้วในวันนี้
ข้ารู้ซึ้งทันที เธอไม่ใช่คนแข็งกระด้างหยาบคาย

.....
ข้าจะตื่นขึ้นมาทุกเช้า นั่งจิบกาแฟริมหน้าต่าง
หมูนก แมงป่องและแมลงจะเฝ้าหาเช่นเดียวกันกับข้า
คอยดูหน้าตา เธอจะมายืนอ่านกวี "ฝากใจผืนนรินทร์"
ข้าจะยืมนั่ง หายใจแผ่วแผ่ว ให้เสียงขับคำของเธอแผ่ซ่าน
ไหลหลังพริ้งพู่เข้าไปในผิวกาย ดึงลึกสู่จิตวิญญาณชั้นนั้น
ข้าจะนอนแต่หัวค่ำ เพื่อฟังเสียงรินกวีของเธอจนดึกดื่นรมย์รื่น
จนเช้า ข้าจะลุกมาฟังเสียงกวีริมหน้าต่างของเธอ แม่สาววัยอ่อนน้อย
ในชุดผ้าไหมหอมจากเมืองละหานน้ำแขวงสะหวันนะเขต
ข้าสั่นสะท้านให้ เธอเดินขึ้นไปบนรถไฟความเร็วสูง พุ่งผ่านลิตดา

การเขียนบรรยายหรือการเขียนเล่าเรื่อง

การเขียนเล่าเรื่อง จัดเป็นงานเขียนประเภทบันเทิงคดีร้อยแก้ว ส่วนมากจะเน้นที่การเขียนนวนิยายและเรื่องสั้น มีองค์ประกอบภายในและองค์ประกอบภายนอกเหมือนกัน องค์ประกอบภายในคือ ตัวละคร ฉากสถานที่ สื่าวาทะการพรรณนา และเหตุการณ์ ส่วนองค์ประกอบภายนอก คือคุณค่าทางภาษาและการมีวรรณศิลป์ ภาพสะท้อนทางสังคมและวิถีชีวิต รวมทั้งการบันทึกเรื่องราวประวัติศาสตร์แบบเรื่องเล่า

1. การเขียนเรื่องสั้นหรือเรื่องเล่าเหตุการณ์และความทรงจำ

เรื่องสั้นมีองค์ประกอบไม่ต่างไปจากนิทาน ใครทำอะไร ทำที่ไหน ทำเมื่อไร ทำอย่างไร และสิ้นสุดลงแบบไหน แต่เพิ่มบทสนทนาและพฤติกรรมตัวละครและพรรณนาฉากสถานที่ด้วยภาพพจน์ที่ให้ความเป็นวรรณศิลป์ จินตภาพและรสวรรณคดี ตัวอย่างงานเขียนสร้างสรรค์ในรูปแบบของเรื่องสั้น จากเรื่องสั้น หญิงทั้งสาม จากรวมเรื่องสั้นชุด ขาวนาผู้ประสพภัยของชัชวาลย์ โคตรสงคราม ดังนี้

นางถือเสียมและสพายตะกร้าไม้ไผ่ เดินนำเด็กหญิงวัยหกขวบไปตามทางเดิน
ที่ยังมีแดดบ่ายไล่ล่าคำคอยเฝ้าระบายนี้อะหลางละมุนอาบตาไปทั้งพุ่มไม้ใบหญ้า ทางเดินนั้น
เป็นดินเหนียวสีเทาแห้งขรุขระและมีหนามไผ่คอยทิ่มตำฝ่าเท้าให้นางและเด็กหญิงได้ร้องคราง
อยู่ในบางครั้ง เด็กหญิงก้มเอาหนามออกจากฝ่าเท้าและถามนาง

“ยาย เมื่อเช้ามีเสียงอะไรดังก้อง ๆ”

นางพยายามคิดอยู่นานว่า ที่เมืองบ้านเมื่อเช้านี้มีเสียงอะไรบ้าง เมืองบ้านทุกวันนี้
เสียงอึกทึกครึกโครม จนนางสับสนและไม่มีใครใส่ใจฟัง

“เสียงโป่งนั่นเอง”

“โป่งเป็นต้นไม้ไหมยาย”

“โป่งไม่ใช่ต้นไม้”

.....



