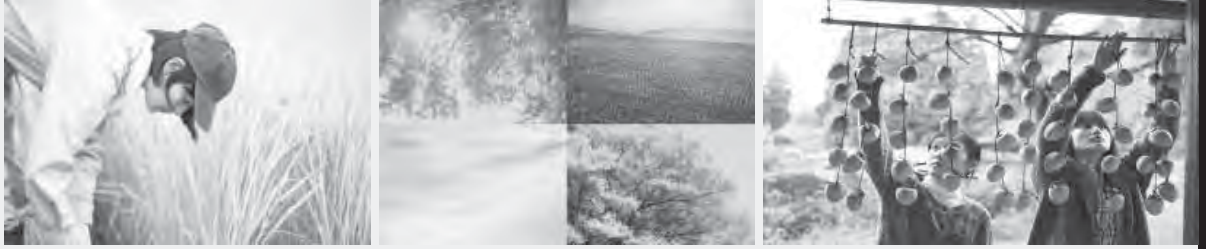


ภาพ: cctadpole.blogspot.com



# little forest กลับไปให้ป่าเล็กๆ ช่วยเยียวยาหัวใจ

little forest เป็นเรื่องราวของ อิชิกะ หญิงสาวที่หันหลังให้ชีวิตในเมือง กลับสู่บ้านเกิดที่เป็นหมู่บ้านเล็กๆ ในเมืองโคโมริ ดำเนินชีวิตและดำรงชีพด้วยวิถีเกษตรเพียงลำพัง การกลับสู่ “ป่าเล็กๆ” ของเธอครั้งนี้ แม้เบื้องหลังเหตุผลการตัดสินใจกลับบ้านจะเป็นปัญหาส่วนตัวที่ยังไม่อาจคลี่คลายได้ แต่เธอก็ได้ธรรมชาติช่วยบำบัดเยียวยา กระทั่งในที่สุดเธอสามารถผ่านปัญหาที่ค้างคาใจไปได้ ทั้งยังร่วมกับเพื่อนบ้านช่วยกันพัฒนาผลิตภัณฑ์การเกษตรและอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีของชุมชนให้เป็นที่รู้จักสู่สังคมภายนอก โดยไม่คิดจะหวนกลับไปอยู่ในเมืองใหญ่อีกเลย

ดูเหมือนจะเป็นเรื่องราวธรรมดาและออกจะไปทางแนวโรแมนติกเพื่อฝันใช้ใหม่คะ...ก็อาจจะใช่ะ แต่ความธรรมดาเรียบง่ายที่อยู่ในหนังเรื่องนี้เองที่แฝงไว้ด้วยแง่คิดมากมาย สำหรับ Little Forest เรื่องนี้ถ้าจะดูแบบไม่คิดอะไรก็จะได้เห็นจากความสวยงามของธรรมชาติในแต่ละฤดูกาลของประเทศญี่ปุ่น ทั้ง ฤดูร้อน (Summer), ฤดูใบไม้ร่วง (Autumn), ฤดูหนาว (Winter) และ ฤดูใบไม้ผลิ (Spring) พร้อมสูตรการทำอาหารโฮมเมดในแต่ละฤดูกาลของอิชิกะที่ดูแล้วอยากจะเข้าครัวทำอาหารแบบนี้กันขึ้นมาบ้างเลย

เรื่อง little forest นำมาจากการ์ตูนของ ไดสุเกะ อิงารากิ ถูกสร้างเป็นภาพยนตร์ เขียนบทและกำกับโดย จุนอิจิ โมริ แบ่งเป็น ๒ ภาค คือ Summer & Autumn



และ Winter & Spring โดยเริ่มจากภาคแรก Summer & Autumn คือ ฤดูร้อนและฤดูใบไม้ร่วง จากเปิดเรื่องนำเสนอให้เราเห็นบรรยากาศของเมืองโคโมริ ซึ่งแปลว่า “ป่าเล็กๆ” ท่ามกลางป่าเขาลำเนาไพรที่มีความอุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยมีเสียงของ

อิชิกะ (นำแสดงโดย โย ฮาชิโมโตะ) คอยบอกเล่าให้เราถึงความรู้สึกและความเป็นไปของเธอในเมืองโคโมรินี้

