

ด

D Magazine

“นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย”
www.d-magazine.de

สังคัม·วัฒนธรรม·ครอบครัว·บันเทิง·ไลฟ์สไตล์

จัดทำโดย: สมาคมเดวี๋ย่ายดปไทยในต่างแดน

- เรื่องดีจากปก: ศิลปิน - ศิลปะ
- สัมภาษณ์: ดุษฎีภรณ์ทะเลกับ “พลอยชมพู”
- สุขภาพ: ปุ๊กติ๋ว ทางเลือกของดเนิมมีติ๋ว
- ท่องเที่ยวยุโรป: 70 ปี ดี-เดย์
- จิตวิทยา: ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีวีดีโอ)

ISSN: 2190-636X

19 / 09.2014



Model: SangsureeMeemongkol(Chatyamada)
Künstler: Monstermacher Michael Müller
Photographer: Ralf Markt

แบบของพู่กัน แบ่งตามลักษณะของพู่กัน



ข้อจํา
พู่กันปลายแหลมขนยาว พู่กันกลมนี้ใช้ในงานสีน้ำได้ดี เนื่องจากพู่กันมีทรงกลมจึงสามารถอุ้มน้ำได้ดี และสามารถระบายสีได้เรียบอย่างทั่วถึง ลักษณะของพู่กันหัวกลมที่ดีคือหัวเป็นสี่เหลี่ยมและสว่างในบริเวณใกล้กับปลอก



ข้อขา
ระบายพื้นที่ที่กว้างเป็นสำคัญ ผสมสีได้เป็นอย่างดี ส่วนใหญ่ใช้วาดรูปที่ต้องการให้มีเอฟเฟคสีเป็นพิเศษ



ข้อจําเงาใหญ่
เน้นที่กว้าง ต้องการเกลี่ยนุ่มๆ ช่วยให้ไม่ไปชูดหรือทำลายชั้นสี



ข้อจําเฉียง
ใช้ได้หลากหลายแล้วแต่ประยุกต์ ทั้งที่กว้างและเติมรายละเอียด มีขอบคมในการวาดเส้นยาวๆ



ข้อแยะปลายแยะ
เน้นระบายพื้นที่ที่กว้างและสามารถเติมรายละเอียดได้เรื่อยๆ สไตล์ของพู่กันแบบนี้สร้างมาให้ใช้กับการลงสีอย่างต่อเนื่อง



ข้อแยะปลายแยะ
หัวพู่กันชนิดนี้มีขนยาว เหมาะกับการเขียนและสามารถวาดเส้นยาวๆ สม่ำเสมอกันโดยไม่ยกมือเหมือนกับการใช้พู่กันกลมทั่วไป

พู่กันเส้นจํา สอครีคและเส้นจํา

ขนของพู่กันทำมาจาก 2 ชนิด คือ

1. โยสังเคราะห์สังเคราะห์ ทำมาจากพลาสติก
2. ทำจากรวมชาติ คือ ขนสัตว์ เช่น ขนกระรอก ขนหมู ขนแพะขนหมาป่า ขนกระต่าย และขนโคลินสกี เป็นต้น พู่กันที่ทำมาจากขนสัตว์จะมีจะนุ่ม สามารถอุ้มน้ำได้ดี จึงเหมาะกับการใช้วาดสีน้ำ



ข้อแยะเงา — ข้อแยะเงาเล็ก
พู่กันแบบนี้ใช้ลงสีพื้นที่ใหญ่ๆ ใช้ในการวาดขอบหรือมุมของสิ่งก่อสร้างและรูปทรงเรขาคณิตและพื้นที่ ใหญ่ๆ มาก เช่น การเขียนโปสเตอร์ เป็นต้น

วิธีทำความสะอาดพู่กันเส้นจําและสอครีค

1. ล้างพู่กันด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำอุ่น
2. ล้างด้วยสบู่เหลวอีกครั้ง
3. ล้างสบู่ออกด้วยการล้างกับน้ำก๊อกเปิดไหลเบาๆ โดยขยี้เบาๆ ในฝ่ามือ
4. จัดขนพู่กันให้เรียบร้อย เช็ดตามให้แห้งแล้ววางไว้บนผ้านุ่มๆ
5. เก็บพู่กันโดยเอาตามพู่กันลง

วิธีทำความสะอาดพู่กันเส้นจํา

1. ใช้ผ้าเช็ดสีที่เหลือค้างที่ขนพู่กัน
2. ล้างพู่กันด้วยน้ำมัน Turpentine
3. ล้างด้วยน้ำอุ่นอีกครั้ง แล้วล้างด้วยสบู่เหลว จนหมดคราบสี
4. ล้างสบู่ออกด้วยการล้างกับน้ำก๊อกเปิดไหลอ่อนๆ โดยขยี้เบาๆ ในฝ่ามือ
5. จัดขนพู่กันให้เรียบร้อย เช็ดตามให้แห้งแล้ววางไว้บนผ้านุ่มๆ
6. เก็บพู่กันโดยเอาตามพู่กันลง

พู่กันเส้นจําและสอครีคและพู่กันเส้นจํา เพราะต้องการรองรับ และทำความสะอาด ความแยะของสีและมีอายุการใช้งานของพู่กันเส้นจําได้ พร้อมทั้งต้องล้างแรงสปริงตัว คืนกลับเจ้าที่เดิมได้อีก

รวบรวมโดย อัญชัญ เสียรลิ่ง:

แหล่งข้อมูล <http://www.hhkint.com/knowledge/2/>, <http://www.kunst-malerei.info/pinsel.html>

สวัสดิ์คือผู้อ่านนิยายสารคดีที่รัก

หลังจากที่ทีมงานตกลงกันว่า ขอให้ทีมงานหมุนเวียนเปลี่ยนกันเข้ามาเป็นบรรณาธิการประจำแต่ละฉบับ ดิฉันจึงขมื่อ เพื่อขออาสาเป็นบรรณาธิการประจำฉบับที่ 19 หัวข้อ “ศิลปิน-ศิลปะ” เนื่องจากเป็นเรื่องที่ตัวเองค่อนข้างถนัดค่ะ

ดิฉันเชื่อว่า การสร้างสรรค์และศิลปะมีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างมาก บทความส่วนใหญ่ในฉบับนี้จึงเกี่ยวข้องกับศิลปินและผลงานของศิลปินในอดีตและศิลปินร่วมสมัย ซึ่งไม่ได้มีแต่เพียงจิตรกรเท่านั้น แต่รวมถึงนักดนตรี นักสร้างสรรค์ อีกด้วย หัวข้ออย่างนี้ผู้อ่านจะสนุกกับอ่านบทความดี ๆ เช่นเคยค่ะ

การเลือกสีในการแต่งกายหรือจัดตกแต่งภายในบ้าน มีความสำคัญต่อตัวเราโดยตรงเลยคะ อ่านบทความเกี่ยวกับความหมายของสีในหน้าที่ 4 นะคะ ในเมืองต่างๆในเยอรมนี เรามักจะเห็นคนเล่นดนตรีเล่นดนตรีแบบเปิดหมวกอยู่ตามมุมต่างๆของเมือง เอ...คนเล่นดนตรีเหล่านั้น ต้องอนุญาตก่อนส่วนราชการเยอรมันหรือเปล่าหนอ คำถามนี้เราตอบได้คะ พลิกไปอ่านบทความกฎหมายเรื่อง”ศิลปิน เปิดหมวก” สำหรับบทความเรียนภาษาเยอรมันกับครูต่อม ในฉบับนี้เป็นการแนะนำการใช้คำคุณศัพท์และคำวิเศษณ์ เพื่อใช้สอดแทรกในประโยค ทำให้ประโยคนั้นๆเกิดความสวยงามและน่าฟังขึ้น ก็ถือว่าเป็นศิลปะในการใช้ภาษาละคะ ... สำหรับคุณป้า คุณน้าและคุณอาที่เคยเห็น”น้องพลอยชมพู”ตอนเด็กๆ บก.ได้พูดคุยกับคุณแม่ของน้องพลอยชมพูที่วีป และถอดเสียงออกมาเป็นบทสัมภาษณ์ให้แฟนคลับของน้องพลอยชมพูได้อ่านกันคะ

กราฟฟิตี้ การพ่นสีตามรั้วตามกำแพง ที่เด็กๆวัยรุ่นเห็นเป็นสิ่งโก้เก๋ ถือเป็นศิลปะหรือไม่ คุณยอด โยภะทาได้เขียนให้อ่านกันในหน้าที่ 30 ค่ะ และการวาดรูปไม่ได้เป็นงานหรือกิจกรรมเพื่อตนเอง เพื่อการค้า เพื่อชื่อเสียง แต่ยังเป็นงานศิลปะเพื่อธรรมะอีกด้วย ท่านออต.พลเดช วรรณจักร ให้เกียรติเขียนบทความ”ศิลปะก็ยกย่อง” พร้อมอนุญาตให้ลงพิมพ์รูปภาพวาดจากฝีมือของท่าน อีกด้วย หลายคนที่อยู่เมืองไทยและเมืองนอกอาจจะไม่รู้จัก “ครูอุ๋ง มาลิก” สุภาพสตรีใจดี ผู้ซึ่งได้สร้างศิลปะหุ่นจากเศษผ้าขี้ริ้ว นำมาเล่นเป็นละครให้ลูกๆหลานๆได้มีโอกาสชมมาจนถึงปัจจุบันนี้นอกจากบทความเกี่ยวกับงานศิลป์แล้ว ในเล่มยังนำเสนอคอลัมน์ประจำที่น่าสนใจ บทสัมภาษณ์ท่านกงสุลใหญ่และบทความจากผู้อ่านที่น่าสนใจคะ

สุดท้ายนี้ดิฉันขอแจ้งให้ผู้อ่านทราบว่า อนาคตของ”นิยายสารคดี”กำลังจะเปลี่ยนไปนะคะ เราจะผลิตนิยายสารคดีแบบรูปเล่มถึงเล่มที่ 20 ก็คืออีกเพียงหนึ่งเล่มคะ หลังจากนั้น นิยายสารคดีจะแปลงตัวกลายเป็น”สำนักพิมพ์ดี” จะผลิตหนังสือและคู่มือต่างๆ อ่านรายละเอียดเกี่ยวกับสำนักพิมพ์ดีและงานของสมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน(เยอรมนี) ในหน้าที่ 59

ดิฉันขอขอบคุณทีมงานและผู้อ่านทุกท่านที่ได้ให้กำลังใจและติดตามนิยายสารคดีมาตลอด

ด้วยความปรารถนาดี
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง

สารบัญ

- 06 ภาพ - สรุปรข่าว
- 09 สกนฺ. บอกรล่าว
- 10 อาชีพ: ศิลปะการทํางานให้มีความสุข
- 12 เรื่องดีจากปก: ศิลปิน - ศิลปะ
- 16 แนะนำหนังสือ
- 18 กฎหมายดี ๆ: ศิลปินกลางถนน กับภาษี
- 22 สัมภาษณ์พิเศษ: แนะนำท่านกงสุลใหญ่ นายเจริญรัฐ จิมสารานุ
- 24 เรียนภาษาเยอรมัน: คำบอกสี - เขียนตัวเล็กหรือตัวไหนดีหนอ
- 26 เรื่องน่ารู้: โครงการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (4)
- 28 สัมภาษณ์: คุยข้ามทะเลกับ “พลอยชมพู”
- 30 กราฟฟิตี (Graffiti) งานศิลปะหรือการทำลายล้าง
- 32 บันทึก: อยากจะบอกใครสักคน
- 34 เรื่องน่ารู้ประจำฉบับ: หนึ่งร้อยปีสงครามโลกครั้งที่ 1 ตอนที่ 2
- 36 เทคนิคการถ่ายภาพ: ทริปแรกของศิลปะการถ่ายภาพมวยไทย
- 38 เรื่องเล่าประจำฉบับ: โอกาสที่ต้องการ...กับเงินที่ไม่มีทางได้ใช้
- 40 สุขภาพ: ปลุกคิว ทางเลือกของคนไม่มีคิว
- 42 ลูกรัก: พัฒนาการทางด้านศิลปะของศิลปินน้อย
- 44 DIY: มาทอที่รองแก้วจากไหมพรมกัน
- 45 ห้องครัว: ชนมดังแตก
- 46 บทความพิเศษ: จำลึกลง ครุองุ่น มาลิก “ยายหุ่น” ของพวกเรา
- 48 กีฬา: มาเต้น... ไลน์แดนซ์...กันเถอะ
- 50 ท่องเที่ยวยุโรป: 70 ปี ดี-เดย์
- 52 จิตวิทยา: ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีคิว)
- 53 เรื่องเล่าจากผู้อ่าน: เมื่อหญิงแกร่งอย่างฉันป่วยในเยอรมนี
- 56 ธรรมะ: ธรรมะกับศิลปะก็เกื้อ



แนะนำบท.



อัญชัญ เฮียร์ลิง (ต่อม)

นามปากกา: ครูต่อม/ แกงโฮะ/ ต่อม โบเดนเซ

- เกิดที่ จ.เชียงใหม่
- ศิษย์เก่าโรงเรียนพระหฤทัยวิทยาลัย
- ศิษย์เก่าโรงเรียนปรีณสรวอแลลวิทยาลัย และ
- ศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณะมนุษยศาสตร์ เอกภาษาเยอรมัน (รหัส 20)

งานอาสาสมัคร:

- อาสาสมัครร่วมบริหารงานและดำเนินงานร่วมกับหน่วยงานต่างๆของส่วนราชการเยอรมันในเขตคอนสตันซ์
- ครูสอนวาดรูปสำหรับเด็กและเยาวชนไทย-เยอรมัน
- อาสาสมัครช่วยงานกิจกรรมแก่เด็กและเยาวชนที่เมืองสต็อคคัค(Jugendpflege Stockach) และเขตใกล้เคียง
- วิทยากรให้แก่สมาคมและชุมชนไทยในเยอรมนี
- ร่วมมือกับส่วนราชการไทย-เยอรมันและชุมชนไทย ในการเผยแพร่ศิลปะและวัฒนธรรมไทยในต่างแดน
- เป็นผู้ก่อตั้งสมาคมศิลปวัฒนธรรมไทย เฮเกา-โบเดนเซ
- เป็นสมาชิกผู้ร่วมก่อตั้งกลุ่มศิลปินไทย"พูไท"
- เป็นสมาชิกผู้ร่วมก่อตั้งกลุ่มศิลปินนานาชาติ"Goldlack"
- เป็นอาสาสมัครผู้ร่วมก่อตั้ง"นิตยสารดี"ในประเทศเยอรมนี www.d-magazine.de
- เป็นสมาชิกผู้ร่วมก่อตั้งสมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (NTO)www.nto-germany.de

ผลงานเดี่ยว:

- หนังสือ "เรียนภาษาเยอรมันกับครูต่อม เล่ม 1 และเล่ม 2"

ผลงานร่วม:

- คู่มืออยู่เยอรมนี ฉบับกระเป๋
- คู่มือกฎหมาย เล่ม 1
- หนังสือ "หญิงไทยและชุมชนไทย วันนี้ ในเยอรมนี"

ปัจจุบัน:

- เป็นลามและนักแปลได้รับการอนุญาตจากศาลคอนสตันซ์
- เป็นครูสอนภาษาไทยและภาษาเยอรมันที่ Volkshochschulen
- อาสาสมัครช่วยงานสังคมสงเคราะห์ สังกัดสำนักงานบริหารงานท้องถิ่นเขตคอนสตันซ์และโบเดนเซ
- อาศัยอยู่ที่หมู่บ้านวาลวีส์(Wahlwies)เมืองสต็อคคัค(Stockach) ตั้งอยู่ในเขตทะเลสาบโบเดนเซ (Bodensee) ซึ่งกั้นพรมแดนสามประเทศคือ เยอรมนี สวิตเซอร์แลนด์และออสเตรีย

Mannheim / มันทน์ฮาม

ภาพโดย นัฐพงษ์ บุตรดี-อุเฟอร์

สมาคมธाराโดยการสนับสนุนจากสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต จัดสัมมนาเชิงปฏิบัติในหัวข้อเรื่อง "ความสำคัญของล่าม การใช้ภาษาในการแปล ปัญหาของล่ามและนักแปล" ในวันที่ 04-06 กรกฎาคม 2557 ที่โรงแรม Best Western Premier Steubenhof ที่ มันทน์ฮาม การสัมมนาในครั้งนี้เป็นโอกาสที่ผู้ร่วมประชุม ล่ามและนักแปล ได้มีโอกาสในการปรึกษาหารือกันเกี่ยวกับวางแผนก่อตั้งสมาคมล่ามและนักแปลภาษาไทย-เยอรมันในประเทศเยอรมนีอีกด้วย



Riga / ริกา

ภาพโดย Chulada Choir

วงจุฬาดาร จากสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยคว้าเหรียญเงินจากการแข่งขัน World Choir ที่ริกา สาธารณรัฐลัตเวีย ในสาขา Games Children's Choir และ สาขา Musica Sacra with Accompanimen เป็นอีกหนึ่งความภาคภูมิใจของประเทศไทยที่สร้างชื่อเสียงแก่ประเทศ



จัดโครงการส่งเสริมศิลปะ: วัฒนธรรมและดนตรีไทย

ภาพโดย ชุมชนไทยในเขตต่างๆ

โดยคุณสุวีรวัฒนา จํานงค์สาร(ครูเก่ง) และ คุณนิชากร แทนผักแว่น (ครูสอง) ระหว่างวันที่ 2 มิถุนายน - 9 สิงหาคม 255 โดยครูทั้งสองท่านเดินทางไปสอนผู้สนใจเรียนดนตรีไทยในเมืองพาแตรับอรัณมันันฮาม แฟรงก์เฟิร์ต ฮัมบวร์ก เวือร์ซบวร์ก วาร์บวร์ก แฮ์สส์ เจ้าเซน คีพเพนฮาม เอสลิงเงน วาลวีส์-สท็อคค็คและเบอร์ลิน นิตยสารดีซอชอบคุณสถานเอกอัครราชทูตไทย กรุงเบอร์ลิน และสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ที่ได้ให้การสนับสนุนและส่งเสริมการเรียนดนตรีมาอย่างต่อเนื่อง



คณะสวนพลู ตอร์สี ตว่า 2 เหรียญทอง การแข่งขัน World Choir Games 2014 ที่กรุงริกา สาธารณรัฐลัตเวีย

ภาพโดย กฤติณ ธารีจิตกร/ แบตมินตันคอรัส

คณะนักร้องประสานเสียงสวนพลู คอรัส ภายใต้การดูแลของ อ.ดุษฎี พนมยงค์ ที่ไปสร้างชื่อเสียงให้ประเทศไทย ในการคว้า 2 เหรียญทอง บนเวทีประกวดการขับร้องประสานเสียง World Choir Games 2014 ที่ กรุงริกา สาธารณรัฐลัตเวีย เมื่อวันที่ 14-19 กรกฎาคม

คณะสวนพลูเข้าร่วมแข่งขันในสาขา Mixed Chamber Choir (วงขับร้องประสานเสียงผสมขนาดกลาง) ที่แสดงบทเพลง Echoes of the mountain ผลงานของ ฌอร์ฌ ปานเจริญ ทำคะแนนได้เต็ม และสาขา Folklore (เพลงพื้นบ้าน) ที่คณะสวนพลูแสดงเอกลักษณ์ความเป็นไทย ในเพลงเขมรไทยโยคและอีกหลายบทเพลง ซึ่งเป็นครั้งแรกของประเทศไทย ที่มีคณะประสานเสียงไปประกวด และได้รับรางวัลถึง 2 เหรียญทอง โดยในปีนี้มีผู้เข้าร่วมแข่งขันถึง 460 คณะ จาก 73 ประเทศ

หลังจากที่ได้รับรางวัลสองเหรียญทองแล้ว คณะสวนพลูก็เดินทางมาประเทศเยอรมนี เพื่อแสดงคอนเสิร์ตให้แฟนคลับได้ชื่นชมกันที่กรุงเบอร์ลิน นับว่าเป็นครั้งที่ 4 ที่ชาวไทยและชาวเยอรมันได้มีโอกาสชมไลฟ์คอนเสิร์ตในประเทศเยอรมนี



คุณรู้จักหนังสือเดินทางชั่วคราวมากแค่ไหน - U. สกย.



หนังสือเดินทางชั่วคราว หรือที่หลายคนเรียกกันง่าย ๆ ว่าหนังสือเดินทางสำรอง ถ้าเป็นภาษาเยอรมันก็เรียกว่า Vorläufigereisepass นั้น ก็คือหนังสือเดินทางที่มีอายุ 1 ปี จะแตกต่างกับหนังสือเดินทางอิเล็กทรอนิกส์ตรงที่หน้าปกจะมีสีเขียว ขนาดบางกว่า จะออกให้แก่ผู้ขอได้แค่ 1 ครั้งและในกรณีนี้จำเป็นเท่านั้น คือ

1. เด็กที่เกิดในเยอรมนี เมื่อบิดามารดาได้ยื่นคำร้องขอสัญชาติไทยและสูติบัตรไทยที่สถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต หรือที่สถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลิน และต้องการเดินทางไปประเทศไทยเพื่อแจ้งชื่อบุตรเข้าทะเบียนบ้านไทย ถ้าเป็นลูกผู้หญิงหรือลูกชายเมื่อแจ้งชื่อเข้าทะเบียนบ้านก็ไม่มีปัญหาอะไร สามารถถือสัญชาติไทยและหนังสือเดินทางไทยได้ แต่ถ้าลูกผู้ชายเมื่อแจ้งชื่อเข้าทะเบียนบ้านไทยแล้ว ถ้าลูกอายุ 18 ปีเมื่อไร ทางสัสดีอำเภอที่ประเทศไทยก็จะมีหมายเรียกให้ไปเกณฑ์ทหาร (สด.9) ถ้าลูกยังเรียนหนังสือหรือฝึกงานอยู่ก็ขอผ่อนผันการเกณฑ์ทหารไปจนกว่าจะสำเร็จการศึกษา หลังจากนั้นก็ต้องไปรายงานตัวกับสัสดีอำเภอ การยื่นคำร้องและเอกสารบิดา มารดา และบุตรต้องมาเซ็นชื่อหรือพิมพ์ลายนิ้วมือที่สถานกงสุลใหญ่ฯ ด้วย

2. ผู้ป่วยที่เป็นอัมพาตและลูกจากเตียงไม่ได้ก็สามารถขอหนังสือเดินทางชั่วคราวได้เหมือนกัน

แต่ต้องมีหนังสือรับรองจากแพทย์ที่ยืนยันว่าป่วยจริงและลูกจากเตียงไม่ได้ ก็ต้องมอบอำนาจให้ญาติสนิทมิตรสหายมาติดต่อยื่นคำร้องได้ ถ้าไม่มีญาติก็ให้เจ้าหน้าที่เยอรมันที่ดูแลผู้ป่วยประเภทนี้ให้เป็นผู้ดำเนินการติดต่อกับสถานกงสุลไทย ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ได้

หนังสือเดินทางชั่วคราวต้องมายื่นคำร้องและเอกสารด้วยตัวเองก่อนเดินทาง 30 วัน ที่สถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต (วันจันทร์ – ศุกร์ เวลา 09.00 – 12.30 น ยกเว้นวันหยุดราชการ) โดยใช้เอกสารประกอบกับการยื่นคำร้องดังนี้

กรณีเด็กที่เกิดในเยอรมนีและมีสูติบัตรไทยแล้ว เตรียมเอกสารดังนี้

- สำเนาสูติบัตรไทยที่ออกจากสถานกงสุลไทย หรือสถานเอกอัครราชทูตไทย 2 ชุด
- สำเนาสูติบัตรภาษาเยอรมัน ที่ทางสำนักทะเบียนเยอรมันออกให้ 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนไทย ทะเบียนบ้านไทย และสำเนาหนังสือเดินทาง ของมารดา+บิดา (ชาวไทย) 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนเยอรมัน หรือสำเนาหนังสือเดินทางของบิดา 2 ชุด (บิดาชาวต่างชาติ)
- สำเนาทะเบียนสมรสไทย หรือทะเบียนสมรสเยอรมันพร้อมคำแปลไทย 2 ชุด

- สำเนาหนังสือรับรองการใช้สิทธิปกครองบุตร (ในกรณีที่มีมารดาหรือบิดามีสิทธิปกครองบุตร แต่เพียงผู้เดียว) 2 ชุด

- สำเนาตัวเครื่องบินของบุตร จำนวน 2 ชุด
- รูปถ่ายสำหรับติดหนังสือเดินทางจำนวน 4 ใบ, ค่าธรรมเนียม 13.- ยูโร (เงินสด), ของเปล่าที่เขียนชื่อและที่อยู่ พร้อมติดแสตมป์ 3.60 ยูโร เพื่อที่สถานกงสุลใหญ่ฯ จะส่งหนังสือเดินทางกลับคืนให้

กรณีผู้ป่วย เตรียมเอกสารดังนี้

- หนังสือเดินทางตัวจริง พร้อมสำเนา 2 ชุด
- หนังสือรับรองแพทย์ตัวจริง พร้อมสำเนา 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนไทยและสำเนาทะเบียนบ้านไทย 2 ชุด
- รูปถ่ายสำหรับติดหนังสือเดินทางจำนวน 4 ใบ, ค่าธรรมเนียม 13.- ยูโร (เงินสด), ของเปล่าที่เขียนชื่อและที่อยู่ พร้อมติดแสตมป์ 3.60 ยูโร

การบริการจะสะดวกหากท่านเตรียมเอกสารครบก็ใช้เวลาตามกำหนด แต่หากไม่ครบหรือไม่ถูกต้องก็อาจติดขัด ก็จะต้องใช้เวลานานออกไปอีก ฉะนั้น ขอความกรุณาตรวจสอบเอกสารให้ถูกต้องครบถ้วนด้วยจะไม่เสียเวลานะคะ

“ศิลปะการทำงานให้มีความสุข” - นิฐพงษ์ บุตรดี อุฬาร

เคยได้ยินเขาพูดกันว่า “สุปใดหนจะทำลวงกระเบาแล้วจอสตางด” แต่สำหรับพี่เขียนแล้วขอบอกว่า “สุปใดหนจะทำกับมีความสุขในสิ่งที่เราทำ”



คุณผู้อ่านเคยสังเกตคนรอบๆข้างเวลาไปไหนมาไหนหรือเปล่าครับ เป็นต้นว่า เวลาที่เราไปซื้อของที่ซูเปอร์มาเก็ตหรือแม่แต่วานขายขนมปังหน้าปากซอย แม่ค้าบางคนทักทายลูกค้าอย่างยิ้มแย้มแจ่มใส มีความแตกต่างจากแม่ค้าที่ทำหน้าบูดหน้าบึ้งตั้งแต่เขายืนค่า ผู้เขียนเองเคยถามแม่ค้าในขณะที่จ่ายเงินที่ซูเปอร์มาเก็ตแห่งหนึ่งในเยอรมันว่า “มองหน้าคุณ แล้วรู้ทันทีเลยว่า เขาจ้างคุณมาทำงานอย่างไรจริงๆ ไม่ได้จ้างให้มายิ้ม- Haben Sie schon mal von einer Kundenorientierung gehört?” คุณผู้อ่านเคยสงสัยหรือเปล่าครับว่าทำไมบางคนเขาดูมีความสุขกับชีวิตและกับงานที่เขาทำจึงเลย เขามีกฎแฉและเคล็ดลับอะไรที่ทำให้เขามีความสุขอย่างนั้นลองมาอ่านดูกันนะครับ คุณสมบัติพื้นฐานก็คือ ชอบงานที่กำลังทำอยู่

คนเรามีเหตุผลหลายประการที่แตกต่างกันออกไปว่าเพราะเหตุใดเราถึงเลือกมาทำงานที่เรา กำลังทำอยู่ บางคนบอกว่าทำเพราะว่ามีเงินดี บางก็บอกว่าทำเพราะความอยู่รอด และบ้างก็บอกว่าทำเพราะว่ามันจำเป็นต่อทำ น้อยคนนักที่จะบอกว่าทำเพราะชอบและรักที่จะทำงานนี้ มีหน้าซ้ำทำแล้วมีความสุขและได้โบนัสคือเงินเดือนอีกด้วย เพราะฉะนั้นแล้วมันสำคัญมาก ที่เราต้องถามตัวเองก่อนที่จะไปสมัครงานว่า งานนี้คืองานอะไร เขาต้องทำอะไรบ้าง ความสามารถของเรา มีเพียงพอหรือเปล่า ฯลฯ และหลังจากนั้นแล้วถึงเลือกงานที่คุณชอบทำ ไม่ใช่ว่าทำเพราะว่าจำเป็นต่อทำ ถ้าเป็นเช่นนั้นก็คงจะยากที่จะมีความสุขกับงานที่ทำครับ

- **ทำความเข้าใจและเรียนรู้กับบริษัทและงานที่คุณทำ**

ในเมืองที่ผมอาศัยอยู่จะมีกลุ่มแม่บ้านไทยกลุ่มหนึ่ง ซึ่งแม่บ้านทั้งหลายทำงานตามแผนกต่างๆ ในบริษัทเดียวกัน เช่น แผนกครัว แผนกทำความสะอาด บางคนก็ทำมาเป็นสิบๆปีแล้ว เห็นบ่นกันทุกวันแต่ก็ไปทำ วันหนึ่งเขาขอรองให้ผมมโทรฯไปคุยกับเจ้านายของเขาเรื่องขอลาพักร้อน เพราะเป็นที่

ทราบกันดีว่า เวลาเราขอลาพักร้อนสักทีต้องลาให้
 คุ้มอย่างน้อยที่สุดสี่ถึงห้าอาทิตย์ ซึ่งเจ้านายคน
 เยอรมันเขาจะไม่ค่อยเข้าใจและไม่พอใจนัก ผม
 เลยถือโอกาสถามเขาว่า บริษัทที่ทำงานมีพนักงาน
 กี่คน เขาตอบว่า “เยอะ” ประมาณกี่คนครับ “เยอะ
 มากไม่รู้ว่ามีคนเพราะไม่เคยสนใจ” พอผมถามว่า
 เจ้านายชื่ออะไร “Frau Petra” และนามสกุลอะไร
 ครับ “ไม่รู้ซีเรียกเขาแต่ Frau Petra มาตั้งยี่สิบปี
 แล้ว” ทำให้ผมคิดว่า ถ้าเราไม่รู้จักสนใจในงานที่
 เราทำ เราจะไม่มีความสุขได้อย่างไรกันครับผม แต่
 ถ้าเรารู้จักสนใจและใส่ใจในงานที่เราทำ เรารู้
 เกี่ยวกับบริษัทหรืองานที่เราทำ มันก็จะทำให้เรา
 มีความรู้สึกมั่นใจในสิ่งที่เราทำ ดูจากตัวอย่างใน
 ชีวิตประจำวันของเรากันครับ เวลาเราถามแม่ค้า
 ที่ซูเปอร์มาเก็ตว่า “ขอโทษครับผงซักฟอกอยู่
 ตรงไหนครับ” ระหว่างคำตอบที่ว่า “ฉันก็ไม่ทราบ
 เหมือนกัน ลองไปถามอินฟอรม์ชั้นดูเองคะ” หรือ
 แม่ค้าที่ตอบว่า “ยี่ห้ออะไรคะเอาแบบซักผ้าขาว
 หรือผ้าสีดีคะ ถ้าผ้าขาวก็อยู่ตรงโซนที่สองตรงมุม
 ด้านหน้าซ้ายมือคะ แต่ถ้าผ้าสีก็ด้านขวามือคะ
 จะให้ดิฉันพาไปไหมคะ” คุณผู้อ่านคิดว่าคนไหน
 เข้าใจในงานที่เขาทำครับ

• รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงานที่เราทำ

ในกรณีที่เรารู้ว่างานที่เราชอบและปรารถนา
 ที่จะทำมานานแล้ว ก็ไม่ได้หมายความว่างานนั้นไม่
 ได้ทำให้เราเครียดแต่ประการใด ตำแหน่งยิ่งสูงเท่า
 ไหมความรับผิดชอบก็ทวีเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ “ยิ่งสูง
 ยิ่งหนาว” ซึ่งก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน
 ขึ้นมาได้ เพราะฉะนั้นถ้าเรารู้จักวิธีการบริหารเวลา
 ที่ดีและจัดลำดับความสำคัญของงานที่เราทำ ก็
 จะช่วยลดปัญหาเรื่องเวลาได้มากทีเดียวและส่งผล
 ได้ทันเวลาที่กำหนด

**• ชีวิตส่วนตัวราบรื่น หน้าทีการงานก็ราบ
 รื่นไปด้วย**

ถึงแม้ว่าเราจะรักงานที่เราทำและตั้งหน้าตั้ง
 ตาทำมันอย่างมีความสุขก็ตาม ชีวิตส่วนตัว ชีวิต
 คู่ร่วมทั้งชีวิตครอบครัวที่มีความสุขก็เป็นส่วนหนึ่ง

ที่สำคัญในการทำงานอย่างมีความสุขในระยะยาว
 เวลาคุณหยุดงานก็ให้หยุดจริงๆ ไม่ใช่เวลาหดเจ
 กันกับเพื่อนร่วมงานก็คุยกันแต่เกี่ยวกับเรื่องงาน
 อย่งไรก็ตามบางครั้งก็หนีไปดื่มกาแฟกับเพื่อน
 ร่วมงานบ้างจะได้มีโอกาสทำความรู้จักกันมากขึ้น
 ผลที่ตามมาคือ จะมีการทำงานร่วมกันอย่างราบรื่น

• ไม่แยกแยะและคิดว่าไม่ใช่บริษัทของเรา

ข้อนี้ผมหมายความว่า ในการที่เราทำงาน
 อย่างไม่เต็มทีเพราะในส่วนตัวของเราคิดว่า “ทำ
 ไปอย่างนั้นแหละเพราะอยากได้เงิน” จริงอยู่ที่
 เราทำงานเพราะอยากได้เงิน แต่ถ้าเราทำงาน
 เหมือนกับว่าเป็นงานและบริษัทของเราเอง เรา
 จะรู้สึกผูกพันและมีความสุขกับงานที่เราทำขึ้น
 มาทันที และอีกอย่างเจ้านายก็จะรักและเอ็นดูเรา
 โดยที่เราไม่ต้องประจบสอพลอเขา แถมเขายังขึ้น
 เงินเดือนและเลื่อนตำแหน่งให้อีก เจ้านายเยอรมัน
 บางคนถึงแม้ว่าจะทำเหมือนไม่สนใจว่าเราทำงาน
 ให้กับเขาอย่างจริงจัง แต่แท้จริงตามประสบการณ์
 ที่ผมทำงานกับคนเยอรมันมาเป็นสิบๆปีแล้วนั้นผม
 ยืนยันได้ว่าเขารู้หมดครับ

