



อาหารสมอง

วีรกร ตรีเศษ

ลาก่อน Cory



น้ำจิ้มอาหารสมอง

Character is destiny.

Novalis ในหนังสือ The Mill on the Floss (1860)

บุคลิกอุปนิสัยคือชะตากรรม

อ่านข่าวเรื่องอดีตประธานาธิบดีของฟิลิปปินส์ นาง Corazon Aquino เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งในวัย 76 ปี และผู้คนนับแสนๆ ออกมาแสดงความอาลัยและคารวะศพเธอแล้วก็อดเขียนถึงเธอไม่ได้ เพราะเหตุการณ์เช่นนี้ไม่เกิดขึ้นบ่อยนักในภูมิภาคของเรา

เมื่อนึกถึงความจริงที่ว่าเธอไม่เคยต้องการเป็นนักการเมืองแต่อย่างใด (คล้าย นางองซาน ซูจี ลูกสาววีรบุรุษของซาน ที่สถานการณ์บังคับเมื่อประชาชนต้องการเธอ) ต้องการเป็นเพียงแม่ของลูก 5 คน ต้องการเป็นแม่บ้านของนักการเมืองที่มีแว้วว่าจะได้รับความนิยมอย่างสูง เรียนจบปริญญาตรีจากสหรัฐอเมริกา ด้วยวิชาเอกฝรั่งเศส วิชาโทคณิตศาสตร์ ฯลฯ ก็ยิ่งเห็นว่าชีวิตเธอมีสีสันยิ่ง

ประธานาธิบดี Ferdinand Marcos ครองอำนาจอยู่จนเกือบครบเทอม และเป็นต่ออีกไม่ได้ตามรัฐธรรมนูญปี 1935 ในปี 1973 จึงประกาศกฎอัยการศึก และต่อมายกเลิกรัฐธรรมนูญเสียเพื่อจะได้มีอำนาจอยู่ต่อ ผู้คัดค้านคนสำคัญนั้นเป็นวุฒิสมาชิกคนดัง ลูกชายของอดีตประธานสภาผู้แทนราษฎร เศรษฐีใหญ่เจ้าของที่ดินคนหนึ่งของประเทศคือ Benigno Aquino หรือชื่อเล่นว่า Ninoy ซึ่งผู้คนคาดหวังว่าจะเป็นคู่แข่งที่น่ากลัวของ Marcos ก่อนประกาศกฎอัยการศึก นักการเมืองทั้งหลายที่ไม่ใช่พวกเดียวกันก็ถูกจับเข้าคุก Ninoy นั้นถูกตัดสินประหารชีวิต

เมื่อสามติดคุกและมีโอกาสถูกยิงเป้า Corazon หรือชื่อเล่นว่า Cory ก็ต่อสู้ให้สามีสุดฤทธิ์ Ninoy ติดคุกอยู่ 7 ปี จนประธานาธิบดี Jimmy Carter ขอเรื่องเกมบังคับให้ปล่อย Ninoy ไปผ่าตัดหัวใจในสหรัฐอเมริกา Marcos ก็จำต้องยอม Ninoy กับครอบครัวไปอยู่ได้ 3 ปี ในเดือนสิงหาคม 1983 เขาก็ตัดสินใจกลับบ้านคนเดียวอย่างกล้าหาญ มิใช่ที่คนจะเตือนว่าจะถูก Marcos ฆ่า

หลายคนคงจำวิดีโอที่คนบนเที่ยวบินนั้นถ่ายเห็นภาพ Ninoy หัวเราะ หยอกเย้า กระซำกับเพื่อนผู้โดยสารว่าคงถูก Marcos จับเมื่อเครื่องบินลงแน่ โดยหารู้ไม่ว่าจะถูกยิงตายในไม่กี่นาทีข้างหน้า ภาพที่เห็นก็คือทันทีที่เครื่องบินจอดสนิท คนในเครื่องบินก็มาเชิญลงจากเครื่องโดยลงกระโดดไปขึ้นรถบนรันเวย์ เมื่อเดินลงถึงพื้นรันเวย์ Ninoy ก็ถูกคนในเครื่องบินชักปืนยิงทันทีจนตายคาที่

ประชาชนประมาณ 2 ล้านคน หลังไหลกันมาร่วมงานคารวะศพ Ninoy ภรรยาของเขาซึ่งบินตามมาจากหลังสร้างความประทับใจให้คนฟิลิปปินส์ ด้วยความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ท่วงท่าสง่างาม และตลอดเวลา 2 ปีกว่าจากนั้น Marcos ก็พบกับประท้วงต่อต้านอย่างหนักจากประชาชน ในวันที่ Ninoy ตายครบ 1 ปี ผมอยู่ในมะนิลาพอดี จำได้ว่าผู้คนมากมายใส่เสื้อสีเหลือง หลังไหลกันออกมาบนถนนเพื่อร่วมชุมนุมกันที่

