



คำสอน "พอดี" เมื่อ 70 ปีก่อน

วรากรณ์ สามโกเศศ

วันที่ 16 เมษายน พ.ศ. 2552

เมื่อ 70 ปีมาแล้ว ได้มีคำสอนเรื่อง "ความพอดี" สำหรับกุลบุตรกุลธิดาซึ่งเกี่ยวพันกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในปัจจุบันอย่างน่าสนใจ

วารสารข่าวโรงเรียนราชินี "ราชินยานุสาร" ฉบับมกราคม-มีนาคม 2552 ได้ตีพิมพ์บทความ "ความพอดี" บทพระนิพนธ์ของหม่อมเจ้าพิจิตรจิราภา เทวกุล อดีตท่านอาจารย์ใหญ่โรงเรียนราชินี องค์ผู้มีคุณูปการต่อโรงเรียน ในฐานะนักเรียนเก่าราชินี (โรงเรียนนี้มีเด็กผู้ชายเรียนด้วยในชั้นประถมมายาวนานจนถึงปัจจุบันครับ) ซึ่งภาคภูมิใจในโรงเรียน เคารพนับถือในท่านอาจารย์ใหญ่ ขออนุญาตนำมาสื่อต่อ

"ความพอดีคือความพอเหมาะพอควร ไม่มากเกินไปหรือน้อยไป เช่น เราจะตัดเสื้อใส่เราก็ต้องการพอดีกับตัว ไม่คับหรือหลวม เราจะมัดหน้า เราก็ใช้แป้งพอนวล ไม่ถึงกับจะทำให้หน้าขาว ปอกหรือก แม้เราจะชอบแต่งตัวตามสมัยนิยม จะเขียนคิ้วทาปากอะไร เราก็คงทำแต่พอรับหน้า มิให้ปากแดงจัดหรือคิ้วดำปัดผิดธรรมดาจนดูกลายเป็นนางปีศาจ และไม่ทำในระหว่างที่เป็นนักเรียนที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ (นอกจากเวลาจะเล่นละคร) เพราะจะหย่อนซึ่งความสุภาพ

สมมุติว่าเราจะปรุงอาหาร ถ้าเป็นของคาวเราก็คงเหยาะน้ำปลาหรือเกลือลงไป และชิมดูให้เพียงพอดีมิให้เค็มจัดหรือจืดชืด ถ้าเป็นของหวานมัน เราก็ต้องปรุงน้ำตาลและกะทิพอควร มิให้หวานแสบไส้หรือเสียนจนกลืนไม่ลง ถ้าเป็นของที่จะต้องอมรสเปรี้ยว เช่น แกงส้มหรือต้มยำ เราก็ต้องไม่ยอมให้เปรี้ยวแปรืดไปทำเสีย ต้องเจือเค็มเจือหวานด้วย ให้รสดีกลมกล่อม ในการหุงข้าว เราก็หุงให้ละมุนละไม ไม่ใช่สวยกรากหรือเปียกแฉะ

ในการบริโภคอาหาร ถ้าเรารับประทานมากเกินไป ก็จะอึดอัด ไม่สบาย และอาจอ้วนทอหะได้ ถ้ารับประทานน้อยไปก็อาจเพลีย ไม่มีกำลังจะประกอบกิจการหรือเล่าเรียน และอาจผอมโซเซได้ ฉะนั้นจึงควรบริโภคแต่พออิ่ม เพื่อให้มีแรงทำงานและต้านทานโรคภัย

ในการเรียน เราต้องหมั่นและเอาใจใส่ในการเล่าเรียน โดยพักผ่อนบ้างตามควร ไม่ใช่ขยันไปทำเดียวโดยไม่เว้นว่างจนหัวสมองมึน หรือเอาแต่เล่นไปทำเดียว ไม่ว่าจะนอกหรือในห้องเรียน ซึ่งจะทำให้โง่ไม่ได้ความรู้อะไร