**• เคล็ดลับในการหลีกเลี่ยงการเกิดความเครียด
 ในที่ทำงาน**

ความเครียดคือคำที่นิยมพูดถึงในสังคมที่ซึ่งดี
 ซึ่งเดินกันเพื่อให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การ
 งาน ถ้าเรามีความประสงค์ที่จะประสบความสำเร็จ
 ในหน้าที่การงาน เช่น ในเยอรมันกับคนเยอรมันนั้น
 เราจะเห็นคำว่า “ความเครียด” ไม่ว่าจะในชีวิตส่วน
 ตัวหรือที่ทำงานไปไม่พ้นถึงแม้ว่าเราจะพยายาม
 หลีกเลี่ยงมันแค่ไหนก็ตาม

อย่างไรก็ตามเรามาดูกลยุทธ์ในการป้องกันไม่
 ให้เกิดความเครียดและถ้าเกิดแล้วจะช่วยคลาย
 เครียดกันได้อย่างไร เคล็ดลับต่างๆนี้เพื่อนของผมเป็น
 แพทย์อายุรเวทชาวอินเดียได้แนะนำมา ซึ่งผมได้
 นำมาปฏิบัติโดยตลอดและเห็นว่ามันได้ผลดี และ
 อีกอย่างสามารที่จะปฏิบัติในที่ทำงานได้โดยที่
 ใช้เวลาไม่มากและได้ผลดีเลยนำมาฝากผู้อ่านกันครับ

วิถีที่ 1 พึ่งความสนใจไปที่การหายใจ

นั่งในท่าที่สบายๆตัวตรงบนเก้าอี้ที่สำคัญต้อง
 วางเท้าทั้งสองข้างบนพื้นให้ขนานกัน และหลัง
 จากนั้นให้หลับตาหรือมองออกไปทางหน้าต่าง
 (ในกรณีที่ทำงานอยู่ชั้นสูงๆ) หายใจเข้า-ออกลึกๆ
 พึ่งความสนใจไปที่การหายใจของเราอย่างเดียว
 ประมาณ 3 นาที

วิถีที่ 2 เคลื่อนไหว

การที่เราเคลื่อนไหวนั้นจะทำให้ผ่อนคลาย
 ความเครียดได้เป็นอย่างมากเลยทีเดียว ไม่ว่าจะ
 เป็นการเคลื่อนไหวแบบไหนอย่างไรก็ตาม สำหรับ
 ผมนั้น ผมจะเดินขึ้นเดินลงไปตามชั้นต่างๆในที่
 ทำงานโดยที่ไม่ใช้ลิฟท์ ไม่ว่าจะเป็นเวลาไปตรวจ
 ความเรียบร้อยภายในที่ทำงานตามชั้นต่างๆจะเดิน
 อย่งเดียว บางครั้งรอลิฟท์ก็นานแสนนานกว่ามัน
 จะมา เดินยั้งดีกว่าตั้งเยอะ ถ้าที่ทำงานของผู้
 อ่านไม่เป็นตึกหลายชั้น ก็ออกเป็นเดินตามสวนหรือ
 รอบๆอาคารที่ทำงานในเวลาหยุดพัก ประมาณ
 10-15 นาทีก็ได้ หรือไม่ก็แค่เดินไปซื้อขนมปังที่
 หน้าปากซอยก็พอครับ

วิถีที่ 3 การหัวเราะ

เคยได้ยินคนเยอรมันเขาพูดว่า “Lachen
 verbindet” หรือแปลว่าหัวเราะ เขาหมายถึงว่า เวลา
 เราหัวเราะสนุกสนานร่วมกัน เราจะมีความรู้สึก
 ผูกพันกันขึ้นมา และเวลาเราหัวเราะ เราก็จะลืม
 ความเครียดไปในทันที ผู้เขียนเองเป็นคนที่ชอบ
 หัวเราะโดยเฉพาะเวลาเห็นคนอื่นเขาทำหน้าบูด
 หน้าบึ้ง หน้าอึมทู่ๆกัน มีความรู้สึกว่าเขา
 มันดูตลกอย่างไรก็ไม่ทราบ

วิถีที่ 4 ดื่มน้ำ

ผู้อ่านอาจจะคิดว่าผมบ้า อะ...ดื่มน้ำมันจะ
 ช่วยให้คลายเครียดได้อย่างไรกัน ลองดื่มน้ำดูนะ
 ครับแล้วจะรู้ เพราะว่าเวลาเราดื่มน้ำ เราจะเพ่งเล
 ความสนใจไปที่การดื่มน้ำของเรา และอีกอย่างการ
 ดื่มน้ำนั้นสำคัญต่อร่างกายเราเป็นอย่างมากและ
 ผู้อ่านจะมีความรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้นมาทันทีครับผม

ศิลปิน - ศิลปะ:



Model: Sangsuree Meemongkol(Chayamada)
Künstler: Monstermacher Michael Müller
Photographer: Ralf Markert

ความหมายของสี

โดย วัชรชัย เวย์รลิ่ง

นักวาดรูปบางคนใช้สีเพียงไม่กี่สีในการสื่อ บางคนมีเพียงสีขาวหรือดำ บางคนใช้สีอย่างเรียบง่าย บางคนใช้สี เป็นต้น เมื่อผู้ชมภาพวาดได้เห็นสีแดง สีเขียว สีฟ้าและสีอื่น ก็มีการรับรู้และสัมผัสเป็นของตนเอง สมมุติว่าเราเป็นนักวาดรูปอย่างน้อยๆ ก็ควรจะรู้จักความหมายของสีไว้บ้าง เพื่อที่จะนำสีไปสื่อแสดงถึงอารมณ์ต่างๆ เช่น ดีใจ โกรธ กลัว และเศร้าโศก เป็นต้น

โวล์ฟกัง ฟอน เกอเธ่ แบ่งประเภทของสีออกเป็น 2 กลุ่มคือ “aktiv” และ “passiv”

- สีที่อยู่ในกลุ่ม aktiv คือ สีแดง สีเหลือง และ สีส้ม
- สีที่อยู่ในกลุ่มสี passiv คือ สีฟ้า สีเขียว และ สีม่วง

สีที่อยู่ในกลุ่ม “aktiv” ซึ่งนักวาดรูปจะเรียกกันว่า “โทนสีอุ่น” สีในกลุ่มสี “passiv” คือ “โทนสีเย็น” ดิฉันจำได้ว่า ตอนที่ลูกยังเล็กอยู่นั้น หากวันใดลูกๆ ใส่เสื้อผ้าสีแดง สีเหลืองหรือสีส้ม วันนั้นพวกเขาจะซนเป็นพิเศษ สะดุดโน่น เดินชนนี่ อยู่ไม่นิ่งกันเลย หากวันใดลูกๆ ใส่เสื้อผ้าหรือสีเขียว ลูกๆ จะนั่งอ่านหนังสือหรือนั่งวาดรูปอย่างมีสมาธิ ลองสังเกตเด็กๆ ดูนะคะ

ดิฉันเชื่อว่า สีต่างๆ จึงมีความสำคัญต่ออารมณ์และความรู้สึกของเราเป็นอย่างยิ่งคะ ดิฉันชื่นชมผู้ที่แต่งตัวอย่างมีสีสัน เพราะเขาคนนั้นคือศิลปินคนหนึ่งคะ

สีให้ความรู้สึกแตกต่างกันไป

● **สีดำ (Schwarz)** เป็นสีแห่งความลึกลับ สีดำเป็นสีที่แสดงถึงความ น่ากลัว ทำลาย ความมืด ปัญหา การสิ้นสุด การสิ้นหวัง แต่ก็ยังหมายถึงความสง่าและเป็นเกียรติอีกด้วย ปัจจุบันนี้สีดำค่อนข้างเป็นที่นิยมในหมู่นักออกแบบ(Designer)

○ **สีขาว (Weiß)** ให้ความรู้สึก ความบริสุทธิ์ ความไร้อะไรเลย ความชัดเจน ความสมบูรณ์แบบ ความสะอาด แต่ยังหมายถึงความเยือกเย็น(เป็นสีของหิมะและน้ำแข็ง) และความเหินห่าง

● **สีเทา (Grau)** เป็นสีแสดงถึงการถ่อมตน ความสำนึกผิด ให้ความรู้สึกถึงความเศร้า ความเบื่อ ความไม่มั่นคง ความเป็นกลาง สิ้นหวัง ความเรียบง่ายและความจริงจัง

● **สีแดง (Rot)** เป็นสีที่ก่อให้เกิดความตื่นเต้น เราใจ เป็นสีแห่งความกล้าหาญ ให้ความรู้สึกถึงความรัก ความรุ่มร้อน การมีชีวิตชีวา การเป็นอันตราย การแค้น การก้าวร้าว ความโกรธและความโหดร้าย สีแดงเข้มนอกถึงความสง่าผ่าเผยและความปิติอิ่มเอิบ

● **สีส้ม (Orange)** ให้ความรู้สึกในการมองชีวิตในแง่ดี การมีพลัง มองโลกตามความเป็นจริง ความอบอุ่น กระตุน

● **สีเหลือง (Gelb)** ให้ความรู้สึก แจ่มใส ความร่าเริง ความเบิกบานสดชื่น ชีวิตใหม่ ความสด การแผ่กระจาย อำนาจบารมี

● **สีเขียว (Grün)** ให้ความรู้สึกถึงอกงามสดชื่น สงบ เยียบ ร่มรื่น ร่มเย็น การพักผ่อน การผ่อนคลาย ธรรมชาติ ความปลอดภัย ปกติ ความสุข ความสุขุม เยือกเย็น

● **สีน้ำเงิน (Ultramarine)** ให้ความรู้สึก สงบ สุขุม สุภาพ หนักแน่น เครื่องขั้ม เอกการเอางาน ละเอียด รอบคอบ สง่างาม มีศักดิ์ศรีสูงศักดิ์ เป็นระเบียบถ่อมตน

● **สีฟ้า (Blau)** ให้ความรู้สึก ปลอดภัย ปลอดภัย ไปรุ่งโล่ง กว้าง เบา โปร่งใส สะอาด ปลอดภัย ความสว่าง ลมหายใจ ความเป็นอิสระเสรีภาพ การช่วยเหลือ แบ่งปัน

● **สีม่วง (Lila)** ให้ความรู้สึก มีเสน่ห์ น่าติดตาม เร้นลับ ซ่อนเร้น มีอำนาจ มีพลังแฝงอยู่ ความรัก ความเศร้า ความผิดหวัง ความสงบ ความสูงศักดิ์

● **สีน้ำตาล (Braun)** ให้ความรู้สึกแก่หน้าก สงบเยียบ

● **สีชมพู (Rosa)** ให้ความรู้สึก อบอุ่น อ่อนโยน นุ่มนวล อ่อนหวาน ความรัก เอาใจใส่ วัยรุ่น นุ่มสาว ความน่ารัก ความสดใส

● **สีทอง (Gold)** ให้ความรู้สึก ความหรูหรา โอ้อำ มีราคา สูงค่า สิ่งสำคัญ ความเจริญรุ่งเรือง ความสุข ความมั่งคั่ง ความร่ำรวย การแผ่กระจาย

ภาพวาดและศิลปินที่ชื่นชอบ ศิลปินและรูปวาดในอดีต บทความจากผู้อ่าน



โดย ศิริพร สโรธนาเบิด

คนใดไม่มีดนตรีกาลในสันดานเป็นคนชอบกลนัก (พระราชนิพนธ์รัชกาลที่ ๖) น่าจะมาใช้เปรียบเทียบกับเรื่องของภาพวาด งานสลักได้ เพราะงานศิลปะไม่ว่าจะเป็นดนตรีภาพวาดทำให้เรามีความละเอียดละไมกับชีวิตมากขึ้น และผ่อนคลายจากความวุ่นวายเรื่องการทำมาหากิน เลี้ยงดูตนเอง การดูภาพวาดงานแกะสลักในพิพิธภัณฑ์ต่างๆ เป็นการผ่อนคลาย และทำให้ชีวิตเราได้เติมเต็ม ทุกครั้งที่มีความว่างมักจะใช้ไปกับการเยี่ยมชมงานของศิลปินทั้งไทยและเทศ แล้วก็พบว่าได้ตกหลุมรักกับศิลปินแนวอิมเพรสชันนิสต์ (Impressionism) ที่เป็นขบถกับขนบการวาดภาพแนวที่เคยมีมาแต่ชานานของพวกเขาปรมาจารย์ศิลปะ โดยนำเสนอภาพตามสิ่งที่ตนเห็นและรู้สึกมากกว่าเป็นเรื่องของการสมจริงสวยงาม ศิลปะแนวอิมเพรสชันนิสต์ เริ่มต้นในศตวรรษที่ 19 ในฝรั่งเศส หนึ่งในศิลปินผู้นำแนวทางนี้คือ โมเนต์ ที่หลายคนอาจจะเคยเห็นภาพดอกบัวหลายๆ แบบของเขา งานของศิลปินกลุ่มนี้ไม่ได้รับเลือกให้แสดงในห้องแสดงศิลปะที่ปารีส เพราะแปลกแยกจากแนวทางอนุรักษ์ที่เคยเป็นมา การไม่ได้แสดงในสถาบันศิลปะทำให้ศิลปินขาดโอกาสในการนำเสนอผลงานแก่สาธารณชน แต่พวกเขาก็ไม่ย่อท้อ จัดการแสดงผลงานของตนโดยเรียกว่า

ห้องแสดงศิลปะที่ถูกปฏิเสธ จนทำให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นแนวทางใหม่ของการวาดภาพ ต่อมาได้มีดนตรีและวรรณกรรมแนวอิมเพรสชันนิสต์ด้วย กลุ่มอิมเพรสชันนิสต์นี้มีศิลปินหญิงรวมอยู่ด้วยหลายคน จำได้ว่าเมื่อสามสี่ปีที่แล้วได้มีการแสดงผลงานของศิลปินหญิงแนวอิมเพรสชันนิสต์ที่หอศิลป์เมืองแฟรงค์เฟิร์ต และได้รับความสนใจเป็นอย่างมากพร้อมกับคำถามว่าทำไมผลงานของพวกเธอจึงไม่ได้รับการเผยแพร่เท่าศิลปินชาย ทั้งที่จำนวนผลงานและมีไม่ลายมือไม่ได้ต่ำต่อกันเลย ตัวอย่างข้างล่างเป็นผลงานของ Mary Cassatt ศิลปินหญิงแนวอิมเพรสชันนิสต์ชาวอเมริกัน แต่ใช้ชีวิตในฝรั่งเศส ชื่อ The Reader ที่นำเสนอผู้หญิงในมิติที่แตกต่างไปจากเรื่องความสวยงาม หรือบทบาทหน้าที่ที่ตายตัวของการดูแล ความเป็นแม่ แม่รี เป็นศิลปินหญิงคนแรกที่ผลงานได้รับเลือกให้นำมาแสดงแก่สาธารณชนในยุคนั้น

โมเนต์ (Claude Monet) ศิลปินฝรั่งเศสที่เป็นหัวหอกของการวาดภาพแนวอิมเพรสชันนิสต์ มีผลงานที่ได้รับการยกย่องและประสบความสำเร็จมากในการวาดภาพแนวนี้ In the Woods at Giverny เป็นผลงานชิ้นหนึ่งของเขา อันที่จริงโมเนต์โด่งดังมากจากภาพวาดชดุดอกบัว ในสวนที่ Giverny ซึ่งเป็นบ้านพักของเขาที่อยู่ไม่ไกลจากปารีส แต่ที่เลือกชอบภาพนี้เพราะเนื้อหาของเรื่องที่น่าสนใจของผู้หญิงในลักษณะสร้างสรรค์ แตกต่างไปจากผู้หญิงในภาพวาดส่วนใหญ่ที่เน้นความงามและบทบาทตายตัวของผู้หญิง ผู้หญิงสองคนในภาพนี้ใช้เวลาพักผ่อนด้วยการอ่าน และวาดรูป สีสรรที่กลมกลืนกับเส้นแปร่งที่เด่นชัดทำให้รู้สึกอบอุ่น และอยากจะไปนั่งอ่านหรือวาดรูปในภาพนี้กับพวกเธอด้วย

ส่วนอีกสองภาพที่ชื่นชอบตลอดกาล คือ ภาพชื่อ Starry Night ของ วินเซนต์ แวน โก๊ะท์ (Vincent van Gogh) ศิลปินชาวดัตช์ แนวอิมเพรสชันนิสต์ที่ใช้ชีวิตส่วนใหญ่ในเขตโปรวองซ์ (Provence) ทางใต้ของฝรั่งเศส และต่อมาได้พัฒนางานวาดภาพออกไปเป็นแบบเอกเพรสชันนิสต์ (Expressionism) ที่ไม่คำนึงถึงการวาดรูปให้เหมือนกับสิ่งที่เห็นจริง แต่ต้องการถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิด หวังอารมณ์ของศิลปินต่อสิ่งที่ตนได้เห็น งานชื่อ คี้นที่ประดับดาว ภาพแรกเป็นคีนประดับดาวที่แม่น้ำโรน ส่วนอีกภาพชื่อ คี้นประดับดาว เป็นตัวอย่างที่ดีของศิลปะแนวนี้ แวน โก๊ะท์ ประจงแต่งแต้มดวงดาว

ที่ทอแสงสुकสกาว่า ประดับบนท้องฟ้า เพื่อให้คีนสว่างไสว ในภาพแรกคู้รักหญิงชายประคองกันขึ้นชมคีนประดับดาว ส่วนภาพที่สองให้ความรู้สึกว่าแสงจากดวงดาวกำลังทอดคลุมหมู่บ้านที่เงียบสงบ แต่ในขณะที่เดียวกันก็มองเห็นได้ถึงอารมณ์ที่ขุ่นลงเหมือนเกลียวคลื่นของศิลปิน ยิ่งได้ฟังเพลง Starry Night ของ Dom McLean คลอไปกับการชมภาพก็จะยิ่งทำให้กระ้างซัดถึงอารมณ์ของแวนโก๊ะท์ ที่ก้าวกระหว่างความปรกติ และสับสน เส้นแปร่งที่วาดลงในภาพสะท้อนให้เห็นถึงอารมณ์ที่ปรวนแปร แต่ถ่ายทอดออกมาเป็นงานศิลปะที่งดงาม และเป็นอมตะ ดูที่เรื่อก็ดนึกถึงชีวิตรันทดของศิลปินผู้ยิ่งใหญ่ ที่มีชีวิตอันแสนสั้นแต่ผลิตผลงานอันมากมายแต่ขายได้เพียงรูปเดียวขณะยังมีชีวิตอยู่ แวน โก๊ะท์ ต้องจบชีวิตลงด้วยพิษบาดแผลจากปืน ในวัยเพียง 37 ปี

ยังมีภาพเขียนของศิลปินอีกหลายคนที่ยังชื่นชอบ แต่คราวนี้ขอเสนองานของศิลปินที่ชอบมาแต่ยังสาวและไม่เคยเปลี่ยนแปลงมาก่อน อันที่จริงก็ไม่ได้เรียนศิลปะมาจากไหน แต่ชอบดูงานศิลปะแม้จะไม่เข้าใจเทคนิคมากมาย ยึดตามคำของโมเนต์ที่ว่า ไม่จำเป็นต้องไปพยายามเข้าใจหรืออธิบายภาพวาด เพียงแต่ใช้สายตามองหาสิ่งที่เราชื่นชอบในภาพวาดนั้นๆ ก็คงเพียงพอแล้ว อันหลังนี้ว่าเองนะคะ

พร:พรเจ้าเป็นศิลปิน



โดย รุ่งฤดี รวดเมม

ดูรูปนั้นชิวสวยดี น่าสนใจ วาดได้เหมือนจริง น่าค้นหา มีคุณค่า น่าเป็นแรงบันดาลใจ ให้อยากทำบ้าง ได้ความรู้สึกรวมไปกับงานวาดชิ้นนั้นๆ ฯลฯ รวมไปถึงจนถึง ดูไม่รู้เรื่องว่า คนเขียนภาพ สีอะไรให้เรื่อกันแน่นะ อีกทั้งหนังสือก็เป็นศิลปะ อย่างหนึ่ง ที่ผู้อ่านได้รสชาติ จากการอ่านตัวอักษรที่ร้อย เข้า

ด้วยกัน ผมเป็นเรื่องราว ถ่ายทอดมาให้ผู้อ่าน ได้ เสพวรรณกรรมของภาษา จนสามารถจินตนาการไปตามตัวอักษร อีกทั้งยังอาจทำให้ผู้อ่านซาบซึ้งถึงกับน้ำตาไหลรินได้แนวความคิดใหม่ๆ หรือ แม้แต่หัวเราะ จนกลิ้งไปก็มี

สไตล์ศิลป์ ความสุนทรีย์ เส้นห์ ของเสียงดนตรี หรือที่ศิลปิน ผู้เล่น ผู้ขับร้อง เป็นการผสมผสานกันอย่างลงตัวของเสียงดนตรีและน้ำเสียงที่ซาบซึ้งกันอันไพเราะ ความชำนาญของศิลปินที่ได้สร้างสมประสบการณ์ ผ่านการฝึกซ้อมครั้งแล้วครั้งเล่า จนกลมกลืนเป็นเสียงที่หลังไหลซาบซึ้งเข้าไปในใจพร้อมที่จะสะกดใจของคนฟังได้ทุกขณะ เราผู้ฟังก็จะเลือกฟังตามความรสนิยมของตัวเอง

คำถามว่า ศิลปินที่ชื่นชอบ คือใคร มีผลงานดีเด่นอย่างไร และผลงานของศิลปินผู้นั้นสะท้อนเรื่องอะไรได้บ้าง เป็นคำถามที่ดี ทำให้ได้คิด แล้วใครกันเล่า ก็เราเอง มันว่างเปล่า ไม่เคยใส่ใจ ใครเป็นพิเศษ ได้แต่เป็นผู้เสพวรรณกรรมแล้วจะไปตอบคำถามนี้ได้อย่างไร อีกทั้งตัวเองไม่มีความรู้ทางศิลปะใดๆเลย แล้วจะไปตอบคำถามได้อย่างไร นั่งคิดทบทวนว่า ใครกันนะที่เราจะเลือกเอาเป็นศิลปินในดวงใจดี หายใจเข้าออกทิ้งไปก็หลายวัน จนกระทั่งวันหนึ่งคิดขึ้นได้ไปเยี่ยมผู้ช่วยระยะสุดท้ายก็คิดขึ้นมาในใจว่า การมีชีวิตอยู่ของคนเรา ก็เป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่มีพระพุทธเจ้าเป็นศิลปิน ทรงประธานพระธรรม ซึ่งตัวเองถือเอาน่าจะเรียกว่าเป็นศิลปะ น่าจะได้เพราะมนุษย์สามารถเข้าถึง เรียนรู้ ศึกษาให้เข้าใจ ปฏิบัติตาม และเห็นผลได้ด้วยตัวเอง อีกทั้งยังสามารถที่จะเผยแพร่ให้คนอื่น ๆ ความละเอียดอ่อนของพระธรรม มีคุณค่าทางจิต อย่างสูงยิ่ง ง่าย ๆ เริ่มตั้งแต่การเข้าใจถึงโครงสร้างของชีวิตคนเรามา มีองค์ประกอบด้วย ดิน น้ำ ลม ไฟ และ อายตนะ ทั้ง 6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ และสิ่งที่ทำให้คนเราแตกต่างกันก็คือการกระทำ ซึ่งมีใจ เป็นตัวหลัก ว่าจะเป็นผู้สร้างหรือผู้ทำลาย

ศิลปะการมีชีวิตอยู่นั้นเหมือนกับธรรมชาติของต้นไม้ซึ่งมีหลากหลายชนิดพันธุ์กัน แต่ละอย่างก็มีคุณค่าในตัวของมันเอง ต้นหญ้าก็มีคุณค่าในการปกคลุมดิน ต้นไม้ใหญ่ก็เป็นร่มเงาให้ทั้งคนสัตว์ และพืชเล็ก ๆ และอะไรได้อีกหลาย ๆ อย่าง ถึงกระนั้นไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่แค่ไหน มีคุณค่าหรือไร้คุณค่า ก็ต้องถึงจุดจบ ซึ่งจุดจบนั้นมันมีมาพร้อมกับการเกิดเสมอ เพราะถ้าไม่มีเกิด ก็จะไม่

การตาย แต่เราไปแยกให้มันอยู่ต่างขั้วกัน การเกิดคือความสุข การตายคือความทุกข์ หากเราเรียนรู้ที่จะสร้างศิลปะในการเข้าใจชีวิต ก็จะไม่เห็นว่าการตายเป็นสิ่งที่น่ากลัว แต่น่าเป็นอมตะมากกว่า เพราะเราจะต้องพบกับมันอย่างไม่มีทางหลีกเลี่ยง ศิลปะในการเตรียมใจให้พร้อมอยู่ทุกขณะจึงนับว่าเป็นศิลปะที่น่าค้นหา เพื่อให้คุณเคยและยอมรับว่า ไม่มีอะไรที่แน่นอนเลย

ศิลปินวิญญานตรู



โดย เกษศิริณร์ ชักแก้ว

ในยุคสมัยที่การนำเสนอตัวเองมีความสำคัญเทียบเท่ากับความสามารถ ผู้กล้าที่อ่อนน้อม ย่อมอยู่เบื้องหลัง ย่อมเป็นผู้สมควรได้รับการยกย่องและคารวะอย่างแท้จริง มีสักกี่คนที่ทราบว่า ใครเป็นผู้ฝ่าฟันให้การเรียนดนตรีกลายเป็นความใฝ่ฝัน เป็นความภาคภูมิใจของครอบครัวและของสังคมไทยในปัจจุบัน ทั้งๆที่เรามีสำนวน "เด่นกินรำกิน" ซึ่งไม่ใช่คำที่นำซึ่งนชม ใครเป็นผู้ผลักดันให้วิชาดนตรีกลายเป็นวิชาเอกของคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใครสักกี่คนที่ทราบว่า เบื้องหลังวงดุริยางค์ BSO หรือ Bangkok Symphony Orchestra มีความเป็นมาอย่างไร ใครเป็นผู้ก่อตั้ง

นิสิตและนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ทั้งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและอีกหลายๆแห่ง ที่มีการเปิดการเรียนการสอนสาขาดุริยางคศาสตร์ สาขาดนตรีไทย และอีกหลายๆนาม ทราบหรือไม่ ว่า ก่อนที่คณะศิลปกรรมศาสตร์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งน่าจะเป็นคณะแรกที่มีการสอนศิลปกรรมในระดับมหาวิทยาลัยจะก่อตั้งขึ้นมาเป็นรูปเป็นร่าง อาจารย์ท่านใดได้ชวนช่วยหาห้องเรียนให้นิสิตและห้องพักให้อาจารย์ที่มีชื่อเสียงหลายท่านที่ได้รับเชิญมาสอน

มีใครกี่คนที่ทราบว่า ครู อาจารย์ และศิลปินผู้ยิ่งใหญ่ แต่มีความถ่อมตนอย่างยิ่ง ที่อยู่เบื้องหลังความเปลี่ยนแปลงด้านดนตรีของสังคมไทยเหล่านี้คือ รศ.ดร. โกวิทช์ ชันฉศิริ หรืออาจารย์โกวิทช์ที่เราเรียกและเคารพนับถือได้ด้วยความจริงใจ ท่านเป็นลูกของคุณพ่อสมบุญและคุณแม่สมจิตต์จากเมืองกรุงเก่าอยุธยา เป็นศิษย์ที่มีครูมาดูแลตั้งแต่ที่บ้าน และครูดนตรีของท่านก็คือ หลวงไพเราะเสียงซอ นายจ่านทรราชกิจ ครูชิน หงษ์รัตน์ ครูแสง อภัยวงศ์ ครูชชาติ พิทักษากร ฯลฯ และครูดนตรีที่ทำให้ท่านเกิดแรงบันดาลใจที่จะเรียนไวโอลินก็คือครูสุทิน เทศารักษ์ นักไวโอลินมือเอกสมัยนั้นนั่นเอง

อาจารย์โกวิทช์เป็นนักเรียนไทยคนแรกที่ได้รับทุนจาก Royal Conservatory of Music ของกรุงเฮก ประเทศเนเธอร์แลนด์ให้ไปเรียนไวโอลินนานถึง 7 ปี ท่านเป็นผู้เผยแพร่เพลงไทยเดิมโดยเล่นด้วยไวโอลินให้ชาวตะวันตกหลายประเทศในยุโรปและสหรัฐอเมริกาได้ตระหนักถึงอารยธรรมและวัฒนธรรมของไทยว่า ไม่ได้ยิ่งหย่อนไปกว่าชาติใดๆในโลก และยังทำให้ชื่อเสียงของคนไทยโดยเฉพาะหญิงไทยไม่โดนดูถูกเหยียดหยามเมื่อการมาเที่ยวเมืองไทยของชาวตะวันตกสมัยนั้นมุ่งไปที่การท่องเที่ยวทางเพศเป็นหลัก เนื่องจากท่าน

Der kleine Buddha – Auf dem Weg zum Glück

– ยศทา

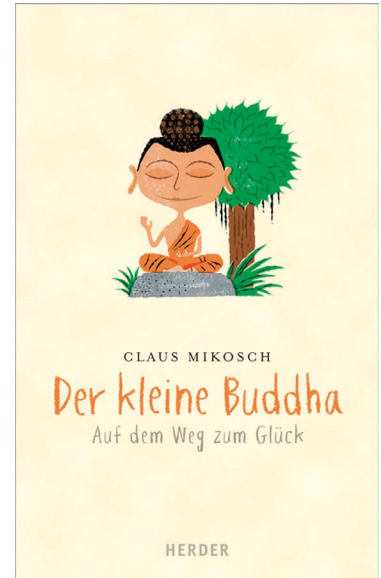
หากจะให้แปลชื่อหนังสือเล่มนี้โยทะกาจะแปลชื่อหนังสือเล่มนี้ว่า "สามเถรน้อยผู้แสวงหา" เขียนโดย Claus Mikosch โยทะกาไม่เคยอ่านหนังสือธรรมะในภาคภาษาเยอรมัน ถ้าให้สารภาพก็ต้องบอกว่าไม่เคยคิดจะอ่าน (เพราะเกรงจะยากเกินสมถะน้อยๆ จะเข้าใจ) ตอนที่หยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาดูโยทะกาไม่ได้สะดุดตาที่ชื่อหนังสือ แต่สะดุดตาที่ภาพวาดน่ารักๆ บนหน้าปกมากกว่า พอเปิดอ่านก็อ่านต่อเนื่องไปจนจบบทแรก เสร็จแล้วก็เดินไปจ่ายเงินโดยไม่ดูราคาหนังสือด้วยซ้ำ

สามเถรน้อยผู้สิ้นโคษนังสมาธิอยู่ที่ต้นโพธิ์แม้จะคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมและรักสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ แต่ก็รู้สึกเหมือนชีวิตขาดอะไรบางอย่างไป นั่นจึงเป็นที่มาของการออกเดินทางเพื่อแสวงหาเส้นทางที่สามเถรน้อยออกท่องเที่ยวไป ทั้งในเมืองใหญ่ที่เต็มไปด้วยความวุ่นวาย และบนเส้นทางที่เงียบสงบ สามเถรน้อยพบเจอผู้คนมากมายที่ล้วนให้ข้อคิดแห่งการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไป ความลับที่สามเถรได้เรียนรู้มีทั้งการปล่อยวาง มิตรภาพ การรู้จักตนเอง ฯลฯ

บทหนึ่งที่โยทะกาชอบเป็นพิเศษ คือบท

"หญิงชายชนมบั้งผู้โชคดี" ที่สอนให้สามเถรน้อยรู้ถึงคำว่า "การอยู่กับปัจจุบันอย่างมีความสุข" คนเรานั้นสามารถทำเรื่องง่ายให้เป็นเรื่องยากได้ง่ายนิดเดียว แต่ทำเรื่องง่ายให้เป็นเรื่องง่ายนั้นยากยิ่งนักผู้เขียนกล่าวว่าทุกบททุกตอนที่แฝงอยู่ในเรื่องนั้นไม่ใช่เรื่องใหม่ ล้วนเป็นเรื่องที่ถูกค้นพบและคงอยู่นานมาแล้ว เพียงแต่คนเราหลงลืมมันไปต่างหาก หนังสือเล่มนี้เป็นนิทานที่จะเรียกว่าปรัชญาการใช้ชีวิต ก็คงไม่ผิดนัก ทุกเรื่องล้วนเป็นคำสอนแนววิถีพุทธ หากมองตามเนื้อเรื่องอาจจะไม่ใช่แนวพุทธที่คนไทยเราคุ้นเคยนัก แต่เป็นพุทธที่เต็มไปด้วยกลิ่นอายแบบตะวันตกที่งดงาม เรียบง่าย และลึกซึ้ง

หนังสือเล่มนี้โดยโยทะกาคิดว่าอ่านไม่นานคงจบ แต่ผิดคาดโยทะกาใช้เวลาอ่านนานมาก เพราะเมื่ออ่านไปถึงที่ใดที่หนึ่งที่มีคำถาม มีความคิด มีเรื่องให้ทบทวน โยทะกาจะปิดหนังสือเพื่อไล่ตามหาสิ่งที่กำลังผ่านไป หรือสิ่งที่เคยผ่านไป ในชีวิต ครุ่นคิด บางทีก็หยุดอ่านไปหลายวันแล้วจึงหยิบมาอ่านต่อ เป็นการอ่านที่อ้อมเอมใจและมีความสุขจริงๆ

