

เรื่องดี 18 ปี
TO BE NUMBER ONE
สมาชิก TO BE NUMBER ONE
และประชาชนทั่วไป

โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE
ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ชื่อหนังสือ : เรื่องดีดี 18 ปี TO BE NUMBER ONE

สมาชิก TO BE NUMBER ONE และประชาชนทั่วไป

พิมพ์ครั้งที่ 2 : เมษายน 2564

จำนวน : 6,510 เล่ม

พิมพ์ที่ : ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ISBN : 978-974-296-917-2



TO BE NUMBER ONE ไม่ได้เป็นสิ่งแปลกประหลาดสำหรับลูกของข้าพเจ้า
เพราะเกิดขึ้นมายาวนานหลายสิบปีแล้ว

นับว่าเขาต้องเป็น **TO BE NUMBER ONE** เป็นคนแรก เคยทรงแสงตอนเด็ก ๆ
เรียนไม่ได้ที่ 1 จะเป็นอย่างไร ตอนใหม่ ๆ ก็แย่มากมาตั้งแต่ 50 กว่าปีแล้ว 40 กว่าปีแล้ว
ทำให้ไม่แปลกใจว่า ทำไมต้องโครงการ **TO BE NUMBER ONE**

ซึ่งมันดูแล้วอาจจะน่าหมั่นไส้ว่า ทำไมต้องมี **NUMBER ONE** แต่เมื่อโครงการนี้ กำเนิดขึ้นมาถึง 3 ปี
ก็เห็นได้ว่า ประสิทธิผลเป็น **NUMBER ONE** จริงๆ เราขอชมเชยทุกคนที่ร่วมมือให้โครงการ
เพื่อช่วยประชาชนที่เกิดความเดือดร้อน มีความสำเร็จเป็นส่วนใหญ่แล้ว
ฉะนั้นจึงบอกว่า ก้าวหน้าต่อไปเถอะ ต้องบูรณาการทุกฝ่าย ต้องช่วยกัน
โดยเฉพาะกระทรวงศึกษาธิการ ให้ถือเป็นหน้าที่โดยตรง ในการดูแลเยาวชนให้ปลอดภัยจากยาเสพติด



พระราชดำริส

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร
พระราชทานในวโรกาส

ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
องค์ประธานโครงการ **TO BE NUMBER ONE**

นำผู้แทนคณะกรรมการอำนวยการโครงการฯ เข้าเฝ้าถวายรายงาน
เมื่อวันที่ 12 กรกฎาคม พ.ศ. 2548 ณ วังไกลกังวล อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

โครงการ TO BE NUMBER ONE

ใน ทุกระลอกมหิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี



ระยะที่ 1 ทศวรรษที่ 1 (พ.ศ. 2545 - 2555)

- เป้าหมาย** : รณรงค์เพื่อสร้างกระแส “เป็นหนึ่งในไม่พังยาเสพติด” โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนอายุระหว่าง 6-24 ปี เพื่อเปลี่ยนค่านิยมคนรุ่นใหม่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด
- การดำเนินงาน** : เน้นการจัดตั้งชมรม และศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE การรับสมัครสมาชิก สร้างและพัฒนาแกนนำอาสาสมัคร โดยมุ่งเรื่องการป้องกันปัญหาในเยาวชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มทั่วไป
- ผลที่ได้รับ** : ความเข้มแข็งของสมาชิก

ระยะที่ 2 ทศวรรษที่ 2 (พ.ศ. 2556 - 2565)

- เป้าหมาย** : พัฒนาคุณภาพสมาชิกให้เป็นคนเก่งและดี เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดและเยาวชนในทุกเรื่อง
- การดำเนินงาน** : เน้นการสร้างภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจ และพัฒนาเครือข่าย สร้างสรรค์นวัตกรรมและองค์ความรู้ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ที่ไม่พึงประสงค์ ส่งเสริมเยาวชนต้นแบบเก่งและดี ให้เป็นคนรุ่นใหม่ในสังคม
- ผลที่ได้รับ** : ความมั่นคงของสมาชิก (ทั้งด้านอารมณ์ สังคม และ จิตใจ)

ระยะที่ 3 ทศวรรษที่ 3 (พ.ศ. 2566 - 2575)

- เป้าหมาย** : สมาชิกมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- การดำเนินงาน** : เน้นการส่งเสริมให้สมาชิกได้รับบริการ และเข้าร่วมกิจกรรมตามแนวทางโครงการ TO BE NUMBER ONE อย่างทั่วถึง ทั่วประเทศ สร้างรูปแบบของคนรุ่นใหม่ และสร้างสังคม TO BE NUMBER ONE ให้เกิดขึ้นในประเทศ
- ผลที่ได้รับ** : ความยั่งยืนของสมาชิก (ที่สามารถสืบทอดและสานต่อจากรุ่นสู่รุ่น)

18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

ผลการดำเนินงาน

โครงการ TO BE NUMBER ONE ใน ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
ครบรอบ 18 ปี (พ.ศ. 2545 – 2563)

ผลสำเร็จของโครงการ

1. สมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ	จำนวน 29,284,888 คน
1.1 นักเรียน/นักศึกษา	10,518,254 คน
1.2 พนักงาน/ลูกจ้างในสถานประกอบการ	457,385 คน
1.3เยาวชนและประชาชนทั่วไป	7,985,308 คน
1.4 สมาชิกโครตียอดยกมือขึ้น	323,941 คน
2. ชมรม TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ	จำนวน 71,501 แห่ง
2.1 ชมรมในสถานศึกษา	33,526 แห่ง
2.2 ชมรมในสถานประกอบการ	1,248 แห่ง
2.3 ชมรมในชุมชน	36,371 แห่ง
2.4 ชมรมในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน	95 แห่ง
2.5 ชมรมในเรือนจำ/กักขังสถาน	142 แห่ง
2.6 ชมรมในสำนักงานคุมประพฤติจังหวัด	119 แห่ง
3. ศูนย์เมื่อใจ TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ	จำนวน 9,850 แห่ง
3.1 สถานศึกษา	6,156 แห่ง
3.2 สถานประกอบการ	538 แห่ง
3.3 ชุมชน	3,045 แห่ง
3.4 สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน	51 แห่ง
3.5 เรือนจำ/กักขังสถาน	40 แห่ง
3.6 สำนักงานคุมประพฤติจังหวัด	20 แห่ง

ผลการวิจัยประเมินผลความสำเร็จโครงการ

- องค์กรประธานโครงการเป็นปัจจัยผลักดันและเสริมสร้าง ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ของโครงการ โดยสมาชิก ร้อยละ 100 มีทัศนคติที่ดีต่อ องค์กรประธาน
- การมีส่วนร่วมในกิจกรรมชมรม TO BE NUMBER ONE ส่งเสริมให้สมาชิก
 - มีพฤติกรรมกระลดลง
 - มีความภาคภูมิใจในตนเอง
 - มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่เข้มแข็ง
 - สามารถบอกต่อกิจกรรมของชมรมกับผู้อื่น
- แกนนำที่เข้าร่วมกิจกรรมค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE
 - มีความเป็นหนึ่ง
 - มีพัฒนาการด้านอยู่ร่วมกับผู้อื่น
 - มีทัศนคติเชิงบวก
 - มีวิธีการทำงาน และมีบุคลิกภาพที่ดี
 - สามารถนำความรู้ กักขะ สมรรถนะที่ได้รับ ไปช่วยกิจกรรมสาธารณประโยชน์
 - แกนนำ TO BE NUMBER ONE IDOL มีความสำเร็จทั้งด้าน การเรียนและทำงาน
- การมีส่วนร่วมในกิจกรรมสมาชิกโครตียอดยกมือขึ้น มีผลดีต่อการบำบัดยาเสพติด เช่น การตั้งใจกลับไปเสพซ้ำ พฤติกรรมกระ และจำนวนครั้งที่เข้ารับการบำบัดแบบต้องโทษลดลง
- สมาชิกชมรมมีส่วนร่วมสำคัญในการโน้มน้าวให้เพื่อนและคนใกล้ตัวเลิกใช้ยาเสพติด

18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

2545-2549



18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

2550-2554



18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

2555-2560



18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020



ครบรอบ 18 ปี มหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE

วันที่ 15-17 กันยายน 2563

ณ อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรั่ม เมืองทองธานี

2561-2563



18th Anniversary TO BE NUMBER ONE 2020





คำนำ

“เรื่องดีดี 18 ปี TO BE NUMBER ONE” ฉบับนี้ จัดทำขึ้นจากการรวบรวมเรียงความของสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ทุกประเภท และประชาชนทั่วไป ในโอกาสครบรอบ 18 ปี TO BE NUMBER ONE เนื้อหาเรียงความประกอบด้วยประสบการณ์ ความสำเร็จ และความรู้สึก ดี ดี ของการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกและเครือข่าย ทั่วประเทศ ได้รับความรู้และแรงบันดาลใจที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE

ในฐานะเลขานุการโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต ขอขอบพระคุณสมาชิก TO BE NUMBER ONE และผู้สนใจทุกท่าน ที่ส่งผลงานเรียงความเข้าร่วมประกวด และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเรื่องดีดี 18 ปี TO BE NUMBER ONE ฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์สำหรับสมาชิก แกนนำ และเครือข่าย TO BE NUMBER ONE นำไปใช้เพิ่มพูนทักษะสำหรับตนเอง และเพื่อน ๆ สมาชิก TO BE NUMBER ONE ต่อไป

กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข

สารบัญ

หน้า

คำนำ สารบัญ

ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา

1. นายทวีศักดิ์ แก้ววงศ์	โรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย จังหวัดนครปฐม	2
2. นางสาวสุนิตา ตุลา	มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี	6
3. นางสาวกัญญาณัฐ รุ่งใหญ่	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า กรุงเทพมหานคร	10
4. นายอิสริยะ ขำศิริวงศ์	โรงเรียนกระบือวิทยา จังหวัดระนอง	12
5. นายปุณณภพ ศรีวังไพร	โรงเรียนห่อวังปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี	14
6. เด็กหญิงวันโท ลีลาสันติ	โรงเรียนวัดยายร่ม สนง.เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร	17
7. นางสาวมณีนพรัตน์ เพ็ญประดิษฐ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ	21
8. เด็กหญิงอุริชญา ฤาบุตร	โรงเรียนบ้านม่วงพิทยาคม จังหวัดสกลนคร	22
9. นางสาวอรทัย ดวงบุบผา	โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคม จังหวัดกาฬสินธุ์	24
10. นางสาวแสนสิริ คำป้าง	โรงเรียนอนุบาลเมืองชุมพร จังหวัดชุมพร	27
11. นางสาวศิริวรรณ พรหมบุตร	โรงเรียนประโคนชัยพิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์	29
12. เด็กหญิงแก้วกมลดา เกษสว่าง	โรงเรียนอนุบาลกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ	34
13. เด็กหญิงปิ่นจิตตา เนาวบุตร	โรงเรียนบ้านก้านเหลือง จังหวัดศรีสะเกษ	36
14. เด็กหญิงปภาวรินทร์ เลิศศรี	โรงเรียนสิริขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ	38
15. เด็กชายคณพัฒน์ วงศ์ประसार	โรงเรียนอนุบาลกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ	40
16. เด็กหญิงนฤมล สมปอง	โรงเรียนสิริขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ	42
17. เด็กชายธนากร ทองใบ	โรงเรียนบ้านก้านเหลือง จังหวัดศรีสะเกษ	44
18. เด็กหญิงปัญญพัฒน์ อุ่นแก้ว	โรงเรียนสิริขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ	46
19. เด็กชายเกียรติประภัทร สารทอง	โรงเรียนบ้านกันตรวจ จังหวัดศรีสะเกษ	48
20. เด็กหญิงกฤติมา เกษแก้ว	โรงเรียนศรีสะเกษวิทยาลัย จังหวัดศรีสะเกษ	49
21. เด็กหญิงวิภาวรรณ เพิ่มผล	โรงเรียนบ้านปูน จังหวัดศรีสะเกษ	51

		หน้า
22. เด็กหญิงพัชรี ยวนยี่	โรงเรียนบ้านปูน จังหวัดศรีสะเกษ	53
23. เด็กหญิงบุญยวีร์ โป๊ะประนม	โรงเรียนบ้านก้านเหลือง จังหวัดศรีสะเกษ	55
24. นางสาวปรียาภรณ์ สัตย์รักษ์	โรงเรียนปรางค์กู๋ จังหวัดศรีสะเกษ	58
25. นางสาวธนพร บึงไกร	โรงเรียนปรางค์กู๋ จังหวัดศรีสะเกษ	60
26. นางสาวภัศราภรณ์ น้ำแก้ววานันท์	โรงเรียนโพธิ์บึงวิทยาคม จังหวัดศรีสะเกษ	62
27. นางสาวพรชิตา ราชรี	วิทยาลัยเทคนิคศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ	64
28. นายรุจน์ แยกนอก	มหาวิทยาลัยมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม	66
29. นางสาวจิรัชญา คนชื่อ	สถานศึกษาจังหวัดกาฬสินธุ์	68
30. นางสาวสิริวิมล บุญมา	โรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษฎี จังหวัดสุพรรณบุรี	71

ชมรม TO BE NUMBER ONE ในชุมชน

31. นางสาวเพชรภรณ์ น้าภา	ชุมชนบ้านขี้เหล็ก จังหวัดศรีสะเกษ	77
--------------------------	-----------------------------------	----

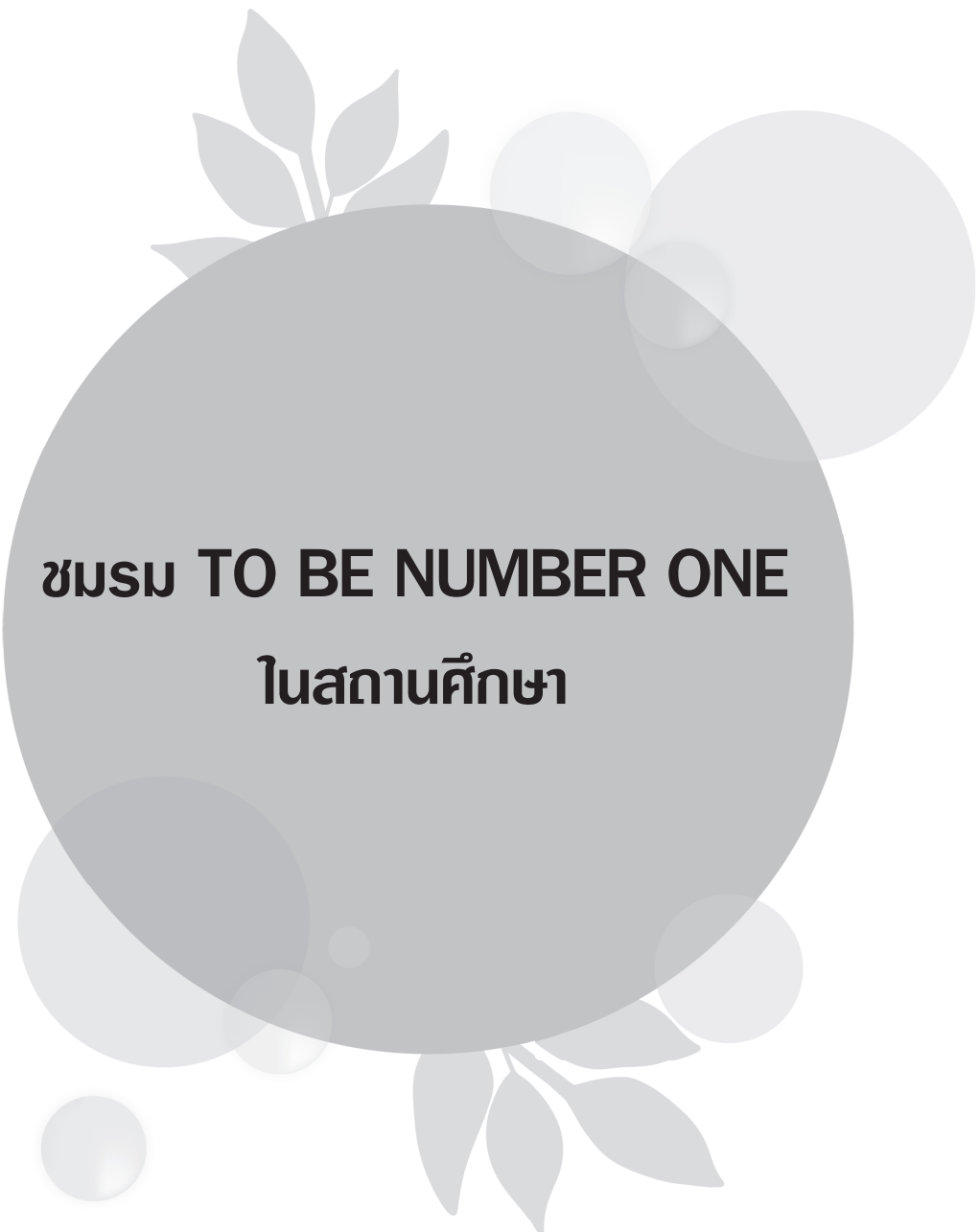
ชมรม TO BE NUMBER ONE ในสังกัดกระทรวงยุติธรรม

32. นางสาวสุชาดา บนขุนทด	เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ	80
33. นางสาวอาริษา กำลังเหลือ	เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ	83
34. นางสาววรรณพร กันทะ	เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ	86
35. นางสาวสุดารัตน์ ตะโส	เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ	91
36. นายพงศพัศ แสงงาม	สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง	94
37. นางสาวจันจิรา อินตะวิกุล	ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 7 จังหวัดเชียงใหม่	97
38. นางสาววีรภัทรสร บัวแย้ม	เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช	99
39. นางสาวทรงลักษณ์ พลันการ	เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช	102

40. นางสาววารีย์ ทองมากกุล	เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช	105
41. นางสาวอารยา แสนสมบูรณ์สุข	ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 7 จังหวัดเชียงใหม่	108

ประชาชนทั่วไป

42. นางสาววนิดา บุญร่วม	จังหวัดศรีสะเกษ	111
43. นางสาวธัญจรณ์ อัจใจ	จังหวัดศรีสะเกษ	113
44. นายสิงหา ชัยมงคล	กรุงเทพมหานคร	115
45. นายอัครพล อนุพันธ์	จังหวัดปทุมธานี	119
46. เด็กหญิงชนกนาถ นารถแนว	จังหวัดศรีสะเกษ	124
47. นายฐิติโชติ อรัญหม	จังหวัดศรีสะเกษ	127



ชุมชน TO BE NUMBER ONE
ในสถานศึกษา

ผู้เขียน
นายทวีศักดิ์ แก้ววงศ์
โรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย จังหวัดนครปฐม

ตั้งดวงแก้วเหนือเกล้าเด่นทาวห้วง เด่นเหนือดวงดาวใดในห้วงหน
ประดับไทยประดับถิ่นปิ่นมณฑล องค์อุบลรัตนราชกัญญา
ธ ทรงเป็นศิลปินเลิศศิลป์ศาสตร์ เต็มสามารถนักแสดงแฝงคุณค่า
ทรงเข้าถึงเยาวชนพันน้ำพา ปลอดภัยหายสาบสูญพิชภัย

หากจะกล่าวถึงปัญหาของยาเสพติด ทุกคนคงจะทราบว่าเป็นปัญหาที่ร้ายแรงอย่างมาก เพราะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมรวมทั้งด้านการเมืองและความมั่นคงของประเทศ นับวันปัญหายาเสพติดเริ่มทวีความรุนแรงมากขึ้นจากเดิมที่ “เฮโรอีน” เป็นปัญหาสำคัญที่ตำรวจต้องเร่งปราบปรามให้สิ้นซากกลายเป็น “ยาบ้า” หรือสารเมทแอมเฟตามีน ที่กำลังระบาดตั้งแต่ระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคม และประเทศ แต่แล้ววันหนึ่งก็ได้เกิดโครงการดีๆ ขึ้น TO BE NUMBER ONE โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ก่อตั้งเมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2545 ซึ่งในปีนั้นเป็นเวลากว่า 18 ปีที่ดำเนินโครงการ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี พระองค์ทรงเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เนื่องจากพระองค์ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชน อายุระหว่าง 6-25 ปี ซึ่งถือเป็นกลุ่มเสี่ยงที่อาจจะเดินเข้าไปในทางที่ผิด เนื่องจากเป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากลองในสิ่งต่างๆ แต่ยังขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่ดีพอ รวมทั้งยังต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจ

TO BE NUMBER ONE หากย้อนไปเมื่อ 6 ปีที่แล้ว ผมรู้จักโครงการนี้ในช่วงที่ผมยังเป็นเด็กชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเล็กๆ ในชนบท จากการเรียนรู้เรื่องยาเสพติดโดยคุณครูตำรวจ D.A.R.E. ซึ่งในช่วงนั้นชีวิตของผมเข้าสู่จุดเปลี่ยน เพราะหลังจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผมสามารถสอบเข้าไปศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชื่อดัง เป็นโรงเรียนประจำจังหวัดนครปฐม ขณะที่ชีวิตในวัยเด็กผมเริ่มสดใส แต่เพื่อนของผมคนหนึ่งเริ่มริล่องสิ่งเสพติด เริ่มต้นจากบุหรี สุรา ฤทธิ์ของสิ่งเสพติดได้ทำให้เพื่อนของผมเปลี่ยนไป เขาเริ่มคบกับรุ่นพี่มากกว่าเพื่อนในรุ่นเดียวกัน อารมณ์ของเขาเริ่มรุนแรงขึ้น

และเขามักมีปัญหากับครอบครัวอยู่เสมอๆ จนทำให้เราทั้งคู่ไม่ค่อยได้เล่นด้วยกัน เหมือนแต่ก่อน และครอบครัวของผมเองก็ห้ามไม่ให้ไปคบหากัน หลังจากนั้นผมก็ทุ่มเท เวลาเกือบทั้งหมดให้กับการเรียน ในส่วนของการเรียนของผมนั้นก็ไม่ได้ราบรื่นเหมือนดัง ทางที่โรยด้วยกลีบดอกกุหลาบ เพราะจากเด็กโรงเรียนวัดเล็กๆ มาอยู่ในสังคมที่มีแต่คนที่เก่งๆ ทำให้ผมต้องพยายามอย่างมาก บางครั้งเหนื่อยจนเกิดความรู้สึกท้อ และในวันหนึ่ง ระหว่างที่ผมนั่งรถประจำทางเพื่อที่จะกลับบ้าน มีเพลงๆ หนึ่งดังขึ้นมา ตอนนั้นผมก็ไม่รู้ว่า คือ เพลงอะไร ผมจำได้เพียงท่อนหนึ่งของเพลง “ถ้าตั้งใจจริง อะไรก็เป็นไปได้ทั้งนั้น” ผมนำเนื้อเพลงท่อนนี้มาค้นหาเพื่อที่จะเปิดฟังอีกครั้ง สรุปลงแล้วชื่อเพลงนี้คือ เก่งและดี TO BE NUMBER ONE ทุกวันนี้เพลงนี้ยังเป็นเพลงที่ดังก้องในหัวใจของผมอยู่เสมอ เพราะเพลงนี้เป็นแรงผลักดันที่เปลี่ยนในชีวิตผมก็ว่าได้ เพลงนี้เป็นเพลงที่มีพลังบวกอย่างมาก และเพลงนี้ก็ได้ทำให้ผมรู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE มากขึ้นอีกด้วย

ในวันที่ผมเริ่มโตขึ้น ผมก็มีภูมิคุ้มกันที่ดีขึ้นเรื่อยๆ ภูมิคุ้มกันนี้ไม่ใช่ภูมิคุ้มกัน ในการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ แต่กลับเป็นภูมิคุ้มกันที่ทำให้ยาเสพติดไม่สามารถเข้ามายุ่งเกี่ยวกับผมได้ และในตอนนั้นผมจำได้ว่า TO BE NUMBER ONE เริ่มแทรกซึมเข้าสู่ร่างกายและจิตใจของผม เพราะเวลาผมท้อหรือทุกข์ใจ ผมมักจะเปิดเพลงของโครงการฟัง ตอนนั้น ผมอยากเป็นส่วนหนึ่งของโครงการมาก แต่เนื่องด้วยโรงเรียนของผมไม่มีชมรม TO BE NUMBER ONE ผมจึงไม่เคยร่วมทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับโครงการเลย ผมทำได้เพียงนำแนวคิดของทูลกระหม่อมฯ ที่ทรงให้สัมภาษณ์เรื่องการใช้ชีวิต เรื่องการเรียน เรื่องความพยายาม รวมถึงได้นำพีๆ TO BE NUMBER ONE IDOL มาเป็นแบบอย่างและปรับใช้ ทำให้ช่วงนั้นผมใช้ชีวิตอย่างมีความสุขมากๆ ผมใช้เวลาว่างที่มีเหลือจากการเรียน ให้เป็นประโยชน์ โดยเล่นกีฬาและเล่นดนตรี ทำสิ่งที่อยากทำเพื่อให้ไม่หมกมุ่นและไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ผมสามารถดึงศักยภาพของตนเองออกมา ซึ่งผมไม่เคยคิดเลยด้วยซ้ำว่า ผมจะทำได้เหล่านี้ได้ และในช่วงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผมเริ่มแข่งขันรายการต่างๆ ภายนอกโรงเรียนได้รับรางวัลมากมาย ผมสามารถสอบเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนประเทศ นิวซีแลนด์ได้ ผมสามารถสอบเข้าศึกษาต่อในโรงเรียนช่างกรรมอุตสาหกรรมเรือ ผมสามารถสอบเข้าศึกษาต่อชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ห้องเรียนวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม ได้ลำดับที่ 3 และที่สำคัญคือผมได้รับคัดเลือกเป็นนักเรียนทุนพระราชทาน มูลนิธิทุนการศึกษาพระราชทานสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร หรือ ทุน ม.ท.ศ. รุ่นที่ 10 ในแต่ละจังหวัดจะมีเพียง 2 คนเท่านั้นที่ได้รับทุนนี้ ทุนนี้เป็นทุนการศึกษาตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจนถึงจบการศึกษาระดับปริญญาตรี

ซึ่งผมคิดว่าสิ่งต่างๆ ที่ผมสามารถทำได้นั้น ส่วนหนึ่งเกิดจากแรงบันดาลใจดีๆ ที่ผมได้รับจากโครงการ TO BE NUMBER ONE ผมกล้าพูดได้อย่างเต็มปากเลยว่าผมเก่งและแกร่งขึ้นมาก และผมไม่คิดเลยว่าแค่เนื้อเพลงเพียงท่อนเดียว “ถ้าตั้งใจจริง อะไรก็เป็นไปได้ทั้งนั้น” จะเป็นแรงบันดาลใจให้ผมจากวันนั้น ถึงวันนี้และทำให้ทุกอย่างเกิดกับชีวิตของผมได้จริงๆ

“วันนี้ที่รอคอย” จากเด็กมัธยมศึกษาตอนต้น ผมได้เลื่อนชั้นสู่การเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และปีนี้เองที่ผมได้ทำกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ครั้งแรก มันเป็นช่วงที่ผมกำลังหาเสียงเพื่อที่จะลงสมัครเป็นประธานนักเรียน และก่อนจะมีการเลือกตั้งประมาณ 1 สัปดาห์ ได้มีเอกสารจากสาธารณสุขจังหวัดแจ้งถึงโรงเรียนขอความร่วมมือเข้าค่ายอบรม โรงเรียนจึงมอบหมายให้ผู้ที่ลงสมัครเป็นประธานนักเรียนเป็นตัวแทนของโรงเรียนเพื่อร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ผมรีบตอบตกลงอย่างไม่มีรีรอ ผมจึงได้เข้าร่วมค่ายเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตและทักษะชีวิตสำหรับเยาวชน จัดขึ้นโดยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม ร่วมกับเรือนจำกลางนครปฐม ตลอด 4 วัน ที่จัดกิจกรรม ผมได้รับอะไรหลายอย่างจากค่ายนี้มากๆ แน่นนอนว่าสิ่งที่ผมต้องได้รับแน่ๆ คือ ความรู้ ค่ายนี้ได้ให้ความรู้ผมในเรื่องยาเสพติด ไม่ว่าจะเป็นชนิดของยาเสพติด พิษภัยของยาเสพติด แนวทางป้องกันแก้ไขปัญหาเสพติด การตั้งครุฑก่อนวัยอันควร การใช้อุปกรณ์ป้องกันในการมีเพศสัมพันธ์ เรียนรู้หลักจิตวิทยา ฝึกให้คำปรึกษา ทำให้ผมเป็นผู้ที่รับฟังและผู้แนะนำที่ดีได้ นอกจากนี้ผมได้เจอเพื่อนๆ ต่างโรงเรียนกว่า 100 คน เกิดมิตรภาพที่ดีระหว่างกัน และประสบการณ์ที่หาซื้อจากที่ไหนไม่ได้ หลังจากจบค่ายกิจกรรมนี้แล้ว เมื่อผมกลับมาที่โรงเรียน ผมได้นำสิ่งที่ผมได้รับมาถ่ายทอดให้แก่เพื่อนๆ น้อยๆ ภายในโรงเรียน และผมได้ขอให้คุณครูเปิดกิจกรรมชมรม TO BE NUMBER ONE จึงทำให้โรงเรียนของผมได้เริ่มต้นโครงการนี้ และเมื่อผมคิดว่าผมพอที่จะมีความรู้ มีทักษะในการให้คำปรึกษาแล้ว ผมได้กลับไปคุยกับเพื่อนในวัยเด็กของผม เวลามากว่า 4 ปี ที่เราไม่ค่อยได้คุยและเจอกัน หลังจบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เพื่อนของผมคนนี้ไม่ได้เรียนต่อ และเขาได้มีลูกน้อย 1 คน และเลิกกับแฟนสาวของเขาแล้ว ส่วนลูกน้อยเพื่อนของผมรับเลี้ยงและดูแล เพราะทางฝ่ายหญิงได้บอกว่าเขายังสาวและยังสวย เขาขอไปมีอนาคตที่ดีกว่านี้ ผมได้เข้าไปคุยกับเพื่อนและให้กำลังใจ ผมแนะนำให้เพื่อนเลิกบุหรี่และสุรา และกลับมาศึกษาต่อ ผมได้บอกกับเพื่อนคนนี้อีกว่า อดีตที่ผ่านมาขอให้ลืมมันไปอย่าจมปลักอยู่กับอดีต และให้กลับไปศึกษาต่อเพื่ออนาคตและเพื่อลูก เป็นผลให้ในขณะนี้เพื่อนของผมเข้าศึกษาด้านช่างยนต์ ระดับ ปวช.2 และเลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มสุรา และผมยังถ่ายทอดความรู้ในเรื่องพิษภัยของยาเสพติดให้แก่เด็กๆ ในชุมชนให้รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิด

ประโยชน์ ผมยังได้สอนเด็กๆ เหล่านี้เล่นดนตรีอีกด้วย ซึ่งจะทำให้เด็กๆ เหล่านี้มีทักษะและความสามารถพิเศษติดตัว ส่วนตัวผมเอง ผมเริ่มต้นชีวิตเด็กกิจกรรมอย่างจริงจัง ผมมีความสุขกับการทำกิจกรรมอย่างมาก โดยทำกิจกรรมและเรียนในเวลาเดียวกัน ผมรู้จักการแบ่งเวลา การจัดสรรสิ่งที่ควรทำเป็นลำดับขั้นตอน ผมได้ทำกิจกรรมออกค่ายอาสาในโรงเรียนประถมศึกษาหลายครั้ง ทุกครั้งที่ผมทำกิจกรรมผมไม่เคยลืมสักครั้งที่จะแทรกเนื้อหาด้านยาเสพติดเข้าไป เพราะผมเชื่ออย่างเหลือเกินว่า หากเด็กและเยาวชนเหล่านี้รู้ถึงโทษและพิษภัยของยาเสพติด คงไม่กล้ายุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอย่างแน่นอน และจากสิ่งที่ผมทำทั้งหมดส่งผลให้ผมได้รับคัดเลือกรับรางวัลมากมาย อาทิ นักเรียนผู้ที่เป็นแบบอย่างดีเด่น เยาวชนดีเด่นของกระทรวงศึกษาธิการ เยาวชนดีเด่นของสภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ซึ่งผมไม่คิดเลยว่าชีวิตของเด็กโรงเรียนวัดเล็กๆ ในวันนั้นจะก้าวมาไกลดังเช่นที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ วันที่ “ความฝัน” กลายเป็น “ความจริง” และเป็นความจริงที่มีค่าต่อชีวิตของผมเหลือเกิน

สุดท้ายนี้ผมขอขอบคุณ โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตผม จากคนที่กำลังจะหมดกำลังใจ กลับกกลายเป็นคนที่ประสบความสำเร็จหลายๆ อย่างในชีวิต เป็นคนที่กล้าคิด กล้าทำในสิ่งที่ถูกต้องและสร้างสรรค์ สามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ กลายเป็นแรงบันดาลใจให้หลายๆ อีกหลายคน ได้ก้าวเข้าสู่หนทางแห่งความสำเร็จ ได้ทำให้พ่อแม่ภูมิใจได้แสดงให้เห็นว่า ผมสามารถนำความรู้ความสามารถ นำด้านดี สิ่งที่ชอบ ความถนัด ฝึกฝนและทำงานเป็นผลสำเร็จ ทำแล้วมีความสุข มีความเชื่อมั่นและมีความภาคภูมิใจ ทำให้ผม “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” และผมขอสัญญาว่า ผมจะสืบต่อช่วยเหลือ พัฒนาโครงการนี้ ถ่ายทอดความรู้ ใช้ความสามารถที่มีให้เกิดประโยชน์ และผมจะพยายามอย่างสุดวิถีทางที่จะสามารถช่วยให้สังคมไทยเป็นสังคมที่ปลอดยาเสพติด

สืบแปดปีโครงการทำเพื่อประโยชน์	ห่างไกลพิษภัยโทษยาเสพติด
เสริมทักษะแนวทางด้านความคิด	รู้ถูกผิดรู้ทางตามเป็นไป
เป็นหนึ่งในไม่ต้องพึ่งยาเสพติด	ปลูกสำนึกในจิตทางสดใส
เยาวชนของชาติปราศเภทภัย	จากพระทัยที่พระองค์ทรงเมตตา
ธ ทรงทำเพื่ออนาคตของชาติ	ให้แก่งกาจสร้างสรรค์พัฒนา
ทูปีนี้โครงการดีทรงคุณค่า	จะรักษาสืบต่อหนองความดี

ผู้เขียน

นางสาวสุนิตา ตูลา

สมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนบางมรา- ตอตั้ง
นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

รณรงค์ ป้องกัน และแก้ไข
ถือกำเนิด เกิด TO BE NUMBER ONE
ให้เบิกบานกาย ใจ ไปตามถนัด
ผ่านการร้อง การเล่น เต้นและรำ
พัฒนาทักษะการใช้ชีวิต
พึงปฏิบัติเป็นคนกล้า คนดี มีจิตอาสา
ตามแนวทางพระราชทาน
ทรงดำรงตนเป็นต้นแบบในทุกด้าน
ทรงรับเป็นองค์ประธานของโครงการ
ทรงทำงาน ขับเคลื่อน เตือนและตอบ

มองกาลไกลถึงเยาวชนคนรุ่นหลัง
ทางสร้างสรรค์ ให้เลือกทำตามต้องการ
จัดวิชา การเรียน การผ่อนคลาย
สื่อสร้างสรรค์ความเป็นหนึ่งไม่พึ่งยา
รู้ถูก ผิด รู้คุณชาติ ศาสน์ กษัตริย์
จิตพัฒนากาย ใจ ชุมชน และสังคม
องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE
ทรงเคียงข้างเยาวชน คนพลาดพลั้ง
พระราชทานแนวคิดเป็นแนวทาง
วัยรุ่นชอบ วาไรตี้ TO BE NUMBER ONE

ขอตั้งมั่น ตั้งใจ รับผิดชอบต่อ ปฏิบัติตามเป็นหนึ่งไม่พึ่งยา
กราบพระบาททูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
ขอพระองค์ทรงพระเจริญ

สิ่งที่ได้รับ “โอกาส” นับจากวันที่ได้รู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE
จากการที่รุ่นพี่ แกนนำ TO BE NUMBER ONE ชุมชนบางมรา-ตอตั้ง ได้เข้าไปสร้างกระแส
สร้างเครือข่าย ในโรงเรียน และได้เชิญชวนให้เข้าอบรมเป็นแกนนำเยาวชน TO BE
NUMBER ONE ของสถานศึกษา ในตอนนั้นไม่รู้ว่า TO BE NUMBER ONE เป็นอย่างไร
แค่คิดว่าได้เที่ยวพักผ่อนไปกับเพื่อน เป็นความสนุกที่วัยรุ่นชอบ ฟังบ้าง หลับบ้าง เล่นบ้าง
ตามประสา ในวันแรก 2 คืน 3 วัน ในการอบรม หลายโรงเรียน หลายคน จนต้องคิด รุ่นพี่
พูดคุยชี้ถูกผิด คิดวิธีการอบรมให้เราต้องพูดและแสดงออก มอบเวทีออกไปทำในนามของ
ตัวแทนโรงเรียน นับเป็นจุดเริ่มต้นของการได้รู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE และ
เมื่อกลับมาโรงเรียนก็ได้มีการจัดตั้งชมรม มีการขับเคลื่อนกิจกรรม TO BE NUMBER ONE
ในโรงเรียนมากขึ้น เราไม่ได้เป็นคนเก่ง คนกล้า ในแถวหน้า การทำงาน TO BE NUMBER ONE
ในโรงเรียนที่เราศึกษาอยู่จึงไม่ได้มีมากนัก

จนวันหนึ่งพี่ๆ จากชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนบางมรา- ต่อตั้ง อำเภอ ตะกั่วป่า จังหวัดพังงา ได้มาชักชวนให้ลงไปทำกิจกรรมกับชมรมบ่อยมากขึ้น ได้รับโอกาส เป็นคณะกรรมการของชมรมด้านกิจกรรม ได้ลงพื้นที่ไปเป็นที่วิทยากร ร่วมกับพี่ๆ นี่ก็ เป็นสิ่งหนึ่งที่ได้รับการปลูกฝัง “การทำงานเป็นทีม” ทำให้เรารู้สึกได้ว่าเราไม่โดดเดี่ยว และเรามีทีมที่ปรึกษาที่แข็งแกร่ง เป็นต้นแบบที่ดี ที่เราสามารถพัฒนาแนวคิดของตัวเอง พัฒนาการทำงานเป็นทีม การเป็นจิตอาสา การเสียสละในการทำเพื่อส่วนรวม สิ่งที่เราได้ มาเป็นคำว่า “โอกาส” และพื้นที่ในการทำกิจกรรม การแสดงออกทางความคิด ที่พี่ๆ จะคอยบอกเสมอว่า “ความคิดมีเหตุผลในตัวของมันเองไม่มีผิดหรือถูก ทุกคนล้วนมี เหตุผลในการคิดหรือลงมือทำ แค่การลงมือทำนั้นให้อยู่บนพื้นฐานของความดีงาม ไม่ทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือผิดกฎหมาย และ “ไม่จำเป็นที่จะต้องเป็นที่ 1” เสมอไป ขอแค่ “เราเป็นหนึ่ง” ของตัวเราเอง “ชนะใจตัวเอง” ได้ก็พอ” สิ่งนี้อยู่ในความคิดเสมอ จึงเป็นหลายๆ ที่มา ที่ทำให้เราคิดและคอยเตือนเพื่อนให้ตั้งใจเรียน ไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับ ยาเสพติด จากคนที่คิดว่าตัวเองไม่ได้มีค่า ไม่เก่ง ไม่ดีเท่าคนอื่น ก็กลับมาคิดสิ่งที่เรากำลัง เดินไปข้างหน้าคือการใช้ชีวิตหรือการแข่งขัน เรากำลังเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับคนอื่น ทำให้เรารู้สึกไม่มีค่า จริงๆ แล้วเราควรมองที่ตัวเองว่าเราทำดีแล้วแค่ไหน เราทำถูกแล้ว ก็ทำไป จึงเป็นก้าวอย่างของสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่ได้ใช้แนวทางพระราชทาน ของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE มาใช้ในชีวิตจริง

อีกหนึ่งความภาคภูมิใจคือการได้เข้าร่วมงานมหกรรมรวมพลสมาชิก TO BE NUMBER ONE ทำให้เห็นคำว่า “ครอบครัวหุบปี” ครอบครัวที่ใหญ่และอบอุ่นมาก มีพื้นที่ ในการแสดงออกตามความสามารถของตน บูรณาเสนอผลงานแต่ละประเภทมากมาย ทั้งประเภทจังหวัด ประเภทโรงเรียน ประเภทชุมชน ประเภทสถานประกอบการ ประเภทสถานพินิจ ประเภทเรือนจำ มีความคิดขึ้นมาได้ว่า “โอกาส” หลากหลายเหลือเกิน กิจกรรม TO BE NUMBER ONE ไม่เลือกสถานะ เพศ อายุ คนที่เคยผิดพลาดในชีวิต ก็ยังได้รับโอกาส นับเป็นศูนย์รวมของคนที่มีแนวคิดและจุดมุ่งหมายเดียวกัน อย่างแท้จริง ได้เห็นและเรียนรู้กิจกรรมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในแต่ละประเภท ที่มารวมตัว กันปีละ 1 ครั้ง ดีใจมากมายนับไม่ถ้วนที่เราได้รับคำว่า “โอกาส” ยังความซาบซึ้ง อย่างหาที่สุดมิได้ที่ได้มี “โอกาส” รับเสด็จทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ครั้งหนึ่งในชีวิตของเด็กต่างจังหวัด ครั้งหนึ่งในชีวิตที่ไม่คิดว่าจะได้รับ หลัง

กลับไปใช้ชีวิตปกติในแต่ละวันเราก็ได้รับโอกาสเสมอ เช่น การออกสื่อความเป็นเยาวชนต้นแบบที่ไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย อำเภอดงตาล การเข้าร่วมสัมมนากับภาคีเครือข่ายทั่วประเทศในการสัมมนา TO BE TO KEY EXCELLENCE ครั้งที่ 3 ซึ่งชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนบางมรา - ต่อตั้งเป็นเจ้าภาพในการจัดประชุม ได้เห็นคนทำงาน TO BE NUMBER ONE ที่มีความมุ่งมั่น ตั้งใจช่วยเหลือปรีกษาหรือซึ่งกันและกัน ได้ประจักษ์ชัดคำว่า “ทำงานเป็นทีม” และคำว่า “ทีมงาน” เห็นแล้วภาคภูมิใจที่ได้มีส่วนร่วม เห็นเยาวชนแกนนำของชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนบางมรา - ต่อตั้ง หลายรุ่นเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยที่เยาวชนหลายคนประสงค์จะเรียน เช่น มหาวิทยาลัยศิลปากร ได้เห็นรุ่นพี่แกนนำหลายคนประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เข้ารับราชการจบการศึกษา เป็นต้นแบบที่ดี ได้เข้ารับรางวัลพระราชทานบุคคลต้นแบบ ประเภทชุมชน เห็นแล้วเราก็มีความภาคภูมิใจไปด้วยที่ได้เห็นพี่ๆ เป็นต้นแบบของน้องๆ เห็นการทำงานที่มีการส่งต่อให้กับรุ่นต่อไป และรุ่นพี่ก็ยังเป็นที่ปรึกษาให้กับน้อง ไม่ทิ้งกันร่วมกันรับผิดชอบ ร่วมกันรับผลประโยชน์ทางความสุขที่ได้ลงมือทำในสิ่งดีงาม

แม้วันนี้การเข้ามาเรียนรู้โครงการ TO BE NUMBER ONE ของหนูแค่ 4 ปี อาจจะไม่ยาวนานเหมือนพี่ๆ หลายคน และกับอายุของโครงการ TO BE NUMBER ONE กำลังก้าวเข้าวัยรุ่นที่กำลังโต 18 ปี ช่วงการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของวัยรุ่น แต่โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี กลับส่ง่างาม ดูมีความก้าวหน้าพัฒนาคน พัฒนางานได้อย่างลงตัว เห็นจากรุ่นพี่ที่ทำงาน TO BE NUMBER ONE เยาวชนหลายคน ประสบความสำเร็จในชีวิตเพราะ TO BE NUMBER ONE คำพูดนี้เราก็ไม่เข้าใจมากนักว่า TO BE NUMBER ONE เกี่ยวอะไรกับความสำเร็จในชีวิต จนกระทั่งตัวเองได้เก็บรวบรวมผลงาน ใบประกาศ ภาพถ่ายกิจกรรมเพื่อประกอบในการทำ Portfolio เพื่อเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา จึงได้เข้าใจว่านี่คือจุดเริ่มต้นการประสบความสำเร็จในด้านการเรียน ส่วนที่เหลือคือความตั้งใจจากตัวเราเอง แต่ในขณะที่เดียวกันการปลูกจิตสำนึกตั้งแต่ช่วงเริ่มต้นที่เราได้เข้ามาสัมผัสงาน TO BE NUMBER ONE ก็เป็นส่วนหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตสร้างความตระหนัก ความรับผิดชอบในตัวเองและสังคม สร้างให้เรากล้าแกร่ง เป็นต้นทุนในการใช้ชีวิตที่ปลูกฝังอยู่ในตัวเราตลอดเวลา การได้มีโอกาสเข้ามาอยู่ในรั้วมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี มหาวิทยาลัยที่มีชมรม TO BE NUMBER ONE ในระดับต้นแบบ เช่นกัน ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจยิ่งขึ้น และคิดว่านี่คงเป็นผลแห่งความดี ที่เราได้มาพบกิจกรรม ดีๆ ตลอดมา

และไม่ลังเลที่จะได้เข้ามาเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE มหาวิทยาลัยราชภัฏ สุราษฎร์ธานี แม้วันนี้เราจะเพิ่งเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนี้ได้ไม่นานแต่เราจะไม่ลังเลในการเข้าร่วมกิจกรรม TO BE NUMBER ONE ของมหาวิทยาลัย และมีความมุ่งมั่นที่จะเป็นหนึ่งในทีมโดยไม่พึ่งยาเสพติด เป็นคนดีของครอบครัวและสังคม เท่าที่สามารถทำได้ ในขณะนี้คือการตั้งใจเรียน เป็นคนดีของสังคม เป็นคนดีของครอบครัว มีจิตอาสา พร้อมในการส่งต่อโอกาสให้กับรุ่นน้องๆ เหมือนกับที่เราเคยได้รับโอกาสจากรุ่นพี่ๆ ที่ผ่านมา

วันนี้หนูอยากบอกให้เยาวชนทุกคนได้รู้ว่าแม้สภาพครอบครัว สภาพบ้าน สภาพชุมชน สภาพสังคม สภาพประเทศชาติ หรือเพื่อนของเราจะเป็นอย่างไรก็ตาม การเดินผิดพลาดในชีวิตไม่ใช่เพราะสภาพรอบตัวของเราทั้งหมดที่เป็นบ่อเกิด แต่ทุกอย่างที่เกิดขึ้นล้วนเกิดจากตัวเราเป็นจุดเริ่มต้น หากวันนี้เรามีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจที่ดี มีความหนักแน่นในแนวทางการเดินและความคิด เราจะสามารถผ่านวิกฤตได้เสมอและโครงการ TO BE NUMBER ONE คือวัคซีนในการป้องกันอย่างดีที่สุด ที่จะทำให้เราทำได้ทุกอย่างฝืนทำอย่างที่เรามุ่งมั่นให้สมปรารถนา “เป็นหนึ่งในทีมโดยไม่พึ่งยาเสพติด”

ขอขอบคุณโครงการดี TO BE NUMBER ONE

ขอขอบคุณ “โอกาส” ที่ได้มา

ขอขอบคุณอาวุธทางปัญญา ที่พี่ให้

ขอขอบคุณการสานฝัน ให้เยาวชนไทย

ได้ห่างไกลยาเสพติด พิษทำลาย

จะมุ่งมั่นดำรงตนคน TO BE

เป็นแบบอย่างเก่งและดี TO BE NUMBER ONE

ผู้เขียน
นางสาวกัญญาณัฐ ร่างใหญ่
โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า
กรุงเทพมหานคร

15 กรกฎาคม พ.ศ. 2563 วันครบรอบ 18 ปี TO BE NUMBER ONE โครงการที่หนูรัก หนูเป็นสมาชิก TO BE NUMBER ONE ศูนย์แฟชั่นไอส์แลนด์ หนูมีความสุขทุกครั้งที่ได้ไปเรียนและร่วมกิจกรรมที่ศูนย์ มันทำให้หนูได้พัฒนาอะไรหลายๆ อย่าง ไม่ว่าจะเป็นทักษะด้านการเรียนรู้ ความฝัน มิตรภาพ การทำงานเป็นทีมรวมถึงการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

หนูได้เข้าร่วมคลาสเรียนต่างๆ เยอะแยะมากมาย ไม่ว่าจะเป็นร้องเพลง พิธีกร การแสดง พัฒนาบุคลิกภาพ วิชาอื่นอีกมากมาย หนูคิดว่าทุกวิชามีความสำคัญและสามารถใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง ยกตัวอย่างเช่น วิชาพัฒนาบุคลิกภาพ คุณครูจะสอนอะไรหลายๆ อย่างไม่ว่าจะเป็นการยืน การนั่ง การเดิน มารยาททางสังคม การวางตัว การพูดในสิ่งที่ เป็นบวกและให้คนฟังรู้สึกดี

โดยส่วนตัวหนูเป็นคนชอบทำอะไรแบบนี้อยู่แล้ว พอได้มาเจอ TO BE NUMBER ONE ที่ตอบโจทย์ความชอบของหนู หนูก็เลยรักมากๆ เพราะ TO BE ได้เปิดโอกาสให้หนูได้ทำอะไรหลายๆ อย่าง และทำให้หนูมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น เพราะสิ่งที่ทำเป็นสิ่งที่ดี จากส่วนตัวหนูมีแต่ความฝัน ยังไม่มีความกล้าพอที่จะทำ พอหนูได้ทำในสิ่งที่หนูรัก มันทำให้หนูมีความสุข สนุกสนาน กล้าแสดงออก รวมไปถึงกำลังใจจากเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ คุณครู เจ้าหน้าที่ ทีมงาน TO BE NUMBER ONE ทุกคนมีความน่ารัก ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แบ่งปันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และทำให้หนูกล้ามากขึ้น

ทุกเวลาที่หนูได้เข้าร่วมกิจกรรมล้วนฝึกให้ตัวเองเก่งขึ้น พร้อมทั้งจะรับมือกับอะไรหลายๆ อย่าง บางอย่างที่เราคิดว่าเราทำไม่ได้ เราก็ทำได้ เช่น การร้องเพลง โดยส่วนตัวหนูคิดว่าหนูร้องเพลงไม่เพราะ มีอสันทุกครั้งเวลาที่จับไมค์ แต่พอได้เข้าทำกิจกรรมของ TO BE NUMBER ONE ความคิดหนูก็เปลี่ยนไปได้เห็นการร้องเพลงต่างๆ ของเพื่อนๆ หลายๆ สไตล์ เห็นถึงความกล้า ความสามารถของเพื่อนๆ เห็นถึงเสียงปรบมือ คำชื่นชม และคำที่จะให้เราพัฒนาต่อไปได้ เลยทำให้หนูกล้าที่จะเปล่งเสียงร้องออกมา และมอบความสุขให้ทุกๆ คน

ไม่มีใครในโลกจะเก่งไปหมดทุกอย่าง แต่คนที่เก่งสำหรับหนูคือคนที่ยอมรับความจริง และพร้อมที่จะพัฒนาปรับปรุงแก้ไขในข้อผิดพลาดของตนเอง ทุกคนมีจุดเด่นที่ไม่เหมือนกัน นั่นคือเอกลักษณ์เฉพาะตัว การที่เราทำในสิ่งหนึ่งไม่ได้ เราอาจจะทำได้ก็ได้ ถ้าเราได้ลองทำ ลองเปิดโอกาสให้ตัวเองได้ทำในสิ่งที่รัก อย่าไปคิดว่าสิ่งนั้นทำไม่ได้เพียงเพราะว่าเรายังไม่ได้ลองทำ เพราะไม่มีใครหรอกที่จะเก่งมาตั้งแต่เกิด ทุกคนล้วนมีข้อผิดพลาดทั้งนั้น อยากให้ทุกๆ คนเปลี่ยนความคิดและเปิดใจ มาพัฒนาตนเองให้เป็นคนกล้าแสดงออก เอาศักยภาพความสามารถที่เรามีออกมาใช้ประโยชน์ในทางที่ดี เมื่อเราเก่งขึ้นโอกาสเราก็จะมากขึ้น แต่ก็ขึ้นอยู่กับช่วงเวลากราฟชีวิตของแต่ละคน แต่สิ่งที่เราทำได้ตอนนี้ก็คือ การฝึกฝนพัฒนาตนเองให้พร้อมต่อโอกาสและสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาในอนาคต

สุดท้ายนี้หนูอยากขอบคุณที่สร้างโครงการดีๆ แบบนี้ขึ้นมาให้ทุกคนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และแลกเปลี่ยนความคิด มิตรภาพ กำลังใจที่ดี หนูอาจไม่ใช่คนที่เก่งที่สุด แต่หนูก็พร้อมที่จะพัฒนา และก็พร้อมที่จะถ่ายทอดความรู้สึกดีๆ ให้กับทุกๆ คน พัฒนาไปพร้อมกัน เราจะต้องเป็นทั้งคนเก่งและคนดี ตามสโลแกนที่ว่า “เก่งและดี TO BE NUMBER ONE”

ผู้เขียน
นายอิสริยะ ขำศิริวงศ์
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนกระบุรีวิทยา จังหวัดระนอง

ในการเขียนเรียงความครั้งนี้ทำให้ข้าพเจ้านึกย้อนไปเมื่อข้าพเจ้ายังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1 ในชีวิตตอนนั้นเป็นช่วงที่ข้าพเจ้าเริ่มปรับตัวเข้าสู่สังคมใหม่เลยได้เข้าไปในกลุ่มเพื่อนชายกลุ่มหนึ่ง ในตอนนั้นเรียกได้ว่าไปไหนมาไหนจะทำอะไรก็ตามเพื่อน และเพื่อนในกลุ่มเกือบทุกคนมาจากสภาพแวดล้อมในสังคมที่มีสิ่งเสพติดและอบายมุขต่างๆ ทั้งการสูบบุหรี่ เครื่องดื่มสุราและการพนัน สิ่งเหล่านี้เป็นเหมือนเรื่องปกติกันในสังคมที่เพื่อนข้าพเจ้าอาศัยอยู่ จึงเป็นสาเหตุที่ไม่มีใครมาแก้ไข และกฎหมายก็ไม่สามารถเข้าถึง และเป็นเหตุที่ทำให้เยาวชนในชุมชนนั้นติดยาเสพติด และทำให้คุณภาพชีวิตแย่ลง จึงทำให้เด็กเหล่านั้นต้องลาออกจากโรงเรียน ซึ่งมันทำให้อาชีพของเด็กเหล่านั้นดับลง ส่วนตัวข้าพเจ้าเองก็เคยถูกเพื่อนให้สิ่งเสพติดเหล่านั้น ประกอบด้วยความอยากรู้อยากลองของตัวเอง ทำให้ข้าพเจ้าได้ลองสิ่งนั้นไป และเมื่อได้ลองแล้วตัวข้าพเจ้าก็รู้สึกได้ว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่สมควร เลยบอกกับเพื่อนไปว่าจะไม่ลองอีกแล้ว

หลังจากนั้นข้าพเจ้า ก็บอกให้เพื่อนหยุดเสพติดกับสิ่งอบายมุขพวกนี้ แต่ก็รู้ว่ามันจะเลิกยากแค่ไหน ต่อมาข้าพเจ้าได้เข้าศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่โรงเรียนกระบุรีวิทยา ข้าพเจ้าได้เห็นชมรมหนึ่ง ซึ่งมีชื่อว่า TO BE NUMBER ONE ตอนแรกข้าพเจ้านั้นก็ไม่ได้สนใจอะไรมากนักเลยเพิกเฉยไป จนกระทั่งรุ่นพี่ในชมรม TO BE NUMBER ONE ได้ออกมาเชิญชวนน้องๆ ในโรงเรียนให้เข้าชมรมหน้าเสาธง ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกสนใจและได้ตัดสินใจเข้าชมรม ตอนแรกที่ข้าพเจ้าได้เข้าชมรมได้ใหม่ๆ ยังไม่ได้รู้อะไรเกี่ยวกับชมรมมากนัก รู้เพียงแค่ว่าทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี เป็นองค์ประธานโครงการ จุดประสงค์ที่ตั้งโครงการนี้ขึ้นมา ก็เพื่อให้สารเสพติดทั้งหลายห่างหายไปจากเยาวชนชาวไทย ซึ่งกิจกรรมในชมรมนั้นก็ยังมีหลายอย่างที่จะส่งประกอบความรู้ที่ให้เราได้รับรู้โทษของยาเสพติดและสามารถออกห่างจากพิษร้ายนั้นได้ และหนึ่งในกิจกรรมที่ข้าพเจ้ารู้สึกประทับใจเป็นอย่างยิ่ง คือการได้แสดงออกต่อหน้าทุกคนในโรงเรียน เพราะเมื่อก่อนนั้นตัวข้าพเจ้ามีแต่ความขี้อาย ประกอบกับกลัวการแสดงศักยภาพของตัวเอง แต่เมื่อได้อยู่ในชมรมนี้ข้าพเจ้ารู้สึกได้ถึง

การหลุดพ้นจากความกลัวทั้งหลายที่ข้าพเจ้าเคยมี และชมรม TO BE NUMBER ONE จะไม่ได้เป็นแค่ชมรมอย่างเดียวแต่มันเป็นแสงที่จะนำทางให้ทุกคนที่อยู่ในมุมมืดของความชั่วร้ายได้ออกมาจากความทุกข์เหล่านั้นมันคือสัญลักษณ์ของการกล้า กล้าที่จะก้าวออกมาจากสิ่งที่ผิด ซึ่งข้าพเจ้าเชื่อว่าถ้าทุกคนในสังคมไทยช่วยเหลือและตักเตือนกันและกัน และยอมรับในข้อดีข้อเสียของกัน การแตกแยกในสังคม การแพร่ระบาดของสารเสพติด หรือสงครามต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะสูญสิ้นหายไป และคำว่าโลกที่มีแต่ความสุขที่ทุกคนและเด็กๆ เหล่านั้นที่เคยร้องไห้เสียใจจะยิ้มได้อีกครั้งเพียงเรายอมรับกัน

ผู้เขียน
นายปุณณภพ ศรีวังไพโร
โรงเรียนหอวังปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี

โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นโครงการที่มุ่งเน้นให้เด็ก เยาวชน วัยรุ่น และผู้ใหญ่ที่เป็นสมาชิกของโครงการปลอดภัยและไร้สารเสพติดทุกประเภท ทำให้ได้มีโอกาสให้เด็กใช้เวลาให้เกิดประโยชน์รู้จักใช้ความสามารถที่มีอยู่ เช่น ร้องเพลง เต้น บุคลิกภาพ โครงการได้มีมาแล้ว 18 ปีนับตั้งแต่วันที่ก่อตั้งคือวันที่ 15 กรกฎาคม พ.ศ. 2545 กระผมรู้สึกดีใจที่ได้เข้ามาเป็นสมาชิกของโครงการแต่กระผมเริ่มได้เข้ามาเป็นสมาชิกเมื่อวันที่ 24 มิถุนายน พ.ศ. 2560 ตอนที่ได้เข้ามาเป็นสมาชิกใหม่กระผมก็รู้สึกตื่นเต้นในการเข้ามาเรียนวิชาและกิจกรรมต่างๆ ที่ TO BE NUMBER ONE ได้จัดมาให้ผู้ที่เป็นสมาชิกได้เรียน ได้คิด กล้าแสดงออก กระผมรู้สึกประทับใจมากครับ แต่กระผมจะขอเขียนความรู้สึกในความประทับใจที่ได้ทำกิจกรรมต่างๆ ใน TO BE NUMBER ONE นะครับ วิชาร้องเพลงตอนที่กระผมได้เข้ามาเรียนกระผมก็ร้องเพลงไม่ถูกทำนองบ้าง ร้องไม่ถูกโน้ตของเพลงบ้างแต่พอกระผมเรียนวิชาร้องเพลงมาได้ประมาณ 6 เดือนกระผมก็เริ่มร้องเพลงได้ถูกโน้ตบ้างแต่บางครั้งที่คุณครูที่สอนวิชาร้องเพลงก็แนะนำให้กระผมไปปรับปรุงการร้องเพลงที่ไม่ถูกต้องตามจังหวะของเพลง กระผมก็ทำตามที่คุณครูได้บอกมาในจุดบกพร่องในการร้องเพลง เพื่อให้ประสิทธิภาพในการร้องเพลงของกระผมมีไปในทิศทางที่ดีครับแต่พอกระผมเรียนวิชาร้องเพลงมาได้ประมาณ 1 ปีแล้วกระผมรู้สึกประทับใจคุณครูที่สอนวิชาร้องเพลงมากครับเพราะคุณครูใจดี ไม่ว่าจะกระผมตอนที่ร้องเพลงผิดครับ และพอต่อมาก็กระผมจึงได้เรียนร้องเพลงจาก 1 วันเพิ่มเป็น 2 วันต่อสัปดาห์เพราะจะได้รู้ว่าคุณครูแต่ละคนที่สอนวิชาร้องเพลงมีความสอนแตกต่างกันอย่างไรเพราะคุณครูที่สอนร้องเพลงใน TO BE NUMBER ONE ของแต่ละท่านก็จะสอนออกมาในแนวที่ต่างกันตามความถนัดของคุณครูที่กระผมประทับใจมากที่สุดคือ คุณครู ม.ล.พิทยากรณ์ รัชนี้ เพราะคุณครูคนนี้เขามีวิชาความรู้ในการร้องเพลงมากที่สุด ทั้งแต่งเพลงได้ สามารถหาคีย์ทำนองของเพลงให้ตรงกับผู้ที่เรียนร้องเพลงได้ครับ แต่กระผมเริ่มเรียนกับคุณครู ม.ล.พิทยากรณ์ ได้มาประมาณ 7 เดือนแล้ว กระผมรู้สึกมีความประทับใจที่มากที่สุดครับเพราะไม่เคยเรียนร้องเพลงกับคุณครูคนไหนที่มีความรู้และสอนแบบใจดีขนาดนี้มาก่อนครับ การเรียนร้องเพลงมันจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับกับการร้องเพลงมาก่อนโดยสังเขป เพราะเวลาเรียนจะได้ง่ายต่อการเรียนรู้ในการร้องเพลงครับแต่ก่อน

กระผมเป็นคนร้องเพลงไม่ตีครับแต่พอกระผมเรียนร้องเพลงของ TO BE NUMBER ONE ก็เริ่มมีการร้องเพลงไปในแนวทิศทางที่ดีขึ้นครับ แต่ต่อจากนี้ไปกระผมจะตั้งใจเรียนร้องเพลงให้ดียิ่งขึ้นครับเพราะคุณครูที่สอนร้องเพลงเขาก็ต้องมาสอนด้วยความเต็มใจ เวลาเรียนร้องเพลงเราควรจะต้องตั้งใจเก็บเกี่ยวความรู้ไปได้มากที่สุดครับ เพราะเวลาอนาคตข้างหน้าถ้ามีการประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL ก็จะได้ถ่ายทอดความสามารถที่มีอยู่ เช่น ร้องเพลงก็จะได้แสดงความสามารถออกมาได้อย่างเต็มที่ครับ

ส่วนวิชาที่กระผมเรียนในของโครงการ TO BE NUMBER ONE คือวิชาบุคลิกภาพของคุณครูจ๊อบครับ วิชาที่กระผมจะขอเล่าบรรยายความรู้สึกแบบเจาะลึกทั้งคุณครูและผู้ที่ร่วมเรียนวิชานี้ด้วยนะครับ

วันที่ 2 สิงหาคม พ.ศ. 2561 เป็นวันที่กระผมได้เข้ามาเรียนวิชาบุคลิกภาพของคุณครูจ๊อบครับ ตอนวันแรกที่กระผมได้เข้ามาเรียนกระผมก็รู้สึกแบบมีโครงสร้างร่างกายที่ไม่ค่อยตรงแบบมาตรฐานตามที่คุณครูได้บอกมาครับ แต่พอเริ่มได้เรียนวิชานี้กระผมก็มีความรู้สึกว่ามีโครงสร้างร่างกายที่ตรงบ้างครับคือโครงสร้างร่างกายจะสามารถทำให้ตรงได้ เช่นหลังตรง หน้าตรง และเวลาเรียนคุณครูชอบบอกกระผมว่าให้เดินหลังตรง เพราะตรงนี้กระผมจะยอมรับตัวเองเลยนะครับว่าเป็นคนชอบเดินแบบหลังไม่ตรง แต่สิ่งที่คุณครูจ๊อบได้กล่าวตักเตือนในจุดข้อบกพร่องมา กระผมก็ได้ปรับปรุงเช่นเดินหลังตรง หน้าตรง พอกระผมเรียนวิชานี้มาได้ประมาณ 10 เดือน คือมีอยู่ 1 เหตุการณ์ที่ผมรู้สึกประทับใจมากคือกระผมได้เชิญเพื่อนที่เรียนในวันพฤหัสบดีที่ 20 มิถุนายน พ.ศ. 2562 จัดกิจกรรมพิธีไหว้คุณครูจ๊อบเพื่อเป็นศิริมงคลแก่ผู้เรียนแต่ก่อนที่จะได้ก็มีการไหว้คุณครูจ๊อบ กระผมได้มีการพาเพื่อนๆ ได้ทออบทสวดไหว้ครูก่อนหลังจากนั้นก็มีการไหว้และปิดท้ายด้วยการฟังเรื่องราวดีๆ จากคุณครูจ๊อบครับแต่กระผมที่ได้นั่งฟังมาคุณครูจ๊อบบอกว่าได้สอนในโครงการ TO BE NUMBER ONE มาได้ประมาณ 15 ปี คุณครูบอกว่ารู้สึกประทับใจมากเพราะตอนที่คุณครูยังไม่ได้สอนวิชาบุคลิกภาพ คุณครูสอนวิชา STREET DANCE มาก่อนหลังจากนั้นคุณครูก็ได้สอนวิชาบุคลิกภาพไปด้วยเพื่อให้ผู้เรียนได้เกิดการมีบุคลิกภาพที่ดี แต่ปัจจุบันคุณครูจ๊อบได้สอนวิชาเดียวคือวิชาบุคลิกภาพเพราะเป็นวิชาที่มีผู้เรียนมากที่สุดในวิชาของโครงการแต่ผู้เรียนและเพื่อนๆ ส่วนมากเวลาเรียนวิชานี้ มักจะมีความรักใคร่และสามัคคีกันมีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ช่วยเพื่อนๆ ที่ยังมีบุคลิกภาพที่ยังไม่ดีช่วยให้มีบุคลิกภาพที่ดีขึ้นด้วยครับ พอกระผมเรียนวิชานี้มาครบ 2 ปี กระผมรู้สึกประทับใจวิชานี้มากที่สุดกว่าวิชาอื่นๆ ของโครงการ เพราะคุณครูเป็นคนสุภาพ พูดจาไพเราะและมีน้ำใจต่อผู้อื่นและเป็นคุณครูที่มีความสามารถทุกๆ ด้านๆ ที่รองจากการมีบุคลิกภาพที่ดีเช่น ร้องเพลงได้ถูกโน้ต เล่น PIANO ได้ดี เพลงไทยที่โปรดของ

คุณครูจ๊อบคือ คือเพลงหมดห้วง และเพลงช้าคือเรารักครับ ผมฟังคุณครูร้อง 2 เพลงนี้ รู้สึกเสียงของคุณครูมีความไพเราะมากครับ

ส่วนวิชา DANCE หรือ วิชาเต้น เป็นวิชาที่กระผมชอบเรียนเป็นอันดับที่ 3 รองจากวิชาร้องเพลงและวิชาบุคลิกภาพแต่วิชาเต้นที่กระผมประทับใจมากที่สุดคือวิชาเต้นของคุณครูอาร์ตครับแต่วิชา DANCE ของคุณครูอาร์ตนานๆ กระผมจะได้เรียนครับ เพราะช่วงเวลาที่เรียนกระผมจะไม่ค่อยว่างเพราะต้องกลับไปทำการบ้านจากโรงเรียนแต่ถ้าวันไหนที่มีวิชา DANCE และไม่มีกลับบ้านและไม่ติดขัดอะไรกระผมก็จะเรียนแน่นอนครับเพราะทำให้ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพไปด้วยครับ แต่เนื่องจากปี พ.ศ. 2563 ได้เกิดการระบาดของโรค COVID-19 ที่มีมาตั้งแต่ต้นปี พ.ศ. 2563 - ปัจจุบัน กระผมจึงต้องงดการเรียนวิชา DANCE เพราะถ้าผู้ที่ร่วมเรียนวิชาเต้น 1 คน มีเชื้อ COVID-19 จะสามารถแพร่กระจายไปอย่างรวดเร็วเพราะการเต้นส่วนใหญ่จะมีลมหายใจที่แรงมากแต่การระบาดของเชื้อ COVID-19 หยุดการแพร่ระบาดทั่วโลกกระผมก็จะกลับมาเรียนวิชานี้อีกครั้งครับ

ส่วนเรื่องของคุณครู เจ้าหน้าที่ เพื่อนๆ และ ผู้ปกครองใน TO BE NUMBER ONE กระผมรู้สึกประทับใจแบบเป็นสุดพิเศษมากกว่าเพื่อนๆ ที่โรงเรียนครับเพราะมีแต่คนที่นิสัยดีและพูดจาไพเราะและมีน้ำใจที่เข้ามาเรียนครับไม่มีคนที่นิสัยไม่ดีครับทุกคนมีความรักใคร่และสามัคคีกันครับ เวลากระผมเข้าไปเรียนก็มีแต่คนเข้ามาทักทายและคุยกับกระผมด้วยความเต็มใจและคอยให้คำแนะนำปรึกษา เวลากระผมมีเรื่องเครียดมาจากสิ่งภายนอกเช่น เพื่อนๆ โรงเรียนที่ทำให้ผมเครียด เวลาผมเครียดจากเรื่องเพื่อนที่โรงเรียนกระผมก็ไปปรึกษากับเพื่อนๆ ผู้ปกครอง เพราะเขาจะสามารถทำให้กระผมมีความกล้าหาญมากครับและเวลาเจอเพื่อนๆ ที่ TO BE NUMBER ONE กระผมรู้สึกดีใจและตื่นเต้นเป็นกรณีพิเศษเพราะเป็นเพื่อนที่แท้จริงเหมือนกับเจอเพื่อนที่ทำงานครับ เวลาพูดคุยก็สามารถพูดคุยได้เต็มที่ครับ ส่วนในเรื่องของคุณครู TO BE NUMBER ONE โดยภาพรวมก็ดีมากทุกคนเลยครับแต่คุณครูแต่ละท่านก็จะดีกับผู้ที่เป็สมาชิกของโครงการไปในแต่ละด้านเช่นด้านใจดี มีน้ำใจ ใจดีในด้านตลก สร้างความบันเทิงให้กับผู้ที่มาเรียน ส่วนเจ้าหน้าที่ที่คอยดูแลศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ทั้ง 4 สาขาก็มีความใจดีควบคุมให้ผู้ที่มาเรียนให้มีนิสัยที่ดี ฝึกให้น้ำใจกับผู้อื่น ฝึกให้มีความกล้าหาญ ฝึกให้มีความกล้าแสดงออกในสิ่งที่มีอยู่ ส่วนผู้ปกครองที่มาดูแลผู้ที่มาเรียน TO BE NUMBER ONE ก็มีความใจดีพูดคุยกับทุกคนที่มาเรียนแต่ส่วนมากทุกคนที่มาเรียนที่ TO BE NUMBER ONE รวมไปถึงคุณครู เจ้าหน้าที่ นักเรียนและ ผู้ปกครอง ก็จะมีความรักใคร่ สามัคคีมีน้ำใจซึ่งกันและกัน เป็นต้น

ผู้เขียน
เด็กหญิงวันโท ลีลาสันติ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

โรงเรียนวัดยายร่ม สำนักงานเขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร

เยาวยุค คืออนาคตของชาติ ปัจจุบันสังคมไทยกำลังประสบวิกฤต จากสถานการณ์ปัญหาเสพติดที่กำลังแพร่ระบาดและทวีความรุนแรงมากขึ้นอย่างน่าวิตก การหวนกลับมาระบอบอย่างหนักของยาเสพติดในปัจจุบัน เป็นผลให้เยาวยุคหลงผิดเข้าสู่วงจรของการซื้อขายและเสพยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นอุปสรรคสำคัญในการพัฒนาประเทศ และเป็นการทำลายทรัพยากรบุคคลซึ่งเป็นอนาคตและเป็นพลังในการพัฒนาประเทศให้ด้อยคุณภาพ อันจะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติ การแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวยุคยังคงดำเนินการอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ซึ่งรัฐบาลทุกยุคทุกสมัยได้ให้ความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหานี้ แต่ก็ยากแก่การแก้ไขได้โดยฉับพลัน ถึงแม้ภาครัฐได้ใช้มาตรการที่เด็ดขาดในการปราบปรามอย่างเข้มข้น แต่ยาเสพติดไม่ได้สิ้นไปจากสังคมไทย

ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่เป็นภัยร้ายแรงต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต ส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจ บั่นทอนความเจริญของประเทศชาติ หากประเทศใดมีประชาชนติดยาเสพติดจำนวนมาก ก็ไม่สามารถพัฒนาประเทศชาติให้เจริญรุ่งเรืองได้ ยาเสพติดมีมากมายหลายชนิด ได้แก่ ฝิ่น เฮโรอีน ทินเนอร์ กัญชา ยาบ้า ยาไอ้ สารระเหย กระเทียม และยากระตุ้นประสาท เป็นต้น แต่ละชนิดก่อให้เกิดผลร้ายแก่ร่างกายทั้งสิ้น ทำให้สุขภาพทรุดโทรมอ่อนแอ ความจำเสื่อม เสียบุคลิกภาพ และปัญหาสำคัญที่ตามมาอีกประการหนึ่ง ก็คือผู้ติดยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้นมีโอกาสดูดเชื้อไวรัสเอดส์และแพร่กระจายไปยังกลุ่มผู้ผลิตยาเสพติดด้วยกัน รวมไปถึงคนกลุ่มอื่นๆ ด้วย ในช่วงที่ผ่านมา ทุกรัฐบาลได้ให้ความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหายาเสพติดในระดับที่สูงมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งรัฐบาลปัจจุบันภายใต้การนำของ พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ได้กำหนดให้การแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นนโยบายสำคัญเร่งด่วนของรัฐบาล กำหนดนโยบาย ให้มีการบูรณาการร่วมกับทุกหน่วยงานอย่างมีเอกภาพทั้งในระดับนโยบายและระดับพื้นที่ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายสูงสุด

โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการหนึ่งที่เกิดขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการให้ความรู้ สร้างแรงจูงใจที่ดีให้กับ เด็ก เยาวยุคนักเรียนนักศึกษาทั้งในและนอกระบบ และผู้ปกครองได้หลีกเลี่ยงจากยาเสพติด ให้รู้ถึงพิษภัยที่เกิดจากยาเสพติด เพื่อลดการแพร่ระบาดของยาเสพติดทุกชนิด และสร้างกลไกของการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาให้เกิดขึ้น อีกทั้งยังสนองต่อพระดำริของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา

สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ประสงค์จะแก้ไขปัญหายาเสพติด พระองค์ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน จึงทรงพระกรุณาฯ คุ้มครองรับเป็นองค์ประธานโครงการณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โครงการ TO BE NUMBER ONE เริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ ปี 2545 จนถึงปัจจุบัน นับเป็นเวลา 18 ปี โดยมีกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้รับมอบหมายทำหน้าที่เลขานุการโครงการ เพื่อเป็นแกนกลางในการประสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชนปัจจุบันได้ใช้ชื่อเพื่อให้ง่ายต่อการณรงค์ว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดภายในประเทศให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ โดยความร่วมมือและรวมพลังจากภาครัฐและเอกชน กระตุ้นและปลุกจิตสำนึกของปวงชนในชาติให้มีความรู้ ความเข้าใจและตระหนักว่าการที่จะเอาชนะปัญหายาเสพติดมิใช่หน้าที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือองค์กรใดองค์กรหนึ่ง แต่ทุกคนในชาติจะร่วมแรง ร่วมใจกันเป็นพลังของแผ่นดินที่จะต่อสู้และเอาชนะปัญหายาเสพติดให้ได้โดยเร็ว โดยทรงมีพระประสงค์มุ่งเน้นการรณรงค์ในกลุ่มเป้าหมายหลักคือ วัยรุ่นและเยาวชน โดยกลวิธีสร้างกระแสการแสดงผลอย่างถูกต้องโดยไม่ข้องแวะกับยาเสพติด การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตให้แก่เยาวชนในชุมชน จัดระบบการบำบัดรักษารองรับภายใต้โครงการ “ใครติดยา ยกมือขึ้น” ทั้งนี้เพื่อคืนคนดีสู่สังคมและป้องกันการกลับมาเสพติดซ้ำ ตลอดจนการสร้างเครือข่ายสมาชิกและชมรม TO BE NUMBER ONE เพื่อร่วมกันรณรงค์และจัดกิจกรรมป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดเป็นเสมือนการเติมสิ่งที่ดีให้กับชีวิต เพื่อให้เกิดค่านิยมของการเป็นหนึ่งโดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด

ข้าพเจ้ากำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม สำนักงานเขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร บริบทของโรงเรียนวัดยายร่มเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในบริเวณพื้นที่เสี่ยงการแพร่ระบาดของยาเสพติด สภาพชุมชนรอบโรงเรียนเป็นชุมชนของผู้ใช้แรงงาน ผู้ปกครองอยู่ในวัยทำงาน บ้างมีปัญหาครอบครัว ขาดการดูแลเอาใจใส่เท่าที่ควร ทำให้นักเรียนขาดความอบอุ่น มีนักเรียนติดเกม นักเรียนมักพบเห็นผู้ปกครองสูบบุหรี่ ทำให้นักเรียนในวัยเรียนพบเห็นพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ ปัญหาต่างๆ เหล่านี้อาจเป็นจุดเริ่มต้นของปัญหายาเสพติดก็เป็นได้ จากปัจจัยดังกล่าว สมาชิกสถานักเรียนและโรงเรียนจึงคิดหาวิธีการแก้ปัญหา เพื่อเป็นการกระตุ้นและสร้างจิตสำนึกที่ดีในการใช้ชีวิตอย่างปราศจากบุหรี่และยาเสพติด สร้างเครือข่ายเยาวชนให้ลด ละ เลิกการสูบบุหรี่ และเป็นกระบอกเสียงในการประชาสัมพันธ์ถึงโทษและบทลงโทษของการสูบบุหรี่ และให้นักเรียนห่างไกลยาเสพติดต่อไป โรงเรียนวัดยายร่มจึงได้จัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ขึ้น ในปีการศึกษา 2551 เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดแก่นักเรียน และได้จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE โดยทูลกระหม่อมหญิง

อุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ ทรงเสด็จเปิดศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE โรงเรียนวัดยายร่ม อย่างเป็นทางการ เมื่อวันที่ 2 มีนาคม 2552 ด้วยพระอัจฉริยภาพของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด หรือ โครงการ TO BE NUMBER ONE โดยทรงมีพระประสงค์มุ่งเน้นการรณรงค์ในกลุ่มเป้าหมายหลัก คือวัยรุ่น และเยาวชน ให้ใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์ ปลอดภัยจากสิ่งเสพติดและอบายมุขตามแนวทางที่ว่า โดยเยาวชน เพื่อเยาวชน “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” เพื่อสร้างโอกาสสร้างทางเลือกของเด็กและเยาวชน ใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์ ดี เก่ง มีความสุข ยึดเยาวชนเป็นศูนย์กลาง

โรงเรียนวัดยายร่มดำเนินกิจกรรม TO BE NUMBER ONE โดยมีองค์ประกอบ 3 ก คือ กรรมการ กองทุน กิจกรรม มีการดำเนินงานภายใต้ 3 ยุทธศาสตร์ ภายใต้แนวคิด “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ” มีการแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานของชมรม TO BE NUMBER ONE ในโรงเรียน มีการจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ในโรงเรียนเพื่อการรวบรวมคนดี คนเก่ง และคนที่มีอุดมการณ์ที่จะสร้างกิจกรรมดีๆ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกัน โดยมีคณะกรรมการครู และนักเรียนร่วมกัน ข้าพเจ้าเป็นหนึ่งในสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE การจัดกิจกรรมทางโรงเรียน ได้มีการจัดกิจกรรมในชมรม คือ กิจกรรม สร้างสรรค์ ที่ให้สมาชิกเข้ามามีส่วนร่วม ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เกิดความภาคภูมิใจและมองเห็นคุณค่าของตนเอง อันเป็นหนทางห่างไกลยาเสพติดและดูแลช่วยเหลือกันระหว่างสมาชิก เช่น กิจกรรมด้านดนตรี กีฬาสี กีฬาเครือข่าย ศิลปะ การเดินรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด กิจกรรมเสียงตามสาย กิจกรรมทำความสะอาด บ้าน วัด โรงเรียน เป็นต้น ทางโรงเรียนมีการจัดกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกห้องเรียนตามยุทธศาสตร์หลัก 3 ยุทธศาสตร์ของโครงการ ได้แก่ กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ 1 การสร้างกระแส เช่น การรับสมาชิกชมรม ประชาสัมพันธ์ชมรม จัดกิจกรรมดนตรี กีฬา การประกวดกิจกรรมสร้างสรรค์ต่างๆ การตรวจหาสารเสพติด เข้าร่วมกิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ ร่วมกับรัฐบาล จัดแข่งกีฬาสีในโรงเรียน กีฬาเครือข่าย และชุมชน สนับสนุนทุนการศึกษา อุปกรณ์ แก่สถานศึกษา ชุมชน ฯลฯ ร่วมกับชุมชน ในการดูแลสิ่งแวดล้อมในวัด บริเวณถนนในหมู่บ้าน กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต เช่น การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE การอบรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด การทำบุญทางศาสนา ฟังเทศน์ การจัดกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ฝึกอาชีพ เพื่อหารายได้ กิจกรรมในยุทธศาสตร์ที่ 3 การสร้างและพัฒนาเครือข่าย เช่น สนับสนุนวิทยากร (อบรมให้ความรู้) เงินทุน และอุปกรณ์ แก่ชุมชน และสถานศึกษา ฯลฯ ในการจัดตั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เป็นพี่เลี้ยง ที่ปรึกษาในการจัดตั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE แก่ชมรมอื่น

สนับสนุน วิทยาการในการอบรมให้ความรู้เรื่องยาเสพติด ก ที่ 3 กองทุน กรรมการและสมาชิก ร่วมดำเนินการจัดตั้งกองทุนเพื่อหาเงินรายได้มาหมุนเวียน ใช้จ่ายในชมรม โดยทางโรงเรียน จะมีท่านผู้อำนวยการสถานศึกษา เป็นผู้ออกหาเงินทุนในการใช้จ่ายโดยได้รับเงิน ซึ่งได้จากการบริจาค การจัดกิจกรรมเพื่อหาทุน หรือได้รับสนับสนุนจากภาครัฐและเอกชนต่างๆ อาทิ อุปกรณ์กีฬา ดนตรี ศิลปะ เป็นต้น ทางโรงเรียนวัดยายร่มได้จัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE ที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง เน้นการช่วยเหลือดูแลสมาชิกและพัฒนาสมาชิกให้มีคุณภาพ และมีความสุข การดำเนินงานภายใต้แนวคิด “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ” ทั้งจากการเรียนรู้ ด้วยตนเองและการเข้ากิจกรรมกลุ่ม อาศัยกระบวนการกลุ่มทำให้เกิดความสนุก พร้อมกับการพัฒนาต่างๆ อาทิ การควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม มีความสามารถในการรู้จักตัวเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา แสดงออกได้อย่างเหมาะสม และมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความภาคภูมิใจในตัวเอง พอใจในชีวิต มีความสงบสุขทางใจ และสามารถดำเนินชีวิต อย่างเป็นสุข รวมทั้งจัดบริการเพื่อให้โอกาสสำหรับการแสดงออกถึงพลังสร้างสรรค์ที่มีอยู่ของวัยรุ่นในสถานศึกษาเพื่อสร้างเสริมภูมิคุ้มกันทางจิต และป้องกันแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่นเชิงบวกรุกในพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาวัยรุ่นได้ง่าย

ชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนวัดยายร่ม ได้รับพระราชทานรางวัลชมรม TO BE NUMBER ONE รักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับทอง ปีที่ 2 ประเภทสถานศึกษาระดับประเทศ ถือเป็นสิ่งที่ดีที่ได้สนองต่อพระดำริของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ในการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้หมดสิ้นไป จึงเป็นหน้าที่ของทุกคนทุกฝ่ายที่ต้องสามัคคี ร่วมมือกัน สิ่งหนึ่งที่สามารถทำได้ คือ การให้การศึกษ และความรู้เรื่องพิษภัยและโทษของยาเสพติดอย่างต่อเนื่องแก่เด็กและเยาวชน เมื่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู และประชาชน มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหายาเสพติดแล้ว ต้องเอาใจใส่ดูแลลูกหลาน ให้ความรักความอบอุ่นรวมทั้งเป็นที่พึ่งของเด็กได้ เมื่อเด็กมีปัญหาสามารถพูดคุย ช่วยแก้ปัญหาให้เด็กและใช้เหตุผลกับเด็กทั้งนี้หากเราสกดไม่ให้ยาเสพติดเข้าไปแพร่ระบาดในกลุ่มนี้ได้ ประเทศจะมีรากฐานที่มั่นคงมีพลังในการพัฒนาประเทศต่อไปในอนาคต เมื่อผู้ใหญ่ได้ร่วมแรงร่วมใจกันที่จะแก้ไขปัญหาหรือสกดกั้นยาเสพติดไม่ให้เข้าไปในกลุ่มของเด็กและเยาวชนแล้ว ตัวเด็กและเยาวชนเองต้องให้ความร่วมมือด้วยการหลีกเลี่ยงไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด คาถาที่ช่วยให้รอดพ้นได้ คือ คำว่า “ไม่” เท่านั้น ปัญหายาเสพติดเป็นเรื่องที่ทุกคนสามารถร่วมแรงร่วมใจสามารถแก้ไขได้

ผู้เขียน
นางสาวมณีนพรัตน์ เพ็ญประดิษฐ์
สมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

“18 ปี TO BE NUMBER ONE จุดประกาย ความฝัน อันเฉิดฉาย”

เสริมคนเด่น สร้างคนดี ให้มากมาย
มิวอควาย ราชภัฏชัยภูมิ เป็นหนึ่งไม่พียงยา

สวัสดีค่ะทุกคนนะคะ ท่านคณะกรรมการทุกท่านและท่านผู้อ่านเรียงความฉบับนี้ทุกคน ก่อนอื่นขอเล่าถึงปัญหาต่างๆ ในหมู่บ้านและครอบครัวของหนูค่ะ เมื่อพูดถึงหมู่บ้านของหนูแล้วทุกคนจะต้องนึกถึงหมู่บ้านกันดาร เขตพื้นที่สีแดง เยาวชนที่ด้อยพัฒนา เด็กใจแตก และ “ยาเสพติดมีมากกว่ายาพารา” ใช่ค่ะ พี่ชายหนูก็เป็นคนหนึ่งที่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และหนูเองก็เกือบหลวมตัวและหลงผิดไปทำสิ่งนั้น แต่โชคดีที่มหาวิทยาลัยฯ จัดกิจกรรมเพชรซีทูปีนัมเบอร์วันของชมรม โดยพี่ๆ ได้เล่าถึงประสบการณ์ เล่าถึงเหตุการณ์ต่างๆ พร้อมกับจัดกิจกรรมที่แยกเป็นกลุ่มตามที่นั่งถนัด ซึ่งเป็นเรื่องที่ติ่มากเลยนะค่ะ ที่แต่ละคนจะได้พัฒนาตนเองในสิ่งที่ชอบ ทำให้หนูได้สติและสำนึกในพระกรุณาธิคุณที่ถูกละห่อมหณิงอุบลรัตน์ราชภัฏญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ทรงห่วงใยเยาวชนคนไทยทุกคน

ซึ่งในปี พ.ศ.2563 ปีนี้ เป็นปีที่โครงการ TO BE NUMBER ONE ครบรอบ 18 ปี อย่างภาคภูมิใจ หนูมีแรงบัลดาลใจในการที่จะนำกระบวนการของโครงการ TO BE NUMBER ONE ไปแก้ไขปัญหายาเสพติดในหมู่บ้านของหนู หนูได้ให้สัญญากับตัวเองและพ่อแม่ว่า “หนูทำให้พี่ชายของหนูเลิกยาเสพติดให้ได้ ในอนาคตหนูจะเป็นผู้นำในหมู่บ้าน” คำพูดนี้แม่ของหนูได้เล่าให้พี่ชายฟังในคืนต่อมา ไม่น่าเชื่อจากวันนั้นที่เป็นแค่ความฝันของเด็กคนหนึ่ง จะเป็นจริงในระยะเวลาที่แสนสั้น โดยพี่ชายหนูได้เลิกยาเสพติดอย่างจริงจังพร้อมอุปสมบท เพื่อขอขมาทดแทนพระคุณพ่อแม่ โดยพี่ชายได้พูดกับแม่ว่า **น้องผมรักผมทำไมผมต้องทำให้น้องผมเสียใจด้วยยาอภัยคนี่**

สุดท้ายนี้ หนูพร้อมครอบครัว ขอสัญญากับถูกละห่อมว่า พวกเราจะดำเนินงานตามพระประสงค์ เป็นเยาวชนที่ดีมีคุณค่า เดินตามความฝันและเป็นหนึ่งโดยไม่พียงยาเสติด

“WE ARE TO BE NUMBER ONE”

ชมรม TO BE NUMBER ONE มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

ขอพระองค์ทรงพระสเลนเดอร์

ผู้เขียน
เด็กหญิงกฤษญา ภาวะบุตร

โรงเรียนบ้านม่วงพิทยาคม อำเภอบ้านม่วง
จังหวัดสกลนคร

เมื่อปีที่แล้ว (พ.ศ.2562) หนูและกลุ่มเพื่อนๆ ที่รักและชอบในสิ่งๆ เดียวกัน คือ การเต้น COVER DANCE ซึ่งอันที่จริงมันก็คงเป็นความชื่นชอบของเพื่อนๆ อีกหลายๆ คนใน รุ่งราวคราวเดียวกันกับหนู และในตอนนั้น กลุ่มเด็กนักเรียนที่รักในเพลง K-POP ก็รู้สึก ดีใจและตื่นเต้นสุดๆ เมื่อได้ยินข่าวว่า ทางโรงเรียนจะมีการจัดการประกวดเต้น COVER DANCE เพื่อที่จะหาตัวแทนของโรงเรียนไปเข้าแข่งขันในระดับอื่นๆ ...

เมื่อได้ยินมาแบบนี้กลุ่มเพื่อนๆ ของหนูก็ติดต่อกันทั้งโทร ทั้งแชท ทั้งไลน์ กัน จำละหวั่น เพราะทุกคนต่างรู้ว่านี่เป็นโอกาสเพียงไม่กี่ครั้งที่พวกเราจะได้มีเวทีให้ได้ แสดงออกในสิ่งที่พวกเราชื่นชอบ และพวกเราก็ไม่อยากปล่อยโอกาสทองแบบนี้ให้ผ่านไป แน่ๆ ทุกๆ วันเมื่อมีเวลาว่าง ไม่ว่าจะเป็นเวลาพักเที่ยง เวลาพักระหว่างคาบเรียน หรือ แม้แต่เวลาที่ขออนุญาตคุณครูไปเข้าห้องน้ำ สมาชิกในกลุ่มก็จะพยายามไปกันให้เป็นกลุ่ม เป็นก้อนให้ได้มากที่สุด เพราะจะได้มีเวลาจัดทำทางในการเต้นให้สมบูรณ์ที่สุดเท่าที่พวกเรา จะทำได้ และเพื่อให้เกิดความมั่นใจมากที่สุด จนวันประกวดมาถึง หนูถึงได้รู้ว่าไม่ว่า พวกเราจะซ้อมกันเอาเป็นเอาตายเท่าไร แต่พอถึงตอนก่อนจะขึ้นเวทีจริง มันดันมีความ ตื่นเต้นเข้ามาแทนที่ความมั่นใจ ในหัวมันจะเบลอลๆ ทำเดินที่ซ้อมมา การมูฟท่าแหม่งต่างๆ นานา มันลืมหไปหมดเลยคะ เอาแล้วละสิ ! ในหัวหนูคิดแคว่ว่ามันจะต้องผ่านไปให้ได้ มันจะ ต้องผ่านไป และก็เป็นที่คาดไว้แบบนี้คะ ทำผิด เต็มชนกัน งงๆ เบลอลๆ แต่เนื่องจากการฝึกซ้อมที่ค่อนข้างจะบ่อย จึงทำให้การเต้นวันนั้นออกมาดีพอสมควร (ในความคิดหนูเองนะคะ) น่าจะได้เสียงชมมากกว่าเสียงโห่คะ 55 พอเดินเสร็จก็ลงเวที มาอย่างโล่งใจ แล้วก็ไม่ได้คิดอะไรมากกับผลการประกวดคะ ไม่ว่าจะได้ที่เท่าไรก็ไม่สำคัญ เพราะจุดประสงค์หลักคือพวกหนูแค่อยากเต้น อยากรแสดงออกแค่นั้น จนถึงเวลา ประกาศผล ปรากฏว่าทีมของพวกหนูได้รางวัลชนะเลิศ ตอนนั้นคือทุกคนทั้งง ทั้งซ็อค เลยคะ ไม่คิดเลยความความพยายามที่ทำมามันจะมาสัมฤทธิ์ผลจริงในวันนี้ และเมื่อคุณครู ประกาศผลเสร็จแล้วบอกต่อว่า “รายการที่โรงเรียนเราจะส่งประกวดในระดับต่อไป คือ การแข่งขันของโครงการ TO BE NUMBER ONE COVER DANCE CONTEST” อากาใจดีใจ ตื่นเต้นใจจากผลรางวัลมันก็ค่อยๆ หายไป กลายเป็นความตื่นเต้นอีกระลอก ซึ่งรอบนี้ แรงสั่นสะเทือนในหัวใจมันมากกว่าครั้งก่อนหน้านี้ ที่รู้ว่าโรงเรียนมีการแข่งขันอีกคะ เพราะหนูและเพื่อนรู้ดีว่ารายการนี้เป็นรายการที่เด็กๆ อย่างพวกหนูวาดฝันไว้ ว่าสักครั้ง จะต้องไปแข่งให้ได้ แต่ก่อนที่จะผ่านเข้าไปถึงรอบที่จะเป็นตัวแทนจังหวัด ก็ต้องมีการส่ง คลิปวีดิโอการเต้น เพื่อคัดเลือกตัวแทนเข้าไปประกวดจริง ในอีก 2 สัปดาห์ ะหว่างนี้เป็น ช่วงเวลาที่หนูทำการบ้าน ทำงานที่คั่งค้างเร็วที่สุดในชีวิต เพราะรู้ว่าอีกไม่กี่วันสิ่งที่หนูต้อง ให้เวลากับมัน คือ การเต้น

จากวันนั้นเราก็ซ้อม ซ้อม ซ้อม ให้หนักกว่าเดิม หนูเองก็พยายามไปหาคำแนะนำ จากรุ่นพี่ หรือคุณครูที่พอที่จะให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเดินให้พวกหนูได้บ้าง เท่าที่จะทำได้ ทางคุณครูที่ควบคุมดูแลในกิจกรรมนี้ ก็เป็นคุณครูผู้ชายแบบผู้ชายแมนๆ เลยคะ คุณครูก็บอกว่า “คุณครูเองก็เดินไม่เป็นนะลูก แต่คุณครูจะคอยช่วยเหลือในอย่างอื่นแล้วกันนะ” คุณครูพูดประโยคนี้ พร้อมกับรอยยิ้มแฉ่งๆ แต่พวกหนูก็เข้าใจนะคะ อย่างน้อยก็มีคุณครูที่มาคอยให้กำลังใจในตอนซ้อมก็ยังดี พอถึงวันอัครลปิวัติโอเพื่อส่งรอบคัดเลือก ก็ได้ไม่ไ้ได้ง่ายดายอย่างที่คิดไว้คะ พวกเราเริ่มดำเนินการกันในเวลาหลังเลิกเรียน ประมาณ 16.30 น. ในห้องเรียนเล็กๆ ที่จะพอกันไม่ให้เสียงจากด้านนอกเข้าตอนบันทึก เนื่องด้วยการอัครลปิวัติโอตอนนั้นใช้แค่กล่องจากมือถือ กับโต๊ะนักเรียนเก่าๆ มาวางเพื่อเป็นขาตั้งกล่อง จึงทำให้การเดินท่าต่างๆ มันจึงถูกจำกัดด้วยขนาดเฟรมที่ถ่าย ที่สามารถถ่ายไม่เกิน 5-6 เมตร เราก็เดินกันอยู่แบบนั้นแหละคะ 3 รอบก็แล้ว 5 รอบก็แล้ว ปรับท่าปรับตำแหน่งกันเองไปเรื่อยๆ จนถึงเวลาประมาณ 18.00 น. ห้องฟ้าก็เริ่มมืด พ่อแม่พวกเราที่เลิกจากงานก็มานั่งเฝ้าให้กำลังใจกันอยู่หน้าห้องที่ถ่ายวิดีโอ และวันประกาศผลรอบคัดเลือกก็มาถึง คึ้นนั้นหนูนอนไม่หลับเลยคะ คิดแต่ว่าจะผ่านไหม จะได้ไปต่อไหม ความคาดหวังมันต่างจากตอนประกวดคัดตัวแทนโรงเรียนอยู่มาก เพื่อนๆ ในกลุ่มวันนั้น คือต้องอยู่กันเป็นกลุ่มเพื่อรอผลประกาศจากคุณครู ประมาณพักเที่ยง เสียงโทรศัพท์มือถือของเพื่อนดังขึ้น พวกเรามองจ้องกันเป็นสายตาเดียว ว่าเป็นเบอร์ของคุณครูโทรมารึเปล่า และใช่จริงๆ คะ คุณครูที่ปรึกษากิจกรรมโทรมา พร้อมกับข่าวดี ว่าพวกเราได้ผ่านการคัดเลือกไปแข่งที่ในตัวจังหวัด ขณะที่ความตื่นเต้น ความตื่นตันใจที่มีเอ่อล้น มันมาพร้อมกับความประหม่า และวิตกกังวล ในใจคิดแต่ว่าพวกเราจะเอายังไงต่อดี ถึงจะได้เข้ารอบแต่ในใจเรารู้ยู่ลึกๆ ว่านี่คือเวทีที่เหล่านักเรียนทั่วประเทศให้ความสนใจเป็นอย่างมาก มันคงไม่่ง่ายแน่นอน

พอถึงวันแข่งจริง ความตื่นเต้นทำให้พวกเราที่เป็นทีมน้องใหม่ ที่เพิ่งได้มาประกวดนอกโรงเรียนครั้งแรก ถึงกับไปไม่เป็น ด้วยแต่ละทีมที่เข้าประกวดนั้น มีแต่ระดับสุดยอดทั้งนั้น พวกเรามองหน้ากันและเข้าใจหัวอกเพื่อนโดยไม่ต้องพูดกันสักคำ คงไม่ใช่แล้วแหละเวทีนี้ ยากเกินไปสำหรับพวกเรา ขณะที่กำลังรู้สึกวิตกกังวลอยู่นั้น พวกเราก็ได้ยินเสียงพูดเป็นเสียงของผู้ชายมาจากด้านหลัง “พวกเธอทำได้ ทำในสิ่งที่ชอบให้เต็มที่ พวกหนูคือความภูมิใจของครู” ข้อความและเสียงนั้นทำให้พวกหนู รู้สึกมั่นใจและผ่านจุดๆ นั้นมาได้ จากนั้นพวกเราขึ้นเวที แล้วหนูก็ปล่อยไปตามที่ซ้อมมา ในหัวคือไม่มีอะไรให้คิดแล้วคะ นอกจากทำให้เต็มที่

ผลประกาศออกมาถึงจะไม่มีชื่อโรงเรียนของหนูติด 1 ใน 5 เลยก็ตาม แต่ความรู้สึกของหนูในวันนั้น ทำให้หนูภูมิใจในตัวเองมาก ภูมิใจที่ได้ทำตามสิ่งที่หนูอยากทำสักครั้ง ในขณะที่อยู่ในชีวิตวัยเรียน ภูมิใจที่มีเพื่อนๆ กลุ่มนี้ ได้ทำในสิ่งที่ชอบเหมือนๆ กัน และภูมิใจที่ได้ร่วมเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของโครงการ TO BE NUMBER ONE ขอขอบคุณมากนะคะสำหรับโครงการและกิจกรรมดีๆ ต่างๆ ที่ทำให้เด็กอย่างพวกหนูได้ทำตามความฝันสักครั้ง หนูสัญญาว่าจะพยายามต่อไปคะ

ผู้เขียน
นางสาวอรทัย ดวงบุบผา
โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคม อำเภอสมเด็จ
จังหวัดกาฬสินธุ์

ดิฉันได้เข้าศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคม ในปีการศึกษา 2560 เมื่อเข้ามาตอนแรกคุณครูและพี่ๆ แกนนำชมรม TO BE NUMBER ONE ของโรงเรียน ก็ได้เชิญชวนให้ดิฉันและเพื่อนๆ นักเรียนชั้นม.1 ทุกคนสมัครเข้าร่วมเป็นสมาชิกในโครงการชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งดิฉันและเพื่อนๆ ทุกคนก็ได้สมัครเข้าร่วม โดยยังไม่รู้เลยว่าโครงการนี้คือโครงการอะไร มีวัตถุประสงค์ หรือมีความเกี่ยวข้องกับตัวดิฉันและเพื่อนๆ อย่างไร

เมื่อได้ศึกษาเรียนรู้อยู่ที่โรงเรียนมานานหลายเดือน ดิฉันก็ได้ทราบว่า โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยมีบุคลากรหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธาน ซึ่งโครงการนี้มีวัตถุประสงค์โดยสรุปได้ความว่า เพื่อพัฒนาศักยภาพของเยาวชนให้เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นและภูมิใจในตนเอง ทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ให้โอกาสผู้ที่มีปัญหายาเสพติด กลับมาเป็นคนดีของสังคม และเพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มประชาชนและเยาวชนทั่วไป โดยช่วงที่ดิฉันศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นั้น ในตอนแรกก็ยังไม่ค่อยมีความรู้ในเรื่องนี้มากนัก ทางคุณครูและพี่ๆ แกนนำโครงการ จึงจัดกิจกรรมในทุกเย็นวันศุกร์ก่อนเลิกเรียน โดยมีพี่ๆ มาให้ความรู้เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE และหลังจากให้ความรู้เสร็จก็จะมีการเต้นประกอบเพลง รักเมื่อพร้อม ร่วมกันระหว่างพี่และน้อง ซึ่งเมื่อถึงวันศุกร์ของแต่ละสัปดาห์ ดิฉันและเพื่อนๆ ก็มักจะตื่นเต้นและมีความสุขมากที่จะได้ร่วมกิจกรรมนี้ อีกทั้งในภาคเรียนนั้น โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคมก็ได้รับการประเมินเกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ดิฉันและเพื่อนๆ ก็รู้สึกดีใจและเป็นเกียรติมากที่ได้แสดงการเต้นประกอบเพลงรักเมื่อพร้อม ซึ่งทำเป็นประจำอยู่แล้วในทุกวันศุกร์ แสดงต่อหน้าท่านคณะกรรมการที่มาประเมินในช่วงที่ศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคมก็ได้รับการประเมินหรือการมาเยี่ยมเยือนอีกครั้ง ในการนี้ดิฉันก็ได้ร่วมทำกิจกรรมโชว์การเชียร์กีฬาบนอัฒจันทร์ ซึ่งมีเนื้อหาในการแสดงเกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE และในช่วงที่ศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในทุกๆ ปี โรงเรียนก็จะจัดกิจกรรมอบรมโครงการเพื่อน

ที่ปรึกษา โดยคัดเลือกตัวแทนนักเรียนห้องละ 2 คนเข้าอบรม ซึ่งดิฉันก็ได้เข้าร่วมอบรมด้วยเช่นกัน สำหรับโครงการนี้ จัดทำขึ้นเพื่อให้ นักเรียนตัวแทนเข้าร่วมอบรม ได้คอยให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษากับเพื่อนๆ ที่มีปัญหาในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านความรักหรือด้านการเรียน และในวันต่อต้านยาเสพติดโลก ดิฉันก็ได้เข้าร่วมการเดินขบวนรณรงค์ต่อต้านการเสพยาเสพติด และดิฉันรู้สึกดีใจและภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการร่วมรณรงค์ให้ผู้ที่กำลังเสพยาเสพติด คิดอยากจะทำเลิกเสพยาแล้วกลับมาเป็นคนดีของสังคมอีกครั้ง

จากประสบการณ์ที่ได้กล่าวมาในข้างต้นเป็นเพียงกิจกรรมเล็กๆ น้อยๆ ที่ดิฉันได้ทำหลังจากเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ซึ่งโครงการนี้ได้เปลี่ยนชีวิตของใครหลายคน เปิดโลกทัศน์ใหม่ๆ ทำให้ดิฉันได้รับสิ่งต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ทั้งด้านความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเยาวชน ช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดีให้กับดิฉัน จากการเป็นคนที่ไม่กล้าแสดงออกก็ทำให้มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น กล้าแสดงออกในทางที่ดีงาม ในสิ่งที่สร้างสรรค์ กล้าพูด กล้าทำ และจากประสบการณ์จริง เพื่อนๆ ของดิฉันก็มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยในบางคนสู่มเสี่ยงที่จะติดยาเสพติดเป็นอย่างมาก แต่เขาก็ไม่ได้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดเลย เพราะได้รับการอบรมที่ดีจากการเข้าร่วมโครงการนี้ และเพื่อนหลายคนก็พบปัญหาเดียวกับดิฉัน คือ ไม่กล้าแสดงออก แต่ปัจจุบันนี้เพื่อนๆ ก็มีความมั่นใจ กล้าแสดงออกมากขึ้น และโครงการนี้ก็ทำให้โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคม มีชื่อเสียงมากยิ่งขึ้น จากการที่ตัวแทนโรงเรียนได้เข้าร่วมการแข่งขันต่างๆ เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE เช่น TO BE NUMBER ONE IDOL เป็นต้น และโดยภาพรวมจากการพบเจอในสื่อต่างๆ ดิฉันได้เห็นความสำเร็จของโครงการ คือ ทำให้วัยรุ่น วัยเรียน มีหนทางแก้ปัญหา มีที่พึ่งทางจิตใจ ให้กำลังใจ ซึ่งโครงการใครติดยา ยกมือขึ้น เปิดโอกาสให้ผู้เสพยาแสดงตนเข้ารับการรักษา รักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพฝึกและพัฒนาอาชีพตามขั้นตอนกระบวนการช่วยเหลือผู้เสพยา ให้สามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ มีการผลิตและเผยแพร่สื่อสัญลักษณ์เพื่อแสดงความเป็นเอกลักษณ์และสร้างความภาคภูมิใจ เช่น เข็มสัญลักษณ์ CD เพลง นิตยสาร รายการโทรทัศน์ รายการวิทยุ เป็นต้น และมีการจัดตั้งชมรมศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกันในสถานศึกษา สถานประกอบการและชุมชน ในโครงการที่ได้กล่าวมาข้างต้น อาจเป็นเพียงบางส่วนของโครงการที่ยกมาเป็นตัวอย่างในความสำเร็จที่เรามองเห็นและเกิดขึ้นจริง

ตลอดระยะเวลาเกือบ 4 ปีที่ดิฉันได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE ก็เป็นความรู้สึกภาคภูมิใจและประทับใจ ที่เด็กผู้หญิงคนหนึ่งจะมีโอกาสเข้าร่วมโครงการดีๆ แบบนี้ ถึงแม้จะไม่ใช่ว่าดิฉันเองที่ได้เข้ารับการช่วยเหลือบำบัดยาเสพติด หรือเป็นตัวแทนไปเข้าร่วมแข่งขันในโครงการ แต่ดิฉันและเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ในโครงการ TO BE NUMBER ONE โรงเรียนสมเด็จพระพิทยาคมทุกคน ก็รู้สึกภาคภูมิใจที่ได้เป็นมือน้อยๆ คอยช่วยเหลือและอยู่ด้านหลัง คอยเป็นกำลังใจให้ทุกคนเสมอมา และในแต่ละกิจกรรมที่ดิฉันได้พบเจอในโรงเรียนทั้งการประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL การประกวดการเต้น COVER DANCE เป็นกิจกรรมที่ดิฉันชอบมากที่สุดที่ได้เห็นเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ได้แสดงความสามารถของตนเองออกมาได้อย่างเต็มที่ และคอยลุ้นไปด้วยว่าใครจะเป็นผู้ชนะ ซึ่งดิฉันคิดว่าโครงการนี้เป็นโครงการที่ดีมาก ที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาศักยภาพของวัยรุ่นไทยให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพ สร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ดิฉันมีความประทับใจในองค์พระธรรมาธิคุณอันยิ่งใหญ่ที่เยาวชนไทยได้มีพระองค์ทรงเป็นผู้ริเริ่มโครงการอันเป็นประโยชน์ต่อเยาวชน ในการแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากยาเสพติด เห็นความสำคัญของอนาคตของเด็กไทย ทรงเสียสละความสุขส่วนพระองค์มาทุ่มเทร่างกายและแรงใจ เพื่อกิจกรรมต่างๆ มากมายที่เกิดขึ้นมาได้ และสำเร็จดังที่ทุกคนได้พบเห็น ดิฉันรู้สึกภาคภูมิใจอย่างล้นพ้นและขอให้พระองค์ทรงพระเจริญ และขอให้โครงการ TO BE NUMBER ONE อยู่คู่เยาวชนไทย สร้างสรรค์สิ่งที่ดี มีประโยชน์เช่นนี้ตลอดไป

ผู้เขียน
นางสาวแสนสิริ คำปิง
โรงเรียนอนุบาลเมืองชุมพร
จังหวัดชุมพร

หนูเป็นเด็กมัธยมปลายคนหนึ่งทีเพิ่งจะมารู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE เมื่อเดือนกรกฎาคมที่ผ่านมา ครั้งแรกที่หนูได้ยินชื่อโครงการนี้ หนูก็ยังไม่ทราบว่านี่คือโครงการอะไร จัดตั้งขึ้นมาเพื่ออะไร จนกระทั่งมีเหตุการณ์หนึ่งที่ทางโรงเรียนได้ให้โอกาสหนูไปรับเสด็จทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเสด็จติดตามผลการดำเนินงานโครงการ TO BE NUMBER ONE จังหวัดชุมพร ทรงเปิดชมรมและศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ณ โรงเรียนศรีวิทยา จังหวัดชุมพร ซึ่งการไปในครั้งนี้คือจุดเริ่มต้นที่ทำให้หนูได้รู้จักโครงการนี้

ซึ่งถ้าพูดถึงจุดเริ่มต้นที่รู้จักโครงการนี้ สำหรับหนูมันเป็นอะไรที่น่าประทับใจมาก ตอนที่หนูรอรับเสด็จ หนูได้เห็นทุกคนดูตั้งใจ และตื่นเต้น ซึ่งหนูเองก็เป็นแบบนี้เหมือนกัน เพราะนี่เป็นครั้งแรกที่ได้มานั่งรอรับเสด็จแบบนี้ และเมื่อถึงเวลาที่ทูลกระหม่อมฯ เสด็จถึง ณ โรงเรียนศรีวิทยา หนูได้นั่งเฝ้าทูลกระหม่อมฯ ทรงพูดคุยกับสมาชิก และยังให้คำปรึกษาต่างๆ และในวันนั้นยังทำให้รู้จักถึงความหมาย และวัตถุประสงค์อีกด้วย อีกทั้งยังได้ความรู้และข้อคิดต่างๆ ที่สามารถใช้ในชีวิตรประจำวันได้อีกด้วย และหลังจากนั้นหนูก็สนใจโครงการนี้มากขึ้น จนหนูได้ไปศึกษาค้นคว้าโครงการนี้ จนทำให้รู้ว่าโครงการนี้ยังให้เยาวชนที่เคยผิดพลาดไปเลือกสิ่งที่ไม่ดี จนทำให้ชีวิตล้มเหลว และนั่นก็คือโครงการที่มีชื่อว่าโครงการ “ใครติดยายกมือขึ้น” โครงการนี้จัดตั้งขึ้นมาก็เพราะว่า ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงห่วงใยเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นกลุ่มเป้าหมายนั้น โครงการนี้ไม่ได้แค่ให้โอกาสดีๆ แต่คอยให้โอกาสเขา และสิ่งเหล่านี้ทำให้เยาวชนกลุ่มนี้ใช้ชีวิตโดยไม่หันกลับไปพึ่งยาเสพติด แต่นอกจากนี้ยังมีอีกหนึ่งกิจกรรมที่ดี นั่นก็คือ การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งชมรมนี้เป็นชมรมที่สร้างกิจกรรมที่ดีขึ้นมา อีกทั้งชมรมนี้ยังมีอีกเป้าหมายที่ดีนั่นก็คือ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ตัวอย่างเช่น การประกวดกิจกรรมต่างๆ ตามความสามารถที่ตนเองมี ซึ่งกิจกรรมนี้จะได้ประโยชน์ต่อตนเอง ที่ทำให้กล้าแสดงออกมากขึ้นและยังเป็นการแชร์ประสบการณ์อีกด้วย ได้ฝึกทักษะด้านกีฬาของตนเองให้พัฒนาอีกด้วย สิ่งเหล่านี้จะทำให้เยาวชนสามารถห่างไกลจากยาเสพติดได้ การจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ไม่ต้องการให้เยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เพียงอย่างเดียว แต่ยังต้องการให้เยาวชนสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและสงบสุข และการมีกิจกรรมที่ดีๆ เข้ามาเสริมสร้างเยาวชนทุกคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย

นอกจากนี้โครงการ TO BE NUMBER ONE ยังมีกิจกรรมเยาวชนต้นแบบ

เก่งและดี TO BE NUMBER ONE ที่ได้ดำเนินกิจกรรมทำเป็นระยะเวลาจนถึง 10 ปี ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่อยากจะกล่าวถึงมากที่สุด กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมแรกที่หนูได้รู้จัก TO BE NUMBER ONE อีกด้วย กิจกรรมนี้จัดขึ้นเพื่อให้เยาวชน และสมาชิกทุกคนที่มีความสนใจ มีความสามารถในด้านการเต้นและร้องเพลง มาแสดงความสามารถที่ตนเองมี ให้เยาวชนและสมาชิกคนอื่นได้เห็น และยังใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ซึ่งกิจกรรมนี้ไม่ใช่กิจกรรมที่เยาวชนเข้ามาแข่งขันกัน ไม่ได้ให้เข้ามาเพื่อตัวเองชนะ เพื่อให้เก่งที่สุด แต่มาเพื่อฝึกทักษะของตนเองให้เก่งขึ้นและมาเพื่อมาหาประสบการณ์ มาทำในสิ่งที่ตนเองชื่นชอบ ทำแล้วมีความสุข ทั้งนี้กิจกรรมนี้ยังสร้างมิตรภาพที่ดี ตัวอย่างเช่น ในเวลาที่มีการแข่งขันไปไม่ให้เกิดใครเด่นที่สุดหรือด้อยที่สุด ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ดีต่อทุกคน เพราะการที่ทุกคนรักกันและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งนี้มันทำให้เกิดมิตรภาพ และความทรงจำที่ดี ว่าครั้งหนึ่งเราเคยมายืนอยู่ ณ จุดๆ นี้ เรามีเพื่อนเรามีมิตรภาพที่ดี เมื่อเราหันหลังกลับมามองตรงจุดนี้ มันก็ยังมีความทรงจำที่ดีๆ อยู่ตรงนี้ตลอดไป ซึ่งต้องกล่าวถึงเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE รุ่นที่ 10 เป็นรุ่นที่หนูได้รู้จักเยาวชน และรุ่นอื่นๆ ซึ่งพอหนูได้รู้จักกับโครงการนี้มันทำให้หนูรู้ว่าถ้าเราคิดที่จะทำมัน เราก็ต้องทำให้มันดีที่สุดในใจ แม้ว่ามันจะออกมาเป็นแบบไหนเราก็ไม่ต้องมานั่งเสียใจทีหลัง เพราะว่าเราทำเต็มที่แล้วทำดีที่สุดเท่าที่เราจะทำได้แล้ว

นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมค่ายพัฒนาสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่วิทยาลัยหนึ่ง สำหรับหนูกิจกรรมนี้เป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่ทำให้เยาวชนฝึกทักษะและพัฒนาความคิด เข้ามาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้อื่น ซึ่งทำให้เยาวชนมีความกล้าแสดงออกในด้านที่ดี เรายังฝึกความสามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งที่กล่าวถึงมานี้ บางสิ่งที่เราตั้งใจทำ มันทำให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองที่ได้รู้จักจาก TO BE NUMBER ONE โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ได้มีแค่กิจกรรมที่กล่าวมาข้างต้นนี้ แต่ยังมีกิจกรรมที่เรียกว่าการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCE THAILAD CHAMPIONSHIP เป็นกิจกรรมที่ให้เยาวชนและสมาชิกทุกคนมาแข่งขันประกวดความสามารถกันเป็นทีม เป็นหมู่คณะ เป็นกิจกรรมที่ต้องฝึกทักษะตนเอง ต้องใช้ความสามัคคี ทุกอย่างที่เราว่ามานี้ TO BE NUMBER ONE ได้สร้างเยาวชนที่ดีและเก่งขึ้นมาให้กลับประเทศของเราได้มากมาย กิจกรรมและโครงการต่างๆ ล้วนเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขให้กับทุกคน

ทั้งนี้โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ก้าวเข้าสู่ปีที่ 18 แล้วและผ่านอุปสรรค ปัญหาต่างๆ มากมาย แต่ก็ยังผ่านมาได้ถึงปีที่ 18 ก็ถือว่าประสบความสำเร็จไปแล้วขั้นหนึ่ง ซึ่งในแต่ละโครงการของ TO BE NUMBER ONE นั้นก็เหมือนลานกว้างๆ ลานหนึ่งเอาไว้เติมเต็มฝันของใครหลายคนให้สำเร็จขึ้นมา ลานกว้างๆ แห่งนี้ ไม่ได้แค่เอาไว้เติมเต็มฝันเพียงอย่างเดียว แต่มันคงเป็นลานที่คอยให้กำลังใจคอยช่วยเหลือเยาวชนทุกคนได้ทำในสิ่งที่ตนเองชอบ เมื่อลงมือทำกับมันเราก็มีความสุขกับสิ่งนั้นด้วย เพราะนั่นคือสิ่งที่ TO BE NUMBER ONE ต้องการ

ผู้เขียน
นางสาวศิริวรรณ พรหมบุตร
โรงเรียนประโคนชัยพิทยาคม
จังหวัดบุรีรัมย์

โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี หรือที่เรารู้จักกันในนามโครงการ TO BE NUMBER ONE มีการดำเนินงานต่อเนื่องตั้งแต่ปี 2545 จนถึงปัจจุบัน เป็นระยะเวลา 18 ปี โดยมีคำขวัญโครงการอันโดดเด่น คือ “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” มียุทธศาสตร์และหลักการดำเนินงานที่ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง ครอบคลุมไปจนถึงกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ ในการแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกับการส่งเสริมศักยภาพที่หลากหลายด้าน เพื่อให้สมาชิกเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข พร้อมทั้งจะพัฒนาสังคมและประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าต่อไป

ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ปัญหายาเสพติดเป็นหนึ่งในอุปสรรคที่ขัดขวางการพัฒนาบ้านเมือง เนื่องจากยาเสพติดก่อให้เกิดอาชญากรรมล้นเมือง มีการฟอกเงินหรือเงินสกปรก ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และความมั่นคงของประเทศชาติ ฉะนั้นปัญหายาเสพติดจึงเป็นปัญหาสำคัญระดับชาติที่ต้องดำเนินการแก้ไขอย่างจริงจังและเร่งด่วน ทั้งนี้เพราะปัญหายาเสพติดได้แพร่ระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทยอย่างรวดเร็วและทวีความรุนแรงมากขึ้นทุกขณะ ไม่ว่าจะเป็นยาบ้า เฮโรอีน ยาไอซ์ ผีนุ โคเคน หรือสารเสพติดชนิดอื่นๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งยาบ้า ซึ่งแพร่ระบาดตั้งแต่ระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคมและประเทศ ทำให้ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นกลุ่มขนาดใหญ่และเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง เนื่องจากขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่ดีพอ รวมถึงต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดความเครียด กังวล หรืออาจถูกชักจูงได้ง่าย จึงทรงพระกรุณาธิคุณรับเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด หรือโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยสร้างความตระหนักรู้ถึงพิษภัยของยาเสพติด เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และปลูกจิตสำนึกว่าการที่จะเอาชนะปัญหายาเสพติด มิใช่หน้าที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือองค์กรใดองค์กรหนึ่ง แต่เป็นหน้าที่ของทุกภาคส่วนที่จะต้องร่วมแรงร่วมใจกัน ทั้งภาครัฐ เอกชน รวมไปถึงประชาชนและเยาวชนทุกคนด้วย

ตั้งพระดำรัสในวโรกาส การแถลงข่าวเปิดตัวโครงการ TO BE NUMBER ONE เมื่อวันที่ 5 กรกฎาคม 2545 ณ ห้องประชุมกระทรวงสาธารณสุข ความว่า “กิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE จะเบนความสนใจจากการหาความสุขชั่วคราวจากยาเสพติด อยาให้โครงการนี้สำเร็จด้วยดี แต่จะทำคนเดียวไม่ได้ จึงต้องขอความร่วมมือจากทุกคน” ดังนั้น โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงเริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ปี 2545 จนถึงปัจจุบัน นับเป็นระยะเวลา 18 ปี โดยมีเป้าหมายในแต่ละระยะ คือ ทศวรรษแรก มุ่งเน้นการณรงค์ เพื่อให้เกิดกระแสค่านิยมใหม่ “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ทศวรรษที่ 2 มุ่งเน้นการพัฒนาสมาชิกให้เป็นคนเก่งและดี ทศวรรษที่ 3 เน้นการทำให้สมาชิกมีความสุข โดยอ้างอิงจาก ดี เก่ง สุข ซึ่งเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มีการดำเนินงานภายใต้ 3 ยุทธศาสตร์หลัก อันได้แก่ การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เด็กและเยาวชน การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ซึ่งยึดวัยรุ่นเป็นศูนย์กลางในการเข้าถึงสาเหตุของปัญหา เข้าใจธรรมชาติ พฤติกรรม และความต้องการของเยาวชน รวมไปถึงกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ ด้วย เช่น วิทยทำงาน สถานประกอบการต่างๆ และมีกลยุทธ์สำคัญคือการใช้สโลแกน “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ก่อให้เกิดแรงจูงใจเยาวชนไม่ให้อยู่เกี่ยวกับยาเสพติด แต่มุ่งเน้นค้นหาความเป็นหนึ่งของตนเอง โดยโครงการ TO BE NUMBER ONE มีกิจกรรมหลากหลายที่เน้นการให้โอกาสมากกว่า การปราบปราม เช่น โครงการ “ใครติดยายกมือขึ้น” เป็นการเปิดโอกาสให้ประชาชนหรือเยาวชนที่ติดยาเสพติดได้แสดงตน เพื่อเข้ารับการรักษาด้วยความสมัครใจ ทำให้ผู้ติดยาเสพติดสามารถเลิกขาดจากยาได้อย่างเด็ดขาด และไม่กลับไปสู่วังวนยาเสพติดซ้ำอีก เพราะมีความตั้งใจจริงที่จะเลิก ซึ่งต่างจากการบังคับหรือลงโทษด้วยมาตรการรุนแรง เช่น จับกุม คุมขัง ที่สามารถช่วยแก้ปัญหาได้เพียงระดับหนึ่งเท่านั้น แต่ผู้ติดยาเสพติดอาจกลับไปสู่วังวนยาเสพติดดั้งเดิม เนื่องจากสภาพจิตใจขาดการเยียวยา นอกจากนี้ยังมีการขยายผลโครงการไปยังสถานศึกษา เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่นักเรียนและนักศึกษา โดยจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ให้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ปรากฏว่ามีนักเรียน นักศึกษาให้ความสนใจมากมาย ซึ่งกิจกรรมแบบกระบวนการกลุ่มนี้ จะช่วยเบี่ยงเบนความสนใจจากยาเสพติดได้ ช่วยส่งเสริมความรู้ความสามารถด้านวิชาการ ทักษะการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ความกล้าแสดงออกของสมาชิก เพื่อให้กลายเป็นคนดี คนเก่ง มีความสุข และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย ทั้งหมดนี้คือความสำเร็จและเรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นตลอดระยะเวลา 18 ปีของโครงการ TO BE NUMBER ONE ซึ่งโครงการจะมีอาจประสบความสำเร็จ

โดยสมบูรณ์แบบได้ หากขาดความร่วมมือจากทุกภาคส่วน และประการสำคัญอีกประการหนึ่งคือทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE ทรงทุ่มเทพระวรกาย อุทิศเวลา เพื่อทรงงาน TO BE NUMBER ONE ด้วยพระองค์เอง ด้วยความวิริยะอุตสาหะจนเป็นที่ประจักษ์ เพื่อหวังให้ประชาชนและเยาวชนไทยห่างไกลยาเสพติด คุณภาพชีวิตดีขึ้น พระองค์ทรงเป็นต้นแบบแก่เยาวชนคนรุ่นใหม่ ในเรื่องของการเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ความอดทน มุ่งมั่น และการเป็นผู้นำที่ดีมีศรัทธา ข้ำพเจ้าในฐานะเยาวชนคนไทยคนหนึ่งรู้สึกซาบซึ้งในพระกรุณาธิคุณของพระองค์อย่างหาที่สุดมิได้ ทำให้ข้ำพเจ้ารู้สึกประทับใจโครงการนี้ ซึ่งช่วยให้ปัญหา ยาเสพติดในสังคมไทยลดลง สร้างเยาวชนให้เป็นคนดีและคนเก่ง และช่วยให้ข้ำพเจ้าได้ค้นพบจุดเด่น ความถนัดของตนเอง และพัฒนาตนเองอย่างมีสติ ห่างไกลจากยาเสพติด ได้รับความไว้วางจากรอบครัวและสังคม

โดยย้อนกลับไปในช่วงวัยเด็ก ขณะที่ข้ำพเจ้ากำลังอยู่ในวัยประถมศึกษา ข้ำพเจ้าได้ฟังเพลง TO BE NUMBER ONE จากรายการโทรทัศน์ ซึ่งคุณแม่เปิดให้ดู แต่ข้ำพเจ้าก็ยังไม่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการนี้มากนัก จนกระทั่งได้เข้าศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษา ข้ำพเจ้าจึงได้มีประสบการณ์เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE มากขึ้นเมื่อข้ำพเจ้าได้เข้าร่วมประกวดเขียนเรียงความเนื่องในวาระครบรอบ 15 ปี TO BE NUMBER ONE ในปี 2560 ข้ำพเจ้าได้รับรางวัลชมเชยพร้อมโลรางวัลพระราชทานจากทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ข้ำพเจ้ารู้สึกเป็นเกียรติและภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง นับเป็นประสบการณ์สำคัญครั้งหนึ่งในชีวิตที่ยากจะหาได้นอกจากนี้ยังทำให้ข้ำพเจ้าได้ค้นพบตนเองว่าชื่นชอบในการเขียนเรียงความ เนื่องจากภาษาเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สามารถช่วยสื่อและถ่ายทอดความคิดของข้ำพเจ้าได้เป็นอย่างดี แม้ว่าข้ำพเจ้าจะเป็นคนที่พูดน้อย แต่ข้ำพเจ้าก็มีความสุขเมื่อได้เขียนและแสดงทัศนคติผ่านตัวอักษรที่แสดงถึงตัวตนของข้ำพเจ้า โดยข้ำพเจ้าได้เรียงร้อยถ้อยความที่เล่าถึงความประทับใจที่มีต่อโครงการ TO BE NUMBER ONE และได้สะท้อนความคิดของตนเองออกมา เพื่อหวังว่าจะช่วยสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้อ่านเห็นถึงความสำคัญของโครงการ TO BE NUMBER ONE “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” เพื่อสร้างแรงจูงใจให้ทุกคนมาร่วมด้วยช่วยกันรณรงค์ป้องกัน และแก้ไขปัญหาเสพติดให้หมดไปจากผืนแผ่นดินไทย ซึ่งประโยชน์จากการเขียนเรียงความครั้งนี้ ทำให้ข้ำพเจ้าได้มีโอกาสศึกษาค้นคว้า ติดตามข่าวสารเกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE มากขึ้น จึงได้สัมผัสรับรู้ว่ามี การเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ดีขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งเป็นการก้าวทีละขั้น เพื่อไปสู่เป้าหมายอันสูงสุด

นั่นก็คือประเทศไทยห่างไกลยาเสพติด คุณภาพชีวิตประชาชนดีขึ้น อีกทั้งการเขียนเรียงความ ยังช่วยสร้างความตระหนักรู้ถึงพิษภัยของยาเสพติดแก่ตัวข้าพเจ้าเอง ส่งผลให้ข้าพเจ้า ดำเนินชีวิตอย่างมีสติ รอบคอบ รู้จักใช้วิจารณญาณมากขึ้น

วันศุกร์ที่ 17 พฤศจิกายน 2560 เป็นหนึ่งในเหตุการณ์สำคัญแห่งความภาคภูมิใจ สำหรับข้าพเจ้า นักเรียนและคณะครูโรงเรียนประโคนชัยพิทยาคม และชาวประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์ ที่ได้ร่วมรับเสด็จทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ณ โรงเรียนประโคนชัยพิทยาคม อำเภอประโคนชัย จังหวัดบุรีรัมย์ โดยพระองค์ทรงเป็น องค์ประธานเปิดชมรมและศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE โดยการทำงาน ของชมรมช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดในโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนค้นพบสิ่งที่ตนเองถนัด และส่งเสริมทักษะด้านการเป็นผู้นำ โดยมี กิจกรรมนันทนาการต่างๆ เช่น ทูปีแดนซ์ โค้ฟเวอร์แดนซ์ ร้องเพลง ส่วนศูนย์เพื่อนใจมี กิจกรรมบริการให้คำปรึกษาแบบเพื่อนช่วยเพื่อน การพัฒนา EQ รวมไปถึงกิจกรรมสร้างสุข ซึ่งส่วนใหญ่เป็นงานประณีต เช่น เย็บร้อยค้อยจิบ ประดิษฐ์ใบตอง นอกจากนี้โรงเรียนของ ข้าพเจ้าได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อสนับสนุน นักเรียนคนดี คนเก่ง ให้ได้แสดงศักยภาพบนเวทีแห่งความกล้าด้วยความมั่นใจในตนเอง โดยมีสมาชิกเป็นตัวแทนจังหวัดบุรีรัมย์ เข้าร่วมการประกวดทูปีนัมเบอร์วันไอดอล (เยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE) ระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นประจำทุกปี มีสมาชิกเป็นตัวแทนจังหวัดบุรีรัมย์ เข้าร่วมการแข่งขันทูปีแดนซ์ (TO BE NUMBER ONE DANCERCISE) ระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือทุกปี และส่งสมาชิกแกนนำ เข้าร่วมกิจกรรมทูปีนัมเบอร์วันแคมป์ (ค่ายพัฒนาสมาชิกทูปีนัมเบอร์วันสู่ความเป็นหนึ่ง) เป็นประจำทุกปี เพื่อพัฒนาสมาชิกแกนนำชมรมทูปีนัมเบอร์วันของโรงเรียนให้เข้มแข็ง สามารถขับเคลื่อนโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้ก้าวหน้าต่อไปได้ ทั้งหมดนี้เป็น กิจกรรมดีๆ ภายใต้โครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เป็น ลักษณะ Play and Learn โดยใช้กิจกรรมเป็นสื่อให้เยาวชนได้เรียนรู้อย่างมีความสุขและ สนุกไปกับการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคม เพื่อสร้าง ความเปลี่ยนแปลงจากภายในสู่ภายนอก นั่นคือ การค้นพบความสามารถของตนเอง การ ภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถทำสิ่งที่ตนเองชอบอย่างมีความสุขได้โดยไม่ไปหวังพึ่งความสุขชั่วคราวจากยาเสพติด ผลของการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลา 18 ปีของโครงการ TO BE NUMBER ONE ปรากฏว่าการให้โอกาสได้ผลดีและมี ประสิทธิภาพมากกว่า ทำให้ผู้ติดยาเสพติดสามารถเลิกขาดจากยาเสพติดได้ โดยไม่กลับ

ไปเสพซ้ำ รวมถึงการสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีให้แก่สมาชิก สร้างเกราะป้องกันแก่วัยรุ่นและเยาวชนจากภัยยาเสพติดได้ด้วยการส่งเสริมกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ทำให้เยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพื่อการค้นพบและพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ทำให้โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นหนึ่งในโครงการที่มีบทบาทอย่างมากในการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ควบคู่ไปกับการสร้างเยาวชนให้เป็นคนดี มีคุณธรรมและเป็นคนเก่งที่เปี่ยมด้วยความรู้ความสามารถรอบด้าน พร้อมเติบโตเป็นกำลังอันสำคัญยิ่งในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าสู่ความเป็นสากล ยาเสพติดทำให้เราสูญเสียตัวตนของเรา ความรู้ ความสามารถที่เคยมีก็ลดน้อยถอยลงเรื่อยๆ แต่หากเราสามารถเอาชนะใจตนเองไม่ให้ข้องเกี่ยวกับยาเสพติดในขณะเดียวกันเราก็ทำกิจกรรมต่างๆ ที่สร้างสรรค์ เพื่อค้นหาตนเองและต่อยอดไปสู่อนาคตอันยิ่งใหญ่ เพราะทุกคนต่างมีดีอยู่ในตัวเอง แล้วเราจะสามารถเป็นหนึ่งในได้ด้วยตัวของเราเอง ความสามารถของเราเอง และทุกคนก็สามารถเป็นอันหนึ่งอันเดียวได้ด้วย ความสมัครสมานสามัคคี ไม่แตกแยกเพราะพิษภัยยาเสพติด และนี่คือ “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ซึ่งจะสร้างอนาคตประเทศไทยให้สดใส ก้าวไกล สง่างาม

ผู้เขียน
เด็กหญิงแก้วมลตา เกษสว่าง
โรงเรียนอนุบาลกัทรารมย์
จังหวัดศรีสะเกษ

โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ได้จัดทำขึ้นเพื่อให้เยาวชนมีความรู้ เข้มแข็ง ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด สามารถช่วยเหลือผู้ติดยาได้กลับตัวกลับใจกลับคืนสู่ครอบครัว เป็นตัวอย่างที่ดีต่อสังคม และส่งต่อไปยังรุ่นลูก รุ่นหลาน และคนอื่นๆ ต่อไป แต่ก่อนข้าพเจ้าไม่ได้ทำอะไรเลย ปล่อยชีวิตไปวันๆ คิดถึงแต่ปมด้อยของตนเอง ซึ่งเปล่าประโยชน์ ข้าพเจ้าจึงได้เข้าร่วม โครงการ ชมรม TO BE NUMBER ONE ข้าพเจ้ามีความรู้สึกดีมากเพราะได้มีเพื่อน มากมาย หลากหลายชีวิต มีแนวคิดดีๆ ให้เลือก โดยเฉพาะได้หลีกเลี่ยงยาเสพติด ได้อยู่ร่วมกับครอบครัวและสังคมอย่างอบอุ่น มีความสุขและมีกำลังใจมากยิ่งขึ้น ไม่ได้เที่ยวเตร่ แส่หาเรื่อง ให้ครอบครัวต้องเดือดร้อนตามไปด้วย ที่ชมรม TO BE NUMBER ONE ข้าพเจ้า ได้ทำกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น เรียนพิเศษกับคุณย่าและเพื่อนๆ เล่นกีฬา เช่น วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อ ว่ายน้ำ เทย ร้องเพลงวิชาการ เรียนรู้เรื่องธรรมชาติศึกษา มีพี่หมอบจาก โรงพยาบาลกัทรารมย์ คุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย มาช่วยสอนวิชาการต่างๆ เช่น ทำพานบายศรี ชนหมากเบ็ง ร้องสรภัญญะ ซ้อมเต้น และวิธีการนำเสนอผลงานชมรม TO BE NUMBER ONE ประเภทชุมชน ในปี 2562 ข้าพเจ้ามีโอกาสดำเนินนำเสนอผลงาน ชมรม TO BE NUMBER ONE ในระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ข้าพเจ้าเป็นคณะ นำเสนอผลงาน ข้าพเจ้าตื่นเต้นมาก ได้เห็นคนต่างถิ่นซึ่งเขาไม่พูดคุยกันเสียงดัง เขาสงบ ไม่ส่งเสียงรบกวนผู้อื่น และข้าพเจ้าได้ชื่นชอบเขาที่เป็นตัวของตัวเอง และเป็นตัวอย่างที่ดี ให้แก่ข้าพเจ้าด้วย เขากลับแสดงออกและเข้ากับสังคมได้ เขามีสมาธิในการแสดงมาก ไม่กลัวอะไรเลย เขาจึงหน้ากรรมการอย่างเดียวไม่มองอย่างอื่น เพราะจะทำให้เสียสมาธิ ข้าพเจ้าได้ข้อคิดแล้วว่า ต้องสร้างค่านิยม สร้างความมั่นใจ และความรู้สึกดีให้กับตัวเอง คนที่พร้อมต้องมีโอกาสมากกว่า คนพร้อมต้องขยัน อดทน กล้าทำในสิ่งที่ถูกต้อง และมีประสบการณ์มากในเรื่องนั้นๆ นั่นแหละเป็นสิ่งที่ถูกต้อง เป้าหมายในชีวิตก็เช่นกัน ทุกคนควรมีเป้าหมายในชีวิต ขยันหมั่นฝึกซ้อม อดทนเพื่อประสบการณ์ที่มากกว่า จะทำให้เราประสบความสำเร็จได้มากขึ้น

โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ได้เป็นสิ่งแปลกประหลาดสำหรับข้าพเจ้า แต่กลับกระตุ้นและปลุกจิตสำนึกของข้าพเจ้าให้มีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักว่าจะเอาชนะตนเองได้อย่างไร ในการคบเพื่อน การทำความเข้าใจในบทเรียน การช่วยเหลือเพื่อนไม่ให้กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เราต้องร่วมแรงร่วมใจเป็นคนดี ถ้าทำตัวไม่ดี ควรกลับตัวใจเป็นคนดี เชื้อฟุ้งผู้ใหญ่ ตั้งใจเรียน เป็นเด็กดีของพ่อ แม่ สังคม และประเทศชาติ สืบไป ดังคำที่ว่า “คนดี ฝึคู้ม” หมายถึงคนร้ายอย่างฝึ ก็ชอบคู้มครองคนดี แล้วคนดีก็ยิ่งต้องคู้มครองคนดีให้ได้รับความสำเร็จแน่นอน

ผู้เขียน
เด็กหญิงปณิตตา เนาวบุตร
โรงเรียนบ้านก้านเหลือง
จังหวัดศรีสะเกษ

มนุษย์ทุกคนนั้นเปรียบเสมือนต้นกล้าที่กำลังจะเติบโตขึ้นเรื่อยๆ พร้อมที่จะผลิดอกออกผลได้เสมอ ในระหว่างที่เรารอวันเวลาอันงดงาม ช่วงชีวิตของต้นไม้เหล่านั้นต้องผ่านการใส่ปุ๋ย พรวันดิน รดน้ำ เพื่อให้เติบโตอย่างงดงาม ถ้าเราไม่พรวันดิน รดน้ำใส่ปุ๋ย แล้วใส่ยาพิษให้กับต้นไม้แทน ภาพผลิดอกออกผลที่งดงามคงจะไม่เหลืออีกต่อไป คงมีแต่ต้นไม้เหล่านั้นตายลง เหี่ยวลงในทุกๆ วันแห่งการเติบโต ปัญหาหาสาเหตุเป็นปัญหาสำคัญระดับชาติที่เราทุกๆ คนต้องช่วยกันแก้ไขอย่างจริงจัง เพราะปัญหาหาสาเหตุนี้มีการแพร่ระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทย ได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นและมากขึ้นเรื่อยๆ ส่งผล ต่อการพัฒนาประเทศในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นอนาคตของชาติ และเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพยาเสพติด เนื่องจากเป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากลอง และยังขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ รวมทั้งต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งกลุ่มคนเหล่านี้ล้วนแล้วเป็นกลุ่มที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศเป็นอย่างมาก ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงมีความห่วงใย ต่อประชาชนชาวไทย จึงทรงพระกรุณาธิคุณรับเป็นองค์ประธาน ในโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด จัดตั้งโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ โดยกระตุ้นและปลุกจิตสำนึกของประชาชน ให้มีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักว่าการที่จะเอาชนะปัญหายาเสพติด ไม่ใช่หน้าที่ของคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นหน้าที่ของทุกคน ช่วยกันร่วมแรงร่วมใจกัน เป็นพลังของแผ่นดินที่จะต่อสู้และเอาชนะ หากคุณคือหนึ่งในคนที่กำลังอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ใช้ยาเสพติด สิ่งที่คุณจะทำคือการปฏิเสธอย่างเข้มแข็งด้วยใจมุ่งมั่น โดยการบอกเพื่อนอย่างตรงไปตรงมา จริงจังในการตอบคำถามของตนเอง ถ้าถูกข่มขู่บังคับให้เสพยา เบื้องต้นควรเดินออกมาออกจากสถานการณ์อย่างรวดเร็วที่สุด จากนั้นแจ้งครูอาจารย์หรือพ่อแม่ ให้ทราบ เพื่อจะได้จัดการต่อไป ทางที่ดีควรเลือกคบเพื่อนที่รักการเรียน หรือเพื่อนกลุ่มที่ชอบทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ถ้าหากคุณหรือเพื่อนคุณคือคนที่ผิดพลั้ง และอยาก จะปรับปรุงตัวหรือแก้ไขให้ดีขึ้น สิ่งที่คุณควรทำคือมีความรักและกำลังใจในสิ่งที่กำลัง จะเปลี่ยนแปลง แต่ที่จำเป็นคือต้องหาทางที่ทำให้ตนเองหรือเพื่อนของคุณยอมรับกับสิ่งที่ต้องเผชิญ อีกทั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE เน้นการช่วยเหลือดูแล และพัฒนาสมาชิก ให้มีคุณภาพ และมีความสุข

ภายใต้แนวคิด “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ” ประกอบกับโครงการโครตติดยา ยกมือขึ้น ซึ่งจัดขึ้นเพื่อให้บริการสำหรับสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ที่เสพหรือ ติดยา และมีความประสงค์จะรักษาตัวเพื่อให้หายและเลิกอย่างถาวร เพียงคุณกล้าที่จะ ยอมรับและเชื่อในสิ่งที่จะทำว่าเป็นสิ่งที่ดี คุณก็สามารถกำจัดปมในใจให้เล็กลงได้ ทุกครั้งที่ คุณท้อให้คุณนึกถึงความสำเร็จ หลังจากที่คุณสามารถผ่านไปได้ เปรียบเสมือนฟ้า หลังฝนที่คุณรอคอย ดิฉันเชื่อเสมอว่า หนทางแก้ไขปัญหานี้ ต้องเริ่มจากการเปลี่ยนแปลง ตัวเองไปสู่คนรอบข้าง เพียงแค่เราเชื่อว่าเราทำได้ด้วยสองมือ และใจของเราที่มีอยู่ สามารถสร้างความฝันยิ่งใหญ่ให้เราได้ ถึงแม้เส้นทางที่เราจะไป หรือจุดมุ่งหมายที่เรา ฝันไกลแค่ไหน สักวันจะต้องเป็นจริงหากเราตั้งใจ มุ่งมั่น และพยายาม ในเมื่อมนุษย์เกิดมา เป็นผู้เลือก เราจึงสามารถเลือกในแบบที่ตนเองอยากเป็นด้วยความเป็นหนึ่ง โดยไม่หลงไป ในความสุขแค่เพียงชั่วคราว ให้คิดว่าสิ่งที่เราเจอนั้นเป็นบททดสอบว่าใจเราแข็งแกร่งมาก เพียงไหน อุปสรรคและหนามที่ขวางกั้นอยู่ในใจด้วยความกลัว ล้วนแล้วแต่เราเท่านั้น ที่สร้างขึ้นมา ให้เราตั้งสติ ทำลายกรอบกำแพงนั้น และก้าวไปไม่หวั่นไหว ไม่ยอมแพ้ แม้ใครจะมองอย่างไรก็ตาม ถ้าหากสิ่งที่เราทำเป็นสิ่งที่ดี ถูกต้องและเกิดประโยชน์ต่อสังคม จงให้โอกาสตนเองได้เริ่มต้นทำมัน ฟังเสียงในใจเป็นสิ่งที่พาเราไป ถึงแม้เราจะเคยผิดพลาด เคยล้มเหลว แต่สิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วเป็นสิ่งกระตุ้น พาเราไปจุดที่สูงกว่าเดิมได้เสมอ เพราะ ลึกๆ เราทุกคนนั้นล้วนต้องการ การเติบโตให้ดีขึ้น และเก่งขึ้นเสมอ ถึงแม้ความพยายาม ไม่อาจนำมาซึ่งความสำเร็จ แต่ทุกความสำเร็จล้วนเกิดจากความพยายาม ตั้งแต่ดิฉันได้เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทุกๆ วัน ทุกๆ ชั่วโมง ทุกๆ นาที และทุกๆ วินาที ความรู้สึกได้รับจากการทำกิจกรรม คือดิฉันได้รับความสุข ความอบอุ่น ประสบการณ์ และมีมิตรภาพอยู่เสมอ ดิฉันรู้สึกรักและผูกพัน กับทุกคนที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันเป็นความรู้สึก ที่ดีอยู่ในใจ ถูกเก็บไว้ในห้วงแห่งความทรงจำ ดิฉันไม่เคยคิดผิดหวังในการได้ทำบางสิ่ง ที่เกิดประโยชน์ต่อตัวดิฉัน ทำให้เป็นคนแบ่งเวลาได้เหมาะสม ทำให้อยากเก็บเกี่ยวประสบการณ์ ใหม่ๆ ออกไปเจอโลกภายนอกที่กว้างขึ้น เจอคนมากมาย อีกทั้งทำให้ดิฉันอยากเอาชนะ อุปสรรคที่ขวางกั้น พร้อมทั้งจะเผชิญหน้ากับหลายรูปแบบได้ ส่งเสริมให้เยาวชนใช้เวลาว่าง ให้เกิดประโยชน์ แสดงความสามารถที่มี ไม่ว่าจะเป็นการเต้น การร้องเพลง หรือกิจกรรม ที่เราชอบ และดิฉันก็พร้อมที่จะนำความรู้และประสบการณ์ที่ดีดิฉันได้เป็นฝ่ายเผยแพร่ ให้กับเยาวชน คนรุ่นหลังให้เป็นต้นแบบ เป็นแรงกำลังใจในการสร้างชีวิต สร้างสิ่งดีๆ ที่ยิ่งใหญ่ เพียงแค่ทุกคนกล้าให้โอกาสต่อเยาวชนเหล่านั้น

สุดท้ายนี้ดิฉันอยากจะบอกว่า เราทุกคนเป็นหนึ่งได้โดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด เยาวชนอย่างพวกเราที่มีความเก่งและดีในตัวของเราเอง พร้อมจะเป็นต้นกล้าที่ แข็งแกร่ง สามารถเป็นร่มเงาให้คนอื่นนับล้านคน เริ่มต้นรดน้ำ พรวนดิน ใส่ปุ๋ยให้กับต้น กล้าต้นนั้น นั่นคือตัวเราที่พร้อมจะเรียนรู้ให้เป็นคนเก่งและดี เชื่อเสมอว่าทุกคนเป็นฮีโร่ได้ บางครั้งเริ่มจากการเปลี่ยนแปลงตัวเอง บางครั้งเริ่มจากการทำให้คนที่เรารักภูมิใจ

ผู้เขียน
เด็กหญิงปภาวรินทร์ เลิศศรี
โรงเรียนสิริบุณฑุญ
จังหวัดศรีสะเกษ

ตอนเด็กดิฉันอาศัยอยู่ในชุมชนแออัด ฉันได้รู้จักรุ่นพี่ที่นิสัยดี เป็นเพื่อนบ้านที่เรียนดี เรียนเก่ง เป็นที่น่าชื่นชมของคนในชุมชน ทุกวันตอนเย็นเขาช่วยคุณแม่ทำงานบ้านขายขนม เมื่ออยู่ในโรงเรียนเขามีจิตสาธารณะ ช่วยงานต่างๆ ทำงานกิจกรรมในโรงเรียน แม้จะงานเล็กๆ น้อยๆ แต่แล้ววันหนึ่งดิฉันได้ไปเล่นบ้านเพื่อนในชุมชนเดียวกัน ดิฉันได้เห็นรุ่นพี่คนนั้นอยู่ร่วมกับวัยรุ่นหลายคน มั่วสุม ดื่มเหล้า เปิดเพลงสังสรรค์ กินอย่างสนุกสนาน รวมตัวกันซี้ดเสียงดังรบกวนผู้อื่น ดิฉันรู้สึกไม่ชอบพฤติกรรมเหล่านี้เลย ดิฉันจึงสงสัยว่าทำไมรุ่นพี่ที่เป็นคนดีที่ดิฉันเคยชื่นชม มีพฤติกรรมที่แตกต่างจากเดิม

ดิฉันเกิดความสงสัยว่าทำไมรุ่นพี่มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป จึงได้ไปถามคุณพ่อคุณแม่ทำไมพี่ถึงได้มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป คุณพ่อจึงอธิบายว่า สิ่งที่พี่คนนั้นทำเป็นพฤติกรรมที่ไม่ดี สิ่งไม่ดีไม่ควรเลียนแบบหรือทำตาม แต่ดิฉันก็ยังสงสัยว่าทำไมรุ่นพี่จึงทำพฤติกรรมแบบนี้จึงได้ไปเล่าให้คุณครูฟัง คุณครูจึงได้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมที่วัยรุ่นส่วนใหญ่ทำ เพราะการชักชวนโดยสิ่งแวดล้อมรอบตัว เช่น ผู้ใหญ่นั่งดื่มสุรา สูบบุหรี่ในงานสังสรรค์ต่างๆ จึงทำให้เห็นและนำมาเป็นแบบอย่าง และคุณครูยังบอกว่าเด็กวัยรุ่นถูกชักจูงไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ทั้งเหล้า บุหรี่ สารต่างๆ ที่ทำให้มีเมียนั้นเองที่เรียกว่า “สารเสพติด” ที่มีอันตรายต่อร่างกายเป็นอย่างมาก ไม่ควรนำมาเป็นแบบอย่างนำมาประพฤติสามารถนำมาบอกต่อว่า สิ่งเหล่านี้เรียกว่าสารเสพติด เป็นสิ่งไม่ดี และคุณครูบอกว่าเราสามารถมาบอกเล่าให้คุณครูฟัง ถ้าเห็นพฤติกรรมของคนในโรงเรียนแบบนี้เพื่อที่จะได้ช่วยเหลือเพื่อนและพี่ที่เรารู้จักแล้ว ให้ความรู้กับน้องๆ ในโรงเรียน ให้รู้ถึงโทษของยาเสพติด เพื่อเป็นเสมือนภูมิคุ้มกันให้้องๆ ที่กำลังเติบโตเข้าสู่วัยรุ่น คุณครูบอกว่าโรงเรียนของเรามีวิธีการแก้ไขปัญหาและพฤติกรรมเหล่านี้ ได้จากโครงการดีๆ ที่น่าสนใจคือ โครงการทูบีวันเบอร์วัน (TO BE NUMBER ONE) ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี ที่เป็นการช่วยรณรงค์แก้ไขปัญหายาเสพติด ดิฉันจึงได้รู้จักโครงการนี้

ดิฉันได้เข้าร่วมโครงการตอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้รับการอบรมจากสถานีดำรงงมีการให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด ซึ่งตอนนั้นดิฉันได้รับการอบรมกับทุกๆ คนในโรงเรียนมีกิจกรรมให้เล่นเกมต่างๆ มากมาย ทำให้สนุกสนานได้รับความรู้ และได้นำไปปฏิบัติ เช่น

การตักเตือนเพื่อนไม่ให้ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ไม่หลงในคำชักชวนไปทำในสิ่งที่ไม่ดี และชวนเพื่อนไปทำกิจกรรมที่ดีๆ หรือกิจกรรมที่ชื่นชอบ ในวันต่อต้านยาเสพติดยังมีการจัดประกวดในสถานที่ต่างๆ เช่น ประกวดเต้น ร้องเพลง ทำให้ดิฉันมีความรู้อยากจะเป็นเหมือนพี่ๆ ในโรงเรียน นอกจากนี้ดิฉันยังได้เข้าร่วมเดินขบวนรณรงค์ต่อต้านยาเสพติดกับครูและเพื่อนในโรงเรียนตามชุมชน รวมถึงเขียนป้ายคำขวัญ ได้ถือและเดินขบวน ดิฉันคิดว่าเป็นกิจกรรมที่ทำให้ได้ร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหายาเสพติดออกไปจากเยาวชน ทำให้ฉันนึกถึงรุ่นพี่ที่เคยรู้จัก และอยากชักชวนให้มาร่วมโครงการ ให้เขาห่างไกลจากสิ่งไม่ดีหรือยาเสพติด ถ้าเขาได้เข้าร่วมกิจกรรมจะทำให้เขากลับมาเป็นคนดีเหมือนตอนนั้น และได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เหมือนตัวดิฉัน คุณครูยังบอกอีกว่าหากเจอผู้คนที่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เราสามารถโทรแจ้งสายด่วน 1386 ได้ตลอด

ตอนนี้ดิฉันรู้สึกภูมิใจในตนเอง ที่ได้ทำกิจกรรมดีๆ ของโครงการทูปีนัมเบอร์วัน (TO BE NUMBER ONE) เพราะได้ทำกิจกรรมที่ชื่นชอบร่วมกับเพื่อนในโรงเรียน ไม่ไปมั่วสุมหรือยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และได้ช่วยเหลือรุ่นพี่ รุ่นน้อง และเพื่อนๆ ในโรงเรียน ดิฉันขอขอบคุณโครงการนี้ คือโครงการทูปีนัมเบอร์วัน ที่มีกิจกรรมดีๆ คอยส่งเสริมให้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลจากยาเสพติด ทำให้สังคมมีแต่สิ่งที่ดี จึงขอเชิญชวนทุกคนเข้าร่วมโครงการ เพื่อร่วมมือกันต่อต้านยาเสพติดให้หมดไป ดังคำขวัญของทูปีนัมเบอร์วันที่ว่า เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด

ผู้เขียน
เด็กชายคนพัฒนา วงศ์ประสาร
โรงเรียนอนุบาลกัทรารมย์
จังหวัดศรีสะเกษ

ชาว TO BE NUMBER ONE จังหวัดศรีสะเกษ เป็นกิจกรรมร่วมกันของผู้ต่อต้านยาเสพติดในจังหวัดศรีสะเกษ เยาวชนมีความสำคัญมากเพราะเป็นอนาคตของครอบครัวและประเทศชาติ แต่เป็นเป้าหมายของขบวนการยาเสพติด เป็นวัยที่มีปัญหา มาก จิตใจอ่อนแอ เช่น การเรียน ครอบครัวแตกแยก รู้ไม่เท่าทันเทคโนโลยี อยากรู้อยากลอง โดยน้อมนำพระปณิธานของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE มาแก้ปัญหา ยาเสพติด

ข้าพเจ้าอาศัยอยู่ที่บ้านคำเมย อำเภอกันทรารมย์ จังหวัดศรีสะเกษ ซึ่งมีชมรม TO BE NUMBER ONE กิจกรรมหนึ่งของชมรมคือ เรียนพิเศษกับภูมิปัญญาชาวบ้าน ในช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ที่ศาลาหมู่บ้านในทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์ เล่นกีฬา เช่น ตีจับ เตย วอลเลย์บอล ดนตรี ร่วมกิจกรรมชุมชน ฯลฯ ทำให้ข้าพเจ้ามีความสุขมากขึ้น เพราะการเรียนดีขึ้น มีเพื่อนมากมาย บางครั้งก็นัดกันมาทำกิจกรรมหลายอย่าง ที่พวกเราต้องการ เช่น การทำอาหาร การเพาะชำต้นกล้า บริการอาหาร มีพี่หมอบจากโรงพยาบาลกัทรารมย์ มาช่วยสอน มีคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย มาช่วยสอนให้คำปรึกษา สื่อสารกันผ่านเฟซบุ๊ก ไลน์ มีโครงการแห่ต๋ากี้ เพื่อดูแลกันและกัน ใน 5-6 ครัวเรือน มีสภาเคี้ยวหมาก สภาชุมชน เพื่อช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน เป็นคนเก่งและดี ถ้ามีผู้หลงผิด ผู้ปกครอง ตำรวจ พยาบาล และประธานชุมชนจะช่วยเหลือ ถ้าเขายอมรับปรับตัว ครอบครัวเอาลูกคืนได้ พวกเราดีใจมากที่ได้ช่วยเหลือเขา หมู่บ้านเราได้รับเกียรติและรางวัลดังนี้ รางวัลปราชญ์ชาวบ้านของอนามัย, ได้ลงหนังสือพิมพ์มติชน ฉบับวันที่ 31 พฤษภาคม 2561 หน้า 17, สสส. ได้คัดเลือก ให้เป็นชุมชนต้นแบบของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และมาถ่ายทำวีดิทัศน์ นำเสนอในหน้าเฟซบุ๊ก ชื่อ สารส้ม ซึ่งเผยแพร่ไปทั่วโลก, รางวัลหมู่บ้านกองทุนแม่ดีเด่นของจังหวัด, รางวัล TO BE NUMBER ONE ในชุมชนดีเด่นระดับอำเภอ ระดับจังหวัด, ผลการเรียน นางสาวสิริสุดา ล้อมพรหม เรียนคณะสาธารณสุขศาสตร์, เด็กหญิงหิทยาภรณ์ วงศ์ประสาร เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬารัตนราชวิทยาลัย, เด็กชายรัฐศรีณย์ แสงลับ โรงเรียนเบญจมมหาราช ซึ่งเหมาะสมแล้ว ที่ชมรมของพวกเราเป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด

กิจกรรม ชมรม TO BE NUMBER ONE ที่ประทับใจมากคือ ได้เป็นตัวแทนของจังหวัดศรีสะเกษ ไปแข่งระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่จังหวัดขอนแก่น ประเภทชุมชน โดยข้าพเจ้าทำหน้าที่นำเสนอคอมพิวเตอร์ ข้าพเจ้าตื่นเต้นมาก เพราะไม่เคยเดินทางไกลมาก่อน พอไปถึงโรงแรมปรากฏว่าใหญ่โต โอ้อ่า อาหารอร่อย ห้องนอนสะอาด มีผู้คนมากมายส่วนมากเป็นคนดี สิ่งแรกที่หน้าตาแจ่มใส สดชื่น แข็งแรง กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก คนอ้วนก็มีแต่เขาไม่อวย คนผอมก็มีแต่เขาสามารถเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ผิดกับคนที่ติดยาเสพติดจะผอมโซ พุดไม่รู้เรื่อง ตาขวาง ชอบออกจากบ้าน หาเรื่องขอเงินพ่อแม่ ทำยที่สุดก็ติดคุกหรือเป็นบ้า หาเก็บของกินในถังขยะแล้วก็ตายในที่สุด

ชมรม TO BE NUMBER ONE ได้ให้ประสบการณ์ชีวิตแก่ข้าพเจ้าอย่างมาก ซึ่งข้าพเจ้าจะน้อมนำและสานต่อพระปณิธานขององค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อเลือกเป็นแนวทางชีวิตให้พบแต่ความสุข เก่งและดี เป็นที่พึ่งของแม่ได้ตลอดไป ดังคำที่ว่า “ยาเสพติดทำลายคน อยากรหลุดพ้น ต้องเชื่อแม่”

ผู้เขียน
เด็กหญิงนฤมล สมปอง
โรงเรียนสิริสุนทรา
จังหวัดศรีสะเกษ

เยาวชนไทยใส่ใจปัญหายาเสพติด

สวัสดีค่ะ ดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการเขียนเรียงความ เรื่องเล่า ดีๆ ของชาว TO BE NUMBER ONE ดิฉันรู้สึกดีใจที่จะได้แบ่งปันประสบการณ์ เรื่องเล่า ที่พบเจอ ในวัยเด็ก เรื่องนี้มันเกิดจากความสงสัยของดิฉันเอง วันนั้นดิฉันไปร้านค้าของหมู่บ้าน ดิฉันเห็นป้ายติดอยู่หน้าร้าน เขียนว่าเด็กอายุต่ำกว่า 13-18 ปี ซื้อเหล้าไม่ได้ ดิฉันจึงเกิดความสงสัย จึงเข้าไปสอบถามคุณพ่อคุณแม่ว่า ทำไมเด็กอายุต่ำกว่า 13-18 ปี ถึงซื้อเหล้าไม่ได้ คุณพ่อคุณแม่จึงบอกว่า “ก็เพราะเด็กอายุประมาณนั้นยังอยู่วัยเรียน ก็ไม่ควรดื่มเหล้า และห้ามไปยุ่งเกี่ยวกับ ยาเสพติด” แต่คุณพ่อคุณแม่ก็ยังบอกด้วยว่า ไม่ควรไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เพราะมันเป็นสิ่งไม่ดี และผิดกฎหมาย

เมื่อดิฉันไปโรงเรียน ดิฉันเห็นเพื่อนรุ่นเดียวกันคนหนึ่ง เขาเรียนเก่งมากๆ สอบได้ลำดับที่หนึ่งของห้องมาโดยตลอด แต่วันหนึ่งเพื่อนคนนี้ก็กลับไม่มาโรงเรียน ดิฉันจึงสงสัยว่าทำไมเขาถึงไม่มา ผ่านไปหลายวันเขาก็ยังไม่มาโรงเรียนอีก จนวันหนึ่งดิฉันกับพ่อได้ขับรถผ่านที่เปลี่ยว และไม่ค่อยมีคนขับรถผ่าน บังเอิญดิฉันไปเจอเขากับเพื่อนคนนั้น ที่กำลังมั่วสุมอยู่กับกลุ่มวัยรุ่น ดิฉันสังเกตเห็นว่าเพื่อนมีร่างกายที่ซูบผอมขึ้น และมีขอบตาดำ และกำลังสูบบุหรี่ หลายวันต่อมา เพื่อนได้มาโรงเรียน เขามีอาการเหม่อลอย และแอบไปสูบบุหรี่ที่ห้องน้ำเป็นประจำ ฉันทึ่งได้เขาไปปรึกษากับคุณครูเกี่ยวกับอาการของเพื่อนคนนี้ คุณครูจึงบอกว่า “อาการเหล่านี้คือพฤติกรรมเสี่ยงต่อยาเสพติดของวัยรุ่น” ฉันทึ่งถามต่อว่า “เราควรช่วยเพื่อนอย่างไรดีคะ” คุณครูก็แนะนำว่าให้สังเกตอาการหรือพฤติกรรมของเพื่อน แล้วตักเตือนเพื่อน แต่ถ้ายังไม่ดีขึ้นให้ไปปรึกษาคุณพ่อคุณแม่และคุณครู เพื่อหาทางแก้ไขให้ดีขึ้น ดิฉันจึงคิดว่าโรงเรียนบ้านสิริสุนทราของเรา ได้มีโครงการดีๆ ที่น่าสนใจคือ โครงการ TO BE NUMBER ONE ซึ่งเป็นโครงการแก้ไขปัญหาเสพติดที่ให้นักเรียนมาทำกิจกรรมดีๆ และร่วมกันคิดแก้ไขปัญหายาเสพติด ร่วมกับเพื่อนๆ ที่มาทำกิจกรรมครั้งนี้ด้วย ดิฉันจึงได้ชวนเพื่อนเหล่านั้นมาร่วมกิจกรรมนี้ด้วย ใช้เวลาว่างให้เกิด

ประโยชน์ ในด้านออกกำลังกาย ได้เล่นเกมสนุกๆ ได้ช่วยกันแก้ไขปัญหาเสพติด ยังมี
วิทยากรมาให้ความรู้เรื่องโทษของยาเสพติด และเข้าร่วมกิจกรรม Dancercise ส่งเสริม
ความเชื่อมั่นในตนเอง และความกล้าแสดงออก ทำให้ดิฉันกับเพื่อนๆ ไม่อยากเข้าไป
ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ยังทำให้เพื่อนคนนั้นกลัวยาเสพติด และไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีกเลย

ดิฉันขอขอบคุณโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทุลกระหม่อมหญิง
อุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทำให้ดิฉันและเพื่อนๆ คนอื่นๆ รู้โทษของ
ยาเสพติด ได้ทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ กล้าแสดงออก ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
ดิฉันขอชวนเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ลองมาร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE สักครั้งในชีวิต
แล้วจะได้รู้ถึงโทษของยาเสพติด และดิฉันได้พยายามเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวกับ
ยาเสพติดทางโซเชียลมีเดีย เพื่อประโยชน์ต่อตนเอง ต่อสังคม และประเทศชาติต่อไป

ผู้เขียน
เด็กชายธนกร ทองใบ
โรงเรียนบ้านก้านเหลือง
จังหวัดศรีสะเกษ

สวัสดีครับ ผมชื่อ เด็กชายธนกร ทองใบ ผมเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผมเรียนอยู่โรงเรียนบ้านก้านเหลืองครับ ถ้ามีคนถามผมว่าโครงการอะไรมีประโยชน์ และมีคุณค่าต่อเยาวชนมากที่สุด คงหนีไม่พ้นโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี โครงการที่ช่วยเหลือเยาวชนไทยให้ห่างไกลยาเสพติด โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่เคยหยุดที่จะช่วยเหลือเยาวชนทุกคน ไม่เคยเหนื่อย ไม่เคยย่อท้อ จนมาถึงวันนี้ โครงการ TO BE NUMBER ONE และสิ่งหนึ่งที่โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ทำคือ ช่วยปูทางให้เยาวชนไทยหลายๆ คน รวมถึงตัวผมเองเป็นเด็กต่างจังหวัดคนหนึ่ง ที่รักและชื่นชอบในการเต้นตามเวทีต่างๆ จนได้รู้จักกับเวทีการประกวดรายการหนึ่ง นั่นคือ TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE ผมอยากประกวดมากๆ เพราะมันเป็นเรื่องที่ผมรักและอยากที่จะทำการประกวดนี้เป็นการประกวดที่ยิ่งใหญ่ และท้าทายสำหรับตัวผมมากๆ ซึ่งมันตรงกับจังหวัดที่มีการประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE ระดับจังหวัด ผมรีบเข้าสมัครทันที เหตุการณ์นี้จึงเป็นจุดเริ่มต้นความฝันของผม ผมสมัครและผมได้เป็นตัวแทนของจังหวัด ที่จะได้ไปประกวดระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ การประกวดทุกครั้งผมมีความหวังมาก อยากจะทำได้ เห็นพ่อกับแม่เหนื่อยพาเรามาประกวดก็อยากทำให้ท่านภูมิใจในตัวเรา ว่าเราทำได้ การประกวดในครั้งนี้ผ่านไปได้ด้วยดีในรอบภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พอมาถึงการประกวดผ่านไปได้ด้วยดี เราทำได้เต็มที่ เมื่อถึงเวลาของการประกวดผู้ที่จะเข้ารอบระดับประเทศ ผมรู้สึกตื่นเต้นมาก และผมลุ้นมากเช่นเดียวกัน ณ ตอนนั้นผมยอมรับว่าท้อมากๆ ไม่อยากประกวด อยากหยุด อยากพอแค่นี้ ตั้งใจทำหน้าที่ในการเรียนของเราให้เต็มที่ เพราะเหนื่อยกับการฝึกซ้อมเป็นอย่างมาก แต่พอกลับมาถึงบ้าน คำแรกที่ย่าพูดกับผมคือ “ลองอีกทีไหมลูก” คำพูดของย่าทำให้ผมน้ำตาไหลแบบไม่รู้ตัว สั้นคำพูดของย่าทำให้ผมเปลี่ยนความคิดของตัวเองอย่างสิ้นเชิง ผมกลับมีกำลังใจในการประกวดอีกครั้ง มันเหมือนมีแรงหรือพลังบางอย่างที่ดีมากๆ ผมรีบตอบกลับไปว่า “ผมจะทำได้แน่ครับ ขอคุณย่าที่อยู่เคียงข้างมาตลอดนะครับ” หลังจากนั้นมา ผมก็รีบฝึกซ้อมตลอด กับการประกวดรอบประเทศที่จะเกิดขึ้นใกล้ๆ นี้

ผมฝึกซ้อมอย่างหนัก ปรับบุคลิกภาพตัวเองให้ดีที่สุด จนเวลาที่ร็อกคอยก็มาถึง ความรู้สึก
เดิมก็กลับมาในใจผม ตอนนี่คิดว่าเราไม่มีอะไรที่จะต้องกังวล แต่เราทำให้สิ่งที่เรารัก
ที่เรียกว่า “ความฝัน” ให้ดีที่สุดก็พอ ผมทำได้เต็มที่ครบในครั้งนั้น แต่ไม่รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง
ต่อจากนี้ในใจก็ได้แต่ภาวนาให้ประสบความสำเร็จ ให้กรรมการเห็นในความสามารถ
ของพวกเขา ที่เราตั้งใจทำ ตั้งใจเดินตามหาความฝัน แต่อีกใจหนึ่งก็กลัวว่าจะไม่ประสบ
ความสำเร็จเหมือนกัน แต่เราก็คิดว่าเราได้ทำเต็มที่ที่สุดความสามารถของเรา และระยะเวลา
เวลาตอนนั้นมันช่างบีบหัวใจของผมเหลือเกิน บ้านหลังนี้ TO BE NUMBER ONE ให้ห้อะไร
กับผมอย่างมากมายเหลือเกิน ทั้งความรู้ ประสบการณ์การเต้น การพัฒนาบุคลิกภาพ
ทั้งการปรับตัวเข้าหากัน การมีน้ำใจเอื้อเฟื้อแบ่งปันซึ่งกันและกัน รวมทั้งมิตรภาพจากครู
เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ที่มอบให้กันและกันตลอดเวลา ทำให้เรามีความสุขมากๆ ในบ้านหลังนี้
TO BE NUMBER ONE การที่เราได้ทำตามความฝันมันช่างมีความสุขเหลือเกิน และผม
ได้มีความพยายามทำสิ่งเหล่านี้ที่เรียกว่า “ความฝัน” ให้กลายเป็น “ความจริง” และ
เป็นความจริงที่ยิ่งใหญ่

ผมต้องขอบคุณโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทุกละห่อมหุญจบุลรัตนราชกัญญา
สิริวัฒนาพรรณวดี ที่เปิดโอกาสให้กับเด็กๆ ทุกคน ได้รู้จักกับครอบครัวใหญ่ ครอบครัว
TO BE NUMBER ONE ที่แสนอบอุ่น และสิ่งสำคัญคือ ครอบครัว พ่อแม่ที่คอยสนับสนุน
และให้กำลังใจผมเสมอมา จนทำให้ผมได้มีวันนี้ และสิ่งสุดท้ายคือ ขอขอบคุณตัวเราเอง
ที่พยายามทำในสิ่งที่เรารักโดยไม่ย่อท้อ ทั้งสามสิ่งนี้ ผมก็ไม่สามารที่จะมีวันนี้ได้ต้อง
ขอบคุณจากใจจริงครับ ผมขอสัญญาว่า จะขอจดจำเหตุการณ์เหล่านี้ที่เกิดขึ้น และจะเป็น
ตัวอย่างที่ดีให้แก่เยาวชนไทยตลอดไป

ผู้เขียน
เด็กหญิงบุญพัฒน์ อุ่นแก้ว
โรงเรียนสิริขุนหาญ
จังหวัดศรีสะเกษ

กิจกรรมดีหลีกเลี่ยงยาเสพติด

สวัสดีค่ะ วันนี้ดิฉันมีประสบการณ์ดีๆ จะมาเล่าให้ฟัง มันเริ่มจากความสงสัยในวัยเด็กของดิฉัน เพราะตอนเด็กๆ ดิฉันได้ไปขายของกับคุณแม่ตามเทศกาลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นงานวัด ดิฉันได้เห็นกลุ่มวัยรุ่นกลุ่มหนึ่งถือขวดสุราเข้ามาในงาน ไม่นานก็เริ่มเกิดการทะเลาะวิวาทขึ้น ดิฉันจึงสงสัยว่าทำไมแค่นี้ในขวดสามารถทำให้วัยรุ่นกลุ่มนี้ทะเลาะกันได้ และเกิดความเคียดแค้นต่อผู้ที่มาร่วมงานด้วย ดิฉันจึงกลับไปถามคุณพ่อว่าน้ำในขวดมันเป็นน้ำอะไร คุณพ่อจึงให้คำตอบว่ามันคือสุรา หรือที่เราเรียกกันว่าเหล้านั่นเอง สุราจะทำให้เกิดความมึนเมา ขาดสติ ทำอะไรโดยไม่รู้ตัว จึงก่อให้เกิดความวุ่นวาย คุณพ่อดิฉันจึงสอนและอธิบายโทษของมัน อายุเรายังน้อยไม่ควรคิดทดลองกับสิ่งของอบายมุขเหล่านี้

เมื่อดิฉันได้เข้ามาอยู่ในโรงเรียนบ้านสิริขุนหาญ จึงได้รู้ว่านอกจากสุรา ยังมียาเสพติดอีกเป็นภัยที่ร้ายแรง คุณครูได้เล่าให้กับนักเรียนฟังว่า คุณครูเคยได้ไปเห็นกลุ่มวัยรุ่นกำลังมั่วสุมเสพยาเสพติดที่งานเทศกาล คุณครูจึงได้โทรไปที่เบอร์ 1386 เพื่อแจ้งเบาะแสยาเสพติดกับตำรวจ คุณครูบอกว่าวัยรุ่นกลุ่มนี้เคยเป็นคนดี ช่วยเหลือสังคมมาโดยตลอด แต่เพราะฤทธิ์ของยาเสพติด จึงทำให้นิสัยของคนๆ หนึ่งเปลี่ยนไปได้ขนาดนี้ แต่ยังมีโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ในทุกละแอมมหญิงอุปถัมภ์ราชภัฏญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นโครงการที่ต่อต้านยาเสพติด ซึ่งโรงเรียนบ้านสิริขุนหาญของดิฉันมีโอกาสได้เข้าร่วมโครงการนี้ด้วย ดิฉันรู้สึกดีใจและภูมิใจเป็นอย่างมากที่โรงเรียนบ้านสิริขุนหาญมีโครงการดีๆ ให้นักเรียน ได้เข้าร่วม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งที่ได้ทำประโยชน์ต่อสังคม ดิฉันได้ชวนเพื่อนๆ มาเข้าร่วมโครงการนี้ด้วย แต่วันหนึ่งดิฉันได้ไปเห็นรุ่นพี่กลุ่มหนึ่ง กำลังดื่มสุราหรือเหล้ากันอยู่ ดิฉันกับเพื่อนๆ จึงรีบวิ่งไปหาคุณครูเพื่อบอกครุว่ามีรุ่นพี่กำลังดื่มสุราในโรงเรียนอยู่ คุณครู ฉันทน์ และเพื่อนๆ ก็รีบวิ่งไปหารุ่นพี่กลุ่มนี้ แต่พอไปถึงฉันทน์ก็เข้าไปถามรุ่นพี่ว่า ทำไมถึงกินสิ่งที่ไม่ดีไม่มีประโยชน์ และสิ่งที่เด็กอายุไม่ถึง 19 ปีไม่ควรกิน รุ่นพี่ผลึกดิฉันออก คุณครูและเพื่อนๆ ก็เข้ามาช่วยและพากลับที่ห้อง

ดิฉันสัญญาว่าคุณครูว่าจะไม่เข้าไปทำอะไรโดยพลการอีก และจะไม่ยุ่งกับยาเสพติดและสิ่งมีนเมา เพราะสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความวุ่นวายได้ หรือสร้างความเดือดร้อนให้กับคนอื่นได้

ดิฉันจึงเห็นว่าโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่ควรสนับสนุนกันเพื่อต่อต้านยาเสพติด โครงการนี้ไม่ได้มีประโยชน์แค่เพื่อต่อต้านยาเสพติด ยังมีประโยชน์ต่อตัวเราอีกด้วย ทั้งการเต้น ร้องเพลง วิชาการ ล้วนเป็นสิ่งที่ทำให้เราใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ดิฉันจึงขอขอบคุณผู้สนับสนุนโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ทุกท่าน และขอขอบคุณ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นอย่างสูงที่ได้คิดโครงการนี้ขึ้นมาเพื่อต่อต้านยาเสพติดให้สิ้นไป และขอขอบคุณคณะกรรมการทุกท่าน ที่ได้เปิดการแข่งขันการเขียนเรียงความ “เรื่องเล่า ดี ดี ของชาว TO BE NUMBER ONE” ดิฉันจึงขอเชิญชวนทุกท่านมาเข้าโครงการนี้กันเยอะๆ นะคะ เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเยาวชนรุ่นหลัง ห่างไกลยาเสพติด และเป็นคนดีของสังคมต่อไป

ผู้เขียน
เด็กชายเกียรติประภัทร สารทอง
โรงเรียนบ้านกันตรรว
จังหวัดศรีสะเกษ

“พิษภัยร้ายคือยา ที่เข้ามาใกล้ตัวเรา
ใครเสพก็มัวเมา ความทุกข์เศร้าถึงครอบครัว
คนเสพอาจถึงตาย เพราะคนขายมุ่งคิดชั่ว
โง่เขลาแสนเมามัว เห็นแก่ตัวสุขสบาย
บ้านเมืองจะวิบัติ ต้องกำจัดให้สูญหาย
ขอเพื่อนทั้งหลายจงห่างไกลภัยร้ายเอย”

ถ้าพูดถึงยาเสพติด ทำให้ข้าพเจ้านึกถึงคำว่า ยาบ้า ซึ่งเป็นเรื่องน่ากลัวมาก แต่ข้าพเจ้าเองยังไม่รู้เลยว่า ยาบ้าเป็นหน้าตาอย่างไร ทำไมคนถึงชอบลอง ยาเสพติด มีหลายชนิด เช่น เหล้า มอร์ฟิน กัญชา ฝิ่น สารระเหย เฮโรอีน ยาบ้า ยาอี แต่ละชนิด ล้วนแล้วแต่อันตรายถึงแก่ชีวิตทั้งสิ้น แต่เราก็มองว่าเป็นของน่าลอง เก่ เท่ ไม่รู้คิด ได้อย่างไรคนรุ่นใหม่เดี๋ยวนี้นี้ แต่ก่อนยาเสพติดจะติดเฉพาะคนที่มีปัญหา และวัยรุ่น ที่มีปัญหากับครอบครัวเท่านั้น เดี๋ยวนี้นี้ไม่เป็นอย่างนั้นแล้ว ติดทั้งคนรวย คนจน คนมีปัญหา คนไม่มีปัญหา ทั้งเด็กและวัยรุ่น ไม่เลือกเพศและวัย ทุกคนรู้ว่า ยาเสพติด มีพิษร้ายอันตรายแค่ไหน แต่ก็ชอบสร้างปัญหาให้สังคมและครอบครัว

โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยต่อต้าน ยาเสพติด ส่งเสริมให้เยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ แสดงความสามารถได้เต็มที่ ไม่ว่าจะเป็นการเต้นรำ ร้องเพลง หรือกิจกรรมที่เราชอบ ดีกว่าไม่รู้จะทำอะไรเลย ทำให้มี โอกาสในการหันไปพึ่งยาเสพติด เป็นภัยกับตัวเอง พวกเราผู้รักดีทั้งหลาย มาเถิด ช่วยกัน ต่อต้านยาเสพติดทุกชนิด อย่าให้เข้าใกล้เรา ต้องไม่ลอง ไม่อยากรู้ รู้จักระงับจิตใจ ของตนเอง ใครที่ไม่หวังดีให้หลีกหนีไปให้ไกล วันที่ 26 มิถุนายน ของทุกปี เป็นวันต่อต้าน ยาเสพติดโลก ขอเชิญชวนพวกเราต่อต้านยาเสพติดให้หมดไปจากโลกนี้ให้ได้

ผู้เขียน
เด็กหญิงกฤติมา เกษแก้ว
โรงเรียนศรีสะเกษวิทยาลัย
จังหวัดศรีสะเกษ

เรื่อง TO BE NUMBER ONE สานฝันเด็กไทย

“ยาเสพติด” ปัญหาสำคัญของสังคมไทยในปัจจุบัน ที่แพร่หลายเป็นวงกว้าง โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชน ทั้งชายและหญิง ซึ่งเนื่องจากเยาวชน เป็นวัยที่ยังขาดวุฒิภาวะ มีความคิดคะนอง อยากรอง อยากรู้ จึงไม่ได้ไตร่ตรองให้ดีเสียก่อนว่า สิ่งใดควรสิ่งใดไม่ควร และอีกหลายปัจจัยก็คือ ด้านสภาพแวดล้อมสังคม และครอบครัว เนื่องจากสาเหตุต่างๆ เหล่านี้ทำให้เยาวชนไทย ติดยาเสพติดเพิ่มมากขึ้น และทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ แต่อย่างไรก็ตาม ต้องอยู่ที่ตัวเยาวชนด้วย เยาวชนต้องมีความคิดวิเคราะห์ มีภูมิคุ้มกันในตัว เรื่องยาเสพติด ตัดสินใจทำอะไรแล้ว ต้องตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น

ทุกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเล็งเห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมไทยและทรงมีความห่วงใยต่อประชาชน เด็กและเยาวชนเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยง ต่อการติดยาเสพติด พระองค์จึงทรงมีพระกรุณาธิคุณ รับเป็นองค์ประธาน โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด หรือในชื่อ โครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อให้ช่วยต่อการรณรงค์ โครงการนี้ได้รับความร่วมมือจากหลายหน่วยงาน จากทั้งภาครัฐและเอกชน ที่ได้ร่วมด้วยช่วยกันดำเนินการ เพื่อให้ยาเสพติดในประเทศไทยหมดไป ไม่ใช่ว่าหน้าที่นี้เป็นของใครคนใดคนหนึ่ง หรือองค์กรใด องค์กรหนึ่ง แต่มันเป็นหน้าที่ของคนไทยทุกคนที่ต้องช่วยกัน เอาชนะปัญหาที่เกิดขึ้น “เป็นหนึ่งในไม่พึ่งยาเสพติด” คำขวัญของโครงการ TO BE NUMBER ONE หมายความว่า เป็นหนึ่ง ทุกคนเป็นได้ เพราะทุกคนต่างมีที่อยู่ในตัวเอง หากค้นพบความสามารถ ความถนัดและฝึกฝนอยู่เป็นประจำ ความสำเร็จก็ไม่ไกล แต่เราต้องมีความสุขในสิ่งที่ทำ และมีความเชื่อมั่นในตัวเอง โครงการ TO BE NUMBER ONE IDOL หรือเรียกว่า เยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE โดยโครงการจะปลูกฝังให้เยาวชน เป็นคนเก่ง คนดี มีความสามารถไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เป็นตัวอย่างที่ดีของสังคมในทุกๆ ด้าน เป็นสื่อบุคคลในการรณรงค์แก้ไขปัญหายาเสพติด โครงการได้พัฒนาและเสริมสร้างให้เยาวชนมีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจและอารมณ์ โครงการนี้ทำให้เยาวชน

ค้นพบความสามารถ ความถนัดของตนเอง ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จากการทำในสิ่งที่ตนเองถนัดและชื่นชอบ ทำให้เกิดความสุข และรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และทางด้านโครงการได้ช่วยสนับสนุน และผลักดันให้เยาวชนกล้าที่จะแสดงความสามารถของตนเอง ทำให้คนอื่นรู้ว่า เยาวชนสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นที่คนดีและคนเก่งมีความสามารถไม่แพ้ชาติใด และผลที่ได้จากการร่วมโครงการนี้แล้ว ทำให้เยาวชนหลายคนได้ค้นพบตัวเองได้ลองทำในสิ่งใหม่ๆ กล้าแสดงออก ทำให้เป็นแนวทางในการเลือกสายอาชีพที่ตนเองชอบทำแล้วมีความสุข ทำให้เกิดความมั่นคงในอาชีพในอนาคตของเยาวชน เพราะอาชีพการทำงานคือสิ่งที่ต้องอยู่กับเราไปตลอดชีวิต หรือจนกว่าชรา เพราะมนุษย์เราต้องทำงานหาเงินมาใช้จ่ายในชีวิต ดังนั้น ก่อนที่จะตัดสินใจเลือกอาชีพที่จะทำหรือเลือกสายการเรียนเราต้องไตร่ตรองให้ดีก่อนว่าเรา เหมาะสมหรือมีใจรักในอาชีพหรือสายการเรียนนั้นหรือไม่ เพราะเยาวชน คือกำลังสำคัญของประเทศชาติ ที่จะช่วยพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าต่อไปในอนาคตเหมือนดังคำขวัญ วันเด็กในปี 2555 ว่า “เด็กดีเป็นศรีแก่ชาติ เด็กฉลาดชาติเจริญ” ดังนั้นเยาวชน จึงควรได้รับการปลูกฝังอบรมให้มีภูมิคุ้มกัน ทางด้านจิตใจ และอารมณ์ ให้เข้มแข็งไม่ตกเป็นทาสของยาเสพติด ตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม มีจิตอาสาเพื่อส่วนรวม กิจกรรมดีๆ เหล่านี้จะเกิดขึ้นไม่ได้เลย ถ้าทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ไม่ทรงมีพระกรุณาธิคุณต่อเยาวชนไทย ดังนั้นในฐานะที่ฉันเป็นเยาวชนไทยเหมือนกัน อยากขอให้ เยาวชนไทยทุกคนตระหนักถึงปัญหาของยาเสพติดว่ามันรุนแรง และส่งผลเสียต่อตนเองและสังคม และประเทศชาติอย่างไร เยาวชนไทยเราต้องร่วมมือกันไม่ให้ตกเป็นทาสของยาเสพติด หากเยาวชนไทยสามัคคีกัน ฉันเชื่อว่า “เยาวชนไทยจะห่างไกล ยาเสพติดได้อย่างแน่นอน”

ผู้เขียน
เด็กหญิงวิภาวรรณ เพิ่มผล
โรงเรียนบ้านปูน
จังหวัดศรีสะเกษ

“TO BE NUMBER ONE” โครงการดีในใจฉัน

หากกล่าวถึงโครงการ “TO BE NUMBER ONE” แล้ว สิ่งแรกที่ประชาชนชาวไทยจะนึกถึงนั้นคงต้องเป็น ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ผู้ทรงเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างแนบแน่น เพราะเนื่องด้วยพระองค์ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทย โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนอายุระหว่าง 6 - 25 ปี จึงได้จัดตั้งโครงการนี้ขึ้นรวมถึงจัดกิจกรรมต่างๆ มากมายสำหรับเด็กและเยาวชน และฉันเองก็ได้เป็นหนึ่งในเยาวชนผู้ที่มีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้ด้วย ในตอนนั้นฉันกำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านปูน ตำบลสระยาว อำเภอสรีรัตนะ จังหวัดศรีสะเกษ ได้ทราบข่าวจากคุณครูในโรงเรียนเกี่ยวกับกิจกรรมการแข่งขันการเต้นโครงการ “TO BE NUMBER ONE” ในปี พ.ศ. 2561 และได้รับการคัดเลือกจากคุณครูให้เป็นตัวแทนของโรงเรียนในครั้งนั้นด้วย ซึ่งฉันรู้สึกดีใจเป็นอย่างมาก แต่ความสามารถของฉันยังน้อย ฉันจึงเฝ้าถามตัวเองว่า “ฉันจะทำได้ไหม” นั่นคือคำถามที่ฉันคิดอยู่ในหัวฉันเสมอและมันคือสิ่งที่โหดร้ายที่สุดในตอนนั้น การเป็นตัวแทนของโรงเรียนในครั้งนั้นไม่่ง่ายเลย ฉันต้องหาเวลาปลีกตัวจากการเรียนเพื่อมาฝึกซ้อม ซึ่งตอนนั้นเป็นช่วงที่กำลังเปิดภาคเรียน ทำให้ฉันเกิดความกังวลอย่างมากในเรื่องของเวลาซ้อม ฉันจะหาเวลาซ้อมตอนไหน ? จะมีเวลาเข้าเรียนหรือเปล่า ? จะเรียนทันเพื่อนไหม ? คำถามมีมากมายในหัว แต่การเต้นเป็นสิ่งที่คุณครูเห็นความสามารถและสนับสนุนฉันจึงต้องทำมันให้ดีที่สุด ฉันแบ่งเวลาในการซ้อมและติดตามการเรียน ยอมรับว่าตอนนั้นเหนื่อยมากแต่ฉันก็มีความสุข ฉันได้ฝึกซ้อมกับเพื่อนๆ ในทีมซึ่งมีทั้งความทุกข์และความสุข ร่วมกันคิดท่าเต้น แกะท่าเต้น ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เวลาเกิดปัญหาฉันและเพื่อนๆ ในทีมจะช่วยกันหาทางแก้ไขทำให้เรารักและสามัคคีกัน จนถึงวันแข่งขันพวกเราทุกคนในทีมตั้งใจทำอย่างเต็มที่ ผลการแข่งขันปรากฏว่า ทีมของโรงเรียนบ้านปูน ได้รับรางวัลชนะเลิศในการเข้าร่วมการแข่งขันการเต้น โครงการ

“TO BE NUMBER ONE” พ.ศ.2561 ในงานข้าวโพดหวาน ของอำเภอศรีรัตนะ จังหวัดศรีสะเกษ และนั่นคือความภาคภูมิใจอย่างมากของฉัน ที่ครั้งหนึ่งเคยเป็นตัวแทนของโรงเรียน ได้สร้างชื่อเสียงให้กับโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนของฉันเป็นเพียงแค่วรรณาลัยโอกาสขนาดเล็ก ทำให้มีคนรู้จักโรงเรียนของพวกเรามากยิ่งขึ้น จากการเข้ากิจกรรมในโครงการ “TO BE NUMBER ONE” ทั้งฉันยังสามารถลบคำสบประมาทของตนเองและหลายๆ คนที่คิดว่าฉันทำไม่ได้ ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้ลองทำสิ่งใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำมาก่อน จากคนที่เคยเป็นคนขี้อายไม่กล้าแสดงออก ไม่เข้ากับเพื่อน เข้ากับเพื่อนไม่ค่อยได้ แต่เมื่อฉันได้เข้าร่วมโครงการนี้ทำให้ฉันมีเพื่อนมากขึ้นมันทำให้ฉันมีความสุขมาก ฉันภูมิใจที่สามารถฟันฝ่าอุปสรรคทั้งหมดนั้นมาได้ ประสบการณ์ในการฝึกซ้อมและเข้าร่วมการแข่งขันกับหลายๆ ทีม มันทำให้ฉันรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างหากต้องการประสบความสำเร็จนั้นเราต้องรักในสิ่งที่ทำ ต้องมีความมุ่งมั่น อดทน ตั้งใจ และที่ขาดไม่ได้คือความสามัคคี เพราะหากทุกคนในทีมขาดความสามัคคีกันแล้วไม่ว่าจะเก่งแค่ไหนก็สามารถประสบความสำเร็จได้อย่างแน่นอน สำหรับฉันแล้วสิ่งที่ฉันได้รับในการแข่งขันในครั้งนี้มันมีค่ามากกว่ารางวัลชนะเลิศ หากไม่มีโครงการ “TO BE NUMBER ONE” ฉันคงตั้งหน้าตั้งตาเรียนเพียงอย่างเดียว คงไม่ได้เรียนรู้การทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อนๆ คงไม่ได้มีโอกาสพบมิตรภาพใหม่ๆ ได้ลองทำสิ่งใหม่ๆ ได้เปิดโลกใบใหม่ ทำให้รู้ว่าการอยู่ในสังคมไม่ใช่เพียงการอยู่คนเดียวต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วย ขอขอบคุณโครงการ “TO BE NUMBER ONE” ของทุกละห่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี โครงการที่ให้ประสบการณ์มากมายแก่ฉันและเพื่อนๆ มีกิจกรรมมากมายที่การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกแก้ไขปัญหายาเสพติดให้แก่เด็กและเยาวชน หากมีโอกาสฉันจะเข้าร่วมกิจกรรมดีๆ เช่นนี้อีกอย่างแน่นอน

ผู้เขียน
เด็กหญิงพัชรี ยวนย
โรงเรียนบ้านปูน
จังหวัดศรีสะเกษ

ฉันรัก “TO BE NUMBER ONE”

เป็นโครงการหนึ่งที่ช่วยรณรงค์ปลูกจิตสำนึกการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เป็นโครงการหนึ่ง ที่เผยแพร่ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันสารเสพติดในกลุ่มเยาวชนและประชาชนทั่วไป และเป็นอีกโครงการหนึ่งซึ่งช่วยเหลือเพื่อนเยาวชนให้มีความตั้งใจที่เข้มแข็ง สามารถดูแลตัวเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติด จากวัตถุประสงค์ของโครงการที่กล่าวมาแล้วเราจะนึกถึงโครงการอื่นใดไม่ได้ หากไม่ใช่โครงการ “TO BE NUMBER ONE” ของมูลนิธิรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด สิริวัฒนาพรรณวดี ทุกวันนี้สังคมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่รวดเร็วนั้นส่งผลให้ทั้งด้านดีและไม่ดี ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับตนเองที่จะสามารถยอมรับและปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้มากเพียงใด อีกสิ่งหนึ่งที่ทุกคนทราบกันดีว่าเป็นปัญหาใหญ่ระดับชาติที่เกิดขึ้นในขณะนี้คือ “ปัญหายาเสพติด” ต้องยอมรับว่าในสังคมปัจจุบันยาเสพติดอยู่รายรอบตัวเรา สาเหตุที่ทำให้หลายคนเข้าไปหลงผิดกับยาเสพติดมีมากมายหลายสาเหตุ อีกสาเหตุหนึ่งที่สำคัญคงหนีไม่พ้นปัญหาครอบครัวซึ่งฉันเองก็ประสบปัญหานี้เช่นกัน ครอบครัวของฉันแตกแยก พ่อกับแม่แยกทางกัน คงปฏิเสธไม่ได้ว่าฉันรู้สึกเสียใจมาก ไม่มีกำลังใจ ในการเรียน ต้องการคนปรึกษา ต้องการที่พึ่ง และคอยรับฟัง แต่ฉันโชคดี โชคดีที่มีเพื่อน มีคุณครู ที่คอยให้คำปรึกษาและแนะนำฉันอยู่เสมอ คุณครูได้ประชาสัมพันธ์กิจกรรมการแข่งขันการเต้นโครงการ “TO BE NUMBER ONE” ฉันมีความสนใจจึงได้สมัครเข้าร่วมการแข่งขัน ทำให้ฉันได้ทำกิจกรรมและไม่คิดจะยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ฉันเรียนอยู่ในโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดศรีสะเกษ เป็นโรงเรียนขนาดเล็กประจำตำบล มีนักเรียน จำนวนสามร้อยกว่าคน วันหนึ่งคุณครูเรียกฉันและเพื่อนๆ ไปพบที่ห้องนาฏศิลป์ เพื่อเป็นตัวแทนของโรงเรียนไปเข้าร่วมการแข่งขันการเต้น โครงการ “TO BE NUMBER ONE” ในงานข้าวโพดหวาน ของอำเภอสรีรัตนะ จังหวัดศรีสะเกษ ในตอนนั้นฉันรู้สึกดีใจมาก แต่ก็มีกังวลเนื่องจากเป็นสิ่งที่ไม่เคยทำมาก่อนและกลัวว่าจะทำได้ไม่ดี หลังจากนั้นฉันและเพื่อนๆ ในทีมก็ได้ร่วมกันฝึกซ้อม ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆ ในทีม ฝึกซ้อมเต้นด้วยกันทุกวันหลังเลิกเรียน ทำให้ฉันมีเพื่อนมากขึ้น ฉันรู้สึกมีความสุขมากทำให้ลืมปัญหาครอบครัวในตอนนั้นไปได้ เมื่อใกล้ถึง

วันแข่งขันฉันรู้สึกตื่นเต้นและกดดันมากแล้วแสดงออกมาไม่ดี แต่ฉันก็ได้รับกำลังใจจากเพื่อนๆ ในทีมและคุณครู ก่อนวันแข่งขันคุณครูได้นัดหมายเรื่องการแต่งกายเวลาในการแข่งขันเพื่อนให้พวกเราเตรียมตัว อีกปัญหาหนึ่งที่พบคือโรงเรียนของเราเป็นโรงเรียนขนาดเล็กขาดงบประมาณในการจัดหาชุดในการแข่งขัน คุณครูจึงแก้ปัญหาโดยการให้ทีมของเราแต่งตัวด้วยชุดพละของโรงเรียนเพื่อให้เราทุกคนในทีมได้แต่งกายเหมือนกันทั้งหมด เมื่อถึงวันแข่งขันฉันและเพื่อนๆ ยิ่งตื่นเต้นมากคุณครูได้ไปจับฉลากเพื่อจัดลำดับการแข่งขัน ในขณะที่รอแข่งขันฉันก็ได้ดูโรงเรียนอื่นๆ แสดง ทุกโรงเรียนแสดงได้ดีมาก เมื่อถึงเวลาของทีมเราแสดงพวกเราก็ได้ทำอย่างเต็มที่เช่นเดียวกันพอถึงเวลาประกาศผลการแข่งขันรอบแรกผลปรากฏว่าทีมของโรงเรียนบ้านปูนซึ่งเป็นโรงเรียนเราก็ได้ผ่านเข้ารอบคณะกรรมการจึงให้ทำการแสดงอีกครั้งเพื่อตัดสินรางวัลชนะเลิศ การแสดงครั้งที่สองยิ่งทำให้ฉันและเพื่อนๆ ในทีมตื่นเต้นมากกว่าครั้งแรกเป็นหลายเท่า แต่... ฉัน เพื่อนและคุณครูได้ให้กำลังใจกันและพวกเราทำอย่างสุดความสามารถหลังจากการแข่งขัน กรรมการก็ประกาศผลทันที ซึ่งสิ่งที่ฉันไม่คาดคิดคือโรงเรียนของฉันได้รับรางวัลชนะเลิศ ในการแข่งขันการเต้น โครงการ “TO BE NUMBER ONE” ฉันรู้สึกดีใจมากเพราะนี่เป็นครั้งแรกของพวกเรา การแข่งขันในครั้งนั้นทีมเราได้รับเกียรติบัตรและทุนการศึกษา ซึ่งทุนการศึกษาที่ได้รับในครั้งนี้นักเราได้มอบให้กับทางโรงเรียนเพื่อไปจัดซื้อชุดและอุปกรณ์ของชมรมดนตรีนาฏศิลป์ ทำให้ชมรมของเรามีชุดและอุปกรณ์ในการแข่งขันครั้งต่อไป ถึงแม้จะไม่มากแต่พวกเราก็กุมใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาโรงเรียน ใครจะไปคิดว่าโรงเรียนขนาดเล็กอย่างเราจะสามารถชนะการแข่งขันครั้งนี้ได้ การแข่งขันครั้งนี้สิ่งที่ได้รับมีค่ามากกว่ารางวัลชนะเลิศ ทำให้ฉันรู้ว่าหากเราทุกคนในทีมมีความสามัคคี มีความตั้งใจและพยายามจะทำให้เราประสบความสำเร็จได้อย่างแน่นอน มากกว่านั้นการแข่งขันครั้งนี้ทำให้ฉันมีเพื่อนมากขึ้นทั้งเพื่อนโรงเรียนเดียวกันและเพื่อนต่างโรงเรียน ทำให้ฉันได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ได้ทำในสิ่งที่ชอบฝึกความกล้าแสดงออกและเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ที่สำคัญทำให้ฉันไม่อยากจะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดถึงแม้ปัญหาครอบครัว ของฉันในตอนนั้นจะหนักมากก็ตาม หากไม่มีการแข่งขันการเต้น โครงการ “TO BE NUMBER ONE” ในวันนั้น ฉันคงไม่มีโอกาสได้เปิดประสบการณ์ใหม่ๆ ได้มีเพื่อนใหม่และอาจจะเป็นเด็กที่ประสบปัญหาครอบครัวจนต้องหันไปพึ่งพายาเสพติดฉันขอบคุณ “TO BE NUMBER ONE” โครงการที่มอบประโยชน์ให้แก่สังคมมากมาย ทำให้เด็กและเยาวชนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รู้จักคุณค่าของเวลา ช่วยป้องกันสังคมจากยาเสพติด และฉันเชื่อว่าหลายคน คงได้รับประโยชน์จากโครงการนี้เช่นเดียวกันกับฉัน “ฉันรัก TO BE NUMBER ONE”

ผู้เขียน
เด็กหญิงบุญวีร์ ปิยะประนม
โรงเรียนบ้านก้านเหลือง
จังหวัดศรีสะเกษ

โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่มอบแต่สิ่งดีๆ ให้ข้อคิดดีๆ และคติเตือนใจ ดีๆ มากมาย และยังให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดมากมาย และยังช่วยแก้ปัญหา ยาเสพติดอีกด้วย โครงการนี้ช่วยเราในหลายๆ เรื่อง ช่วยให้พ้นจากสารเสพติด ได้รู้วิธี ป้องกันและหลีกเลี่ยงจากสารเสพติด สามารถหาวิธีการเอาชนะปัญหาเสพติดให้ได้โดยเร็ว สิ่งดีๆ ที่ฉันได้รับจากการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้ฉันเจอหนทาง แก้ปัญหาในหลายๆ เรื่อง และโครงการ TO BE NUMBER ONE ของทุลกระหม่อมหญิง อุบลรัตน์ราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยต่อต้านได้ดีมากและยังช่วยให้เยาวชนรุ่นใหม่ๆ ได้รับข้อคิด ได้รับความรู้ และวิธีการดำเนินชีวิตอีกด้วย

ประสบการณ์ของฉันในการเข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ครั้งนี้ ฉันรู้สึกดีใจ สิ่งที่ฉันอยากบอกในการเขียนเรียงความครั้งนี้ ฉันอยากให้ทุกคนได้รู้ว่า โครงการนี้เป็นโครงการที่มีประโยชน์มาก ถึงฉันจะไม่ได้รู้อะไรเกี่ยวกับโครงการนี้ มากเท่าไรนัก แต่ฉันก็พอได้ยิน ได้รู้ ได้ดูในโทรทัศน์บ้าง และฉันเชื่อว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE นี้ เป็นโครงการที่ดีและมีประโยชน์ สามารถทำให้คนรุ่นใหม่ๆ ได้รู้วิธีการป้องกันและหลีกเลี่ยงจากสารเสพติดได้มากเลยทีเดียว สิ่งที่ได้รับในการเข้าร่วม โครงการนี้ คือ ทำให้ฉันคิดได้ว่าเราควรใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ปฏิบัติ อย่างไม่ทำอะไรจะเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนวุ่นวาย สิ่งที่ดีที่สุด สำหรับฉัน คือ การหลีกเลี่ยงจากสารเสพติด ซึ่ง “ยาเสพติด” เป็นปัญหาสำคัญของสังคม สภาพปัญหาเสพติดเปลี่ยนแปลงไปมาก เมื่อก่อนมาถึงปัจจุบันนี้ จากเดิมที่ “เฮโรอีน” เป็นปัญหาสำคัญของตำรวจ จนกลายมาเป็น “ยาบ้า” หรือ “สารเมทแอมเฟตามีน” ที่ระบาดไปอย่างมาก เริ่มจากชุมชนเล็กๆ ไปจนถึงระดับประเทศ จึงทำให้คนหลงผิด เดินทางที่ผิดเป็นจำนวนมาก และเกิดปัญหาอื่นมากมายตามมา เช่น การปล้น การจี้ และการฆาตกรรม ทำให้ผู้อื่นได้รับความเสียหายมากมาย และทำให้สังคมเราน่ากลัว และเสื่อมโทรมไปมากจนมีโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทุลกระหม่อมหญิง อุบลรัตน์ราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ขึ้นมา ทำให้ได้รับความสนใจจากประชาชนมาก ท่านทำโครงการนี้เพราะท่านทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนเป็นอย่างมาก ที่กลัวว่า

สักวันหนึ่งเราจะหลงไปในทางที่ผิดมากกว่านี้ ฉะนั้นโครงการนี้ได้รับการยอมรับที่ดี และได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก เพราะเป็นโครงการต่อต้านยาเสพติดและจัดขึ้น เพื่อให้ได้รับการบริการเข้าบำบัด รักษาโรค ในสถานที่บริการอื่นๆ ทำให้สารเสพติดลดลงได้บ้าง แต่ก็ไม่มากนัก เพราะเยาวชนไม่ได้ให้ความสำคัญกับโครงการมากนักแต่พอโครงการนี้ได้มีพัฒนาการมากขึ้น ทำให้เยาวชนได้เริ่มสนใจโครงการมากขึ้น ทำให้โครงการนี้ ได้รับความสำเร็จ ทำให้ทุกคนและตัวฉันมองได้ว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการของคนดี คนเก่ง และทุกคนที่มีความคิดที่ดี พร้อมทั้งจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง ให้มีประโยชน์มากที่สุด ประโยชน์ที่ฉันได้รับในโครงการนี้คือ ทำให้ฉันมีความรับผิดชอบ และทำให้ฉันได้เห็นคุณค่าของตัวเอง ว่าเราอย่าไปหลงไปในทางที่ผิด เพียงเพราะหาทางออก ไม่เจมมีแต่อุปสรรคมาถล่ม เราลองมองดูรอบๆ ว่า ทำไมคนข้างๆ เราถึงได้สู้ เขาถึงไม่ท้อ เพราะคนเหล่านั้นเขายังคิดถึงชีวิตในอนาคตว่า ถ้าเราทำดีไปเรื่อยๆ สักวันเราต้องดีขึ้น แน่นนอน เพราะฉะนั้นพวกเขาถึงไม่ท้อ และยังทำให้พวกเขาเข้มแข็งมากขึ้นอีกด้วย และสำหรับฉันเอง ฉันคิดว่าคุณค่าของคนไม่ได้อยู่ที่ฐานะทรัพย์สินอะไรมากมาย แต่มันขึ้นอยู่กับตรงที่ว่าวันๆหนึ่งเราใช้ชีวิตอย่างไร เราจะกำหนดชีวิตเราอย่างไรไม่หลงไป ในทางที่ผิด จะปฏิบัติตนอย่างไรไม่ให้เป็นที่รังเกียจของสังคมและจะทำประโยชน์ให้สังคมได้ ความรู้สึกและความประทับใจของฉันในโครงการ TO BE NUMBER ONE นี้ คือ ทำให้ฉันได้รับความรู้ในอีกหลายๆ เรื่องไม่ว่าจะเป็นเรื่องสารเสพติด เรื่องใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์สูงสุด ได้รู้จักการสร้างมิตรภาพต่อคนรอบข้าง และได้รู้จักการมองเห็นคุณค่า ของตัวเองให้พ้นยาเสพติด และสิ่งที่สัมผัสได้ในโครงการนี้ ฉันได้รู้ถึงความมีน้ำใจ ความเสียสละ การรู้จักให้ ทำให้เรามีความรับผิดชอบต่อมากขึ้น มีความภาคภูมิใจในตัวเอง พอใจในสิ่งที่เรามีและสามารถดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข สิ่งที่ทำให้ฉันประทับใจและรู้สึกได้ ในโครงการ TO BE NUMBER ONE นี้ ขาดไม่ได้เลยคือ การมีบริการที่ให้โอกาส สำหรับการแสดงออกถึงพลังสร้างสรรค์ที่มีอยู่ของวัยรุ่นในสถานศึกษา เพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกันทางจิตใจและป้องกันแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่นในพื้นที่เสี่ยงต่อการเกิด ปัญหาวัยรุ่นได้ง่าย ซึ่งเป็นจุดเด่นของโครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ว่าเยาวชน วัยผู้ใหญ่ วัยเด็กที่ต้องการหลีกเลี่ยงให้ห่างจากสารเสพติด ไม่อยากหลงไปในทางที่ผิดและ อยากรู้เกี่ยวกับสารเสพติดมากขึ้น เพื่อเอาไว้ป้องกันตัวเองจากสิ่งรอบๆ ข้าง ให้พ้นจากสิ่งไม่ดี ที่เป็นภัยกับตัวเราเอง และสิ่งสำคัญคือ เราอย่าไปหลงเชื่อคำพูด คำชักจูง ที่จะพาเราไป ทางที่ไม่ดี เราควรรู้จักปฏิเสธด้วยถ้อยคำที่สุภาพ แต่ถ้าเราไปหลงเชื่อคำพูด คำชักจูงที่ไม่ดี เหล่านั้น หนทางในการใช้ชีวิตของเราจะแย่ง เพราะฉะนั้นแล้ว เราควรรู้จักปฏิเสธ คำพูด

เหล่านั้นให้ได้ ให้คนพวกนี้ออกห่างจากเราได้มากที่สุดและสิ่งที่ฉันได้เห็นในโครงการ TO BE NUMBER ONE นี้ คือการที่สามารถช่วยเหลือให้คนๆ หนึ่งที่มีชีวิตสามารถหลุดพ้นให้ห่างไกลจากยาเสพติดได้ และทำให้เยาวชนที่เคยหลงเดินไปในทางที่ผิดๆ ทำให้พวกเขาเหล่านั้นกลับมาเป็นคนใหม่ คนใหม่ที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีกต่อไปและกลับตัวกลับใจเป็นคนดีของครอบครัว เป็นคนดีของสังคม ทำคุณประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติช่วยกันร่วมรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด และสิ่งที่สำคัญสำหรับเยาวชนรุ่นใหม่มี ก็คือจิตสำนึกเยาวชนรุ่นใหม่หลายคน ที่พร้อมจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง ที่พร้อมจะเป็นตัวแทน หรือแกนนำที่จะล้างสารเสพติดออกจากสังคม นี่แหละที่เขาเรียกกันว่ากรมิจิตสำนึกที่ดี เขาสามารถเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ เขาสามารถที่จะเผชิญกับปัญหาโดยไม่กลัวอะไร นี่ก็คือการเป็นตัวอย่างการมีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ความคาดหวังของฉันในโครงการ TO BE NUMBER ONE คือสักวันหนึ่งประเทศของเราจะพ้นจากสารเสพติดสามารถทำให้สารเสพติดหมดไป และสามารถที่จะทำให้เยาวชนรุ่นต่อไป ไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และหวังว่าเยาวชนของชาติในรุ่นไหนๆ ก็ตาม หวังว่าพวกเขาจะมีจิตสำนึกที่ดีต่อประเทศชาติ และสิ่งที่ฉันคาดหวังได้ว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ขาดไม่ได้เลยคือ จะให้โอกาสแก่คนที่ด้อยกว่า เพื่อให้เขาได้มีส่วนร่วมในการกำจัดสารเสพติดให้เขาได้มีส่วนร่วมในการรณรงค์ต่อต้านสารเสพติดเพื่อทำให้เขาได้มีชีวิตใหม่ ทำให้เขาได้พบกับชีวิตที่ดีกว่าเดิมและมีคุณค่ามากขึ้นสำหรับฉันแล้ว ฉันว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE ของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นโครงการที่ไม่เคยทำให้ประชาชนผิดหวังเลย และพระองค์ยังได้ช่วยเหลือประชาชนอีกด้วยให้ห่างไกลจากทางแห่งความมืด สำหรับฉันแล้ว สิ่งที่ยากจะบอกทุกคนที่เข้ามาอ่านเรียงความของฉันในเรื่องหัวข้อที่เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE “ไม่ว่าคุณจะเป็นคนที่ไหนชาติไหน ฐานะใดก็ตามขอให้ทุกคนคิดไว้เสมอว่าคุณค่าของตนเองนั้นสำคัญที่สุด อย่าหลงไปในทางที่ผิดๆ” และควรมีจิตสำนึกที่ดีต่อครอบครัวและประเทศควรทำประโยชน์ให้แก่สังคม

ผู้เขียน
นางสาวปรียาภรณ์ สัตย์รักษ์
โรงเรียนปรากฏ์
จังหวัดศรีสะเกษ

“ยาเสพติด มีพิษร้าย ใครต่างรู้ ไม่ต้องลอง ที่เห็นอยู่ เป็นไหน
ค้ำกล่าวอ้าง ว่าอยากลอง ไม่เป็นไร คือความคิด ที่มั่งง่าย ไร้ตรองดู”

โครงการ TO BE NUMBER ONE “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” การเป็นหนึ่งในทุกคนเป็นไปได้ เพราะทุกคนต่างมีดีอยู่ในตัวเอง หากค้นพบสิ่งที่ตัวเองชื่นชอบ สนใจและมีความถนัด สามารถฝึกฝนและทำจนเป็นผลสำเร็จได้ ทำแล้วมีความสุข มีความเชื่อมั่น และมีความภาคภูมิใจ

สวัสดีค่ะ หนูชื่อนางสาวปรียาภรณ์ สัตย์รักษ์ ขณะนี้กำลังศึกษาอยู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 หนูเองกล้าพูดได้เต็มปากเลยว่า หนูเป็นนักเรียนที่เรียนไม่ค่อยเก่ง ไม่กล้าแสดงออก ไม่มีความกล้าหาญ กลัวทุกอย่างที่กองอยู่ตรงหน้า หนูเองก็ยังหาสาเหตุไม่ได้ว่าเพราะอะไรทำไมเราถึงเป็นคนเช่นนี้ คนที่ไม่กล้าพูด ไม่กล้าคิด ไม่กล้าทำ ไม่กล้าลอง ไม่กล้าที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หนูเคยได้ยินมาว่า “คนเราถ้าไม่กล้าเปิดใจรับสิ่งต่างๆ เข้ามาในชีวิต คนๆ นั้น ก็จะไม่เกิดการเรียนรู้และจะจมปลักอยู่แบบนั้น” พอหนูได้ยินคำนี้ ความคิด ทศนคติที่เปลี่ยนไป หนูได้ก้าวไปเจออะไรใหม่ๆ ได้ลองได้เรียนรู้ในสิ่งที่กลัวมาโดยตลอด สิ่งๆนี้เป็นสิ่งเดียวที่ทำให้หนูกล้าที่จะคิด กล้าที่จะลงมือทำ และกล้าที่จะแสดงออก นั่นก็คือ “การประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี” ในช่วงปีการศึกษา 2562 หนูกำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีรุ่นพี่ในโรงเรียน และคุณครูท่านหนึ่งได้ชักชวนให้หนูลองไปคัดเลือกการประกวดเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL ในระดับจังหวัดศรีสะเกษ โดยมีการประกวดร้องเพลง และเต้น โชว์ความสามารถ ก็อย่างที่บอกค่ะ หนูเป็นนักเรียนที่แทบจะไม่มีความสามารถทางด้านารร้องเพลง หรือเต้นเลย ในตอนนั้นก็คิดหนักอยู่เหมือนกันค่ะว่าเราจะไปลองแข่งดีไหม อีกอย่างก็เป็นคนที่ไม่กล้าแสดงออกเลย หนูตั้งคำถามให้ตัวเองมาตลอดว่า ควรเปิดใจรับโอกาสให้กับตัวเอง หรือปิดกั้นตัวเองต่อไป แต่ถ้าเปิดโอกาสจะทำได้ไหม แล้วจะทำได้ดีไหม มีพ้ณล้านคำถามในหัวของเด็กหญิงคนนั้น แต่ในขณะที่เดียวกัน หนูก็ใช้คำถาม ถามตัวเองมาตลอดเช่นกัน ใช้เหตุผล คิดและวิเคราะห์ หนูได้คำตอบให้กับตัวเองได้ว่า “โอกาสไม่ได้มีเข้ามาหาเราบ่อยๆ ในเมื่อโอกาสมาหาเราที่ตรงหน้าแล้วเราควร

ที่จะรีบคว้าไว้ก่อนที่จะหลุดมือเราไป” จริงอยู่ค่ะว่าเราทุกคนไม่ได้เก่งมาตั้งแต่เกิด ทุกคนกว่าจะเก่งได้ก็ต้องได้รับการฝึกฝน พัฒนาและพยายาม หนูตัดสินใจลงเข้ารับการศึกษาเลือกรุ่นพี่ได้บอกกับหนูว่า “จะมีการซ้อมร้องเพลงและซ้อมเต้นในช่วงหลังเลิกเรียนตั้งแต่เย็นนี้นะครับ” สิ่งทีหนูกลัวที่สุดคือการจับไมค์แล้วร้องเพลง จับไมค์ร้องเพลงครั้งแรกในชีวิต เหลอะ บอกเลยคะว่ายากมากๆ ทั้งสั้น และเสียงก็ไม่ต้องพูดถึงคะ ละเทะไปหมด เต้นก็เต้นไม่ได้ ไม่มีพื้นฐานทางด้านนี้เลยแม้แต่น้อย แต่พอมีรุ่นพี่มาคอยซ้อม ใ้แนะนำเรื่อยๆ ทำให้หนูหายกลัว และกล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น เริ่มร้องเพลงได้ เต้นเป็น ไม่ถึงกับดีมาก แต่ก็ดีขึ้นเรื่อยๆ ในบางครั้งก็มีท่อนะคะ ร้องให้ หงุดหงิดกับตัวเอง ที่ทำไม่ได้สักที หนูต้องพัฒนาตัวเองแข่งกับเวลาตั้งใจและมุ่งมั่นให้มากขึ้น หนูมีเวลาซ้อมแข่งจริงๆ เพียงแค่สามวัน ทุกคนรู้ใหม่คะว่า แค่เวลาเพียงเท่านี้ จะทำให้เด็กผู้หญิงคนหนึ่ง เปลี่ยนเป็นอีกคนได้ จากที่ร้องเพลงไม่เป็น ก็ร้องเพลงได้ จากที่เต้นไม่ได้ ก็เต้นเป็น จากที่ปิดกั้นตัวเองก็กลายเป็นคนที่กล้าเปิดใจรับสิ่งใหม่ๆ และในวันที่เข้ารับการศึกษาคัดเลือกก็มาถึงคะ หนูตื่นตื่นมากๆ ได้เจอสิ่งใหม่ๆ เช่น ได้เห็นความสามารถของใครหลายๆ คน ได้เห็นรอยยิ้ม ความสุข และความกล้าแสดงออกของคนรอบข้าง เป็นอีกมุมหนึ่งของชีวิตหนูเลยคะ ที่ได้มาพบและเห็นด้วยตัวของเราเอง เป็นสิ่งที่น่าจดจำที่สุดในชีวิต ถึงแม้หนูไม่ผ่านการคัดเลือก แต่หนูก็รู้สึกภูมิใจในตัวเองมากๆ ระยะเวลาเพียงแค่สามวันหนูทำได้เท่านี้ก็ดีมากแล้ว หนูพูดได้คำเดียวเลยว่ประสบการณ์ครั้งนี้เป็นบทเรียนราคาแพงที่สุดในชีวิตเลยคะ สมดังที่ว่า “ประสบการณ์หาซื้อที่ไหนไม่ได้” หนูต้องขอบคุณโอกาสจากท่านคณะคุณครู ขอขอบคุณรุ่นพี่ที่คอยสอนและให้คำแนะนำ ขอขอบคุณโรงเรียน ขอขอบคุณคนรอบข้าง ขอคุณโครงการนี้ที่ทำให้หนูได้รู้คำตอบว่าความกล้าเท่านั้น ที่จะนำพาเราไปสู่ความสำเร็จ และสิ่งที่ขาดไม่ได้ หนูอยากขอบคุณตัวเองที่กล้าดึงความเป็นตัวเองออกมา กล้าลองในสิ่งที่ไม่เคยลอง ประสบการณ์ในครั้งนี้สอนอะไรหลายอย่าง หนูอยากจะบอกกับทุกคนที่กำลังอ่านว่า “จงเป็นน้ำครึ่งแก้วตลอดชีวิต เพื่อเรียนรู้เพิ่มเติมได้ตลอด” โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยต่อต้านยาเสพติดดีมาก ส่งเสริมให้เยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แสดงความสามารถ ได้เต็มที่ ไม่ว่าจะเป็นการเต้นรำ ร้องเพลง หรือกิจกรรมที่เราชอบดีกว่าว่างแต่ไม่รู้จะทำอะไรเลยเข้าหาสิ่งเสพติดเป็นภัยกับตัวเอง... พวกเราผู้รักดีทั้งหลายมาเถิด...ช่วยกันต่อต้านยาเสพติดทุกชนิดอย่าให้เข้าใกล้เรา

“ต้องไม่ลอง ไม่อยากรู้ ไม่อยากดู ไม่อยากเห็น

ระงับจิตใจ ใครไม่หวังดี หลีกหนีไปให้ไกล”

“หากว่าดี ใครเล่า จะซัดขวาง นำมาวาง ตั้งแผงขาย เลยกดีใหม่
แต่มันคือ สิ่งไม่ดี รู้แก่ใจ เห็นมากมาย ผู้เสพ-ขาย ตายทั้งปวง”

สวีสวีคะ

ผู้เขียน
นางสาวรณพร บึงไกร
โรงเรียนปรางค์กู่
จังหวัดศรีสะเกษ

โครงการ TO BE NUMBER ONE ถูกจัดตั้งขึ้นเพื่อให้บุคคลที่มีความสามารถในการร้องเพลงและการเต้นได้แสดงออกในทางสร้างสรรค์ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด อีกทั้งยังเป็นเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL ดิฉันเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในช่วงเช้าวันหนึ่งที่ท้องฟ้าแจ่มใส ดิฉันกำลังยืนเข้าแถวพร้อมพี่น้องและเพื่อนห้องนักเรียนด้วยกัน ในขณะที่กำลังทำกิจกรรมหน้าเสาธง มีคุณครูท่านหนึ่งเดินตรงเข้ามายังที่ๆ ดิฉันยืนอยู่ในมือของคุณครูถือกระดาษหนึ่งแผ่นไว้ท่านสำรวจดิฉันตั้งแต่หัวจรดเท้า เหมือนกำลังพิจารณาดิฉันอยู่ ดิฉันคิดในใจว่า “เราแต่งตัวผิดระเบียบตรงไหนหรือเปล่านะ” เพราะคุณครูท่านนี้เป็นครูฝ่ายปกครอง ดิฉันใจเต้นเร็ว เพราะกลัวว่าท่านจะต่อว่าอะไรดิฉันในแถวหรือไม่ แต่ดิฉันคิดผิด ประโยคแรกที่คุณครูท่านพูดคือ “จนพร สนใจเข้าประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL ไหม” ในตอนนั้นดิฉันแทบทำตัวไม่ถูก คิดอะไรไม่ทัน เพราะมันเกินความคาดหมายของดิฉันมาก จึงได้ปฏิเสธท่านไปและขอเวลาคิดดูก่อน หลังจากนั้น ในชั้นเรียนเพื่อนร่วมห้อง 3 คน ได้ช่วยแนะนำดิฉันในการเข้าประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL รวมถึงรุ่นพี่ที่เป็น TO BE NUMBER ONE IDOL รุ่นที่ 8 ดิฉันจึงตัดสินใจลงเข้าประกวด ในวันนั้นเองรุ่นพี่ก็ได้มีการนัดแนะสถานที่ฝึกซ้อม พูดคุยเกี่ยวกับโครงการนี้ให้ฟังเวลาในการฝึกซ้อมต้องไม่มีผลกระทบต่อการเรียน หลังจากนั้น พวกเราก็ได้ไปยังสถานที่ฝึกซ้อมนั่นก็คือ หอประชุมโรงพยาบาลปรางค์กู่ วันแรกที่ดิฉันไปก็ไม่ได้เจอกับพี่ต๋อ พี่ต๋อเป็นคนบริหารจัดการดูแลสมาชิกในเรื่องต่างๆ จากนั้นรุ่นพี่ก็เรียกพวกเราทุกคนไปฝึกซ้อม เริ่มตั้งแต่การเดิน การหยิบไมค์ การวางไมค์ รวมถึงต้องขึ้นไปร้องเพลงให้รุ่นพี่และพี่ต๋อฟัง ตอนนั้นดิฉันร้องตืดๆ ชัดๆ ทั้งเขินทั้งอาย เพราะไม่เคยทำอะไรแบบนี้มาก่อน หลังจากวันนี้ผ่านไป เมื่อดิฉันกลับถึงบ้าน ก็ใช้เวลาว่างฝึกซ้อมร้องเพลงและฝึกเต้นทุกๆ วันหลังเลิกเรียนจนถึงวันก่อนแข่ง ดิฉันได้ขออนุญาตทำเรื่องขอลาโรงเรียนเป็นเวลา 1 วัน เพื่อมาฝึกซ้อมใหญ่ก่อนไปแข่งจริงเมื่อได้ซ้อมมาเรื่อยๆ ความเขินอายก็ลดลงและความกล้าที่จะแสดงออกก็มีมากขึ้น ดิฉันเริ่มมีความมั่นใจ แต่ในขณะเดียวกันก็รู้สึกกดดันพอสมควร แต่ถึงอย่างนั้นก็ต้องสู้และผ่านมันไปให้ได้ เมื่อกลับถึงบ้านดิฉันก็ยังฝึกซ้อมต่อ หลังจากนั้นจึงได้เลือกเสื้อผ้าพร้อมทั้งหาสไตล์การแต่งตัวที่ดูดีเพื่อเพิ่มความมั่นใจให้กับตัวเอง เมื่อเตรียมทุกอย่างสำหรับวันพรุ่งนี้เรียบร้อยแล้ว ดิฉันจึงค่อยไปทำธุระส่วนตัว อย่างการอาบน้ำให้ตัวเองรู้สึกสดชื่นและผ่อนคลาย เมื่อถึงเวลาเข้านอน ดิฉันกลับนอนไม่หลับ เพราะตื่นเต้นกับการแข่งที่จะมาถึงในวันพรุ่งนี้แล้ว แต่ถึงอย่างไรก็ต้องข่มตานอนให้หลับ ไม่อย่างนั้นแล้วใบหน้าก็จะไม่อิ่มเอิบ หมองคล้ำ ดูไม่สดใส

เข้าวันรุ่งขึ้น ดิฉันรีบติดตัวลูกจากที่นอนตั้งแต่ฟ้ายังไม่สว่าง เพราะความตื่นเต้น หลังจากทำธุระส่วนตัวและแต่งกายด้วยเสื้อผ้าหน้าผมที่ดิฉันต้องการเรียบร้อย ก็ได้เวลาทานข้าว เมื่อพร้อมแล้วทุกอย่าง ก่อนออกจากบ้านก็ไม่ลืมยกมือไหว้ผู้เป็นแม่ เมื่อเดินทางไปถึงที่โรงพยาบาลปรังค์กู ดิฉันก็มุ่งหน้าไปหารุ่นพี่และเพื่อนๆ ไปรวมตัวกันก่อนแล้ว จากนั้นก็เตรียมตัวขึ้นรถ รถที่นั่งไปนั้นไม่ใช่รถตู้ธรรมดา แต่เป็นรถตู้ของสถานีตำรวจภูธรปรังค์กู ดิฉันรู้สึกแปลกใจมาก แต่ลองคิดในอีกมุมหนึ่งก็ดีเหมือนกันเป็นประสบการณ์ที่ได้นั่งรถตู้ตำรวจ จากนั้นก็เดินทางไปยังสถานที่ที่จัดการประกวดแข่งขัน ในระหว่างที่นั่งในรถตู้นั้น ดิฉันก็ใช้เวลาในการสำรวจตัวเองและแต่งหน้าทำผมเพิ่มเติมจากที่บ้านให้เรียบร้อย เมื่อถึงสถานที่ก็ทำการลงทะเบียน ฉันทื่นเต้นมากๆ ผู้เข้าแข่งขันแต่ละคน ทั้งหน้าตาดีและบุคลิกดีกันทั้งนั้น ในระหว่างนั่งรอคิวขึ้นเวทีประกวด ก็มีเพื่อนต่างโรงเรียนเข้ามาทักทายพูดคุยด้วย เธอเป็นคนเข้าหาคนได้ดีจริงๆ พวกเราคุยกันว่ามาจากโรงเรียนอะไร ชื่ออะไร มายังไง คุยกันไปสักพัก ก่อนที่เสียงประกาศจะดังขึ้น นั่นถึงคิวของดิฉันแล้ว ดิฉันเดินออกไปหน้าเวทีแล้วกล่าวแนะนำตัวให้แก่ท่านคณะกรรมการ ดิฉันรู้สึกประหม่าอยู่ไม่นิ่งเพราะไม่รู้จะวางท่าอย่างไรดี ในขณะที่กล่าวแนะนำตัวเองนั้น ดิฉันสัมผัสได้ถึงน้ำเสียงของตัวเองที่สั่นพร่าเพราะความประหม่าและตื่นเต้น แต่ในท้ายที่สุดก็ลุล่วงไปได้ด้วยดี จากนั้นก็เริ่มการประกวดการแสดง ผู้เข้าประกวดแต่ละคนเตรียมตัวมาดีเช่นกัน ร้องเพลงเก่งอีก ทั้งยังเต้นได้ดีอีกด้วย ในตอนที่ดิฉันไปเข้าประกวด ดิฉันไม่ได้หวังหรือเป็นกังวลว่าจะได้ไปต่อหรือไม่ เพราะที่มานั้นก็เพื่ออยากได้ประสบการณ์ตรงนี้มากกว่า และตัวดิฉันเองก็ไม่ได้ร้องเพลงดีถึงขนาดที่จะผ่านเข้ารอบไปได้ แต่ที่มาครั้งนี้เพื่อที่จะผลักดันตัวเองให้ก้าวข้ามผ่านในสิ่งที่ดิฉันไม่เคยทำมาก่อน เมื่อถึงคิวการแสดงของดิฉัน ดิฉันเดินออกไปจับไมค์ด้วยความมั่นใจ แล้วเริ่มทำการแสดงที่ได้ฝึกซ้อมมานั้นให้กับคณะกรรมการทุกท่านได้รับชม แต่มีอยู่บางช่วงขณะที่อยู่บนเวทีนั้นก็เริ่มมีความรู้สึกตื่นเต้น กัดฟัน และเขินอายปนเปกัน แต่ดิฉันก็ต้องพยายามควบคุมสมาธิให้จดจ่อกับการแสดงชุดนี้และทำออกมาให้สุดความสามารถของดิฉัน ก้าวข้ามอุปสรรคและทุกสิ่งทีมากดดันเหล่านั้นออกไปให้ได้ เมื่อการแสดงจบลง ถึงการประกาศผลการแสดงเพื่อนของดิฉัน ปาล์มและเอิร์ธได้ไปต่อส่วนดิฉันที่ถึงแม้ว่าจะไม่ได้ไปต่อ แต่ก็รู้สึกเสียใจเลยสักนิด แต่กลับรู้สึกดีใจด้วยซ้ำที่ได้มาเข้าร่วมแข่งขัน ได้พบเจอ ได้ทำความรู้จักกับผู้คนจากหลายๆ แห่งที่มีจุดมุ่งหมายเดียวกันและทุกอย่างที่ได้กลับมานับว่าเป็นประสบการณ์ที่หาซื้อจากที่ไหนไม่ได้ ถ้าเราไม่ไขว่คว้าและแสวงงมันสุดทายนี้อะไรไปหุบปีไอเดอลนั้นทำให้ดิฉันได้ก้าวข้ามกำแพงความกลัว กลัวที่จะทำไม่ได้ ไม่กล้าแสดงออก การไปเข้าร่วมแข่งขันในครั้งนี้ทำให้ดิฉันเริ่มที่จะกล้าแสดงออก ทำให้มีความมั่นใจมากยิ่งขึ้นรวมทั้งบุคลิกก็ดูดีขึ้น ต้องขอขอบพระคุณ คุณครูที่ให้โอกาสพาดิฉันได้ไปพบกับโครงการดีๆ ในการแข่งขันครั้งนี้ ดิฉันจะฝึกฝนทั้งการร้องและเต้นให้ดียิ่งขึ้น และจะทำให้เต็มที่กับการแข่งขันครั้งต่อไป เพราะการที่เราพยายามเต็มที่เราจะไม่เสียใจถ้าผลลัพธ์ออกมาเป็นแบบไหน ขอขอบคุณโครงการที่ดีแบบนี้ที่ทำให้เด็กคนหนึ่งได้เรียนรู้อะไรอีกมากมาย รวมถึงได้เปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดีขึ้น ขอขอบคุณค่ะ

ผู้เขียน
นางสาวภัสราภรณ์ น้ำแก้ววานันท์
โรงเรียนไพโรบิงวิทยาคม
จังหวัดศรีสะเกษ

“ต้นไม้ของฉัน”

มนุษย์ทุกคนเปรียบเสมือนต้นกล้าที่กำลังจะเติบโตขึ้นเรื่อยๆ พร้อมทั้งจะผลิดอกออกผลเสมอ ระหว่างที่เรากำลังรอวันเวลาอันสวยงาม ช่วงชีวิตของต้นไม้เหล่านั้นจำเป็นต้องผ่านการใส่ปุ๋ย รดน้ำ พรุนดิน เพื่อให้เจริญเติบโตอย่างงดงาม ถ้าเราไม่รดน้ำไม่พรุนดิน ไม่ใส่ปุ๋ย แล้วยังใส่ยาพิษหรือสิ่งที่ไม่ดีประโยชน์ให้กับต้นไม้ ภาพการผลิดอกออกผลที่งดงามคงจะไม่เหลืออีกต่อไป คงมีแต่ภาพต้นไม้ที่เหี่ยวเฉาแห้งตายลงไปในทุกๆ วัน ปัญหาเสพติด นับว่าเป็นปัญหาระดับชาติที่เราทุกๆ คน ต้องช่วยกันแก้ไขอย่างจริงจัง เพราะปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดในทุกพื้นที่ของประเทศไทย ได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศไทยในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กลุ่มเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มขนาดใหญ่และเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อการตกเป็นทาสของยาเสพติด เนื่องจากเยาวชนเป็นวัยที่กำลังเจริญเติบโต เป็นวัยกำลังเรียนรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว อยากรู้ อยากรู้อยากเห็น อยากรลอง แต่ยังขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ รวมทั้งต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งต้องเจริญเติบโตเป็นอนาคตของชาติต่อไป หากคุณคือคนหนึ่งที่กำลังอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกชักชวนให้ใช้ยาเสพติด สิ่งที่คุณต้องทำคือการปฏิเสธอย่างนิ่มนวล เข้มแข็ง ด้วยจิตใจที่มุ่งมั่น โดยการบอกเพื่อนหรือคนที่ชักชวนอย่างหนักแน่นตรงไปตรงมาจริงจัง ในคำตอบของตนเอง กิจกรรม TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่ดีช่วยเหลือและพัฒนาสมาชิกให้มีคุณภาพและมีความสุข ภายใต้แนวคิด ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ ซึ่งจัดขึ้นเพื่อให้สมาชิกรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง รวมถึงการให้การบำบัดรักษาในสถานบริการสำหรับคนที่มีความประสงค์จะรักษาตัวเพื่อให้หายและเลิกเสพอย่างถาวร ตามโครงการ “ใครติดยายกมือขึ้น” เพียงแค่คุณกล้ายอมรับความจริง และมีจิตใจที่แน่วแน่ คุณก็จะก้าวผ่านไปได้แน่นอน

สุดท้ายนี้ ดิฉันอยากที่จะบอกว่า เราทุกคนสามารถเป็นหนึ่งในได้โดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด เยาวชนคนเก่งอย่างพวกเรามีความเก่งและดีในตัวของตนเอง พร้อมทั้งจะเป็นต้นกล้าที่แข็งแกร่ง สามารถเป็นร่มเงาให้กับคนอื่นมากมาย เพียงแค่เราเริ่มรดน้ำ พรุนดิน ใส่ปุ๋ย

ให้กับต้นกล้าเหล่านั้น นั่นคือตัวเราที่ต้องพร้อมจะเรียนรู้ในสิ่งที่ดีงาม พร้อมทั้งจะเป็นคนเก่ง คนดีของสังคม ดิฉันเชื่อเสมอว่า เราทุกคนสามารถเป็นฮีโร่ได้เสมอ เพียงแต่เลือกเป็นฮีโร่ในวิธีที่แตกต่างกันออกไป ดิฉันดีใจที่ได้เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE P.B.K ได้ทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ ทำกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อสังคม ได้พัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง มีความมั่นใจ กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออกในสิ่งที่ดีงามและถูกต้อง ปีนี้ดิฉันอยู่ชั้น ม.6 แล้วจะทำดีต่อไปและทำให้ดีที่สุดค่ะ

ผู้เขียน
นางสาวพรชิตา ราชรี
วิทยาลัยเทคนิคศรีสะเกษ
จังหวัดศรีสะเกษ

เมื่อครั้งที่ข้าพเจ้าเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษา ชีวิตในวัยเด็กนั้นเป็นชีวิตที่เรียกว่า “เพื่อนไปไหน เราไปด้วย” ก็คือตามเพื่อนนั่นเองค่ะ และบวกกับสภาพแวดล้อมที่อยู่ในกรุงเทพก็จะมีอบายมุขฯ ยาเสพติด การพนันเข้ามาในชุมชน สิ่งเหล่านี้เป็นการดำรงชีวิตของคนในชุมชน จึงไม่มีใครห้ามปรามและหามาตรการป้องกันได้ มันจึงเป็นสาเหตุสำคัญให้เยาวชนหลายคนในชุมชนนั้นต้องติดยาเสพติด คุณภาพของชุมชนเปลี่ยนแปลง บางคนถึงกับต้องออกจากสถาบันการศึกษา ข้าพเจ้าได้เรียนรู้จากสถาบันการศึกษาว่ามีโครงการดี ๆ เกิดขึ้นชื่อว่า “โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ข้าพเจ้าได้รู้จักโครงการ “TO BE NUMBER ONE” มาจากสถาบันการศึกษา ในวันนั้นคุณครูได้เรียกนักเรียนทุกคนมาพบเพื่อให้เลือกชมรม มีชมรมมากมาย หนึ่งในนั้นเป็นชมรม TO BE NUMBER ONE” คุณครูได้บอกกับข้าพเจ้าว่าโครงการนี้เป็นโครงการที่ดีโครงการหนึ่ง ครูอยากให้พวกหนูมาอยู่โครงการนี้ข้าพเจ้าจึงได้ตัดสินใจเข้าร่วมชมรมนี้ คุณครูได้เรียกทั้งห้องไปพบเพื่อที่จะให้ทำป้ายรณรงค์ป้องกันปัญหาเสพติด อบรมมุขทั้งหลายคุณครูบอกกับฉันว่าโครงการนี้เป็นโครงการที่อยากให้เยาวชนไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด อบรมมุขทั้งหลายและเพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดในโรงเรียน ชุมชน “ยาเสพติด” นั้นเป็นปัญหาระดับชาติที่รัฐบาลถือเป็นนโยบายที่ต้องเร่งดำเนินการแก้ไขอย่างจริงจัง ทั้งนี้เพราะปัญหาเสพติดที่มีการแพร่ระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทยได้มีความรุนแรงมากขึ้นทุกขณะโดยเฉพาะในจังหวัดศรีสะเกษ ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งด้านการเมืองและความมั่นคงของประเทศ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชน อายุระหว่าง 10-25 ปี ซึ่งถือเป็นกลุ่มเสี่ยงสูงจึงทรงรับเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด เพื่อให้การรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพโดยความร่วมมือและรวมพลังจากภาครัฐและเอกชน กระตุ้นและปลุกจิตใต้สำนึกของปวงชนชาวไทยให้มีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักว่าการที่เอาชนะปัญหาเสพติดมิใช่หน้าที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือองค์กรใดองค์กร