ในการเที่ยว เช่น ดูหนังหรือซื้อของ หรือขับรถตากลม เราควรเที่ยวเท่าที่ผู้ปกครองจะพาไปได้ หรืออนุญาตให้ไป ต้องเที่ยวอย่างที่เราเรียกว่าพอหอมปากหอมคอ ไม่รบเร้าหรือกวนใจผู้ปกครองเกินไป ทั้งต้องสำรวมอิริยาบถ ไม่เอิกอิ่งจู้จี้จ้านให้ขึ้นชื่อถึงวงศ์ตระกูลและหมุ่คณะ เพราะถึงอย่างไรก็ยังคงดีว่าสมัยโบราณซึ่งหญิงสาวถูกกักไว้ราวกับนักโทษ นอกจากเทศกาลทำบุญ นานที่ปีหนจึงจะได้ปล่อยออกไปรื่นเริงกันกับเพื่อนบ้านบ้าง

ในการพูด เราต้องพูดพอสมควร ให้ถูกกาลเทศะ ไม่ใช่พูดมากจนน้ำลายเป็นฟอง ไม่มีใครเชื่อด้อยฟังคำคนช่างพูด ต่างกันกับคนพูดมากคือเป็นคนมีศิลปะในการพูด รู้จักพูดให้ผู้ฟังรู้สึกสนุกและชอบ รู้จักปลอบใจผู้เศร้าโศก รู้จักโน้มน้าวใจผู้ถือกระด้างให้เชื่อตามและอ่อนโยน

ในการใช้จ่ายอะไรก็เหมือนกัน เราต้องดูว่าเงินที่บิดามารดาให้สำหรับจ่ายนั้นมีเท่าใด และควรจ่ายเพียงเท่าที่มีอยู่หรือน้อยกว่านั้น อย่าให้ถึงเป็นหนี้เขา ซึ่งจะเรียกว่าพอดีไม่ได้

การวิ่งมาก อาจทำให้ร่างกายประเปรี้ยวก็จริงอยู่ แต่อาจทำให้หอมเกร็งเกินไป ส่วนคนที่นั่งเรียบร้อยอยู่วันยังค่ำ ก็ไม่เหมาะอีก จะทำให้กะปลกกะเปลี้ย เดินวิ่งไม่คล่องแคล่ว

นอนมากไป ก็ทำให้ใจคอหดหู่ เมื่อยหลังไหล่ นอนน้อยไปก็ทำให้โผเผ ใจคอหงุดหงิด

ในการตกเดือนน้องสาว เพื่อนผู้อ่อนกว่า หรือคนใช้ก็ได้ เราควรว่ากล่าวแต่พอสมควร อย่าดูว่าเขารู้จักไรไม่รู้รู้จักจบผู้น้อยจะเปื้อ และไม่ใช่ด้อยฟังคำ

เราเคยได้ยินผู้ใหญ่ชมว่า "คนนั้นดี เป็นคนไม่มากไม่น้อย" แปลว่าเขาประพุดดีตัวพอดีพอสมควรนั่นเอง

การจะทำอะไรให้พอดีและต้องด้วยกาลเทศะนั้น ต้องระวัง มิให้พอดีจนเกินไปมีจะนั้นจะเสียการเสียงาน ต้องเผื่อ เหลือเผื่อขาดไว้บ้าง เช่น เราอยู่อยู่ว่ารถไฟจะออกโมงเช้า และเราจะไปรถไฟสายนั้น เราก็กต้องออกจากบ้านอย่างช้า ครึ่งชั่วโมงก่อนโมงเช้า เพื่อว่านาฬิกาของเราจะเดินช้าไป บ้าง เราก็กยังสามารถไปทันรถไฟตามประสงค์

บางทีเราก็กบ่นต่อสิ่งที่เป็นไปตามธรรมชาติ เช่น ฝนตก มากเราก็กบ่นว่าฝนตกจะแฉะไปไหนไม่สะดวก ครั้นฝนตก น้อย เราก็กบ่นอีกว่าฝนตกน้อย ไม่ทำให้หายร้อน

เวลาหนาวมาก เราก็กบ่นว่าหนาวเหลือเกิน ผ้าห่มก็ขึ้นไม่ พอ ครั้นหนาวน้อยก็บ่นอีกว่าปีนี้ร้อนตลอดปีไม่มีหน้าหนาวเลย