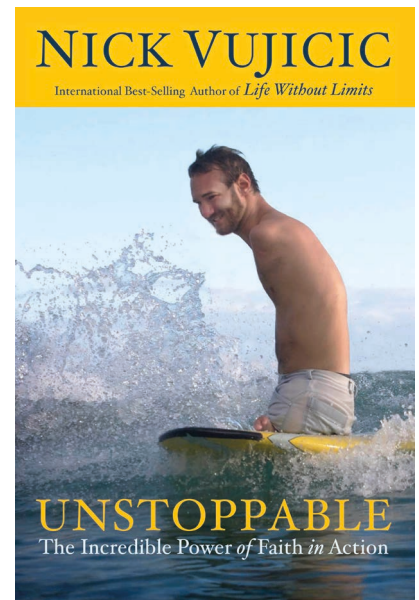


หยุดไม่อยู่ “unstoppable”

– ชาติมิน

คุณเกิดมาเป็นมนุษย์ มีร่างกายสมบูรณ์ อวัยวะครบ 32 ประการ แต่คุณคิดน้อยใจในโชคชะตาของตัวเอง ว่าทำไมเกิดมาไม่สวย ไม่หล่อ ไม่สูงยาว เขาดี หุ่นนางแบบ นายแบบ จมูกไม่โด่ง หน้าอกไม่เต่ง สะโพกไม่งอน ตาไม่มีเขม่าตาง คิ้วไม่โด่ง ดั้งคั่นศร เหมือนชาวบ้านเขา ต้องไปเจ็บตัว เสียเงินมากมาย ฟังมีดหมอ เพื่อที่จะผ่าตัดคั่นนั้น ฟังนี้ เสริมโน่น ให้ตัวเองดูสวย ดูหล่อ ถ้าคุณมีความคิดแบบนั้น ลองหันมาคุยผู้ชายคนนี้ละ นิก วูยิชิช (Nick Vujicic) หนุ่มออสเตเรียผู้พิการไร้แขนขา มาแต่กำเนิด เกิดมา มีแค่ร่างกายท่อนบน มีแค่เท้าคล้ายๆ ตีนไก่ยื่นออกมานิดเดียว แต่ขอบอกผู้ชาย

คนนี้ ทำอะไรได้มากมาย ฉันท้าพูดได้ว่า เขาทำได้มากกว่า คนที่เกิดมามีอวัยวะครบ 32 ประการ หลาย คน ด้วยซ้ำ อยากรู้จัก ผู้ชายคนนี้ ลองอ่านหนังสือเล่มนี้ละ “หยุดไม่อยู่” (unstoppable) จากการอ่านหนังสือของเขาเล่มนี้ ทำให้ฉันสำนึกได้ว่า ฉันโชคดีเหลือเกินที่เกิดมา มีมือ มีเท้า ทุกครั้งที่ฉันมีปัญหา และหาทางแก้ไม่ได้ ฉันจะหยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมา แคะเห็นรูปของนิก บนปกหนังสือ ฉันจะบอกกับตัวเองว่า ปัญหาแค่นี้เจ็บจ้อยมาก ดูตานิชิ ชิแซน เขาไม่มี เขายังอยู่ได้ ตอนที่ นิก แต่งงานกับสาวสวย ลูกครึ่ง ญี่ปุ่น-อเมริกัน มีลูกชายวัยกำลังน่ารัก นิกยังคงเดินทางไปทั่วโลก เพื่อพูดสร้างแรงบันดาลใจ





DARIKA

The Charming of Asia

จำหน่าย ผลิตภัณฑ์ เพื่อ นวดไทย สปาไทย นำเขาจากประเทศไทย
 น้ำมันนวด เช่น น้ำมันรำข้าว น้ำมันมะพร้าว น้ำมันดอกไม้ไทย น้ำมันตามราตุเจ้าเรือน
 ยาหม่อง ลูกประคบ เกลือแช่เท้า เกลือขัดเท้า ครีมนวดเท้า ผลิตภัณฑ์สปา ชูคหน้า และ บอดี้
 และอื่นๆ สินค้าคุณภาพดี ผลิตจากส่วนผสมธรรมชาติ



DARIKA GMBH

สนใจติดต่อ สอบถาม
 Tel.: 05685 922 3861

คุณหนอย 0162 1973 218, คุณเคน 0152 5706 1501
 e-mail : info@darika.de
 website : www.darika.de
 Facebook Page Darika The Charming of Asia

Schulgraben, 1 34593 Knuellwald, Germany



โรงเรียน ธาราไทยสปา

TARA THAI SPA ACADEMY



Tara Thai Spa Academy

สอนโดย ครู หนอย มัณฑนา พิเศษเลอเปิดสอนจดทะเบียนตามกฎหมายเยอรมัน
 ร่วมกับ Chiang Mai Spa Academy สอนโดย อ. ออ อนิดา ไทณะวานิก
 โรงเรียนจัดตั้งถูกต้องจากกระทรวงศึกษาธิการไทย
 และรับรองหลักสูตรจากกระทรวงสาธารณสุขไทย

เปิดสอน นวดไทย, นวดสวีดิช, นวดคอโรมาไทย, นวดเท้า, นวดประคบ,
 นวดหน้าสมุนไพร, นวดหินรอน ,สปา, สปาทริตเมนท
 ไทคำปรึกษาธุรกิจ/งาน นวดไทยสปาไทย ในเยอรมนี
 และ รับสอน/ อบรม นอกสถานที่

ทุกคอร์สการเรียนรู้พร้อม : สถานที่ , อุปกรณ์, สื่อการเรียนรู้, คู่มือ,
 ผลิตภัณฑ์ที่ไซสอนคุณภาพดี อาหาร, ที่พัก, คอร์สโยคะ, และฤกษ์ดีคั่น

สนใจติดต่อ
 คุณ มัณฑนา พิเศษเลอ 0162 1973218 , 05685 9227911

E-mail: academy@tara-thai.de
 www.tara-thai-academy.de
 Facebook page Tara Thai Spa Academy

Tara Thai Spa Academy
 Schulgraben 1 , 34593 Knuellwald Germany



ศิลปินกลางถนน กับภาษี

- พัทธา เรือนแก้ว

ศิลปินกลางถนนตามถนนคนเดินที่เราพบเห็นทั่วไปมักจะมีป้ายเล็ก ๆ ตั้งไว้หน้ากระป๋อง หมวก ฯลฯ รับเงินว่า Bitte eine kleine Spende ตั๋ว ขอบริจาคนิดหน่อย แต่บางทีก็มี เพราะมักเป็นที่รู้กันว่า หมวก กระป๋อง ฯลฯ ที่ตั้งไว้หน้ากระป๋อง นั้นเจ้าเงินที่มุดนำมาใส่ภาชนะเหล่านั้นจะถือว่าเป็นรายได้หรือไม่

ในช่วงที่อากาศดี ๆ ในถนนคนเดิน (Fußgängerzone) ในเมืองต่าง ๆ เรามักจะเห็นนักดนตรีแบบศิลปินเดี่ยวเล่นกีตาร์ บ้าง ไวโอลินบ้าง หรือ พิณ หรืออื่น ๆ หรือไม่ก็จะมีจิตรกรรมวาดภาพสีเส้นสวยงามบนถนน หรือบางครั้งก็จะมีนักมายากล และบ่อยครั้งก็จะมีศิลปินหุ่นนิ่ง ที่แต่งตัว แต่งหน้า ยืนนิ่งเหมือนรูปปั้น บางครั้งอาจจะมีการปรับอาภัพกิริยาบ้าง และหากสังเกตให้ดี ๆ ก็จะมีพบว่า ใกล้ ๆ กับพื้นที่ที่ศิลปินเหล่านี้แสดงจะมี หมวกบ้าง กลองกีตาร์เปล่าบ้าง หรือ กระป๋อง หรือ ภาชนะอะไรสักอย่างวางอยู่ใกล้ ๆ เพื่อให้ผู้ชมที่ชื่นชอบโยนเงินใส่ลงไป ก็คล้ายกับการขอบริจาคเป็นสินน้ำใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ศิลปินเหล่านี้ภาษาเยอรมันเรียกรวม ๆ กันว่า Straßenkünstler ผู้เขียนนิกคำสละสลวยขณะนี้ไม่ออก ก็ขอเรียกว่า ศิลปินกลางถนนไปก่อนแล้วกัน (ในใจคิดว่า อาจจะฟังดูดีกว่า ศิลปินข้างถนน ที่ดูจะอนาถในความรู้สึก)

เงินในกล่อง ในกระป๋อง ในหมวก ที่ศิลปินได้รับในแต่ละวัน ยังไม่เคยมีใครคำนวณ หรือศึกษาวิจัยกันเลยว่า ได้สักเท่าไร ต่อวัน และเมื่อรวมกันเป็นเดือน เป็นปี จะเป็นเงินจำนวนเท่าไร กันแน่ แล้วเงินเหล่านี้ถือว่าเป็นรายได้หรือไม่ และหากว่าเป็นรายได้ ก็หมายความว่าควรที่จะต้องเสียภาษีรายได้ด้วยไหม และรายได้ลักษณะนี้จัดอยู่ในประเภทไหน ในฉบับนี้เรามาคูยกกันเรื่องนี้จะคะ

รายได้ตามภาษาเยอรมันก็คือ Einkommen หรือ Einnahme เงินที่ได้รับเข้ามาในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ๆ หรือ อย่างสม่ำเสมอของครัวเรือน (จาก Wahrig deutscher Wörterbuch) หรือ บางทีก็รวมถึงทรัพย์สินที่มีมูลค่าเป็นตัวเงินได้ ความหมายนี้ค่อนข้างกว้าง ซึ่งหากพิจารณาดังนี้ เงินที่ศิลปินเหล่านี้ได้รับ ก็คือรายได้ อย่างหนึ่ง

แต่เงินเหล่านี้เป็นเงินบริจาค (Spende) หากเงินที่บริจาคให้ถือว่าเป็นรายได้ อย่างนั้นขอทาน Bettler ที่นั่งขอทานอยู่ตามถนนคนเดินก็เข้าข่ายมีรายได้ หรือตามภาษาเยอรมันคือ Einnahme ด้วยหรือไม่ ก็คงใช่เพราะ เป็นเงินที่ได้มา ณ ช่วงเวลาที่ขอทาน

แล้วรายได้ของ ขอทาน กับของ ศิลปินกลางถนน ต่างกันอย่างไร?

ในเวทีแลกเปลี่ยนในอินเทอร์เน็ตนี้ทกลงว่า รายได้ของขอทาน นั้นถือเป็นเงินบริจาค ที่มีคนให้โดยที่ ขอทาน ไม่ต้อง “ทำ” “มี” อะไรตอบแทน แต่ศิลปินกลางถนนนั้น แสดงศิลปะแขนงที่ตนเองร่ำเรียนมา เช่น แสดงดนตรีมายากล วาดภาพ แสดงหุ่นนิ่ง เป็นต้น เป็นการตอบแทนเงินนั้น รายได้ดังกล่าว จึงไม่ใช่เงินบริจาค แต่ว่าเป็นเหมือน ค่าตอบแทน สิ่ง(ศิลปะ) ที่ศิลปินมอบให้ผู้คน โดยอาจมองได้ว่าเป็น ค่าจ้าง ก็ได้ การแสดงของศิลปินเหล่านี้ก็อาจถือเป็นงานที่เรียกว่า กิจการส่วนตัว selbstständige Tätigkeit คือไม่ได้เป็นลูกจ้างใคร

การแสดงของศิลปินกลางถนนเหล่านี้ถือว่าเป็นกิจกรรมที่นำมาซึ่งรายได้ ตามกฎหมายเยอรมันจึงต้องเสียภาษีรายได้ กฎหมายว่าด้วยภาษีรายได้ Einkommensteuergesetz (EStG) มาตรา 1 กล่าวว่า ใครก็ตามที่มีถิ่นพำนัก (Wohnsitz) หรือ พำนักอาศัยอยู่ในประเทศเยอรมนีอย่างต่อเนื่อง และมีรายได้ มีหน้าที่ที่จะต้องเสียภาษีเงินได้ (รายได้) นั้น และตามกฎหมาย (มาตรา 8 - 21) กำหนดรายได้ที่จะต้องเสียภาษีไว้ 7 ประเภทได้แก่

- รายได้จากการทำงานเกษตร และป่าไม้
 - รายได้ กิจการธุรกิจ Gewerbebetrieb
 - รายได้จาก กิจการส่วนตัว selbständige Arbeit
 - รายได้จาก งานที่ไม่ใช่กิจการส่วนตัว ก็คือ เป็นลูกจ้าง หรือ พนักงานนั่นเอง
 - รายได้จาก กองทุน หรือการลงทุน เช่น จากดอกเบี้ยธนาคาร จากดอกผลของหุ้น จากเงินปันผล เป็นต้น
 - รายได้จาก ค่าเช่าบ้าน และที่ดิน
 - รายได้อื่น ๆ เช่น เงินบำนาญ เงินค่าเลี้ยงดู และจะมีอะไรอีกบ้าง กฎหมายก็ระบุไว้ชัดเจนในมาตรา 22 ใครอยากรู้ติดตามหาอ่านได้ในตัวบทกฎหมายนะคะ
- และแน่นอนหากว่ารายได้รวมทั้งเดือนไม่ถึง 450 ซึ่งเป็นงาน หรือ กิจการที่มีรายได้น้อย (geringsfügige Beschäftigung) ก็ไม่ต้องเสียภาษี

การเสียภาษี ขั้นตอนการดำเนินการ เงื่อนไข นิตยสารตีพิมพ์ เคยนำเสนอไว้แล้วในฉบับที่ 9 แม้ในฉบับนั้นจะเน้นไปถึงการทำกิจการส่วนตัวที่อาจมองว่าเป็นงานอดิเรกที่มีรายได้

ได้ แต่โดยหลักการทั่ว ๆ ไปก็จะไม่ต่างไปจากกันมากนัก ในฉบับนี้ก็จะข้ามไปไม่กล่าวถึง

ที่น่าสนใจที่อยากจะกล่าวถึงในที่นี้ก็คือ รายได้ของศิลปิน กลางถนนที่นั่นจัดเป็นรายได้จากหมวดไหน แน่นนอนคงเข้าข่าย ธุรกิจหรือกิจการส่วนตัว selbstständig มีบางความเห็นกล่าวว่า เป็น Gewerbebetrieb (กิจการธุรกิจ) บางทีน่าจะเข้าข่าย freie Berufe วิชาชีพอิสระ

ตามกฎหมาย EStG กล่าวว่า Gewerbebetrieb เป็นการประกอบกิจการที่ค่อนข้างจะต่อเนื่อง (ภาษาเยอรมันใช้คำว่า nachhaltig จะแปลตรงตัวว่า “ยั่งยืน” ก็กระไร ขอเป็นแค่ “ต่อเนื่อง” แล้วกัน) ด้วยมีวัตถุประสงค์ที่จะให้ได้มาซึ่งผลกำไร และการประกอบกิจการนั้นก็แสดงให้เห็นชัดเจนว่ามีส่วนร่วมในวงจรธุรกิจต่าง ๆ ด้วย ที่สำคัญกิจการดังกล่าวจะต้องไม่ใช่กิจการทางเกษตรกรรมและป่าไม้ รวมทั้งไม่ใช่วิชาชีพอิสระ หรือกิจการส่วนตัวอื่น ๆ ตามนัยยะมาตรา 18 กฎหมายว่าด้วยภาษีรายได้

วิชาชีพอิสระ หรือ freie Berufe นั้นหมายถึงอะไร กฎหมาย EStG มาตรา 18 วรรค 1 กล่าวถึงคุณสมบัติของ Freiberufler ไว้ว่า คือ ผู้ที่ทำงานส่วนตัว และรับผิดชอบในงานนั้น ๆ ด้วยตนเอง และงานที่ทำงานนั้นมักจะเป็น งานด้านวิชาการ ศิลปะ การประพันธ์ การอบรม หรือสอน เป็นต้น ในมาตรา 18 วรรค 1 ข้อ 1 ของ EStG มีตัวอย่างรายการว่าวิชาชีพไหนบ้างที่อาจจัดอยู่ในกลุ่ม Freiberufler เช่น แพทย์ ทันตแพทย์ สัตวแพทย์ ทนายความ วิศวกร สถาปนิก นักบริหารธุรกิจ (Volks- und Betriebswirte) ผู้ตรวจบัญชีที่สาบานตน ล่าม และ นักแปล เป็นต้น ซึ่งหากพิจารณาตามนี้แล้ว อาจมองได้ว่าน่าจะเป็นวิชาชีพที่ต้องผ่านการศึกษาระดับอุดมศึกษา แต่จริง ๆ แล้วก็ไม่จำเป็น เพียงแต่ว่างานที่ทำมักจะเป็นงานเชิงวิชาการ หรือที่ต้องใช้วิชาการมาเป็นองค์ประกอบหลัก ซึ่งอาจได้มาจากการศึกษาด้วยตนเอง หรือ จากการปฏิบัติงาน ที่เรียกกันว่า learning by doing ก็ได้

แล้ว Gewerbebetrieb กับ Freiberufler นั้นแตกต่างกันอย่างไร?

หากพิจารณาจากคุณสมบัติ คุณวุฒิด้านวิชาชีพ อาจต่างกันนิดหน่อยตรงที่ว่า Freiberufler เป็นนักวิชาชีพที่หลายสาขาต้องจบการศึกษาสาขานั้น ๆ แต่ Gewerbebetrieb ในหลาย ๆ องค์การจำเป็นต้องมีคนงานที่ต้องจบสาขาต่าง ๆ เช่นกัน ดังนั้นจึงไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะแยกแยะอะไรคือ Gewerbebetrieb หรืออะไรไม่ใช่ Freiberufler ได้อย่างชัดเจน

ยกตัวอย่างง่าย ๆ จิตรกร หากว่าขายผลงานของตัวเอง ก็ถือว่าเป็นรายได้จากกิจการส่วนตัว แต่หากว่าไปประมูลขาย ผลงานของคนอื่น ก็จะเป็นรายได้จาก Gewerbebetrieb หรือ หากว่าภาพเขียนนั้นมีการจัดทำเป็นโปสเตอร์วางขาย มีการโฆษณา ก็จะเข้าข่าย Gewerbebetrieb นั่นคือ หากเข้าสู่วงจรธุรกิจเมื่อไร ก็มักจะเข้าข่าย Gewerbebetrieb

แต่การที่จะบอกให้ชัดเจนว่าเป็นรายได้จาก Gewerbebetrieb หรือ Freiberufler โดย เรา ๆ ท่าน ๆ นั้นยากยิ่ง เพราะต้องพิจารณาแง่มุมทางกฎหมายมากมาย และโดยส่วนใหญ่แล้ว ผู้ที่จะพิจารณาในประเด็นนี้ก็คือ สรรพากร หรือ Finanzamt นั่นเอง หรือด่านแรกหากเราไม่แน่ใจ ผู้ที่ให้คำปรึกษาได้ดีก็คือ Steuerberater ซึ่งสามารถให้คำปรึกษาได้ว่า รายได้จากกิจกรรมนั้น ๆ จะเข้าข่ายใด

แล้วในทางภาษี จะมีความแตกต่างอย่างไรระหว่าง รายได้จาก Gewerbebetrieb และ Freiberufler?

ความแตกต่างตามกฎหมายว่าด้วยภาษีรายได้โดยทั่ว ๆ ไปอาจจะมีไม่มากนัก เพราะในการเสียภาษี ก็ต้องมีการคำนวณผลกำไร (Gewinn) อยู่แล้ว ซึ่งก็หักกลบลบกันด้วยรายจ่ายต่าง ๆ รายได้ที่ต้องเสียภาษีก็คือเจ้า Gewinn นี้แหละ ซึ่งก็ยังมีการหักโน่นนี่ได้อีก แต่สิ่งที่แตกต่างก็คือ หากเป็น Gewerbebetrieb จะต้องมีการแจ้งจดทะเบียนการทำกิจการ ที่เรียกว่า Gewerbeanmeldung ก็แจ้งกับ Gewerbeamt ในเมืองที่ตนเองประกอบกิจการ ซึ่ง Freiberufler ไม่ต้องทำ และ Gewerbebetrieb อาจต้องเสีย ภาษีวิชาชีพ Gewerbesteuer หากว่ากิจการนั้นเป็นกิจการที่มีเนื้องานตาม มาตรา 21 และ 35a กฎหมายว่าด้วยภาษีวิชาชีพ GewStG

อีกประการหนึ่ง Freiberufler มักจะทำเรื่องเสียภาษีในฐานะ Kleinunternehmer คือ ผู้ประกอบการรายย่อย ที่มักจะมีรายได้รวมทั้งหมด (ยังไม่ได้หักค่าใช้จ่าย) ไม่เกิน 17,000 ยูโร อันจะทำให้ไม่ต้องเสีย Umsatzsteuer คือภาษีที่เรียกเก็บโดยคำนวณจากฐานรายได้ทั้งหมดที่ได้รับเข้ามา ซึ่งเรื่องนี้ก็ได้เคยคุยกันไว้แล้วใน นิตยสารดี ฉบับที่ 9 ก็ยังไปค้นหา มาอ่านทบทวนกันได้นะคะ

ย้อนกลับมาที่ เงินบริจาค ตามกฎหมายเยอรมันกล่าวว่า เงินบริจาคที่มีผู้บริจาคให้ นั้น ไม่ต้องเสียภาษี หากว่าการบริจาคมันเป็นไปเพื่อให้นำไปใช้ในกิจการที่เป็นผลประโยชน์ต่อสังคม หรือไม่หวังผลกำไร ซึ่งตามกฎหมายเยอรมันก็คือ เพื่อ gemeinnütziger Zweck เงินบริจาคในที่นี้ก็จะมักจะเป็น เงินบริจาคที่สมาคม Verein มูลนิธิ Stiftung ต่าง ๆ ได้รับ การ

บริจาคต้องระบุชัดเจนนวเพื่อกิจการใด และองค์กรก็ต้องนำไปใช้เพื่อการนั้นจริง ๆ แต่หากว่า การบริจาค เป็นไปเพื่อกิจกรรมเชิงพาณิชย์ ก่อให้เกิดรายได้ ไม่ได้เป็นไปเพื่อกิจกรรมที่ไม่มุ่งผลกำไร เงินบริจาค่นั้นก็ถือเป็นรายได้ที่ต้องนำมาเสียภาษีแล้ว ขอทาน ละ ตามที่กล่าวไปแล้ว เงินที่ขอทานได้ ก็คงจะนำไปเลี้ยงชีพ เพราะคงไม่ได้มากมายขนาดที่จะนำไปลงทุนใด ๆ ได้ แต่ปัญหาอาจจะมีความว่าขอทานนั้นได้รับเงินช่วยเหลือจากรัฐ เช่น เป็นผู้ได้รับเงินที่เรา ๆ รู้จักกันว่า Hartz IV แต่ก็นั่นแหละ การติดตามหาหลักฐานไม่ใช่เรื่องง่ายเท่าไร และเจ้าหน้าที่ของรัฐก็ไม่ได้มีมากมายหรือมีเวลาวางมากพอที่จะไปเดินตรวจ รวมทั้งความคุ้มของการติดตาม “ขูดเลือดจากปู” ตามหลักเศรษฐศาสตร์ก็ไม่น่าจะคุ้มเท่าไร

แถมท้ายก่อนจบชนิดหนึ่ง นี่ยาวตั้งแต่ปี 1983 (พ.ศ. 2526) ศิลปินอิสระทั้งหลายรวมทั้งนักข่าว นักการหนังสือพิมพ์จะได้เฮ (จำนวนหนังสือพิมพ์ สื่อมวลชนไทย ที่ผู้เขียนแปลเองว่า จะได้รับสิ่งดี ๆ มีสิ่งดี ๆ จะมอบให้ คือได้ผลประโยชน์บ้าง) นั่นคือ มีการก่อตั้ง กองทุนสวัสดิการสังคมสำหรับศิลปิน Künstlersozialversicherung ย่อว่า KSK ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการประกันสังคมตามกฎหมาย KSK นี้คือกองทุนประกันสังคมที่เปิดโอกาสให้ ศิลปินอิสระ และนักข่าว นักการหนังสือพิมพ์ทั้งหลาย ได้มีโอกาสทำประกันสังคม คือจ่ายเบี้ยประกันในอัตราลูกจ้าง คือครึ่งหนึ่ง โดยอีกส่วนหนึ่ง (ครึ่งหนึ่ง) ทางรัฐจะเป็นคนจ่ายให้ ซึ่งก็หมายความว่า จะมีเบี้ยประกันสุขภาพ ประกันการตกงาน และประกันบำนาญ ใครที่จ่ายเบี้ยเข้ากองทุนนี้ก็สิทธิ์ที่จะได้รับผลประโยชน์จากกองทุนประกันต่าง ๆ เหมือนคนงาน พนักงานที่ได้ทำงานจ่ายเบี้ยประกันสังคม

สิ่งที่นำมาคุยกันข้างต้นก็ถือเป็นการคุยกันในเรื่องต้นเรื่องภาษีนั่นเกี่ยวข้องกับกฎหมายมากมายหลายมาตรา สิ่งที่กล่าวมาทั้งหมดก็เป็นเพียงข้อมูลเบื้องต้นและทั่วไป แต่ละคนย่อมมีกรณี หรือเงื่อนไขที่แตกต่างกันไป ดังนั้นหากต้องการให้รู้แน่ชัด ก็คงต้องไปหาหรือ ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับภาษี Steuerberater หรือ ไปหา Finanzamt เองเลยก็อาจจะได้ข้อมูลที่แจ่มแจ้งชัดเจน ก็ขอให้ถือว่าสิ่งที่นำมาคุยนี้เป็นข้อมูลเริ่มต้นเพื่อการค้นหาต่อไปนะคะ

Moral der Geschichte ก็คือ ทำงานมีรายได้เมื่อไร ต้องเสียภาษี

ข้อมูลเพิ่มเติม

- http://www.gesetze-im-internet.de/estg/_2.html
- http://www.gesetze-im-internet.de/estg/_15.html
- http://www.hk24.de/recht_und_steuern/steuerrecht/steuerexi_ordner/366674/freieBerufeGewerbe.html
- <http://www.kuenstlersozialkasse.de/>
- <http://www.deutsche-rentenversicherung.de/cae/servlet/contentblob/219744/publicationFile/59078/C5001.pdf>





โครงการอบรมสุขภาพจิตครั้งที่ 2 (เยอรมนี) 19-27 กันยายน 2557 นพ.เทอดศักดิ์ เดชคง



*** 9-21 กันยายน 2557

สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (เยอรมนี) (NTO e.V.)
ติดต่อสอบถาม: ดร.พัทยา เรือนแก้ว Tel. 0521-891038
สุชาดา ไบเยอร์ Tel. 0178 5638589

*** 24 -25 กันยายน 2557

สมาคมไทยสปา (Thai Spa Vereinigung Deutschland e.V.)
ติดต่อสอบถาม: เตชินี ฮูบอิลด์ Tel. 0170 411414

*** 22-23 กันยายน 2557

โรงเรียนธาราไทยสปา (Tara Thai Spa Academy)
ติดต่อสอบถาม: มัณฑนา เพ็ญส์เลอร์ Tel. 0162 1973218
เคน Tel. 0152 57061501

*** 26-27 กันยายน 2557

สมาคมบ้านแสนสุข (Ban Saensuk e.V.)
ติดต่อสอบถาม: จิราภรณ์ ไมเออร์-คันทัพพ์ Tel. 07831-6958

*** อ่านรายละเอียดและข้อมูลการจัดในแต่ละแห่งที่ Facebook NTO ***

www.facebook.com/NTO.GERMANY

แนะนำท่านกงสุลใหญ่ นายเจริญรัฐ จิมสำราญ

สัมภาษณ์โดย เบญจมาศ ตลิงเลอร์

นายเจริญรัฐ จิมสำราญ เข้ารับหน้าที่กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2557 และจะครบวาระในวันที่ 30 กันยายน 2559 ก่อนที่จะมาประจำการที่สถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ได้ดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการกองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงการต่างประเทศ ในประเทศไทย



นิตยสารดี: ภาระหน้าที่หลักของสถานกงสุลใหญ่คืออะไรคะ

กงสุลใหญ่: ภาระหน้าที่หลักของสถานกงสุลใหญ่ คือ งานบริการด้านการกงสุลแก่ชาวไทยและชาวต่างประเทศ โดยเฉพาะชาวไทยในเขตอาณา 7 รัฐ ในเยอรมนี อาทิ การให้ความคุ้มครองและดูแลผลประโยชน์ของชาวไทย งานหนังสือเดินทางอิเล็กทรอนิกส์ งานบัตรประจำตัวประชาชนอิเล็กทรอนิกส์ งานทะเบียนราษฎร (ออกสูติบัตรและมรณบัตร จดทะเบียนสมรสและทะเบียนหย่า จดทะเบียนรับรองบุตร จดทะเบียนรับบุตรบุญธรรม รับแจ้งการสละสัญชาติ รับรองเอกสาร) งานตรวจลงตราคนต่างด้าว งานเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร งานส่งเสริมพระพุทธศาสนาในเยอรมนี และการส่งเสริมชุมชนไทยให้เข้มแข็ง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีงานอื่นที่มีชิ้นงานด้านการกงสุลโดยตรง เช่น การเป็นผู้แทนของรัฐบาลไทยและเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างรัฐบาลไทยกับรัฐผู้รับและรัฐในเขตอาณา งานด้านพิธีการทูตรับรองบุคคลสำคัญระดับสูงของประเทศที่เยือนเยอรมนีหรือเดินทางผ่าน

นิตยสารดี: ในเยอรมนีที่มีคนไทยจำนวนมาก ท่านมีภาระหน้าที่พิเศษอะไรหรือไม่

กงสุลใหญ่: ภารกิจพิเศษที่เกี่ยวข้องกับชุมชนไทยจำนวนมากในเยอรมนี (โดยเฉพาะในเขตอาณา) คือการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การเสริมสร้างชุมชนไทยให้มีความเข้มแข็ง กล่าวคือความเข้มแข็งทางจิตใจ ความเข้มแข็งของครอบครัว ความเข้มแข็งทางอาชีพ และความเข้มแข็งทางสุขภาพ ที่สำคัญคือ ชุมชนไทยต้องมีความรัก ความสามัคคี พึ่งพาอาศัยกันด้วยไมตรีจิตที่ดี สถานกงสุลใหญ่ฯ มีโครงการต่างๆ ที่สนับสนุนยุทธศาสตร์ดังกล่าวตามความเหมาะสม โดยการประสานกับผู้นำชุมชนต่างๆ ที่สถานกงสุลใหญ่ฯ มีเครือข่าย เพื่อจัดทำโครงการต่างๆ ที่ชุมชนแต่ละแห่งสนใจและให้ความสำคัญ รวมทั้งสอดคล้องกับนโยบายของสถานกงสุลใหญ่ฯ และรัฐบาล รวมทั้งร่วมมือและให้การสนับสนุนกิจกรรมทางพุทธศาสนาให้เป็นที่พึงทางจิตใจให้แก่ชุมชนไทยด้วย

นิตยสารดี: ท่านมีนโยบายในด้านการดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนชาวไทย รวมทั้งชุมชนไทยในเมืองต่างๆ เพื่อที่จะทำให้ชุมชนไทยในเยอรมนีเข้มแข็งอย่างไร

กงสุลใหญ่: ตามนโยบายเสริมสร้างชุมชนไทยให้มีความเข้มแข็งดังกล่าว ในเบื้องต้น สถานกงสุลใหญ่ฯ มีโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตชุมชนไทยให้เข้มแข็งขึ้น โดยจัดทำโครงการอบรมส่งเสริมอาชีพ จากการสำรวจความต้องการและประเมินผลเพื่อจัดทำโครงการต่างๆ และเสนอของบประมาณเพื่อดำเนินการจากกระทรวงการต่างประเทศ รวมถึง การจัดทำโครงการให้ความรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชาวไทยที่อาศัยในเยอรมนีโดยตรง ไม่ว่าจะเป็นกฎหมายไทยหรือเยอรมัน การอบรมเกี่ยวกับสุขภาพ/สุขภาพจิต การอบรมล่าม การเรียน/การสอนภาษาไทย การสอนดนตรีไทยและวัฒนธรรมไทย เป็นต้น

นิตยสารดี: ท่านมีโครงการใดบ้างที่ต้องการเน้นให้มีการดำเนินการเพื่อสนับสนุนกลุ่มคนไทย

กงสุลใหญ่: สิ่งที่เราจะผลักดันในเรื่องต้นและคิดว่าจะเป็นประโยชน์อย่างกว้างขวางต่อชุมชนไทยคือ กิจกรรมลำดับแรกที่จะส่งผลอย่างยั่งยืนให้แก่ชุมชนไทย ได้แก่ การสอนภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยให้แก่บุตรหลานชาวไทย เพราะสิ่งเหล่านี้คือรากฐานของสังคมไทย หากบุตรหลานของท่านไม่รู้และไม่เข้าใจภาษาและวัฒนธรรมไทย ตลอดจนประวัติศาสตร์ของชาติไทย เขาก็จะไม่มีความรักและความผูกพันกับประเทศไทย ขณะเดียวกัน ก็จะส่งเสริมให้วัดไทยมีบทบาทในการกลมเกลียวจิตใจของเยาวชนไทยและคนไทย ให้มีคุณธรรม จริยธรรมให้เข้มแข็งขึ้น มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เป็นคนดีของสังคม กิจกรรมลำดับถัดไปได้แก่ งานส่งเสริมอาชีพหรือกิจกรรมต่างๆ ดังนั้น กิจกรรมต่างๆ ที่ดำเนินการต่อไปจะต้องสอดคล้องกับแผนงานนี้ด้วย

นิตยสารดี: ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร เกี่ยวกับชุมชนไทยและสมาคมไทยในเยอรมนี

