



## โลกร้อน...แต่ใจคนร้อนกว่า (Global Warming)

นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรซา  
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

ทุกสรรพสิ่งในโลกล้วนมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน  
การตัดดอกไม้เพียงดอกเดียวย่อมสะเทือนถึงดวงดาวได้ฉับใด  
การทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด และการปลูกเพาะความเอื้ออาทรให้แก่กัน  
ย่อมรักษาสภาวะโลกร้อนได้ฉับนั้น

“สภาวะโลกร้อน” (Global Warming) จะเป็นกระแสฮิตติดเทรนด์ที่มีการกล่าวถึงกันมาตลอด ทั้งในระดับนานาชาติ และระดับท้องถิ่น แต่ก็อดเป็นห่วงไม่ได้ว่ากระแสนี้มีรูปธรรมอย่างไร ทำให้อุณหภูมิของโลกยังสูงขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้สภาพลมฟ้าอากาศโลกจึงผิดแปลกไปจากอดีต ทำให้ภัยธรรมชาติจึงเปลี่ยนแปลงรุนแรงขึ้น หรือคงคล้ายกับกระแสนิยมอื่น ๆ ที่ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป トラบใดที่ยังไม่มีความเข้าใจสภาวะโลกร้อน และตระหนักถึงความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันกับตัวเราแล้ว เรื่องนี้ก็คงเป็นกระแสที่ไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงใด ๆ และจางหายไปในที่สุด

เมื่อกล่าวถึงสภาวะโลกร้อน ทำให้นึกถึงบทความเรื่องการต้มกบที่เคยอ่าน พูดถึงเรื่องราวของกบที่ถูกต้มอยู่ในหม้อ ซึ่งกบจะไม่รู้ตัวเลย มีความสุขกับการว่ายวนอยู่ในน้ำที่ค่อย ๆ อุณหภูมิขึ้น เพราะสภาพร่างกายสามารถปรับตัวได้ตามสภาพอุณหภูมิภายนอกที่เปลี่ยนแปลงไป จนถึงจุดหนึ่งที่น้ำเดือด กบก็จะตายในที่สุดโดยไม่รู้ตัว ในขณะที่คนเราไม่ใช่กบ ไม่ใช่สัตว์เลือดเย็นที่ปรับอุณหภูมิได้ แต่คนเราพยายามทำตัวให้เหมือนกบ สร้างสรรค์พัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เพื่อเอาชนะธรรมชาติ โดยลืมดูแลธรรมชาติซึ่งเป็นมารดาของทุกสรรพสิ่ง จนในที่สุด วันหนึ่งเราก็จะตายเหมือนกบที่ถูกต้มเมื่อถึงจุดที่น้ำเดือดแล้ว

การปรับตัวเพื่อที่จะสามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น สามารถอยู่กับคนอื่นที่มีความหลากหลาย สามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ย่อมเป็นสิ่งที่ดี เพราะทำให้อยู่รอดได้และมีความสุขชั่วขณะ แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องมองสภาพปัญหาที่แท้จริงด้วยว่าคืออะไร และแก้ไขที่แก่นของปัญหา ไม่ใช่ปรับตัวไปเรื่อย ๆ จนหลงทิศทาง สัมผัสจุดยืนของตนเอง สัมผัสใจคนรอบข้าง สัมผัสธรรมชาติ และสัมผัสแลโลก เพื่อให้ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นคงทนถาวร

สภาวะโลกร้อนก็เช่นเดียวกัน ไม่ใช่เรื่องใหม่ที่เพิ่งเกิดขึ้น แต่ค่อย ๆ พัฒนาขึ้นมาเรื่อย ๆ จากปรากฏการณ์เรือนกระจกที่หลายคนอาจเคยรู้จัก แต่ไม่ตระหนักว่าเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กับตัวเราอย่างไร เพราะยังไม่เห็นผลกระทบ จนมาเป็นปรากฏการณ์เอลนีโญ ปรากฏการณ์ลานีญา ซึ่งเกิดผลกระทบชัดเจนต่อสัตว์ร่วมโลก มาถึงสภาวะโลกร้อนซึ่งเป็นสัญญาณเตือนภัยที่บอกว่ากระทบถึงมนุษย์แล้วนะ อย่างนี้หนอนใจอีกเลย เพราะการพัฒนาที่ยังไม่สิ้นสุด ยังไปถึงสภาวะโลกเดือดได้ในที่สุด



เมื่อโลกร้อนขึ้น น้ำแข็งละลายมากขึ้น ทำให้ความเค็มของน้ำทะเลเจือจางลง ส่งผลให้การไหลเวียนของกระแสน้ำในมหาสมุทรเปลี่ยนทิศทาง และความจุความร้อนเปลี่ยนไป ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศโลกอย่างรุนแรง