เธอเล่าถึงสภาพความเป็นอยู่ในเมืองโคโมริว่า “โคโมริ เป็นชุมชนเล็กๆ ในหมู่บ้านแห่งหนึ่งของแถบโทโฮคุ ที่นี่ไม่มีห้างสรรพสินค้า แต่ถ้าอยากซื้อของล่ะก็ มีร้านค้าของสหกรณ์การเกษตรหมู่บ้าน และมีร้านเล็กๆ ที่ตั้งอยู่กลางหมู่บ้าน ใกล้ๆ กับที่ทำการหมู่บ้าน เส้นทางส่วนใหญ่จะเป็นเนินเขา ใช้เวลาเดินทางลงด้วยจักรยานประมาณ ๓๐ นาที แต่หากกลับไม่รู้ต้องใช้เวลาเท่าไรทำไม่นะหรือ ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและสภาพแวดล้อมนะซี อย่างช่วงหน้าหนาวคนที่นั่นต้องเดินเท้าเพราะว่าหิมะที่หนา กว่าที่จะถึงก็ต้องใช้เวลาอย่างน้อยชั่วโมงครึ่ง แต่ฉันไปที่นั่นต้องใช้เวลาไปกลับทั้งวันเลยคะ ทำให้คนที่นั่นส่วนใหญ่จะไปซื้อของครั้งใหญ่กันที่ร้านค้าใหญ่ในเมืองข้างๆ กันมากกว่า”

สำหรับช่วงฤดูร้อนนี้ อิชิกะเล่าถึงสภาพอากาศที่นั่นว่า “หลังจากฝนเพิ่งหยุดตกใหม่ๆ โคโมริจะเหมือนกับเครื่องทำไอน้ำ ทุกที่ชุ่มฉ่ำไปด้วยน้ำ ชุ่มชื้นไปหมดทุกที่ โคโมริอยู่บริเวณตีนเขา ความชื้นจากบนภูเขาที่จะ



ภาพ: pantip.com

ลงมาด้วย ยิ่งเพิ่มความชื้นในอากาศ ให้ความรู้สึกเหมือนกับที่เราสวมเสื้อที่เปียกน้ำอยู่ตลอดเวลา ด้วยระดับความชื้นในอากาศที่เข้าใกล้ระดับ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ทำให้ผมโนไปได้ว่าเหมือนอยู่ในน้ำ ถ้าใส่ตีนกบ อาจจะช่วยน้ำได้"

อิชิโกะทำอะไรในช่วงฤดูร้อนนะหรือ หนึ่งเดินเรื่องให้เราได้เห็นกิจกรรมในแต่ละวันของอิชิโกะ เมื่อกลับมาเป็นสาวบ้านป่าทำนา ทำไร่ ปลูกข้าวและพืชผักต่างๆ อาทิ แครอท มะเขือเทศ ผักชีฝรั่ง ด้วยตัวเอง เก็บไม้ไผ่ไปมาผ่าทำฟืนสำหรับเตาไฟ พร้อมไปกับเมนูเด็ดที่เธอเลือกสรรวัตถุดิบจากธรรมชาติรอบตัวนำมาทำเป็นอาหารแบบโฮมเมด งานแล้วงานเล่า ทั้งเพื่อกินเอง ขวนเพื่อนมากิน หรือทำแจกเพื่อนบ้าน โดยอาหารแต่ละจานที่เธอทำก็ขึ้นอยู่กับการสภาพอากาศในช่วงฤดูนั้นๆ และเป็นผลผลิตตามฤดูกาลด้วย



ภาพ: pantip.com

อย่างเมนูแรก อิชิโกะทำขนมปังโฮมเมดโดยอาศัยความชื้นของอากาศ และความร้อนจากเตาเผาที่ใช้ไผ่ ความชื้นและกำจัดเชื้อราที่ขึ้นบนเครื่องครัวที่ทำจากไม้ (รวมถึงภายในบ้านซึ่งเป็นบ้านไม้) เรียกได้ว่าไม่ปล่อยให้เปลือกฟืนไปเสียเปล่าๆ อบขนมปังไว้กินด้วย แถมยังได้ขนมปังขนาดใหญ่กว่าใช้เตาอบไฟฟ้าเสียอีก หรืออย่างการทำโคเมะซาวะ ซึ่งน่าจะคล้ายๆ กับน้ำข้าวหมากของไทยเพราะใช้ข้าวที่ผ่านการหมักกับยีสต์ที่ใช้ทำขนมปัง เมื่อผ่านกระบวนการต่างๆ เสร็จแล้วก็นำไปแช่ตู้เย็นเอาไว้ต้มคลายร้อนคลายเหนียวจากการคายหญ้า และถอนวัชพืชในนาข้าว เมื่อทำออกมามากเกินไปคนเดียว อิชิโกะก็ชวน ยูตะ (แสดงโดย ทากาฮิโร มิอูระ) เพื่อนบ้านรุ่นน้องมาร่วมชิมฝีมือของเธอด้วย

นอกจากนี้ยังมีอีกหลายเมนู เช่น ทำแฮมโฮมเมดไว้กินกับขนมปัง โดยนำ กิมิโนกิ (ผลไม้ตระกูลเบอร์รี่) ที่ร่วงหล่นเต็มพื้นจนเธอรู้สึกเสียดายถ้าจะปล่อยให้มันเน่าเสียไปจึงเก็บเอามาทำแฮมได้ ๓ กระปุกจากกิมิโนกิ ตะกร้าเล็กๆ หรือพอถึงฤดูใบไม้ร่วง อิชิโกะก็ไปเก็บผลเฮเซลนัทในป่านำมาทำนุเทลล่า (ช็อกโกแลตผสมเฮเซลนัท) ใช้ทาขนมปัง