กงสุลใหญ่: ผมเห็นว่า ที่ผ่านมามคนไทยมีความน่ารัก เราได้ยินเสียงชมเชยถึงอธยาศัยไมตรีที่ดีงามของชาวไทยจากชาวเยอรมันบ่อยๆ รู้สึกดีใจที่เจ้าของประเทศชื่นชมและชื่นชอบชาวไทยและสังคมไทย ขอถือโอกาสเรียนชาวไทยในเยอรมนีด้วยว่า ท่านทั้งหลายคือผู้ที่ทำหน้าที่เป็นตัวแทนของประเทศไทยเสมือนเป็นทูตด้านวัฒนธรรมของประเทศไทยโดยที่ท่านไม่รู้ตัว ด้วยการเป็นคนดี มีน้ำใจ รักเพื่อนฝูงเสมือนญาติมิตร การห่วงหาอาทรกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกันยามเดือดร้อน และที่สำคัญมีความสามัคคีกัน ร่วมแรงร่วมใจกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม หลายคนมีความสามารถพิเศษด้านต่างๆ เช่น การเป็นผู้นำ สามารถให้ความช่วยเหลือชุมชนได้ บางคนเป็นผู้ที่มีความสามารถพิเศษเช่น การเล่นดนตรี และการพ้อนรำ ก็ได้มีส่วนช่วยแสดงออกถึงวัฒนธรรมไทยและเอกลักษณ์ไทยให้ชาวต่างชาติได้ประจักษ์อย่างซาบซึ้ง บางคนช่วยสื่อสารให้คนเยอรมันมีความเข้าใจที่ถูกต้องต่อประเทศไทยได้ โดยเฉพาะในยามที่ประเทศไทยประสบปัญหาและต้องการให้ชาวเยอรมันและมิตรประเทศมีความเข้าใจที่ถูก

ต้องและให้การสนับสนุนประเทศไทยในด้านต่างๆ เพื่อให้ประเทศไทยสามารถเดินหน้าฝ่าวิกฤติการณ์ต่างๆ ได้ นอกจากนี้ สมาคมไทยในเมืองต่างๆ นับว่าเป็นกลุ่มชุมชนไทยที่มีบทบาทที่เข้มแข็งและสำคัญอย่างมากในการให้ความช่วยเหลือชาวไทยในเยอรมนีที่ประสบปัญหาด้านต่างๆ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและได้ช่วยแบ่งเบารวมทั้งช่วยเหลือภารกิจของทางราชการได้มาก กล่าวกันว่า หากไม่มีสมาคมไทยต่างๆ ที่กำลังดำเนินกิจกรรมที่เป็นสาธารณะประโยชน์แก่ชาวไทยในเยอรมนีแล้ว ภาคราชการก็คงไม่สามารถดำเนินการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับชาวไทยในเยอรมนีเพียงลำพังได้อย่างทั่วถึงในช่วงที่ผ่านมาได้ ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของภาคราชการที่จะต้องเข้ามาร่วมมือและให้การสนับสนุนภารกิจของสมาคมไทยต่างๆ ที่ดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชาวไทยในเยอรมนีโดยรวมดังกล่าว

นิตยสารดี: ท่านมีสิ่งใดที่อยากจะฝากให้ชาวไทยและชุมชนไทยในเยอรมนีบ้างคะ

กงสุลใหญ่: ผมรู้สึกเป็นเกียรติที่ได้มาทำงานที่นี่อีกครั้ง (นับเป็นครั้งที่ 2) และรู้สึกขอบคุณเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนไทยในโอกาสต่างๆ โดยได้รับการต้อนรับด้วยอธยาศัยไมตรีแบบไทยๆ และเป็นกันเอง ผมเห็นว่า คนไทยมีคุณสมบัติพิเศษคือเมื่อไปที่ไหนเราจะมีเอกลักษณ์เรื่องความมีน้ำใจ ความสามัคคีและอธยาศัยไมตรีที่ดี สร้างความประทับใจให้แก่ทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ และขอให้ชาวไทยรักษาเอกลักษณ์ที่ดีๆ ของไทยนี้ไว้ตลอดไป นอกจากนี้ ชาวไทยส่วนใหญ่ก็เป็นผู้ที่เคารพกฎระเบียบของสังคม จึงไม่ใช่เรื่องยากที่จะยึดถือและปฏิบัติตามกฎหมายท้องถิ่นอย่างเคร่งครัดเพื่อให้เป็นผู้อาศัยที่ดีในบ้านของคนอื่น (ในเยอรมนี) ผมขอขอบคุณชาวไทยและชุมชนไทยที่ให้ความร่วมมือกับสถานกงสุลใหญ่ฯ ในการทำงานให้สำเร็จ ลุล่วงด้วยดีมาโดยตลอด ทั้งนี้ หากท่านมีปัญหาหรือต้องการปรึกษาหรือต้องการความช่วยเหลือจากสถานกงสุลใหญ่ฯ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ขอให้ติดต่อแจ้งเจ้าหน้าที่ของสถานกงสุลใหญ่ฯ เพื่อจะได้ช่วยกันหาแนวทางแก้ไขปัญหาต่อไป

Groß- und Kleinschreibung bei Farben

คำบอกสี - เขียนตัวเล็กหรือตัวใหญ่หนอ - ทรูตัวม

คำบอกสีต่างๆ อยู่ในกลุ่มคำคุณศัพท์ (Adjektiv หรือ Eigenschaftswort ไปโรงเรียนประถมศึกษา เด็กนักเรียนรู้จักในนามว่า Wiewort) ทำหน้าที่ประกอบคำนาม คำวิเศษณ์หรือคำคุณศัพท์ เพื่อให้เกิดความชัดเจนยิ่งขึ้น

คำถาม: สีมีทั้งหมดกี่สี

คำตอบ: มีเยอะเยอะไม่มีวันสิ้นสุด ที่สำคัญคือเราต้องรู้จักแม่สีก่อน แม่สีภาษาเยอรมันเรียกว่า Grundfarben หรือ Primärfarben อันมี

สีแดง (rot)

สีน้ำเงิน (ultramarineblau) และ

สีเหลือง (gelb)

ทั้งสามสีนี้สามารถนำไปผสมสีกันเพื่อให้เกิดสีอื่นๆ ต่อไป และยังสามารถนำคำบอกสีต่างๆ มาเขียนรวมกัน เพื่อให้เกิดคำใหม่ เช่น zitronengelb (สีเหลืองมะนาว), apfelgrün (สีเขียวแบบลูกแอปเปิ้ลเขียว), himmelblau (สีฟ้าแบบท้องฟ้า) เป็นต้น

คำบอกสี- เขียนตัวเล็กหรือตัวใหญ่มีดังต่อไปนี้

1. ทำหน้าที่เป็นคำคุณศัพท์ขยายคำนาม ให้เขียนตัวเล็ก แล้วผันตามเพศของคำนาม

■	สีแดง rot
■	สีม่วง violett
■	สีน้ำตาล braun
■	สีฟ้า blau
■	สีน้ำเงิน (ultramarine) blau
■	สีเขียว grün
■	สีเทา grau
■	สีดำ schwarz
■	สีเหลือง gelb
■	สีส้ม orange
■	สีชมพู rosa
■	สีขาว weiß

เช่น grüne Farbe , die roten Blutkörperchen, der gelbe Faden , der weiße Teppich เป็นต้น

ตัวอย่าง

Sie heiraten in weißer Kleidung oder in dem blauen Kleid oder mit einem schwarzen Anzug.

2. ทำหน้าที่เป็นคำวิเศษณ์ขยายคำนาม ให้เขียนตัวเล็ก แล้วผันตามเพศของคำนาม

ตัวอย่าง

Sie kleiden sich weiß.

Sie färbt die Haare schwarz.

Sie wurde rot.

ตัวอย่างคำผสม:

blutrot, dunkelblau, dunkelbraun, dunkelgrün, dunkelrot, einfarbig, farblos, feuerrot, goldgelb, hellblau, hellbraun, hellgrau, hellgrün, himmelblau, hochrot, kastanienbraun, knallrot, kreidebleich, rabenschwarz, rosarot, rotbraun, schamrot, schneeweiß, schwarzweiß, tiefblau, tiefrot, tiefschwarz ...

คำบอกสีเขียนตัวใหญ่ ในกรณีต่อไปนี้

1. เมื่อถูกทำให้เป็นคำนาม (der Substantivierung) เช่น Alarmstufe Rot เป็นต้น

ตัวอย่าง

Er mag beim Ei das Gelbe lieber als das Weiße. เขาชอบไข่แดงมากกว่าไข่ขาว

2. เมื่อเป็นชื่อเฉพาะ เช่น das Rote Meer, die Rote Erde, der Rote Fluss, das Rote Kreuz, Berliner Weiße, das Weiße Haus, die Weiße Rose เป็นต้น

จะเขียนตัวเล็กหรือตัวใหญ่ สรุปรายๆ ได้ดังนี้:

ตัวอย่าง

Sie heiraten in weißer Kleidung, weiß kleidet oder in Weiß.

- Sie heiraten in weißer Kleidung
⇒ Adjektiv: weiße Kleidung
- Sie kleidet sich weiß.
⇒ Adverb: weiß kleiden
- Sie ist in Weiß.
⇒ Nomen: in Weiß



โดยทั่วไปแล้วสามารถสร้างคำบอกสีต่างๆ ได้ โดยนำคำอื่นๆ มาผสม เช่น schneeweiß มาจากคำว่า Schnee + weiß การแปลคำๆ นี้ให้ถือกฎว่า ให้แปลความหมายของคำสุดท้ายก่อน คือ คำว่า weiß คำๆ นี้ น่าจะแปลว่า “สีขาวดังหิมะ”

สำนวนภาษาเยอรมัน (Redewendungen) นำเอาคำบอกสีไปใช้ในการสร้างประโยคหรือวลีหรือคำ เพื่อให้เห็นภาพและเข้าใจมากขึ้น

● **rot:**

- **heute rot, morgen tot** ใช้ในความหมายว่า หากมีใครสักคนเสียชีวิตโดยไม่ได้คาดคิดมาก่อน (Kommentar, wenn jemand unerwartet gestorben ist.)
- **der rote Faden** หมายถึง ความคิดที่แสดงออก (der leitende Gedanke) พื้นฐาน (die Grundlinie) มาตรการพื้นฐาน (das Grundmotiv) เช่น Der rote Faden dieses Kunstprogramms ist ein zweifacher: Schönheit und Wahrheit. - ความคิดที่แสดงออกของโปรแกรมงานศิลปะชิ้นนี้เป็นสองอย่าง “ความสวยและความจริง”

● **schwarz:**

- **warten können, bis man schwarz wird** หมายถึง รอไป ก็เปล่าประโยชน์ (umsonst warten) เช่น Auf sein Geld kann er warten, bis er schwarz wird. - เขารอรับเงินของเขา รอไปก็ไม่ได้เงินหรอก
- **schwarze Liste** หมายถึง คนที่เคยคดีติดตัว หรือคนที่เป็นผู้ต้องหา จึงถูกลงในบัญชีดำ ซึ่งเรามักจะพูดกันว่า “ชื่ออยู่ในบัญชีดำ” (Aufstellung verdächtiger, missliebiger Personen)

● **grün:**

- **grüne Witwe** หมายถึง ภรรยาที่มักถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว ใช้ชีวิตอยู่ในบ้านที่ล้อมรอบด้วยธรรมชาติหรือชายฝั่ง แม่จะอาศัยอยู่กับสามีก็ตาม แต่เหมือนกับว่าเป็นแม่หม้าย เพราะสามีได้อยู่บ้านน้อยครั้งมากเนื่องจากหน้าที่การงานของเขา ภรรยาต้องอยู่บ้านคนเดียว จึงเปรียบเหมือนชีวิตแบบแม่หม้าย (Ehefrau, die sehr viel allein, fast wie eine Witwe lebt, weil das Haus, das sie mit ihrem Man bewohnt, in

der grünen Natur(am Stadtrand) liegt und ihr Mann wegen beruflicher Verpflichtungen selten zu Hause ist.

● **blau:**

- **blauer Brief** แปลว่า จดหมายสีฟ้า หมายถึง จดหมายให้ออกจากการทำงาน (Kündigungsschreiben) เช่น Wer könnte einen blauen Brief bekommen? - ใครหนอ ที่อาจจะได้รับจดหมายให้ออกจากการทำงาน

○ **weiß:**

- **weiß wie die Wand** หมายถึง ซีดมาก (sehr bleich) เช่น Du bist ja weiß wie die Wand, ist dir schlecht? - หน้าเธอซีดมากเลย มีอาการไม่ดีใช่ไหม

● **gelb:**

- **(nicht) das Gelbe vom Ei sein** หมายถึง ที่ดีที่สุด (nicht das Beste sein) เช่น Sie merkt bald, dass der neuer Job auch nicht gerade das Gelbe vom Ei war. - อึกไม่นานเขาก็จะรู้ว่างานใหม่นี้ก็ไม่ได้เป็นงานที่ดีที่สุด

ครูต่อมได้ยกตัวอย่างเล็กๆน้อยๆสำนวนที่ภาษาเยอรมันนำคำบอกสีเข้ามาใช้ในประโยค และครูต่อมเชื่อว่า ผู้อ่านหลายคนที่อยู่เยอรมนี นานหลายปีคงจะได้ยินและเคยนำคำบอกสีไปใช้ในการสนทนาระยะ เช่น Ich sehr rot. Ich sehe gelb. Ich sehe grün. ประโยคเหล่านี้มาจากการเปรียบเทียบสีแดง สีเหลืองและสีเขียวที่ป้อมไฟจราจรนั่นเองค่ะ หรือ Er ist blau. แปลว่า เขาเมาแล้ว เป็นต้น



ขอบคุณภาพประกอบจากแม่แมว & น้องเวียงพิงค์

แหล่งที่มาของข้อมูล

- <http://www.duden.de/sprachwissen/rechtschreibregeln/Gro%C3%9F-%20und%20Kleinschreibung#K72>
- <http://www.deutschegrammatik20.de/adektiv/adektiv-deklination-unregelmaessig/>

โครงการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (4): โครงการพัฒนาดอยตุง ศูนย์วิจัยและพัฒนาน้ำมันและพืชน้ำมัน

- พัทธยา เรือนแก้ว (ต่อจากฉบับที่แล้ว)

เราถึงสนามบินเชียงใหม่เรียบร้อยแล้ว ฝรั่งเริ่มมารับเชิดฉัตรเรียบร้อยก็สองทุ่มกว่าแล้ว ดินดีไม่มีร้ายการอะไร ต่างแยกย้ายกันไปพักผ่อน นั่งมริบนั่งที่พาทกไทยต่างแดนกับดิฉันไปรับประทานอาหารเย็น(ถ้า) ตามที่ท่านทูตพาทกมาให้ดูแล เราเลือกร้านอาหารไทยพื้นเมืองภาคเหนือ อิ่มอร่อยแล้วก็กลับไปนอนเตรียมดูงานพรุ่งนี้



เช้าวันที่ 17 ก.ค. หลังอาหารเช้าเวลา 8.30 น. พวกเราก็มาขึ้นรถตู้เหมือนเช่นเคยเพื่อเดินทางไปดูงาน วันนี้ไม่ต้องรีบร้อนเท่าไรนัก (ในความรู้สึก) เพราะไม่ใช่การเดินทางในกรุงเทพฯ แต่ก็ต้องใช้เวลา (เหมือนเดิม) เพราะจากตัวเมืองเชียงใหม่ขึ้นดอยตุงก็ต้องใช้เวลาพอสมควร เราถึงโครงการพัฒนาดอยตุงก็เลย 9 น. ซ้ำกว่าเวลานัดไปนิดหน่อย เจ้าหน้าที่ของโครงการมาต้อนรับและพาเราไปห้องประชุมเพื่อฟังสรุปย่อเกี่ยวกับโครงการ จากม.ร.ว.ดิศนัดดา ดิศกุล ผู้อำนวยการโครงการพัฒนาดอยตุง

โครงการพัฒนาดอยตุง อันเนื่องมาจากพระราชดำริ ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2531 บนพื้นที่ดอยตุงจังหวัดเชียงใหม่ ครอบคลุมพื้นที่ประมาณ 93,515 ไร่ ให้ประโยชน์แก่ชาวบ้านซึ่งเป็นชนเผ่า 6 เผ่า 29 หมู่บ้าน จำนวนประมาณ 11,000 คน ที่ในอดีตไม่มีสัญชาติ ดำรงชีพด้วยการแผ้วถางป่าเพื่อทำไร่เลื่อนลอย ที่ดินบนดอยนี้ในอดีตคือขุนเขาหัวโล้นเป็นแหล่งปลูกฝิ่น ที่หน่วยงานราชการเข้าไม่ถึง สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีได้เสด็จพระราชดำเนินเยือนดอยตุงเป็นครั้งแรกเมื่อเดือนมกราคม พ.ศ. 2530 เมื่อพระชนมายุ 88 พรรษา ทรงเล็งเห็นปัญหาของชาวบ้านที่นี่และเริ่มโครงการ

พัฒนานี้ขึ้นมา ปรัชญาหลักของโครงการคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิต และส่งเสริมให้คนอยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างมีสำนึกและพึ่งพาอาศัยกัน

ม.ร.ว.ดิศนัดดา กล่าวถึงแนวคิดในการพัฒนาว่า “จะไม่ให้ปลาแก่ชาวบ้าน แต่จะให้เบ็ดตกปลา” หลักการในการทำงาน ก็คือ จะต้องเข้าไปหา เพื่อทำความเข้าใจถึงความเป็นอยู่ ความคิดของชาวบ้าน และให้ชาวบ้านเข้าใจเจ้าหน้าที่และโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของชุมชน ร่วมกันสร้างแนวทางการพัฒนา ดึงคนที่เคยปลูกฝิ่นเข้ามาเป็นบุคลากรโครงการ ไร่ฝิ่นคืนชีวิตให้ป่า สร้างให้เกิดความรู้สึกรักและเป็นเจ้าของพื้นที่ป่าเพื่อการอนุรักษ์ป่า ดิฉันฟังแล้วเหมือนได้กลับไปอยู่ในแวดวงกตเถียงถึงแนวคิดการพัฒนาชนบทเมื่อสมัยทำงานในหมู่บ้านหนึ่งของภาคอีสานเมื่อกว่า 30 ปี ล่วงมาแล้ว ที่พวกเราถือเป็นหลักในการทำงานว่า “เข้าไปหาเขา อยู่กับเขา ฝ่าเรี่ยนรู้” คิดในใจว่าเออแนวคิดนี้ก็ยังคงทันสมัยอยู่ไหมนี่

หลักการที่สำคัญอีกประการของโครงการก็คือ โครงการต้องสามารถเลี้ยงตนเองได้ โดยไม่ต้องพึ่งงบประมาณจากภายนอก จึงเกิดการสร้างแบรนด์ดอยตุงเพื่อเป็นช่องทางหลักในการหาราย

ได้สนับสนุน กิจกรรมต่าง ๆ อันประกอบด้วยหน่วยธุรกิจ 4 หน่วย ได้แก่ อาหาร หัตถกรรม การเกษตร และการท่องเที่ยว ที่ทำให้โครงการพัฒนาออยตุงฯ สามารถเลี้ยงตนเองได้ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 เป็นต้นมา

ระหว่างบรรยายก็มี กาแฟคอกเทล และแมกคาเดเมีย ให้ชิมด้วย จบการบรรยายเราก็ไปชม “หอแห่งแรงบันดาลใจ” ที่เป็นเหมือนพิพิธภัณฑ์ แสดงให้เห็นความเป็นมา แนวคิดหลักปรัชญาของโครงการ ก็ต้องดูอย่างผ่าน ๆ บาง เรื่องด้วยเวลาหลายต่อหลายอย่างที่ได้ฟังเมื่อสักครู่ก็กระจ่างมากขึ้นจากการชม หอฯ แห่งนี้แหละคะ จากนั้นเราก็ไปเดินชมความงามของพันธุไม้ในสวนแม่ฟ้าหลวง ก็แบบเดินผ่านไปแล่มองความงาม เราเดินย้อนมาทางสำนักงานที่เราเข้าฟังบรรยาย ถึงเวลาอาหารกลางวันพอดี เรายังประทานอาหารที่ ศาลาลีลาวดี ที่นั่น ม.ร.ว.ดิศนัดดา ดิศสกุล มาร่วมรับประทานกับเราด้วย เพื่อตอบข้อคำถามที่ยังอาจค้างคาในศาลาลีลาวดี มีผู้คนจากหลายมุมโลกมานั่งรับประทานอาหารอยู่ด้วย ล้วนเป็นคนหนุ่มสาวที่มาศึกษาดูงาน มาฝึกงาน รวมทั้งนักท่องเที่ยว ซึ่งก็คือรายได้ที่สำคัญของโครงการฯ

เสร็จอาหารอร่อย เราขึ้นรถเพื่อเดินทางต่อระหว่างทางก็แวะชมกิจกรรมของโครงการ อันได้แก่ โรงทอผ้า และผลิตภัณฑ์ผ้าฝ้าย รวมทั้งโรงคั่วกาแฟ ซึ่งมีร้านกาแฟสดให้บริการ คณะผู้ดูงานชาวเยอรมันก็ได้โอกาสลิ้มรสกาแฟหลังอาหาร จุดหมายปลายทางต่อไปก็คือ หอผืน อุทยานสามเหลี่ยมทองคำ ห่างจากอำเภอเชียงแสน 10 กิโลเมตร ที่ได้ชื่อนี้ก็คงเนื่องจากอยู่ไม่ไกลจากสามเหลี่ยมทองคำ เป็นบริเวณที่แม่น้ำโขงไหลมาบรรจบแม่น้ำโขง ตรงบริเวณนั้นกลางแม่น้ำโขงจะมีสันทรายเป็นเกาะมีรูปคล้ายสามเหลี่ยม เป็นรอยต่อของสามประเทศคือ ไทย ลาว และพม่า หรือจะเรียกว่าเขื่อนมัวร์ ตามรัฐบาลทหารก็ได้ ดินแดนแถบนี้ในอดีตคือแหล่งที่มาของเฮโรอีนจำนวนมาก การลักลอบค้าฝิ่น และลำเลียงยาเสพติดเกิดขึ้นบริเวณนี้ จึงนับว่าเป็นความเหมาะสมที่จะมี หอผืน ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นที่ประมาณ 250 ไร่ ล้อมรอบด้วยสวนอันสวยงาม หอผืนเป็นศูนย์นิทรรศการ แสดงประวัติความเป็นมาของฝิ่น คุณประโยชน์ และมหันตภัยของยาเสพติดต่อเศรษฐกิจ สังคม

และสิ่งแวดล้อม การนำเสนอเนื้อหาใช้เทคนิค มัลติมีเดียทันสมัย ไม่น่าเบื่อหน่ายได้ทั้งความรู้ และบันเทิงไปด้วย

ความเป็นมาย้อนไปถึง กฎบัตรกมวยในประเทศจีน ความชั่วร้ายของเจ้าอาณานิคมอังกฤษที่เป็นต้นตอให้คนหันมาสูบบุหรี่ เพียงเพื่อไม่ให้ประเทศตนเองขาดดุลการค้า และฝิ่นก็เข้ามาประเทศไทยได้ก็เพราะเจ้าอาณานิคมนี้แหละ คณะผู้ดูงานชาวเยอรมันคุยกันว่า นี่หากว่าคนอังกฤษมาเห็นเข้าอยากรู้จ้จว่าจะยอมรับความจริงได้ไหม

เรามีเวลาชมนิทรรศการเพียงชั่วโมงเดียวก็ต้องจำลาออกมา ที่จริงดิฉันก็เคยผ่านมาแถบนี้หลายครั้ง แต่ก็ไม่ได้เข้าชมเพราะเห็นว่า ค่าเข้าชมค่อนข้างสูง แต่เมื่อดูเนื้อหา และเทคนิคที่ใช้ ค่าทูลูบ่ารุงคงต้องสูงแน่ ๆ เพื่อให้แหล่งความรู้นี้คงอยู่ก็สมควรที่จะควักกระเป๋าจ่ายนะคะ

น้องมลพาคณะแวะชม สามเหลี่ยมทองคำ ก็นะอยู่ใกล้แค่นั้น ไม่แวะก็กระไร สามเหลี่ยมทองคำ เปลี่ยนไปอย่างมาก ดิฉันเคยไปครั้งแรกเมื่อสิบกว่าปีก่อน โดยขับรถจากเชียงแสนเลาะเลียบบแม่น้ำโขง ริมโขงมีเพียงพุ่มไม้ สามารถเห็นทัศนียภาพของแม่น้ำโขงได้เกือบตลอดเส้นทางตรงรอยสามเหลี่ยม จะมีแท่นหินแสดงให้เห็นรอยต่อตรงรอยต่อผู้ที่มาเยือนสามารถขึ้นชมกับธรรมชาติของสามเหลี่ยมทองคำได้ แต่สามเหลี่ยมทองคำที่เห็นในวันนั้น สองข้างทางเต็มไปด้วยร้านค้า บางก็สร้างอย่างถาวร บางก็เป็นเพิง มองไม่เห็นแม่น้ำโขงอีกแล้ว ตรงจุดที่เคยขึ้นชมวิวสามเหลี่ยมทองคำ มีพระพุทธรูปองค์โต มาประดิษฐานแทน ก็ได้แต่คิดในใจว่า นี่ละมังกรทองเที่ยวไทย

จากสามเหลี่ยมทองคำ คณะดูงานก็มุ่งหน้าเข้า อ.แม่สาย เพื่อดูงาน โครงการศูนย์วิจัยและพัฒนาชาน้ำมันและพืชน้ำมัน อ.แม่สาย จ.เชียงราย ซึ่งเป็นโครงการหนึ่งของมูลนิธิชัยพัฒนา เราได้รับการต้อนรับอย่างดีจากผู้อำนวยการศูนย์ เป็นผู้พาชมโครงการและบรรยายให้ทราบเกี่ยวกับโครงการโครงการศูนย์วิจัยฯนี้เป็นพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่ให้มีการศึกษาและทดลองปลูกชาน้ำมันจากประเทศจีน และพืชน้ำมันอื่นๆ และเพื่อเป็นโรงงานผลิตน้ำมันจากเมล็ดชาและพืชน้ำมัน ผลิตน้ำมันคุณภาพสูง

สำหรับการบริโภคและทำผลิตภัณฑ์ต่อเนื่อง อื่น ๆ เช่น โลชั่น น้ำมันนวด เป็นต้น ศูนย์วิจัยและพัฒนาชาน้ำมันและพืชน้ำมันแห่งนี้เป็นโรงงานต้นแบบที่เปิดให้เข้าชมได้ทุกจุดของการดำเนินงาน พื้นที่ทั้งหมดได้รับการออกแบบให้ใช้ประโยชน์ได้ทุกส่วน นอกจากนี้ด้านนอกของศูนย์ยังเปิดเป็นสวนสาธารณะ มีร้านอาหาร และร้านค้าที่สามารถจับจ่ายผลิตภัณฑ์ได้ด้วย อย่างไรก็ตาม โครงการปลูกชาน้ำมันเริ่มขึ้นเมื่อปี 2551 ผลผลิตยังไม่พอเพียงกับการนำมาผลิต ผลิตภัณฑ์จากน้ำมันต้นชาจึงขาดช่วงบ้าง และยังคงมีการสั่งซื้อเมล็ดชาน้ำมันมาจากประเทศจีนบ้าง

พวกเราเดินดูกระบวนการผลิต ซึ่งน่าสนใจทีเดียว ตอนได้ยินชื่อนี้ก็ไม่ออกกว่าจะเป็นอย่างไร คิดไปถึงชาที่เรา ๆ ท่าน ๆ ไซ้ชงดื่ม แต่ปรากฏว่าชาน้ำมัน เป็นพืชคนละตระกูลหน้าตาไม่ได้มีส่วนคล้ายกับชาที่เราดื่มแต่ประการใด

ดูโรงงานแล้ว พวกเราก็แวะร้านของโครงการที่มีผลิตภัณฑ์ชาน้ำมัน ซื้ของฝากติดไม้ติดมือกลับมา หนุ่มชาวเยอรมันที่ไม่ค่อยสนใจเรื่องชื้อของ ก็ไปนั่งจิบเบียร์รับลมเย็นที่ร้านอาหารของโครงการ รอคณะสุภาพสตรีเรารับประทานอาหารเย็นกันที่ร้านของโครงการฯ อิมหน้าสำราญแล้วก็อำลาผู้อำนวยการโครงการฯ เดินทางกลับโรงแรมในตัวเมืองเชียงรายเมื่อพลบค่ำ

ข้อมูลเพิ่มเติม

- http://www.chaipat.or.th/intranet/project/detail.php?project_id=377
- http://www.maefahluang.org/index.php?option=com_flexicontent&view=items&cid=68&id=105&Itemid=92&lang=th

คุยข้ามทะเลกับ “พลอยชมพู” - แม่หนูวัย

“พลอยชมพู” เด็กลูกครึ่งไทย-เยอรมัน ชาวอังกฤษบ้านนาจาในประเทศเยอรมนี ก่อนที่น้องพลอยชมพูจะย้ายถิ่นฐานจากประเทศเยอรมนีไปอยู่ประเทศไทย หลายคนที่ได้พบปะและพูดคุยกับเด็กน้อยคนนี้ จากวันนั้นมาจนถึงวันนี้ ชีวิตของเธอเปลี่ยนไปอย่างไร



ถาม: ชื่อเล่น “พลอยชมพู” ใครตั้งให้คะ

พลอยชมพู: คุณแม่ตั้งคะ สมัยก่อนพลอยชมพู ชอบเต้นเพลงของโซเชนาแม่พลอยเลยตั้งชื่อว่า พลอยเฉยๆ พอตอนหลังเพิ่มคำว่าชมพูเพราะแก้มแดงมากๆ และยังไม่มีใครชื่อนี้คะ

ถาม: ชื่อจริงเป็นชื่อไทย “ญานานีน ภารวี” มีความหมายว่าอย่างไรคะ

พลอยชมพู: ญานานีนเป็นชื่อฮีบรู/ฝรั่งเศส แปลว่า “พระเจ้าทรงเมตตา” ส่วน “ภารวี” เป็นชื่อกลางไทย แปลว่า “แสงแดด” คะ

ถาม: ช่วยเล่าชีวิตในวัยเด็กของน้องพลอยชมพู ช่วงที่อยู่ในเยอรมนีด้วยคะ

พลอยชมพู: เมื่อครั้งพลอยชมพูยังเล็กอยู่และเรียนในเยอรมนีจะไม่ค่อยมีเพื่อนคะ โดยเฉพาะเพื่อนร่วมชั้นที่เป็นผู้หญิงจะไม่ค่อยมีใครอยากคบพลอยชมพูมีเพื่อนสนิทที่เป็นผู้หญิงคนเดียวแต่จะมีเพื่อนผู้ชายมากกว่า เพื่อนๆ ที่คบ ส่วนใหญ่ก็เป็นคนต่างชาติเหมือนกัน เด็กคนอื่นๆ อาจจะเห็นว่าหน้าหน้าพลอยชมพูไม่เหมือนคนเยอรมัน ช่วงนั้นอ่านด้วยแหละคะ เพื่อนในวัยเด็กของพลอยชมพู แม่จะมีน้อยแต่เป็นเพื่อนที่ดีมากๆ คะ

ถาม: น้องพลอยชมพู ยังติดต่อกับเพื่อนๆ ร่วมชั้นเรียนประถมที่เยอรมนีอยู่หรือเปลาคะ

พลอยชมพู: ติดต่อกันทาง Facebook บ้าง แต่ไม่ค่อยได้คุยกันเท่าไรหรอกะ นานๆ ก็จะทักทายไปที คิดถึงคะ หากมีโอกาสได้กลับเยอรมันก็อยากจะแวะไปหาเพื่อนด้วย

ถาม: น้องพลอยชมพู ย้ายมาอยู่เมืองไทยได้กี่ปีแล้ว และปรับตัวลำบากไหมคะ

พลอยชมพู: เดือนกรกฎาคมปีนี้ก็จะครบ 4 ปีแล้วคะ ช่วงแรกๆ พลอยชมพู ต้องปรับตัวเรื่องอาหารการกินบ้าง จะกินอะไรไม่ค่อยเป็น แต่ตอนนี้กินได้หมดคะ อาจจะไม่มีชอบบ้างก็เป็นเรื่องปกติ ส่วนวัฒนธรรมที่เมืองไทยก็จะแตกต่างจากที่เยอรมนี เจอใครต้องไหว้ พลอยชมพู ปรับตัวได้เร็วคะไม่ได้มีปัญหา

ถาม: ตอนนี้น้องพลอยชมพู เรียนอะไรและเรียนที่ไหนคะ

พลอยชมพู: ตอนนี้น้องพลอยชมพู เพิ่งจบม.3 เป็นการเรียนด้วยระบบการศึกษาทางไกลคะ และกำลังจะสอบเทียบ IGCSE (ระบบการศึกษาทางไกลของอังกฤษ) ถ้าหากสอบผ่านปีหน้าก็จบม.6 เลยคะ และกำลังเรียนสะสมหน่วยกิตของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมศาสตร์ด้วย เรียนคณะศิลปศาสตร์ วิชาเอกภาษาอังกฤษ สอบผ่านแล้ว 5 วิชา ได้เกียรตินิยมอันดับ 3 การเรียนของน้องพลอยชมพู ทั้งหมดที่เล่ามานี้เรียนอยู่ที่บ้านคะ

ถาม: ทราบมาว่า น้องพลอยชมพู พูดได้หลายภาษา มีภาษาอะไรบ้างคะ

พลอยชมพู: ที่คล่องๆ จะมี 3 ภาษา คือ ไทย เยอรมัน และอังกฤษคะ เคยเรียนภาษาจีนด้วยนิดหน่อยได้แค่คำทักทายธรรมดาคะ

ถาม: น้องพลอยชมพู เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของบริษัทแกรมมี่ได้อย่างไรคะ

พลอยชมพู: พลอยชมพู เข้าร่วมการประกวดร้องเพลงรายการ “ซิงกิงคิดส์” พอเทพแรกออก บริษัทแกรมมี่ได้ชมรายการฯ และสนใจการร้องเพลงของพลอยชมพู จึงติดต่อไปที่รายการฯ คะ หลังจากนั้นก็ได้ไปอดิชั่นกับแกรมมี่ ต่อมาจึงเซ็นสัญญากันคะ

ถาม: หากให้เลือก น้องพลอยชมพู ชอบร้องเพลงหรือชอบแสดงภาพยนตร์คะ

พลอยฯ : เลือกร้องเพลงค่ะ เพราะการเป็นนักร้องได้เป็นตัวของตัวเอง ไม่เหมือนนักแสดงที่ต้องคอยสวมบทบาทเป็นคนอื่น อยากให้คนรู้จักพลอยฯ ในสิ่งที่พลอยฯ เป็น ไม่ใช่ในสิ่งที่พลอยฯ แสดงค่ะ