แดดอ่อน พื้นทางรายรอบมองเห็นเป็นม่านโยยสีขาวยาวหม่นมัวกรายมา นางยังคงเดินก้มๆ เงยๆ พาเด็กหญิงเลาะลอดกิ่งไม้ลึกเข้าไปในป่าไผ่ที่เหล่าลูกของมังกรกำลังแทงหน่ออ่อนทะลุดินขึ้นมาสะพรั่งแน่นกอ

2. การเขียนนวนิยายหรือเรื่องเล่าขนาดยาว

นวนิยายโครงสร้างและองค์ประกอบแบบเรื่องสั้น เพียงแต่นวนิยายมีความยาวของเนื้อเรื่องและมีรายละเอียดทางเนื้อหามากกว่าเรื่องสั้น ดังตัวอย่างงานเขียนสร้างสรรค์บันเทิงคดีประเภทนวนิยาย จากนวนิยายเรื่อง ทะเลน้ำนม ของ ชัชวาลย์ โคตรสงคราม ดังนี้

เช้าแรก จุมชวนนิภาตัมก้าแพ้วบดจากเมล็ดสด สายลมพัดละออง
ทรายจากแม่น้ำโขงมาเหมือนกลิ้งน้ำพุจากสรวงสวรรค์ของพระโพธิสัตว์
ในพุทธศักราชที่ 2408 สนามหญาสวดสะพรั่งรอบบ้านพักได้เปล่งพุทธานุ
ภาพออกมารูปร่างคล้ายดอกบัวในทะเลสาบ
น้ำพุมีอยู่สองแบบ จุมรู้ว่าแบบแรกอยู่บนเปลือกดาวเคราะห์โลก
จำนวนหนึ่งล้านหกหมื่นแห่ง อีกแบบหนึ่งอยู่ในจอมคอมพิวเตอร์ที่พุ่งตัว
มาตามสายเคเบิลใยแก้ว น้ำพุแบบแรกพุ่งตรงขึ้นไปในอากาศแล้วหักโค้งลงมา
เหมือนแสดงความเคารพพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้สถิตอยู่ทุกแห่งหน
บางครั้งเหมือนแผ่เมตตาให้เครือญาติพี่น้องและชาติพันธุ์ทั้งหลายที่มีดวงชีวิต
ว่ายเวียนอยู่ในประเทศบนเปลือกดาวเคราะห์

การเขียนคือการสร้างภูมิคุ้มกันที่ยั่งยืนในสถานการณ์โควิด-19

มนุษย์สามารถเผชิญกับภัยอันตรายทุกรูปแบบได้ ถ้าหากถึงพร้อมด้วยจิตใจที่เข้มแข็งและร่างกายที่สมบูรณ์ การสร้างความพร้อมและภูมิคุ้มกันจึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด 19

ตามที่กล่าวมาแล้ว สมานิ ปัญญา และสุนทรียะ เป็นผลผลิตพื้นฐานที่เกิดจากการปฏิบัติการเขียนสร้างสรรค์ เพื่อใช้เครื่องมือประกอบการฟื้นฟูและปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตให้เหมาะสมและปลอดภัยจากเชื้อโรคไวรัสโควิด 2019 ทั้งสมานิ ปัญญา และสุนทรียะ จึงเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน การเปลี่ยนแปลงของทั้งสามสิ่งนี้ ส่งผลต่อจิตใจและร่างกายมนุษย์ ทั้งแบบรู้ตัวและไม่รู้ตัว ทั้งแบบโศกนาฏกรรมและสุขนาฏกรรม