Rizal Park) ในที่สุด Marcos ก็ประกาศเลือกตั้งประธานาธิบดีอย่างรวดเร็วในเดือนกุมภาพันธ์ 1986

ในตอนแรก Cory ไม่ต้องการลงสมัคร แต่หนังสือเรียกร้องของผู้ต้องการโค่นล้มระบอบเผด็จการ 20 ปีของ Marcos ไม่ได้ เธอลงแข่งขันชน Marcos และพบกับการชูเชิญ ลูกเล่นสกปรกสารพัด ผลการเลือกตั้งอย่างเป็นทางการก็คือ Marcos ชนะ แต่มีหลักฐานว่า Marcos โกงเลือกตั้ง เช่น เจ้าหน้าที่คอมพิวเตอร์ของ COMELEC (กกต. ของฟิลิปปินส์) 30 คน วอลท์เอต์เพราะทนเห็นการโกงไม่ไหว และการนับคะแนนของภาคประชาชนซึ่งตรงข้ามกับ Comelec ชี้ว่าเธอมีคะแนนนำ

จากนั้นเรื่องก็ระเบิดขึ้นภายใต้แรงกดดันของประชาชนเมื่อรัฐมนตรีกลาโหมและนายพลคนสำคัญของกองทัพบก คือ Fidel Ramos ออกมาเรียกร้องให้ Marcos ลาออก ขบวนการของประชาชนที่เรียกว่า People Power Revolution ภายใต้อิทธิพล (สีนี้เข้าใจว่าต่อเนื่องมาจากการต้อนรับการกลับมาของ Ninoy ตามเพลง Tia Ribbon Around the Oak Tree ของ Tony Orlando ซึ่งตั้งอยู่ในตอนนั้น เนื้อเพลงเกี่ยวกับการต้อนรับคนรักที่พ้นโทษจากคุก หากยังรักอยู่ก็ให้เอาโบว์เหลืองมาผูกรอบต้นโอ๊กที่หน้าบ้าน) ซึ่งกลายเป็นสัญลักษณ์ของการประท้วงล้มล้างระบบ Marcos ควบคู่กับการเหยียดนิ้วชี้กับนิ้วโป้งเป็นรูปตัว L หมายถึง Laban หรือ "สู้ๆ" ในภาษาตากาล็อกของ Cory ตอนหาเสียงเลือกตั้ง

ผู้คนนับแสนๆ หลังไหลออกมาขับไล่ Marcos (เรียกกันว่า EDSA Revolution ซึ่ง EDSA คือชื่อถนนที่ผู้ชุมนุมใช้เป็นที่ประท้วงคล้ายชื่อราชดำเนิน) แค่ 3 วัน Marcos ก็จอดเพราะลูกพี่อเมริกันบอกว่าไม่ไหวแล้ว ก่อนไปต่างฝ่ายต่างปฏิญาณตนเป็นประธานาธิบดี

ในที่สุด Cory ก็ได้เป็นประธานาธิบดีตัวจริงที่ขึ้นมาได้ด้วยพลังประชาชน เธอเป็นประธานาธิบดีอยู่ระหว่าง 1986-1992 ก็

ปฏิเสธที่จะลงสมัครอีกสมัยซึ่งเธอสามารถทำได้ภายใต้รัฐธรรมนูญฉบับใหม่ เธอสนับสนุนนายพล Fidel Ramos ให้ลงสมัครแทน

Cory ผลักดันแก้ไขรัฐธรรมนูญสำเร็จ เชิดชูประชาธิปไตยแต่ไม่สามารถปฏิรูปการเกษตร ไม่สามารถปราบผู้ก่อการร้ายได้ ถึงแม้เธอจะเป็นความหวังของประชาชน แต่เธอไม่ประสบผลสำเร็จนัก เธอถูกวิจารณ์ว่าตัดสินใจไม่เด็ดขาด ไม่เด็ดเดี่ยว ฯลฯ อย่างไรก็ตาม เธอสามารถประคับประคองอยู่รอดได้ครบเทอมถึงแม้จะโดนและเกือบโดนปฏิวัติถึง 6 ครั้งก็ตาม และถูกวิจารณ์เรื่องคอร์รัปชันไม่มากเหมือนประธานาธิบดีคนอื่นๆ หลังจากพ้นตำแหน่งเธอทำงานสังคมและ

ร่วมนำในการโค่นล้มประธานาธิบดี Estrada และประธานาธิบดี Gloria Arroyo คนปัจจุบัน (อดีตรัฐมนตรีของเธอผู้มีปริญญาเอกทางเศรษฐศาสตร์) เธอทำได้สำเร็จในกรณีแรก แต่ไม่สำเร็จในกรณีหลัง