ถาม: คิดอย่างไรกับวงการบันเทิง เตรียมรับมือกับความไม่เป็นส่วนตัวบ้างหรือยังคะ

พลอยฯ : เมื่อเป็นคนของประชาชนแล้วก็ต้องเข้าใจว่าแฟนคลับหรือคนทั่วไปก็อยากรู้เรื่องของเรามาก เวลาทำอะไรก็ต้องระวังให้ดีเพราะแค่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็อาจจะกลายเป็นข่าวได้ บางทีโดนใส่ร้ายก็มี แต่ถ้าอยากทำงานนี้จริงๆ ก็ต้องเตรียมใจค่ะ เพราะเรื่องมันเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และบางเรื่องอาจจะถึงขั้นรับไม่ได้ก็เป็นได้ ตอนนี้ก็ยังไม่มีปัญหาอะไรกับเรื่องนี้เพราะปกติเวลาทำอะไรคุยกับใครก็จะระวัง จะพยายามรักษาน้ำใจอยู่แล้วค่ะ และเราต้องทำตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีด้วย แฟนคลับของพลอยฯ ส่วนมากจะเป็นเด็กเล็กและวัยรุ่นค่ะ

ถาม: นื่องพลอยฯ มีวิธีแบ่งเวลาอย่างไร เพราะต้องทำงานและเรียนด้วยนะค่ะ

พลอยฯ : วันไหนอยู่บ้านเต็มวันก็ต้องอ่านหนังสือค่ะ ไม่ว่าจะเป็นวันเสาร์หรือวันอาทิตย์ เพราะวันอื่นๆ พลอยฯ จะต้องเข้าไปที่บริษัทแกรมมี่ทั้งวันเพื่อเรียนร้องและเต้นหรืออัดเพลงบ้าง จะไม่มีเวลาอ่านหนังสือค่ะ

ถาม: นิยามการทำงานของนื่องพลอยคืออะไรคะ

พลอยฯ : จะทำงานอะไร ถึงเหนื่อยแค่ไหนถ้าใจรัก งานก็จะสำเร็จ

ถาม: รูปของนื่องพลอยแทบทุกรูปแสดงให้เห็นถึงคนที่มีอารมณ์ดีและร่าเริง นื่องพลอยเคยโกรธใครบ้างไหมคะ

พลอยฯ : ปกติพลอยฯ เป็นคนอารมณ์ดีไม่ค่อยโกรธใครเท่าไร น้อยครั้งที่จะโกรธใครและเวลาโกรธไม่ค่อยแสดงออกแบบรุนแรง แต่ก็มีบ้างเพราะถึงอย่างไร ก็ยังเป็นคนธรรมดาแหละค่ะไม่ได้ต่างจากคนอื่น

ได้ต่างจากคนอื่น

ถาม: ต้นแบบของนื่องพลอยฯ คือใครคะ

พลอยฯ : คนแรกคือคุณแม่ค่ะ เพราะรู้สึกว่าคุณแม่เก่งมากๆ บริหารได้ดีทุกอย่าง ดูแลทุกคนในครอบครัวดี และยังแต่งเพลงเพราะอีกด้วยด้วยที่แถมมีก็เป็นอีกคนหนึ่งที่พลอยฯ ชื่นชอบเพราะแต่งเพลงได้ดูใจมากๆ และหวังว่าสักวันหนึ่งจะได้ร่วมงานด้วย ส่วนไอคอดในการร้องเพลงก็จะมีพี่ดา เอ็นโดรฟินกับพี่บอย พีชเมเกอร์ เพราะพี่ๆ ร้องเพลงเก่งและมีเอกลักษณ์มากๆ ยังมีต้นแบบอีกหลายคนที่พลอยฯ ชอบแต่คงเขียนไม่หมดค่ะ

ถาม: ความปรารถนาของนื่องพลอยฯ สามข้อ นื่องพลอยฯ จะปรารถนาอะไรเอ่ย

พลอยฯ : 1. ขอให้ทำอะไรก็สำเร็จ 2. ขอให้ชีวิตมีแต่ความรัก ไม่เกลียดใครและไม่ถูกคนอื่นเกลียด 3. ขอให้มีความสุขกับครอบครัวนานๆ มีเวลาให้กันเยอะๆ ค่ะ

ประวัติโดยย่อของนื่องพลอย

Jannina W เกิดที่เมืองเล็กๆ ชื่อ สไตน์เฟิร์ต (Steinfurt) ประเทศเยอรมนี และเติบโตที่นั่นจนถึงอายุ 10 ปี เมื่อเดือนกรกฎาคม 2553 ครอบครัวของเธอได้ย้ายมาอยู่เมืองไทยและอยู่เมืองไทยจนถึงปัจจุบันนี้ (แต่ยังสามารถกลับไปพำนักในเยอรมนีได้ทุกเมื่อเพราะยังมีบ้านและทะเบียนบ้านอยู่ที่นั่น)

เธอมีพี่ชาย 3 คน (เกิดปี 2529-2531-2533) นื่องพลอยฯ ใฝ่ฝันอยากจะเป็นนักร้องที่มีชื่อเสียงระดับโลก!!

การศึกษา:

- 2546-2549: เรียนอนุบาลที่เซนต์มาติน เมืองสไตน์เฟิร์ต ประเทศเยอรมนี
- 2549-2553: เรียนชั้นประถม (ป.1-ป.4) ที่โรงเรียนเรกันโบเกนชูล เมืองสไตน์เฟิร์ต (Steinfurt) ประเทศเยอรมนี
- 2553-2555: เรียนชั้นประถม (ป.5-ป.6) โดยทำโฮมสคูล (เรียนที่บ้าน)
- 2554-25xx: เริ่มเรียนปริญญาตรีล่วงหน้า “สัมฤทธิ์บัตร” มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช คณะศิลปศาสตร์ วิชาเอกอังกฤษ (ในปี 2556 ได้เรียนล่วงหน้าไปประมาณ 1 ปีแล้ว)

เธอวางแผนจะจบระดับปริญญาตรีในปี 2560

- 2555-2556: เรียนชั้นมัธยมต้น ม1-ม.3 กับสถาบันการศึกษาทางไกลและจะจบระดับมัธยมต้นในเดือนมีนาคม 2557
- 2557-2558: รอจะเข้าสอบ IGCSE (การศึกษา นอกโรงเรียนของอังกฤษ โดยมหาวิทยาลัยแคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ) หากสอบผ่านตามแผน เธอจะจบชั้นมัธยมปลายในต้นปี 2558

ผลงานในวงการบันเทิง

ตั้งแต่ปี 2553 Jannina W ได้เข้าสู่วงการบันเทิงไทย โดยผ่านโมเดลลิง เธอได้แสดงภาพยนตร์โฆษณาและได้เข้าร่วมการประกวดหุ่นอ่อนพมาศ และหุ่นน้อยสงกรานต์ด้วย

เมื่อเธออายุ 11 ปี เธอพยายามที่จะเปลี่ยนทิศทางการแสดงของเธอจากนักแสดงมาเป็นนักร้อง เธอพยายามฝึกฝนร้องเพลงด้วยตัวเองอยู่ 3 เดือน จึงเริ่มสมัครเข้าประกวดร้องเพลงรายการเด็ก “ซิงค์กิ้งคิดส์” ทางไทยทีวีสีช่อง 3 ซึ่งออกอากาศทั่วประเทศ และเธอก็ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 (ได้ที่ 3) จากผู้เข้าประกวดทั่วประเทศกว่า 10,000 คน หลังจากที่เธอปรากฏตัวในรายการ “ซิงค์กิ้งคิดส์” ในเทปแรกนั้น ก็ได้รับการติดต่อจากบริษัทแกรมมี่ในทันที

ในเดือนกันยายน เธอได้ร่วมแสดงมิวสิกวิดีโอเพลง “ไกลแค่ไหนคือไกล” ของวง Getsunova จากการแสดงในครั้งนี้ทำให้เธอเป็นที่รู้จักในเวลาอันสั้นและเธอได้ร่วมร้องเพลง “ไกลแค่ไหนคือไกล” เวอร์ชันพิเศษ ทำให้เธอมีชื่อเสียงและเป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้นไปอีก (www.youtube.com)

ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2555 เธอก็ได้เป็นศิลปินในสังกัดของบริษัทแกรมมี่ (www.gmmgrammy.com) และเธอเริ่มเรียนร้องเพลงกับครูที่เชี่ยวชาญด้านการใช้เสียงตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2555 และยังได้ฝึกฝนทักษะอื่นๆ เช่นการแสดง การเต้น ด้วย และเพราะว่าเธอรักการร้องเพลง เธอจึงสร้างช่องยูทูปชื่อ Jannina W เพื่อร้องเพลงให้แฟนคลับฟัง และรักษาความใกล้ชิดให้แฟนคลับได้ติดตามผลงานของเธอในระหว่างที่เธอเป็นศิลปินฝึกหัดและไม่มีผลงานการแสดงใดๆ ในเดือนมิถุนายนนี้ ช่องยูทูปของเธอมีผู้ติดตามเกือบ 5 แสนคนภายในเวลาเพียง 15 เดือน

(ข้อมูลบทสัมภาษณ์ รวบรวมมาจากแฟนเพจของนื่องพลอยชมพู - www.facebook.com/Bankkyfot)



กราฟฟิตี้ (Graffiti) งานศิลปะหรือการทำลายล้าง - พวงกระป๋อง

ผู้เขียนเชื่อแน่ว่าหลายท่านหรืออาจจะทุกท่านต้องเคยเห็นภาพที่พ่นด้วยสีสเปรย์หรือรอยขีดเขียนในพื้นที่สาธารณะ เช่น บนกำแพงตึก สถานีรถไฟ รถไฟ ทรานสปอร์ต ผนังตึกร้าง ถนนข้างทาง สะพานลอย เสาไฟฟ้า หรือในพื้นที่ส่วนตัว แม้กระทั่งในที่ที่ไม่น่าเชื่อว่าจะเป็นป้ายไปพบหนังสือได้ ภาพเหล่านั้นมักมีลวดลายและสีสันที่เห็นเด่นชัด หรือเป็นภาพประหลาดๆ ที่มีตั้งแต่ภาพล้อเลียน ภาพสัตว์ ภาพการ์ตูน ตัวอักษร สัญลักษณ์ หรือภาพที่ดูไม่ออกว่าเป็นภาพอะไรกันแน่ ส่วนตรงมุมใดมุมหนึ่งของภาพเหล่านั้นจะมีการพ่นชื่อ นามแฝง หรือกลุ่มกำกับไว้ด้วย ดังเช่นที่นักวาดภาพทั่วไปนิยมทำกัน บางภาพดูเลอะเทอะจนน่าเวียนหัว แต่บางภาพก็อาจสวยงามน่าทึ่ง และน่าจะมีคนจำนวนไม่น้อยที่อาจตั้งคำถามในใจว่าผลงานดังกล่าว “เป็นงานศิลปะ” หรือ “เป็นการทำลายสมบัติสาธารณะ” กันแน่

ภาพที่กล่าวมาข้างต้นนั้นเรียกกันว่า “กราฟฟิตี้” (graffiti) ปัจจุบันกลุ่มที่นิยมพ่นสีสเปรย์หรือขีดเขียนบนกำแพงนั้นส่วนใหญ่มักเป็น “วัยซ่าบ” “วัยโจ๋” หรือกลุ่มคนที่เรียกตนเองว่า “ศิลปินข้างถนน” การพ่นสีสเปรย์และการขีดเขียนสำหรับพวกเขาถือเป็นการสร้างงานศิลปะ แต่อาจเป็นศิลปะที่ต้องห้าม เป็นวัฒนธรรมนอกกระแสที่เปรียบเสมือน “ขบถ” เป็นศิลปะที่ต้องอาศัยการหลบซ่อน และไม่เปิดเผยตัวผู้ลงมือกระทำ ผลงานส่วนใหญ่ที่พวกเขาสร้างสรรค์นั้นจะปรากฏทั้งในพื้นที่ส่วนบุคคลและพื้นที่สาธารณะที่อาจเสี่ยงหากมีคนมาพบเห็นขณะที่กำลังสร้างผลงานอยู่ การทำงานแต่ละครั้งจึงต้องลงมืออย่างรวดเร็วและแม่นยำ เพราะเป็นเรื่องที่ทำหายอำนาจของเจ้าหน้าที่รัฐ และอาจจะเป็นเพราะความเสี่ยงนี้เองที่ก่อให้เกิดความสุข เกิดเป็นแรงขับให้เจ้าของผลงานรู้สึกปลื้มและภูมิใจว่าตัวเองนั้น “เจ๋ง” ยิ่งนัก

ตามประวัติแล้วงานกราฟฟิตี้ไม่ใช่ของใหม่
ว่ากันว่าเป็นมาช้านานในประวัติศาสตร์
ตั้งแต่ยุคอียิปต์โบราณ โดยอาจพบเห็นภาพรอย
ขีดขีดตามหลุมฝังศพ ในวัด ตามหน้าผา และบน
รูปปั้นต่างๆ เรื่องราวที่ปรากฏนั้นมักเกี่ยวข้องกับ
ศาสนา เทพเจ้าแห่งสงคราม ความเชื่อ ชีวิตความ
เป็นอยู่ ประสพการณ์ และคำอวยพร กราฟฟิตี้
ในยุคโบราณไม่ได้มีภาพลักษณ์ของการทำลาย
สมบัติสาธารณะ ตรงกันข้ามเราอาจพบเห็นกราฟ
ฟิตี้ตามสนามประลองในยุคโรมันหรือศาสนสถาน
ต่างๆ คล้ายกับเป็นพื้นที่ให้ศิลปินได้มีโอกาส
ฝึกฝนงานด้านนี้

เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไปมุมมองเกี่ยวกับกราฟฟิตี้
ก็เปลี่ยนไปเช่นกัน ว่ากันว่างานกราฟฟิตี้ที่ถือเป็น
เรื่อง “ต่องาม” ครั้งแรกนั้นเกิดขึ้นในปี 1830 ที่กรุง
ปารีส เมื่อเด็กชายข้างถนนเริ่มขีดเขียนและพ่น
สีต่างๆ ในที่สาธารณะ จนงานศิลปะดังกล่าวได้รับความ
นิยมนจนแพร่กระจายไปอย่างรวดเร็วในหมู่
นักเรียนนักศึกษา นักโบราณคดี หรือแม้กระทั่ง
นักวิจัย การขีดเขียนและการพ่นสีนี้มีให้เห็นใน
พื้นที่โล่งทั่วไปจนแทบไม่มีที่ว่างหลงเหลือ นั่นจึง
เป็นที่มาของการห้ามและถือเป็นเรื่องผิดกฎหมาย
ที่ปรากฏชัดเจนเป็นครั้งแรก

ในปัจจุบันอาจพบเห็นกราฟฟิตี้แทบทุกที่และ
ทุกเมือง หากมองในมุมศิลปะ การขีดเขียนและ
การพ่นสีใน “พื้นที่ที่เป็นที่ปนทาง” หมายถึงในที่
ที่ได้รับอนุญาต เหมาะสม หรือการจัดนิทรรศการ
ศิลปิน “นักขีดเขียนและพ่นสี” เหล่านี้ก็สามารถ
มีชื่อเสียงและสร้างรายได้ให้ตัวเองได้ไม่น้อยเลย
แต่ทว่าหากนักขีดเขียนและพ่นสีเหล่านั้นมอง
ว่าตนเองเป็น “ศิลปินผู้ทำลาย” การขีดเขียน
และการพ่นสีนั้นสามารถทำได้ตามใจปรารถนา
การสร้างผลงานต้องเสี่ยง ทำทนาย และต้องเป็น
พื้นที่สาธารณะหรือพื้นที่ต้องห้ามเท่านั้น ผู้เขียน
มองว่าผลงานเหล่านั้นก็ดูไม่ต่างอะไรกับภาพขีด
เขียนของพวกมือบอน และการกระทำดังกล่าว
นี้อาจถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย

ในประเทศเยอรมนี การขีดเขียนและการพ่น
สีสเปรย์ในที่สาธารณะเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย
ร้ายแรง และเป็นการทำลายทรัพย์สินสมบัติสาธารณะ
ที่ถือว่ามีโทษหนัก

มาลองดูกันนะจะว่าโทษของการพ่นขีด
เขียนในที่สาธารณะนั้นเป็นอย่างไร

ผู้ที่ลงมือขีด พ่น ขีด โดยไม่ได้รับอนุญาต
ถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายซึ่งไม่เพียงแต่จะ
ถูกลงโทษทางกฎหมาย แต่ต้องรับผิดชอบต่อความ
เสียหายที่เกิดขึ้นในพื้นที่เหล่านั้นเป็นจำนวนเงิน
มหาศาลอีกด้วย ผู้กระทำผิดที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปี



ขึ้นไป หากถูกจับได้จะต้องรับโทษและชดใช้ค่า
เสียหายไปจนถึงอายุ 46 ปีเลยทีเดียว ซึ่งถือเป็น
คดีแพ่งที่ผู้กระทำผิดต้องชดใช้ยาวนานถึง 30 ปี

กฎหมายทั่วไปมีบทลงโทษเด็กและเยาวชน
(อายุระหว่าง 16-21 ปี) ที่กระทำความผิดกฎหมาย ดังนี้
ให้การอบรมและสั่งสอนกฎระเบียบด้านวินัย
ให้ความรู้ในเรื่องการกระทำที่ถูกต้อง และสิ่งที่
ห้ามกระทำ หรือให้ความช่วยเหลือในด้านวินัย
และความประพฤติ

ควบคุมความประพฤติโดยการดักเตือนหรือให้
กระทำการสำนึกผิด เช่น ให้ออกโทษให้ทำงานที่ได้
รับมอบหมาย ให้บริจาคเงินช่วยเหลือสาธารณกุศล
เป็นต้น หรือถูกควบคุมตัวโดยรวมไม่เกิน 4 สัปดาห์
ถูกลงโทษจำคุกในคุกเยาวชน (ระหว่าง 6
เดือน ถึง 5 ปี)

เด็ก (อายุต่ำกว่า 14 ปี) แม้จะไม่ได้รับบท
ลงโทษให้เป็นผู้ผิดตามกฎหมาย แต่ก็จะได้รับ
บทลงโทษสำหรับผู้เยาว์ และผู้ที่รับผิดชอบเต็มที่
ก็คือผู้ปกครอง

ในการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนมีโทษทั้ง
ทางคดีแพ่ง และคดีอาญา ซึ่งการลงโทษจะขึ้นอยู่กับ
อายุของผู้กระทำผิด ในคดีแพ่งเด็กเล็กจนถึงอายุ 7
ขวบ จะไม่มีความผิด (เป็นของตนเอง) ในส่วนของ

คดีอาญา เด็กเล็กไปจนถึงอายุ 14 ปี จะลงโทษตาม
บทลงโทษผู้เยาว์ อายุ 18 จนถึง 21 ปีจะลงโทษ
ตามกฎหมายเยาวชน และอายุตั้งแต่ 21 ปีจะถือ
เป็นผู้ใหญ่ บทลงโทษจะถือตามกฎหมายทั่วไป

น้องๆ ขาใจ ้วยจับ หรือแก๊งส์ขีดเขียนและ
พ่นสีสเปรย์จึงพึงระลึกไว้เสมอว่า การพ่นกำแพง
ด้วยอารมณ์เพียงนึกสนุก ได้ทำอะไรที่เสี่ยงและ
ทำทายนั้น อาจเป็นเพียงความสุขชั่วครู่ชั่วยาม
สุดท้ายจะไม่จบลงอย่างสวยงามแบบภาพที่พ่น
ขีดขีดลงไปบนพื้นที่ต้องห้าม แต่อาจจบลงแบบ
ยุ่งเหยิงเหมือนภาพบางภาพที่พ่นลงไป เพราะ
หากถูกจับได้แล้วจะต้องเสียเงิน เสียประวัติ
แล้วยังแทบจะเสียอนาคตเลยทีเดียว ก่อนลงมือ
สร้างงานกราฟฟิตี้ที่ใด ขอให้หยุดคิดสักนิด ซึ่งใจ
สักหน่อยว่าผลที่ได้คุ้มเสียหรือไม่ เพราะศิลปะ
ที่ตอบสนองความสะอาดอาจกลายเป็นตัวทำลาย
อนาคตของตนเองก็เป็นได้

ข้อมูลเพิ่มเติมเป็นภาษาเยอรมัน: www.polizei-beratung.de และ www.graffiti.de

วาทะ:บวกราตรีทัศน - หนูพัด ลูกพ่อพัน

ช่วงที่ผ่านมา พี่เขียนมีภารกิจที่ต้องนั่งเครื่องบินไปๆ มาๆ บ่อยครั้ง และเพื่อเป็นการสนับสนุนสายการบินแห่งชาติ ก็เลยบินด้วยการบินไทย ที่ไม่รู้ว่าไตรทัศนทำพ้า..



แหล่งภาพ <http://mujeractual.pe>

เครื่องของการบินไทยในช่วงหลังๆ ที่ผ่านมามีการปรับปรุงให้ทันสมัย และที่หลายต่อหลายคนตื่นเต้นก็คือเจ้าเครื่องบินสองชั้น Airbus A 380 ลำใหญ่โตที่การบินไทยใช้บินไปมากระหว่างสนามบินสุวรรณภูมิ และฟรังค์ฟวร์ท เจ้าเครื่องนี้ผู้เขียนก็ได้ใช้บริการทุกครั้งทีบินเข้าประเทศไทย หนึ่งในสิ่งทันสมัยของเครื่องบินก็คือ ระบบบริการด้านบันเทิง ที่มีทั้งภาพยนตร์ วีดีโอ รายการวิทยุ เพลงต่างๆ และในส่วนของเพลงผู้โดยสารยังสามารถสร้าง play list ของตัวเองได้ด้วย ผู้เขียนนั้นชอบฟังเพลง พอขึ้นเครื่องก็มักจะหาเพลงแล้วทำ play list ไว้ฟังเพลงโปรด ก็เพราะนั่งเครื่องบินบ่อยนี้แหละ เลยพบว่าเพลงต่างๆ ที่นำเสนอ นั้น ไม่ได้ยาวนาน แต่มีการสลับเปลี่ยนไปมา

น่าจะประมาณตั้งแต่ต้นปีนี้จะมั่งที่จะมีเพลงชุดของการบินไทย เป็นเพลงไทยที่จะจัดเป็นหมวดหมู่ ทั้ง รัก ซ้ำ และอื่นๆ ผู้เขียนพบเพลงหนึ่ง ชื่อเพลงดูคุ้นเคย เปิดฟังก็จำได้ว่าเป็นเพลงที่กัลยาณมิตรมือกีตาร์ฝีมือปรมาจารย์ (อันนี้รุ่นพี่คนหนึ่งให้ฉายา) เคยเปิดให้ฟังเมื่อครั้งกลับไปเยือนบ้านหลังจากเดินทางไกลกว่าปี เป็นเพลงร็อก ที่ในปีพ.ศ. 2529 ออกจะเป็นเพลงแนวใหม่สำหรับสังคมไทย อยู่ในอัลบั้มชื่อ ร็อก เล็ก เล็ก ศิลปินคือวงไมโคร นักร้องนำคือ อำพล ลำพูน ซึ่งโด่งดังจากบท น้ำพุ ที่ทำให้อำพล ลำพูน ได้รับรางวัลตุ๊กตาทอง และสุพรรณหงส์ รวมทั้งรางวัลดารานำชายดีเด่นในงานเทศกาลภาพยนตร์นานาชาติเอเชีย-แปซิฟิก ภาพยนตร์นี้สร้างจากนวนิยายอิงชีวิตจริง “พระจันทร์สีน้ำเงิน” ซึ่งได้รับรางวัลยอดเยี่ยมจากสัปดาห์หนังสือแห่งชาติปี 2519 บทประพันธ์ของสุวรรณี สุคนธา ผู้อ่านที่อยู่ในรุ่นราวคราวเดียวกับผู้เขียน (ขออนุญาตไม่บอกอายุนะคะ แต่จะพยายามคำนวณเองจากปีก็ไม่ว่ากัน) คงจำหนุ่มรูปงามคนนี้ได้ดี

ดนตรีนำของเพลงหนักแน่นตามสไตล์ร็อก วันนั้นบนเครื่องบินผู้เขียนจำเนื้อเพลงไม่ได้ เพราะนานมากแล้วที่กัลยาณมิตรเปิดให้ฟัง บทเพลงขึ้นต้นว่า

หนใดที่ใจเหงา ทุกคราวที่เราท้อ
ขอเพียงแต่มีแค่ใครคนหนึ่ง
ทุกซัจนสุดทนไหว ร้อนรนขึ้นยามใด
อยากจะบอกใครสักคน (ต่อด้วย)
ถึงใครต่อใครเขา เห็นเราหมดความหมาย
ขอเพียงแต่มีแค่ใครคนหนึ่ง
ถึงวันที่สับสน ทุกซัทนอยู่ในใจ
อยากจะบอกใครสักคน

เนื้อเพลงบอกอย่างตรงไปตรงมา ให้เห็นว่า คนเราในยามที่ทุกข์ร้อน ท้อแท้ ก็อยากที่จะบอกเล่าระบาย สิ่งทุกข์ร้อนให้ใครสักคนฟัง และก็ไม่ใช่เฉพาะในเวลาที่เราสร้อยเท่านั้น แม้แต่ในเวลาที่มีความสุข ประสบความสำเร็จ เราก็อยากบอก อยากเล่า ให้มีคนร่วมยินดีกับเรา

ถึงคราวที่สดใส ครั้งใดที่สุขสม
ขอคนชื่นชมแค่เพียงคนหนึ่ง
ถึงวันที่มองฟ้า คว้าดาวได้ตั้งใจ
อยากจะบอกใครสักคน

นั่นคือ ไม่ว่าจะทุกข์ หรือจะสุข ประสบความสำเร็จ หรือล้มเหลว คนเราก็อยากจะมีใครสักคนที่พร้อมจะร่วมรับรู้ รับฟัง ความทุกข์ และความสุขด้วย และจริง ๆ แล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องมีมากมายเลย คนเดียวก็พอ หากคนนั้นพร้อมที่จะรับฟัง อย่างเข้าใจ และพร้อมที่จะชี้หนทางแก้ไข ดังเดือนยามเราก้าวพลาด

เพียงคนเดียวจริงๆ ที่ขอไว้เป็นเพื่อน
เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ
มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสนล้านที่บนโลก
เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม
อยากจะบอกใครสักคน



แต่ความจริงที่ยิ่งกว่าจริง ก็คือ ทั้ๆ ที่มีเพื่อน มีคนรู้จักมากมาย แต่บ่อยครั้งเวลาที่ต้องการคุย ต้องการบอกเล่า ก็ดูเหมือนจะมองหาใครไม่ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโลกปัจจุบัน ที่อะไรต่ออะไรดู เร่งรีบ ทุกคนมีภาระ มีหน้าที่ มกหมุ่นอยู่กับปัญหา หนักหน่วงของตนเอง ไม่มีเวลา (หรือไม่มีเวลา) ไม่ได้ใส่ใจ กับคนรอบข้าง

การที่จะหา “คนฟัง” ที่ดี ที่พยายามฟังอย่าง ตั้งใจ ใส่ใจ ทั่วถึง ร่วมเศร้า และยินดี ไปด้วยอย่าง จริงใจ ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย สังคมไทยในเยอรมนี ก็ คงไม่ต่างกัน

มีกัลยณมิตรชาวเยอรมันบอกกับผู้เขียนว่า “คนไทยไม่รู้จักรับฟัง” “Die Thais können nicht zuhören” ท่านว่าจริงไหม

เคยไหม เมื่อเราเอ่ยปากเล่าเรื่องทุกข์ใจ เพื่อนก็ เอ่ยขึ้นโดยยังไม่รอให้เราเล่าจบ อาจด้วยคำปลอบ หรือไม่กี่เล่าเรื่องทุกข์ของตนเองให้เราฟังแทน

เคยไหม เมื่อเราดีใจที่สามมิได้เลื่อนขั้น มีเงินเดือนเยอะขึ้น พอเล่าให้เพื่อนฟัง เพื่อนก็รีบบอกว่า “จะมาเปรียบเทียบกับสามมิที่ไม่ได้รอก”

เคยไหม ที่เรากำลังเล่าเรื่องอะไรอยู่ แล้วเพื่อน ก็ตัดบทไปพูดเรื่องอื่น โดยที่เรายังไม่เล่าจบ

ประสบการณ์ดังกล่าวข้างบนนี้ หลายคนคงเคย พบเห็น มีประสบการณ์ตรง เมื่อพบกับเหตุการณ์ เหล่านี้ ความรู้สึกของเราก็คงไม่ต่างไปจากบทเพลง ที่ว่า อยากจะบอกใครสักคน หรือ ขอเพียงคนเดียว ที่เป็นเพื่อน แล้วจะมีใครบ้างไหมที่พร้อมจะให้เร าบอก พร้อมที่จะฟังเรา

การฟังโดยปล่อยวาง อย่างมีเมตตา จึงนับ ว่าสำคัญ เป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถทำให้ คนอื่นมี ความสุข หรือช่วยบรรเทาทุกข์ เพราะหลายๆ คน ต้องการเพียงระบายความในใจ ต้องการคนที่ จะร่วม โห่ร้องยินดี แค่ออกบอกใครสักคนเท่านั้น เท่านั้น จริงๆ คุณๆ ก็คงเคยมีอารมณ์แบบนี้บ้างในบางครั้ง

ปัจจุบันมีโครงการฝึกอบรมมากมาย โดยเฉพาะ ฝึกการพูด พูดให้ดี ให้เก่ง แต่ไม่เคยพบการฝึก การ ฟัง ผู้เขียนลองค้นๆ ในอินเทอร์เน็ต จะมีบทความ มากมายให้คำอธิบายไว้ว่า การฟัง คืออะไร ประกอบด้วยอะไรบ้าง สรรพคุณของการฟังนั้น คืออะไร แต่เกือบไม่มีที่จะชี้แนะถึงวิธีการว่า การ ฟัง จะฝึกได้อย่างไร

ผู้เขียนเคยพยายามฝึกฟัง ตอนที่ทำงานวิจัย โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงบรรยาย (narrative interview) บรรยายนี้หมายถึง เราถามแล้วให้ผู้ที่ เราสัมภาษณ์บรรยาย และหากว่าผู้ให้สัมภาษณ์ยัง บรรยายไม่จบ ห้ามถาม หรือพูดแทรกเป็นอันขาด สิ่งที่ทำได้คือ ตั้งใจฟัง สบตา พักหน้าว่าคล้อย ตาม อาจมีเสียง อืม อืม ได้ บางครั้งผู้สัมภาษณ์ พูดยาวเกือบชั่วโมงก็มี ซึ่งอาจปรีชาเหล่านี้ ซึ่ง ก็ไม่ใช่อะไร ก็คือ การฟังนั่นเองที่จูงใจให้ผู้พูด บรรยายสิ่งต่างๆ ในใจออกมา

มีบทความหนึ่งกล่าวไว้ว่า การทำสมาธิ ก็ถือ เป็นการฝึกการฟังอย่างหนึ่ง นั่นคือฝึกฟังเสียงความ เงียบ การฟัง อาจเป็นเหมือนของขวัญทั้งแก่ ผู้พูด และ ผู้ฟัง เพราะ

การฟัง คือการเปิดรับความคิดทุกอย่าง ทุกเรื่อง ทุกประสบการณ์ ทุกหนทางแก้ไข โดยไม่ตัดสิน ไม่ตีความ แต่ปล่อยให้อีกฝ่ายมีเวลาที่จะค้นพบ หนทาง ของตัวเอง การใส่ใจฟังคนหนึ่งที่กำลัง ทุกข์ ทรมาน มิใช่การแสวงหาวิธีแก้ไขปัญหา หรือ ให้คำอธิบายถึงความทุกข์ของเขา แต่เปิดโอกาสให้ เขา ได้พูด และพบหนทางของเขา ที่จะปลดปล่อย ตัวเองให้เป็นอิสระ

การฟัง คือ การให้สิ่งที่เราเองอาจจะไม่เคยได้ รับมาก่อน นั่นคือ ความใส่ใจ เวลา และการอยู่ ใกล้เคียง ด้วยความรัก มาหัดเป็นผู้ฟังที่ดีกันนะคะ

เพลง อยากจะบอกใครสักคน

หนใดที่ใจเหงาทุกคราวที่เราท้อ
ขอเพียงแต่มี แค่ใครคนหนึ่ง
ทุกขิ้นสุดทนไหวร้อนรนขึ้นยามใด
อยากจะบอกใครสักคน

ถึงใครต่อใครเขาเห็นเราหมดความหมาย

ขอเพียงแต่มี แค่ใครคนหนึ่ง

ถึงวันที่สับสนทุกขิ้นทนอยู่ในใจ

อยากจะบอกใครสักคน

สักคน ที่จ้ะรู้ สักคน จะได้ไหม สักคน

ถึงคราวที่สึดสึดครั้งใดที่สุขสม

ขอคนชื่นชม แค่เพียงคนหนึ่ง

ถึงวันที่มองฟ้าคว้าดาวได้ตั้งใจ

อยากจะบอกใคร สัก คน

ใจเรามันเป็นเพียงแต่เนื้อแค่ก้อนหนึ่ง

มันจึงมีเวลา จะอ่อน แอ

เพียงตัวเราลำพังอ้างว้าง ไร้ทางแก

จึงจำใจยอมทน เก็บไว้

แต่อยากจะทำบอกใครสักคน

เพียงคนเดียวจริงๆ ที่ขอ ไว้เป็นเพื่อน

เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ

มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสน ล้านที่บนโลก

เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม

อยากจะบอกใคร สัก คน

สักคน ที่จ้ะรู้สักคน จะได้ไหม สักคน

เพียงคนเดียวจริงๆ ที่ขอ ไว้เป็นเพื่อน

เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ

มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสน ล้านที่บนโลก

เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม

อยากจะบอกใคร สัก คน

ก็อยากจะบอกใคร สักคน

อยากจะบอกใคร สักคน

อยากจะบอกใคร สักคน

หนึ่งร้อยปีสงครามโลกครั้งที่ 1 ตอนที่ 2 - พจน วีเอนเดน

บัญชาการบาดแผลเดรื่องอุปโภคบริโภคเป็นหนึ่งในสาเหตุหลักของการพ่ายแพ้สงครามของกองทัพเยอรมันในสงครามโลกครั้งที่ 1 เหตุผลคือว่า ด้ฉฉจะรียบรียงถึงสภาพการณ์ทางการเมือง เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมของสังคมเยอรมันในช่วงศตวรรษที่ 19 โดยจะแบ่งบทความออกเป็นสองช่วง ช่วงแรกคือ การอธิบายถึงวิถีและสภาพการเปลี่ยนแปลงทั้งรูปแบบและพฤติกรรมการบริโภคของชนเยอรมันในช่วงเวลา:ระหว่างศตวรรษที่ 18 ถึง 19 ในบทความช่วงที่สอง ด้ฉฉจะลำดับเหตุการณ์โดยคร่าว เพื่อให้เห็นภาพโดยรวมและมองเห็นถึงพัฒนาการของบัญชาการบาดแผลเดรื่องอุปโภคบริโภคในช่วงเวลาสงครามโลกครั้งที่ 1