หนึ่ง แต่ทุกคนจะต้องร่วมแรงร่วมใจกันเป็นพลังของแผ่นดินที่จะต้องต่อสู้และเอาชนะปัญหา
ยาเสพติดให้ได้โดยเร็ว และยังจัดตั้งโครงการ “ใครติดยายกมือขึ้น” ซึ่งจัดขึ้นเพื่อให้บริการ
รับเข้าบำบัดรักษาในสถานบริการ โรงพยาบาลในสังกัดกระทรวงสาธารณสุขทั่วประเทศ
เป็นบริการสำหรับสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่เสพหรือติดยา และมีความประสงค์
จะรักษาตัวเพื่อให้หายและเลิกเสพยาอย่างถาวร พร้อมทั้งยังจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ
TO BE NUMBER ONE เป็นกิจกรรมหนึ่งของชมรมที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง
เน้นการช่วยเหลือดูแลสมาชิกและพัฒนาให้มีคุณภาพและความสุข การดำเนินงานภายใต้
แนวคิด “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ” ทั้งจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง
และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อาศัยกระบวนการกลุ่มให้เกิดความสนุก พร้อมกับ
การพัฒนาทักษะต่างๆ การควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองรู้จักเห็นใจผู้อื่น
มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจแก้ปัญหา แสดงความกล้า
ของตนเองได้อย่างเหมาะสมและสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความภาคภูมิใจและสามารถ
ดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขรวมทั้งจัดบริการเพื่อเปิดโอกาสสำหรับคนที่กล้าแสดงออกถึงพลัง
สร้างสรรค์ที่มีอยู่ ของวัยรุ่นในสถานศึกษา เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจและป้องกัน
แก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่นเชิงรุก ในพื้นที่เสี่ยง ต่อการเกิดปัญหาวัยรุ่นได้ง่าย นอกจากนี้
ก็ยังมีโครงการเยาวชนต้นแบบเก่งและดี TO BE NUMBER ONE IDOL จัดขึ้นเพื่อให้
สมาชิกที่มีความสามารถในด้านกาเต้นและการร้องเพลงได้แสดงออกในทางสร้างสรรค์
และเป็นแบบอย่างให้กับสมาชิกทั่วประเทศ และครั้งนี้เพื่อให้เด็กและเยาวชน คนที่ไม่กล้า
แสดงความสามารถที่มีอยู่ของตนเองได้ออกมาแสดงได้อย่างกล้าหาญแบบไม่ต้องอายใคร
เพราะมีต้นแบบที่เก่งและดีอย่างโครงการ TO BE NUMBER ONE IDOL นอกจากนี้
ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ยังทรงขับร้องเพลง TO BE
NUMBER ONE ซึ่งเป็นเพลงประจำโครงการและยังเป็นเพลงแรกของโครงการนี้ ทั้งนี้
ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงจัดทำนิตยสาร TO BE
NUMBER ONE เพื่อนำเนื้อหาสาระ ความรู้ไปดำรงชีวิตให้เกิดประโยชน์แก่เยาวชน
และวัยรุ่นให้ห่างไกลจากปัญหาอบายมุข ยาเสพติด การพนันของคนไทยไปได้เยอะทำให้
คนไทยกลับมามีใจได้อีกครั้งต้องขอขอบคุณ โครงการดีๆ อย่างโครงการ TO BE NUMBER ONE
ที่ทำให้ชุมชนของเราอยู่อีกครั้ง

ผู้เขียน
นายรณัน แยกนอก
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
จังหวัดมหาสารคาม

“TO BE NUMBER ONE “ชื่อที่เคยได้ยินมาก่อนที่จะได้มาอยู่บนเวทีประกวดนี้ มีหลายอย่างที่ยังทำไม่เป็น และได้แต่นั่งเหงื่อตกเวลาที่เขาจะเรียก “TI “ของผมนให้ขึ้นแสดง เด็กอายุ 16 ปี ร้องเพลงเพี้ยนต้นได้นิดหน่อย นั่งพูดกับตัวเองว่า “จะชนะคนอื่นได้อย่างไร” ตื่นเต้นจนแทบนั่งไม่ติดที่ และเวลานั้นก็มาถึงเสียงเรียกของพิธีกรตั้งขึ้น TI 16 นายจิรัฐมภ์ แยกทอง” ทันทีที่สิ้นเสียงหัวใจแทบหวิว ผมเดินเข้าไปตรงหน้ากรรมการเสียงเพลงที่เตรียมมาตั้งขึ้น แล้วหลังจากนั้นโลกอันคับแคบของเด็กคนหนึ่งก็เปลี่ยนไป โครงการ TO BE NUMBER ONE “เป็นโครงการที่เคยได้ยินผ่านหูทางทีวีตอนเด็ก ที่จะมีคนมาร้องเพลงและเต้น แต่ตอนนั้นคิดว่าเป็นเหมือนรายการทีวีทั่วไป แต่พอตัวเองอายุได้ 16 ปี ระหว่างที่นั่งเรียนวิชาฟิสิกส์ ในบ่ายวันธรรมดาๆ วันหนึ่ง ก็มีคุณครูมาเรียกตัวถึงห้องตอนนั้นครูพูดว่า เธอสนใจไปแข่งโครงการ TO BE NUMBER ONE ไหม” ผมตกลงทันทีที่ฟัง ที่ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าคืออะไร ผมเป็นคนที่ไม่ค่อยมีผลงานอะไรให้อวดใครเท่าไร เพราะเป็นคนไม่ได้โดดเด่นด้านการเรียนหรือกิจกรรม พูดง่าย ๆ ก็เด็กนักเรียนธรรมดาๆ คนหนึ่ง ที่ได้แต่มองเพื่อนได้รางวัลโน่นนี่และอิจฉาไปวันๆ “ถ้าฉันเก่งกว่านี้ละฉันก็ทำได้เหมือนกันนั่นแหละ” เป็นความคิดยอดนิยมภายในหัวเลยล่ะ และพอได้ยินอะไรก็ตามที่เป็นกิจกรรมที่ทำได้ก็ตกลงหมดเลยตกลงกับกิจกรรม “TO BE NUMBER ONE” แบบไม่ลังเลเลยสักนิด แต่พอได้ยินว่าต้องร้องเพลงและเต้นเท่านั้นแหละทำเอาคิดถึงห้องเรียนฟิสิกส์ที่ทิ้งมาเลย ผมร้องเพลงเพี้ยนมาตั้งแต่เด็กๆ เพลงเดียวที่ร้องเพราะคือเพลงชาติ พอกลับบ้านมาก็ฝึกร้องเพลงเรียนรู้การร้องเพลงอย่างผิดๆ ถูกๆ และเรียนเต้นด้วยตัวเองผ่าน YouTube เป็นอะไรที่ไม่ได้ง่ายอย่างที่คิดเลยสักนิดหลังเลิกเรียนต้องซ้อมด้วยตัวเองทุกวันมีบางวันที่น้องชายมาช่วยดูให้ว่าท่าสวยรีเปล่า เพลงเพราะหรือยัง ตอนนั้นเหมือนมันกลายเป็นทุกอย่างของผม ยิ่งเต้นได้ยิ่งสนุกยิ่งร้องเพราะยิ่งรู้สึกดีทุกอย่างไม่อยากลำบากจนถึงวันแข่งระดับจังหวัด ที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดศรีสะเกษ ตั้งแต่เกิดมาไม่เคยรู้สึกไม่พร้อมขนาดนี้มาก่อนประหม่าไปหมด และเวลาแสดงก็มาถึงผมเริ่มด้วยการเต้น 1 นาทีแรก ด้วยท่าที่ฝึกมาอย่างหนัก แต่พอ 1 นาทีหลัง ผมไม่เคยทำอะไรได้แม้ว่าขนาดนี้มาก่อน ผมจึงทุกอย่างที่มีอยู่ในหัวมาแสดงและดูเหมือนว่าจะได้ผล

เหมือนว่าทุกคนที่งัดกับท่าเต้นอันแสนมันนั้น ทันทีที่เพลงจบผมได้รับเสียงปรบมือจากทุกคนผมรู้สึกเหมือนกับว่าได้ทำบางอย่าง สำเร็จรู้สึกภูมิใจในตัวเองจากนั้นเสียงกรรมการก็พูด ขึ้นว่า “ร้องเพลงให้ฟังหน่อยครับ” ใจผมเหมือนจะขาดให้ได้มือขาไปหมด ผมร้องเพลงเพี้ยนแทบทุกคำ ทันทีที่ร้องจบผมกลับไปนั่งที่และรอคอยที่จะกลับบ้านอย่างสิ้นหวัง และหลังจากนั้น 2 วัน ผลออกมาว่า ผมผ่านระดับจังหวัด ผมแทบจะร้องให้ออกมา บางครั้งมันอาจจะประสบความสำเร็จเล็กๆ น้อยๆ แต่มันอาจเป็นรางวัลเดียวที่ผมมีอยู่ หลังจากนั้นผมได้ไปฝึกกับพี่ๆ ที่เป็นนักเต้นที่เก่งมากๆ ผมได้ฝึกร้องเพลงอย่างถูกต้องสักที ทุกวันผ่านไปอย่างสนุกและดีที่สุดในชีวิตผมได้รู้จักกับคนที่ฝึกไปด้วยกันมีปัญหาเดียวกันได้เห็นโลกที่แตกต่างออกไป ได้รู้สึกถึงเสน่ห์ของการได้เต้นหรือร้องเพลง และที่สำคัญคือ รู้สึกว่าตัวเองมีเป้าหมายในทุกๆ วัน ในทุกๆ เวลาที่ได้ใช้ในการเข้าไปฝึกกับโครงการ TO BE NUMBER ONE นั้น ทำให้เรารู้ว่าตัวเราสามารถพัฒนาได้ในทุกเวลา ทุกวันมีรายละเอียดที่ไม่สามารถเขียนออกมาได้เป็นตัวหนังสือ ทั้งมีมิตรภาพ ความรู้สึกหน้าที่ เสน่ห์และความภาคภูมิใจ ผมได้ไปแสดงที่งานกาชาดของจังหวัดถึง 2 ปี และทุกปี เป็นปีที่สนุกมากถึงจะซ่อมหนักทุกวันแต่สิ่งที่ได้ตามมา คือ ความสุขที่ได้ทำทุกวันเป็นวันที่พิเศษ รู้สึกตื่นเต้นและเต็มไปด้วยความสนุกเวลาอยู่หลังเวทีเตรียมขึ้นแสดง และได้โลดเล่นไปกับการเต้นและเสียงเพลงบนเวทีการแสดง และได้ไปทานอะไรอร่อยๆ กับเพื่อนๆ หลังแสดงเสร็จและพูดคุยกันว่าตื่นเต้นแค่ไหนเวลาอยู่บนเวทีผมคิดว่ามันคือประสบการณ์หนึ่งในชีวิตที่ไม่อาจลืมได้ง่ายๆ และก็มีในวันสุดท้ายในการซ้อมก่อนขึ้นเวทีแสดงจริง หลังจากที่ทุกคนได้เก็บของเตรียมกลับไปพักและผมออกเป็นคนสุดท้ายในตอนที่กำลังจะปิดประตู ผมได้มองไปในห้องที่ว่างเปล่าพร้อมกับแสงแดดยามเย็นที่สาดเข้ามาในห้องแล้วคิดถึงเวลาที่ได้ซ้อม ได้หัวเราะ ได้เต้น ได้ร้องเพลงในห้องนี้ แล้วก็แอบยิ้มคนเดียวแล้วคิดในใจว่า หวังว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นในห้องนี้ จะส่งผ่านไปถึงคนรุ่นต่อไปนะ” สำหรับผมโครงการ “TO BE NUMBER ONE” เป็นโครงการที่ทำให้เราได้พัฒนาอะไรหลายๆอย่าง เช่น ความคิด บุคลิก การมองโลก และการให้ความสำคัญกับหน้าที่และมันอาจเป็นกิจกรรมที่ปลดปล่อย ใครหลายๆ คนจากโลกอันคับแคบ และความอิจฉาที่อยู่ภายในใจออกมาได้ทำสิ่งที่ตัวเองรัก และเชื่อว่าตัวเองทำได้และอาจจะเป็นรางวัลเล็กๆ ที่แสนสำคัญสำหรับเด็กคนหนึ่งทำให้ใช้ชีวิตได้อย่างถูกต้องและถูกทาง” มากขึ้นและอาจปลดปล่อยบางอย่างที่สวยงามออกมาให้สังคมภายนอกได้เห็นอย่างไม่เขินอายเลยสักนิด

ผู้เขียน
นางสาวจิรัชญา คนชื่อ
จังหวัดกาฬสินธุ์

เรื่องดีๆ 18 ปี TO BE NUMBER ONE ประสบการณ์เกี่ยวกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ครั้งแรกที่เข้ามาในชมรม TO BE NUMBER ONE ของทางโรงเรียนคือการที่เข้ามาเป็นแคสเตอร์ จัดหาอุปกรณ์และดูแลทุกคนที่ขึ้นแสดงบนเวทีแค่นั้นเอง แต่ด้วยความที่รุ่นพี่มองเห็นศักยภาพของเรา เลยทำให้โดนดึงเข้ามาร่วมงาน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE รุ่น TEENAGE ระดับภาค ซึ่งแข่งที่โคราช ตอนนั้นเราไม่มีความมั่นใจในตัวเองมาก่อนเลยในระหว่างที่ซ้อม เพราะมีเวลาอีกแค่ 3 อาทิตย์ก็ถึงวันแข่งแล้ว เรากดดันตัวเองมาก ร้องไห้ ท้อ อยากออกมาจากที่ตรงนั้นมาก แต่ก็มีรุ่นพี่และทุกๆ คนคอยสนับสนุน เราได้เต้นในตำแหน่งเซ็นเตอร์ ของเพลง run the world ของ Beyoncé แต่ช่วงที่ซ้อมก็มีคนบอกว่า เราจะทำได้ไหม เราทำไม่ได้หรอก เปลี่ยนเป็นคนอื่นเถอะ แต่รุ่นพี่คนนั้นก็พูดจนทุกคนยอมให้เราเป็นเซ็นเตอร์ เรารู้ว่าตำแหน่งเซ็นเตอร์มันยากมาก มันต้องเด่นมากถึงจะเป็นได้ แต่เราก็พยายามจนทำได้สำเร็จ จนมีเราในทุกวันนี้ ช่วง 3 อาทิตย์ที่ซ้อม เราพยายามมากจริงๆ เราไม่มีพื้นฐานอะไรเลยแม้แต่นิดเดียว เราไม่ใช่คนหัวเร็วที่จะจำท่าได้เร็วเหมือนคนอื่น เราไม่ใช่คนที่เต้นได้ เพราะถ้าให้เราเต้นเราคงเต้นได้แค่หมอลำ 3 ชั่วโมง แต่ยังไงรุ่นพี่คนนั้นก็ยังเชื่อมั่นในตัวเรายู่ดี ก่อนจะถึงวันแข่งเรารู้ตัวเองว่าเราต้องดีกว่าคนอื่นมาก เพราะคนอื่นก็เป็นคนที่มีความรู้พื้นฐานมาก่อนอยู่แล้ว ช่วงที่ต้องตามหาชุด ตามหาเสื้อผ้ามาใส่ เราเป็นคนเดียวที่ใส่กางเกงนั้นไม่ได้เพราะส่วนตัวเป็นคนที่มีน้ำหนักเยอะเลยใส่กางเกงไม่ได้ เราท้อมาก เราไปแอบร้องไห้คนเดียวว่าถ้าเราผอมกว่านี้ หุ่นดีกว่านี้ คงไม่เป็นแบบนี้ใช่ไหม พอเราเดินกลับมาสิ่งที่เราเห็นคือรุ่นพี่แล้วก็เพื่อนรุ่นเดียวกันกำลังหาวิธีแก้กางเกงเพื่อให้เราใส่ได้ ตอนนั้นเราแทบร้องไห้ออกมาตรงนั้น เรารู้เลยว่าไม่มีใครไม่สู้ ทุกคนสู้ไปกับเราทั้งนั้น พอใกล้ถึงวันแข่งเราตื่นเต้นมาก เราคิดแค่ว่าเราต้องทำเต็มที่ เพราะที่ผ่านมาเราก็พยายามมามากแล้ว ครั้งนี้พยายามอีกคงไม่เสียหาย พอขึ้นเวทีเราพยายามมาก เต้นเต็มที่สุดๆ จนพอเต้นเสร็จเราภูมิใจในตัวเองที่กล้าก้าวผ่านวงกลมของตัวเองออกมาได้ เราไม่คิดว่าจะมาวันนี้ได้ แต่พอมาดูในคลิปที่อัดออกมา เรารู้สึกที่เราพยายามไม่มากพอยังไงก็ไม่รู้ เรารู้สึกอยากย้อนเวลากลับไปเต้นอีกครั้งด้วยความมั่นใจ แต่อย่างที่คุณทุกคนพูดกันว่ามันคืออดีต ต่อให้เราอยากย้อนกลับไปยังไงก็ทำไม่ได้

“เราต้องเดินหน้าต่อ ไม่มีเขา ไม่มีเราในงานต่อไป” ประโยคที่รุ่นพี่คนนั้นสอนเรามาตลอด เราเลยเกิดแรงผลักดันตัวเองให้ลุกขึ้นมาเปลี่ยนแปลงตัวเอง ทำให้เรามีความกล้ามากขึ้นที่จะแต่งตัว ที่จะแสดงออก แต่เราก็กังของความกลัวเอาไว้ในใจ พอกลับมาที่บ้านหลังจากแข่งเสร็จ เราโดนที่บ้านบอกว่าไม่ต้องทำต่อแล้วนะ ไม่ต้องเดินต่อแล้ว มันไร้สาระ ทำให้เรากดดันตัวเองมาก เพราะเราอยากทำต่อ เรายังอยากมีส่วนร่วมเป็นส่วนหนึ่งในโครงการอยู่ เราเลยตัดสินใจไม่ฟังคำที่พ่อแม่พูดแล้วเดินหน้าต่อ พวกท่านเคยบอกเราว่า ถ้าทำอะไรแล้วสบายใจก็ทำ เราเลยตัดสินใจไม่ออกจากโครงการ แล้วกลับมาช่วยงานต่อ พอติดกับว่าตัวแทนโรงเรียนติด TO BE NUMBER ONE IDOL รุ่นที่ 10 เลยได้ลุยงานทำป้ายเดินทางไปเชียร์ พร้อมเสียงกรี๊ดแล้วก็กลัองหนึ่งตัว ซึ่งก็ไปเยี่ยมเขามาต่อให้ไม่ติดรอบ 16 คนสุดท้าย ก็ภูมิใจในตัวเขา ที่เขาทำเต็มที่ในทุกงาน ขอขอบคุณคุณครู ขอขอบคุณทางโรงเรียนที่คอยซัพพอร์ตในเรื่องต่างๆ จนถึงตอนนี้และในรุ่นต่อๆ ไป เราไม่ใช่คนที่มีประสบการณ์มาก แต่เรารู้สึกว่ากว่าเราจะผ่านมา เราพยายามมากเหมือนกัน ขอขอบคุณโครงการที่ทำให้เด็กที่มองโลกเป็นสีเทา ให้มองโลกมีสีอีกครั้ง สิ่งที่ได้รับจากโครงการคือ การที่เราได้พัฒนาด้านความคิดของตัวเอง มองโลกในมุมใหม่ การทำงานเป็นทีม การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และที่สำคัญ ความสามัคคีและการอยู่เป็นครอบครัว ความรู้สึกที่ประทับใจ คงเป็นตอนที่ไปรอบสุดท้ายของ TO BE NUMBER ONE IDOL รุ่นที่ 10 รอบ 16 คนสุดท้าย และได้เจอทุกกระท่อมมหิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี พระองค์ทรงพระสเลนเดอร์อยู่เสมอ ตั้งแต่ในทีวีจนถึงเจอตัวจริง และสิ่งที่ภูมิใจที่สุด คงเป็นการที่เรากล้าที่จะเดินออกมาจากวงกลมของเราเอง และเป็นเราในวันนี้ จุดเด่นและปัจจัยของโครงการที่มองเห็น คือการเห็นถึงความสามัคคีและการห่างไกลจากยาเสพติด การเข้าร่วมโครงการทำให้ได้เด่น ได้เจอเพื่อนใหม่คนใหม่ๆ ทำให้ไม่เครียด ไม่รู้สึกที่ตัวเองอยู่คนเดียวบนโลกใบนี้ ทำให้กลับมายิ้มได้อย่างเต็มที่อีกครั้ง ความคาดหวังส่วนตัวไม่ได้คาดหวังอะไรมาก ขอแค่เป็นแบบนี้ไปเรื่อยๆ มีกิจกรรมมาเรื่อยๆ ให้โอกาสคนที่ไม่มีโอกาสไปนานๆ

หน้านี้คงไม่ค่อยมีสาระเท่าไร แต่อยากจะขอบคุณทุกคนที่เข้ามาในช่วงที่อยู่ในหุบปี การที่ได้เข้ามาทำให้คนที่เป็นโรคซึมเศร้าคนนี้มีมองโลกในแง่ใหม่ ทำให้คนคนหนึ่งมีแรงผลักดันในการใช้ชีวิตต่อไป เรารู้สึกว่าการที่เราใช้ชีวิตอยู่ต่อไปนี้มีคุณค่ามาก ถึงแม้ว่าเราจะผ่านตรงนั้นมาได้ มันยาก มันลำบาก เราโดนด่า โดนดู โดนสอน เพื่อให้ทุกอย่างสมบูรณ์ แต่ทุกคนก็เชื่อว่าจะสมบูรณ์ครบ 100 เปอร์เซ็นต์ ช่วงที่ซ้อมไปแข่งระดับภาคที่โคราช เรารู้สึกไม่โอเคกับตัวเองตลอดเวลา เรารู้สึกเราทำไม่ได้หรอก เราไม่มีความสามารถ

มากพอ มันทำให้เราคิดตัวเองจมลงเรื่อยๆ จนมาถึงจุดหนึ่งที่เรารู้สึกไม่โอเคมากๆ เลย เราเลยพยายามที่จะดีดตัวเองขึ้นมา แต่ทุกอย่างก็เหมือนเดิม เราพยายามยิ้ม พยายามหัวเราะต่อวันให้ได้มากที่สุด ในแต่ละวันและในทุกๆ วัน พอมาถึงจุดที่เราพยายามมากเกินไป เราเริ่มรู้ตัวว่าเราไม่ได้ทำสิ่งนี้เพราะเรามีความสุข เราทำสิ่งนี้เพราะเราพยายามให้คนอื่นเห็นว่าเรามีความสุข เราเลยเริ่มเปลี่ยนตัวเองใหม่อีกครั้ง กว่าจะผ่านมาได้ แขนเราก็กลายเป็นแผลเป็นไปเสียแล้ว การที่เราทำร้ายตัวเอง ในมุมมองคนอื่นอาจจะคิดว่าไร้สาระ แต่สำหรับเรานั้นคือการที่เราทำแล้วเราสบายใจ การที่ไปมีดกรีดลงบนผิวหนังของเรา เรารู้สึกดีขึ้น รู้สึกหายไปได้ก็ดี ถ้าเราหายไปทุกคนข้างหลังจะมีความสุขไหมนะ คงมีความสุขสินะ เรามั่นตัวปัญหานี้ นี่คือสิ่งที่เราคิดตลอดมา แต่ก็ทำได้แค่นี้ เพราะเรายังมีเพื่อน มีพี่ มีครอบครัวที่คาดหวังและเฝ้ามองเราอยู่ คนเหล่านี้ก็เหนื่อยไม่ต่างจากเรา เราเลยตัดสินใจเปลี่ยนความคิดใหม่ แต่เราก็ทำไม่ได้ เพราะทุกครั้งที่มีปัญหาเข้ามา เราจะกรีดให้เลือดออก ไม่ก็กรีดจนเราพอใจ เราเคยพยายามฆ่าตัวตาย แต่ก็มีเพื่อน มีทุกคนเข้ามาห้ามไว้ เรารู้สึกขอบคุณพี่คนนั้น รู้สึกขอบคุณทุกคนที่สร้างคนๆ นี้ขึ้นมาใหม่ ทำให้มีสีสันมากกว่าเดิม มั่นใจมากกว่าเดิม ได้ไปส่งเสียงทรงพระเสเลนเดอร์ ได้ไปทำในสิ่งที่ชอบ ได้กลับไปมีความสุขอีกครั้ง ขอบคุณในทุกๆ อย่างที่ผ่านเข้ามา ถึงแม้เราจะอายุแค่นี้ แต่เราสัญญาว่าเราจะเป็นคนเก่งและดีเพื่อทุกคนต่อไป การที่มีทุกคนคือของขวัญในรอบ 17 ปีที่ไม่เคยได้รับมาก่อน ทำให้มีสีสันมากกว่าเดิม ทุกคนแต่งเติมให้มันสมบูรณ์ถึงแม้ทุกคนจะรู้ว่ามันไม่สมบูรณ์ แต่ทุกคนก็ประคองเรามาได้ในวันนี้ วันที่เรายืนหยัดในตัวเอง วันที่เราได้ตัดสินใจทำอะไรใหม่ๆ เราสัญญาว่าเราจะต้องดีขึ้นจากโรคที่เรา เป็นอยู่อย่างแน่นอน ขอบคุณทุกคนและทุกๆ อย่างที่เข้ามา ขอบคุณค่ะ

ผู้เขียน
นางสาวสิริวิมล บุญมา
โรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษดิ์
จังหวัดสุพรรณบุรี

ดิฉันเริ่มเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชมรมฯ ตั้งแต่ดิฉันอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยตอนนั้นมีรุ่นพี่แกนนำสมาชิกของชมรมโรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษดิ์ ออกพื้นที่ขยายเครือข่ายรับสมัครนักเรียนกับโรงเรียนประถมในปีพุทธศักราช 2558 ซึ่งรุ่นพี่นั้นได้มีกิจกรรมให้กับโรงเรียนประถมมากมายซึ่งเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับ TO BE NUMBER ONE เช่นการเรียงความ การร้องเพลง เป็นต้น ซึ่งในตอนนั้นดิฉันไม่รู้เลยว่า TO BE NUMBER ONE คืออะไร แต่พอได้เข้าร่วมกิจกรรมทำให้ดิฉันเริ่มสนใจ และชื่นชอบมาก โดยเฉพาะการร้องเพลงเพราะฉันชอบการร้องเพลงมากซึ่งในวันนั้นพี่แกนนำสมาชิกชมรมได้มีใบสมัครให้กับฉันพร้อมทั้งแผ่นพับข้อมูลภูมิทัศน์ของกิจกรรมของโรงเรียน โดยในนั้นมีกิจกรรม TO BE NUMBER ONE อยู่ด้วยซึ่งเป็นกิจกรรมที่โดดเด่นมาก เมื่อดิฉันกลับมาถึงที่บ้านพร้อมกับใบสมัครและแผ่นพับให้ผู้ปกครองได้ดู ผู้ปกครองเห็นด้วยอย่างมาก เพราะมีกิจกรรมที่โดดเด่นโรงเรียนน่าอยู่และใกล้บ้านของดิฉันทำให้ดิฉันสมัครและเลือกที่จะเรียนในโรงเรียนนี้อย่างไม่รีรอและฉันก็ได้กรอกใบสมัครนั้นอย่างเต็มใจ และในปีพุทธศักราช 2559 ดิฉันได้ศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดิฉันได้เห็นรุ่นพี่สมาชิกชมรม ทำหน้าที่และสนุกสนานกันได้อย่างเข้มแข็งมากทำให้ฉันเริ่มสนใจมากขึ้นและติดตามว่าชมรม TO BE NUMBER ONE เกี่ยวกับอะไรแล้วทำไปเพื่ออะไร ทำให้ดิฉันอยากที่จะเข้ามาชมรมนี้มากในตอนนั้นได้มีการเปิดรับสมัคร เป็นสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE ดิฉันเลยได้ตัดสินใจสมัครด้วยความสมัครใจ

ต่อมาในปีพุทธศักราช 2560 ดิฉันก็ได้เป็นตัวแสดงประกอบฉากและได้ชิมชั้กับ TO BE NUMBER ONE มาตลอด 1 ปีเต็ม จนในปีต่อมาดิฉันก็ได้เป็นตัวแสดงเด่นของชมรมทั้งนี้ดิฉันได้มีความสามารถมากขึ้นที่กล้าแสดงออกมากขึ้นในเรื่องของการเต้น ทั้งที่เมื่อก่อนเต้นไม่เป็นเลยทำให้ดิฉันเริ่มที่จะผูกพันกับชมรมนี้และได้เป็นตัวแสดงเด่นประมาณ 2 ปี พอเข้ามาในช่วงปีพุทธศักราช 2563 หรือในปัจจุบันนี้ดิฉันได้อยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ได้รับโอกาสจากอาจารย์ที่ปรึกษาชมรมให้ไปคัดเลือก เพราะเห็นในความสามารถและความกล้าแสดงออก และศักยภาพในตัวของดิฉันเพื่อเป็นผู้นำเสนอการดำเนินงานของชมรมฯ หลังจากนั้นก็ผันตัวเองมาเป็นผู้นำเสนอการดำเนินงาน

ของชมรมฯ พร้อมกับตำแหน่งรองประธานของชมรมมาตลอดจนถึงปัจจุบัน ทำให้ดิฉันประทับใจที่สุด เพราะได้รับความไว้วางใจจากอาจารย์ที่ปรึกษาของชมรมฯ เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ หลังจากที่รองประธานชมรมคนก่อนได้จากการศึกษาไป รู้สึกภูมิใจมากๆ ที่ทุกคนไว้วางใจ และไม่เคยมคิดว่าตัวเองจะเดินมาถึงขนาดนี้ และดิฉันก็ภูมิใจกับตนเองว่า ดิฉันจะทำหน้าที่รองประธานชมรมฯ ให้ดีที่สุด เพื่อสนองพระปณิธาน ขององค์ประธานโครงการฯ ภายใต้คำขวัญที่ว่า เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด เพื่อทุกคนในชมรมฯ ดิฉันจะทำหน้าที่ให้ดีที่สุดให้สมกับที่ทุกคนไว้วางใจ

เรามีการดำเนินงานที่ทำให้ชมรมของเรามีความต่อเนื่องและยั่งยืนเรามีการแบ่งหน้าที่การบริหารจัดการอย่างเป็นระบบและชัดเจนเรามีการสร้างกระแสผ่านกิจกรรมโดยมีกิจกรรมที่โดดเด่นเรามีการรณรงค์รับสมัครสมาชิกในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และในปีนี้มีมีการรับสมัครออนไลน์ผ่านทาง QR CODE จึงมีสมาชิกรครบ 100% ของนักเรียนทั้งหมดในโรงเรียน โดยการทำงานและบริหารจัดการของชมรมฯ ทุกคนตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมายเป็นอย่างดีที่สุด และเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยนำหลักการ PDCA มาใช้ในการบริหารชมรมอีกด้วย

คณะกรรมการแบ่งออก 5 ฝ่าย 25 ท่าน โดยมีคณะกรรมการ ที่ปรึกษาชมรมฯ 20 ท่าน โดยมีนายนิมิต วันไชยธนวงศ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดสุพรรณบุรี เป็นกรรมการที่ปรึกษา ซึ่งในปีนี้เป็นรุ่นที่ 6 และเราได้ดำเนินงานตามหลักภายใต้ 3 ก 3 ยุทธศาสตร์

ก ที่ 1 ก กรรมการ กรรมการแต่ละฝ่ายของเรา การคัดเลือก การเลือกตั้ง และอาสาสมัคร และทางชมรมมีระเบียบวาระ ว่าด้วยการบริหารชมรม ตั้งแต่ปี 2558 ถึงปีปัจจุบันซึ่งเพราะเราจะมั่นใจว่าคนที่เข้ามาทำงานในชมรมฯ นั้นจะทำงานได้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งมีความรักความเอาใจใส่ในหน้าที่ของตนเอง

ก ที่ 2 กองทุน พวกเราทางชมรมในปีนี้ได้มีการจัดจำหน่ายไม้กวาดใบมะพร้าวร้อยปี ซึ่งเป็นสินค้า O-TOP ยังได้มีการจัดจำหน่ายสมุด TO BE NUMBER ONE จำนวน 4000 เล่ม พร้อมทั้งยังทำกระเป๋านักเรียน ภายใต้ LOGO TO BE NUMBER ONE และทางชมรมได้รับความไว้วางใจจากผู้อำนวยการโรงเรียน นายวิระ ปิ่นเจริญ มอบหมายให้ดำเนินการจัดทำร้านค้าสวัสดิการเพื่อนำรายได้เข้าชมรม นอกจากนี้ชมรมมีการจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่าย ให้ถูกต้องและชัดเจน เพื่อจ่ายต่อการตรวจสอบการใช้เงินของทางชมรมฯ เรายังมีสมุดบัญชีเงินฝากซึ่งออกในนามชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษดิ์ และระเบียบการเบิกจ่ายของชมรม การที่จะเบิกจ่ายได้นั้น

จะต้องผ่านคณะกรรมการ 2 ใน 3 นั่นคือ คณะกรรมการดำเนินงาน และอาจารย์ที่ปรึกษาหรือคณะครูในทุกๆ ครั้ง

ก ที่ 3 ก กิจกรรม ทางชมรมยังมีการสำรวจความต้องการของสมาชิกและความสนใจของสมาชิกภายในชมรม ปัจจุบันมีจำนวนทั้งสิ้น 62 กิจกรรม ตามหลัก 3 ยุทธศาสตร์

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด เรามีกิจกรรมจำนวนทั้งสิ้น 30 กิจกรรม แบ่งเป็นการสร้างกระแสผ่านสื่อ 7 กิจกรรมและเราได้มีการทำสื่อ ภายได้ LOGO TO BE NUMBER ONE และต้องสวมใส่เสื้อพร้อมติดเข็มกลัด TO BE NUMBER ONE ทุกวัน พุธหัสบดี ทั้งจังหวัดสุพรรณบุรี และทางชมรมของเรายังมีการเดินรณรงค์การต่อต้านยาเสพติดกับเครือข่ายจำนวน 6 ครั้งต่อปี อีกด้วย

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชน ทางโรงเรียนได้มีการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ในปี พ.ศ. 2556 ได้ดำเนินกิจกรรมอย่างเต็มรูปแบบโดยมีนางสาวปิยวรรณ จาดใจดี เป็นผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจ มีแกนนำอาสาสมัครประจำศูนย์เพื่อนใจจำนวน 30 คน โดยมีนางสาวกาญจนา มิ่งโมรา เป็นครูที่ปรึกษาประจำศูนย์เพื่อนใจเรามีการดำเนินงานภายใต้แนวคิด ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ เรายังมีการให้คำปรึกษาด้านการเรียนปัญหาทางเพศ รายได้เศรษฐกิจ ปัญหาความประพฤติและยาเสพติด ส่วนการสร้างสุขในปีนี้เพิ่มเติมโดยการจัดกิจกรรมสร้างสุข มีการจัดทำมอนรองคอมมีการแก้ปัญหาพัฒนา EQ มีการเรียนรู้ด้วยตัวเองและกิจกรรมแบบกลุ่มและเรายังมีโครงการไครติคทายกมือขึ้นและเราได้ดำเนินงานตาม 4 ขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 การคัดกรองสมาชิกเราได้ประสานงานกับตำรวจอำเภอบางปลาม้าในการตรวจสอบสารเสพติดในปีนี้มี การตรวจสอบสารเสพติดจำนวน 3 ครั้งต่อปี ขั้นตอนที่ 2 ได้มีการบำบัดรักษา ขั้นตอนที่ 3 มีการฟื้นฟูจิตใจให้กับสมาชิก ณ วัดท่าเจริญ ขั้นตอนที่ 4 การติดตามและประเมินผล ในปีนี้ไม่พบผู้ใช้สารเสพติดคิดเป็น 100% และในปีพ.ศ. 2560 ที่ผ่านมาทางชมรมฯ ได้ตรวจพบสารเสพติดประเภทกัญชาจำนวน 1 ราย ทางชมรมฯ เปิดโอกาสให้สมาชิกดังกล่าว ได้เข้ามาเป็นแกนนำชมรม ปัจจุบันสมาชิกดังกล่าวไม่กลับไปใช้สารเสพติดคิดเป็น 100% โดยเราได้ร่วมมือกับสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรีเป็นแหล่งเรียนรู้ในการดำเนินกิจกรรมและได้จัดทำคู่มือแนวทางการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจของเราที่ประสบความสำเร็จเผยแพร่ให้กับนักเรียนโรงเรียนใน สพม. 9 32 โรงเรียนมีการถ่ายทอดกิจกรรม

และได้จัดกิจกรรมสร้างสุขร่วมกับ ปปส. ภาค 7 เผยแพร่ทางช่อง 7 และช่องไทยรัฐทีวี ในวันที่ 27 มีนาคม 2562

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การสร้างและพัฒนาเครือข่ายเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดทางชมรมได้มีการพัฒนาเครือข่ายอย่างต่อเนื่องมีจำนวนทั้ง 11 กิจกรรม และทางชมรมยังได้จัดกิจกรรมให้กับเครือข่ายโรงเรียนประถมศึกษา 11 โรงเรียน นอกจากนี้ยังไปขยายเครือข่ายถึงต่างประเทศ ที่โรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายสี่สันตะนาค นครเวียงจันทน์ ประเทศลาวอีกด้วย และเรายังเป็นที่ปรึกษาให้แก่เครือข่ายเดิมในการเข้าร่วมการแข่งขันระดับจังหวัด ระดับภาค ระดับประเทศ ในปีนี้มีจำนวนทั้งสิ้น 15 ชมรม จัดกิจกรรม TO BE NUMBER ONE สุพรรณบุรี พาทำ สนับสนุนและเป็นที่ปรึกษาให้แก่เครือข่ายมาอย่างต่อเนื่องในปีเพิ่มขึ้น 12 ชมรม ทางชมรมฯ ได้จัดกิจกรรมเครือข่ายน้องพี่ TO BE NUMBER ONE เป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แשרประสบการณ์กับเครือข่ายต้นแบบระดับประเทศในปีนี้มีจำนวน 9 ชมรมและทางชมรมฯ ยังเป็นวิทยากรอบรมโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้แก่ผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดสุพรรณบุรีครั้งที่ 3 ต่อมาเรายังได้เป็นที่เลี้ยงและวิทยากรแคมป์ TO BE NUMBER ONE สุพรรณบุรีครั้งที่ 2 ให้กับ 25 เครือข่ายใหม่ของจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 3 ครั้ง ต่อไปในทุกปีอีกด้วย และในปีนีทางชมรมฯ ได้ดำเนินการบันทึก MOU ร่วมกับเครือข่ายจำนวน 17 ชมรมสุดท้ายนี้เราได้เป็นวิทยากรในการประชุมเชิงปฏิบัติการโครงการ TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษา 89 ชมรม จัดโดยกระทรวงศึกษาธิการอีกด้วย

ผลงานของโรงเรียนบางแม่หม้ายรัฐราษฎร์รังสฤษดิ์ ตั้งแต่จัดตั้งชมรมฯ ส่งผลให้ทางชมรมได้รับรางวัลมากมายซึ่งเป็นผลสำเร็จด้านรูปธรรมต่อชมรมและในปีพ.ศ.2557 เป็นปีแรกที่ได้โล่รางวัลชนะเลิศ การประกวดชมรม TO BE NUMBER ONE ประเภทสถานศึกษาสุพรรณบุรีในปีต่อมาชมรมของเราได้โล่การจัดบุณนิทรรศการชมรม TO BE NUMBER ONE ในกิจกรรมงานมหกรรมการศึกษาสุพรรณบุรีครั้งที่ 9 ณ โรงเรียนกรรณสูตศึกษาลัย จังหวัดสุพรรณบุรีปี 2560 ได้รับรางวัลองค์กรที่มีผลงานดีเด่นในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดประจำปี 2560 รับโล่เกียรติยศจากนายประยุทธ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี จากสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด OFFICE OF THE NARCOTICS CONTROL BOARD ONCB. ต่อมาในปี 2562 ได้รับรางวัลโรงเรียนยุติธรรมอุปถัมภ์ ต้นแบบระดับประเทศจากการดำเนินผลงานโครงการ TO BE NUMBER ONE จาก ปปส. พร้อมทั้งจัดทำสารคดีผลงานชมรมถ่ายทอดทางช่อง 7 และ

ช่งไทยรัฐทีวีและในปีนี้ได้รับรางวัลชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษาระดับ การศึกษาขั้นพื้นฐานกลุ่มรักษามาตรฐานพร้อมเป็นต้นแบบระดับเงินปีที่ 3 ประจำปี 2563 ระดับภาคกลางและภาคตะวันออกเฉียงใต้ออกเข้าสู่การประกวดในระดับประเทศ

ประโยชน์ของการทำโครงการนี้ส่งผลต่อตนเอง คือทำให้ตนเองกล้าที่จะคิด กล้าที่จะทำกล้าที่จะแสดงออกในสิ่งที่ตนชอบและถนัดโดยไม่คิดที่จะน่ายาเสพติดมา เป็นที่พึ่งในการดำรงชีวิต ทำให้เพื่อนและตนเองได้มีกิจกรรมทำตลอดปีการศึกษาในเชิง สร้างสรรค์ ได้คิดและลงมือทำอย่างจริงจังในการรณรงค์ต่อต้านยาเสพติดเป็นแกนนำช่วย ป้องกันช่องทางที่เกิดปัญหาเสพติดที่มาคุกคามในวัยอย่างพวกเราตลอดจนอีกหลายๆ ครอบครัวที่โดนคุกคามจากยาเสพติดและเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ หรือครอบครัว ก็จะไม่คิดที่จะหันไปหาเสพติดมาเป็นความสุขของตนเองและจะส่งผลให้โรงเรียน เป็นโรงเรียนสีขาวปราศจากอบายมุขและยาเสพติดส่งผลต่อชุมชนคือชุมชนจะเป็นชุมชน ที่น่าอยู่มากขึ้นเข้มแข็งในการพัฒนาเยาวชนในชุมชนให้เป็นคนเก่งและดีส่งผลกระทบต่อประเทศชาติ ด้วยคือประเทศจะยังยืนมั่นคงแข็งแรงทั้งหมดเป็นการร่วมมือกัน ของคนในประเทศด้วย กิจกรรมของสมาชิก TO BE NUMBER ONE ภายใต้คำขวัญที่ว่า "เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด"

ตลอดเวลาในการทำหน้าที่เป็นรองประธานชมรมฯ ไม่นานเท่าไรนัก แต่รู้สึกว่าเป็นผู้ที่โชคดีมากคนหนึ่งที่ได้รับควมไว้วางใจให้ทำหน้าที่นี้ เพราะเราได้ทำงานกับสมาชิก คนอื่นๆ มากมายได้รับรู้เรื่องราวต่างๆ ของสมาชิกช่วยเหลือเขาบรรเทาทุกข์และเกิด รอยยิ้มตามมามันเป็นสิ่งที่ถ้าได้ลองทำแล้วจะเลิกไม่ได้การเขียนเรียงความเรื่องดีๆ 18 ปี TO BE NUMBER ONE ในโอกาสนี้ข้าพเจ้าตั้งใจทำงานนี้อย่างจริงจังและตั้งใจ เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่คาดหวังไว้ โดยจะขอสัญญาว่า จะสร้างและพัฒนาเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ให้เข้มแข็งยั่งยืนและสานต่อปณิธานขององค์ประธาน โครงการ TO BE NUMBER ONE ดังคำขวัญที่ว่า "เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด WE ARE TO BE NUMBER ONE"



ឧបសគ្គ TO BE NUMBER ONE

ប្រធាន

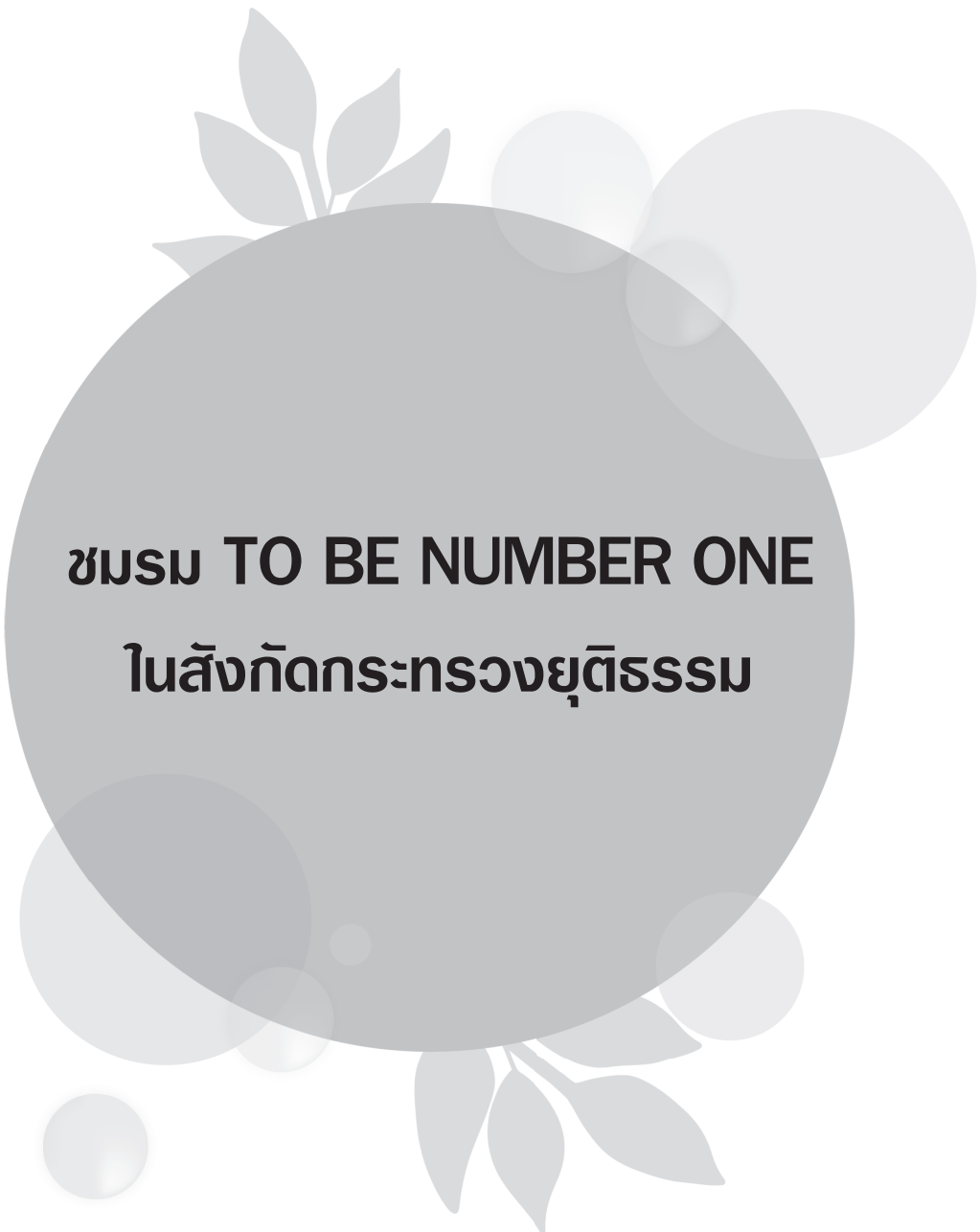
ผู้เขียน
นางสาวเพชรภรณ์ น้าภา
ประธานชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนบ้านขี้เหล็ก
จังหวัดศรีสะเกษ

โครงการ TO BE NUMBER ONE แนนอนคะ เป็นโครงการที่แก้ไขปัญหายาเสพติด แต่ไม่ใช่แค่นั้นนะคะ โครงการนี้ยังเป็นโครงการที่ให้โอกาสคน ให้โอกาสเยาวชน ในการกล้าที่จะคิด กล้าที่จะทำ กล้าที่จะฝัน และโครงการนี้ยังทำให้เด็กซ้ಾಯคนหนึ่ง กลายเป็นเด็กที่กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าที่จะแสดงศักยภาพของตัวเองออกมา ในตอนเด็กหนูเป็นคนซ้ಾಯมากคะ เป็นคนไม่กล้าพูด ไม่กล้าจับไมค์ แต่จุดเริ่มต้นที่ทำให้เด็กซ้ಾಯอย่างหนูกล้าแสดงออกมากขึ้น เริ่มมาจากในตอนนั้นมีกิจกรรมกลุ่ม ของเยาวชนเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ในการแก้ปัญหาเสพติดในชุมชน ตอนที่ผู้ใหญ่บ้าน เปิดรับสมัครแรกๆ หนูก็ไม่ได้สนใจนะคะ แต่พอหนูเห็นพี่ๆ ที่ทำก่อนหน้านี้ พาเยาวชน ในชุมชนทำกิจกรรม มั่นดูสนุก ดูสร้างสรรค์ เพราะเหตุผลนี้แหละคะ ที่ทำให้หนูได้เข้าร่วม กิจกรรมในโครงการนี้ ช่วงแรกๆ หนูก็ไม่กล้าหรือกะนะคะ แต่วันหนึ่งชมรมของเราได้มี โอกาสเข้าร่วมประกวดนำเสนอผลการดำเนินงานของชมรม TO BE NUMBER ONE ตอนนั้นชมรมของเราได้ไปประกวดระดับภาค และได้เป็นตัวแทนของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ไปประกวดระดับประเทศ และนี่แหละคะคือจุดเริ่มต้นที่ทำให้หนูกล้าแสดงออก ก่อนที่ ไปประกวดระดับประเทศชมรมของหนูมีปัญหาคะ และปัญหานั้นก็คือผู้นำเสนอไม่ครบ เพราะพี่คนเก่าที่นำเสนอต้องไปเรียนต่อ ตอนนั้นผู้ใหญ่และพี่ๆ ในทีม ต้องหาคนมาแทน คนเก่า แต่มันก็เหมือนพรหมลิขิตนะคะ ที่ทำให้หนูต้องเป็นตัวแทนไปนำเสนอ ก่อนที่จะไป นำเสนอเราก็จะมีการทำกิจกรรมมากมายคะ ไปสร้างเครือข่ายบ้าง จัดอบรมบ้าง เป็นวิทยากร และอีกมากมายเลยคะ และเพราะการทำกิจกรรมนี้แหละคะที่ทำให้หนู กล้าที่จะจับไมค์ กล้าที่จะพูด และวันนี้ก็มาถึงวันประกวด ในการประกวดครั้งนั้น เราจะ ต้องไปประกวดที่เมืองทองธานี และในวันนั้นมีกิจกรรมรวมพลคน TO BE NUMBER ONE มั่นนำดีต้นต้นมากคะ เพราะเป็นครั้งแรกที่หนูได้ไปร่วมงานนี้ แต่สุดท้ายในตอนทีหนู นำเสนอมันก็ผ่านมาได้คะ ก่อนที่จะประกาศรางวัล ชาว TO BE NUMBER ONE ทุกคน ได้รับเสด็จทูลกระหม่อมมา หนูตื่นตื่นมากคะ เพราะเป็นครั้งแรกที่หนูได้รับเสด็จ ทูลกระหม่อมมา ในการรับเสด็จครั้งนั้นทำให้หนูสัญญากับตัวเองเลยว่า จะไม่หยุดที่จะทำงาน TO BE NUMBER ONE จะสานต่อพระปณิธานของทูลกระหม่อมมาฯ ถึงแม้การประกวดครั้งนั้น

อาจจะไม่ได้รางวัลแต่หนูก็รู้สึกดีนะคะ เพราะมันเป็นการทลายกำแพงในใจหนูได้ค่ะ ทำให้หนูกล้าพูด กล้าทำ แต่สิ่งที่หนูได้รับจากโครงการนี้ไม่ใช่แค่การกล้าพูด กล้าทำ โครงการ TO BE NUMBER ONE ยังทำให้หนูได้ประสบการณ์ดีๆ ได้มิตรภาพ ได้รู้จากการทำงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม และยังทำให้หนูกล้าที่จะแสดงออกไปในทางที่ดี แต่คนที่ได้รับโอกาสไม่ได้มีแค่หนู แต่เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ในชมรมและคนในชุมชนก็ได้รับโอกาส ทำให้เพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ที่ได้รับโอกาสกล้าแสดงออกในทางที่ดี ได้ประสบการณ์ดีๆ มีแรงจูงใจในการใช้ชีวิตและยังทำให้พวกเขามีภูมิคุ้มกันที่จะไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

หนูขอขอบคุณโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ทำให้เด็กขี้อายอย่างหนู กลายเป็นเด็กกล้าพูด กล้าคิด กล้าทำ กล้าที่จะฝัน ทำให้หนูมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง และยังทำให้หนูเกิดความภูมิใจในตัวเอง หนูอยากจะบอกทุกคนว่า ทุกคนสามารถกล้าที่จะคิด กล้าที่จะทำ และกล้าที่จะฝัน เพื่อเป็นแรงผลักดันและสร้างเกราะป้องกันที่จะไม่ให้ทุกคนไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และท้ายที่สุดนี้ หนูขอสัญญาว่า จะสืบสานงาน TO BE NUMBER ONE และเป็นแบบอย่างที่ดี ในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

“เด็ก TO BE กล้าคิด กล้าทำ กล้าฝัน”



ឧបសគ្គ TO BE NUMBER ONE
ប្រកាសក្នុងក្រសួងយុត្តិធម៌

ผู้เขียน

สุชาดา บณฺฑนท

ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ

TO BE NUMBER ONE คือ โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด องค์ประธานโครงการคือ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี สีสประจำโครงการ คือ สีแดง ซึ่งได้รวมพลก่อตั้ง และเปิดตัวโครงการ เมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2545 ดำเนินงานมาถึงปัจจุบัน วันที่ 15 กรกฎาคม 2563 เป็นระยะเวลา 18 ปี เต็ม โดยมุ่งเน้นการรณรงค์สร้างกระแสให้เกิดค่านิยมใหม่ พัฒนาคุณภาพชีวิต เก่งและดี เน้นทำให้มีสมาชิกของเรามีความสุข มีร่างกายแข็งแรง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง และสังคม โดยยึดกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลาง เน้นการหาความเป็นหนึ่งในตนเอง ตามแนวคิดและกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง บนพื้นฐานสาเหตุปัญหา และกิจกรรมที่เพื่อนสมาชิก ต้องการ เพื่อสร้างความเข้าใจที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และได้หันกลับมาช่วยกันป้องกัน ปัญหายาเสพติดอย่างต่อเนื่อง เราจะขับเคลื่อนการดำเนินงานภายใต้หลัก 3 ก. 3 ย. เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายคืนคนดีสู่สังคมสืบต่อไป

ดิฉัน คือหนึ่งในสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE ของเรือนจำจังหวัด ชัยภูมิ คำขวัญประจำโครงการของเรือนจำคือ เก่ง ดี มี สุข เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด เรามีคณะกรรมการกิตติมศักดิ์ คณะกรรมการที่ปรึกษาชมรม และคณะกรรมการบริหาร ชมรม ซึ่งได้มาจากการเลือกตั้งให้เป็นที่ยอมรับของสมาชิกทั่วทั้งเรือนจำ เพื่อร่วมกัน จัดกิจกรรม และดำเนินงานให้ประสบผลสำเร็จ เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และบรรลุ วัตถุประสงค์ต่อไป การที่ดิฉันได้เข้ามาสู่เรือนจำ เพราะดิฉันได้เข้ามายุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยพี่ชายของดิฉันและเพื่อนๆของดิฉันล้วนแต่ขายและเสพยาเสพติดทั้งนั้น ดิฉันได้เริ่ม จากการเป็นผู้เสพก่อน เพราะความอยากรู้อยากลอง จนทำให้ดิฉันเริ่มใช้มันอย่างจริงจัง เพราะหลงในกลิ่น รูปรส และฤทธิ์ของยาเสพติด จากนั้นไม่นาน ดิฉันก็ผันตัวเองจากการ เป็นเพียงผู้เสพมาเป็นทั้งผู้เสพและผู้ขายนั้น ก็ทำให้ดิฉันมีชื่อเสียงโด่งดังในกลุ่มผู้ค้ายาให้ กับเด็กและเยาวชน ทั้งในชุมชนของตนเองและชุมชนใกล้เคียง ซึ่งก็ต่างพากันมาซื้อ ยาเสพติดจากดิฉันเพื่อนำไปเสพ เพราะการมีชื่อเสียงโด่งดังในชุมชน ทำให้ดิฉันถูกจับตามอง ในกลุ่มของกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ซึ่งดิฉันก็ได้รับการตักเตือนจากผู้ใหญ่บ้านมาแล้วครั้งหนึ่ง เกี่ยวกับเรื่องการขายยาให้กับเยาวชนในหมู่บ้าน แต่ดิฉันกลับไม่คิดที่จะเลิกทำ จนในที่สุด ดิฉันก็โดนตำรวจจับกุมได้ ภายในบ้านของตนเอง ในข้อหาซื้อขายยาเสพติดไว้ในครอบครอง

เพื่อเสฟและจำหน่าย นี่คงจะเป็นผลจากการคบเพื่อน สิ่งแวดล้อมที่ดีฉันเป็นอยู่ หรือ ภูมิคุ้มกันของดิฉันตัวเองก็ไม่รู้สินะ การที่ดีฉันเข้ามาอยู่ในเรือนจำ ทำให้ดิฉันได้รู้จักกับ TO BE NUMBER ONE ซึ่งเป็นโครงการรณรงค์เกี่ยวกับยาเสพติด และดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมอบรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ครั้งแรกเมื่อเดือนกันยายน 2562 โดยทางชมรมของเรือนจำได้เชิญวิทยากรจากภายนอก เข้าอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องยาเสพติด ให้แก่สมาชิกภายในเรือนจำของเรา แต่ได้มีการจำกัดคนในการเข้าร่วมกิจกรรมอบรมโครงการในครั้งนี้อย่างเพียง 100 คน ทั้งแดนหญิงและแดนชายต่างก็มีเพื่อนๆ เข้าร่วมสมัครมากมาย เพื่อที่จะเข้าอบรมในครั้งนี้อย่างดิฉันก็เป็นหนึ่งในร้อยของคนที่สมัครเข้าอบรม และดิฉันก็ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมด้วย เพราะดิฉันมีใจกล้าพูด กล้าแสดงออก ในการเข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อนๆ จนทำให้เจ้าหน้าที่ ซึ่งเป็นผู้สำรวจรายชื่อได้มองเห็นศักยภาพในความมุ่งมั่นที่อยากจะเข้ารับการอบรมโครงการนี้ ดิฉันจึงได้รับการสนับสนุนและส่งรายชื่อให้เข้าร่วมอบรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE ในครั้งนั้น โครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้ดิฉันได้รู้ว่ายาเสพติด คือ ภัยหาระดับชาติ ทำให้พวกเราเยาวชนส่วนใหญ่จมอยู่กับความเศร้าทำให้เกิดอาชญากรรมมากมาย เพื่อนของดิฉันส่วนใหญ่ก็มาจากปัญหายาเสพติด ทั้งผู้เสฟ ผู้ขาย และลักทรัพย์ ทุกครั้งที่ดิฉันเหนื่อยและท้อแท้จะมีเพื่อนๆ สมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE ของเราคอยเป็นที่ปรึกษา และให้กำลังใจอยู่เสมอ ดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมเปิดบ้าน OPEN HOUSE ที่ทางเรือนจำจัดขึ้น เพื่อรณรงค์ปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติด ตามหลักยุทธศาสตร์ที่ 1 โดยการรวมกลุ่มกับเพื่อนๆ แข่งขันการปริศนต่งานตามหลัก 3 ก. 3 ย. ซึ่งได้ความรู้ กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก ทั้งยังมีกิจกรรม คน TO BE ต้านภัยยาเสพติด ซึ่งมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ด้วยการเล่นกีฬาสร้างความสามัคคี รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย รู้ถึงความเป็นหนึ่งของตนเอง ได้มีความรู้และมีความสุขร่วมกัน และทางเรือนจำของเรายังมีลานคน TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ใช้ในการทำกิจกรรม ร้อง เล่น เต้น รำ ร่วมกับเพื่อนๆ ในเวลาว่าง เพื่อที่เราจะได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ ได้ทั้งรอยยิ้ม และเสียงหัวเราะที่ได้ร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน ตามหลักยุทธศาสตร์ที่ 2 คือ การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่สมาชิก เรือนจำของเรายังมีโครงการชุมชนบำบัดเกี่ยวกับเรื่องยาเสพติด ซึ่งมีเพื่อนๆ เข้ารับการอบรมเพื่อให้เข้าใจถึงปัญหายาเสพติด และไม่หันมากระทำผิดซ้ำอีก ซึ่งมีเพื่อนๆ เข้ารับการอบรมจนทำให้เครือข่ายของเรามีเพิ่มมากขึ้นทุกปี ตามหลักยุทธศาสตร์ที่ 3 คือการสร้างและพัฒนาเครือข่าย

เพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติด และทางเรื่อนจำก็มีห้อง FRIEND CONNER ที่ดำเนินงานภายใต้แนวคิด ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ โดยดิฉันจะมีเพื่อนๆ ที่คอยรับฟังปัญหา ให้คำปรึกษาเหมือนเพื่อนช่วยเพื่อน ให้กำลังใจฉันได้ ทำให้ฉันยิ้มได้ และมีความสุขทุกครั้งที่ได้เข้าใช้บริการ และเป็นเพื่อนสมาชิกในห้อง FRIEND CONNER แห่งนี้ TO BE NUMBER ONE ทำให้เห็นถึงผลสำเร็จ ในชีวิตของดิฉันเองและเพื่อนๆ สามารถรู้ได้ว่าการเป็นสมาชิกส่วนหนึ่ง ทำให้รู้ถึงโทษและภัยของยาเสพติดได้ดีมากขึ้น ทำให้หันกลับมาสนใจตัวเอง สนใจสังคมรอบข้าง มีทัศนคติที่ดี เกิดความสามัคคี ในการขับเคลื่อนของโครงการได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้ตัวเองและเพื่อนๆ ของเรา ยืนหยัดอยู่ในสังคมอย่างเป็นปกติและช่วยเหลือแก้ไขปัญหาเสพติดร่วมกันได้ ที่ผ่านมามีดิฉันได้เข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ TO BE NUMBER ONE เกือบทุกกิจกรรม ถึงแม้ว่าพวกเราจะมีการแข่งขันกันในงานกิจกรรม แต่ไม่ได้หวังที่จะติดลำดับแต่อย่างใด เพียงแค่ตั้งใจที่จะดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง และร่วมเป็นส่วนหนึ่งในทุกๆ กิจกรรม ที่ทางชมรมจัดขึ้น ทุกวันนี้แค่ดิฉันและเพื่อนๆ ได้ร่วมเป็นส่วนหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE ดิฉันก็พึงพอใจ และมีความสุขแล้ว ต้องขอบพระทัยในพระกรุณาธิคุณของ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทรงได้จัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE นี้ขึ้นให้แก่พวกเรา เด็ก เยาวชน และเพื่อนๆ กลุ่มเสียงทุกคน ทำให้เราได้ ทั้งความรู้และโอกาสได้มาเรียนในสังคมอย่างมีคุณค่าต่อไป สิ่งที่ดีที่สุดในโครงการนี้ทำให้ ดิฉันได้รู้ว่า ดิฉันเป็นหนึ่งในได้โดยไม่พึ่งยาเสพติด ดิฉันเป็นหนึ่งในได้โดยไม่ต้องแข่งขันกับใคร เพื่อให้ตัวเองเป็นผู้ชนะ แต่ดิฉันเป็นหนึ่งในได้เพราะดิฉันชนะใจตัวเอง และได้มองเห็นคุณค่า ในตัวเองแค่นั้นพอ ดิฉันจะร่วมเป็นหนึ่งในที่มุ่งมั่นดำเนินงานตามแนวทางของโครงการต่อไป เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย เกิดความยั่งยืน เพื่อเพื่อนๆ ในสังคมของพวกเราสืบต่อไป

โครงการ TO BE NUMBER ONE นี้ เป็นนิมิตรหมายที่ดี สำหรับตัวดิฉันเองและเพื่อนๆ เยาวชนกลุ่มเสียงทุกๆ คน ร่วมแรงร่วมใจ เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก ในสิ่งที่ดีๆ ที่ถูก ที่สมควรกระทำ ทุกคนล้วนมีคุณค่า และศักยภาพ ในตนเอง เพียงแค่คิดดี พูดดี ทำดี เป็นคนดีห่างไกลยาเสพติด และขอบคุณผู้ใหญ่ใจดี ทุกภาคส่วนภายในเรื่อนจำจังหวัดชัยภูมิ ที่ทำให้ดิฉันได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกในโครงการดีๆ แบบนี้ ดิฉันชอบและหลงรักในโครงการ TO BE NUMBER ONE เข้าในหัวใจของฉันแล้ว เราจะมุ่งมั่น ตั้งใจ ร่วมกันต้านภัยและห่างไกลยาเสพติด เพื่อเพื่อนๆ สังคมไทยของเรา สืบต่อไปค่ะ

จากความพลาดพลั้งในวันนั้น พบความฝันครั้งใหม่ในวันนี้ เก็บประสบการณ์พลังชีวิต ที่เคยมี ร่วมเป็นคนดีกับ TO BE NUMBER ONE

ผู้เขียน
อาริษา กำลังเหลือ
ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ

TO BE NUMBER ONE คือ โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดย ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธาน โครงการ เมื่อวันที่ 15 กรกฎาคม 2545 จวบจนถึงวันนี้ คือวันที่ 15 กรกฎาคม 2563 ซึ่งได้ดำเนินงานมาแล้ว เป็นระยะเวลา 18 ปี เต็ม ซึ่งมีสี่ประจำโครงการ คือ สีแดง และคำขวัญประจำโครงการคือ เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ปัจจุบันเราจะเห็นได้ว่า เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มักจะไปเกี่ยวข้องกับยาเสพติด ด้วยปัจจัยหลายๆ อย่าง ตัวอย่างเช่น ความอยากรู้อยากลอง ค่านิยมในกลุ่มเพื่อนๆ ปัญหาด้านครอบครัว เป็นต้น เลยหันมาใช้สารเสพติด ซึ่งไม่รู้เลยว่า ยาเสพติดนั้นเป็นปัญหาระดับชาติ เพราะเป็นต้นเหตุ ของการเกิดอาชญากรรมอื่นๆ ตามมาอีกมากมาย ทำให้ครอบครัวแตกแยก ทำให้สังคม เตือดร้อน และคนในครอบครัวเป็นทุกข์ และยังเป็นอันตรายต่อตนเองอีกด้วย TO BE NUMBER ONE จึงได้มีแนวคิด ดำเนินงานให้อยู่ภายใต้ 3 ก. 3 ย. ซึ่งก็คือ คณะกรรมการ กองทุน และกิจกรรม และกิจกรรมต้องดำเนินงานไปตามหลัก 3 ย. คือ 1.การรณรงค์ ปลุกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด 2.การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่สมาชิก 3.การสร้างและพัฒนาเครือข่าย เพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โครงการ TO BE NUMBER ONE จึงอยากให้เรา หันกลับมาเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลให้เราเป็นคนคิดบวก ค้นหาความเป็นหนึ่งในตัวเอง ผ่านกิจกรรมภายใต้ หลัก 3 ย. เพื่อให้เด็กเยาวชน และประชาชนทั่วไป ได้เล็งเห็นปัญหา ของยาเสพติด หันมาสนใจตัวเอง สนใจครอบครัว สนใจสังคม และได้มีทัศนคติที่ดี หันกลับมา ทำสิ่งที่ถูกต้องกลับมาเป็นคนดีของสังคม

ดิฉันเป็นหนึ่งคนที่ได้ร่วมเป็นสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE ก่อนที่ ดิฉันจะได้รู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ดิฉันยอมรับว่าเคยทำผิดพลาดในชีวิต เนื่องจากการที่ดิฉันได้อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มั่วสุมเสพยากัน ดิฉันรู้ว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่ดีและ ผิดกฎหมาย ก็ได้แต่ตักเตือนเพื่อนๆ พยายามห้าม แต่สุดท้ายดิฉันก็แพ้ให้กับความ อยากรู้อยากลอง ดิฉันเสพมันไขมันจนเกิดเป็นนิสัย ร่างกายก็ซูบผอมและสุขภาพ ก็บั่นทอนลงเรื่อยๆ จนในที่สุดก็ไม่พันท้องเข้ามาอยู่ข้างในกับเพื่อนๆ และในการที่ดิฉัน ได้เข้ามาเ็นเอง ดิฉันก็ไม่รู้ว่าดิฉันโชคดีหรือโชคร้าย แต่ดิฉันว่าในความโชคร้ายก็มี ความโชคดี นั่นก็คือดิฉันได้มาพบกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ของเรือนจำจังหวัด

ชัยภูมิ ดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่ง ในสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิแห่งนี้

ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ มีคำขวัญประจำโครงการว่า เก่ง ดี มีสุข เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ซึ่งได้ดำเนินงานตามหลัก 3ก. 3ย. ทางชมรมก็มี คณะกรรมการกิตติมศักดิ์ คณะกรรมการที่ปรึกษาชมรม และคณะกรรมการบริหารจัดการ ชมรม ซึ่งเราก็ได้มาจากการเลือกตั้งให้เป็นที่ยอมรับของสมาชิกทั่วทั้งเรือนจำ และเราก็ได้มีกองทุนของชมรม ซึ่งบริหารโดยคณะกรรมการบริหารชมรมและเรายังมีทุน จากหน่วยงานต่างๆ และยังมีรายได้จากการจำหน่ายสินค้า ผลิตภัณฑ์ต่างๆ ของทาง สมาชิกของชมรมที่ได้จัดทำขึ้น หลังจากหักค่าใช้จ่ายก็นำมาเป็นกองทุนในการจัดกิจกรรม ซึ่งกิจกรรมของเรา ได้จัดการให้อยู่ในหลัก 3 ยุทธศาสตร์ คือ ยุทธศาสตร์ที่ 1 การรณรงค์ ปลุกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ซึ่งจะ จัดเป็นกิจกรรมให้สมาชิกทุกคนรวมถึงดิฉัน ได้เข้าร่วมกิจกรรม ร่วมกันเพื่อปลูกฝัง ทัศนคติใหม่ และยังมีการนำบุคคลภายนอกจากหน่วยงานต่างๆ เข้ามาศึกษาดูงานในเรือนจำ ของเรา ทำให้บุคคลภายนอกได้รับรู้ถึงศักยภาพของเรา และนำไปบอกต่อ เพื่อสร้าง กระแสนิยมให้ผู้คนได้สนใจในการดำเนินงานของชมรม TO BE NUMBER ONE ของเรือนจำ ของเรามากขึ้น และยังมีกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจตามหลักยุทธศาสตร์ที่ 2 ซึ่งทางชมรม TO BE NUMBER ONE ของเราได้จัดกิจกรรม เกี่ยวกับการทำสมาธิ ฝึกจิตใจ ให้สงบ มีสติ และยังมีกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างจิตใจให้เข้มแข็งต่อการกลับอกออกไปใช้ชีวิต ในสังคมข้างนอกได้ และเรายังมีกิจกรรมตามหลักยุทธศาสตร์ที่ 3 คือการสร้างและพัฒนา เครือข่ายเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ด้วยกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้คนส่วนใหญ่ ได้รับรู้ถึงสิ่งที่ชมรมของเราได้ร่วมกันจัดทำขึ้น เพื่อสร้างและขยายเครือข่ายของชมรม ให้เพิ่มขึ้น จะได้สร้างชุมชน สังคมให้เข้มแข็ง และห่างไกลจากยาเสพติด ดิฉันได้มีโอกาส เข้าร่วมแข่งขันประกวดการพรีเซนต์ในเรื่องของ TO BE NUMBER ONE ในกิจกรรม เปิดบ้าน OPEN HOUSE ของชมรมในปี 2562 เดือนธันวาคม ดิฉันตื่นเต้นมากและดิฉัน ก็รู้สึกว่าคุณดิฉันก็สามารถทำอะไรดีๆ ได้เหมือนกัน จากการที่ดิฉันได้เข้ามารู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE จึงได้เรียนรู้ว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE คืออะไร และรู้ว่าตัวเองต้องการที่จะทำอะไร เป้าหมายของตัวเองอยากจะทำอะไรที่สามารถ กลับอกออกไปใช้ชีวิตในสังคมได้ โดยไม่ต้องร้อนรนคนรอบข้าง ที่สำคัญไม่หวนกลับไปใช้ สารเสพติดอีก

จากการที่ดิฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมเป็นสมาชิกของชมรม ดิฉันก็ยังได้มีโอกาสได้เข้าร่วม กิจกรรมอบรมให้ความรู้กับคณะกรรมการชมรม TO BE NUMBER ONE จากพี่สู่น้อง ซึ่งดิฉันดีใจมากที่ได้รับการคัดเลือกจากคณะกรรมการของชมรมให้เข้าร่วมการอบรม

ในครั้งนี้นี้ ดิฉันอยากขอบคุณคณะกรรมการทุกท่านที่เล็งเห็นศักยภาพของดิฉัน ฉันมีความสุขทุกครั้งที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม และเป็นหนึ่งในชมรม TO BE NUMBER ONE จังหวัดชัยภูมิ ดิฉันได้เห็น ได้รับรู้ว่า สมาชิกของเราที่ได้กลับไปสู่สังคมได้มีโอกาสปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ มีความคิดที่ดีมีอาชีพที่สุจริต และสมาชิกบางคนยังเป็นที่รู้จักของสังคม ทั้งยังเป็นที่ยอมรับในสังคม ไม่หวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก ตัวดิฉันเอง จากคนที่ไม่เคยมีจุดมุ่งหมายในชีวิต กลับมองเห็นแสงสว่างอยู่ข้างหน้า เห็นโอกาสที่ทางชมรม TO BE NUMBER ONE ได้มอบให้ เห็นกำลังใจของสมาชิกทุกคน และคณะกรรมการทุกท่านได้มอบให้ซึ่งทางชมรมของเรานำมาซึ่งเรามีห้อง FRIEND CONNER ไว้ให้สมาชิกที่มีปัญหา ความเครียด หรือมีข้อเสนอนะในการจัดกิจกรรม คือ การปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหาพัฒนา EQ ได้เข้ามาใช้บริการ ซึ่งดิฉันก็ได้มาใช้บริการด้วย ทำให้ความคิดของดิฉันกลายเป็นคนคิดบวก และใช้สติในการแก้ปัญหาต่างๆ สามารถคลายความกังวลใจได้เป็นอย่างมาก ดิฉันเองก็ยังได้ค้นหาความเป็นหนึ่งในตัวเองได้อีกด้วย ดิฉันสามารถทำได้หลายอย่างก็จริง แต่ดิฉันไม่รู้ด้วยซ้ำว่าดิฉันชอบทำอะไรที่สามารถทำแล้วมีความสุขและจริงจังกับสิ่งนั้น ตอนนี้นี้ดิฉันได้รู้แล้วว่าดิฉันชอบวาดภาพ และจุดมุ่งหมายของดิฉันเมื่อกลับออกไปสู่ข้างนอก อยากจะทำงานเกี่ยวกับการวาดภาพ เพราะเมื่อดิฉันได้วาดภาพ ดิฉันรู้สึกสงบ มีสมาธิ และยังทำให้เพื่อนๆ ที่เห็นภาพวาดของดิฉัน มีความสุขด้วย นอกจากนั้นฉันยังมีแรงผลักดันจากสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ทำให้ฉันได้กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก ในสิ่งที่ตัวเองค้นเจอ ขอขอบคุณการสนับสนุนจากทุกๆ ฝ่ายที่ให้ชีวิต ให้ความคิด ให้สติ ให้ดิฉันมีเป้าหมายในชีวิต

ดิฉัน อยากขอพระทัยในพระกรุณาธิคุณ ของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ได้ทรงจัดตั้งโครงการดีๆ แบบนี้ให้กับลูกหลานประชาชนไทย ทำให้ปัญหาเสียดิตค่อยๆ ลดน้อยลงไป และยังคืนคนดีสู่สังคมไทยของเราอีกด้วย และขอขอบพระคุณคณะกรรมการกิตติมศักดิ์ทุกท่าน หน่วยภาครัฐ และเอกชนทุกหน่วย คณะกรรมการที่ปรึกษาชมรมและคณะกรรมการบริหารชมรมทุกคนที่ได้ร่วมใจกันทำให้โครงการ TO BE NUMBER ONE ของเราได้เข้มแข็ง และมั่นคงจนถึงทุกวันนี้ และสามารถป้องกันและแก้ไขปัญหาเสียดิตได้เป็นอย่างดี ดิฉันรู้สึกภาคภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของชมรม TO BE NUMBER ONE และตั้งใจอย่างแน่วแน่ว่าเมื่อกลับออกไปใช้ชีวิตในสังคมข้างนอก ดิฉันจะนำความรู้ที่ได้จากชมรม TO BE NUMBER ONE ไปถ่ายทอดให้กับรุ่นน้องที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง หรือประชาชนให้ได้รับรู้ว่า การเป็น TO BE NUMBER ONE คืออย่างไร สามารถทำให้ชีวิตเราเปลี่ยนไปอย่างไร และจะไม่หวนกลับไปกระทำผิดอีกต่อไป เพราะดิฉันได้ค้นหาความเป็นหนึ่งของดิฉันได้ด้วยโครงการดีๆ แบบนี้ซึ่งมีชื่อโครงการว่า TO BE NUMBER ONE

ผู้เขียน

วรรณพร กิ่งทะ

ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ

ทุลกระหม่อมอุบลรัตนประทานแนวคิด	ชูปชีวิตคนไทยใหม่อีกหน
โครงการทูบีวันเบอร์วันนั้นสร้างคน	เยาวชนเป็นหนึ่งในไม่พึ่งยา
ได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง	ไม่หวั่นเกรงอุปสรรคและปัญหา
เป็นคนเก่ง ดี มีสุข ทุกเวลา	ช่วยนำพาชาติต่อไปให้เจริญ
อย่าหลงเพลินกับอดีตที่ผิดพลาด	จงวางวาดอนาคตให้สดใส
สำคัญสุดคือปัจจุบันใช้อื่นไกล	จงสุขใจกับสิ่งที่เราเป็น
ที่เราเห็นใช้สิ่งที่สำคัญยิ่ง	อย่าตติงเรื่องแล้วผ่านพาลโง่เขลา
อนาคตยังไม่เกิดอย่ามัวเมา	วันนี้เราทำดีเท่านี้พอ

โครงการ TO BE NUMBER ONE มีชื่อเต็มๆ ว่า โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ซึ่งก่อตั้งเมื่อ ปี พ.ศ. 2545 มีคำขวัญประจำโครงการว่า เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ซึ่งปัจจุบันดำเนินโครงการมาแล้วเป็นเวลา 18 ปี และมีเป้าหมายในอนาคตว่าจะแบ่งการดำเนินงานเป็น 3 ระยะ คือ ทศวรรษแรก มุ่งเน้นการรณรงค์เพื่อให้เกิดกระแสนิยมในการเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ทศวรรษที่ 2 มุ่งเน้นการพัฒนาสมาชิกให้เป็นคนเก่ง และดี และทศวรรษที่ 3 เน้นให้สมาชิกมีความสุข ทั้งนี้โดยอ้างอิงจากคำจำกัดความ ดี เก่ง สุข และมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยมียุทธศาสตร์และการดำเนินการที่ยึดเยาวชนและวัยรุ่นเป็นศูนย์กลาง โดยเข้าถึงสาเหตุของปัญหา เข้าใจธรรมชาติและความต้องการของเยาวชน และกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ โดยใช้สโลแกน เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ก่อให้เกิดแรงจูงใจให้เยาวชนไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด แต่มุ่งเน้นความเป็นหนึ่งของตนเอง แนวคิดและกิจกรรมในโครงการเน้นการให้โอกาสมากกว่าการปราบปราม โดยเพิ่มโอกาสให้เยาวชนได้รับการพัฒนาและสร้างความสามารถที่หลากหลาย โดยมีการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ลักษณะ Play and Learn ใช้กิจกรรมเป็นสิ่งที่ให้เยาวชน เรียนรู้ความสุข ความสนุก กับความรู้ โดยประยุกต์กับความรู้เรื่องสุขภาพจิต กิจกรรมในโครงการส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่เน้นให้โอกาสและทางเลือกให้แก่เด็กและเยาวชนที่เท่าเทียมกัน ดังพระดำรัสของทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ความว่า “กิจกรรมของโครงการ TO BE NUMBER ONE” เป็นความหวังของคนรุ่นใหม่ จึงต้องปรับและ

พัฒนากิจกรรมต่างๆ ให้ทันสมัยสอดคล้องกับวันเวลาที่เปลี่ยนแปลงไป และที่สำคัญต้องเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายให้ได้ ถ้าเราจะดึงเขาออกมาจากความเสีงและปัญหาต่างๆ เราก็ต้องมีทางเลือกและหยิบยื่นโอกาสให้เขา ต้องพยายามสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้กับพวกเขา ให้โอกาสทางสังคมให้เขาได้ร่วมกิจกรรมต่างๆ ให้มีทางเลือกในสิ่งที่ตนเองชื่นชอบ เพื่อให้มีความสุข มีสังคม โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนที่ต้องการเพื่อน การให้โอกาสเขามีเพื่อนที่ดีสังคมที่ดี จะทำให้พวกเขาไม่จำเป็นต้องแสวงหาเอาเองจากสภาพสังคมที่มีความเสี่ยงในปัจจุบัน

ดิฉัน นางสาววรรณพร กันทะ ปัจจุบันอายุ 28 ปี เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ความจริงดิฉันรู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2550 ซึ่งขณะนั้นดิฉันเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาการ จังหวัดน่าน ซึ่งตอนนั้นก็ไม่ได้ใส่ใจแก่นของโครงการมากนัก แต่ก็ได้ร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ที่ทางชมรมจัดขึ้นหมายมุ่งเน้นไปที่ปัญหายาเสพติด ทำให้ดิฉันเข้าใจถึงปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติด ทำให้ดิฉันปฏิญาณตัวว่า จะไม่ข้องเกี่ยวกับสิ่งเสพติดทุกชนิดตลอดไป ตอนนั้นดิฉันทุ่มเทเวลาและความรู้สึกให้กับการทำกิจกรรมของชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาการ จังหวัดน่าน เป็นอย่างมาก ทั้งภายในและนอกสถานศึกษา ทั้งรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด และสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้กับสมาชิกในชมรมและประชาชนในจังหวัดน่าน ขณะนั้นถือว่าเป็นนักกิจกรรมตัวงายเลยก็ว่าได้ หลังจากนั้นประมาณ 2 ปี ดิฉันก็ได้รับการชักชวนจากเพื่อนสนิทให้ไปเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน เขาให้เหตุผลว่าเขาเห็นการทำงานและผลสำเร็จของชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาการ จังหวัดน่าน ที่ดิฉันมีส่วนในการทำงานตลอดจนจัดกิจกรรมต่างๆ จนเป็นที่ยอมรับของสมาชิกในชมรมและประชาชนในจังหวัด เมื่อดิฉันได้รับคัดเลือกให้เป็นคณะกรรมการบริหารชมรม TO BE NUMBER ONE อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ดิฉันก็ได้นำวิธีดำเนินงานตลอดจนวัตถุประสงค์ของโครงการ TO BE NUMBER ONE มาทำความเข้าใจให้ชัดเจน ก็ทำให้เราเห็นว่า กลุ่มเป้าหมายของโครงการคือ เยาวชนหรือวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่มีความเสี่ยงสูง ทางชมรมของเราจึงสรุปได้ว่า ธรรมชาติพฤติกรรมและสิ่งที่เขาสนใจคือ FREE FUN FRIEND เราจึงนำหลัก 3 ข้อนี้มาประยุกต์เข้ากับการทำกิจกรรมในชมรม ซึ่งก็ถือว่าประสบความสำเร็จ และชมรม TO BE NUMBER ONE อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ของเราได้รับคัดเลือกให้เป็นตัวแทนจังหวัดน่านให้เข้าร่วมการแข่งขัน ชมรม TO BE NUMBER ONE ระดับภาคเหนือที่จังหวัดเชียงใหม่ ตอนนั้นพวกเราตื่นเต้นและดีใจมาก เพราะมันเป็นผลงานจากการทำงานอย่างหนักที่คนในชมรมร่วมมือร่วมใจกัน จากนั้นดิฉันก็ได้นำเสนอผลงานของชมรมที่จังหวัด เชียงใหม่

โดยครั้งนั้นเราได้สร้างความแปลกใหม่ในการนำเสนอผลงาน โดยเรานำเสนอผลงานของชมรมผ่านละครเวที ซึ่งดิฉันได้รับหน้าที่เขียนบทละคร และร่วมแสดงด้วยการนำเสนอผลงานครั้งนี้สร้างความประทับใจให้กับคณะกรรมการและผู้เข้าร่วมการแข่งขันทีมอื่นๆ เป็นอย่างมาก และในตอนค่ำของวันนั้น สมาชิกของโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนั้นทุกคน ก็ได้มีโอกาสรับเสด็จทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ นำมาซึ่งความปิติเป็นอย่างยิ่ง ดิฉันเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน กระทั่งเรียนจบชั้นมัธยมศึกษา หลังจากนั้นก็ได้ติดตามโครงการ TO BE NUMBER ONE จากสื่อต่างๆ อยู่เสมอ จนกระทั่งปี พ.ศ. 2562 ดิฉันหลงผิดใช้ชีวิตผิดพลาด ศาลตัดสินให้ดิฉันจำคุก ในคดี ฉ้อโกงเป็นเวลา 101 เดือน ดิฉันจึงต้องรับโทษจึงได้มีโอกาสเป็นสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE อีกครั้ง โดยเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ซึ่งในตอนแรกก็ไม่ค่อยได้เข้าร่วมกิจกรรมของชมรมสักเท่าไร เพราะดิฉันป่วยด้วยโรคลมชัก ตอนนั้นรู้สึกท้อมาก ทั้งร่างกายและจิตใจกับชีวิตที่ต้องหมดอิสรภาพ ซึ่งคนภายนอกอาจมองว่าเราเป็นคนชั่ว เป็นขยะของสังคม รู้สึกว่าชีวิตนี้ไม่เหลืออะไรอีกแล้ว จนวันหนึ่งชีวิตของดิฉันก็เปลี่ยนไป เพราะได้เข้าร่วมนำเสนอผลงานของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ในกิจกรรม TO BE NUMBER ONE OPEN HOUSE ดิฉันยังไม่พร้อม แต่ดิฉันก็ตัดสินใจลองอีกครั้ง ยอมรับกับความจริงที่เกิดขึ้น และเปิดโอกาสให้ตัวเองได้แสดงความสามารถตามสิ่งที่ตนเองถนัด ความรู้สึกตอนนั้นทั้งตื่นเต้นดีใจและมีความสุข จากนั้นชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ได้จัดกิจกรรมเยี่ยมญาติใกล้ชิด ดิฉันได้พบและพูดคุยกับครอบครัว ซึ่งได้รับความรักและกำลังใจ ความหวังและความรู้สึกดีๆ มากมายโดยก่อนหน้านี้ครอบครัวของเราไม่เคยแสดงออกต่อกัน วันนั้นดิฉันจึงได้ครอบครัวของตนเองกลับมาอีกครั้ง ดิฉันนำกำลังใจที่ได้รับมาเป็นแรงผลักดันในชีวิตต่อไป ทำให้มีความหวัง และเป้าหมายที่ชัดเจนขึ้น แล้วอาการป่วยของดิฉันก็ดีขึ้นตามลำดับ ดิฉันได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของทางชมรมมากขึ้น เช่น ร่วมประกวดร้องเพลง TO BE NUMBER ONE SOCIETY SINGER เป็น DJ. จัดรายการเสียงแห่งกำลังใจส่งถึงเพื่อนชาว TO BE NUMBER ONE ฯลฯ

ทั้งหมดที่กล่าวมาทำให้ดิฉันมีชีวิตใหม่ ดิฉันได้เรียนรู้ที่จะเป็นผู้ให้ ไม่ว่าจะป็นให้สิ่งของ ให้รอยยิ้ม ให้กำลังใจ ให้อภัย และให้โอกาส จากตอนแรกที่ไม่เข้าถึงแก่นของโครงการ จนกระทั่งเวลาที่ทุกข์ที่สุดแบบนี้ ดิฉันกลับมาทบทวนตัวเองจึงเข้าใจว่าความจริงแล้วทุกอย่างมันอยู่ดีใจของเราเอง ถ้าเรายอมรับความจริงอยู่กับปัจจุบัน เปิดใจเรียนรู้สิ่งต่างๆ เห็นคุณค่าของตัวเอง มีสติ สร้างภูมิคุ้มกันในชีวิต เราก็จะอยู่อย่างมีความสุข โครงการนี้มีประโยชน์กับทุกคนเราสามารถนำองค์ความรู้ต่างๆ ของโครงการมาปรับใช้

ในชีวิตได้ และโครงการนี้ยังเน้นถึงการแสดงออกของพลังที่หลากหลาย บวกกับความคิดสร้างสรรค์และพลังความสามัคคีของคนในชมรม เป็นการปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมไม่ให้เราไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ซึ่งถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของอีกหลายปัญหาระดับประเทศ บ้านเมืองเราจะได้มีแต่คนเก่ง คนดี ที่มีความสุข ถือว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติอย่างยิ่ง ดิฉันภูมิใจที่ได้เป็นสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE เพราะ TO BE NUMBER ONE คือส่วนหนึ่งในชีวิตของดิฉัน ดิฉันขอบคุณทุกปัญหาและอุปสรรคที่ผ่านเข้ามามันทำให้ดิฉันเกิดปัญญาและแข็งแกร่งขึ้น ทุกวันนี้แม้ร่างกายจะไม่ได้รับอิสรภาพ แต่หัวใจของดิฉันถูกปลดปล่อยจากพันธนาการแล้ว ด้วยการมีสติ และอยู่กับปัจจุบัน คิดดี ทำดี รอเพียงวันที่จะได้รับโอกาสกลับคืนเป็นคนดีของสังคมเท่านั้น ด้วยสำนึกในพระกรุณาธิคุณในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี พระองค์ท่านทรงให้ความเมตตากับสมาชิกทุกคน เช่น พระองค์จะทรงเรียกเราว่า “น้อง” ทรงให้ความเอ็นดู ห่วงใยเราดุจพี่กับน้อง ทรงพร้อมที่จะเข้าใจ ยอมรับ และให้โอกาสเราเสมอ ดิฉันเคยมีโอกาสดูรายการ TALK TO THE PRINCESS ซึ่งเป็นรายการที่ทูลกระหม่อมฯ ได้ทรงตอบจดหมายสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่เขียนมาปรึกษาปัญหาต่างๆ พระองค์ก็ทรงให้คำปรึกษา และให้กำลังใจได้ดีมาก พระองค์ท่านไม่เคยย่อท้อ ทรงงานหนักเพื่อพวกเรา รวมถึงดูแลเยาวชนที่ติดยา หรือบางคนที่พ้นจากเยาวชนไปเป็นผู้ใหญ่ที่ยังต้องโทษอยู่ คนเหล่านี้เป็นผลผลิตของสังคม ถ้าเราไม่ป้องกันปัญหาจะมากขึ้น โดยป้องกันไม่让他ไปติดยา หรือก่อเหตุไม่ดี โดยเบี่ยงเบนความสนใจ และให้เขาได้รู้จักหน้าที่ ซึ่งองค์ประธานย้ำเสมอว่าให้มีสติ และทำหน้าที่ให้ดีที่สุด เพื่อสร้างพลังให้เยาวชนมีภูมิคุ้มกันและทักษะในการดำเนินชีวิต เปิดโอกาสให้ใช้ความรู้ความสามารถและศักยภาพของตัวเองออกมา ซึ่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้จัดตั้งในสถานศึกษา ชุมชน สถานประกอบการ สถานพินิจ เรือนจำ ทัณฑสถาน ซึ่งถือเป็นการบริหารจัดการร่วมกันทั้งภาครัฐและเอกชนอย่างสมบูรณ์ จุดเด่นของโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่ให้ความสำคัญและเข้าใจความต้องการของวัยรุ่น รวมทั้งการหาหนทางที่จะพัฒนาศักยภาพของเขา มีกลยุทธ์ในการทำงานที่ชัดเจนมีกิจกรรมที่ต่อเนื่อง และสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของยุคสมัย ซึ่งสามารถดึงเขาออกจากความเสี่ยงของปัญหาต่างๆ และมีการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เพื่อให้สมาชิกมีสังคมที่มีความสุข ดิฉันหวังว่าโครงการนี้จะเหมาะกับผู้คนไทยทุกคน ซึ่งทุกคนสามารถเข้าถึงและมีส่วนร่วมได้ จะทำให้ทุกคนเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด มีภูมิคุ้มกัน มีความแข็งแกร่งทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นคนเก่ง ดี มีสุข ความจริงแล้วคนที่เก่ง ทางวิชาการมีไม่มากที่ประสบความสำเร็จในชีวิต แต่คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ จะประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่า เพราะสามารถเข้ากับสังคมได้ เราไม่จำเป็นต้อง

เป็นหนึ่งในโดยการเอาชนะคนอื่น แต่ขอให้เราเป็นหนึ่งในตัวเอง ภูมิใจและทำในสิ่งที่ตัวเองถนัด เราต่างมีความสามารถที่ไม่เหมือนกัน เราต้องรู้จักดูแลตัวเอง และรู้จักใช้ชีวิตไม่ให้หลงผิดไปกับสิ่งยั่วต่างๆ ในสังคม

WHO ARE WE ?.....WE ARE TO BE NUMBER ONE พวกเราเป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด เสียงผู้ต้องขังหลายร้อยชีวิต ร่วมกันเปล่งเสียงตอบคำถามด้วยความหนักแน่น เสียงนั้นดังเข้าไปในหัวใจของเราทุกคน ซึ่งพวกเราทุกคนมาจากหลากหลายพื้นที่ และมีความผิดพลาดในชีวิตที่ต่างกัน แต่มีสิ่งหนึ่งที่เราเหมือนกัน คือ เราเป็นครอบครัว TO BE NUMBER ONE ด้วยสำนึกในพระกรุณาธิคุณในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี จึงเกิดโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดขึ้น โครงการนี้ได้ยึดเยาวชนเป็นศูนย์กลาง โดยทำความเข้าใจกับพฤติกรรมและความต้องการของเขา จนก่อให้เกิดแรงจูงใจให้เยาวชนไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด โดยเน้นให้โอกาสให้เยาวชนได้รับการพัฒนา และแสดงความสามารถที่หลากหลายโดยให้เยาวชน ได้เรียนรู้ความสุขและความสนุก เข้าใจ แก้ปัญหา พัฒนา EQ ปลุกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมในการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด เก่ง ดี มีสุข ตลอดระยะเวลาที่ดิฉันรู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้ดิฉันได้เพื่อนใหม่ที่เป็นสมาชิกอยู่ทั่วประเทศ ได้แบ่งปันแนวคิดและประสบการณ์ ทำให้ได้เห็นถึงพลังและความคิดสร้างสรรค์ที่ออกมาจากสมาชิก ดิฉันเชื่อว่าคนที่เคยผิดพลาด เมื่อเขาสำนึกในความผิดและพร้อมจะปรับปรุงตัว เขาควรได้รับโอกาสจากสังคม ความจริงแล้วคน TO BE NUMBER ONE มีความสามารถและศักยภาพสูงมาก ในต่างประเทศมีกลุ่มศิลปินที่ได้รับความนิยม ซึ่งพวกเขาที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นและเยาวชนทั่วโลก จนกลายเป็นต้นแบบของเยาวชน โครงการของเราก็มีไฮดอลอยู่แล้ว เราอาจให้พวกเขารวมตัวกันทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เกิดกระแสนิยมในสังคม จะได้เป็นต้นแบบที่ดีของสังคมต่อไป และในวาระ 18 ปี TO BE NUMBER ONE ดิฉันขอให้ โครงการดีๆ แบบนี้อยู่คู่กับสังคมไทย เพราะโครงการนี้เปรียบเหมือนแสงสว่าง ที่สาดส่องเข้ามาในความมืดมิดของชีวิต ให้เราสามารถข้ามผ่านช่วงเวลาที่เราร้ายไปได้ และดิฉันขอเป็นอีกหนึ่งแรงขับเคลื่อนให้คนไทยห่างไกลยาเสพติด เก่ง ดี มีสุขตลอดกาล “WE WALK TOGETTER”

“TO BE NUMBER ONE ฝันของพวกเราที่พร้อมมีใจดวงเดียวกัน
จะขอเป็นคนเก่งและเป็นคนดี สิ่งนี้ที่ต้องการ
จะเก่งและดี TO BE NUMBER ONE”

ผู้เขียน
สุดารัตน์ ตะไส

ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ

โครงการ TO BE NUMBER ONE หรือชื่อเต็มของโครงการ คือ โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธานโครงการ ซึ่งมีคำขวัญของโครงการคือ เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด ในวันที่ 15 กรกฎาคม 2545 เป็นวันที่พระองค์ทรงเปิดโครงการ TO BE NUMBER ONE และทรงดำเนินงานมาถึงปัจจุบัน ณ ตอนนีก็เป็นปีที่ 18 แล้วที่โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ดำเนินงานมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งตอนนี้โครงการ TO BE NUMBER ONE ก็ได้เป็นที่ยอมรับจากทุกภาคส่วนและได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างๆ ซึ่งหนึ่งในนั้นก็คือเรือนจำที่ดิฉันต้องโทษอยู่ ณ ปัจจุบัน นั่นก็คือเรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งเรือนจำที่ได้เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ของพระองค์ท่าน และมีคำจำกัดความคือ เก่ง ดี มีสุข ซึ่งมีเป้าหมายการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต โดยมียุทธศาสตร์และวิธีการดำเนินโครงการที่ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลางบนพื้นฐานการเข้าถึงสาเหตุของปัญหาและความต้องการของวัยรุ่น เยาวชน และกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ เพราะกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนส่วนใหญ่แล้วจะเป็นวัยที่อยากรู้และอยากลอง จนบางครั้งก็ไม่อาจแยกแยะได้ว่าสิ่งไหนดีหรือสิ่งไหนไม่ดีกับตัวเองและกับผู้อื่นด้วย หนึ่งในนั้นก็คือตัวของดิฉันเองที่หลงผิดก้าวพลาด เพราะตัดสินใจเดินทางผิดถึง 2 ครั้งด้วยกัน แต่ในความโชคร้ายของดิฉันนั้นยังมีความโชคดีอยู่ นั่นคือการทำให้ดิฉันได้เข้ามารู้จักกับโครงการดีๆ นั่นก็คือโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ซึ่งดิฉันก็ได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ซึ่งมีอีกหนึ่งกิจกรรมที่ดำเนินงานภายใต้โครงการ คือ โครงการใครติดยากมือขึ้น เพื่อเบนความสนใจของผู้ที่หาความสุขเพียงชั่วคราวจากยาเสพติดให้กล้าเดินเข้าโครงการ เพื่อได้รับการบำบัดรักษาด้วยความสมัครใจของผู้ติดยาเสพติดเอง เพื่อจะได้มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่แข็งแรงไม่หันกลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดแบบยั้งยั้งและถาวร พร้อมกลับไปเป็นคนดีของครอบครัวและสังคมอย่างภาคภูมิใจ ถึงไม่เป็นหนึ่งของใครๆ แต่ขอเป็นหนึ่งในใจตัวเองก็พอ

ดิฉัน ได้รู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้นั้นเพราะดิฉันเป็นผู้ต้องขังคดี พ.ร.บ.ยาเสพติด ที่เรือนจำจังหวัดสระบุรี ในปี พ.ศ.2558 และพ้นโทษออกมาในปี พ.ศ.2561 ซึ่งดิฉันถูกตัดสินจำคุก 4 ปี แต่ดิฉันต้องโทษจำคุกอยู่ที่นั่นเพียงแค่ 2 ปี 11 เดือน 9 วัน เพราะดิฉันได้รับพระราชทานอภัยโทษในปี 2559 ถึง 2 ครั้งด้วยกัน ในระหว่างที่ดิฉันต้องโทษอยู่ที่เรือนจำจังหวัดสระบุรี ก็ได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดสระบุรี เป็นครั้งแรกที่ดิฉันได้รู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE

และก็ได้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางชมรมจัดขึ้น ดิฉันไม่รู้หรือว่ามีโครงการ TO BE NUMBER ONE ไว้เพื่ออะไร รู้เพียงแค่ว่าเข้าร่วมกิจกรรมแล้วมีความสุขสนุกกับกิจกรรมก็แค่นั้น ดิฉันก็ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพราะดิฉันทำแล้วไม่เครียดและผ่อนคลายลงมาก จนดิฉันได้พ้นโทษออกมาจากเรือนจำจังหวัดสระบุรี และได้กลับมากระทำผิดซ้ำที่เรือนจำจังหวัดชัยภูมิเป็นครั้งที่ 2 ในปี พ.ศ.2562 คดี พ.ร.บ.ยาเสพติด ถูกตัดสินจำคุกในครั้งนี้ 3 ปี 18 เดือน นี่ก็เป็นอีกครั้งที่ดิฉันได้มีโอกาสได้กลับมารู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE แบบจริงๆ จังๆ และดิฉันก็ได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ และได้เห็นการดำเนินงานของคณะกรรมการบริหารชมรม ซึ่งมีการดำเนินงานภายใต้ 3ก 3ย และภายใต้เงื่อนไขข้อบังคับของทางเรือนจำ ซึ่งในแต่ละกิจกรรมที่ทางชมรมได้จัดขึ้นนั้นมุ่งเน้นในการปรับเปลี่ยนทัศนคติในการดำเนินชีวิตประจำวันและเน้นให้ผู้ต้องขังได้รับภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจที่เข้มแข็ง ไม่ให้ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอย่างยั่งยืนและถาวร ทางชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ยังมีกิจกรรมอาสาศูนย์เพื่อนใจอยู่ ซึ่งกิจกรรมของอาสาศูนย์เพื่อนใจคือ ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนาEQ กิจกรรมก็มุ่งเน้น คือ เพื่อนช่วยเพื่อน พี่ช่วยน้อง คอยรับฟังปัญหาและให้คำปรึกษาแก่สมาชิก และคอยแนะนำกิจกรรมที่ผ่อนคลายลดความเครียดหรือวิตกกังวลให้สมาชิกได้ทำ และทางชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิก็มีกิจกรรมเด่น คือ กิจกรรมสัมผัสรักจากน้องหมา ซึ่งกิจกรรมนี้มุ่งเน้นคือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนิสัยของสมาชิกให้มีทัศนคติเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งการที่ได้สัมผัสหรือเล่นกับสุนัขทำให้จิตใจอ่อนโยนและมีเมตตา จิตใจที่แข็งแกร่งก็จะค่อยๆ อ่อนลงเรื่อยๆ และมีความอ่อนโยนให้กับคนรอบข้างมากขึ้น ซึ่งในการเข้าเป็นสมาชิกของดิฉันในครั้งนี้ก็ทำให้ดิฉันได้รู้ว่า ทำไมดิฉันถึงได้กลับมากระทำผิดเป็นครั้งที่ 2 นั่นก็เพราะว่าดิฉันไม่มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่เข้มแข็ง จึงหวนกลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดและกลับมารับชะตาเหมือนครั้งก่อน ซึ่งเป็นการหลงระเริงกับความสุขเพียงชั่วคราวแต่เป็นความระทมใจระยะยาวในชีวิต คนเรานั้นถึงแม้จะมีความสุขแต่ในความโชคร้ายนั้นยังมีความโชคดีคือได้ทำให้ดิฉันได้มารู้จักกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้มีเวลาทบทวนกับชีวิตที่เคยหลงผิดและก้าวพลาดไปนั้น คิดกลับตัวกลับใจเป็นคนดีอีกครั้ง ชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ ได้สอนอะไรต่างๆ กับดิฉันมากมายหลายอย่าง และทำให้ดิฉันกล้าเปลี่ยนแปลงตัวเองเพื่อคนที่ดิฉันรัก อาจจะไม่ดีพอแต่ต่อไปในวันข้างหน้าจะต้องดีกว่าที่เป็นอยู่ในตอนนี้ได้ เหมือนกับที่พระองค์ท่านได้ดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ให้เป็นที่ประจักษ์แก่สายตาคนไทยทั่วทั้งแผ่นดินว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นที่รู้จักและเป็นที่ยอมรับในกลุ่มวัยรุ่น เยาวชน และบุคคลอื่นๆ ทั่วทั้งประเทศไทย ได้เห็นเข้ามามีส่วนร่วมในโครงการของพระองค์ท่าน เพราะโครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นมีกิจกรรมสร้างสรรค์มากมายให้สมาชิกได้แสดงศักยภาพบนเวทีตามความถนัดของตัวเอง และเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ทั้งกับตนเองและผู้อื่น

ไม่ว่าจะเป็นผู้ต้องขังหรือบุคคลภายนอก เพื่อเบนความสนใจให้ออกห่างจากยาเสพติด เพราะยาเสพติดนั้นทำลายชีวิต หลายคนต้องตกนรกทั้งเป็นก็มากโขอยู่ นั้นรวมทั้งตัวของดิฉันด้วยที่เคยเอาชีวิตเข้าไปพัวพันยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จนดิฉันต้องเข้ามาใช้ชีวิตแบบขาดอิสรภาพและพื้นที่จำกัด แต่ยังมีคามภูมิใจ ที่อย่างน้อยๆ ในความมืดมนยังมีแสงสว่างจากทั้งพระองค์ท่าน และโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่เป็นดังแรงผลักดันให้ดิฉันมีแรงกำลังใจใช้ชีวิตอยู่ ณ ที่แห่งนี้ต่อไป โครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นสามารถเปลี่ยนทัศนคติของคนที่เคยผิดพลาดเลือกทางเดินแบบผิดๆ กลับมาเป็นคนดีได้จริงๆ หลังจากที่ได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกดิฉันก็มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจมากขึ้น และย้ายคิดย้ายทำ และคิดถึงผลของการกระทำที่จะตามมาในภายหลังเสมอ ว่าสิ่งที่เราทำนั้นเป็นสิ่งที่ดีและไม่สร้างปัญหาความเดือดร้อนให้กับคนอื่น มีบุคคลท่านหนึ่งมักพูดเสมอว่าคนเก่งนั้นมีมากมาย แต่คนที่เก่งโดยมีพื้นฐานของความดีอยู่ด้วยนั้นหายาก ซึ่งท่านก็บอกเสมอการที่จะเป็นคนเก่งนั้นต้องขยันฝึกฝนและไม่ย่อท้อต่อความพยายามหรืออุปสรรคต่างๆ ที่มากอยกีดขวางให้เราโอนเอนเปลี่ยนใจเลิกล้มความพยายามในสิ่งต่างๆ ซึ่งพระองค์ท่านก็เป็นต้นแบบให้เห็นเป็นประจักษ์แก่สายตา ของชาวไทยทั่วทั้งแผ่นดิน และนี่คือสิ่งที่ดิฉันประทับใจทั้งในพระองค์ท่านและในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของพระองค์ เพราะพระองค์ทรงทุ่มเทพระวรกายเพื่อโครงการเต็มพระกำลังใจของพระองค์และพระองค์ก็ทรงเข้าพระทัยผู้ติดยาเสพติดและทรงให้ออกาสแก่ผู้ที่เคยหลงผิดได้มีโอกาสกลับเนื้อกลับตัวไปเป็นคนดีของครอบครัวและสังคมต่อไป และดิฉันก็หวังว่าจะได้เห็นโครงการ TO BE NUMBER ONE ของพระองค์นั้นเป็นแสงสว่างสอดส่องไปให้กับคนที่ยังเดินหลงผิดและจมอยู่กับการหาความสุขเพียงชั่วครวจากยาเสพติด ให้กล้าเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งโครงการ TO BE NUMBER ONE ของพระองค์ท่านก็จะเป็นเกาะคุ้มใจให้กับสมาชิกหลายๆ คนห่างไกลยาเสพติดได้จริงๆ และสามารถทำให้คนที่เคยยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดนั้นไม่คิดทวนกลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดแบบยังยืนและถาวร ซึ่งดิฉันเองก็มีความคิดและพยายามเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดี ถึงวันนี้จะไม่ดีพอแต่สักวันจะดีกว่าที่เป็นอยู่ การชนะใจคนอื่นนั้นไม่ยากเท่าการชนะใจตัวเอง

นั่นคือสิ่งที่ดิฉันมุ่งหวังที่จะได้มีแรงผลักดันให้ตัวเองก้าวเดินไปประสบพบเจอแต่สิ่งที่ดี อย่างน้อยก็เป็นคนดีของครอบครัว เป็นแม่ที่ดีของลูกๆ และต่อเนืองไปเป็นคนดีของสังคมต่อไป โครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้ดิฉันรู้ว่าที่ดิฉันต้องโทษคดี พ.ร.บ.ยาเสพติด ถึง 2 ครั้ง เพราะดิฉันยังไม่มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่แข็งแรง ซึ่งเป็นการดำเนินงานในยุทธศาสตร์ที่ 2 ของชมรม TO BE NUMBER ONE เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ และโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นแสงสว่างสอดส่องทางเดินใหม่ให้กับคนที่หลงผิดและเดินทางผิดได้แก้ไขตัวเองใหม่ได้อย่างภาคภูมิใจ นั่นคือ คิดใหม่ ทำใหม่ ด้วยใจคน TO BE NUMBER ONE และการติดคุกก็ไม่ใช่ความโชคร้ายเสมอไป เพราะในความโชคร้ายยังมีความโชคดีเสมอ เพราะติดคุก เพราะติดยา ชีวิตนำพาให้รู้จักกับ TO BE NUMBER ONE

ผู้เขียน

นายพงศ์พิศ แสงงาม

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง

เมื่อก่อนผมเคยได้ยินชื่อ TO BE NUMBER ONE แต่ไม่ค่อยได้สนใจเท่าไรนัก แต่พอผมได้เข้ามาในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดระยอง ผมจึงรู้ว่า โครงการ TO BE NUMBER ONE หรืออีกหนึ่งชื่อคือ โครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด จัดตั้งมาเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติด เนื่องจากปัญหายาเสพติดคือปัญหาที่ใหญ่ในประเทศและเป็นปัญหาที่ทุกคนต้องให้ความสนใจและเร่งแก้ไขให้ยาเสพติดหมดไปจากประเทศ เพราะยังมีเด็กและเยาวชนอีกมากมายที่ยังเป็นทาสของยาเสพติด

โครงการ TO BE NUMBER ONE ก่อตั้งโดยทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ซึ่งท่านทรงมีความห่วงใยกลุ่มเด็กและเยาวชนที่จะเป็นกลุ่มกำลังไปพัฒนาประเทศในอนาคต เนื่องจากเด็กและเยาวชนเป็นวัยที่อยากรู้อยากลอง เป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดสูง จึงทรงจัดตั้งโครงการ TO BE NUMBER ONE ขึ้น เพื่อรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดภายในประเทศให้มีความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ได้มุ่งเน้นแค่เยาวชนแต่มุ่งเน้นถึงทุกคนที่ติดยาเสพติด ให้สามารถเอาชนะยาเสพติดได้ตั้งคำขวัญที่ว่า “เป็นหนึ่งในโดยไม่พึ่งยาเสพติด” และการที่จะเอาชนะยาเสพติดได้นั้นไม่ยาก ขอให้ทุกๆ คนช่วยกันจะทำให้เราสามารถเอาชนะยาเสพติดได้ในไม่ช้า โครงการ TO BE NUMBER ONE นั้น เริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ปี 2545 จนถึงปัจจุบันเป็นเวลา 18 ปี แล้ว โดยมี “กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข” ที่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่เลขานุการโครงการ เพื่อเป็นแกนกลางในการประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคเอกชน และได้จัดระบบการบำบัดรักษารองรับภายใต้โครงการ “ใครติดยายกมือขึ้น” เนื่องจากทรงมีพระประสงค์อยากให้เด็กและเยาวชนและผู้ติดยาเสพติดได้เลิกยาเสพติดแล้วไม่กลับมาใช้ซ้ำอีก

สิ่งที่ได้รับจากโครงการ TO BE NUMBER ONE คือได้รับการบำบัดยาเสพติดและได้รับความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด สามารถนำไปบอกกล่าวหรือสอนคนอื่นๆ ในสังคมและชุมชนได้ และได้เรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตให้ห่างไกลยาเสพติด เช่น การไม่คบเพื่อนกลุ่มเดิมๆ การแจ้งเบาะแสเกี่ยวกับยาเสพติด เป็นต้น และได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อนๆ เช่น ร้องเพลง ดูหนัง เล่นกีฬา เป็นต้น โครงการ TO BE NUMBER ONE มีกิจกรรมให้เด็กและเยาวชนทำมากมาย เพราะจุดประสงค์ของโครงการคือการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็ก

และเยาวชน ถ้าเด็กและเยาวชนไม่มีภูมิคุ้มกันหรือไม่มีความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดก็จะทำให้ตกเป็นทาสของยาเสพติดได้ เพราะเด็กและเยาวชนเป็นวัยที่กำลังเติบโตและต้องการเป็นที่เคารพในกลุ่ม ไม่มีสติ อ่อนไหวง่าย และไม่กล้าปฏิเสธ เพราะกลัวเพื่อนจะไม่รับเข้ากลุ่ม เยาวชนหรือเด็กบางกลุ่มที่มีบ้านอยู่ในสังคมที่มีแต่ยาเสพติด ก็จำเป็นต้องอย่างยิ่งจึงทำให้ชมรม TO BE NUMBER ONE ต้องมีอยู่ทุกที่ในประเทศไทยไม่ว่าจะเป็นชนบทต่างๆ หรือในเมืองที่กัณดารต่างๆ

โครงการ TO BE NUMBER ONE มีหลักการดำเนินงานอย่างชัดเจน คือ ให้เด็กและเยาวชนมาแสดงความสามารถในสิ่งที่ตนเองชอบ เช่น การเล่นกีฬา การร้องเพลง การเล่นดนตรีต่างๆ เป็นต้น และช่วยสร้างความภูมิใจและการให้ความรู้กับเยาวชน การสร้างทักษะในการป้องกันตัวจากยาเสพติด สร้างศูนย์รวมให้เด็กและเยาวชนมาทำกิจกรรมที่ชอบร่วมกัน ชมรม TO BE NUMBER ONE มีการสร้างเครือข่ายไปทุกทิศทั่วประเทศไทย และทำงานอย่างมีประสิทธิภาพต่อเนื่องและยั่งยืน โครงการ TO BE NUMBER ONE มีประโยชน์ต่อกลุ่มที่อยากเลิกยาเสพติดมาก เพราะเป็นโครงการที่แก้ไขปัญหายาเสพติดได้ตรงจุด และแก้ไขมาอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 18 ปีมาแล้ว มีผู้คนที่ให้ความสนใจเป็นอย่างมาก เพราะโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่ดีทำให้ประเทศมียาเสพติดน้อยลงและน่าอยู่มากขึ้นทำให้ประเทศพัฒนาเร็วขึ้น ผู้ที่ติดยาเสพติดและเด็กและเยาวชน มีภูมิคุ้มกันจากยาเสพติดมากขึ้น เพราะโครงการ TO BE NUMBER ONE เบี่ยงเบนความสนใจจากการหาความสุขจากยาเสพติด แต่จะให้ผู้ที่ติดยาเสพติดและเด็กและเยาวชนทำในสิ่งที่ชอบและมีความสุขและสามารถนำไปสร้างอาชีพหารายได้เลี้ยงตนเองและคนในครอบครัวได้

จากประสบการณ์ที่ผมเคยพบเจอกับตัวเองและเพื่อนๆ ที่อยู่ข้างนอกกับปัญหายาเสพติดที่พวกผมเคยหลงผิดเข้าไปในวังวนของยาเสพติด ช่วงนั้นผมเสียเงินไปกับยาเสพติด เยอะมากจนผมต้องหันมาขายยาเสพติดเอง และขายให้กับเพื่อนๆ เพื่อที่จะได้มียาเสพติดเป็นหนี้จากยาเสพติดหลายหมื่นบาท จนเกือบถูกคนในแก๊งยาเสพติดทำร้ายร่างกายตอนที่ผมมีส่วนเกี่ยวข้องกับยาเสพติด แรกๆ มันก็มีความสุขเพราะได้เงินจากการค้าขายเยอะ และได้เสพยา แต่ความสุขของผมก็มีอยู่ได้ไม่นานเมื่อถึงวันที่ผมต้องได้รับกรรมที่ก่อไว้ ผมถูกตำรวจจับกุมที่บ้านพักในวันที่ 6 มิถุนายน 2563 ได้ของกลางคือยาบ้า 400 เม็ด ผมรู้สึกเสียใจมากๆ กับสิ่งที่ได้กระทำลงไป ถ้าย้อนเวลากลับไปผมจะไม่หลงเข้ามาในวังวนของยาเสพติดเด็ดขาด ปัจจุบันผมได้รับอาหารร่วมกันจำหน่ายยาเสพติด ตอนนี้คดีของผมอยู่ระหว่างรอดัดสิน เมื่อผมได้เข้ามาอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองและเยาวชนจังหวัด

ระยอง แรกๆ ผมรู้สึกคิดถึงบ้านและเครียดมากๆ แต่ตอนนี้ผมมีรอยยิ้มอีกครั้งได้เพราะมีกิจกรรมมากมายจากชมรม TO BE NUMBER ONE เวลาได้ทำกิจกรรมผมรู้สึกมีความสุขมากๆ และอยากให้โครงการ TO BE NUMBER ONE อยู่กับประชาชนคนไทยตลอดไป

ผมรู้สึกประทับใจกับโครงการนี้มากๆ เพราะเป็นโครงการที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีความคิด มีความสุข ทำในสิ่งที่ชอบ และนำไปประกอบอาชีพได้และสามารถนำไปเผยแพร่ให้คนอื่นฯ ได้อีกหลายคน ถ้าไม่มีโครงการ TO BE NUMBER ONE ประเทศไทยคงจะไม่น่าอยู่ ถ้าประชากรในประเทศติดยาเสพติดก็จะทำให้ประเทศไม่พัฒนา ต่ำกว่าประเทศอื่นๆ และเมื่อคนที่ติดยาเสพติดไม่มีเงินซื้อยาเสพติดก็อาจจะทำให้เกิดการขโมยหรือฆ่าชิงทรัพย์มากขึ้น ทำให้ประเทศไทยไม่สงบสุข ผู้คนหวาดระแวง ทุกวันนี้ปัญหายาเสพติดถึงยังไม่หมดไปจากประเทศแต่ก็ลดลงไปเยอะมาก เพราะทุกหน่วยงานทั้งภาครัฐและภาคเอกชนร่วมมือกันทำงานอย่างเต็มที่ และมีประสิทธิภาพมากขึ้น ตอนนี้เด็กและเยาวชนอย่างพวกผมถึงจะช่วยอะไรได้ไม่มาก แต่พวกผมจะไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดและจะเป็นพลเมืองดีของสังคมตลอดไป ผมหวังว่าพี่น้องคนไทยจะช่วยกันแก้ไขปัญหายาเสพติดและไม่สร้างความคิดร้ายให้แก่ประเทศชาติ และผมหวังว่าพี่น้องคนไทยจะปฏิบัติตามคำขวัญของโครงการ TO BE NUMBER ONE คือ “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ความหมายคือการเป็นหนึ่งทุกคนสามารถเป็นได้เพราะทุกคนมีความดีอยู่ในตัว หากค้นพบสิ่งที่ชอบ สนใจมีความถนัด สามารถฝึกฝนและทำจนสำเร็จได้ ทำแล้วมีความสุข มีความภาคภูมิใจก็ให้นำไปประกอบอาชีพหารายได้ เพื่อเลี้ยงชีพโดยไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