ที่น่าสังเกตก็คือคนฟิลิปปินส์ซัดติดใจกับ People Power Revolution จนขับไล่ประธานาธิบดีได้สำเร็จไป 2 คน เหลือแต่คนปัจจุบันที่โดนชุมนุมขับไล่มาหลายครั้ง และโดนเสนอให้ถอดถอนมาไม่ต่ำกว่า 4 ครั้งในรัฐสภาแล้วนับตั้งแต่ปี 2001 ที่เธอมีอำนาจ คงต้องเฝ้าดูต่อไปว่าเธอจะอยู่ได้ครบเทอมในปี 2010 หรือไม่

ผู้คนเรียกเธออย่างรักใคร่ว่า Tita Cory (ป้าคอร์รี่) และร้องให้ขอบคุณเธอในวันคารวะศพเพราะซาบซึ้งในความจริงใจของเธอ ถึงแม้เธอจะไม่ประสบความสำเร็จในการเป็นประธานาธิบดีนักก็ตาม

ภาพผู้คนนับแสนที่ไม่ถูกเกณฑ์หรือจ้างวานมาถือลูกโป่งและโบกโบว์สีเหลืองไปมาพร้อมกับโยนเศษผงกระดาษ (confetti) ลงไปยังรถบรรทุกใส่โลงของเธอที่วางบนดอกไม้สีเหลืองพร้อมนำตาและคำขอบคุณ เป็นสิ่งนำคิดสำหรับนักการเมืองทุกคนที่อาสาเข้ามารับใช้ประชาชน ●

เครื่องเคียงอาหารสมอง

บทความโดยนักจิตวิทยาแห่ง Keele University ในอังกฤษตีพิมพ์ในวารสาร NeuroReport เมื่อเร็วๆ นี้ชี้ให้เห็นว่าคำสบถ (swearing) ไม่เพียงแต่ช่วยลดอารมณ์เสียโดยเป็นการระบายออกอย่างหนึ่งเท่านั้น แต่สามารถช่วยลดความเจ็บปวดได้อีกด้วย

นักวิจัยใช้นักศึกษา 14 คน ในการทดลอง โดยให้เอามือแช่ลงในน้ำเย็นจัดให้นานมากที่สุด (ใครเคยหยิบเครื่องดื่มในถังแช่ที่เต็มไปด้วยน้ำแข็งและน้ำเย็นคงจำได้ว่าเจ็บปวดเพียงไร) และขณะที่แช่ให้สบถตามอำเภอใจได้เต็มที่ ไม่ว่าจะสบถแค่ไหนก็ตาม

ในการทดลองครั้งต่อมา ห้ามไม่ให้สบถเด็ดขาด ผลจากการเปรียบเทียบพบว่าการสบถช่วยให้เอามือแช่ในน้ำเย็นได้นานกว่าและช่วยลดความเข้มข้นของความเจ็บปวดด้วย ที่ทราบถึงความเจ็บปวดก็เพราะเขาวัดอัตราการเต้นของหัวใจ การทดลองพบว่าเมื่อสบถหัวใจจะเต้นเร็วขึ้น ซึ่งเป็นลักษณะของปฏิกิริยาที่สอดคล้องกับเมื่อเกิดความต้องการจะต่อสู้หรือหนี

นักวิจัยอธิบายว่าในการสบถผู้ทดสอบมีปฏิกิริยาตอบโต้ทางอารมณ์ และตัวนี้แหละที่ช่วยลดความเจ็บปวด การสบถอาจมาจากปฏิกิริยาพื้นฐานทางธรรมชาติ เช่น สัตว์ร้องเมื่อเจ็บปวด แต่มนุษย์นั้นทักษะในด้านภาษาพัฒนาขึ้นจนไปดบังการร้องเมื่อเจ็บปวดไปเกือบหมด การสบถจึงเสมือนเป็นตัวแทนของเสียงร้องยามเจ็บปวดของมนุษย์

สำหรับผู้หญิงพบว่าการสบถช่วยลดความเจ็บปวดได้มากกว่า ที่เป็นดังนี้ อาจเป็นเพราะผู้หญิงโดยทั่วไปในชีวิตประจำวันสบถน้อยกว่าผู้ชาย การสบถของชายบ่อยๆ จึงมีประสิทธิภาพในการลดความเจ็บปวดได้น้อยลง

เมื่อคำสบถช่วยได้เช่นนี้ มนุษย์จึงควรสบถกันบ่อยๆ หรือผู้วิจัยตอบว่าการสบถบ่อยๆ ทำให้อิทธิฤทธิ์ของคำสบถลดน้อยลงไป ดังนั้น จึงควรเก็บคำสบถเอาไว้ใช้ในยามที่เหมาะสมจริงๆ เท่านั้น