1. ศตวรรษที่ 18 ถึง 19 จุดเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคของคนเยอรมัน

พฤติกรรมกรรมการบริโภคของคนเยอรมันในช่วงระหว่างศตวรรษที่ 18 ถึง 19 ถือว่าเป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญยิ่ง เพราะสังคมทั้งระบบเปลี่ยนรูปแบบจากสังคมกสิกรรมเข้าสู่สังคมอุตสาหกรรมในทุกด้าน (Industrialisierung) เริ่มจาก การย้ายถิ่นฐานเข้าเมืองใหญ่เพื่อหางานทำ บทบาทของสตรีที่เปลี่ยนจากแม่บ้านเป็นการพึ่งพาตนเอง ต้องทำงานนอกบ้าน เพื่อหารายได้เพิ่มให้แก่ครอบครัว ซึ่งงานส่วนใหญ่ของสตรีในขณะนั้นก็คือ งานในโรงงานอุตสาหกรรมขนาดใหญ่นั้นเอง

รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากชนบทที่ปลูกพืชและผักเองกินเอง ก็เปลี่ยนเป็นเข้าสู่เมืองที่แออัด ไม่มีพื้นที่เหลือเพื่อปลูกผักกินเอง ต้องหาซื้ออาหารจากตลาด การบริโภคจึงไม่ขึ้นกับฤดูกาลเก็บเกี่ยว แต่ขึ้นกับว่า ตลาดมีอะไรขาย และมีเงินซื้ออย่างน้อยแค่ไหน การเปลี่ยนสภาพจากครอบครัวใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว การส่งต่อความรู้ในการดูแลครัวเรือน วิธีการปรุงอาหาร วิธีการถนอมอาหารที่แต่เดิมเป็นการถ่ายทอดความรู้จากแม่สู่ลูก จึงถูกตัดตอนเพราะการย้ายถิ่นฐานรูปแบบครัวเรือนที่เปลี่ยนเป็นขนาดเล็ก เนื่องจากภารกิจนอกบ้าน ทำให้เวลาเข้าครัวทำอาหารน้อยลง จากการเปลี่ยนแปลงในรายละเอียดต่างๆ เหล่านี้ ล้วนส่งผลถึงรูปแบบและพฤติกรรมกรรมการบริโภคโดยตรง

สาเหตุเหล่านี้จึงทำให้เกิดนวัตกรรมมากมาย เพื่อรองรับรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เรียกว่า "สมัยใหม่" ในช่วงเวลาตั้งแต่ ปี ค.ศ.1850 จนถึงช่วงเกิดสงครามโลกครั้งที่ 1 เช่น การริเริ่มเขียนและจัดจำหน่ายหนังสือสอนการทำอาหารและการจัดการครัวเรือน (Ratgeberliteratur) การพัฒนาวิธีการถนอมอาหารในบรรจุภัณฑ์รูปแบบกระป๋อง (Anbruch des Konservenzeitalters) การผลิตซูป

ก้อน (Fleischextrakt) เพื่อย่นย่อเวลาการเตรียมซูป ซึ่งเป็นหนึ่งในอาหารหลักของคนเยอรมันในขณะนั้น

การเปลี่ยนแปลงในระดับมหภาคได้แก่ การยึดระบบตลาดเพื่อซื้อขายเครื่องอุปโภคบริโภค¹ ซึ่งแน่นอนว่ารวมไปถึงการพึ่งพาสินค้านำเข้า² จากประเทศเพื่อนบ้าน การพัฒนาระบบขนส่งอย่างต่อเนื่อง ทั้งเส้นทางเดินทะเลตลอดจนการรถไฟ การเพิ่มจำนวนประชากรอย่างรวดเร็ว³

การเปลี่ยนแปลงข้างต้นจึงเป็นดังการปฏิวัติ (Revolution) รูปแบบการดำเนินชีวิตของชาวเยอรมันในทุกภาคส่วน และจากสภาพสังคมที่พัฒนาไปในทิศทางบริโภคนิยม ทำให้ประเทศเยอรมันจำเป็นต้องพึ่งพาการนำเข้าเครื่องอุปโภคบริโภคจากภายนอกเป็นจำนวนมาก

2. เมื่อสงครามเริ่มต้นในฤดูร้อนปี ค.ศ. 1914

นโยบายแรกของประเทศอังกฤษคือการประกาศปิดน่านน้ำและสกัดกั้นเส้นทางการเดินเรือของประเทศเยอรมันในทุกเส้นทาง⁴ ที่รู้จักกันดีว่า Seeblockade ist Hungerblockade⁵ ดังนั้นปริมาณการซื้อขายระหว่างประเทศจึงลดลงอย่างไม่มีทางเลือก ยิ่งกว่านั้นการพึ่งพาการนำเข้าอาหารสัตว์จากประเทศรัสเซียก่อนการเกิดสงคราม ทำให้การปลูสดัวในประเทศหยุดชะงัก

นอกจากนี้คนเยอรมันต่างก็เข้าใจว่า สงครามจะสิ้นสุดลงในเวลาไม่นาน รัฐบาลออกมาชวนเพื่อประชาชนว่าเหล่าทหารจะได้กลับมาทันฉลองเทศกาลคริสต์มาสพร้อมหน้ากับครอบครัว ไม่มีใครคิดว่าสงครามจะยืดเยื้อยาวนานร่วม 4 ปี

การคาดการณ์ที่ผิดพลาดของรัฐบาลในส่วนของการกักตุนเสบียงอาหาร อย่างเช่น ในกรณีสังหารหมู่นสุกร (Schweinmord) ในช่วงต้นปี ค.ศ. 1915 สุนัขจำนวน 1 ล้าน 7 แสนตัวทั่วประเทศต้องถูกส่งเข้าโรงเชือดโดยเป็นคำสั่งของรัฐบาล ด้วยรัฐบาล

1. การเปลี่ยนรูปแบบจากการเพาะปลูกพึ่งพาตนเองกลายเป็นพึ่งพาผลผลิตจากตลาดนั้น เห็นได้ชัดเจนจากสถิติในช่วงปี ค.ศ. 1870 ประชากรราว 50 เปอร์เซ็นต์ยังคงหาเลี้ยงชีพด้วยการกสิกรรม แต่ในปี ค.ศ. 1913 ลดอัตราลงเหลือเพียง 33 เปอร์เซ็นต์

2. สินค้านำเข้าที่สำคัญในขณะนั้นเช่น ผลิตภัณฑ์นม ไขมันจากพืช อาหารสัตว์และ ปุ๋ย

3. ในปี ค.ศ. 1913 มีประชากรเยอรมันกว่า 65 ล้านคน

4. ในยุคนั้น กองทัพเรืออังกฤษถือว่าแข็งแกร่งที่สุดในโลก

5. การสกัดกั้นเส้นทางเรือ คือการสกัดกั้นความหิวโหย แปลโดยผู้เขียน



แหล่งภาพ www.rp-online.de

ประเมินว่า ปริมาณการกักเก็บและการเก็บเกี่ยวมันฝรั่งซึ่งเป็นส่วนผสมในอาหารสัตว์นั้นจะไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงประชากร การสังหารสุกรจำนวนมากในมหาวิทยาลัยเดียวตั้งแต่ช่วงแรกของสงครามทำให้เกิดปัญหาการขาดแคลนเนื้อและไขมันหมูในเวลาต่อมาอย่างมาก

นโยบายการทุ่มเทสารในเนตรทั้งหมดเพื่อใช้ในการผลิตอาวุธ ซึ่งอีกด้านหนึ่งสารในเนตรเป็นสารเคมีที่สำคัญในการผลิตปุ๋ยเพื่อการเกษตร เมื่อถูกตัดเส้นทางน้ำทิ้งเสียอย่างนี้ ห่วงโซ่การผลิตภาคการเกษตรภายในประเทศก็โดนทำลายไปโดยปริยาย

เมื่อปัญหาการจัดซื้อจัดหาเครื่องอุปโภคบริโภคทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น รัฐบาลพยายามแก้ไขปัญหาดำเนินลำดับเวลา ดังนี้

ต้นปี ค.ศ. 1915 รัฐบาลออกนโยบายให้แต่ละเมืองสามารถกำหนดราคาขั้นสูงสุดของสินค้าได้ เพื่อหวังจะแก้ไขปัญหาค่าครองชีพที่ไม่เป็นธรรม ผลกลับกลายเป็นว่า ผู้ผลิตเลือกที่จะจัดส่งสินค้าให้กับเมืองหรือเขตปกครองที่กำหนดราคาไว้สูงกว่าหรือสูงที่สุดเท่านั้น เมืองที่กำหนดราคาไว้ต่ำกว่าจึงมีแต่ร้านค้าและชั้นวางสินค้าที่ว่างเปล่า นโยบายนี้ส่งผลให้เกิดการแพร่กระจายของการขายสินค้าในตลาดมืดอย่างกว้างขวาง

เดือนพฤษภาคม ปี ค.ศ. 1916 ปัญหาการขาดแคลนสินค้าและการขยายตัวของตลาดมืดพัฒนาอย่างจุดไม่อยู่ ภาครัฐจึงจัดตั้งหน่วยงานกลางเพื่อดูแลปัญหานี้โดยเฉพาะ โดยมีชื่อว่า Das zentralen Kriegsernährungsamt โดยหวังว่า

ปัญหาความขาดแคลนและการกระจายสินค้าจะทุเลาลงได้บ้าง แต่หน่วยงานนี้กลับล้มเหลวด้วยเหตุผลหลัก 2 ประการ หนึ่งคือ หน่วยงานนี้อยู่ใต้อำนาจของกลุ่มทหาร ซึ่งส่งผลให้ภาคปฏิบัติมีการอำนวยความสะดวกให้กับกองกำลังทหารก่อนภาคประชาชนเสมอ สองคือ การที่กลุ่มอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ และเจ้าหน้าที่ส่วนท้องถิ่นของแต่ละเขตเมืองเขาต่อรองราคาโดยตรงกับผู้ผลิตโดยที่ไม่ได้สนใจกับราคากลางสูงสุดที่มีการกำหนดไว้

เดือนกรกฎาคม ปี ค.ศ. 1916 รัฐบาลจึงออกนโยบายการจัดสรรเครื่องอุปโภคขั้นพื้นฐานรายสัปดาห์ (Rationierung der Grundnahrungsmittel) ได้แก่ ขนมปัง ไขมันฝรั่ง เนื้อ และ น้ำมัน ซึ่งทุกรายการยกเว้นเพียงไขมันฝรั่งจะถูกลดอัตราส่วนเหลือเพียงครึ่งเดียวเมื่อเปรียบเทียบกับอัตราการผลิตในช่วงไม่มีสงคราม² ระบบการจัดสรรนี้ไม่ได้ใช้กฎเกณฑ์ของสถานะทางสังคมในการกำหนดอัตราส่วน แต่ใช้กฎแห่งความสำคัญต่อสงคราม ผู้ชายทหาร แรงงานผลิตอาวุธ คือกลุ่มแรกที่ได้รับการจัดสรรในปริมาณสูงสุด ขณะที่ เด็กและคนชราได้รับสัดส่วนน้อยที่สุด หญิงสาวและมารดาทั้งหลายจึงต้องออกหางานทำโดยเฉพาะอย่างยิ่ง งานในโรงงานผลิตอาวุธ

ฤดูหนาวในปี ค.ศ. 1917 หรือที่รู้จักในนาม Kohlrübenwinter เป็นฤดูหนาวที่ยากแค้นที่สุดของคนเยอรมัน ที่ได้ชื่อนี้ก็เพราะประชาชนส่วนใหญ่ต้องปรุงอาหารแทบทุกมื้อด้วยหัวมันชนิดนี้ ซึ่งในเวลาปกติมันชนิดนี้ใช้เป็นอาหารสำหรับเลี้ยงสัตว์เท่านั้น และระบบการจัดสรรอาหารกำหนดให้

คนทั่วไปได้รับสารอาหารที่มีค่าแคลอรีเพียง 1,000 แคลอรีต่อวัน ขณะที่ทหารได้รับ 2,200 แคลอรีต่อวัน

ในสถานการณ์ขาดแคลนเช่นนี้ ประชาชนจำเป็นต้องทำทุกวิถีทางเพื่อความอยู่รอด เช่น การปลูกผักในทุพื้นที่ที่ปลูกได้ แต่ในเมืองให้พื้นที่ที่พอจะหาได้ก็มีเพียงริมหน้าต่าง การออกเก็บพืชผักต่างๆ ที่ขึ้นตามป่าเพื่อนำมาประกอบอาหาร เช่น ต้นเบรเนสเซล (Brennessel) เอามาใช้ปรุงอาหารในลักษณะเดียวกับผักโขม การผลิตและติดตั้งเครื่องดักจับไขมันตามร้านอาหารและบ้านเรือน เพื่อนำไขมันที่ได้กลับมาผลิตสบู่ การเก็บเมล็ดพืชทุกชนิดเพื่อเอามาสกัดน้ำมัน เช่น เมล็ดดอกทานตะวัน เมล็ดองุ่น การใช้ส่วนผสมอื่นทดแทน เช่น ขนมอบึงจากแป้งมันฝรั่ง กาแฟโดยเมล็ดธัญพืชหรือเมล็ดดอกไม้คั่ว บุหรี่จากใบสาหร่ายหรือใบถั่ว ชาจากใบผลไม้ตากแห้ง แมลงต้มน้ำเพื่อเป็นอาหารไก่ เนื้อม้าแทนเนื้อวัว และอื่นๆ อีกมากมาย

ปัญหาการขาดแคลนเครื่องอุปโภคบริโภคจนถึงขั้น "อดอยาก" และกำลังจะ "อดตาย" ทำให้ความอดทนและความหวังของประชาชนชาวเยอรมันสิ้นสุดลง การประท้วงของกลุ่มทหารเรือและการเดินขบวนเรียกร้องให้ยุติสงครามจึงส่งผลสัมฤทธิ์ในฤดูใบไม้ร่วงปี ค.ศ. 1918 ก่อนที่ความโหดร้ายของฤดูหนาวจะมาเยือนอีกครั้ง

1. ประหนึ่งเข้าใจว่าเฉพาะหมูจะมาแย่งคนกินหมด
2. Landesarchiv Berlin, Rep. 142, STK 718.

ทริปแรกของศิลปิน: การถ่ายภาพมวยไทย - ทุ้มเรียม (Badminton Chorus)

หลังจากที่พีวิตได้เขียนเล่าถึงเทคนิคต่างๆ และแนวความคิดในการถ่ายภาพจะทำให้เห็นว่า การถ่ายภาพนั้นไม่มีหลักเกณฑ์ที่ตายตัว เราสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการได้ตามสถานการณ์ ในครั้งนี้เป็นอีกครั้งที่พีวิตจะพาทุกคนมาร่วมถ่ายภาพซึ่งถือว่าเป็นการถ่ายภาพประเภทนี้เป็นครั้งแรกของพีวิตก็ถือ "การถ่ายภาพมวยไทย"

ครั้งนี้ผมเลือกภาพในการแข่งขัน Thai fight ครั้งหนึ่งมาให้ชมกันครับ แต่เนื่องจากผมเข้าไปในฐานะเป็นผู้ชม (แต่จริงๆแล้ว ผมก็ตั้งใจจะเข้าไปถ่ายรูปนั่นแหละครับ) การเตรียมตัวจึงไม่ได้ยุ่งยาก ถ้าพร้อมแล้วใส่หมวกมาชกกับกล่องผมได้เลยครับ

เรื่องที่ต้องคำนึงถึงและการเตรียมตัว

1. ข้อแรกต้องดูก่อนครับว่าในสถานที่นั้นเขาห้ามถ่ายรูปหรือไม่ ถ้าห้าม ก็จบเลย... ถ้าไม่ห้ามก็มาเตรียมอุปกรณ์กันได้เลยครับ
2. อุปกรณ์ที่ผมใช้ครั้งนี้มีเพียงกล่อง 1 ตัว กับเลนส์ซูม 70-200 อีก 1 ตัว (เนื่องจากผมเป็นผู้ชมซึ่งไม่สามารถเข้าไปไหนได้) แต่คุณอาจมีเลนส์มุมกว้างไว้ 1 ตัว และอาจใช้ขาตั้งกล้องหรือ Monopod ช่วยในการถ่ายได้ครับ
3. ข้อสำคัญอีกข้อหนึ่งคือห้ามใช้แฟลชถ่ายภาพในขณะที่แข่งขันเด็ดขาด และปิดระบบไฟช่วยโฟกัสต่างๆ ที่อาจจะไปรบกวนผู้แข่งขัน การตั้งค่ากล้องและเทคนิคการถ่าย

การตั้งค่ากล้องผมจะให้ความสำคัญหลักๆ กับ 2 สิ่งคือ เรื่องของความไวชัตเตอร์และการแพนกล้องตามตัวเช่นเดียวกับฉบับก่อน (การปรับตั้งค่า

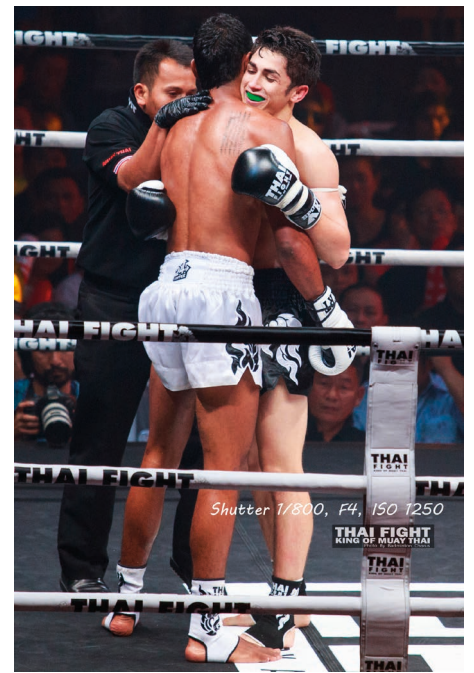
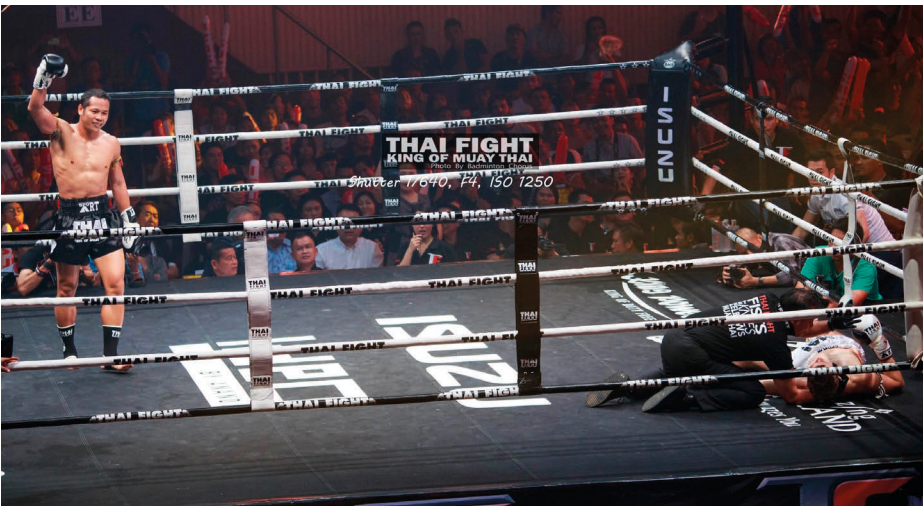
ต่างๆ ดูได้จากภาพแต่ละภาพครับ) ซึ่งเทคนิคของ ผมมีดังต่อไปนี้ครับ

ใช้ความไวชัตเตอร์สูงๆ (ควรปรับไว้ไม่ต่ำกว่า 1/250) เพื่อหยุดความเคลื่อนไหวและความชัดเจนของภาพ แล้วแต่ความต้องการของภาพ และความเหมาะสมของสภาพแสง (กล่าวไว้ฉบับที่ 13/03.2013) ใช้วิธีถ่ายภาพต่อเนื่องด้วยความเร็วสูงๆไว้ก่อน เพื่อที่เราจะเลือกภาพตามความต้องการได้ในภายหลัง

การแพนกล้องตามนักกีฬา บางจังหวะจะมีช่วงที่นักกีฬาอาจหยุดนิ่ง (สังเกตดีๆ อาจจะไม่ถึง 1 วินาที) ช่วงนั้นจะเป็นช่วงสำคัญที่เราสามารถเก็บภาพได้ทัน หรือหากได้จังหวะที่ต้องการก็กดชัตเตอร์ได้เลย (หากกล้องของคุณมีระบบ AI Servo แนะนำให้ลองปรับใช้ระบบนี้)

การตั้งค่า ISO ให้ใช้ ISO สูงๆ เพื่อที่จะสามารถปรับความไวชัตเตอร์ตามข้อ 1 ให้สูงขึ้นได้ในสภาวะที่มีแสงน้อย (ในที่นี้เนื่องจากสภาพแสงค่อนข้างมืดผมใช้ ISO 1250 ตลอดการแข่งขัน)





จังหวะของการออกอาวุธ เป็นภาพสำคัญมาก ในการถ่ายภาพมวยไทยซึ่งแน่นอนว่าคุณไม่ควรพลาดจังหวะดีๆ นี้ เพราะตลอดการแข่งขันจะมีการออกอาวุธอยู่ตลอดเวลาแล้วแต่ว่าคุณจะเลือกถ่ายในตอนไหนเท่านั้นเอง

นาทีแห่งชัยชนะ เป็นช่วงเวลาสำคัญอีกช่วงหนึ่งที่เราอาจได้ภาพสวยๆ คุณอาจถ่ายแบบเจาะจงตัว

บุคคลหรือเก็บภาพแบบกว้างๆ เพื่อให้ได้บรรยากาศก็ได้แล้วแต่สถานการณ์ ดังภาพตัวอย่างผมมองเห็นมุมที่ได้เห็นนักมวยผู้ชนะและผู้แพ้พร้อมกัน ผมจึงเลือกเก็บภาพแบบกว้างๆ ไว้ครับ

น้ำใจนักกีฬา หลังจบการแข่งขันเราอาจได้ภาพแห่งความประทับใจของน้ำใจนักกีฬา ความเป็นที่รองและเพื่อนร่วมสังเวียน ภาพเหล่านี้เราก็

ไม่ควรที่จะพลาดเก็บไว้ในความทรงจำด้วยเช่นกัน

ลองหาโอกาสสะพายกล้องเข้าไปชมการแข่งขันชกมวยดูสักครั้งหนึ่งนะครับ คุณอาจได้มุมมองในการถ่ายภาพที่แตกต่างออกไป เพราะภาพที่ปรากฏผ่านเลนส์นั้นจะเป็นภาพที่มีทั้งความตื่นเต้นและท้าทายความไวในการกดชัตเตอร์ของคุณไปโนคราวเดียวกัน

โอกาสที่ต้องการ...กับเงินที่ไม่มีทางได้ใช้ - หนูติดมันส์

“สุ” ถูกจับที่สนามบินบัตินาซ ประเทศญี่ปุ่น ในข้อหาลักลอบขนสารเสพติดประเภทกระตุ้นประสาท (stimulants) จำนวนประมาณ 1,400 กรัม เข้าประเทศญี่ปุ่น ซึ่งขณะนี้อยู่ระหว่างรอดำตักตัดสินของศาล โดยโทษของการลักลอบขนยาเสพติดเข้าญี่ปุ่นมีโทษจำคุกอย่างน้อย 6-10 ปี...

คนทุกคนต้องการโอกาสและแสวงหาโอกาสให้ กับตนเอง เพื่อจะก้าวไปสู่ความร่ำรวย มีทรัพย์สิน และเงินทองจับจ่ายใช้สอย มีชีวิตที่เข้าถึงบริการที่ดี และทันสมัย (ผ่านการซื้ออุปกรณ์สมาร์ตโฟนต่างๆ ที่เป็นเพียงปัจจัยภายนอก) และการมีฐานะทาง สังคมที่มั่นคง โดยการได้มาซึ่งโอกาสเหล่านี้ นั้น จำเป็นต้องมีพื้นฐานประกอบหลากหลายประการ ตั้งแต่ความขยันหมั่นเพียรตั้งใจศึกษาเรียนรู้จน จบการศึกษาระดับปริญญา (ตรี-โท) ความตั้งใจ ในการประกอบสัมมาอาชีพสุจริต การเผื่อเวลา ที่เหมาะสม การเก็บออมเงิน ความขยันขันแข็ง ในการทำงาน ฯลฯ ล้วนเป็นต้นทุนพื้นฐานของ การสร้างโอกาสร่ำรวยให้กับตนเอง แต่หญิงไทย จำนวนหนึ่งยังคงเลือกที่จะสร้างโอกาสผ่านการ ทำงานง่ายๆ สบายๆ เหมือนเช่นหลายสิบปีที่ผ่านมา โดยไม่คำนึงว่างานนั้นจะเป็นงานผิดกฎหมาย หรือไม่ เพียงเพราะต้องการโอกาสที่จะได้รับค่าจ้าง จำนวนที่สูงกว่าปกติ การได้เงินจำนวนมากจาก การทำงานเพียงไม่กี่วัน โดยที่หญิงไทยเหล่านั้น อาจไม่มีแม้กระทั่งโอกาสที่จะได้ใช้เงินดังกล่าวเลย

กรณีล่าสุดเกิดขึ้นเมื่อช่วงต้นปี 2557 หญิงไทย คนหนึ่ง ผู้เขียนขอใช้นามสมมติว่า “สุ” ถูกจับที่ สนามบินคันไซ ประเทศญี่ปุ่น ในข้อหาลักลอบขน สารเสพติดประเภทกระตุ้นประสาท (stimulants) จำนวนประมาณ 1,400 กรัม เข้าประเทศญี่ปุ่น ซึ่ง ขณะนี้อยู่ระหว่างรอดำตักตัดสินของศาล โดยโทษ ของการลักลอบขนยาเสพติดเข้าญี่ปุ่นมีโทษจำ คุกอย่างน้อย 6-10 ปี เรื่องราวของสุเป็นกรณีที่เกิดขึ้นกับหญิงไทยเสมอๆ สุเป็นหญิงสาวไทยที่ จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีบุตรสาว 1 คน และเลิกอยู่กับสามีแล้ว เดินทางเข้ามาหา งานทำในกรุงเทพฯ เพื่อหารายได้ส่งเสียเลี้ยงดู ครอบครัวที่ไม่มีใครทำงาน โดยฝากลูกไว้กับพี่สาวและแม่ของสุให้ช่วยเลี้ยงดู ด้วยความรู้ที่มี สุจึงได้เข้าทำงานเป็นพนักงานในร้านอาหารแห่ง

หนึ่ง ต่อมาได้พบกับนางนิต ซึ่งมีคู่อริเป็นคนผิวดำชาวแอฟริกัน ชักชวนให้ทำงานขนของ (ยาเสพติด) เข้าประเทศไทย โดยบอกว่า แคเดินทางไปรับ กระเป๋าเอกสารจะได้ค่าจ้างครั้งละ 30,000 บาท และสามารถอยู่ท่องเที่ยวในประเทศนั้นๆ ได้อีก 3-5 วันด้วย สุคิดดูก็เห็นว่าเป็นงานที่ไม่ได้ลำบากอะไร และมีโอกาสได้ท่องเที่ยวต่างประเทศได้อีกด้วย จึง ตัดสินใจลงมือทำ เมื่อลองทำ 2-3 ครั้งแรกก็ไม่มี ปัญหาอะไร สุจึงเห็นว่า เป็นงานที่สามารถทำได้ ง่ายและรายได้ต่อครั้งก็ดีมาก จึงได้ทำมาเรื่อยๆ จนกระทั่งครั้งล่าสุดได้เดินทางจากประเทศไทย ไปลงที่กวางโจวเพื่อรับกระเป๋าจากชาวแอฟริกัน จากนั้นมีรถตู้พาไปส่งที่ฮ่องกงเพื่อพบกับนิต ซึ่ง ได้ให้สุเดินทางต่อไปยังสนามบินคันไซก่อนบิน กลับมาฮ่องกงและกลับประเทศไทย ถูกจับกุม ที่สนามบินคันไซตอนขาออกเพื่อเดินทางกลับ ฮ่องกง เนื่องจากไม่สามารถสื่อสารกับเจ้าหน้าที่ ญี่ปุ่นได้และมีพินทรหลายอย่าง เมื่อค้นตัวจึงพบ สารเสพติดจำนวนหนึ่งเจ้าหน้าที่ญี่ปุ่นจึงจับกุม และส่งตัวเข้าไปยังสถานกักกัน

สภาพความเป็นอยู่ในสถานกักกันประเทศ ญี่ปุ่นนั้นนับว่าค่อนข้างดี แต่เนื่องจากสุไม่มีเงิน มากนักทำให้ไม่มีเงินที่จะซื้อเสื้อผ้าข้าวของเครื่อง ใช้ระหว่างที่ถูกกักตัว เนื่องจากสถานกักกันให้สบู่ เดือนละ 1/2 ก้อน ยาสีฟัน 1 หลอดต่อ 3 เดือน ให้ยืม เสื้อผ้าได้ 2 ชุด ซึ่งไม่เพียงพอกับการใช้ชีวิตประจำวันในสถานกักกันเพื่อรอการพิพากษาของศาล ซึ่ง สุก็ต้องติดต่อครอบครัวที่ประเทศไทยให้ช่วยส่งเงิน มา รวมทั้งการเยี่ยมจากหน่วยงานราชการเพื่อนำมา ใช้ในสถานกักกัน ระหว่างนี้จะมีทนายและอัยการ เข้ามาสอบปากคำสุทุกวันติดต่อกันเป็นระยะเวลา กว่า 20 วัน ซึ่งหากพบว่ามีความผิดจริงก็ต้อง โทษจำคุก 6-10 ปี ในส่วนของนางนิตนั้น เป็น เพียงคำให้การของสุ ซึ่งทางการญี่ปุ่นไม่สามารถ จับกุมหรือดำเนินคดีใดๆ กับนิตหรือสามีชาวต่าง

ชาติของนิตได้ เนื่องจากทั้งคู่ไม่ได้เดินทางเข้ามา ในราชอาณาจักรญี่ปุ่น แต่ผู้เขียนค่อนข้างเชื่อมั่น ว่า ทั้งคู่จะต้องถูกจับดำเนินคดีในที่สุด

กรณีของสุสะท้อนภาพชัดเจนว่า โอกาสที่สุ แสวงหาโดยการขนส่งยาเสพติดนั้นอาจจะช่วย สุให้ได้เงินจำนวนหนึ่งมาในระยะเวลานั้นสั้น แต่ สุดท้ายสุก็ไม่สามารถที่จะได้ใช้เงินจำนวนนั้นได้ เลยเพราะต้องถูกจำคุกในต่างประเทศและต้อง นำเงินเก็บสำรองของตนเองบางส่วนมาใช้เป็น ค่าใช้จ่ายในสถานกักกัน ผู้เขียนอยากให้เรื่องราว ของสุเป็นข้อเตือนใจกับหญิงไทยหลายๆ คนให้ ตระหนักถึงความจริงที่ว่า ไม่มีงานสุจริตใดที่จะมี ผลตอบแทนสูงเกินจริง (เกินมูลค่าของกำลังความ สามารถ สถานะ และการศึกษาของเรา) นอกจาก งานทุจริตไม่ชอบด้วยกฎหมาย และไม่มีเงินหรือ ทรัพย์สินใดที่ได้มาจากการกระทำที่ผิดกฎหมาย แล้วอยู่กับเราได้นาน ต้องสูญเสียเงินเหล่านั้นไป ในทางใดทางหนึ่ง ซึ่งไม่ได้เอื้อต่อความสุขระยะ ยาวของใคร อยู่ที่ท่านจะเลือกว่าต้องการได้ความ สุขจากเงินจำนวนมากในระยะเวลานั้นๆ แล้วต้อง ทนทุกข์อยู่ในเรือนจำเป็นเวลานาน หรือเลือกจะมี ความสุขแบบพอเพียงและไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยจาก เงินจำนวนน้อยที่ท่านได้ด้วยเส้นทางสุจริตโดยการ ประกอบสัมมาอาชีพและได้อยู่กับครอบครัวอย่าง พร้อมหน้าพร้อมตา



แหล่งภาพ debtclub.consumerthai.org

Infographic 10 วัณดับงานศิลปะที่ราคาแพงที่สุดในโลก

- Orange Media Works



อันดับที่ 10 ภาพทริปทิช

ผลงานของศิลปินชาวอังกฤษ ฟรานซิส เบคอน
 ราคาราวๆ 2,732.54 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2533



อันดับที่ 6 ภาพบอย วิท อะ ไปป์

ผลงานของศิลปินชาวสเปน ปาโบล ปิกัสโซ ภา
 คาราวๆ 3,303.14 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2547



อันดับที่ 2 ภาพเดอะ สครีม

ผลงานของศิลปินชาวนอร์เวย์ เอ็ดเวิร์ด มุนช์
 ราคาราวๆ 3,880.83 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2555