สุดท้ายนี้ผมขอขอบคุณ ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทรงจัดตั้งชมรม TO BE NUMBER ONE ขึ้นมา ให้คนไทยได้ตระหนักถึงพิษภัยและโทษของยาเสพติดและให้ความรู้ในด้านต่างๆ และขอขอบคุณทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคเอกชนที่ช่วยกันสอดส่องและดูแลประเทศไทยของเรา “เราจะสู้และเราจะชนะยาเสพติดไปด้วยกัน” กระผมขอขอบคุณมากๆ ครับ

ผู้เขียน
นางสาวจันจิรา อินตะวิกุล
ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 7
จังหวัดเชียงใหม่

โครงการ TO BE NUMBER ONE เหนือ? ฉันไม่เคยรู้จักเลย ฉันเห็นแต่ใน TV เท่านั้น ไม่คิดว่ามันจะเปลี่ยนแปลงตัวฉันได้ จนวันหนึ่งฉันได้เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ชีวิตของฉันนั้นไม่มีอะไรเลย ทั้งฐานะ พ่อแม่แยกทางกัน อยู่กับยายมา ตั้งแต่เด็กๆ อาของฉันเสพยา ต้มเหล้า ดมกาว เรียกได้ว่าสิ่งเสพติดทำหมดทุกอย่าง อากลับมาบ้านก็จะอาละวาด ทำร้ายข้าวของ ทำร้ายร่างกายฉันและยายของฉันเกือบทุกๆ วัน ตั้งแต่เด็กฉันท้อมาก ฉันคิดว่าตัวฉันไม่น่าเกิดมาเลย ในขณะที่ฉันโตมา ฉันอึดอัดมาก โดนทำร้ายทุกๆ วัน มันเหมือนเป็นส่วนหนึ่งในกิจวัตรประจำวันที่ได้ค่ะ และฉันคิดว่า เพื่อนฉันเข้าใจที่สุด ฉันต้มเหล้า เทียว ดิตเพื่อน เพราะคิดว่าเพื่อนเข้าใจฉันมากกว่า ครอบครัว และรักฉันมากกว่าครอบครัวของฉันอีก ฉันดิตเพื่อนมากจนฉันเรียนไม่จบ ออกกลางภาคเรียน เพราะด้วยเหตุผลหลายๆ อย่าง จนวันหนึ่งฉันได้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ที่แรกฉันก็เสพ จากเสพก็ขยับขึ้นเป็นชาย เพราะฉันคิดว่ามันหาเงินได้ง่ายและได้ที ก็ได้เยอะ ฉันขายให้ทุกเพศ ทุกวัย ไม่ว่าจะเป็ใครมาถามซื้อฉันก็ขาย ยาเสพติดพวกนั้น จะไปทำร้ายชีวิตคนอีกสักกี่คน เงินที่ได้จากการขายยาเสพติด ฉันก็เอาไปเทียว ต้มเหล้า ซื้อเสื้อผ้าซื้อทุกอย่าง อย่างที่ฉันอยากได้ ช่วงเวลาที่ฉันทำสิ่งเหล่านี้ ฉันรู้สึกฉันมีเพื่อนที่รักฉัน ในขณะที่ฉันทำสิ่งเหล่านี้ แต่ก็มีเพื่อนอีกกลุ่มหนึ่งที่คอยตักเตือนฉัน แต่ฉันก็ไม่ได้ฟัง เพราะฉันคิดว่ามันเป็นชีวิตของฉัน ครอบครัวของฉันก็ห้ามแต่ฉันรู้สึกยิ่งห้ามฉันยิ่งทำ ยายของฉันท่านก็ได้แต่ตักเตือนฉัน ท่านบอกฉันเสมอ ไร่ไร่ใหม่ทำอะไรอยู่ ถ้ารู้ก็คิดดีๆ ก่อนที่มันจะสายเกินไปนะลูก จนวันหนึ่ง ชีวิตของฉันก็มาถึงจุดเปลี่ยนไป วันหนึ่งฉันโดนจับ ระหว่างไปส่งยาเสพติดให้กับลูกค้าจังหวัดใกล้เคียง ฉันถูกตัดสินและถูกส่งตัวให้มาฝึกอบรม ที่ศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน เขต 7 จังหวัดเชียงใหม่ ฉันมาอยู่ที่นี่ฉันปรับตัวไม่ได้เลย ฉันไม่เคยทำงาน ฉันเครียดและท้อมาก ฉันไม่กล้าพูดหรือระบายให้ใครฟังได้ด้วย ฉันเข้ามาใหม่และไม่มีเพื่อน แต่มีพี่คนหนึ่งเดินเข้ามาพูดคุยกับฉันและให้ฉันลองไปใช้ห้องหุบี่ มุมปรับทุกข์ ฉันไปถึงห้องหุบี่ฉันตกใจมาก ฉันไม่เคยเห็นห้องที่มีเยาวชนเข้ามาใช้เยอะ และมีหลายๆ อย่างรวมกัน ทั้งมุมปรับทุกข์ มุมสร้างสุข และมุมพัฒนา EQ ฉันก็ไปขอ คำปรึกษาที่มุมปรับทุกข์ พี่ๆ ที่ชมรมหุบี่ถามฉันว่าเครียดเรื่องอะไร เป็นอะไรฉันก็บอก

ปัญหาของฉัน พี่ๆ ให้คำปรึกษาที่ดีและตรงใจฉันมาก มีคำๆ หนึ่งที่มันติดหูฉันมาก คือ อดทนเอา เดี่ยวมันก็ผ่านไป ทำทุกวันให้ดีที่สุด สู้ๆ ถึงมันเป็นคำที่ไม่สำคัญอะไร มันก็เหมือนคำที่แสนจะธรรมดา แต่สำหรับฉันในเวลานั้นมันมีความหมายสำหรับฉันมาก มันเหมือนได้ต่อชีวิตฉันอีกครั้ง ตั้งแต่นั้นมา ฉันก็เริ่มค้นข้อมูลเกี่ยวกับโครงการทูปีมากขึ้น ฉันเริ่มสนใจมันขึ้นมาแล้วสิ ฉันจึงไปสมัครเป็นสมาชิกชมรมทูปี ฉันอยากให้คำปรึกษาเพื่อนๆ ที่มีปัญหา เพราะฉันก็เคยผ่านมันมาเหมือนกับเพื่อนๆ อีกหลายๆ คนที่อยู่ที่นี่ ตั้งแต่ฉันเป็นสมาชิกชมรม ฉันได้ทำกิจกรรมเยอะมากและร่วมทำกิจกรรมที่เพื่อนๆ สนใจ เช่น วันต่อต้านยาเสพติด และทุกๆ วันศุกร์ ทางศูนย์ฝึกฯ จะมีการประชุมบ้าน ประชุมบ้านก็คือจะรวมเยาวชนหญิงและชายเพื่อจะแจ้งข่าว และชมรมทูปีก็จะมาให้ความรู้เกี่ยวกับความเป็นมาของโครงการ ยุทธศาสตร์ 3 ก 3 ย ฉันชอบมากๆ ที่ทางชมรมมาให้ความรู้ถึงฉันจะไม่ได้เป็นแกนนำหรือประธาน แต่ฉันก็ดีใจนะคะที่ได้เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ได้มาให้คำปรึกษา ได้ช่วยพี่ๆ ที่ชมรม ได้ทำอะไรร่วมกันทำแล้วออกมาสำเร็จ มันก็เป็นงานที่ทำแล้วมีความสุขทำแล้วสนุกไปด้วย ทำให้เราลืมเรื่องต่างๆ ที่ทำให้เราเครียดและทำให้พวกเราที่ได้กระทำผิดสามารถกลับตัวกลับใจกลับไปเป็นต้นกล้าของสังคมได้อีกครั้ง และต้นกล้าพวกนี้จะออกผลที่สวยงามและมีคุณภาพ และจะยืนต้นให้มันคง และไม่ออกแวกไปตามแรงลม โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้พลิกเปลี่ยนชีวิตของฉันมากมาย ฉันอยากจะขอบคุณโครงการดีๆ ที่ทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทรงห่วงใยเยาวชน ฉันเชื่อว่าประชาชนทั้งแผ่นดินจะต้องได้รับการเปลี่ยนแปลงเหมือนฉัน ไม่มากก็น้อยค่ะ ขอขอบคุณค่ะ

ผู้เขียน
วิภทสร บัวแย้ม
เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช

การที่ใครคนหนึ่งได้คิดทำโครงการใด โครงการหนึ่งได้ต้องใช้ความพยายามสูงมาก ใช้สติปัญญาความคิด ผลจากการทำโครงการ ผลที่ได้รับของโครงการ ความคาดหวัง ประสบการณ์ที่ตัวเองได้รับมา เหมือนกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงจัดตั้งโครงการเพื่อประชาชนทุกเพศทุกวัย ให้มีส่วนร่วมในการทำโครงการให้ประชาชนไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ทำเวลาให้มีประโยชน์ ช่วยให้เยาวชนหันมาออกกำลังกายเพื่อต่อต้านยาเสพติด

โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ทำให้เยาวชนของคนไทยหันมาทำกิจกรรมนี้กันมาก เป็นโครงการที่แต่ละโรงเรียน แต่ละวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยต่างๆ ได้จัดตั้ง ชมรมขึ้นมาเพื่อทำเวลาว่างของนักเรียน นักศึกษาให้มีประโยชน์ ไม่ให้ว่างเกิดความคิดที่จะเข้าเกี่ยวข้องกับยาเสพติด หันมาทำกิจกรรมต่างๆ ของชมรมนี้ ตั้งแต่ตั้งโครงการนี้ มา 18 ปี ตั้งแต่พุทธศักราช 2545 ก็ครบรอบ 18 ปีของ TO BE NUMBER ONE เรื่องดีๆ สำหรับโครงการนี้มากมายวัยรุ่นเยาวชนหันมาออกกำลังกายกัน ในเวลาว่าง คิดเนื้อเพลง เพื่อมาประกอบท่าเต้นต่างๆ คิดหาคำบทกลอนมาเพื่อต่อต้านยาเสพติด ส่งข้อความเนื้อหาเพลงท่าเต้นคำกลอนส่งเข้าประกวดในโครงการนี้ทำให้เยาวชนไม่มีเวลาไปคิดไปทำสิ่งที่ผิดกฎหมายได้นำความรู้ที่ได้จากโครงการนี้มาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน กว่าจะมีถึง 18 ปีนี้ นับว่าทำประโยชน์ ให้กับเยาวชนและประชาชน ในประเทศได้มากที่สุด ทำให้คนทั้งประเทศรู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE และต่างประเทศก็ได้จัดตั้งโครงการนี้ ตามรอยของท่านทำให้เยาวชนของประเทศได้ห่างไกลจากยาเสพติด หรือสิ่งใดๆ ที่รู้สึกว่าการทำแล้วผิดกฎหมาย หันมาทำกิจกรรมดีๆ ของโครงการ สำหรับโครงการนี้ คนที่มีความฝัน แต่คิดว่าความฝันจะไม่เป็นจริงทำให้คนที่ฝันมีความมั่นใจ ว่าความฝันจะเป็นจริงทำความฝันให้เยาวชนและประชาชนทั่วประเทศให้เป็นจริงได้ ให้คนไทย มีความกล้าแสดงออกมีความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก ทำความฝัน ให้เป็นจริงให้มีความคิดริเริ่มที่จะทำให้เยาวชนมีความมั่นใจในตัวเอง มีความฝันที่จะทำความฝันให้เป็นจริง ทำให้ประเทศของเราเป็นประเทศที่ห่างไกลจากยาเสพติด เยาวชน หันมาเล่นกีฬาออกกำลังกาย ทำเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทำตัวให้มีประโยชน์ให้เห็นคุณค่าของตัวเอง ทำให้ตัวเองมีค่าในตัวเองและทุกคนรอบข้างของเรากิจกรรมดีๆ ของโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ของประชาชนของเยาวชน

ทั้งประเทศ เป็นแรงบันดาลใจคนไทยทุกคนให้เป็นคนดี ห่างไกลจากยาเสพติด มีแรงบันดาลใจในการทำความดี โครงการนี้อยู่มาจนครบ 18 ปี มีอะไรดีๆ มากมายมีสาระ ประโยชน์ มีใจความสำคัญ มีคติดีๆ มีความคิดดีๆ เกี่ยวกับการใช้ชีวิตให้มีค่ากับสังคม ทำให้สังคมของคนไทยห่างไกลจากยาเสพติด แต่ละปีของโครงการก็จะมีอะไรใหม่ๆ เข้ามาในโครงการไม่ซ้ำกัน ท่านก็ยังคงห่วงใยประชาชนของท่านทั้งประเทศ ท่านก็จะคอย มาเตือนประชาชนของท่านให้ทั่วถึงใส่ใจคนของท่านทุกจังหวัดทั่วประเทศ ประสบการณ์ ที่ได้รับได้รู้ว่าคุณค่าเหลือเกินกับโครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้เยาวชนหันมาทำ กิจกรรมเป็นอย่างมากเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ มีแนวคิดในการดำเนินชีวิตอย่างไรในโลกนี้ ให้ห่างไกลจากยาเสพติดมีการรณรงค์ให้ใช้ถุงผ้าแทนถุงพลาสติกทำผ้ามัดย้อมทำให้คน ทั้งประเทศมีอาชีพได้ทำงานเพื่อเลี้ยงครอบครัว ประกอบอาชีพทำงานที่สุจริตไม่เกี่ยวข้อง กับยาเสพติด ทำให้เป็นประเทศที่ชาวสะอาดทำให้ประชาชนมีอาชีพทำอย่างสุจริต โครงการนี้ยังมีทุนการศึกษาให้เยาวชนของประเทศได้มีทุนเรียนดีแต่ยากไร้ทำให้เยาวชน เรามีกำลังใจในการเรียนไม่ท้อต่ออนาคตที่จะมาถึงในอีกไม่นาน มันใจว่าตัวเองจะได้มีทุน ในการเรียนต่อแน่นอนจะได้มีหวัง ไม่ท้อแท้ในชีวิต เพราะบางคน เกิดมาฐานะไม่เหมือนกัน บางคนฐานะร่ำรวย พ่อแม่ก็มีกำลังส่งให้เรียน แต่บางคนฐานะทางครอบครัวไม่ค่อยจะมี ไม่สามารถที่จะส่งเสียให้ลูกเรียนได้เพราะบางครอบครัวมีสมาชิกมากจึงต้องตัดสินใจ ส่งได้เพียงบางคน แต่พอมีโครงการนี้เข้ามาทำให้เยาวชนครอบครัวบางครอบครัว พ่อแม่ ลูกๆ มีกำลังใจในการทำมาหากิน ประกอบอาชีพที่สุจริตเยาวชนก็มีกำลังใจที่จะเรียน เพื่อมีกำลังใจจากทุนการศึกษา ได้มีวิชาเรียนอย่างแน่นอน ชุมชนบางชุมชนได้ทำโครงการ นี้เพื่อต่อต้านยาเสพติดจัดทำกิจกรรมต่างๆ แข่งขันกีฬาเพื่อต่อต้านยาเสพติดจัดกิจกรรม รณรงค์ต่อต้านยาเสพติดให้คนในชุมชนได้มีส่วนร่วมเดินแห่ขบวนรณรงค์ เดินต่อต้าน ยาเสพติด แห่ป้ายรณรงค์ จัดกิจกรรมต่างๆ ของโครงการมอบทุนการศึกษาให้แต่ละ โรงเรียนของชุมชน ของตำบล ของจังหวัด จัดโครงการเยี่ยมบ้านของนักเรียน เพื่อให้ครู และนักเรียนประสานความสัมพันธ์กันดูสภาพแวดล้อมความแออัดสมาชิกของครอบครัว อาชีพของครอบครัวนักเรียน คอยสอดส่องดูแลพฤติกรรมของนักเรียน ความเอาใจใส่ ของผู้ปกครอง ความเอาใจใส่ของชุมชน ด้วยความห่วงใยของผู้นำชุมชนความใส่ใจ ของผู้นำหมู่บ้าน คอยสอดส่องดูแลพฤติกรรมต่างๆ ของประชากรในหมู่บ้านของตนเอง หาวิธีการแก้ไขข้อบกพร่องของชุมชนของตนเองคอยสอดส่องดูแลจนทำให้หมู่บ้าน ของตนเองเป็นหมู่บ้านสีขาว เยาวชนห่างไกลจากยาเสพติด จัดกิจกรรมวันเด็ก ในโครงการของ TO BE NUMBER ONE ในรอบของปี 2563 โครงการนี้จะครบ 18 ปี ทำให้ คนไทยทั้งประเทศได้รู้ถึงความเหน็ดเหนื่อยของพระองค์ท่านที่ทำให้เยาวชนของท่าน

เป็นคนดี ทำให้ประเทศไทยของเราเป็นประเทศที่ห่างไกลจากยาเสพติด ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีอาชีพที่ทำเป็นอาชีพที่ทำอยู่กับบ้านเป็นสินค้าโอท็อป ของแต่ละหมู่บ้าน นำเอาข้อดีของแต่ละหมู่บ้านมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ของแต่ละหมู่บ้านมาเป็นสินค้าโอท็อป ของแต่ละหมู่บ้านและปัจจุบันนี้หรือตอนนี้ Social Network จะเป็นปัจจัยที่ 5 ของทุกครอบครัวแล้วบางคนไม่กล้าแสดงออกโดยตรงก็เลยมีการอัดคลิปแสดงความสามารถของตนเองแชร์ทางสื่อโซเชียลมากมาย อย่างเช่น Facebook YouTube Line ฯลฯ เป็นต้น ให้คนอื่นได้ดูความสามารถของตนเองได้นำไปประยุกต์ใช้และนำไปปฏิบัติตามได้ทำให้คนกล้าที่จะแสดงออกอย่างมากและเมื่อแต่ละหมู่บ้านมีสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ OTOP ของแต่ละหมู่บ้านก็สามารถโพสต์ขายของโซเชียลได้เลยจึงทำให้ประชาชนมีอาชีพทำให้มีเงินใช้ สามารถส่งลูกเรียนให้สูงกว่าปัจจุบันเยาวชนก็จะไม่ไปมั่วสุมยาเสพติดมั่วสุมดื่มสุรา หรือไปทำในสิ่งที่ไม่ดีต่างๆ เมื่อทุกบ้านมีงานทำเป็นของตนเองแล้วจึงไม่จำเป็นต้องไปทำงานต่างจังหวัดหรือกรุงเทพฯ เมื่อครอบครัวอยู่ด้วยกันอย่างพร้อมหน้าทำให้ครอบครัวอบอุ่น เมื่อลูกหลานใครในครอบครัวมีปัญหา ก็สามารถที่จะพูดคุยแก้ไขปัญหากันได้ลูกก็จะไม่ไปคุยกับเพื่อนหรือคนอื่น ซึ่งอาจจะพาไปในทางที่ไม่ดี เช่นพาไปขายยาเสพติด หรือพาไปทำอะไรที่ไม่ดี ที่ผิดกฎหมายประเทศอื่นๆ

โครงการนี้ได้จัดตั้งขึ้นมาทุกคนเข้าใจว่าเป็นโครงการที่มุ่งเน้นต่อต้านยาเสพติด อย่างเดียว แต่แท้จริงแล้วโครงการนี้ได้อะไรมากกว่าต่อต้านยาเสพติด เช่นมีการสร้างอาชีพ ให้เป็นคนกล้าแสดงออกความสามารถของตนเองให้เป็นคนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ให้สมาชิกรู้จักการบริหารการเงิน ทำให้เยาวชนได้มีทุนในการเรียนต่อพอแล้วมันก็ทำให้เป็นผลดีต่อสังคมต่อประเทศชาติทำให้ประเทศชาติเป็นประเทศที่มีประชาชนเป็นคนดี ไม่พึ่งยาเสพติดหวังว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE นี้จะอยู่คู่กับประชาชนชาวไทย หรืออาจก้าวไกลไปยังทั่วโลกเพราะว่าได้มีการถ่ายทอดประชาชนคนไทยที่เดินทางไปยังสถานที่ต่างๆ ซึ่งเขาอาจจะไปเรียนไปหาครอบครัวหรือไปทำงานได้นำสิ่งดีๆ จากโครงการ TO BE NUMBER ONE ไปเผยแพร่ให้กับประชากรทั่วโลกสุดท้ายนี้ขอฝากกลอนจากใจสมาชิก TO BE NUMBER ONE

สิบแปดปี ทูปี นัมเบอร์วัน	สารพัน สาระ หลากหลาย
สมาชิก ทั่วประเทศ มีมากมาย	ทั้งหญิงชาย ทุกเพศวัย ใจรักดี
ทุลกระหม่อม ทรงตั้ง โครงการนี้	ประชาชี ปลอดภัย ไร้เสพติด
พวกเรา มี อีสระทางความคิด	ทุกชีวิต ขอพระองค์ ทรงพระเจริญ

ผู้เขียน
ทรงลักษณ์ พลันการ
เรือนจำนครศรีธรรมราช

โครงการ TO BE NUMBER ONE หรือโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เริ่มดำเนินงานมาตั้งแต่ปี 2545 ต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน เป็นระยะเวลา 18 ปี โดยมียุทธศาสตร์และวิธีการดำเนินโครงการที่ยึดวัยรุ่นและเยาวชนเป็นศูนย์กลางบนพื้นฐานการเข้าถึงสาเหตุของปัญหา เข้าใจธรรมชาติ พฤติกรรม และความต้องการของเยาวชน วัยรุ่นและกลุ่มเสี่ยงอื่นๆ ทั้งวัยทำงานในสถานประกอบการ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มเสพ ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เรือนจำ ทัณฑสถานหญิง และสำนักงานคุมประพฤติ โดยมีกลยุทธ์สำคัญ คือคำขวัญที่ว่า “เป็นหนึ่งในไม่พึ่งยาเสพติด” แนวคิดและกิจกรรมในโครงการเน้นการให้โอกาสมากกว่าการปราบปราม เปิดโอกาสให้ค้นหาความเป็นหนึ่งในตนเอง ก่อให้เกิดความท้าทาย และจูงใจเยาวชนไม่ให้ยุ่งกับยาเสพติด ส่งเสริมให้เยาวชนได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สติปัญญา และด้านสังคม แสดงความสามารถที่หลากหลาย ในลักษณะส่งเสริมการแข่งขันกันทำความดี ซึ่งเป็นสิ่งจูงใจให้เยาวชนอยากเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เป็นลักษณะ Play and Learn ใช้กิจกรรมเป็นสื่อได้เรียนรู้อย่างมีความสุข และสนุกกับการเรียนรู้ กลุ่มผู้ต้องขังก็เป็นกลุ่มหนึ่งในเป้าหมายของโครงการ TO BE NUMBER ONE โครงการนี้ช่วยสร้างขวัญและกำลังใจ ปลุกจิตสำนึก รู้จักเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตให้มีความสุข มีประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ถึงแม้ว่าผู้ต้องขังต้องมีชีวิตที่จำกัดด้วยพื้นที่และอิสรภาพก็ตาม

กลุ่มผู้ต้องขังทุกคนไม่มีใครที่จะไม่รู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE ทุกคนสมัครเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ด้วยความเต็มใจ ซาบซึ้งในพระกรุณาธิคุณของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการที่ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง ไม่เว้นแม้กระทั่งกลุ่มผู้ต้องขังซึ่งเป็นประชากรกลุ่มน้อยที่ด้อยโอกาส เพื่อคืนคนดีสู่สังคม และป้องกันการกระทำผิดซ้ำเมื่อพวกเขาได้เป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ซึ่งเป็นชมรมที่รวบรวมคนดี คนเก่ง และคนที่มีความสามารถที่จะสร้างกิจกรรมดีๆ เพื่อป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติดร่วมกันทำงานร่วมกันด้วยความสมัครใจ มีจิตอาสา มีการจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ ซึ่งแกนนำอาสาสมัครประจำศูนย์จะเป็นผู้บริหารจัดการ จัดกิจกรรม และให้บริการต่างๆ ภายในศูนย์ โดยมีเจ้าหน้าที่คอยแนะนำและให้คำปรึกษาเวลามีปัญหา เป็นกิจกรรมซึ่งจัดบริการให้กับสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่เข้ามาใช้บริการในศูนย์ เมื่อสมาชิกมีปัญหาหรือต้องการความช่วยเหลือ ก็จะได้รับคำปรึกษา แนะนำที่ถูกต้องเหมาะสม สิ่งที่ได้รับจากโครงการ TO BE NUMBER ONE สำหรับผู้ต้องขังมีมากมายและเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

เช่น ได้ใช้เวลาเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมที่สร้างสรรค์และเสริมสร้างความสุขให้กับตนเองและสังคม ด้วยการฝึกทักษะด้านดนตรี ศิลปะ กีฬา ทักษะการประกอบอาชีพ ฯลฯ จากผู้เชี่ยวชาญด้านต่างๆ เพิ่มพูนทักษะการแก้ปัญหา และพัฒนา EQ ทั้งด้วยตนเอง และจากกลุ่มเพื่อน ได้ทำกิจกรรมที่สนใจร่วมกัน มีโอกาสได้เรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตที่ดีงาม จากการเข้าร่วมกิจกรรม เป็นการส่งเสริมให้มีจิตอาสา รู้จักทำประโยชน์แก่ผู้อื่น เป็นวิธีการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผลผลิตที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้าในฐานะผู้ต้องขังหญิงคนหนึ่ง ก่อนที่ข้าพเจ้าจะรู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE และหลังจากรู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE มีความแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ก่อนรู้จักโครงการ ข้าพเจ้ามีความคิดอยู่ในสมองตลอดเวลาว่า ชีวิตนี้หมดสิ้นทุกอย่างแล้ว ศาลพิพากษาจำคุกตลอดชีวิต คงไม่มีลมหายใจออกไปดูแลตอบแทนบุญคุณพ่อแม่แน่นอน คำว่าครอบครัวหมดไปจากหัวใจ มันหดหู่ ห่อเหี่ยว เหงา เคืองคว้าง มีชีวิตอยู่แบบหายใจทิ้งให้ผ่านไปแต่ละวัน กับเพื่อนๆ ผู้ต้องขังก็ไม่อยากพูดคุยด้วย ไม่อยากทำอะไรเพื่อใครอีกแล้ว แต่หลังจากที่รู้จักโครงการ TO BE NUMBER ONE และสมัครเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONE ข้าพเจ้าได้ทราบถึงพระปณิธานของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนของพระองค์ ไม่ว่าจะอยู่หนแห่งใด แล้วทำไมเราถึงไม่สร้างคุณค่าให้กับตนเอง พระองค์อยู่เบื้องสูงยังทรงมองเห็นคุณค่าของประชาชนของพระองค์ ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมทุกอย่างด้วยความเต็มใจ สมดังคำขวัญของโครงการที่ว่า “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” เพราะการเป็นหนึ่ง ทุกคนเป็นได้ เพราะทุกคนต่างมีดีอยู่ในตัวเอง เมื่อค้นพบสิ่งที่ตัวเองชื่นชอบ สนใจ และมีความถนัด สามารถฝึกฝนและทำจนเป็นผลสำเร็จได้ ทำแล้วมีความสุข มีความเชื่อมั่น และมีความภาคภูมิใจ ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาระดับชาติที่ทุกคนต้องช่วยกันร่วมดำเนินการแก้ไขอย่างจริงจัง ทั้งนี้เพราะปัญหายาเสพติดที่มีการแพร่ระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทยได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นทุกขณะ ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมรวมทั้งด้านการเมือง และความมั่นคงของประเทศชาติ ข้าพเจ้ารู้สึกประทับใจกับโครงการ TO BE NUMBER ONE มาก จากกิจกรรมวันต่อต้านยาเสพติดทุกปี ผู้ต้องขังแต่ละกองงานภายในเรือนจำ ยกตัวอย่างเช่น กองงานเรือนนอน กองงานบ่อน้ำ กองงานซักรีด กองงานโรงจัดเลี้ยง กองงานร้านสงเคราะห์ กองงานการศึกษา กองงานจักสาน และกองกลาง เป็นต้น ทุกคนมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมต่อต้านยาเสพติดของเรือนจำที่จัดขึ้น วัสดุ อุปกรณ์ต่างๆ เป็นสิ่งที่ทำได้ยากพอสมควร แต่ทุกคนก็ร่วมมือกันช่วยคิดช่วยประดิษฐ์ สื่อต่างๆ พร้อมการแสดงในวันงานต่อต้านยาเสพติด สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีทุกครั้ง มีการจัดกิจกรรมรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างต่อเนื่อง แกนนำได้รับการเสริมสร้างทักษะให้มีกำลังใจที่เข้มแข็ง ได้เข้าร่วมการแข่งขันการประกวดการดำเนินงานโครงการที่เมืองทองธานี บางครั้งได้รับรางวัลเป็นของขวัญปลอบใจ

กลับมาบ้าง แต่อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าจะไม่ได้รับรางวัลใดๆ กลับมาเลย พวกเราก็มีความภาคภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการสนองพระปณิธานของทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์กรประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE จะสำเร็จได้ตามเป้าหมาย เพราะการมีส่วนร่วมของเยาวชน เพราะหัวใจของงาน TO BE NUMBER ONE คือเยาวชน ต้องเข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นและหาแนวทางการพัฒนาศักยภาพของพวกเขาอย่างเข้าใจทั้งเยาวชน แกนนำ สมาชิกและกลุ่มเสี่ยง ทำงานร่วมกับการคิดนอกกรอบ การมีทีมงานที่ดี เพื่อร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหาและร่วมฝ่าฟันอุปสรรค สู่ความสำเร็จ และที่สำคัญต้องเป็นผู้ที่มีจิตอาสา มีความมุ่งมั่นตั้งใจ อย่าท้อแท้ เพราะถ้าเราท้อแท้ เราก็คงผิดหวัง ผิดหวังเราก็คงล้ม ล้มเลเราก็จะพ่ายแพ้ ทำอะไรก็ไม่สำเร็จ การมีส่วนร่วมของหน่วยงาน องค์กรต่างๆ ก็สำคัญไม่แพ้กัน ที่จะช่วยกันขับเคลื่อนนโยบายสู่การปฏิบัติทุกภาคส่วน ข้าพเจ้ามีความคาดหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ถ้าทุกคนมีความร่วมมือกันอย่างจริงจังทั้งกาย วาจา ใจ แล้วโครงการ TO BE NUMBER ONE จะสำเร็จดังหวัง มีแต่สิ่งที่ดีเกิดขึ้นตามมา

โครงการ TO BE NUMBER ONE หรือโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดให้หมดไปจากสังคมไทยนั้น สิ่งแรกที่จะต้องทำและต้องตระหนัก คือ การเปิดใจยอมรับในสิ่งที่ตัวเองเป็นของกลุ่มเยาวชน วัยรุ่น กลุ่มเสพ กลุ่มเสี่ยงต่างๆ ตามแนวทางโครงการบำบัดรักษาและฟื้นฟูจิตใจเยาวชนสมาชิก “ใครติดยาถอยมือขึ้น” ถ้าทุกคนกล้ายอมรับ และรู้จักตนเองว่าตนเองกำลังทำอะไรอยู่ การแก้ไขปัญหาดังกล่าวเกี่ยวกับยาเสพติดก็สามารถทำได้ เพียงแค่เรารู้จักเปิดกำแพงใจเท่านั้น กำแพงใดๆ ที่หนา สูง ยาว แข็งแรงแค่ไหนก็สู้กำแพงใจไม่ได้ เปิดใจยอมรับสิ่งที่ดี ที่ควร ที่ถูกต้องเข้ามาในชีวิตอย่างกล้าที่จะกระทำความดี และที่สำคัญไม่แพ้กันคือความสัมพันธ์ที่ดีของครอบครัว ชุมชน และสังคม ที่จะช่วยสรรสร้าง หล่อหลอมให้เป็นคนดีของประเทศชาติ ดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยการเข้าถึง เข้าใจ ให้ออกสื่อก สร้างความภาคภูมิใจ ให้ชุมชนเป็นแนวร่วม ภายใต้ชมรม TO BE NUMBER ONE ที่ดำเนินงานในลักษณะชมรม การบริหารจัดการของชมรมเป็นรูปธรรม มีกิจกรรมที่สอดคล้องกับปัญหา ชุมชนเข้าใจ และให้การสนับสนุน ก็จะนำไปสู่จุดหมายที่ตั้งไว้ และต่อเนื่องรุ่นสู่รุ่นต่อไป ในฐานะผู้ต้องขังคนหนึ่ง ถ้ามีโอกาสออกไปใช้ชีวิตปกติภายนอกจะสานต่อโครงการ TO BE NUMBER ONE และดำเนินชีวิตตามแนวทาง พื้นฐาน “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ตามรอยพระยุคลบาทของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ประเทศไทยจะเป็นประเทศที่ปลอดจากยาเสพติด ไม่มีผู้เสพยาเสพติด ไม่มีผู้ค้ายาเสพติด มีประชากรที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติให้เจริญรุ่งเรือง อยู่ร่วมกันอย่างร่มเย็นเป็นสุข ถ้าทุกคนให้ความสำคัญกับโครงการที่ดี อย่างโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด

ผู้เขียน
วาริ ทองมากกุล
เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช

เรียงความเรื่อง “เรื่องดีๆ ๆ 18 ปี TO BE NUMBER ONE”

ประเทศไทยเป็นประเทศที่ประสบปัญหายาเสพติดเป็นลำดับต้นๆ ซึ่งจัดว่าเป็นสาเหตุใหญ่ในการพัฒนาประเทศก็ว่าได้ เพราะยาเสพติดนั้นเป็นหนทางนำไปสู่การโจรกรรม อาชญากรรมมากมาย ซึ่งมีให้เห็นเป็นประจำ ในหน้าหนังสือพิมพ์ วิทยุ ข่าวโทรทัศน์ นับวันยิ่งทวีความรุนแรงและใกล้ตัวมากขึ้นทุกที ซึ่งสาเหตุหลักก็คืออยากลอง ว่างงาน อยากเป็นที่ยอมรับ ในแต่ละคนจะมีสิ่งเร้าหรือตัวกระตุ้นที่ต่างกันไป ดังนั้นจึงต้องใช้ กิจกรรมแฝงกลยุทธ์ เพื่อใช้แก้ปัญหายาเสพติดได้ตรงจุด จึงมีการจัดตั้งโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยมีทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธาน ด้วยความห่วงใยพสกนิกร จึงทรงติดตามและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง นับตั้งแต่ พ.ศ. 2545 จนถึงปัจจุบันก็เป็นเวลากว่า 18 ปีแล้ว ที่ทุกองค์กรทั้งภาครัฐ และเอกชนร่วมด้วยช่วยกันกับโครงการนี้เพื่อไทยมาโดยตลอด

จากเครือข่ายที่ครอบคลุมอย่างรวดเร็ว เนื่องจากการพัฒนาอย่างต่อเนื่องเลย ทำให้สมาชิกในโครงการมีเพิ่มขึ้นทั่วประเทศ ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มเป้าหมายอย่างนักเรียน นักศึกษา ประชาชนวัยทำงาน ทุกเพศทุกวัย ไม่เว้นแต่ผู้ต้องราชทัณฑ์อย่างดิฉันคะ คงดูแปลกที่นักโทษอย่างดิฉันจะมาพูดเรื่องนี้ แต่หากความผิดพลาดในอดีตของดิฉัน ที่เรียกว่าบทเรียนในชีวิตนี้ หากมีคนที่กำลังจะหลงผิดอีก ก็ขอให้หยุดและคิดเสียใหม่ ไม่มีอะไรที่ทำร้ายตัวเราได้เท่ากับตัวเราเองจริงๆ เพราะครั้งหนึ่งดิฉันเคยเสพยาตามเพื่อน เพื่อให้เพื่อนยอมรับ ทั้งที่จริงๆ แล้วหากวันนั้นดิฉันเลือกจะคบเพื่อนกลุ่มดีก็ได้ แต่ก็ไม่ทำ ดังนั้นทุกอย่างอยู่ที่เราเลือกเหมือนเรื่องค้ายา ซึ่งดิฉันเคยให้คำตอบกับตัวเองว่าเพราะไม่มีงานทำ ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วคือตัวเราเองแหละที่ไม่คิดจะชวนขายงานทำ แต่ว่าจะตอบโจทย์ ปัญหาชีวิตนี้ได้ก็ตอนที่สายไปแล้ว นั่นคือความคิดในตอนแรก แต่เมื่อดิฉันได้มีโอกาส เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของโครงการนี้ พร้อมได้รับคำแนะนำจากพี่ๆ แกนนำและได้รับ คำปรึกษาพร้อมกำลังใจจากอาสาสมัครศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ซึ่งเป็นที่ปรึกษาให้แก่สมาชิกที่มีปัญหาต่างๆ ให้คำแนะนำให้ดิฉันมีความคิดเชิงบวก จนดิฉันยอมรับสภาพความผิดที่ทำมา และพร้อมจะเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทาง ที่ถูกที่ดี

เพื่ออนาคตใหม่ที่ดีของตนเอง เพราะคนดีไม่ใช่คนที่ไม่เคยทำผิด แต่คือคนที่เคยกระทำผิด แล้วกล้ายอมรับและแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องต่างหากที่เราควรให้ออกาส ดังนั้นทุกอย่างองค์กรไม่ว่าจะเป็นของรัฐหรือเอกชน และทุกๆ หน่วยงานทั้ง ป.ป.ส. กระทรวงยุติธรรม กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ กรมสุขภาพจิตฯลฯ จะสับเปลี่ยนหมุนเวียนกันเข้ามาอบรมให้ความรู้ ปรับทัศนคติ และจากหลากหลายกิจกรรมดีๆ เช่น ชุมชนบำบัด ภายใต้กิจกรรม “ใครติดยาขมมือขึ้น” จากการติดตามผลหลังพ้นโทษ สมาชิก 90% ไม่กลับไปใช้ยาอีก มีการตรวจเยี่ยมเป็นประจำ ซึ่งมีผลลัพธ์ 100% ซึ่งจากการรณรงค์ของสมาชิกในโครงการ ตอนนี้อยู่ในเรือนจำปลอดบุหรี่ 100% เช่นกัน ซึ่งนับเป็นโชคดีที่กรมราชทัณฑ์ได้เห็นความสำคัญและคุณประโยชน์ของผู้ต้องขังอย่างดิฉัน โดยน้อมนำโครงการดีๆ ของพระองค์ท่านมาดำเนินการในเรือนจำ โดยมีความสำคัญในการปลูกจิตสำนึกให้ผู้ต้องราชทัณฑ์เห็นคุณค่าในตัวเอง สร้างเกราะป้องกันจิตใจไม่ให้กลับไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดอีก อันจะทำให้เราได้ออกไปใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขหลังพ้นโทษ ซึ่งแนวทางการดำเนินงานของโครงการจะเน้นให้สมาชิกทุกคนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ภายใต้ยุทธศาสตร์ 3 ประการคือ 1.มุ่งเน้นรณรงค์ปลูกจิตสำนึกต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยจัดบอร์ดนิทรรศการ รณรงค์ทุกแดนควบคุม มีการแสดงจัดดนตรี ชุมชนบำบัด มีการแข่งขันกีฬาประจำปี และร่วมเดินพาเหรดและสวนสนามเพื่อปลูกจิตสำนึกให้รู้ถึงโทษของภัยยาเสพติด นอกจากนี้ยังมีการรณรงค์ผ่านทางเรื่องชาวเรือนจำ EP.11 และ EP.18 ด้วย และยังมีการนำเสนอกิจกรรมดีๆ ของเครือข่ายสมาชิก เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์ผ่านทาง Facebook : TO BE NUMBER ONE CHANNEL ด้วย 2.สร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้สมาชิก คือ การจัดกิจกรรมทางศาสนา ให้สมาชิกได้มีส่วนร่วม ทำบุญ ทำประโยชน์ให้สังคม เป็นกิจกรรมพัฒนาจิตใจในรูปแบบต่างๆ อื่นๆ กิจกรรมยามว่างสร้างประโยชน์ ดิฉันก็ได้เข้าร่วมหลายกิจกรรม มีการฝึกวิชาชีพระยะสั้น เช่น เสริมสวย จั๊บบิ้วคิ้ว ดอกไม้ประดิษฐ์ แกะสลัก ทำของชำร่วย โดยได้รับการสนับสนุนจากวิทยากรจากภายนอกที่เสียสละ ทำให้สมาชิกได้ฝึกฝน งานอาชีพต่างๆ เพื่อออกไปจะได้ นำความรู้ไปปรับใช้ประโยชน์ ทั้งยังทำให้สมาชิกได้เห็นคุณค่าในตัวเอง และยังใช้ประกอบอาชีพเลี้ยงตนได้หลังพ้นโทษ ถือว่าเป็นการแก้ปัญหาการว่างงาน และเมื่อมีอาชีพ ก็เป็นการแก้ปัญหาลดการกระทำผิดซ้ำอีกด้วย ตามแนวคิดโครงการ “ผลิตผลคนดี TO BE NUMBER ONE” ซึ่งหลายครั้งที่มีปัญหาหรือเครียด ที่พึ่งทางใจของดิฉันและเพื่อนในเรือนจำก็คือ ศูนย์เพื่อนใจ ภายใต้แนวคิด “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหาพัฒนา EQ” โดยสร้างความไว้วางใจ เพื่อให้คำปรึกษา แบบเพื่อนช่วยเพื่อน เน้นการดูแลสมาชิก

แบบเป็นกันเอง ให้คำแนะนำแก้ปัญหาได้ตรงจุด ผ่อนคลายความเครียด ปรบอารมณ์ และพัฒนา EQ ได้อย่างดีด้วย 3.การสร้างพัฒนาเครือข่าย โดยมีการเชิญชวนสมาชิกเข้าใหม่ สมัครเป็นสมาชิกชมรม จากแกนนำทุกแดนควบคุมยังเปิดให้นักเรียน นักศึกษา เข้ามาดูงาน พร้อมให้ความรู้ถึงผลกระทบของยาเสพติด และยังมี การแลกเปลี่ยนความคิดของสมาชิก ในชมรมทุกเดือน เพื่อพัฒนาการทำงานให้มีประสิทธิภาพ ไม่ขาดตอนและด้วยความเอาใจใส่ ความกระตือรือร้นที่จะพัฒนาแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างจริงจัง จากสมาชิกเราทุกคน รวมทั้งการให้ความร่วมมือจากหน่วยงานต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น กระทรวงยุติธรรม กระทรวงสาธารณสุข และกรมสุขภาพจิต กระทรวงศึกษาธิการ หรือแม้แต่กรมราชทัณฑ์ และหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง ที่พยายามหาวิทยากร อาจารย์หรือแม้แต่ทนายความ ซึ่งสับเปลี่ยนกันมาให้ความรู้ บำบัดจิตใจแก่ดิฉันและสมาชิกในชมรมอย่างต่อเนื่อง ดิฉันเองรู้สึกภูมิใจ ดีใจที่ทุกฝ่ายทุ่มเทอยู่เคียงข้างและไม่ทอดทิ้งพวกเราที่เคยหลงเดิน ทางผิด ทำให้ดิฉันมองเห็นคุณค่าในตัวเอง ปรับเปลี่ยนความคิด วันนี้ดิฉันรู้แล้วว่าทุกคน ก็อยากเป็นหนึ่ง เป็นที่รู้จัก เป็นที่ยอมรับของสังคม ไม่เว้นแต่ผู้กระทำผิดอย่างดิฉัน ซึ่งขอแค่โอกาส ดังนั้น เราจึงควรหาจุดเด่น ความสามารถพิเศษ จุดดีที่ถูกต้อง นำมาฝึกฝน และใช้ให้ถูกทาง เพื่อเราจะเกิดความเชื่อมั่นความสุขเกิดความภูมิใจในตัวเอง “เป็นที่หนึ่งในทางที่ถูก” ตามสัญลักษณ์หมายเลข 1 สีแดง ซึ่งเป็นสีประจำพระองค์ ตามคำขวัญที่ว่า “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” ชีวิตที่ผ่านมาของดิฉันคงกลับไปแก้ไขอะไรไม่ได้ แต่ชีวิต ต่อไปข้างหน้าของดิฉัน หลังจากที่โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้ให้ชีวิตความคิดใหม่ ชีวิตต่อจากนี้จะไม่มียาเสพติดมาเกี่ยวพันอีกเด็ดขาด

ดิฉันขอให้ทุกคนที่กำลังจะเดินทางผิดได้นำอดีตของดิฉันไปเป็นอุทาหรณ์สอนใจ อย่าเดินทางผิดเหมือนดิฉัน เพราะทุกปัญหามีทางออกเสมออยู่ที่ความคิดของเราต่างหาก ดังบทกลอนที่ดิฉันแต่งขึ้นในครั้งนี้ด้วย และดิฉันจะไม่ให้ทุกฝ่ายเหนื่อยฟรี ชีวิตต่อจากนี้ จะไม่มียาเสพติดอีกดังกลอน

เมื่อชีวิตเปรียบดั่งเกมหมากรุก	สุขหรือทุกข์อยู่ที่คิดเดินข้างหน้า
ความสามารถเป็นจุดเด่นช่วยนำพา	ใช้ศรัทธาแนวแน่นอนำทางไป
ขอน้อมนำปณิธานตามเบื้องบาท	ชี้ทางราษฎร์ผู้ผิติดคิดแก้ไข
เป็นดั่งแสงสว่างกลางดวงใจ	ชี้นำไทยให้พ้นทุกข์สุขสำราญ
เคยทำผิดคิดได้ให้โอกาส	ผู้ปลั่งพลาดพบทางที่สดใส
เป็นแกนนำให้สติกำลังใจ	สังคมไทยเป็นหนึ่งไม่พึ่งยา

ผู้เขียน
นางสาวอารยา แสนสมบูรณ์สุข
ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 7
จังหวัดเชียงใหม่

ถ้าพูดถึงโครงการ TO BE NUMBER ONE ใครหลายๆ คนก็คงคิดไม่ต่างจากฉัน หรือว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE จะพิเศษตรงไหนและจะสามารถเปลี่ยนใครหลายคนได้จริงหรือ แต่วามันทำให้ฉันสามารถเปลี่ยนความคิด เปลี่ยนแปลงตัวเอง ฉันไม่ได้แค่รู้จักชมรม TO BE NUMBER ONE หรือก แต่ฉันรักมันไปแล้ว

เมื่อย้อนกลับไปตอนฉันยังเด็ก ฉันไม่ได้เกิดมาในครอบครัวที่สมบูรณ์แบบหรือก ฉันเกิดมาในครอบครัวที่พ่อแม่แยกทางกัน แต่ฉันว่าฉันโชคดีมากนะ ที่ตั้งแต่เด็กพ่อได้ส่งฉัน มาอยู่กับปู่และย่า ฉันเลยอยู่กับปู่ย่าตั้งแต่เด็ก ในความคิดของฉันตอนนั้นฉันคิดว่าไม่มีใคร รักฉันเลย แม้แต่พ่อของฉันก็ไม่ได้รักฉัน ฉันเคยถามตัวเองว่าเกิดมาทำไมและฉันก็ได้คำตอบ เมื่อฉันถามย่าและญาติๆ ตอบฉัน ฉันจึงตัดสินใจจะใช้ชีวิตในอนาคตทั้งหมดเพื่อย่า ของฉัน ฉันเติบโตขึ้นฉันถูกส่งมาเรียนโรงเรียนในตัวเมืองของจังหวัด ฉันได้เรียนได้มีเพื่อน ฉันได้รู้จักคนหลายคน จนวันหนึ่งฉันขึ้นเรียนระดับ ม.ปลาย ฉันเรียนมาได้สักพัก ฉันก็ติดเพื่อน ฉันเริ่มเกเร ตี้มเหล่า สูบบุหรี่ สิ่งที่ทำนั้นมันแย่มากต่างจากฉันคนก่อน วันหนึ่งฉันย้อนคิดกลับมาถามตัวเองว่าฉันควรจะเรียนต่อหรือลาออก แล้วฉันก็ได้คำตอบ ฉันจึงตัดสินใจลาออกและมาอาศัยอยู่กับเพื่อนคิดว่าจะมาหางานทำ แต่แล้วฉันก็หางานทำไม่ได้ ด้วยหลายๆ เหตุผล และด้วยฉันยังไม่เคยมีประสบการณ์ด้านนี้ ฉันจึงไม่มีงานทำ ฉันอยู่กับ เพื่อนมาสักระยะ ย ฉันได้คบหาသူใจกับผู้ชายคนหนึ่งที่เขาไม่ได้ดีและพร้อมไปเสียทุกอย่าง พอฉันได้อาศัยอยู่กับเขาสักพัก ฉันกับเขาก็ใช้ชีวิตแบบเสเพล ตามใจกันและกัน เทียว ตี้มเหล่า แถมหาเงินง่ายๆ แบบผิดกฎหมาย วันหนึ่งสิ่งที่ฉันไม่เคยคาดคิดก็เกิดขึ้นกับฉันและ แฟนของฉัน ฉันถูกจับในคดียาเสพติดจำนวนหนึ่ง ฉันกับเพื่อนและแฟนของฉันถูกส่งตัวมา รอดตัดสินในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนแห่งหนึ่ง แต่เรื่องที่น่าเศร้ากว่านั้นคือ เพื่อนของฉันอีกคนถูกแยกตัดสิน เนื่องจากบรรลุนิติภาวะแล้วในขณะที่ฉันรอศาลตัดสิน ฉันเศร้ามากฉันต้องใช้ชีวิตเดิมๆ อยู่ในสถานที่เดิมๆ สถานที่ที่โดนบังคับให้อยู่ในกฎเกณฑ์ แต่ก็ยังดีที่ปู่ย่าฉันได้มาเยี่ยมและให้กำลังใจฉัน ฉันลองทำทุกอย่างในระหว่างที่ฉันอยู่ใน สถานพินิจฯ จนวันหนึ่งฉันได้มารู้จักกับชมรม TO BE NUMBER ONE ฉันได้เข้าสมัคร เป็นแกนนำในชมรม TO BE NUMBER ONE ในสถานพินิจฯ ก็ได้มีกิจกรรมดีๆ ให้ฉันทำ

ฉันก็พยายามทำกิจกรรมของชมรม และได้ทำงานให้ชมรมอีกมากมาย ในวันหนึ่งฉันถูกเลือกให้เป็นคนพูดเล่าเรื่องราวของตัวเองให้ทุกคนฟัง แต่แล้วสิ่งที่ถูกเลือกก็ล้มเหลว เนื่องจากฉันไม่ได้เสพยา ฉันเลยเปลี่ยนไปพูดคำปฏิญาณแทน พอयरู้อย่างดีใจมาก และบอกให้ฉันตั้งใจทำ พอถึงวันที่รับเสด็จทุกคนพร้อมๆ กันก็ตื่นเต้นมาก เมื่อท่านเสด็จมาถึง ในตอนที่ฉันเห็นท่านให้คำปรึกษาคนอื่น คำพูดของท่านในตอนนั้น ฉันก็คิดอยากเปลี่ยนตัวเอง หลังจากวันนั้นฉันเก็บคำสอนของท่านมาคิดทบทวน เป็นแรงผลักดันให้กับตัวเองฉันได้ยินครูบอกว่า อย่าชมว่าตั้งแต่ฉันเข้าชมรม TO BE NUMBER ONE ฉันได้เปลี่ยนไป ยากก็ตั้งใจ ในที่สุดวันที่ฉันรอคอยก็มาถึง ศาลาได้นัดพิจารณาติของฉัน ให้ส่งฝีกอบรมเป็นระยะเวลาานพอสมควร ในวันนี้ฉันก็รู้แล้วว่าอย่ารักฉันมากแค่ไหน แต่ฉันเองต่างหากที่คิดว่าเขาไม่รัก ฉันถูกศาลาส่งฝีกอบรม ฉันมาด้วยความเศร้า แต่โชคดีที่ฉันมากับเพื่อน อยู่มาสักระยะฉันก็ได้สมัครเข้าเป็นแกนนำ TO BE NUMBER ONE ในศูนย์ฝีกฯ และฉันก็ได้ถูกเลือกให้เป็นคนพูดในตอนนั้น เมื่อถึงวันนั้นฉันตื่นเต้นมาก แต่ทุกคนก็ทำได้ดี ฉันได้รู้จักกับประธานชมรม TO BE NUMBER ONE ของศูนย์ฝีกฯ เขต 7 เขาให้คำปรึกษาและให้กำลังใจฉัน เขาเหมือนพี่สาวของฉันอีกคนหนึ่ง

ฉันตั้งใจไว้ว่าฉันจะทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้ดีที่สุด ฉันจะอยู่ช่วยชมรม TO BE NUMBER ONE แบบนี้ไปเรื่อยๆ ไม่ว่าจะเป็นอย่างงหรืออะไรจะเกิด ฉันก็จะไม่ทิ้ง TO BE NUMBER ONE ฉันอยากขอบคุณทุกคนพร้อมหญิงอุปถัมภ์ต้นราชภัฏญา สิริวัฒนาพรรณวดี ที่มีโครงการดีๆ แบบ TO BE NUMBER ONE มาให้กับประชาชน ฉันคิดว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE หรือโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด จะสามารถเปลี่ยนความคิด และเขาคงจะเปลี่ยนแปลงตัวเองและเปลี่ยนแปลงใครหลายๆ คนได้แน่นอน และฉันอยากขอบคุณทุกคนที่สนับสนุนฉัน และให้โอกาสฉันได้แก้ไขและเปลี่ยนแปลงตัวเอง ถ้าหากที่ผ่านมามีคนได้ทำผิดพลาดตรงไหน ฉันก็อยากขอภัยด้วย ฉันจะเก็บเอาโอกาสและขอทำทุกอย่างให้กับชมรม TO BE NUMBER ONE และฉันจะช่วยสนับสนุนคนอื่นอีกต่อไป ขอขอบคุณค่ะ



ประชาชนทั่วไป

ผู้เขียน
นางสาววนิดา บุญร่วม
จังหวัดศรีสะเกษ

ในปัจจุบันปัญหาที่ประเทศไทยต้องเผชิญมายาวนาน และเป็นปัญหาที่ขยายเป็นวงกว้างมีผลกระทบต่อเยาวชนไทยเป็นอย่างมาก คือปัญหายาเสพติดซึ่งเป็นปัญหาสำคัญระดับชาติ แม้ที่ผ่านมา รัฐบาลจะให้ความสำคัญกับการแก้ปัญหายาเสพติดมาอย่างต่อเนื่องก็ตาม แต่ก็ยังไม่สามารถกำจัดหรือปราบปรามให้หายไปได้อีกทั้งปัญหายาเสพติดยังกลายเป็นปัญหาวิกฤตที่มีแนวโน้มการขยายตัวและแพร่ระบาดเพิ่มขึ้น ส่งผลกระทบต่อและบ่อนทำลายความเจริญก้าวหน้าในด้านเศรษฐกิจสังคมและความมั่นคงของชาติ

สารเสพติดคือ สารใดๆ ก็ตามที่ไม่ใช่อาหารซึ่งสามารถมีผลกระทบต่อการทำงานของร่างกายและจิตใจ ความคิด ความรู้สึกและการกระทำของบุคคลได้ แม้ว่าเยาวชนหรือกลุ่มวัยรุ่นส่วนใหญ่จะรู้ถึงโทษและความเสี่ยงของยาเสพติดแล้วก็ตาม แต่ก็ยังไม่สามารถที่จะหักห้ามใจ ไม่ให้เสพติดได้ เพราะเป็นวัยที่สมองยังพัฒนาได้ไม่มากพอที่จะควบคุมทั้งยังขาดทักษะในการคิดการตัดสินใจ จึงต้องมีสื่อหรือกิจกรรมต่างๆ เข้ามาช่วยในการแก้ไขปัญหานี้ สาเหตุของปัญหาการเสพติดส่วนใหญ่มาจากปัญหาการเลี้ยงดูขาดความเข้าใจและการได้รับการศึกษาไม่เพียงพอเนื่องมาจากความยากจน และปัญหาทางครอบครัว สภาพแวดล้อมแบบนี้จึงส่งผลเสี่ยงต่อการติดสารเสพติดมาก ยิ่งในปัจจุบันความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทมาก จึงทำให้วัยรุ่นสามารถเข้าถึงยาเสพติดได้ง่ายขึ้นอีกด้วย เมื่อปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่ขยายออกเป็นวงกว้าง ส่งผลเป็นปัญหาใหญ่โตถึงในอนาคตการป้องกันจึงเป็นมาตรการที่สำคัญที่สุด จึงทำให้เกิดโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดหรือที่รู้จักกันดีในชื่อโครงการ TO BE NUMBER ONE โดยมีทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นประธานโครงการมีคำขวัญในโครงการว่า “เป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด” โครงการนี้จะช่วยพัฒนาฟื้นฟูเด็กและเยาวชนให้เกิดความคิดในการมองค่านิยมของยาเสพติดใหม่ ข้าพเจ้าเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ศึกษาอยู่ในโรงเรียนประจำอำเภอ ในชุมชนที่ข้าพเจ้าอาศัยอยู่มีความเป็นชนบทเพราะยังไม่เจริญเท่าในเมือง วัยรุ่นในชุมชนส่วนมากมักเกาะกลุ่มมั่วสุมกันส่วนมากเป็นวัยรุ่นขาดการศึกษาที่เลิกเรียนไปเพราะฐานะทางครอบครัวลำบากจนต้องออกไปทำงานหาเงิน ทำให้เด็กและกลุ่มเยาวชนกลุ่มนี้ขาดการอบรมสั่งสอนเลี้ยงดูที่ดี จึงเกิดพฤติกรรมยากที่จะควบคุมให้อยู่ในกฎระเบียบของสังคมได้เมื่อเกิดโครงการ

TO BE NUMBER ONE ขึ้น จึงสามารถจัดปัญหาเหล่านี้ไปได้ โดยโครงการจะให้มองเห็นถึงความสำคัญในสถาบันครอบครัวก่อน ผู้ปกครองต้องคอยเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจกันและกัน พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีในการไม่ใช้สารเสพติด เช่น ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า และสิ่งที่สำคัญให้อาศัยความรัก ความเอาใจใส่และการสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อน การเข้าโรงเรียนดี ซึ่งจะส่งเสริมให้เยาวชนเรียนรู้ใหม่ที่จะเลิกใช้สารเสพติดส่วนที่โรงเรียนก็ควรอบรมสั่งสอนให้รู้ถึงโทษภัยของยาเสพติดอย่างสม่ำเสมอ ครูเอาใจใส่นักเรียนดูแลเรื่องการคบเพื่อนและส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การหากิจกรรมต่างๆทำ เช่น การเล่นเกม การประกวดดนตรี การทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่ม ซึ่งจะช่วยป้องกันไม่ให้อาสาสมัครหนีไปสนใจยาเสพติด ยาเสพติดเป็นปัญหาสำคัญที่ส่งผลกระทบต่ออย่างร้ายแรงต่อความสงบเรียบร้อยและความมั่นคงทุกระดับตั้งแต่ระดับบุคคล ไปจนถึงประชาคมโลก การแพร่ระบาดของปัญหายาเสพติดได้แทรกซึมเข้าไปทุกชนชั้น ทุกสาขาอาชีพ โดยทุลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ได้เห็นถึงความสำคัญของปัญหานี้มากจึงทรงจัดตั้งโครงการ TO BE NUMBER ONE ขึ้นเพื่อเป็นสื่อกลางที่สำคัญในการพัฒนาความคิดและป้องกันการติดยาเสพติดของเยาวชนในสังคมไทย นอกจากนี้การแก้ไขปัญหายาเสพติดให้หมดไปจากสังคมไทย ไม่สามารถดำเนินการให้สำเร็จด้วยการทำงานขององค์กรใดองค์กรหนึ่ง ทุกละดับทุกระดับจะต้องร่วมมือช่วยกัน ซึ่งจะทำให้เกิดพลังในการร่วมกันป้องกันปัญหายาเสพติดอย่างเข้มแข็ง ภายใต้กรอบแนวคิด “ที่ทุกฝ่ายร่วมกันฝัน และพร้อมใจกันปั้นฝันวันนั้นให้เป็นจริง”