เวลาน้ำมาก เราก็กบ่นว่า น้ำท่วมต้นไม้ตาย ครั้นน้ำน้อยก็ บ่นว่าเล่นเรือไม่สนุก

เวลาแดดมาก เราก็กบ่นว่า แดดจัดจนร้อนอบอ้าว และ สายตาพร่าไปหมด ครั้นแดดน้อย เราก็กบ่นอีกว่าแดดน้อย ตากอะไรไม่ค่อยแห้ง

ที่เราบ่นทั้งนี้อาจเป็นเพราะเราชอบรู้จักต่อความไม่พอดีของ ธรรมชาติ ซึ่งตัวเราเองก็ทำให้พอดีไม่ได้หรือเพราะเรา ชอบความพอดินั้นเอง

การจะทำอะไรให้ดีเกินไป สุดแต่ได้ยืมว่าใครเขาทำอะไรดีก็ ทำฟุ้งๆ ไปโดยไม่รู้การละเอียด และไม่รู้จักกาลเทศะนั้นไว้ ประโยชน์และเป็นการแสดงความโง่งอย่างน่าขัน ดังนิยายที่ เขาเล่ากันว่า มีสามีภรรยาคนหนึ่งภรรยาเป็นผู้ไม่ได้รับ การศึกษาเลย ฝ่ายสามีก็เป็นครูชนิดที่อธิบายอะไรให้ศิษย์ เข้าใจไม่ได้ พอเหมือนกัน วันหนึ่งสามีไปกินข้าวกับเพื่อน เห็นภรรยาของเพื่อนซึ่งช่างแต่งตัวและช่างปรนนิบัติ ก็ อยากให้ภรรยาของตนเป็นเช่นนั้นบ้าง จึงไปเล่าให้ภรรยา ฟังว่า เมียของเพื่อนนั้นเขาช่างแต่งตัว (สมัยเก่าผู้หญิงไว้ ผมปัก และไรผมที่เคยไว้จุกแต่ก่อนก็เขียนไว้เป็นวงกลม รอบศีรษะ) ไรผมของเขานั้นกลมเป็นเสวียนหม้อทีเดียว กับข้าวของกินของเขาก็โรยผักซีทั้งนั้นและพอสามีเขาเรียก ภรรยาก็ขานเสียงหวานดังนกกาเหว่า

ภรรยาเมื่อได้ยินเสียงเช่นนี้ก็จำใส่ใจ และวันหลังพอสามี กลับบ้าน ก็ได้เห็นเสวียนหม้ออยู่บนหัวเมีย พอจะกินข้าวก็ ได้เห็นผักซีโรยอยู่ จนกระทั่งในชั้นน้ำ และพอเรียกหา ภรรยา ก็ได้ยินเสียงขานว่า "กาเหว่า"

เท่าที่บรรยายมานี้ ก็เห็นได้แล้วว่า ความพอดินั้นสำคัญ เพียงไร และการกระทำอะไรพอดี และต้องด้วยกาลเทศะ นั้น เป็นการสำคัญยิ่ง (กาลเทศะ แปลว่า เหมาะแก่เวลา และสถานที่)

การที่ทำอะไรให้พอดี แต่ไม่ต้องด้วยกาลเทศะนั้น เป็นการ เกินพอดี เช่น นักเรียนบางคนในโรงเรียนนี้สวมเสื้อพอดี เกินไป จนไหล่หู้และซีกจะหลังโคง ควรแก้เสื้อให้หลวมอีก สักนิด พอให้เดินออกผายไหล่ผึ่ง เป็นสง่าได้"

การรู้จักสัดส่วนที่พอเหมาะดังที่ฝรั่งพูดว่ามี **sense of proportion** สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องความพอดี ภาษา สมัยนี้เรียกคนที่ทำอะไรอย่างขาด **sense** นี้ว่า "เวอร์" และความ "เวอร์" นี้สามารถทำร้ายผู้คนได้จนอาจฉกรรจ์ อย่างที่เราได้เห็นกันของประเทศไทย?