อันดับที่ 9 ภาพออเรนจ์, เรด, เบลโลว์

ผลงานของศิลปินชาวอเมริกันเชื้อสายยิว ชื่อ
 วามาร์ค รอธโก ราคาราวๆ 2,754.73 ล้านบาท
 ประมูลเมื่อปี 2555



อันดับที่ 5 รูปปั้น "วอล์คกิ้ง แมน ไอ"

ผลงานของศิลปินชาวสวิส อัลแบร์โต จิอาโกเมตตี
 ราคาราวๆ 3,306.31 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2553



อันดับที่ 1 ภาพ ทริ สเตติส ออฟ ลูเซียน ฟรอยด์

ผลงานของศิลปินชาวอังกฤษ ฟรานซิส เบคอน
 ราคาราวๆ 4,514.08 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี
 2556 นับเป็นภาพวาดที่แพงที่สุดในโลกในขณะนี้



อันดับที่ 8 ภาพพอร์เทรต์ ออฟ อเดล บลอค-เบาเออร์ ที่ 2

ผลงานของศิลปินชาวออสเตรียน กุสตาฟ คลิมท์
 ราคาราวๆ 2,786.43 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2546



อันดับที่ 4 ภาพซิลเวอร์ คาร์ แครช : ดับเบิล ดิแซสเตอร์

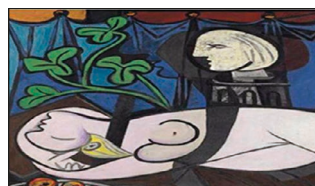
ผลงานของศิลปินชาวอเมริกัน แอนดี วอร์ฮอล
 ราคาราวๆ 3,341.18 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2556

เป็นไงคะ มีศิลปินในดวงใจกันบ้างมั๊ยและราคา
 ก็กำรันตีความงดงาม และโด่งดังของรูปได้อย่างดี
 แหม...ก็แต่ละรูปราคาเป็นพันๆ ล้าน



อันดับที่ 7 ภาพตอรา มาร์ วิท อะ แคท

ผลงานของศิลปินชาวสเปน ปาโบล ปิกัสโซ
 ราคาราวๆ 3,017.84 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2549



อันดับที่ 3 ภาพนูด กรีน ลีฟส์ แอนด์ บัสท์

ผลงานของศิลปินชาวสเปน ปาโบล ปิกัสโซ
 ราคาราวๆ 3,372.88 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2553

ใครที่รักการวาดรูปและมีฝีมือ ลองจัดกิจกรรม
 จิตอาสาวาดรูป มอบรายได้หลังหักค่าใช้จ่ายคืน
 ผู้สังคม เช่น เด็กด้อยโอกาส เด็กพิการ บ้านพัก
 คนชรา ศูนย์ดูแลสัตว์เร่ร่อน และมูลนิธิอื่นๆ อีก
 มากมาย แบ่งปันภาพวาดของคุณ เพราะมันจะมี
 มูลค่ามหาศาลทางใจแก่ผู้รับ หาเปรียบเป็นตัวเลข
 ไม่ได้เลยคะ

แหล่งข้อมูล <http://www.that's the world.com>

ปลูกตัว ทางเลือกของดปไม่มีตัว

สัมภาษณ์โดย พนมวรรณ เกริกสุวรรณชัย

“ผ่าตัดปลูกตัว ทางเลือกของดปไม่มีตัวทุกวันหรือมีอยากสักตัว ใช้ส่นพมาจากท้ายทอยมาปลูกตัว เพราะมีขนาดเล็ก ยาวเข้าและหงอกเข้า แต่ต้องแต่งตัวทุก 1-2 เดือน”



แหล่งภาพ www.smeleader.com

จะสวยจะหล่อขนาดไหน หากไม่มีคิ้วหรือคิ้ว ขาดๆหายๆ ก็คงลดทอนความน่าดูของใบหน้าลง ได้ นอกจากนี้ ศาสตร์ของโหงวเฮ้งเชื่อว่าคิ้วที่เรียง ตัวสวย สมบูรณ์ บ่งบอกถึงความมั่งคั่ง อำนาจ และมีเสน่ห์ ในขณะที่คิ้วมีแผลแตก แผลเป็น หรือหาง คิ้วสั้นกว่าหางตา อาจหมายถึงความสัมพันธ์ในหมู่ ญาติพี่น้องอาจไม่ดีได้ การแก้ไขคิ้วในผู้หญิงคงได้ เปรียบกว่าผู้ชายเพราะสามารถสักคิ้วหรือเขียนคิ้ว ทดแทนได้ แต่การเขียนคิ้วอาจยากลำบากสำหรับ สาวๆ ที่เร่งรีบไปทำงานตอนเช้าๆ ทำให้เสียเวลา เพราะต้องบรรจงเขียนคิ้วให้เท่ากัน หรือหากฝน ตกก็ทำให้คิ้วขาดหายได้ ส่วนการสักคิ้วอาจไม่ เป็นที่นิยมสำหรับบางคน เนื่องจากดูแล้วไม่เป็น ธรรมชาติ หรือพอสักไปนานๆ สีที่สักอาจเปลี่ยนไป หรืออาจเกิดปฏิกิริยาการแพ้สารที่ใช้สักคิ้วก็ได้ ดัง นั้น ดร. พญ. รัชต์ธร ปัญจประทีป อาจารย์ประจำ ภาควิชาสาขาดจวิทยา ภาควิชาอายุศาสตร์ คณะ แพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงได้ไขข้อ ข้อข้องใจเกี่ยวกับการปลูกคิ้วดังนี้

การผ่าตัดปลูกคิ้วถาวร เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ของผู้ที่ประสบปัญหาไม่มีขนคิ้วไม่ว่าจะทั้งหมด หรือขาดหายไปเพียงบางส่วน ส่วนมากมักเกิดจาก อุบัติเหตุ เช่น ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ทำให้สูญเสีย เซลล์รากขนไป ส่วนสาเหตุอื่นที่พบได้ประปราย ก็เช่น โรคขนร่วงเป็นหย่อม (alopecia areata) ผ่าตัดเอาไฝหรือเนื้องอกที่คิ้วออก ขนคิ้วบางแต่ กำเนิดรวมไปถึงคนที่ขนคิ้วร่วงหลังจากทำเลเซอร์ ลบรอยสัก เป็นต้น

วิธีการปลูกคิ้ว การปลูกคิ้วเป็นการผ่าตัดย้าย เซลล์รากผมจากบริเวณท้ายทอยมาปลูกตรงบริเวณ คิ้ว เหตุที่ใช้เซลล์รากผมบริเวณท้ายทอยก็เนื่องจาก เส้นผมบริเวณนี้เป็นส่วนที่ยาวช้า หงอกช้า และมี ขนาดเล็กคล้ายคลึงกับคิ้วมากที่สุด จึงไม่จำเป็นต้อง ตกแต่งบ่อยครั้ง โดยก่อนผ่าตัดผู้ป่วยควรงด ดัดผมอย่างน้อย 2 สัปดาห์ เพื่อปล่อยให้ผมยาวพอ สมควรในการช่วยปกปิดรอยเย็บบริเวณท้ายทอย ส่วนขั้นตอนการผ่าตัดนั้นแพทย์จะทำการออกแบบ รูปคิ้วที่เหมาะสมกับรูปหน้าของแต่ละคนก่อน หลังจากนั้น แพทย์จะฉีดยาชาบนหนังศีรษะบริเวณท้ายทอย และตัดหนังศีรษะพร้อมเซลล์รากผมขนาดประมาณ 4-5 ซม. (มีเส้นผมประมาณ 200-300 เส้น) ออก มาแล้วเย็บปิดแผลบริเวณดังกล่าวด้วยไหมละลาย หลังจากหายแผลส่วนใหญ่จะมองเห็นเป็นรอยขีด สีขาวเล็กบางๆ ซึ่งโดยปกติผมบริเวณข้างเคียงจะ สามารถงับรอยแผลได้ หลังจากได้หนังศีรษะที่ มีเซลล์รากผมแล้ว แพทย์จะทำการหั่นแยกออกเป็น เซลล์รากผมออกเป็นเส้นเดี่ยว แล้วนำมาปลูก ลงบริเวณคิ้วอย่างบรรจงให้ได้ทิศทางและองศา ใกล้เคียงกับธรรมชาติมากที่สุด ระยะเวลาที่ใช้ใน การผ่าตัดปลูกคิ้วถาวรขึ้นอยู่กับจำนวนเซลล์ราก ผมที่ปลูกในแต่ละครั้ง โดยทั่วไปจะใช้ระยะเวลา ประมาณ 2-3 ชั่วโมง ถ้าปลูกคิ้วจำนวนไม่มาก น้อยกว่า 50 เส้น แพทย์อาจเลือกใช้การปลูกโดย เทคนิค follicular unit extraction (FUE) หรือเจาะ ผมมาที่ละกลุ่ม ไม่ต้องมีแผลผ่าตัดยาว แต่อาจ ต้องโกนผมด้านหลังออกเล็กน้อย



Profile

ดร. พญ. รัชต์ธร ปัญจประทีป อาจารย์ประจำภาควิชาสาขาจิตวิทยา ภาควิชาอายุศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

- แพทย์ศาสตร์บัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 1) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ปริญญาโทและปริญญาเอก สาขาจิตวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- Dermatology, laser and vein specialists of the Carolinas, Charlotte, North Carolina, U.S.A.
- Fellowship in dermatologic surgery โรงพยาบาลรามาริบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
- Fellowship in hair restoration surgery from DHT clinic (ISHRS)
- Diplomatic American Board of Hair Restoration Surgery

การดูแลหลังการปลูกคิ้ว หลังผ่าตัดผู้ป่วยสามารถกลับบ้านได้ทันที ไม่ต้องนอนพักที่โรงพยาบาล ภายใน 1 สัปดาห์แรกไม่ควรให้บริเวณคิ้วโดนน้ำ หลังจากนั้นสามารถล้างหน้าได้ตามปกติ หรือให้ใช้แชมพูเด็กฟอกเบาๆ เพื่อชะให้สะเก็ดหลุด หลัง 48 ชั่วโมงสามารถสระผมได้ตามปกติ โดยใช้แชมพูสระผมชนิดอ่อนหรือสำหรับเด็ก ด่วงนการทาคิ้วหรือใช้เครื่องสำอางตกแต่งคิ้ว 2 สัปดาห์ หลังการปลูกคิ้วอาจเกิดอาการหนังตาบวม หรือ ข้ำบริเวณรอบๆได้บ้าง แต่รอยบวมข้ำจะหายไป ภายใน 3-5 วัน คิ้วใหม่ที่ปลูกจะเริ่มขึ้นในสัปดาห์ที่ 12 เมื่อคิ้วขึ้นแล้วควรตกแต่งคิ้วเดือนละประมาณ 1-2 ครั้ง เพื่อไม่ให้ขนคิ้วยาวเกินไปและเพื่อให้คงไว้ซึ่งความสวยงามเป็นธรรมชาติ ที่นี้ก็สวยหล่อได้อย่างมั่นใจแล้วค่ะ

พัฒนาการทางศิลปะของศิลปินน้อย - เรื่อง/แม่ลิซ่า ฐุ/ลูกลิซ่า

แม่ผู้มีลูกเล็กวัยตั้งแต่สองขวบขึ้นไปคงรู้ว่าลูกของเรานั้นต่างเป็น “ศิลปินนักวาด” มือฉกาจ เริ่มตั้งแต่การหยิบสี ดินสอ ปากกา หมึก หรืออะไรสักอย่างที่ยังเบียดอยู่ใกล้มือ หรือลูกเราบังเอิญมีความสามารถในการร้อยคั้นเป็นพิเศษจนได้อุปกรณ์ที่ทุกอย่างได้อย่างหนึ่งมาแล้วศิลปินน้อยก็จะจัดแจงแสดงผลงานในมุมเหมาะๆ ของบ้านที่ใดที่หนึ่ง อาทิ ผนังขาวๆ ตุ๊กต้าม้าไหมเอี่ยม เตียง โต๊ะ เก้าอี้ หรือแม้แต่จอโทรทัศน์ สุดแต่แต่เขาจะสามารถสร้างผลงาน “ศิลปะอะ” ให้บรรดาคุณแม่ได้ร้องกรี๊ดด้วยความตกตะลึงผสมทั้งในความสามารถของเจ้าจอมชน คุณแม่บางท่านอาจตกตะลึงถึงขั้นต้องพาดแขนพาดขาศิลปินน้อยไปผัวะสองผัวะอย่างลืมหูลืมตา...ผนังขาวๆ นั้น แม่เพิ่งจะแปลงร่างเป็นช่างทาสีไปเมื่อไม่กี่วัน แล้วนี่เจ้าศิลปินน้อยก็มาวาดวอลเปเปอร์ลายประหลาดให้เสียแล้ว

พูดถึงเรื่องศิลปินน้อยแม่ลิซ่าไปอ่านเจอบทความหนึ่งของวิกเตอร์โลเวนเฟลด์ (Victor Lowenfeld) นักจิตวิทยาการศึกษา เขาได้ศึกษาค้นคว้างานทางด้านศิลปะของเด็ก และการคิดสร้างสรรค์จากงานทางศิลปะ โดยให้เด็กแสดงออกทุกอย่างอย่างอิสระ เขาทดลองกับเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง อายุตั้งแต่ 2 ขวบครึ่งขึ้นไป โดยให้เด็กวาดภาพด้วยสีเทียนหรือจะสีอะไรก็ได้ พบว่าเด็กมีพัฒนาการในการวาดขีดเขียนเป็น 4 ขั้นด้วยกัน ลองมาดูกันคะ เมื่อว่าจะได้เปรียบเทียบและสังเกตว่าพัฒนาการ “ศิลปินน้อย” ของเรานั้นพัฒนาไปตามขั้นตอนนี้หรือไม่

1. ขั้นขีดเขียน (Scribbling Stage) สำหรับเด็กอายุระหว่าง 2-4 ปี การขีดเขียนยังเป็นแบบสะเปะสะปะ กล่าวคือ การขีดเขียนจะเป็นเส้นยุ่งเหยิงโดยปราศจากความหมาย ทั้งนี้เนื่องจากการประสานงานของกล้ามเนื้อยังไม่ดี ต่อมาก็จะรู้จักการขีดเป็นเส้นยาวๆ แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการทางกล้ามเนื้อว่าเด็กค่อยๆ ควบคุมกล้ามเนื้อที่ใช้เคลื่อนไหวของตนเองให้ดีขึ้น ระยะนี้เด็กจะเริ่มรู้สึกสนุกและสนใจเป็นครั้งแรก ต่อมาเด็กก็จะสามารถขีดลากเป็นวงกลมได้ พัฒนาการนี้ย่อมขึ้นอยู่กับเด็กแต่ละคน ไม่ตายตัวเสมอไป
2. ขั้นเริ่มขีดเขียน (Pre-Schematic Stage) สำหรับเด็กวัย 4-7 ปีนั้น ขั้นตอนนี้เป็นระยะ



เริ่มต้นการขีดเขียนภาพอย่างมีความหมาย การขีดเขียนจะปรากฏเป็นรูปร่างขึ้นสัมพันธ์กับความจริงของโลกภายนอกมากขึ้น มีความหมายกับเด็กมากขึ้น ซึ่งจะสังเกตได้จาก คนที่วาดอาจเป็น พ่อ แม่ พี่ น้อง ตุ๊กตาที่รัก ชอบใช้สีที่สะดุดตา ไม่น่าถึงถึงความเป็นจริงตามธรรมชาติ แล้วแต่สีไหนจะประทับใจ ช่องไฟ (Space) ภายในภาพยังไม่เป็นระเบียบ สิ่งที่เขียนมักกระจัดกระจายไม่สัมพันธ์กัน การออกแบบ (Design) ไม่ค่อยมีหรือไม่มีเลย แล้วแต่จะนึกหรือคิดว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้

3. ขั้นขีดเขียน (Schematic Stage) สำหรับเด็กอายุ 7-9 ปี ขั้นตอนนี้เป็นขั้นที่เด็กสามารถขีดเขียนให้คล้ายของจริงและความเป็นจริง จะพิจารณาได้ตามลำดับดังนี้ รูปที่ออกมาจะแสดงพอเป็นสัญลักษณ์ ถ้าวาดรูปคนเราอาจ





ไม่ว่าเป็นรูปคนและภาพที่ออกมาเป็นรูปทรงเรขาคณิต เช่น ส่วนใดที่เด็กเห็นว่าสำคัญหรือน่าสนใจก็จะวาดส่วนนั้นใหญ่เป็นพิเศษ ส่วนไหนที่ไม่สำคัญอาจตัดทิ้งไปเลย ดังนั้นเราจะเห็นเด็กวัยนี้วาดภาพส่วนต่างๆ ขาดหายไป เช่น ลำตัว ขา เท้า ฯลฯ ซึ่งไม่ใช่เรื่องประหลาดอะไรเลย บางทีอาจจะเป็นเด็กหัวโต ตาโต แขนโต ฯลฯ แล้วแต่เด็กจะให้ความสำคัญอะไร และบางทีในรูปหนึ่งอาจจะมีหลายอย่างในภาพ ส่วนเรื่องการใช้สี ส่วนมากจะใช้สีตรงกับความเป็นจริงแต่ก็ใช้สีเดียวตลอด เช่น พระอาทิตย์ต้องสีแดง ท้องฟ้าต้องสีฟ้า ประสบการณ์ของเด็กจะทำให้ใช้สีได้ถูกต้อง และตรงกับความเป็นจริงขึ้น ถ้าไปไม่สอดคล้องก็เขี้ยว ถ้าใบไม้แห้งต้องสีน้ำตาล เป็นต้น ช่องว่าง (Space) มีการใช้เส้นฐาน (Based line) แล้วเขียนทุกอย่างสัมพันธ์กันบนเส้นฐาน เช่น วาดรูป คน สุนัข ต้นไม้

บ้าน อยู่บนเส้นเดียวกัน _____ ภาพที่ออกมาจะเป็นลำดับเหตุการณ์ ส่วนสูง ขนาด อาจยังไม่มีความสัมพันธ์กัน เช่น ดวงอาทิตย์อยู่บนขอบของกระดาษ รูปคนก็อาจสูงถึงใกล้ขอบกระดาษ เป็นต้น งานที่ออกแบบอาจไม่ค่อยดีและมักจะเขียนตามลักษณะที่ตนพอใจ

4. ขั้นวาดภาพของจริง (The Drawing Realism) เป็นขั้นสำหรับเด็กอายุ 9-11 ปีซึ่งเริ่มต้นการขีดเขียนอย่างของจริง เนื่องจากระยะนี้ตามหลักจิตวิทยาพัฒนาการ เด็กจะเริ่มรวมกลุ่มกัน โดยแยกชาย หญิง เด็กผู้ชายชอบผาดโผน เดินทางไกล เด็กผู้หญิงสนใจเครื่องแต่งตัวเพื่อแต่งตัว และงานที่เร้าใจ ดังนั้นการขีดเขียนจะแสดงออกในทำนองต่อไปนี้ คือ

- คน จะจำแนกเพศด้วยเครื่องแต่งตัว แต่ภาพจะกระตาง ๆ
- สี ใช้ตามความเป็นจริง แต่อาจเพิ่มความรู้สึก เช่น บ้านคนจนอาจใช้สีมืด ๆ บ้านคนรวยใช้สีสด ๆ มีชีวิตชีวา
- ช่องว่าง ทุกอย่างในช่องว่างเหลื่อมล้ำกันได้ เช่น ต้นไม้บังฟ้าได้ วาดฟ้าคลุมไปถึงดินเส้นระดับ (Based Line) ค่อยหายไป รูปผู้หญิงมักเน้นลวดลาย เครื่องแต่งกายมีดอกดวง รูปผู้ชายก็ต่อเป็นรูปคาวบอย
- การจัดวัตถุให้สัมพันธ์กัน เป็นเรื่องสำคัญมากในระยะนี้ เพราะเป็นระยะแรกของพัฒนาการทางการรับรู้ทางสายตาซึ่งนำไปสู่การวาดภาพสามมิติได้อีกต่อหนึ่ง
- การออกแบบ ประสบการณ์ของเด็กจะทำให้การออกแบบดีขึ้น เป็นธรรมชาติขึ้น และรู้จักการวางหน้าที่ของวัตถุต่าง ๆ

ศิลปะนอกจากจะได้คุณค่าในแง่ของสุนทรียภาพ จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์แล้ว ยังให้คุณค่าต่อ ทักษะด้านอื่นๆ ของลูกด้วย ดังนั้นนอกเหนือจากการที่ให้คุณพ่อคุณแม่เปิดโอกาสให้ลูกน้อยได้สร้างสรรค์งานศิลปะแล้วก็อย่าลืมสนับสนุนให้ลูกได้เรียนรู้ศิลปะควบคู่ไปกับการเรียนรู้สิ่งอื่นๆ นะคะ

ข้อมูลอ้างอิง

www.scbchallenge.com/webboard/topic/35

มาทอที่รองแก้วจากไหมพรมกัน - กัทธิดา ทาณสกุล

วันนี้เรามาทำที่รองแก้วจากไหมพรมแบบ
ง่ายๆ ด้วยการทอมือกันนะคะ สิ่งที่เราต้องเตรียม คือ

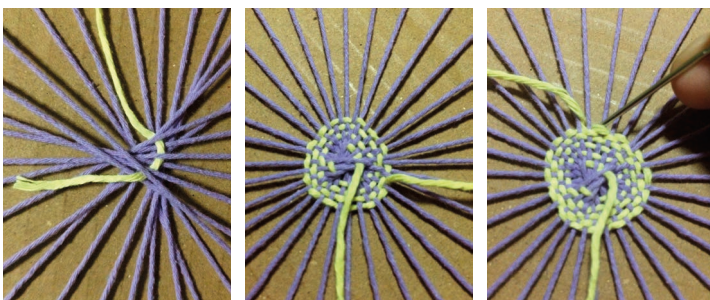
- ไหมพรมหลากสี
- เข็มเย็บผ้าขนาดใหญ่ที่ร้อยไหมพรมได้
- กรรไกร

- กระดาษลูกฟูกตัดเป็นวงกลมเส้นผ่าศูนย์กลาง
ประมาณ 26 เซนติเมตร (ตัดจากลังกระดาษ
ใส่ของคะ)

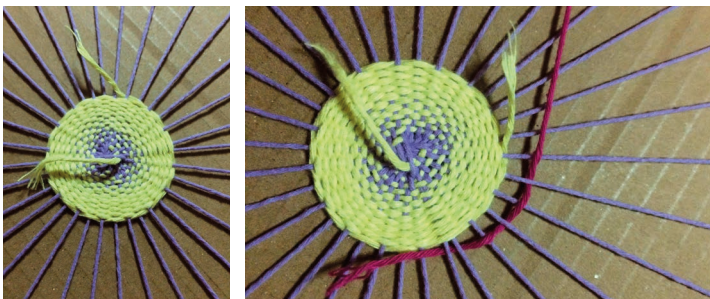
เมื่ออุปกรณ์พร้อมแล้ว เรามาเริ่มลงมือทำกัน
เลยนะคะ



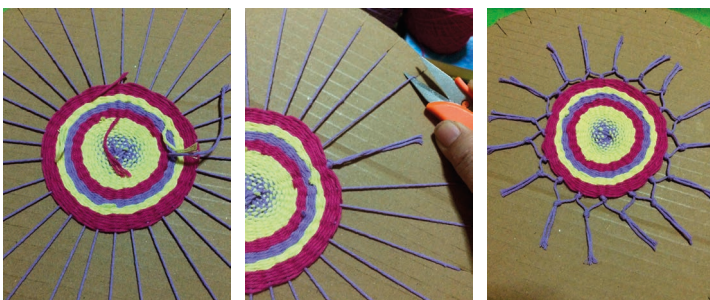
ขั้นตอนแรก ใช้กรรไกรตัดแบบกระดาษลูกฟูกที่เตรียมไว้เข้าไปประมาณ
1 เซนติเมตร แล้วใช้ไหมพรมสอดพาดผ่านรอยที่ตัดไว้ เพื่อสำหรับเป็นการ
ล๊อคไหมพรม สุดท้ายขอบตรงข้ามแล้วใช้กรรไกรตัดขอบกระดาษเข้าไป 1
เซนติเมตร ใช้เทปใสติดปลายไหมพรมไว้ด้านหลังเพื่อกันไหมหลุด แล้ว
วนเส้นด้ายพาดไปรอบๆ วงกลม ลักษณะเหมือนการตัดแบ่งขนมเค้กให้ได้
32 ชิ้น อันนี้เราเรียกว่า เส้นไหมยืน



ขั้นตอนที่สอง ใช้ไหมพรมสอดตามแนวขวางของเส้นไหมยืน ขึ้น 1
ลง 1 แล้ววนไปเรื่อยๆ โดยเหลือชายไหมพรมไว้ยาวสัก 3 เซนติเมตร พอ
ครบวงจะมีเส้นไหมยืนเหลืออยู่ 2 เส้น ให้นำรวมไหมยืน 2 เส้นนั้นเป็นเส้น
เดียวกัน เพื่อให้เราสามารถทอวนขึ้น 1 ลง 1 ไปได้ ใช้เข็มนั้นไหมพรมให้
ชิดเข้าไปตรงใจกลาง ในระหว่างการทอวนนั้น ไม่ต้องดึงเส้นไหมพรมให้
ตึงมาก เพราะจะทำให้ที่รองแก้วห่อตัว



ขั้นตอนที่สาม เมื่อทอจนไหมพรมสีแรกหมดก็ปล่อยชายที่เหลือเอา
ไว้ เมื่อจะเริ่มสีใหม่ให้เริ่มสอดดอกลองไป 3-4 เส้น แล้วทอขึ้น 1 ลง 1 ทำ
แบบเดิมวนไปเรื่อยๆ ใช้เข็มนั้นเส้นไหมพรมเข้าชิดตรงกลางให้แน่น จนได้
ขนาดของที่รองแก้วที่เราต้องการ แล้วเก็บปลายไหมพรมโดยใช้เข็มสอด
ย้อนเข้าหาใจกลาง



ขั้นตอนที่สี่ ใช้กรรไกรตัดเส้นยืนที่ซึ่งเอาไว้ให้หลุดออกจากแบบกระดาษ
โดยให้เริ่มตัดจากเส้นยืนคู่ 2 เส้นที่เรานับรวมเป็นเส้นเดียวกัน โดยให้
ตัดเส้นที่สองและเส้นถัดไปแล้วจับผูกปมให้ชิดไหมพรมที่เราทอไว้ (ต้อง
ผูกเส้นยืนคู่กันแยกจากกันเพื่อกันหลุด) จากนั้นก็มัดเส้นถัดไปที่ละคู่ผูก
ปมเช่นกัน จนวนรอบกลับมาหาเส้นยืนคู่เส้นที่ 1 ที่เราเว้นไว้ ก็เป็นอันเสร็จ

และแล้วเราก็ได้ที่รองแก้ว DIY แบบสวยๆ ทำง่ายๆ ไว้ใช้ที่บ้านแล้ว
นะคะ ลวดลายก็ขึ้นอยู่กับสีของเส้นไหมที่เราเลือกมาใช้ ที่สำคัญระหว่าง
ทอวนไปอย่าดึงไหมพรมตึงเกินไป และต้องใช้เข็มนั้นไหมพรมที่ทอแล้วให้
ชิดแกนกลางเพื่อให้ชิ้นงานแน่นๆ ค่ะ

ขนมดังแตก - บั๊วฉั๊ว



หลายคนเคยได้ลิ้มชิมรสเจ้าขนมดังแตกกันมาบ้างแล้ว บางคนที่ไม่รู้จักก็ต้องแปลกใจนะคะว่าชื่อมันแปลกจัง ความหมายของคำว่าดังแตกก็คือ เวลาไม่มีเงินคนเขาก็จะพูดว่าดังแตก ส่วนเจ้าขนมเนี่ยะรูปร่างมันคล้ายขนมแพนเค้กของฝรั่งนี่ละคะ สมัยก่อนชาวจีนทำขาย เขาจะหาบเตาที่มีพิมพ์เหมือนกระทะทรงกลมขอบสูงตั้งในรูปปั้นละคะ ทำขายในราคาถูกเพราะมันต้นทุนต่ำเพียงแค่ว่าแบ่งทอดใส่ไส้มะพร้าว คนที่เบื่อน้อยหย่อนน้อยก็จะชอบซื้อรับประทานเพราะประหยัดและทานได้อิ่มท้อง เขาจึงตั้งชื่อมันว่าขนมดังแตก เพราะจะกินกันเวลาไม่มีเงินหรือถึงแตกนั้นละคะ

ทราบมาว่าตอนนี้เปลี่ยนชื่อมาเป็นขนม"ดังทอง"แล้ว คิดว่า คงจะทำให้คนขายรวย ก็เลยตั้งชื่อใหม่ให้ไพเราะว่า"ดังทอง" แทนที่จะเป็น "ดังแตก"

ส่วนผสมของแป้ง

- แป้งสาลี 500 กรัม
- แป้งข้าวเจ้า 1500 กรัม
- กะทิ 3 ถ้วยตวง
- น้ำ 6 ถ้วยตวง
- ยีสต์ 2 ช้อนชา
- น้ำตาลทราย 800 กรัม (1)
- น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา (2)
- เกลือป่น

ส่วนผสมไส้ขนม

- งาดำคั่วพอสุก 3 ช้อนโต๊ะ
- มะพร้าวแก่ขูดเป็นเส้นๆ 2 1/2 ถ้วยตวง(มะพร้าวขูดหาซื้อได้ตามร้านขายของเอเชียทั่วไปอยู่ในตู้แช่แข็งนะคะเอามาตั้งทิ้งไว้สักครู่ก็ใช้ได้หรือไม่ก็เอาไปนึ่งสักแป๊บเดียวจะเก็บไว้ได้ไม่บูดง่ายคะ)
- น้ำตาลทราย



วิธีทำ (ทีละขั้นตอน)

ขั้นตอนที่ 1 ผสมแป้งสาลี, แป้งข้าวเจ้า, น้ำตาลทราย (ส่วนที่ 1 : 800 กรัม) และเกลือป่นเล็กน้อย จากนั้นใส่กะทิและน้ำ คนให้เข้ากัน

ขั้นตอนที่ 2 ผสมยีสต์กับน้ำตาลทราย (ส่วนที่ 2 : 2 ช้อนชา) ในน้ำอุ่นเล็กน้อย คนให้เข้ากันดี จากนั้นจึงปิดฝาภาชนะที่ใช้ผสม นำไปตากแดดประมาณ 8-10 นาที จึงนำไปผสมกับส่วนผสมแป้งในขั้นตอนที่หนึ่ง คนส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากันดี ทิ้งไว้ประมาณ 3 ชั่วโมง พอเริ่มมีกลิ่นเหม็นเปรี้ยวและมีฟองเป็นอันใช้ได้

ขั้นตอนที่ 3 ทาน้ำมันที่กระทะ ตั้งไฟจนร้อนจัดแล้วลดไฟลง ตักแป้ง (ประมาณ 1/2 ถ้วยตวง) ใส่กระทะเหล็ก พอแป้งเริ่มสุก จึงโรยน้ำตาลทราย (ตามความหวานที่ชอบ), งา และมะพร้าวขูด แซะพับครึ่งแล้วตักขึ้นใส่จานเสิร์ฟ



รำลึกถึง ดร.อุงุ่น มาลิก “ยายหุ่น” ของพวกเรา

– ตัดย่อจากบทความของ สันธรวีร์ สวัสดิ์ ยวดบางเตย



ดร.อุงุ่น มาลิก
ผู้สร้างสรรค์ “หุ่นผ้าชีว”



ดร.อุงุ่น มาลิกเป็นบุตรคนที่สองของพระ รุกขชาติบริรักษ์ กับ นางบุ๋ม สุวรรณมาลิก พระ รุกขชาติบริรักษ์เป็นช่างหลวงในพระบาทสมเด็จพระ มงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหากษัตริย์รัชกาล ที่ 6 แห่งราชวงศ์จักรี เป็นช่างหลวงผู้หนึ่งที่มีหน้าที่สร้างตุ๊กตาตามพระราชประสงค์ของพระองค์ ท่าน ต่อมาในต้นรัชสมัยรัชกาลที่ 7 สยามประเทศ ได้รับผลกระทบจากเศรษฐกิจตกต่ำทั่วโลกอันสืบเนื่องมาจากสงครามโลกครั้งที่หนึ่ง ท่านจึงถูกขูดออกจากราชการ

ดร.อุงุ่นฯ เกิดวันที่ 5 เมษายน พ.ศ. 2460 เรียน จบมัธยมปลายที่โรงเรียนสตรีศรีวิเศษเมื่อ พ.ศ. 2477 และเข้าศึกษาต่อที่คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย สำเร็จการศึกษาในปี พ.ศ. 2480 หลังจากนั้น ก็เข้าอบรมหลักสูตรวิชาสังคมศาสตร์สำหรับ อาชีพครูโรงเรียนสาธิตจุฬา (เตรียมอุดม) อบรม หลักสูตรภาษาอังกฤษสำหรับอาชีพครูที่ A.U.A. และเข้ารับการอบรมหลักสูตรสาขาบรรณารักษ ภาควิชาดุริยศิลป์ ปี พ.ศ. 2500 ถึง 2502 เข้าอบรม ภาควิชาดุริยศิลป์และเป็นผู้ฝึกสอนภาควิชาดุริยศิลป์ วิชาการศึกษา พ.ศ. 2503 เข้าเรียนคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สำเร็จเป็นบัณฑิตรุ่นแรก พ.ศ. 2505 เดินทางไปศึกษาที่มหาวิทยาลัยฮาวาย ประเทศสหรัฐอเมริกา พ.ศ. 2508 สำเร็จการศึกษา ปริญญาโท ด้านจิตวิทยาที่เออร์บานา มหาวิทยาลัย อิลลินอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา เธอได้ประกอบ

อาชีพตามที่เธอเลือกเองอย่างหลากหลาย ทำให้ ได้รู้จักผู้คนต่างเพศต่างวัยจำนวนมาก เธอเคย เป็นครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียนเซนต์คาทอลิก เลขานุการที่โรงงานยาสูบ ครูสอนภาษาอังกฤษที่ โรงเรียนสุโขทัยวิทยาลัย ครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียน วัดธาตุทอง ผู้ช่วยฝ่ายศึกษาวิจัยแผนวิจัยการ ศึกษาที่คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาจารย์สอนภาษาอังกฤษที่มหาวิทยาลัยศิลปากร อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาที่คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