ทุก ๆ อุณหภูมิของโลกที่เพิ่มสูงขึ้น ทำให้เกิดการแปรปรวนของธรรมชาติอย่างมากมาย ระดับน้ำทะเลที่สูงขึ้นมาก ความรุนแรงของพายุที่เพิ่มขึ้น น้ำท่วมอย่างรุนแรง ความแห้งแล้งแบบไม่เคยมีมาก่อน รวมถึงปรากฏการณ์ธรรมชาติที่เกิดผิดที่ ผิดเวลา และอื่น ๆ อีกมากมาย เรื่องของโรคภัยไข้เจ็บ และโรคระบาดชนิดใหม่ ๆ ก็เป็นสิ่งที่ตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะเชื้อโรคบางชนิดก็สามารถแพร่ขยายได้ดีขึ้นด้วยเช่นกันในอุณหภูมิใหม่

ในขณะที่เดียวกันทุกอุณหภูมิของจิตใจที่ร้อนแรงขึ้น ก็ทำให้เกิดความแปรปรวนของอารมณ์ และเกิดความเสียหายต่อคนรอบข้างได้มากมายเช่นเดียวกัน คำพูดที่หลุดออกมาโดยไม่ยั้งคิดเพียงคำเดียว สามารถทำให้คนที่รักเจ็บช้ำได้ และสามารถแปรเปลี่ยนมิตรให้เป็นศัตรูได้เช่นเดียวกัน การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมเพียงครั้งเดียวก็อาจทำให้คนรอบข้างติดภาพนั้นของเราได้ตลอดไป

โลกใบนี้ก็มีชีวิตเช่นเดียวกัน มีกำเนิด เติบโต พัฒนา เสื่อมสภาพ และดับสลาย ถ้าถามว่าโลกเรากำลังอยู่ในช่วงชีวิตไหนกันแน่ ชักไม่แน่ใจแล้วสิ ว่าอยู่ในช่วงพัฒนาหรือเสื่อมสภาพ แต่ไม่ว่าจะอยู่ในช่วงไหนก็ตาม เราสามารถชะลอการดับสลายได้ด้วยวิธีการง่าย ๆ ช่วยกันประหยัดพลังงาน ปลูกต้นไม้คนละต้น ลดขยะที่ไม่จำเป็น รีไซเคิลให้มากขึ้น เท่านั้นเราก็ช่วยโลกได้แล้ว ไม่ใช่สิ! เป็นการช่วยตัวเองให้สามารถอยู่บนโลกใบนี้ได้อย่างมีความสุขถึงจะถูกต้อง

การช่วยกันคนละไม้คนละมืออาจไม่เพียงพอเสียแล้ว ถ้าทุกคนไม่ทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด เด็ก ๆ อาจช่วยกันปลูกต้นไม้ ช่วยประหยัดไฟ ใช้กระดาษรีไซเคิล ก็ยอดเยี่ยมแล้ว แต่ผู้ใหญ่ทำแค่นี้อาจไม่เพียงพอ เพราะยังไม่ทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด คุณครูก็ควรสอนเด็กนักเรียนให้เข้าใจเรื่องนี้และรู้ว่าต้องทำอะไร

พ่อแม่ก็ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูก ๆ เจ้าของโรงงานควรลดการใช้ก๊าซเรือนกระจกลง ผู้บริหารประเทศก็ต้องมีนโยบายที่ชัดเจน มีกฎหมายที่เอื้อต่อการลดสภาวะโลกร้อนเช่นเดียวกัน ถึงโลกจะร้อนขึ้นเพียงใด แต่ใจคนเราร้อนแรงกว่า ควรหมั่นดูแลรักษาดวงใจของตัวเองและคนรอบข้าง ไปพร้อมกับการดูแลรักษาโลกใบนี้ด้วยเช่นกัน

ทุกสรรพสิ่งในโลกล้วนมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน การเด็ดดอกไม้เพียงดอกเดียวย่อมสะเทือนถึงดวงดาวได้ฉันใด การทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุด และการปลูกเพาะความเอื้ออาทรให้แก่กัน ย่อมรักษาสภาวะโลกร้อนได้ฉันนั้น

บทความแก้ไขล่าสุด : พฤษภาคม 2564

บทความต้นฉบับ : เมษายน 2554

**บทความทั้งหมดยินดีให้นำไป เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา**

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. (2564). โลกร้อน...แต่ใจคนร้อนกว่า. [Online]. Available URL:

happyhomeclinic.com/etc01-global-warming.html