สมานิ คือ สภาวะจิตใจแจ่มแจ้งและแน่วแน่ สมานิที่เกิดจากการเขียน เป็นสมานิพื้นฐานที่จะหล่อหลอมกล่อมเกลาจิตใจของเราให้ตื่นรู้ขึ้นมาสู่ความจริงของชีวิต เป็นธรรมชาติที่ยิ่งใหญ่และต้องมีความรักเป็นต้นทุน ส่วนสมานิขั้นสูงคือ สมานิที่เกิดจากการเขียน สมานิทั้งสองแบบที่ต่างกรรมต่างวาระนี้เรียกว่า เป็นพหุสมานิเป็นที่มาของการเกิดปัญญาและสุนทรียะ โดยปัญญาช่วยเสริมสัญญาและวิญญาน ช่วยขยายของวิญญานให้กว้างขวางออกไปและลึกซึ้งยิ่งขึ้น ปัญญาช่วยแก้ไขให้วิญญานและสัญญาเดินถูกทาง (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) 2546 : 22- 23)

จากการปฏิบัติการเขียนด้วยรูปแบบร้อยกรองและร้อยแก้วหรือการลงมือเขียนบทกวี เรื่องสั้นและนวนิยายตามผังภูมิข้างต้น เปรียบเหมือนการบำเพ็ญเพียรหรือการปฏิบัติการธรรมชาติอีกแบบหนึ่ง ส่งผลให้ระบบการคิดและจิตใจหนึ่งสงบเพื่อจะจดจ่อในการเลือกคำเพื่อแสดงความรู้สึก นึกและคิด แสดงความใฝ่ฝัน และแสดงความรักปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ในสังคม

บทสรุป

จากวาทกรรมรัฐที่สร้างขึ้นมาเพื่อสร้างมนทัศน์ อยู่บ้านหยุดเชื้อ เพื่อชาติ นับว่า เป็นวาทกรรมที่สร้างสำนึกที่ทรงพลังได้อย่างครอบคลุมถึงทุกมิติของการรับรู้ เนื่องจากเป็นยุคดิจิทัลโปรดักส์ที่ประชาชนเข้าถึงเครื่องมือสื่อสารและใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยบรรยากาศเช่นนี้ การเขียนจึงเป็นแนวทางการตอบสนองนโยบายรัฐและสร้างสมาธิ ปัญญาและสุนทรียะให้อย่างละเอียดลึกซึ้งมากขึ้น

มนุษยชาติเผชิญกับการระบาดอย่างรวดเร็วนั้นของโรคเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จากคนสู่คนไปทั่วทุกภาคพื้นทวีป มนุษย์จึงจำเป็นต้องร่วมแรงร่วมใจกัน เพื่อหาทางป้องกันการแพร่ระบาดเบื้องต้นอย่างเร่งด่วน พร้อมขยายแนวป้องกันไปทั่วทุกภูมิภาคของโลก จึงต้องมีการสร้างภาคีการร่วมมือ การคิดค้นสูตรยาหรือวัคซีนต้านไวรัสโคโรนา 2019 ให้สำเร็จและราคาไม่แพง ต้องช่วยกันคิดค้นผลิตอุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์สำหรับช่วยเหลือผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และป้องกันการแพร่ระบาด พร้อมร่วมมือเรียนรู้พลังสมาธิเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้วยสติปัญญาและสุนทรียะอันเป็นพลังต้านเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 มีประสิทธิภาพสูงสุด

ปฏิบัติการเขียนที่ได้นำเสนอมาจากข้างต้น เป็นวิธีการที่ทำให้เกิดผลิตผลสร้างสรรค์ สวยงามและยั่งยืนที่เรียกว่า สมาธิ ซึ่งจะทำให้เกิดการตื่นรู้ (Awakening) หรือปัญญา (wisdom) ที่ส่งผลให้ตระหนักรู้อย่างลึกซึ้ง ไปสู่สภาวะจิตใจที่เปี่ยมสุข หรือเกิดมนทัศน์สุนทรียะ (Aesthetics) ในรูปแบบของการสืบสรรค์มรดกทางปัญญาและขนบวรรณศิลป์ของความเป็นพลเมืองที่มีสำนึกดีของชาติที่มีอารยธรรม

