

บทความเรื่อง [Marijuana, Not Yet Legal for Californians, Might as Well](#) ในนสพ. The New York Times ทำให้ผมทราบว่าในรัฐออริกอนของสโ.กัญชาเป็นสิ่งที่ไม่ผิดกฎหมายอีกต่อไป คนทั่วไปสูบกัญชาบนท้องถนนได้เหมือนสูบบุหรี่

คำที่เตะตาผมคือ “recreational use” ใช้กัญชาเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ เขาบอกว่ายังไม่ถูกกฎหมายแต่ก็ใช้กันทั่วไป เขาว่าในหลายส่วนของรัฐออริกอนที่มีการเปลี่ยนกฎหมายให้กัญชาเป็นสิ่งที่ไม่ผิดกฎหมายไปแล้ว การเสพกัญชาก็เหมือนการดื่มเบียร์

ผมเดาว่าเป็นการเสพกัญชาเพื่อลดความเครียด หรือเพื่อกระตุ้นประสาทให้เกิดความสนุกสนานรื่นเริง ที่ฝรั่งเรียกว่า high ซึ่งโดยส่วนตัวของผมคงจะไม่เอาด้วย เพราะมีวิธีการพักผ่อนหย่อนใจที่ดีกว่านั้น ราคาถูกกว่านั้นและเป็นธรรมชาติกว่านั้น

นั่นคือการออกกำลังกาย การนั่งสมาธิภาวนา การอ่านหนังสือ การเขียนบล็อก เป็นต้น

สารสร้างสุขมีอยู่ในร่างกายของเราเอง คือเอ็นดอร์ฟิน ซึ่งเป็นสารคล้ายฝิ่นที่ผลิตในร่างกายของเราเอง และเรากระตุ้นให้ร่างกายสร้างมากขึ้นได้ โดยการออกกำลังกายแบบแอโรบิก

นอกจากนั้น การกินอาหารที่ถูกสุขลักษณะและผลไม้ม่างอย่าง ก็ช่วยให้ร่างกายมีสารสุขอีกชนิดหนึ่งในระดับสมดุล หรือดี คือสารซีโรโทนินที่มีในกล้วยสัปรดมะเขือ เป็นต้น

เป็นความสุขที่พอเพียงสร้างง่ายราคาถูก

ที่ผมเห็นด้วย และอยากเห็นคือการใช้กัญชาทางด้านช่วยเหลือผู้เจ็บป่วย ที่เรียกว่า medical use เพื่อช่วยลดความเจ็บป่วยและทรมานโดยเฉพาะผู้ป่วยระยะสุดท้ายของชีวิต

ผมมองว่า recreational use ของกัญชาเป็นสิ่งที่จำเป็นไม่พอเพียงและจะทำให้กัญชามีราคาแพงทำให้คนเจ็บป่วยเข้าถึงได้ยาก

กัญชา

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันอาทิตย์ที่ 26 พฤษภาคม 2013 เวลา 00:00 น. -

---

ผมได้เขียนเรื่องกัญชาไว้ [ที่นี่](#)

วิจารณ์ พานิช

๒๒ ธ.ค. ๕๕

คัดลอกจาก <http://www.gotoknow.org/posts/516434>

{comments on}