



โต๊ะทำงานภายในบ้าน จึงเหมาะสมของงานที่ไม่ค่อยมีผู้ใช้ เพราะจะออกไปนั่งโต๊ะอื่นมีมากกว่า



หม่อมเสม กับโต๊ะทำงานเคลื่อนที่ โดยมี นางแฉล้ม พริ้งพวงแก้ว ภรรยา นั่งอ่านหนังสือเคียงข้าง



เพราะความเป็นแพทย์ ศาสตราจารย์นายแพทย์เสม พริ้งพวงแก้ว จึงได้อาศัยความรู้ในวิชาชีพมาใช้ในการจัดที่วางให้ตนเองได้อาศัยได้เป็นอย่างดี ระบุสุขภาพขณะเป็นประ โยชน์เสริมสร้างสุขภาพร่างกายโดยไม่ต้องเพิ่มวช่ายที่คุ้นเคยไปกับค่าใส่หูของตกลบโลอิมวัยใหม่

ตัวการอ หรือใช้ชีวิตให้เข้ากับธรรมชาติมากที่สุดเท่าที่สามารถทำได้ (ในยุคที่ธรรมชาติเสื่อมโทรมแทบไม่มีชนิด)

แม้กระทั่งทุกช่วงวินาทีของการทำงาน หม่อมเสม ก็ยังให้ทุกประ โยชน์ที่แฝงอยู่ในทุกอณูของธรรมชาติ แทรกตัวซึมผ่านทุกทิศทางเข้าสู่ร่างกาย โดยไม่ต้องออกแรงหรือขวนขวายแสวงหา

โต๊ะและเก้าอี้ที่หม่อมเสมจะใช้มีทั้งฐานะเป็นประจำ ซึ่งถูกยกเข้า อี้ออก จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งภายในบริเวณบ้านขณะหนึ่งประมาณ ๒ ไร่โดยมีสภาพสมบูรณ์ภาพจะเอื้ออำนวย

นุภาพกรรมธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมให้อาหารเสริม ชีวิตงาน 'หม่อมเสม พริ้งพวงแก้ว'

หน่วยงานและบุคคลต่างๆ คิดต่อมเป็นจำนวนมากไม่ยอม "บางครั่งก็จะนั่งโต๊ะคามมใจอยู่บ้าง แต่ถ้าวิน โทนฝนไม่ตก คินไม่แห้งก็จะยกโต๊ะ-เก้าอี้ ออกมาตั้งบนถนน เมทิวาได้คินไม้"

คินไม้ที่หม่อมเสมพูดถึงนั้น หมายถึงไม้ใบขนาดใหญ่หลายชนิดที่ข้อมให้แสงแดดลอดลงมาเป็นคางควง กระตบควหนึ่ง พร้อมกับใบที่ใบกสะบัดพัดไหวให้สายลมโชยพร้อมกลิ่นหอมของดอกประคูลือละอองหรือ คามเนื้อตัวให้ระเหยแห้งกลายเป็นความชุ่มชื้นเย็นเนื้อ สบายตัว

"แสงแดดมีความจำเป็นมากสำหรับร่างกายมนุษย์ มันจะช่วยเปลี่ยนไขมันได้คินหนึ่งให้กลายเป็นวิตามินดี ซึ่งเสริมสร้างให้กระดูกแข็งแรง โดยเฉพาะคนแก่หรือคน สูงอายุที่มักจะมีกระดูกอ่อนแอ สวมแดดจะยังเป็นประ โยชน์ในส่วนนี้โดยไม่ต้องซื้อหาคนแก่เสริมสักคางคก กระบวการวิทยาศาสตร์มาใช้เลย"

ทั้งยังสำคัญต่อการมองเห็นซึ่งมักเป็นอุปสรรคในการ ทำงานของผู้สูงวัย เพราะประสิทธิภาพการทำงานของ สายตาที่ลดลง และแม้จะมีดวงไฟโคมส่องสว่างตั้งอยู่บน โต๊ะทำงานหลักภายในตัวบ้าน หม่อมเสมก็ไม่ไคร่พิสนอก การนั่งทำงานบนโต๊ะตัวนั้นมากกว่าการยกโต๊ะและเก้า อี้ตัวเล็กๆ ออกมานั่งทำงานนอกตัวบ้านคางคกตัวไว้เพื่อใช้ แสงอาทิตย์ส่องสว่างกับงานตรงหน้า

หม่อมเสมกล่าวเปรียบเทียบกับความสว่างจากโคมไฟและ แสงธรรมชาติว่า "สำหรับสายตาคคนแก่แล้วแสงจาก โคมไฟยังไม่เพียงพอ กลับจะทำให้สายตาต้องทำงานหนักมากขึ้นอีกแล้วในที่ทุกจะด้หวิ"

สรุปก็คือความสว่างจากธรรมชาติที่ดีที่สุดในความ เหมายนั้น อีกทั้งเสียงนกร้องที่ทะเลาะถ่าบรชยกาศตลอด เวลาการทำงาน ยังฟังเป็นเสียงค้ำ เสียงสูงในท่วงจังหวะ ทำนองที่ไม่อาจเลียนแบบได้คางคกตัวจริง

รูปลักษณะของก้อนเมฆและท้องฟ้าที่เปลี่ยนสีตามช่วง เวลาคเป็นความเปลี่ยนแปลงที่สายงามราวานุภาพกรรมธรรม ชาติในความรู้สึกของหม่อมเสม คามที่บอกไว้ว่าสิ่งเหล่านั้น ทำให้ผ่อนคลายความเครียดของอารมณ์ ทำให้งานที่ออกมา มีคุณภาพเพราะงานอยู่ที่จิต ถ้าจิตสบายงานก็คี่ และที่มากไปกว่านั้นก็คี่

"มนุษย์เป็นผลผลิตของสิ่งแวดล้อม แสงแดด สีเขียว เป็นอาหารที่ทั้งกายและจิตตามธรรมชาติ เมื่อเราอยู่ท่าม กลางธรรมชาติอมะห็นสีเขียวก็เกิดความสบายใจ เมื่อดังฤดู แดงใบไม้เปลี่ยนสีและหลดูววมก็ทำให้นึกถึงความอนิจจัง เกิดการพินิจพิเคราะห์ชีวิต เมื่อเห็นกระรอกวิ่งเล่นหรือเห็น มูซิวตัวเล็กๆ อยู่บนกิ่งไม้ก็นึกถึงความเอื้อเฟื้อที่คั่งอแบ่ง ปันค่างเพียงสิ่งมีชีวิต ซึ่งล้วนอุบัติขึ้นมาจากธรรมชาติทั้ง ถิ่น"

เพราะสังคมปัจจุบันมักสอนให้มนุษย์หนีห่างจากธรรมชาติ แต่สำหรับหม่อ เสมกลับเป็นไปนทางตรงกันข้าม นำคิดว่าด้วยเหตุนี้หรือไม้ที่ทำให้สุขภาพ ภาวะ-จิตของท่านยังคงเต็มประสิทธิภาพในการสร้างคุณูปการแก่สังคมและลูก หลานแม้มีวัยที่ล่วงไปกว่า ๘๕ ปีแล้วก็ตาม

แหวตะวัน