ฝีมือการทำอาหารของอิชิโกะนั้น หนึ่งนำเสนอผ่านความคิดย้อนอดีตของอิชิโกะให้เราเห็นว่าเธอสืบทอดสูตรเมนูเด็ดเหล่านี้มาจากแม่ของเธอนั่นเอง เก็บทุกคน



ภาพ: moviebugaboo.com



ให้เธอได้เรียนรู้ ได้มีประสบการณ์ ด้วยการลงมือทำด้วยตัวเอง เรื่องราวการดำเนินชีวิตผ่านแต่ละฤดูกาล จากฤดูร้อน ฤดูใบไม้ร่วง ฤดูหนาว และฤดูใบไม้ผลิ ยังมีเมนูเด็ดอีกหลายจานจากฝีมือของอิชิโกะที่จะเลือกสรร นำเอาวัตถุดิบจากธรรมชาติที่ไม่มีสารเคมีหรือสารปรุงแต่งมาทำให้เสียสุขภาพ พร้อมไปกับเรื่องราวที่ค่อยๆ เผยให้เราเห็นว่า แม่ของอิชิโกะหายไปไหน อะไรทำให้เธอทิ้งชีวิตในเมืองกลับมาอยู่บ้าน คงต้องติดตามจาก little forest ภาคต่อไป คือ Winter & Spring

ที่อิชิโกะทำอาหาร เธอจะนึกถึงแม่ของเธอเสมอ อย่างเช่น แม่บอกอิชิโกะว่า “การทำอาหารสะท้อนถึงจิตใจเราให้มีสมาธิ ไม่งั้นจะเจ็บตัวได้”

แม่หนึ่งไม่ได้บอกให้เรารู้ถึงสาเหตุที่แม่ของอิชิโกะหายไปจากบ้าน แต่เราจะรับรู้บางแง่มุมจากความคิดของเธอว่า อิชิโกะเองค่อนข้างเป็นเด็กเจ้าอารมณ์ เธอมักจะไม่ฟังพอใจกับการกระทำของแม่หลาย ๆ อย่าง และแสดงออกมาเป็นคำพูดที่ดูเหมือนจะกระทบต่อจิตใจแม่อยู่พอสมควรเลยทีเดียว จากความไม่ปลื้มของเธอกับสิ่งที่แม่เคยทำเมื่อครั้งยังอยู่ด้วยกัน เมื่อเธอต้องอยู่เพียงลำพังและได้ทำในสิ่งเดียวกับแม่ หรือเมื่อได้รู้มากขึ้นเมื่อออกไปมีประสบการณ์จากโลกภายนอกด้วยตัวเอง ทำให้เธอรู้สึกเข้าใจและทิ้งในสิ่งที่แม่เธอทำมากขึ้น อย่างเช่น เรื่องสูตรการทำนูเทลล่า และซอสโกโก้ ที่แม่เธอคิดสูตรขึ้นมาเอง แล้วเธอไปพบว่า มีนูเทลล่าและซอสโกโก้ยี่ห้อวางขายอยู่ในซูเปอร์มาร์เก็ต แต่สิ่งที่แม่ทำกลับไม่ต้องเสียเงินซื้อหา แถมยังอร่อยกว่าที่วางขายเสียอีก

ยังมีเรื่องราวและรายละเอียดอีกมากมายในหนังสือนี้ทำให้เราเห็นว่าอิชิโกะมีต้องเรียนธรรมชาติ

สำหรับฉันแล้ว Little Forest บอกกับฉันว่า ธรรมชาติช่างยิ่งใหญ่เสียเหลือเกิน ธรรมชาติที่ถูกดูแลต่าง ๆ แก่มนุษย์และสรรพชีวิตที่อาศัยอยู่ในโลกใบนี้ ธรรมชาติให้ความมั่นคงทางอาหารแก่มนุษย์ คือให้ซูเปอร์มาร์เก็ตขนาดใหญ่นี้ไม่ต้องใช้เงินซื้อหา แต่ขึ้นอยู่กับมนุษย์ที่จะใช้ร่างกายและหยาดเหงื่อเพื่อเก็บเกี่ยวผลผลิตที่ธรรมชาติให้ไว้ได้อย่างไรในแต่ละฤดูกาล และที่สำคัญ เมื่อมนุษย์ได้รับประโยชน์จากธรรมชาติแล้ว ก็ต้องรู้จักที่จะแบ่งปันให้แก่เพื่อนสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ที่อยู่ในโลกนี้ด้วยเช่นกัน และนอกจากแบ่งปันแล้วก็ต้องรักษาให้ยังคงมีอยู่สำหรับลูกหลานของเราในอนาคตสืบต่อไป ทรายนาน...แสนนาน 🌿