การนำเสนอรูปแบบและวิธีการเขียนตามจารีตทางวรรณศิลป์และการใช้จินตภาพมาไว้ในที่นี้ ตั้งแต่การออกแบบผังภูมิรูปแบบการเขียนสร้างสรรค์ทั้งสามแบบคือ จินตปฐม องค์ประกอบของการสร้างตัวบท เส้นเรื่องเล่า การเขียนบทร้อยกรองหรือกวีนิพนธ์ ทั้งฉันทลักษณ์และไร้ฉันทลักษณ์ การเขียนบทร้อยแก้วหรือการเขียนเล่าเรื่อง และ การเขียนนวนิยายหรือเรื่องเล่าขนาดยาว จึงเป็นกระบวนการทางปัญญาคู่ขนานที่ภาครัฐและเอกชน กระทรวงทางการศึกษาและส่วนงานโครงการการพัฒนาสังคมและยกระดับสุขภาพ ควรจะใส่ใจและนำไปเป็นส่วนหนึ่งในการเขียนยุทธศาสตร์การพัฒนาฟื้นฟูขวัญและกำลังใจ และการสร้างองค์ความรู้ให้เกิดขึ้นอย่างแพร่หลาย ด้วยการนำเอาหลักและวิธีการที่ได้นำเสนอไว้ในบทความนี้เป็นต้นแบบของการริเริ่มและพัฒนาให้เกิดกระบวนการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติได้อย่างสัมฤทธิ์ผล อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพดี การรอดพ้นจากโรคระบาดในรูปแบบอื่น ๆ ในอนาคต

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 การเขียนจึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะทำให้การอยู่บ้านหยุดเชื้อ เพื่อชาติ เกิดคุณค่าต่ออย่างแท้จริง ทั้งยังสร้างคุณภาพพลังบวกให้เกิดขึ้นในจิตใจและร่างกายของเราได้ จนนำไปสู่การเกิดสภาวะสมาธิ ปัญญา และสุนทรียะที่พึงประสงค์ หรือการเกิดความสุข ความจริงและความงาม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างคุณค่าการเป็นมนุษย์ที่ยั่งยืนที่เป็นจุดมุ่งหมายสำคัญของการอยู่ร่วมกันของมนุษยชาติ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต

รายการอ้างอิง

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. (2563). **แพทย์โรคติดเชื้อและระบาดวิทยา ความรู้พื้นฐาน**

COVID-19 ตอนที่ ๑. (เอกสารอัดสำเนา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

เจษฎา ทองรุ่งโรจน์. (2547). **พจนานุกรมปรัชญา อังกฤษ-ไทย**. กรุงเทพฯ: โบแดง.

ชัชวาลย์ โคตรสงคราม. (2537). **เหมือนรถไฟจะมา**. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

ชัชวาลย์ โคตรสงคราม. (2552). **ทะเลน้ำนม**. มหาสารคาม: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ชัชวาลย์ โคตรสงคราม. (2566). **เด็กสาววัยอ่อนน้อยบนรถไฟความเร็วสูง**. สืบค้น 25 ธันวาคม 2566, จาก

<https://web.facebook.com/chachwalykhotnsngkham>



- ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร. (2554). **แนะนำสกุลความคิดหลังโครงสร้างนิยม**. กรุงเทพฯ: สมมุติ.
- ทองสุข เกตุโรจน์ (แปล). (2538). **อธิบายศัพท์วรรณคดี**. กรุงเทพฯ: ครูสภา.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). **สู่การศึกษาแนวพุทธ** (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- พิมาน แจ่มจรัส. (2550). **เขียน**. กรุงเทพฯ: คบไฟ.
- ศิวกานท์ ปทุมสูตร. (2548). **การเขียนสร้างสรรค์ไม่ยากอะไรเลย**. กรุงเทพฯ: นวสาน์การพิมพ์.
- สุชาติ สวัสดิ์ศรี. (2531). **นักเขียนหนุ่ม ความบันดาลใจอันหลากหลาย**. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- สุริวงศ์ พงศ์ไพบูลย์. (2522). **การเขียน**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.