ผู้เขียน
นางสาววิญญ์ อัจใจ
จังหวัดศรีสะเกษ

สังคมไทยในปัจจุบันล้วนมีปัญหาเกิดขึ้นต่างๆ มากมายไม่ว่าจะเกิดขึ้นกับเด็ก เยาวชน และผู้ใหญ่ ซึ่งในวันนี้จะกล่าวถึงปัญหาใหญ่ที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน นั่นก็คือ “ปัญหายาเสพติด” ซึ่งเป็นเรื่องที่ใหญ่มากในสังคมไทยปัจจุบันนี้ เพราะเด็ก และเยาวชนเป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้สิ่งต่างๆ แต่ยังขาดวุฒิภาวะในการตัดสินใจ การต้องการที่จะอยากเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ นั้นถือเป็นเรื่องที่ดีมากในเด็กวัยนี้ ถ้าอยากเรียนรู้ ในสิ่งที่ดีก็ดีไป แต่ถ้าอยากเรียนรู้ในสิ่งที่ไม่ดีก็จะทำให้มีปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย ปัญหาเสพติดที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้มีการระบาดในทุกพื้นที่ของประเทศไทยและทวีคูณ ความรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทำให้มีผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศและมีผลต่อ คุณภาพชีวิตของประชาชนในประเทศไทยคุณภาพชีวิตที่ต่ำลง การพัฒนาของประชากร ในประเทศลดลง และอาจส่งผลกระทบต่อระบบอื่นๆ ในประเทศด้วย ปัญหาเสพติดที่พบ ในปัจจุบันนั้น มักเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนเป็นส่วนใหญ่ เพราะบุคคลเหล่านี้อยู่ในวัย ที่อยากทดลอง อยากเรียนรู้ แต่ยังขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย และจิตใจ ซึ่งทำให้ เสี่ยงต่อการทดลองในทางที่ไม่ดี

การแก้ปัญหาในปัจจุบันนั้น ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงมีความห่วงใยประชาชนชาวไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชน ที่เป็นกลุ่มขนาดใหญ่ เป็นกลุ่มที่มีคุณค่ายิ่งต่อการพัฒนาประเทศชาติ กลุ่มเด็กและ เยาวชนนั้นเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการติดยาเสพติดสูง เนื่องจากเป็นวัยที่ต้องการเรียนรู้ทดลอง ในสิ่งต่างๆ แต่ยังขาดวุฒิภาวะในการตัดสินใจ พระองค์ทรงมีพระกรุณาธิคุณเป็นองค์ประธาน ในการจัดตั้งโครงการ “TO BE NUMBER ONE” เพื่อเป็นการรณรงค์และป้องกันปัญหา ยาเสพติดภายในประเทศให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย โดยมีการร่วมมือกับภาครัฐ และเอกชนเพื่อกระตุ้นและปลูกจิตสำนึกของประชาชนชาวไทยให้มีความรู้และตระหนัก ถึงโทษของยาเสพติด

โครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ได้เป็นโครงการที่เป็นหน้าที่ของบุคคลใด บุคคลหนึ่ง แต่เป็นการรวมพลังของประชาชนชาวไทยทุกคนในการร่วมกันรณรงค์ และป้องกันปัญหาเสพติด โดยโครงการนี้จะมีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ ในด้านต่างๆ และทำให้เกิดค่านิยมของการ “เป็นหนึ่งไม่พึ่งยาเสพติด” ซึ่งในปัจจุบันไม่ว่า

จะเป็นทางโรงเรียนหรือสำนักงานต่างๆ ได้เล็งเห็นถึงปัญหายาเสพติดที่เกิดขึ้นในชุมชน หรือในสังคมปัจจุบันโดยมีการส่งเสริมความรู้ อบรม เกี่ยวกับปัญหาเสพติดให้ประชาชน เกิดความรู้ความเข้าใจและหลีกเลี่ยงการใช้ยาเสพติด กิจกรรมที่เราสามารถเห็นได้ในทุกวันนี้มีมากมายที่ช่วยส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้ทำร่วมกัน ล้วนมีความสำคัญ ที่จะช่วยลดปัญหาเสพติด เช่น การแข่งขันกีฬาต้านยาเสพติด การ cover dance การประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จะช่วยส่งเสริม ให้เด็กและเยาวชนมีการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ เสริมสร้างให้มีภูมิคุ้มกันในการหลีกเลี่ยง การใช้ยาเสพติด

ดังนั้นโครงการ TO BE NUMBER ONE จึงเป็นโครงการที่ดีอีกโครงการหนึ่ง โดยทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี พระองค์ทรงมี พระกรุณาธิคุณจัดตั้งขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมค่านิยมและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ ให้เด็กและเยาวชนไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด เพื่อพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนให้เป็น คนรุ่นใหม่ที่มีเชื่อมั่นในตนเอง เป็นการสนับสนุนให้มีการจัดกิจกรรมที่มีความสร้างสรรค์ ได้ใช้กระบวนการในการคิดต่างๆ ทำให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้ ยาเสพติดในทางที่ไม่ถูกต้อง การรวมพลังกายและพลังใจของประชาชนเพื่อร่วมกันรณรงค์ และแก้ไขปัญหาเสพติดเพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความรู้และเป็นพลเมืองที่ดีในการพัฒนา ประเทศชาติต่อไป

ผู้เขียน
นายสิงหา ชัยมงคล
ชมรม TO BE NUMBER ONE ชุมชนแจรงร้อน
เขตราชบุรณะ กรุงเทพมหานคร

สิบแปดปีที่พระองค์ทรงงานหนัก
ทุกหน่วยงานทุกองค์กรร่วมกันคิด

ช่วยจัดปัญหาภัยยาเสพติด
ผลผลิตเป็นคนเก่งคู่คนดี

ถ้าจะให้กล่าวถึง เรื่องดีๆ ของโครงการ TO BE NUMBER ONE ใครหลายๆ คน ในที่นี้ก็คงจะตอบเป็นเสียงเดียวกันว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นให้อะไรหลายๆ อย่างมากมายจนอาจร้อยเรียงออกมาเป็นคำพูดไม่หมด แต่สมาชิก TO BE NUMBER ONE ทุกคนนั้นเป็นคนเก่งและดีเพราะสมาชิกทุกคนเป็นบุคคลที่เสียสละ อดทนต่อสู้กับปัญหาภัยของยาเสพติด เป็นแกนนำเยาวชน กระบอกเสียงในการร่วมต้าน ปัญหาของยาเสพติดที่สังคมไทยในปัจจุบันไม่อาจกำจัดให้หมดสิ้นไปได้ หากไม่ได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องในการกำจัดปัญหาภัยยาเสพติด แต่อย่างไรก็ตามปัญหาของยาเสพติดที่เกิดขึ้นเกิดได้จากปัจจัยต่างๆ ทั้งครอบครัว ที่อยู่อาศัย เศรษฐกิจ ฐานะและสังคมรอบข้าง ซึ่งเป็นปัจจัยแรกๆ ที่อาจส่งผลให้เด็กและ เยาวชนหลงผิด สุ่มเสี่ยงกับปัญหาของยาเสพติด แต่โครงการ TO BE NUMBER ONE คงมีเรื่องราวดีๆ ให้กับใครอีกหลายคน หนึ่งในนั้นก็คือตัวของผมเอง แต่ผมนั้นจะมี เรื่องราวดีๆ อย่างไบบ้างจากโครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิง อุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE ใช้ครับผมเพิ่งได้รู้จักและเป็นสมาชิก TO BE NUMBER ONE ได้ประมาณเกือบ 2 ปี ในครั้งแรกผมก็ยุ่งๆ อยู่ว่าตัวของผมเองนั้นเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในโครงการได้อย่างไร ย้อนเวลากลับไปผมได้ถูกชักชวนจากครู โดยผมเข้าใจว่าเป็นเพียงแค่การนำเสนอความ เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน เมื่อผมได้เจอกับพี่ๆ ที่สำนักงานเขตราชบุรณะรวมถึงคณะกรรมการชุมชน ถึงได้เข้าใจว่าเป็นการประกวดผลงานของชุมชนโดยการพัฒนากลุ่มเด็ก และเยาวชนให้ห่างไกลจากยาเสพติด จากการประชุมทำให้ได้เข้าใจความเป็นมาของ โครงการ ผมเองก็ยุ่งๆ อยู่ แต่ก็มองกลับไปถ้าลองก็ไม่ได้เสียหายด้วยสมาชิกของทีม ก็เป็นทั้งเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ผมกลับได้ความไว้วางใจจากลูกทีมให้ผมเป็นประธานชมรม หลังจากนั้นได้เริ่มดำเนินกิจกรรมต่างๆ ที่เตรียมการไว้ แต่ชุมชนของผมซึ่งมีเอกลักษณ์

ประจำชุมชนที่ใครๆ ก็รู้จักนั่นก็คือคณะสิงโตศิษย์หลวงพ่อดินแดง ซึ่งเป็นสิ่งที่สร้างความสนใจให้กับเด็กและเยาวชน ส่งผลให้มีสมาชิกสมัครเข้าชมรมอย่างต่อเนื่อง จากนั้นพวกผมได้เริ่มฝึกซ้อมการนำเสนอผลงาน ด้วยความที่สมาชิกทุกคนรวมถึงตัวของผมเองด้วยเป็นมือใหม่ก็ยังมีอุปสรรคในการทำงานหลายอย่าง เมื่อเวลาผ่านไปทำให้มีการฝึกซ้อมดีมากขึ้น ส่งผลให้สมาชิกในทีมมีพัฒนาการที่ดีขึ้น จนถึงวันที่ประกวดผลงานรอบระดับภูมิภาค ทีมของผมได้นำเสนอผลงานเป็นทีมแรกทำให้รู้สึกตื่นเต้นมากๆ แต่ด้วยการฝึกซ้อมที่ดี ทำให้การนำเสนอผลงานผ่านพ้นไปได้ด้วยดี หลังจากนั้นแรงกดดันและความตื่นเต้นก็กลับมาอีกครั้งกับการลุ้นการประกาศผลรางวัล เมื่อเวลามาถึงปรากฏว่าชมรมของผมได้รับรางวัลดีเด่นระดับที่ 2 ทำให้ผมรู้สึกโล่งอก ดีใจอย่างบอกไม่ถูกและได้ผ่านเข้าไปแข่งขันต่อในรอบระดับประเทศ จากการประกวดเสร็จพวกผมก็กลับมาพัฒนากิจกรรมและทำให้ชมรมของเราได้รับความไว้วางใจจากผู้ปกครองให้ลูกหลานสมัครเป็นส่วนหนึ่งในชมรมของพวกเรา ด้วยความเหน็ดเหนื่อย เครียด ท้อแท้และมีปัญหาอุปสรรคทำให้ตัวของผมเองถอดใจที่จะไม่ทำกิจกรรมต่อ แต่อย่างไรก็ตามสิ่งที่เราได้จากการทำกิจกรรมในโครงการก็ส่งผลดีต่อตัวของเราเองทั้งนั้น ผมกลับได้กำลังใจจากคณะครู พี่ๆ ที่สำนักงานเขต รวมถึงสมาชิกในทีม ผมกลับมามีแรงผลักดันที่จะร่วมพัฒนาชมรมของผมต่อไป เริ่มจัดการประชุมวางแผนการติดตามประเมินผลการดำเนินโครงการของคณะกรรมการรอบตรวจเยี่ยมชุมชน ก็ทำให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดีแต่ถึงอาจจะไม่มากนักแต่พวกเราทุกคนก็ทำเต็มที่ จึงได้คำแนะนำ ชี้แนะจากท่านคณะกรรมการหลายๆ ท่าน จึงนำคำแนะนำมาพัฒนาในส่วนต่างๆ ของชมรม เข้าสู่ช่วงแห่งการฝึกซ้อมการนำเสนอรอบระดับประเทศ ก็ยังคงพบเจอกับอุปสรรคต่างๆ โดยเฉพาะความกดดันของตัวเองที่คาดหวัง แต่เมื่อได้ฝึกซ้อมไปพร้อมๆ กันทำให้มีแรงผลักดัน มีกำลังใจในการมุ่งมั่นที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ เมื่อถึงวันที่เข้าร่วมการแข่งขัน ความตื่นเต้นและความเครียดกลับมาอีกครั้ง แต่ด้วยความตั้งใจของสมาชิกในทีมทุกคนก็ทำให้ผ่านไปได้ด้วยดีถึงแม้จะมีความผิดพลาดให้เห็นแต่ทุกคนก็ทำเต็มความสามารถของทุกคน ในรอบระดับประเทศก็มีการเก็บคะแนนในทุกๆ ช่วงทั้งการนำเสนอผลงาน การตรวจเยี่ยมบูท ซึ่งเป็นผลต่อคะแนนทั้งสิ้น ในวันแห่งความตื่นเต้นก็มาถึงอีกครั้งเมื่อทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี องค์ประธานโครงการ TO BE NUMBER ONE เสด็จมาถึงพิธี ซึ่งผมกับสมาชิกในทีมถึงกับประหลาดใจมากกับการรับเสด็จที่ฮือฮาเสียงดังด้วยความสดใส ได้เห็นพระองค์ท่านส่งมินิฮาร์ทให้แก่สมาชิก TO BE NUMBER ONE ของพระองค์ทุกคนเป็นภาพที่น่ารักตั้งแต่ที่ผมเองได้พบเจอได้ก็ว่าเลย เมื่อถึงช่วงเวลาที่จะประกาศผลทีมผมทั้งลุ้นและเกร็งในขณะเดียวกัน

ในที่สุดผลก็ปรากฏขึ้นทีมของของพวกผมได้รับรางวัลรองชนะเลิศระดับประเทศ ประเภท ดีเด่น ประจำปี 2562 ซึ่งแรงกดดันที่แบกเอาไว้กลับหายไปภายในพริบตา จนกลับกลายเป็นความภาคภูมิใจ ความดีใจจนบอกไม่ถูก ซึ่งความสำเร็จที่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้นจากความพยายามของตัวเองและสมาชิกในทีม ซึ่งโครงการ TO BE NUMBER ONE ทำให้ตัวผมมั่นใจที่จะบอกว่าผมเองนั้นเป็นคนที่คิดดีทำดีและเป็นคนดีของสังคมได้ เพราะมากกว่ารางวัลที่ผมได้รับมาก็คือประสบการณ์ที่ได้เป็นผู้เสียสละ อดทน เพื่อพัฒนาตนเองและเยาวชนในชุมชนให้ห่างไกลจากยาเสพติด เพื่อสร้างให้สังคมไทยมีเยาวชนที่เก่งและดีออกสู่สังคมภายนอก เพื่อเป็นกระบอกเสียงอันเล็กๆ ที่สร้างคุณค่าอันยิ่งใหญ่และพัฒนาสิ่งต่างๆ ในตัวของผมเองมากขึ้น หลังจากการประกวดจบสิ้นลง ผมได้เป็นตัวแทนของชมรมได้เข้าร่วมค่ายพัฒนาศักยภาพแกนนำสมาชิก TO BE NUMBER ONE สู่อำเภอหนึ่งรุ่นที่ 23 ซึ่งตัวของผมเองก็เป็นคนที่ไม่ค่อยได้เข้าหาใครก่อน แต่เมื่อได้เจอเพื่อนๆ สมาชิก TO BE NUMBER ONE ทั่วประเทศ กลับกลายเป็นสิ่งที่น่าจดจำอีกอย่างหนึ่งกับเรื่องดีๆ ที่ทางโครงการมอบให้เพราะการมาค่ายครั้งนี้ผมได้พัฒนาตัวเองให้เก่งขึ้นได้หลายด้านด้วยกิจกรรมต่างๆ ที่ทางค่ายได้จัดขึ้นแถมยังได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานกับเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ทั้งจากชุมชน สถานศึกษาและสถานพินิจ ซึ่งทุกคนมีรอยยิ้มและสีหน้าที่สดใสเต็มใจและพร้อมให้คำปรึกษาซึ่งกันและกัน ในระยะเวลา 5 วันนั้นเป็นความทรงจำที่ตีเยี่ยมจริงๆ ครับ ความภูมิใจอีกหนึ่งอย่างที่คนส่วนน้อยจะได้ทำก็คือผมได้แสดงความสามารถต่อหน้าพระพักตร์ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีและภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง เมื่อถึงเวลาต้องจากลาจากค่ายกลับกลายเป็นช่วงเวลาที่ผ่านมาผ่านไปค่อนข้างเร็วแต่ความทรงจำดีๆ ที่ได้กลับไม่เคยจางหายไปรวมถึงมิตรภาพจากสมาชิกทุกๆ คนในค่าย ผมได้นำกิจกรรมต่างๆ ที่ได้ทำในค่ายมาพัฒนาและต่อยอดบูรณาการเข้าร่วมกับชมรมของผมเอง ด้วยภาระงานที่ตัวของผมเองต้องรับผิดชอบทำให้ผมไม่ค่อยได้ทำกิจกรรมกับทางชมรมมากนัก เมื่อถึงเวลาในการประกวดอีกครั้งซึ่งภายในชมรมของผมมีการเปลี่ยนตำแหน่งตามความเหมาะสม ซึ่งผมเองก็ยังได้รับความไว้วางใจในการรับหน้าที่เป็นประธานชมรมเช่นเดิม แต่ด้วยสถานการณ์ในปัจจุบันมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ทำให้พวกผมมีเวลาในการฝึกซ้อมน้อยลงเวลามาซ้อมก็ไม่ครบทีมผมเองเกิดความเครียดกังวลใจเป็นอย่างมากด้วยมาตรฐานในปีที่ผ่านมาทำให้แรงกดดันนั้นเพิ่มมากขึ้น จนทำให้ผมสติแตกเกิดอารมณ์โมโหซึ่งตัวของผมเองก็ไม่เคยมีอาการเช่นนี้มาก่อน ผมจึงพูดคุยกับสมาชิกในทีมด้วยเหตุผล หลังจากที่ผมเองได้อธิบายความต้องการสิ่งที่เกิดขึ้นผมเห็นสมาชิกในทีมมีแรงผลักดันพัฒนาดตนเองขึ้นมา

ทันทีทำให้ผมนั้นจากที่ไม่มีอาการยิ้มแย้มเหมือนเมื่อก่อนเริ่มกลับมามีอาการที่ค่อนข้างดีขึ้น เมื่อถึงการแข่งขันอีกครั้งกรรมการทุกท่านกลับจำพวกเราได้ทุกคนและต่างสอบถามถึงคณะสิ่งโตของทางชมรมพวกเราและด้วยความเคยผ่านประสบการณ์มาแล้วทำให้ความตื่นเต้นลดน้อยลงแต่อย่างไรก็ตามก็ยังคงมีความผิดพลาดเกิดขึ้นแต่ทุกคนก็ทำเต็มที่ ผมยอมรับเลยครับปีนี้ในวันที่ประกาศผลเป็นวันที่ความกดดันหลายๆ อย่างรวมกันซึ่งมันกดดันจนตัวของผมเองกลืนน้ำตาไว้ไม่อยู่ทุกคนกลับตกใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวของผมเองว่าเกิดอะไรขึ้นแต่พี่ๆ ทุกๆ คนก็ต่างพูดกันว่าเมื่อผลมันออกมาอย่างไรก็ตามแต่ถ้าทุกคนทำเต็มที่พี่ก็พอใจกับสิ่งที่พวกเราทำแล้ว เมื่อเข้าสู่พิธีการประกาศผลสิ่งที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้น ทีมของผมได้รับรางวัลอีกแล้วครับได้รับรางวัลดีเด่นระดับที่ 2 ประจำปี 2563 ความกดดันหายไปทันที มีที่ไปที่มาที่ยิ้มอย่างสดใสเมื่อผมกลับมาถึงสำนักงานเขตสมาชิกทุกคนทราบที่ได้รับรางวัลทุกคนวิ่งเข้ามาโหมกอดตัวของผมเอง ความดีใจของทุกคนกลับกลายเป็นน้ำตาแต่เป็นน้ำตาแห่งความสำเร็จของพวกเรา ผมรู้สึกเหมือนโครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นสร้างครอบครัวให้กับตัวของผมเองอีกหนึ่งครอบครัว นี่แหละครับเส้นทางการเป็นส่วนหนึ่งในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของผมถึงแม้ว่าจุดเริ่มต้นอาจจะงงๆ เมื่อได้ก้าวเข้ามาเป็นสิ่งที่ดีมากเลยทีเดียว นี่แหละครับโครงการดีๆ ที่สร้างคนเก่งสู่คนดีที่มีชื่อโครงการว่า TO BE NUMBER ONE โครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นมอบสิ่งดีๆ ให้กับสมาชิกทุกคน ซึ่งเป็นโครงการที่ให้มากกว่าคำว่าพัฒนา แต่เป็นโครงการที่เป็นเหมือนครอบครัว บ้าน ศูนย์รวมจิตใจ ที่คอยช่วยเหลือสังคมให้สามารถมีเยาวชนที่เก่งและดี ออกสู่สังคมและร่วมเป็นกระบอกเสียงในการรณรงค์ด้านภัยยาเสพติด สุดท้ายนี้ก็อยากให้พระองค์ท่านเป็นมิ่งขวัญกำลังใจให้กับสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่จะคอยนำคำสอนของพระองค์มาพัฒนา เป็นแรงผลักดันที่จะก้าวไปสู่การพัฒนาที่ดียิ่งขึ้น และดำเนินกิจกรรมที่ดีแบบนี้ต่อไป

ความทรงจำสิบแปดปีไม่จางหาย ร่วมขยายเครือข่ายอย่างสร้างสรรค์
สร้างคนเก่งสร้างคนดีสร้างผู้นำ ร่วมสร้างสรรค์สังคมไทยให้ยั่งยืน

ผู้เขียน
นายอัศรพล อนุพันธ์
โรงเรียนสาริตมหาวิทยาลัยราชภัฏ
จังหวัดปทุมธานี

ทูปี้เต๋น ทูปี้ดั่ง ที่ไหนใครรู้บ้าง (ชัยภูมิภัคดีชุมพล) ทูปี้สร้างเขาวงกตและตืออยู่ ที่ไหน (ชัยภูมิภัคดีชุมพล) ศูนย์เพื่อนใจแหล่งรวมความสุข อยู่ไหนใด (ชัยภูมิภัคดีชุมพล) ทูปี้เข้มแข็งพัฒนาเขาวงกตไทย ต้องชัยภูมิภัคดีชุมพล ข้อความที่ยกมาข้างต้น เป็นบทเปิดตัวน่องๆ ที่มนำเสนอชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภัคดีชุมพล จังหวัดชัยภูมิ ที่ใช้เปิดตัวในการนำเสนอผลการดำเนินงานของชมรมฯ ต่อท่านคณะกรรมการตัดสินการประกวดผลงานโครงการ TO BE NUMBER ONE ในสถานศึกษาทั้งในระดับภาคและระดับประเทศเป็นเวลา 3 ปีแล้ว ซึ่งกระผมได้กลิ่นกรองถ้อยคำเหล่านี้ ออกมาจากสิ่งที่เห็นเป็นเชิงประจักษ์ว่า ชมรม TO BE NUMBER ONE ของที่นี่ได้สร้างและพัฒนาเขาวงกตให้เป็นคนที่เก่งและดีตามคำขวัญของโครงการฯ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เขียนออกมาเกิดจากความรู้สึกรักและประสบการณ์ในการเป็นสมาชิกของชมรมตั้งแต่สมัยเป็นนักเรียน จนเรียนจบมหาวิทยาลัย รวมระยะเวลาที่อยู่ในชมรมนี้ทั้งการเป็นสมาชิก เป็นกรรมการ และเป็นวิทยากรของชมรม รวมระยะเวลา 10 ปี มาดูกันว่าระยะเวลาขนาดนี้กระผมมีเรื่องเล่าอะไรดีๆ ที่จะเล่าสู่กันฟังบ้างกระผมชื่อ นายอัศรพล อนุพันธ์ ชื่อเล่น ดิว เป็นสมาชิกประเภทสมทบชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภัคดีชุมพล กระผมได้เรียนระดับมัธยมในศึกษาสถาบันแห่งนี้จนจบระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มันเป็นจุดเริ่มต้นของความผูกพันที่กระผมมีต่อโครงการ TO BE NUMBER ONE ไม่ว่าจะ เป็นพี่น้อง ผองเพื่อน ครูที่ปรึกษาชมรม เจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการ และเครือข่ายชมรม TO BE NUMBER ONE จากทั่วประเทศ หลังจากเรียนจบระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายกระผมตัดสินใจเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาในสาขาวิชา คณิตศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ เกือบทุกวันหลังจากเลิกเรียนที่มหาวิทยาลัยแล้ว กระผมต้องแวะศูนย์เพื่อนใจฯ เพื่อพบปะน่องๆ คณะทำงาน เป็นกำลังใจให้กันและเป็นที่ปรึกษาเวลาน่องๆ ต้องการความช่วยเหลือ ความผูกพันกับศูนย์เพื่อนใจแห่งนี้เป็นส่วนหนึ่งให้กระผมตัดสินใจขอฝึกประสบการณ์วิชาชีพรหัสหรือฝึกสอนในโรงเรียนชัยภูมิภัคดีชุมพล เป็นระยะเวลา 1 ปีการศึกษา เพราะเห็นว่าประสบการณ์การทำงานในโครงการ TO BE NUMBER ONE ของกระผมจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาน่องๆ

ในชมรม มีส่วนจุดประกายความฝันให้พวกเขากล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออกอย่างสร้างสรรค์และห่างไกลยาเสพติด ร่วมกับครูที่ปรึกษาของชมรมฯ และเหนือสิ่งอื่นใดที่มีความมุ่งมั่นที่จะทำให้ได้คือการได้มีโอกาสนำเสนอผลการดำเนินงาน TO BE NUMBER ONE สู່สายตาของท่านคณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้อง อย่างภาคภูมิใจว่าชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภักดีชุมพล ได้น้อมนำพระปณิธานในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ผู้เป็น IDOL ของกระผมมาปฏิบัติและเกิดผลสำเร็จอย่างมากมายขึ้นในชมรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมอบโอกาสให้น้องๆ ที่หลงผิดได้มีที่ยืนในสังคมอย่างสง่างาม โดยเอาบทเรียนที่ผิดพลาดของเขาเหล่านั้นมาเป็นข้อคิดให้สมาชิกที่หลงผิดจากรุ่นสู่รุ่น โดยที่เขาเหล่านั้นได้รับการยอมรับจากเพื่อนในโรงเรียน มีโอกาสเข้าศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัยและกลับมาถ่ายทอดประสบการณ์ในวันที่แยๆ แต่ได้รับโอกาสจากสังคมตามโครงการใครติดยายกมือขึ้น โดยในปัจจุบันมีพี่ๆ ที่จบการศึกษา ได้ทำงานที่มั่นคง กลับมาในวันพืชมน้องมากขึ้นทุกปีๆ ผมจำได้ว่าสมัยผมเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ขณะนั้นที่บ้านมีสถานะทางการเงินไม่ดีนักกระผมจึงทำทุกอย่างเพื่อให้มีรายได้ ไม่ว่าจะเป็นการขายของ รับจ้างทำรายงานให้เพื่อนและอื่นๆ ขอให้ได้เงินและเป็นอาชีพที่สุจริต กระผมจะทำทุกอย่าง จนวันหนึ่ง ศูนย์เพื่อนใจฯ ติดบอร์ดประชาสัมพันธ์ให้นักเรียนที่สนใจสมัครเรียนการทำบายศรีมันเป็นการเปิดช่องทางการหารายได้อีกทางหนึ่งจึงไปสมัครเรียนเพราะงานนี้ครูบอกว่าฟรีทุกรายการ ก้าวแรกที่เข้าไปในศูนย์เพื่อนใจฯ รู้สึกตื่นตาตื่นใจมากเพราะเห็นกระจกบานใหญ่ๆ เต็มห้อง นั่งเรียนไปแอบมองตัวเองไปจนรู้สึกขำตัวเอง จากวันนั้นมาก็รู้สึกว่าร่อกว้างศูนย์เพื่อนใจฯ เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ต้องแวะทุกวันเพื่อไปแอบดูว่าวันนี้เขาทำอะไรกัน จากเด็กที่ไม่เคยทำกิจกรรมอะไรในโรงเรียนเลยกลายเป็นเด็กกิจกรรมทำเป็นทุกอย่าง ไม่เคยคิดว่าชีวิตนี้จะกล้าพูดต่อหน้าคน 3,000 คน แล้วทุกคนเจียบฟังอย่างสนใจ ไม่เคยคิดว่าจะได้ร่วมกับเพื่อนๆ ขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมหลักในระดับชั้น ม.ปลาย ก็ได้ทำ โครงการ TO BE NUMBER ONE เปิดโอกาสทำให้กระผมได้ค้นพบว่าตัวเองมีความสามารถอะไรบ้าง เช่นเดียวกับเพื่อนๆ อีกจำนวนมากในโรงเรียนที่ได้รับโอกาสและค้นพบตัวเองและปี 2554 ผมได้มีโอกาสเข้ารับเสด็จทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ในการเปิดศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภักดีชุมพล อีกทั้งในปี 2558 ชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภักดีชุมพล ได้ส่งสมาชิกเข้าร่วมการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERSIE THAILAND CHAMPIONSHIP 2014 มันเป็นโจทย์ที่ท้าทายความสามารถของกระผมกับครูที่ปรึกษาชมรมฯ เป็นอย่างมาก เพราะไม่เคยส่ง

กิจกรรมนี้เข้าร่วมการประกวดเลย เราไม่มีความรู้และเรามีนักเรียนที่สนใจ ครูที่ปรึกษาชมรมบอกกระผมว่า ถ้าสนใจครูพร้อมสนับสนุนเต็มที่เธอมีหน้าที่เป็นผู้ควบคุมและฝึกซ้อม ส่วนครูจะประสานงานผู้ปกครองและทางงบประมาณ ผมเริ่มมองหาน้องๆ ที่มีความสามารถด้านการเต้น ได้ครบจำนวน 20 คน แต่ปัญหาที่พบคือน้องๆ เหล่านี้เป็นเด็กที่มีความสนใจและมีความสามารถด้านการเต้นแต่ไม่ชอบเรียนหนังสือ เราจะทำอย่างไรให้น้องๆ ได้แสดงศักยภาพและหันมาเรียนหนังสือเพื่อเป็นตัวอย่างให้กับเพื่อนๆ คนอื่นได้ ปัญหาต่อมาคือ ผู้ฝึกสอนที่มากประสบการณ์จะหาได้จากที่ไหน จนในที่สุดได้รู้จักพี่ศิษย์เก่าแนะนำ พี่ชิน พี่ฟิงทิม HOPBITS จากจังหวัดขอนแก่น มาเป็นผู้ฝึกสอน ในวันนั้นเองก็ได้รู้จักเพื่อนเปา กับเพื่อนแชมป์ จากจังหวัดนครพนม มาเป็นผู้ช่วยผู้ฝึกสอน ปัจจุบันนี้น้องทั้งสองเป็นวิทยากรสำคัญในการขับเคลื่อนโครงการ TO BE NUMBER ONE ของจังหวัดนครพนม และยังเป็นเครือข่ายที่ดีมาจวบจนทุกวันนี้ ส่วนทีม We Style ของเราก็ฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ นานา มีทั้งรอยยิ้มและน้ำตาได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 การประกวด TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERSIE THAILAND CHAMPIONSHIP 2014 ระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จนผ่านเข้าแข่งขันในระดับประเทศ ที่ห้างเดอะมอลล์ บางกะปิ การแข่งขันรอบนี้แม้จะไม่ได้รางวัลระดับประเทศมาครอง แต่กระผมได้รางวัลเป็นกัลยาณมิตรเครือข่าย TO BE NUMBER ONE ที่ยังมีสายสัมพันธ์อันแน่นแฟ้นมาจนตราบนานแสนนาน ในปี 2557ชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภักดีชุมพล เป็นปีแรกที่ชมรมของเรา ส่งสมาชิกเข้าร่วมการประกวด TO BE NUMBER ONE IDOL 5 ผ่านการคัดเลือกเป็นตัวแทนระดับภาคเข้าประกวดระดับประเทศเป็นปีแรก ในปีนั้นมีน้องๆ มาสมัครและมีคุณสมบัติครบถ้วนหลายคน และคัดเลือกให้นายภักดีภูมิ จิตพิสุทธิ์ศิริ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เข้าร่วมการประกวด ปัญหาที่พบน้องยังขาดทักษะและพื้นฐานของการเข้าร่วมการประกวด ในวันที่ตัดสินใจส่งน้องเข้าร่วมการประกวดเราถกกันว่า เป็นน้ำครึ่งแก้วพร้อมที่จะเต็มเต็มรีไปล่า ถ้าน้องพร้อมเราทุกคนก็พร้อมยังจำได้เสมอว่าครูที่ปรึกษาชมรมท่านสอนว่าเราจะการทำงานโดยลำพังไม่ได้ เราทำงานกันเป็นทีมมีการแบ่งหน้าที่การทำงานกันอย่างชัดเจน มีการประชุมวางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบและเป็นขั้นตอน โดยเริ่มจากครูเป็นผู้สอนบุคลิกภาพ ออกแบบการแต่งกาย กระผมมีหน้าที่ประสานงานที่สอนเต้น ขอความอนุเคราะห์พี่แทนเป็นผู้สอนร้องเพลง มีการวางแผนและออกแบบการประกวดจนลงตัว วันประกวดรอบภาคชนะเลิศรอบชิงผลการประกวดทุกคนที่ไปเชียร์ในวันนั้น ยังจำได้ว่า การประกาศผู้ผ่านการคัดเลือกคนสุดท้าย หมายเลข TI 35 นายภักดีภูมิ จิตพิสุทธิ์ศิริ เสียงกรี๊ดลั่น HALL น้ำตาไหลด้วยความตื่นเต้นความเหน็ดเหนื่อย

จากการทำงานหายเป็นปลิดทิ้งทันทีที่ได้ยินเสียงประกาศ แต่งานหนักมากกว่าก็เริ่มขึ้น หลังจากส่งน้องเข้าบ้านและเราก็เริ่มวางแผนในการหาคนไปให้กำลังใจในการประกวดที่ห้างสรรพสินค้าเจเจมอลล์ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร และลุ้นทุกสัปดาห์ว่าน้องจะผ่านเข้ารอบในสัปดาห์ถัดไปหรือไม่ ทุกสัปดาห์จะมีการทำป้ายไฟเพิ่มขึ้นโดยการนั่งรถเมล์ไปซื้อหลอดไฟไฟแอลอีดีที่ตลาดคลองถมและเอามานั่งต่อวงจรโดยเรียนรู้จากยูทูปครูผู้เป็นที่พึ่งของเราในยามคับขันและทุน้อย เคยถามครูว่า ครูเอาเงินที่ไหนมาซื้อของทำป้ายไฟเชียร์น้องครับ คำตอบที่ได้มามันเป็นสโลแกนประจำผมเลยเพราะครูตอบแบบฮาๆ ว่า เสียเงินไม่ว่าเสียหน้าไม่ยอม และที่สุดในปีนั้นชมรมของเราประสบผลสำเร็จเพราะน้องได้รับรางวัลชนะเลิศฝ่ายชายระดับประเทศ มันเป็นรางวัลที่คนเบื้องหลังอย่างผมภาคภูมิใจพร้อมๆ กับประสบการณ์การทำงานและกัลยาณมิตรเครือข่าย TO BE NUMBER ONE จากต่างๆ จังหวัดที่เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เพราะรู้จักและคุ้นเคยกันจากการไปเชียร์ IDOL สำหรับผมแล้วแม้จะไม่ใช้คนที่ถูกประกาศชื่อขึ้นรับรางวัล แต่การนั่งมองสิ่งที่เรามีส่วนสร้างขึ้นและประสบผลสำเร็จก็มีความสุขที่สุดแล้ว อีกหนึ่งเรื่องเล่าที่อยากเล่าให้ทุกคนฟังคือในปี 2559 คณะกรรมการชมรมฯ ได้ประชุมกันเพื่อหารือว่าในงานวันสถาปนาครบรอบ 117 ปี ของโรงเรียนปีนี้จะจัดกิจกรรมอะไร มีรุ่นน้องคนหนึ่งเป็นเสนอว่าอยากจัดการประกวดสาวประเภทสอง เพราะเห็นว่าคนกลุ่มนี้เป็นคนที่มีความสามารถแต่คนไม่ค่อยยอมรับอยากจะมีเวทีให้เขาเหล่านั้นได้แสดงออกบ้างเพื่อเขาจะได้มีจุดยืนที่สง่างามในสังคม คณะทำงานออกแบบการประกวด หาแหล่งเงินทุน หาผู้สนับสนุนรางวัลและเชิญคณะกรรมการที่เป็นพี่ๆ ศิษย์เก่า ซึ่งเป็นสมาชิกประเภทสมทบของเรามาเป็นกรรมการตัดสิน สิ่งที่เรากังวลใจเป็นอย่างมากคือเสียงสะท้อนจากครูและคนในสังคมที่ไม่เข้าใจพร้อมใช้คำพูดถามและการวิพากษ์วิจารณ์เพื่อบั่นทอนความรู้สึกของนักเรียนได้ตลอดเวลา เรานำปัญหานี้ไปปรึกษาครูประสานพันธ์ พลทะยาน ครูที่ปรึกษาชมรมฯ ของเราท่านให้คำแนะนำว่า คนเราทุกคนเกิดมามีความแตกต่างระหว่างบุคคล มีสิทธิและเสรีภาพในการแสดงออกที่เหมาะสมและสร้างสรรค์เท่าเทียมกัน นักเรียนที่เก่งด้านวิชาการ เก่งด้านความสามารถพิเศษ มีครูคอยสนับสนุนนักเรียนกลุ่มนี้อยู่แล้ว หากชมรม TO BE NUMBER ONE ของเราจะเป็เวทีส่งเสริมความสามารถของนักเรียนเพศทางเลือกถือว่าเป็นเรื่องที่ดี หากมีปัญหาครูยินดีจะเป็นผู้ตอบปัญหาเหล่านั้นเอง เราจึงตัดสินใจจัดการประกวดโดยมีนักเรียนเพศทางเลือกเข้าร่วมการประกวด จำนวน 40 คน งบประมาณ สายสะพายพร้อมถ้วยรางวัล ได้จากการสนับสนุนของสมาชิกสมทบชมรมฯ ทั้งสิ้น ผลสำเร็จของการจัดการประกวดมีผู้เข้าชมคลิปกจากยูทูปจำนวน 3,000,000 วิว การจัดการประกวดยังเป็น

แรงผลักดันให้ นายทศพร หมิ่นน้อย เข้าร่วมการประกวดสาวประเภทสองเวทีต่างๆ ทั้งในระดับจังหวัดและระดับประเทศ และยังเป็นอีกหนึ่งตัวอย่างดีๆ ที่เป็นแบบอย่างให้น้องๆ เพศทางเลือกกล้าที่จะเดินตามความฝันของตัวเองตลอดระยะเวลา 10 ปี ที่กระผมได้ทุ่มเทร่างกาย แรงใจการทำงาน ทั้งในบทบาทของการเป็น ประธานชมรมฯ ผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจไปจนถึงการเป็นวิทยากรประจำศูนย์ฯ กระผมได้เก็บเกี่ยวประสบการณ์การทำงาน มุ่งมั่นตั้งแต่สมัยเรียนมัธยมว่าสักวันหนึ่งชมรม TO BE NUMBER ONE โรงเรียนชัยภูมิภักดีชุมพล จะพัฒนาสู่เป้าหมายผ่านการคัดเลือกระดับดีเด่นระดับประเทศ ถึงวันนี้ชมรมฯ ผ่านการคัดเลือกระดับภาคเข้าร่วมการประกวดระดับประเทศติดต่อกัน 3 ปีแล้ว ถึงแม้ยังไม่ประสบผลสำเร็จในระดับประเทศผมก็มีความภาคภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาชมรมให้ยั่งยืน กระผมยินดีเป็นอย่างมากที่ในช่วงระยะเวลาหนึ่งได้เข้าไปทำหน้าที่ผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE สาขา Seacon Square ณ วันที่ 1 เมษายน 2562 - วันที่ 30 มิถุนายน 2562 แม้จะเป็นระยะเวลาเพียง 3 เดือนก็ตาม ปัจจุบันกระผมเป็นครูสอนอยู่ที่โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ ฝ่ายประถม วันนี้กระผมได้เป็นครูเต็มตัวนอกจากความรู้ที่ใช้สอนเด็กแล้วเมล์ดพันธุ์ TO BE NUMBER ONE ที่อยู่ในตัวผมกำลังกลายเป็นต้นกล้าที่กำลังเจริญงอกงามพร้อมที่จะสอนให้เด็กนักเรียนรู้ว่าการเป็นหนึ่งโดยไม่พึ่งยาเสพติด คือ ทุกคนเป็นที่หนึ่งได้ เพราะทุกคนต่างมีดีอยู่ในตัวเอง หากค้นพบสิ่งที่ตัวเองชื่นชอบ สนใจและมีความถนัดสามารถฝึกฝนและทำงานเป็นผลสำเร็จได้ ทำแล้วมีความสุข มีความเชื่อมั่นและมีความภาคภูมิใจ กระผมจะบ่มเพาะให้นักเรียนที่ผมสอนเป็นเมล์ดพันธุ์ TO BE NUMBER ONE เหมือนอย่างผมเป็นคนดีที่มีคุณภาพยอมรับและให้โอกาสผู้ที่เคยผิดพลาดได้มีโอกาสกลับตัวมีที่ยืนในสังคม “ไม่มีอะไรไกลเกินฝัน ขอเพียงฝ่าฟันด้วยจิตใจ มุ่งหน้าเดินก้าวไป มีเพื่อนมากมาย เป็นแรงใจให้กันไม่มีอะไรไกลเกินหวัง เริ่มกันอีกครั้งอย่าหวั่นไหว ให้ได้ดังตั้งใจ เพื่อให้ใครๆ ได้เห็นว่าเราเป็นคนดี”

ผู้เขียน
เด็กหญิงชนกนาก นารถแนว
โรงเรียนบ้านก้านเหลือง
จังหวัดศรีสะเกษ

โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี โครงการนี้ทำให้ความรู้ต่างๆ เกี่ยวกับยาเสพติดและการเลิกเสพยาให้หายขาด เมื่อมีสมาชิกเพิ่มมากขึ้น จึงทำให้โครงการนี้ประสบความสำเร็จสามารถลดปัญหายาเสพติดได้บ้าง ในปัจจุบันปัญหายาเสพติดในประเทศไทย เป็นระดับชาติที่รัฐบาลถือเป็นนโยบายที่จะต้องดำเนินการอย่างจริงจัง เพราะยาเสพติดได้แพร่ระบาดทั่วทุกพื้นที่ของประเทศและได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นไปทุกขณะ จึงส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งด้านการเมือง และความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ “ยาบ้า ยาขยัน ยาม้าหรือเมทแอมเฟตามีน” เป็นยาเสพติดที่ได้จากการสังเคราะห์เมื่อเสพเข้าไปแล้ว จะกระตุ้นกระแงมีกำลังวังชา ไม่่วงนอน มีแรงทำกิจกรรมต่างๆ เหมือนยาโด๊ปมีฤทธิ์กระตุ้นประสาท หรือทำให้ประสาทหลอน ในปัจจุบันยาบ้าได้แพร่ระบาดไปทั่วตั้งแต่ระดับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคม และประเทศ จากการสำรวจพบว่ามีเยาวชนจำนวนมาก ที่หลงเข้าสู่กระแสวงจรของยาเสพติดและยาบ้า ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ได้ทรงเล็งเห็นปัญหาของชาติ คือปัญหายาเสพติดและทรงมีความห่วงใยต่อประชาชนชาวไทยของพระองค์เป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15 - 18 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง จึงทรงรับเป็นองค์ประธานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด หรือที่รู้จักกันในชื่อว่า “โครงการ TO BE NUMBER ONE” เพื่อให้การรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพโดยมีความร่วมมือร่วมพลังกันทั้งภาครัฐและภาคเอกชน เพื่อกระตุ้นและปลูกจิตสำนึกของปวงชนชาวไทยให้มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องยาเสพติด ซึ่งไม่ใช่หน้าที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนในชาติที่จะต้องร่วมแรงร่วมใจกันเป็นพลังของแผ่นดิน เพื่อที่จะต่อสู้ตระหนักถึงชัยชนะปัญหายาเสพติดในสังคมไทยให้ได้โดยเร็วที่สุด เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของลูกหลานรุ่นต่อไป โครงการ TO BE NUMBER ONE ได้มีวิธีการดำเนินงานได้แก่ รณรงค์เพื่อปลูกจิตสำนึกและสร้างกระแสนิยมที่เอื้อต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด มีการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจในเด็กและเยาวชนไทยทุกคนไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด รวมทั้งการพัฒนาทักษะของชีวิตและเครือข่ายป้องกันและช่วยเหลือให้มีประสิทธิภาพ

เพิ่มขึ้นและยังมีโครงการ “ใครติดยาคุมมือขึ้น” อีกด้วย โครงการนี้เป็นโครงการที่จัดขึ้นเพื่อคนที่ติดยาเสพติดที่จะสมัครใจเข้ารับการรักษาตัว ได้เข้ารับบริการบำบัดรักษาในสถานที่บริการต่างๆ เช่นโรงพยาบาลในสังกัดกระทรวงสาธารณสุขทุกแห่งในประเทศ เพื่อให้หายขาดจากยาเสพติดและเลิกจากการเสพยาอย่างถาวร โครงการ TO BE NUMBER ONE ในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี เยาวชนมีการเรียนรู้และเติบโตเป็นไปทางที่ดีมีการเรียนรู้หลักความคิดที่ดีปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไม่พึ่งประสงค์ไปในทางที่ดีขึ้น และมีความสัมพันธ์ในครอบครัวแน่นแฟ้นขึ้น เนื่องจากครอบครัวเป็นสถาบันการเรียนรู้แห่งแรกของทุกคน ทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี ทรงเป็นองค์ประธานโครงการนี้ พระองค์ทรงอุทิศเวลาส่วนพระองค์และทุ่มเทพระวรกายเพื่อทรงงาน โครงการ TO BE NUMBER ONE ด้วยพระองค์เองและด้วยความวิริยะอุตสาหะ มาเป็นระยะเวลาตลอด รวมทั้งเพื่อให้เหล่าสมาชิกและเครือข่ายทั่วประเทศได้ร่วมภาคภูมิใจในความสำเร็จของ โครงการ TO BE NUMBER ONE ที่เป็นโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขยาเสพติด สำหรับข้าพเจ้าคิดว่าโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่ดีมากมีประโยชน์ทั้งต่อตัวข้าพเจ้าเอง และต่อประเทศชาติ เนื่องจากเป็นโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโทษของยาเสพติด และข้าพเจ้าคิดว่ากว่าจะได้มาเป็นโครงการ TO BE NUMBER ONE นั้นต้องผ่านปัญหามากมาย อย่างเช่น ประเทศไทยในอดีตนั้นบรรพบุรุษได้อาเลียดเนื้อเอาชีวิตและความยากลำบากยากเข็ญเข้าแลกได้ เพื่อมอบให้เป็นมรดกอันล้ำค่าแก่ลูกหลานชาวไทย จนถึงกระทั่งวันนี้บ้านเมืองของเราเคยมีทรัพยากรมหาศาล ในนามีปลาในนามีข้าวมีแร่ธาตุมีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ ทรัพยากรเหล่านี้ได้ถูกทำลายไปหมดแล้วและกำลังถูกทำลายไปเรื่อยๆ โดยเฉพาะทรัพยากรอันมีค่ายิ่งของชาติ คือ เด็กและเยาวชนของเรากำลังถูกทำลายอย่างย่อยยับด้วยพิษของยาเสพติด จากอิทธิพลคนเห็นแก่ตัวไม่รักชาติไม่กตัญญูต่อแผ่นดิน บุคคลเหล่านี้กอบโกยหาผลประโยชน์ของความทุกข์ยากของประชาชนทำให้มีปัญหาทางด้านสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจสังคม และความมั่นคงของชาติ เพราะว่ายาเสพติดที่แพร่ระบาดไปสู่ประชาชนทุกเพศทุกวัย รวมไปถึงนักเรียนนักศึกษาทั้งเพศและชายกันทั่วไป ที่น่าตกใจและน่าเป็นห่วงอย่างยิ่งด้วยการปลุกจิตสำนึกให้เด็กและเยาวชนของเราเติบโตขึ้นด้วยความรู้สึที่ว่าเราคนไทยทุกคนเป็นเจ้าของแผ่นดินด้วยกันทุกคนจะต้องช่วยกันระวังรักษาแผ่นดินไว้ อย่าให้คนที่ไม่กตัญญูต่อชาติ ต่อแผ่นดินมาทำลายได้ ต้องประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต่อชาติบ้านเมือง ด้วยการเป็นพลเมืองดี มีคุณธรรม มีคุณภาพ จริยธรรม และมีคุณค่าของสังคม หลีกเลียงสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายเช่นไม่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดและไม่เป็นปัญหาทางสังคม เป็นต้น ไม่ฉ้อราษฎร์บังหลวงโดยเด็ดขาด กำจัดผู้มีอิทธิพลในท้องถิ่นและในระดับชาติให้หมดสิ้นไปจากผืนแผ่นดินของไทย และในอดีตได้สอนไว้ว่าคุณภาพของคน จริยธรรมของคน มีความสำคัญอย่างยิ่งในการ

พัฒนาประเทศ แต่บ้านเมืองของเราในทุกวันนี้คนดีได้ลดน้อยลงไปทุกที การทำตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีมีคุณค่ายิ่ง เป็นพลังสร้างสรรค์ความมั่นคงและความเจริญของชาติ จึงเป็นหน้าที่ของพวกเราทุกคนที่จะต้องร่วมมือกัน และทุกคนก็คืออนาคตของชาติ ซึ่งจะต้องพัฒนาความรู้ คุณธรรม จริยธรรม ภูมิคุ้มกันภัยที่ดีที่สุดสำหรับ เยาวชนและครอบครัว ถึงแม้จะเป็นสังคมที่เล็กที่สุด แต่มีผลต่อการสร้างคนมากที่สุด สถานที่ที่มีความสำคัญแก่เด็กและเยาวชนทุกคน ได้แก่ บ้าน วัด โรงเรียน บ้านเป็นสังคมที่มีขนาดเล็กที่สุด แต่มีความสำคัญมากที่สุด เพราะครอบครัวเต็มไปด้วยความอบอุ่นของความรัก ความเมตตา ปรารถนาดี สามัคคี ประองตอง เอื้ออาทรต่อกัน ย่อมอำนวยความสุขให้คนในครอบครัวนั้น ในทางตรงกันข้ามครอบครัวใดที่ไม่เป็นปกติสุข เช่น พ่อแม่ทะเลาะวิวาท หรือแยกทางกัน แล้วเดินทางด้วยปัญหาสารพัดอย่างที่ไม่มีทางลงรอยกันได้ ซึ่งทำให้ครอบครัวแตกแยก และอาจนำไปสู่การพึ่งพายาเสพติดได้ วัดเป็นสถานที่ที่มีความสำคัญในการช่วยอบรมจิตใจ ผู้ใหญ่ เด็ก และเยาวชนทุกคนให้เป็นคนดี มีศีลธรรม เคารพต่อกฎหมายบ้านเมือง แต่ปัจจุบันก็แทบจะหมดความหมาย เพราะคนสมัยใหม่หลงไหลและเพลิดเพลินต่อวัตถุนิยม มักจะละทิ้งคำสอนของศาสนา ขาดที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ทำให้ง่ายต่อการกระทำความผิดมากขึ้น และโรงเรียนมีความสำคัญอย่างยิ่งในการรับผิดชอบสร้างเยาวชนให้มีคุณธรรมไม่ว่าจะเป็นด้านความรู้ ความประพฤติ ศีลธรรมจรยา ตลอดจนความรู้พื้นฐานในการประกอบอาชีพที่ยึดเป็นหลักในการดำรงชีวิต ดังนั้นโรงเรียนจึงต้องตระหนักถึงการสร้างคนเป็นสำคัญ หน้าที่ของโรงเรียนจะสร้างคนให้เป็นคนดี คนเก่ง รู้เท่าทัน รู้จักปฏิเสธสถานการณ์ต่างๆ ที่จะนำไปสู่สิ่งที่ไม่ดี เราจะต้องสร้างคนของเราให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของเศรษฐกิจและสังคม โดยเฉพาะต้องปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนและคนทุกคนให้มีคุณธรรมจริยธรรมไม่พึ่งพายาเสพติด เมื่อโครงการ TO BE NUMBER ONE ได้เกิดขึ้นแล้วก็สามารถแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทยให้ลดลงได้บ้าง สามารถทำให้คนที่เคยคิดผิดพลาดคิดลองเสพยาเสพติด กลับตัวกลับใจเป็นคนใหม่และพร้อมที่จะเป็นคนดีมีคุณภาพในสังคมไทย เพราะฉะนั้นสังคมก็ควรให้โอกาส

โครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นโครงการที่รณรงค์ต่อต้านยาเสพติดที่มีอยู่ในประเทศไทยให้หมดสิ้นไป โดยขึ้นอยู่กับความสมัครใจของผู้ที่ติดสารเสพติดว่าจะเข้ารับการบำบัดรักษาหรือไม่ โครงการนี้มีความสำคัญต่อประเทศชาติเป็นอย่างยิ่ง โครงการนี้ดำเนินมาเรื่อยๆ ซึ่งทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี พระองค์ทรงอุทิศเวลาและทรงทุ่มเทพระวรกาย เพื่อให้โครงการ TO BE NUMBER ONE ดำเนินไปได้ด้วยดี พระองค์มีพระกรุณาธิคุณอย่างยิ่ง โครงการนี้ทำให้ปัญหายาเสพติดลดน้อยลงซึ่งจะทำให้เศรษฐกิจ สังคมและบ้านเมือง พัฒนาขึ้น และประเทศชาติก็จะเจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้น

ผู้เขียน
นายจิตติโชติ อรรถน
วิทยาลัยเทคนิคศรีสะเกษ
จังหวัดศรีสะเกษ

เรื่องเล่า ตีๆ ที่ผมได้รู้เกี่ยวกับ TO BE NUMBER ONE มีไม่มากนักเพราะผมรู้จักโครงการได้ไม่นานก็เพราะผมไม่ได้สนใจเท่าไรเกี่ยวกับ TO BE NUMBER ONE ผมคิดว่ามันไม่เกี่ยวอะไรกับผมและไม่จำเป็นต้องรู้จัก แต่วันหนึ่งผมกลับเปลี่ยนความคิดใหม่ เพราะผมได้ไปเจอเรื่องๆ หนึ่ง ที่ผมต้องกลับมาศึกษาอย่างจริงจัง เรื่องเกี่ยวกับชายคนหนึ่งประสบความสำเร็จในงานมีทุกอย่างในชีวิต ผมเลยคิดว่าเขาช่างเก่งและโชคดีอะไรขนาดนี้ ที่เกิดมาพร้อมความสามารถในการทำงาน จนประสบความสำเร็จ แต่เขาได้บอกความลับอะไรบางอย่างจนทำให้ผมมองสิ่งหนึ่งที่นี่ ผมแทบไม่อยากจะประสบความสำเร็จ ในการทำงานเคยผ่านอดีตที่ไม่ค่อยดีเท่าไรเพราะแต่ก่อนเขาก็เป็นคนหาเช้ากินค่ำธรรมดาๆ แต่วันหนึ่งเกิดเหตุบางอย่างที่ทำให้เศรษฐกิจไม่ดี จนที่ทำงานของเขาได้ลดจำนวนพนักงานคนที่ทำงานส่งผลจึงทำให้เขาตกงาน แต่เขาก็ยังไม่สิ้นหวังเขายังหางานต่อไปเรื่อยๆ จนเงินที่เขาเก็บไว้ เริ่มร่อยหรอเขาจึงเริ่มสิ้นหวังกับการหางานทุกอย่างในชีวิต ภรรยาเขาก็เริ่มสิ้นหวังกับเขา จนวันหนึ่งเธอได้ไปจากเขาไปพร้อมกับลูกโดยอ้างว่าเขาไม่มีอนาคตและว่าเขาเป็นคนไร้ความสามารถด้วยความเศร้าที่มากขนาดนี้ ทุกวันเขาเลยหันไปพึ่งยาเสพติดเพราะมันทำให้เขาลืมความเศร้านี้ได้และเขาคิดว่านี่แหละคือหนทางที่อย่างน้อยเขาก็มีความสุขกับมัน เขาเริ่มเสพมากขนาดนี้ เขาเริ่มติดมันจนขาดไม่ได้เมื่อไรไม่ได้เสพเขาจะรู้สึกกระวนกระวายใจ หงุดหงิด โมโห แต่แล้ววันหนึ่งมีเหตุผลที่เขาต้องเลิกมันเพราะแม่ขอให้เลิกเขาจึงเริ่มเข้าโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่นั่นช่วยเขาในเรื่องการบำบัดยาเสพติดและช่วยเปลี่ยนให้เขาเป็นคนใหม่คนที่สามารถมีความสุขได้โดยไม่ต้องพึ่งยาเสพติด นับแต่วันนั้นเขาสัญญากับตัวเองว่าจะไม่กลับไปพึ่งยาเสพติดอีก และคำพูดสุดท้ายที่เขาพูดด้วยน้ำตา คือ “ผมขอขอบคุณโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ทำให้ผมกลับมาเป็นคนปัจจุบันคนที่มาความสามารถในวันนี้ ขอคุณจริงๆ ครับ เขาพูดด้วยน้ำตา ผมแทบจะร้องไห้ทุกครั้ง ที่ได้ฟังเรื่องนี้ รู้สึกอยากศึกษาโครงการนี้อย่างจริงจังและในที่สุดผมก็รู้ว่าใครเป็นผู้ริเริ่มโครงการนี้มา เป็นโครงการในทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี ที่ทรงเป็นประธาน ซึ่งมุ่งหมายไปที่กลุ่มเยาวชนอนาคตของชาติให้คน

ที่เป็นเหยื่อของยาเสพติดได้เจออะไรที่ตีกว่ามากกว่าเป็นได้แค่คนติดยา ที่เอาแต่เสพยา ไปวันๆ ไปไม่มีอนาคตอะไรเป็นปัญหาของสังคมและเป็นปัญหาของคนในครอบครัว ลำบากพ่อแม่ต้องหาเงินเพื่อซื้อข้าวซื้อน้ำ ไม่พอดังมาเสียเงินซื้อยาให้ลูกอีก ทางที่ดีอย่าเสพยาเสพติดเลยดีกว่าอย่าไปยุ่งกับมันเลย มันไม่ได้ให้อะไรดีๆ กับเราให้แต่โทษไม่มีประโยชน์อะไร ไม่ดีเลยสักอย่าง ยาเสพติดก็คือยาเสพติดครับ จริงอยู่ที่เสพแล้วจะลืมปัญหาทุกอย่างแต่สุดท้ายมันก็แค่แก้ปัญหาคำชั่วคราวครับ ทางที่ดีควรแก้ปัญหานั้น เดินหน้าแก้ไขดีกว่าพึ่งยาเสพติด ทุกอย่างจะแก้ได้ตอนที่เรารู้สติมากกว่าใช้ยา แต่คงไม่มีปัญหาไหนที่มนุษย์อย่างเราแก้ไม่ได้ปัญหามีทางออกแน่นอน ทุกอย่างมีเหตุผลของมัน แต่ไม่ใช่กับยาเสพติดเพราะมันไม่มีเหตุผลไม่มีสติเหมือนเรา ต้องขอขอบคุณโครงการ TO BE NUMBER ONE ที่ทำให้คนที่เคยหลงทางไปกับยาเสพติดได้กลับมาเป็นคนปกติได้อย่างวันนี้ เป็นโครงการหนึ่งที่ผมประทับใจมากๆ เลยครับ ขอขอบคุณครับ