สำหรับงานที่เกี่ยวกับหนังสือนั้น ดร.อุงุ่นฯ เคย เป็นผู้สื่อข่าวและนักเขียนหนังสือพิมพ์สยามนิกร รอง บรรณาธิการนิตยสารรายสัปดาห์ตรุนสาร รับผิด ชอบคอลัมน์สโมสรมปริยาในนิตยสารสตรีสาร ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2500 เป็นต้นมา ปรากฏชื่อเขียนของเธอ ในที่ต่างๆ รวมทั้งผลงานแปลนิทานสำหรับเด็ก และบทความจิตวิทยาครอบครัว

ในช่วงดร.อุงุ่นฯ เป็นอาจารย์สอนที่คณะ มนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ดร.อุงุ่นฯ เริ่ม สนใจการทำหุ่นเชิดเมื่อจากเศษผ้า ลูกศิษย์หลายคน มาเยี่ยมไปจัดกิจกรรมให้เด็กผู้ด้อยโอกาส ครั้นเมื่อ ไม่ได้สอนที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่แล้ว ดร.อุงุ่นได้ กลับมาอยู่ที่บ้านซอยทองหล่อ เธอได้ทำหุ่นเชิดมีอ มากขึ้นพร้อมกับทำกิจกรรมทางสังคมอื่น เช่น ร่วม กับนายแพทย์อภิเชษฐ ภูนา (หมอเมืองพร้าว) ก่อตั้งคลินิกเวชประชาที่บ้านเธอ ให้ความรู้เบื้องต้น

ในเรื่องการดูแลสุขภาพตัวเองให้กับประชาชนโดยไม่คิดค่า ใช้จ่าย ฯลฯ

ในปี 2524 ครูอุ๊งฯ ได้ก่อตั้งมูลนิธิไชยvana เพื่อช่วยเหลือเด็กและเยาวชนผู้ด้อยโอกาสและส่งเสริมงานศิลปวัฒนธรรม โดยไชยvanaเป็นสำนักงานกิตติมศักดิ์การสร้างสรรค์หุ่นเชิดมือของครูอุ๊ง มาฝึกแพร่กระจายไปในหมู่นักพัฒนาสังคม ครู อาจารย์ และผู้สนใจทั่วไปในลักษณะบอกปากต่อปาก จึงมีผู้แวะเวียนมาหาครูอุ๊งฯ เพื่อขอหุ่นเชิดมือไปให้เด็กและเยาวชนในชนบทอยู่เสมอ

ในช่วงปิดภาคเรียนครูอาจารย์จะพานักเรียนนักศึกษา มาเรียนการทำหุ่นเชิดมือจากเธอ และฝึกเชิดฝึกแสดงด้วย เธอเรียกหุ่นเชิดมือที่เธอสร้างขึ้นมาว่า “หุ่นผ้าชีวัวร์” แต่ในความเป็นจริงเธอใช้ผ้าสวยงามหลายชนิด หุ่นแต่ละตัวจึงมีรูปลักษณ์งดงามแตกต่างกันออกไป ชาวบ้านที่ทราบข่าวได้ขนผ้ามามอบให้อยู่เป็นประจำ ในไม่ช้าผ้ากองใหญ่เหล่านั้นก็ถูกแปรสภาพกลายเป็นหุ่นเชิดมือแสนสวยงามนับหลายร้อยตัว

บทความเรื่อง สร้างกองทัพหุ่นให้เด็กไทย คือความใฝ่ฝันของนาง ในหนังสือพิมพ์มติชนรายวัน ฉบับวันอาทิตย์ที่ 3 พฤศจิกายน 2524 โดย วีระศักดิ์ ยอดระบำ สะท้อนภาพของครูอุ๊ง มาลิก ไว้ว่าอุ๊ง มาลิก อดีตผู้ช่วยศาสตราจารย์แห่งมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เท้าของนางยังรองรับเรือนร่างชราอันแข็งแรง มุ่งมั่น เดินทางต่อไปเหมือนไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย สร้างกองทัพหุ่นให้เด็กไทยในชนบท คือความใฝ่ฝันที่ยังหลงเหลืออยู่ ต้องการให้ละครหุ่นจุดพลังสร้างสรรค์ของเด็กขึ้นมา เป็นสัญลักษณ์แห่งความดีงาม เป็นสิ่งที่เด็กยากจนในชนบทสามารถจะมีได้ สามารถจะทำขึ้นมาเล่นเองได้ นิทานหุ่นจะส่งเสริมให้เด็กช่วยตัวเอง แก้ปัญหาด้วยตัวเอง ไม่ใช่รอความช่วยเหลือจากเทวดาหรือผู้วิเศษ แล้วเด็กจะไม่อยู่โดดเดี่ยว เขาก็มีเพื่อน เขาก็มีทีมงาน ในที่สุดเขาจะทำหุ่นเอง สร้างเรื่องเองและเล่นหุ่นเอง จุดมุ่งหมายของละครหุ่นนั้นเพื่อมีธรรมเป็นเครื่องค้ำจุน....

เมื่อครูอุ๊งฯ ทราบข่าวการถึงแก่อนิจกรรมของท่านอาจารย์ปรีดี พนมยงค์ ที่บ้านพักชานกรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส เมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2526 เธอได้ปรารภกับลูกศิษย์ และตัดสินใจยก

ที่ดินหนึ่งแปลงเนื้อที่จำนวน ๓๗๑ ตารางวา ในซอยทองหล่อติดกับบ้านพักของเธอให้มูลนิธิปรีดี พนมยงค์ จัดสร้างเป็นสถาบันปรีดี พนมยงค์ เพื่อดำเนินกิจกรรมเผยแพร่แนวความคิดอุดมการณ์ สันติธรรมและประชาธิปไตยสมบูรณ์ของ ปรีดี พนมยงค์ อีกทั้ง เป็นศูนย์ศิลปวัฒนธรรมอเนกประสงค์อำนวยความสะดวกให้กับสังคม

ครูอุ๊งฯ ได้ล้มเจ็บและถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2531 อายุ 73 ปี สถาบัน ปรีดี พนมยงค์ ได้ก่อสร้างเสร็จและเปิดดำเนินการอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2538 ได้ดำเนินกิจกรรมตามเจตนารมณ์ของครูอุ๊ง มาลิก จนถึงทุกวันนี้ เช่นเดียวกับมูลนิธิไชยvana ที่เธอเป็นผู้ก่อตั้ง

ในปี 2544 มูลนิธิไชยvana ได้รับความร่วมมือจากคนหนุ่มสาวร่วมสมัยของ “พระจันทร์เสี้ยวการละคร” ซึ่งได้ตั้งปณิธานจักสืบทอดงานสร้างสรรค์ละครหุ่นเพื่ออนุรักษ์ “หุ่นผ้าชีวัวร์” ของครูอุ๊ง มาลิก และสร้างงานละครหุ่น รวมทั้งกิจกรรมสื่อสร้างสรรค์สำหรับเด็ก และเยาวชนอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับส่งเสริมพัฒนาอนุชนและเยาวชนให้เกิดความสร้างสรรค์ทางด้านศิลปวัฒนธรรมและการศึกษา โดยใช้ชื่ออย่างเป็นทางการว่า “โครงการสื่อศิลปวัฒนธรรมละครหุ่นครูอุ๊ง มาลิก (คณะละครยายหุ่น)” คณะละครยายหุ่น ได้เปิดตัวเป็นครั้งแรก เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2544 ณ สถาบัน ปรีดี พนมยงค์ ในงาน “มหกรรมการแสดงแสนหรรษา ตอน ยุทธการขยับหุ่น” หลังจากนั้น ได้ตระเวนจัดการแสดง เปิดการอบรมการผลิตหุ่นมือ และไปร่วมจัดกิจกรรมกับองค์กรอื่นๆ อย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

แหล่งที่มาของข้อมูลและรูปภาพ

- www.facebook.com/pridibanomyong.
- inst www.jayavana.org/



มาเต้น... ไลน์แดนซ์... กันเถอะ - ฤทธิพร ทรนวิทย์

มาออกกำลังกายแนวใหม่ด้วยจังหวะดนตรี โดยไม่ต้องมีคู่เต้นก็สนุกสนานได้ การเต้นรำนอกจากเป็นกิจกรรมยามว่างที่มีประโยชน์มากแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้คลาย ๆ คลายความทุกข์ สุขุขานอีกด้วย โดยเฉพาะฉันทน์ ณ ตอนนี่....

ตั้งแต่ต้นเดือนมีนาคมที่ผ่านมา ฉันได้ไปเข้าคอร์สเรียนเต้น ไลน์แดนซ์มา ฉันอยากเรียนเต้นรำมานานมากแล้ว เต้นอะไรก็ได้ ขอให้ได้เต้น เต้น เต้นแต่ลุงข้างๆไม่ค่อยเห็นด้วย คงเห็นว่าฉันน่าจะเกินไปแกแล้วมั้ง และฉันก็ไม่เคยเจอโปรแกรมการเรียนที่เหมาะสมด้วย จึงไม่สบโอกาสสักที ...และแล้วความฝัน บวกกับความมุ่งมั่นของฉันก็เป็นจริง เมื่อฉันเห็นประกาศรับสมัครเรียน “ไลน์แดนซ์” ในหน้าหนังสือพิมพ์...จริงๆ ไม่รู้จักหรอกว่าเป็นการเต้นแบบไหน ก็ถามลุงนั่นแหละ แล้วก็เข้าไปดูข้อมูลในเว็บไซต์ จากนั้นก็ไปสอบถามรายละเอียดและยื่นความจำนงขอสมัคร วันแรกเขาให้ไปลองดูก่อนได้ แต่ก็ต้องเสียตังค์นะ (นี่ก็จะให้ไปลองฟรี) ฮ่า ฮ่า...คราวนี้ลุงไม่ว่าอะไร พอไปลองเต้นแล้วก็สนุกดังคาด จึงสมัครเรียน โดยเรียนแค่อาทิตย์ละ 1 วัน ครั้งละ 1 ชั่วโมง 45 นาที เป็นคอร์ส 3 เดือน ฉันมีเพื่อนร่วมชั้นรวมสิบสองคน อายุเฉลี่ยประมาณห้าสิบได้ ...มีฉันหัวดำอยู่คนเดียว..ทำซาส์..ไปเรียนกับเขาด้วย

ฉันเรียนได้เดือนหนึ่งแล้วจึงรู้ว่าไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ต้องจำท่าทางให้ได้ เต้นถูกบ้าง ผิดบ้าง กลับบ้านมาก็ซ้อมต่ออีก ด้วยเกรงว่าเวลาไปเรียน เต้นไม่ถูกท่า จะอายเขาแย่ แต่ฉันสนุกและมีความสุขกับการเต้น และการจดจำท่าทางให้ได้ ซึ่งก็



เป็นความท้าทายไม่น้อย ฉันจึงอยากจะแบ่งปันความสนุกสนาน และประโยชน์ของการเต้น ให้กับเพื่อนๆ บาง เพื่อนี่ใครสนใจ อยากจะไปเรียน ไลน์แดนซ์อย่างฉันบ้าง.....

ว่ากันว่า...ไลน์แดนซ์...(Line dance) เป็นที่รู้จักกันจริงๆ ในปี ค.ศ. 1952 จากรายการทีวีของอเมริกา ที่ชื่อว่า "American Bandstand" ต่อมาในปี ค.ศ. 1978 หนังเรื่อง "Saturday Night Fever" การเต้นไลน์แดนซ์ก็เป็นที่ฮือฮามากขึ้น และยังเป็นที่ยอดนิยมขึ้นเมื่อ Jonh Travotra แสดงในหนังเรื่อง "Urban Cowboy" คราวนี้มาพร้อมกับการแต่งกาย ดนตรี และการเต้นแนวตะวันตกด้วย ไลน์แดนซ์ เป็นที่นิยมและรู้จักอย่างแพร่หลายมากที่สุด ในปี ค.ศ. 1992 จากความฮิตของเพลง "Achy Breaky Heart" ของ Billy Ray Cyrus และทำให้การเต้นไลน์แดนซ์ตั้งเป็นพลุเลยทีเดียว

ในปี ค.ศ. 2001 ไลน์แดนซ์ ก็ถูกจัดให้มีฐานะเป็นที่พำนักหนึ่งอย่างเป็นทางการ ไลน์แดนซ์เป็นการเต้นคนเดียว โดยแต่ละคนเต้นอยู่ในแถวต่อกันไป อาจมีเพียงแถวเดียวหรือมากกว่า เป็นการเต้นที่ทุกคนเต้นในท่าเดียวกัน การเต้นมีตั้งแต่ระดับง่ายไปจนถึงยาก แต่ไม่มีคำว่า "เบื่อ" ข้อดีของการเต้น ไลน์แดนซ์คือ จะเต้นกี่คนก็ได้ สามารถเต้นและสนุกได้ตลอดเวลา และไม่ต้องกลัวว่าคู่เต้น จะมาเหยียบเท้า และเป็นการเต้นเพื่อการออกกำลังกายประจำวันได้ เช่นเดียวกับการเต้นแอโรบิก แต่ช่วยให้การเต้นมีสเต็มมากขึ้นด้วย

ตามที่ได้โฆษณาตั้งแต่แรก ว่าเป็นการออกกำลังกายที่ดี คราวนี้มาดูกันว่า การเต้นไลน์แดนซ์ นั้นเป็นประโยชน์กับร่างกายและจิตใจอย่างไรบ้างนะคะ

ประโยชน์ของ „การเต้น“

อารมณ์ดี

จากการศึกษาพบว่า การได้ฝึกพีเท้ากับท่าเต้นรำจะช่วยให้มีความเชื่อมั่นมากขึ้นและมีความสุข ฟังพอใจ เพราะมีการหลั่งฮอร์โมนแห่งความสุข เส้นประสาทได้ผ่อนคลายและเสียงดนตรีก็สกัดกั้นไม่ให้ฮอร์โมนแห่งความเครียดเข้ามาใกล้

สมอง

ขอแนะนำการศึกษาและวิจัย มาอย่างเพื่อความน่าเชื่อถือค่ะ ...ยกตัวอย่าง กรณีศึกษาของ ศาสตราจารย์ โจ้ เวิร์กฮีส (Joe Verghese) ศาสตราจารย์ ด้านประสาทวิทยา วิทยาลัยแพทยศาสตร์ อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ (Albert Einstein College of Medicine) นิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา พบว่าการเต้นเป็นการกระตุ้นให้สมองตื่นตัวและทำงานได้สมบูรณ์ตลอดเวลา การเรียนรู้อะไรใหม่ๆ เช่น ท่าเต้นรำจะเพิ่มความสามารภในการปรับตัวและรับสถานการณ์กะทันหันได้ สมองเป็นหัวเร่และในขณะที่เดียวกันก็พัฒนาและเชื่อมโยงเส้นประสาท นอกจากนี้ การได้เคลื่อนไหวร่างกายก็จะช่วยให้เลือดไหลเวียนดีที่สมองจึงไม่น่าแปลกใจที่กีฬาช่วยให้อ่อนเยาว์ได้

สมาธิดี

บางคนอาจคิดว่า สมาธิเป็นเรื่องของศาสนาเท่านั้น และต้องสร้างด้วยภาวนา นั่งเฉยๆ หลับตา และกำหนดลมหายใจเข้าออก แต่จริงๆ แล้ว สมาธิคือการจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เมื่อเรามีใจจดจ่ออยู่กับท่าเต้นอย่างต่อเนื่อง ก็ถือว่าการสร้างสมาธิแล้วค่ะ แล้วต้องใช้สมาธิสูงชะด้วย ไม่งั้นจำท่าไม่ได้เนอะ ตอนฉันทัน ต้องเตือนตัวเองตลอดเวลาว่าจำให้ได้นะ จำไว้ละ เน้นแบบนี้ แบบนี้...

หัวใจ

การเต้นรำช่วยให้หลอดเลือดและหัวใจแข็งแรง และจากการศึกษาของนักวิชาการชาวอิตาลีเผยพบว่า การเต้นรำดีกว่าการขี่จักรยาน เพราะการหายใจลึกๆ จะช่วยให้ออกซิเจนเข้าไปในเลือดมากขึ้นและการเต้นของหัวใจระดับกลาง (120-150) ขณะเต้นรำดีสำหรับอวัยวะที่สำคัญที่สุดของเรา

กล้ามเนื้อ

คุณรู้สึกตึงตั่นคอและไหล่มั๊ย การเต้นรำจะช่วยให้บริเวณหลังแข็งแรงและช่วยให้หลังเหยียดและผ่อนคลาย

กระเพาะปัสสาวะ

การอยู่ในท่าตรงเป็นการบริหารกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะ กล้ามเนื้อขาและกล้ามเนื้อหลัง เป็นการป้องกันกระเพาะปัสสาวะอ่อนแอ

ระบบภูมิคุ้มกัน

การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องเป็นการกระตุ้นเซลล์นักฆ่าให้ทำงานอย่างว่องไวในการต่อสู้กับไวรัสและแบคทีเรีย

สง่างาม

การเต้นรำช่วยให้มีความสามารถในการทรงตัว และมีท่วงท่าสง่างาม ช่วยให้การเคลื่อนไหวเร็วขึ้นและนุ่มนวลขึ้น เป็นการลดความเสี่ยงจากการหกล้มแหลม...การเต้น อย่างเดียว ได้ประโยชน์หลายทางจริงๆ เลยใช่ไหมคะ

และสิ่งสำคัญที่เราจะได้รับ จากการเรียนเต้นรำก็คือ ทักษะทางการเต้นที่จะเป็นทักษะติดตัวเราตลอดไป โดยที่เราสามารถพัฒนาเทคนิคการเต้น

เพิ่มเติมไปได้เรื่อย ๆ ซึ่งสามารถเต้นกับใครก็ได้ และสนุกกับการเต้นรำได้ตลอดไป.....ค่ะ

Vorsicht, es gibt eine hoch ansteckende Krankheit : "Line dance Fever"

Ach Ja, bitte niemals vergessen: Ein Lächeln kann die ganze Welt verändern.

ที่มา:

- www.jirunghealthvillage.com/th/dancingforhealth.php
- www.linedance-event.ch

70 ปี ดี-เดย์ - เบงมาต ดลิ่งเลอร์



ทิวทัศน์สงครามโลกครั้งที่สองที่ยุทธภูมินอร์ม็องดี เพื่อย้อนรอยประวัติศาสตร์การรบในปี พ.ศ.2487 (ค.ศ. 1944) ระหว่างกองทัพนาซีเยอรมัน ฝ่ายอักษะ ที่ยึดหัวหาดอยู่ในยุโรปด้านตะวันตก กับกองกำลังสัมพันธมิตร ทหารกว่าหนึ่งแสนหกหมื่นนาย ยกพลขึ้นบกภายใต้ชื่อแผนการรบที่เรียกว่า ปฏิบัติการโอเวอร์ลอร์ด (Operation Overlord) โดยการนำของผู้บัญชาการสูงสุดฝ่ายสัมพันธมิตร พลเอก ดไวท์ ดี. ไอเซนฮาวร์ และเรียกวันนี้ว่า „วันดี-เดย์“

รุ่งอรุณวันที่ 6 มิถุนายน พ.ศ.2487 กองทัพเรือที่ใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์การทำสงครามของโลก ได้เดินทางข้ามช่องแคบอังกฤษมาขึ้นบกที่หาดนอร์ม็องดี ประเทศฝรั่งเศส มีรหัสหาดยูทาห์ (Utah) โอมาฮา (Omaha) โกลด์ (Gold) จูโน (Juno) และซอร์ด (Sword) ขณะที่ยกพลขึ้นบกบนหาดยังมีเครื่องกีดขวาง ถูกต่อต้านโดยปืนใหญ่ ปืนกลหนัก เครื่องยิงลูกระเบิด ร้วลวดหนาม คูดักกรกถัก และกับระเบิดบนหาด เป็นจำนวนมาก ที่เรียกว่า กำแพงแอตแลนติก (Atlantikwall) ที่บุกเข้าตีได้ เพราะทหารพลร่มรวมบุกเข้าตีจากด้านหลังด้วย จึงทำให้ทหารที่มารบในยุทธภูมินี้เสียชีวิตกัน

อย่างมากมาย โดยเฉพาะที่หาดโอมาฮา ตามแนวหาดนอร์ม็องดีมีทหารสัมพันธมิตรเสียชีวิตในวันที่ เดย์เก้าพันกว่านาย เป็นทหารเยอรมันมากกว่าสี่พัน (ไม่มีบันทึกที่แน่ชัด) กองกำลังสัมพันธมิตรใช้เวลาการรบในยุทธภูมินอร์ม็องดีนี้ทั้งหมดสองเดือน จึงช่วยปลดปล่อยปารีสได้สำเร็จและยุทธภูมินอร์ม็องดีสิ้นสุดลงเมื่อวันที่ 25 สิงหาคม พ.ศ.2487 โดยมีทหารกล้าเสียชีวิตจำนวนมาก

ชัยชนะในเหตุการณ์วันดี-เดย์ เป็นช่วงเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญของสงครามโลกครั้งที่ 2 เพราะเป็นจุดเริ่มต้นหรือจุดพลิกผันที่ทำให้ฝ่ายพันธมิตรได้รับชัยชนะ จึงถือว่าการยุทธ์เพื่อเสรีภาพทำให้สงครามโลกครั้งที่ 2 ยุติลงในเวลาอีก 1 ปี ต่อมา

งานครบรอบปีที่ 70 รำลึก ดี-เดย์ ยุทธภูมินอร์ม็องดี

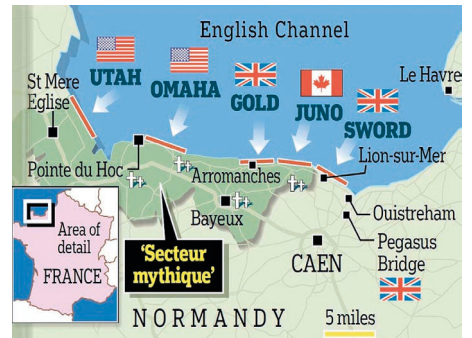
ตั้งแต่วันที่ 5 มิถุนายน ถึง 21 สิงหาคม พ.ศ. 2557 นอร์ม็องดีจะรำลึกครบรอบปีที่ 70 ด้วยอารมณ์แห่งความงดงาม ปีนี้จะเป็นช่วงเวลาการสะท้อนให้เห็นถึงความแข็งแกร่งเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันในระดับชาติและระดับนานาชาติ

วันที่ 6 มิถุนายน พ.ศ.2557 มีพิธีสำคัญระดับโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งได้รับเกียรติจากทหารกล้าจากยุทธภุมินอร์มั่งดีจำนวน 177 คน ที่จะเข้าร่วมเหตุการณ์ประวัติศาสตร์นี้ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของยุทธภุมินอร์มั่งดีและสิ่งประทับใจของคนเหล่านั้นคือ .. ความทรงจำ .. แห่งสันติภาพ เสรีภาพ ภราดรภาพ และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เสียสละต่อสู้เพื่อคนรุ่นหลังให้มีชีวิตดำรงอยู่มาได้ตราบนานวัน และทหารกล้าเหล่านี้อาจจะได้มาร่วมเป็นพยานในงานรำลึกเหตุการณ์วัน ดี-เดย์ เป็นครั้งสุดท้าย (เนื่องจากสูงวัยมากแล้ว)

การจัดงานครบรอบปีที่ 70 ดังกล่าวเป็นโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความขอบคุณวีรชนและมิตรภาพที่เป็นอมตะโดยชาวฝรั่งเศสกับชาวอังกฤษ ชาวอเมริกันและชาวแคนาดา โดยเราจะเห็นธงชาติฝรั่งเศส อังกฤษ อเมริกันและแคนาดา ประดับอาคารสถานที่ตลอดเส้นทาง 80 กิโลเมตร ในการปลดปล่อยฝรั่งเศส

ชาวฝรั่งเศสขอแสดงความกตัญญูและระลึกถึงอย่างไม่มีที่สิ้นสุดในเกียรติของพลเรือนที่เสียชีวิตจากฝ่ายกองกำลังสัมพันธมิตร และเหยื่อผู้เคราะห์ร้ายจำนวนมาก และเคารพต่อความกล้าหาญของประชาชนในนอร์มั่งดีในการเผชิญกับสถานการณ์ครั้งนั้น ชาวนอร์มั่งดีมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย แต่ได้แสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นในการสร้างอนาคตโดยไม่ละเลยประวัติศาสตร์และจะอยู่ในสายตาของชาวโลกตลอดไปจากการเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์และอนุสาวรีย์หลายแห่งในเขตนอร์มั่งดี

ผู้ที่มาร่วมงานจะได้เห็นความอลังการของพิพิธภัณฑ์ที่มีชีวิตชีวาตลอดเส้นทางกว่า 80 กิโลเมตร นอกจากนี้ ตลอดช่วงเวลาของงานครบรอบปีที่ 70 นี้ มีกิจกรรมที่น่าสนใจจากกลุ่มชนที่ชื่นชอบเกี่ยวกับการทหารซึ่งได้มาร่วมตัวกันตั้งค่ายและแสดงสิ่งของที่สะสมดูแลมาตลอดทั้งชีวิต ให้ชมผู้เข้าชมงานได้ชื่นชมด้วยตลอดเส้นทางและทั้งวันด้วย



อ้างอิงข้อมูล

- Tourismusverband der Normandie www.normandie-tourisme.fr/de
- Mehr Infos zum 70. Jahrestag der Landung www.the70th-normandy.com
- Fotos der Schlacht der Normandie www.flickr.com/photos/photosnormandie/with/8743665441/
- www.facebook.com/dj5bk/media_set?set=a.10204113415181412.1073741890.1406316303&type=1
- th.wikipedia.org/wiki/การบุกครองนอร์มั่งดี

ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีวีดีโอ) - พว. ทเวดต์กัตต์ เดชดง

“นางเอก” ย่อมเป็นบทบาทที่ผู้หญิงจำนวนมากใฝ่ฝัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชีวิตจริง ซึ่งไม่มีพู่กำกับโดยชี้แนะ ในสถานการณ์จริงย่อมเป็นเรื่องยากเพราะแม้จะอยากเป็นนางเอกกว่าคำพูดและการกระทำอย่างไร้ นอกจากนั้นหลายคนยังอาจ “ติดภาพ” ของการเป็นนางเอกในแบบไทยๆ ไม่ว่าจะเป็นการ “ต็มน้ำส้มดิน” การถูกกลั่นแกล้ง (แบบบ้านทรายทอง) หรือการจ่อพระเอกอย่างบังเอิญ ทั้งหมดนี้ถึงอย่างไรนางเอกในแบบที่พบเห็นในชีวิตจริงอย่างแน่นอน

แน่นอนว่านางเอกที่ดีต้องมีทั้งใจคือคิดเป็น และอีคิวคือการจัดการอารมณ์ที่ดี ไม่เสียนานเหตุ เพราะอารมณ์นั่นเอง

เมื่อไม่นานมานี้เองผมได้ไปบรรยายแก่กลุ่มคนไทยที่ประเทศ ลักเซินเบิร์ก การบรรยายนั้น แม้ว่าผมจะเป็นผู้บรรยาย แต่ก็มักได้พบกับบทเรียน หรือตัวอย่างประสบการณ์อันมีค่าแก่การถ่ายทอดกัน อยู่เสมอๆ ครั้งนี้ก็เช่นกัน ผมพบกับสตรีท่านหนึ่ง ซึ่งขอใช้ชื่อว่า “คุณณี”

คุณณีเป็นตัวอย่างที่ดีของการเป็น “นางเอก” นอกจอกที่หน้าตาแบบอย่าง คุณณีนั่นแต่งงานกับสามีชาว ลักเซินเบิร์ก ได้กว่า 5 ปี แล้ว แรกๆ ที่เธอเข้ามาอยู่ในครอบครัวของสามีนั้น เธอต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมายไม่ว่าจะเป็นเรื่องของ ภาษาที่เธอต้องเรียนรู้โดยเฉพาะภาษาฝรั่งเศส ที่ครอบครัวสามีใช้อยู่ นอกจากนี้แม่สามีที่คอยดูถูกเธอว่าเป็นผู้หญิงที่หวังสมบัติสามี แต่งงานเพื่อจะรอวันสามีตายเพื่อจะได้มีฐานะ ก็ทำให้เธอได้รับการตำหนิ และไม่ยอมรับอยู่เสมอ

คุณณีเล่าว่า แรกๆ ก็เครียดมากแต่ต่อมาก็มองดูเหตุการณ์แบบนี้อย่างเข้าใจและพยายามปรับตัว เธอเรียนภาษาฝรั่งเศส จนพูดจากรู้เรื่อง แม่จะไม่เต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ (ซึ่งเธอก็บอกว่าดีเหมือนกันที่ไม่ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะทำให้เธอฟังเสียงบ่นว่าของสามีไม่รู้เรื่อง จะได้ไม่เครียดมาก)

เธอยืนยันทำกับข้าวไทยๆ ให้ครอบครัวสามีได้ลิ้มลอง อยู่เสมอ แม้จะมีเรื่องตำหนิบ้างเวลาเธอซื้อผักมาในปริมาณที่มากเกินไป

แรกๆ เธอถึงอยู่เหมือนกันที่ถูกสามีต่อว่าเรื่องซื้อแตงกวา มา 2 ลูก เพราะสลัดของเธอเน้นได้ใช้แตงกวา ไปแค่ลูกเดียว เรื่องนี้ทำให้เธอเข้าใจในความประหยัดที่ออกจะใกล้กับความขีตติของคนยุโรป ทั้งหมดนี้กล่าวมาแล้วนี่เป็นความเก่งในการ

ปรับตัวของเธอแต่เรื่องที่น่าประทับใจที่สุดนั้นเกิดขึ้นเมื่อเช้าวันที่เธอมาฟังบรรยายนี้เอง

เช้าวันนั้นเธอมาสาย คือมาเอาเกือบเที่ยงทั้งที่ตามกำหนดการ นั้นเริ่มตั้งแต่ 9 โมงเช้า ซึ่งเธอเล่าให้ฟังว่า เหตุที่เธอมาช้าก็เพราะเธอต้อง “ขัดหม้อ” ถึง 3 โย

ก่อนหน้านั้นเธอได้ซื้อหม้อ สแตนเลส มือสองมาจากตลาดนัด ด้วยความที่เป็นหม้อมือสอง จึงทำให้สภาพของหม้อทั้ง 3 โย นั้นทั้งดำและดูเขลาคะ เป็นอย่างยิ่งครึ่งเมื่อแม่สามีมาเห็นก็บ่นว่า เธอว่าทำไมถึงง้อซื้อหม้อที่ใช้ไม่ได้มา สามีมาเห็นก็บ่นอีกเป็นรอบสอง

หากเป็นคุณณีจะทำอย่างไร?

บางท่านอาจเถียงเพื่อบอกว่าฉันอยากประหยัดต่างหาก

บางท่านอาจทิ้งหม้อทั้งหมดไปเพื่อความสะใจ บางท่านอาจนั่งร้องไห้ด้วยความทุกข์ระทมใจว่าทำไมชีวิตเราถึงลำบากเช่นนี้

แต่คุณณีเธอ “เลือก” ที่จะพิสูจน์ด้วยว่าหม้อทั้ง 3 โยนั้นยังใช้งานได้ดี เธอจึงบรรจุขจัดหม้อทั้งหมดจนแวววาว ขาวสะอาด โดยใช้เวลาไปกว่า 3 ชั่วโมง

เมื่อแม่สามีมาเห็นหม้อในสภาพใหม่แล้ว ก็อดเอ่ยปากไม่ได้ว่า “ดูดีเหมือนใหม่จริงๆ”

สิ่งที่คุณณีทำนี่เป็นการพิสูจน์ความจริงด้วยการกระทำอย่างสร้างสรรค์และนี่คือตัวอย่างของผู้ที่จะเป็น “นางเอก”

เพราะนางเอก มิใช่ผู้ที่จะนั่งร้องไห้โทษแต่โชคชะตาหรือ รอคอยแต่อัศวินขี่ม้าขาวมาช่วย แต่นางเอกเป็นผู้เริ่มต้นในสิ่งที่ดีสร้างสรรค์และเกิดประโยชน์ เลือกที่จะทำให้ดูมากกว่าการพุดเถียง โดยไม่ได้ขี้นชนะ นั่นเอง

เราอาจเลือกสิ่งที่จะเจอไม่ได้ทุกอย่างแต่ก็ยังมีพอที่จะเลือกว่าจะรับมืออย่างคนมีอีคิว(นางเอก) ได้



เมื่อหญิงแกร่งอย่างฉันป่วยในเยอรมนี - มันทก เพ็ญสวรรค์

@ Terminal 21 สุขุมวิท กรุงเทพฯ ประเทศไทย

โลกเอียง! อยู่ดีๆ ฉันก็เดินเซบนรองเท้าส้นสูง 3 นิ้วที่ปกติจะขึ้นเขา เดินไกล ความสูงของรองเท้าไม่ใช่ปัญหา อะ! หรือว่าเพราะฉันยังไม่ได้กินอะไร ยกโทรศัพท์ขึ้นมาดูเวลา บ่ายโมงแล้ว อืม..คงเพราะฉันหิว ชวนคุณสามีเลือกทานใน Terminal 21 นี้แหละ เดอะเทอเรส ฉันเลือกแกงส้มกุ้ง และ น้ำพริกผักสด อาหารที่นี่รสชาติดีทีเดียว น้ำแดงไม่ปั่นก็รสชาติเย็นชื่นใจ อืมและอร่อย

ในคืนนี้ ฉันและสามีต้องเดินทางกลับเยอรมันแล้ว หลังจากที่มาเมืองไทยเพื่ออบรมหาความรู้เพิ่มเติม และทำธุระเรื่องงาน เป็นเวลาหนึ่งเดือนเต็มๆ ในเดือนเมษายนที่มีเทศกาลสงกรานต์ ฉันหลบความร้อนและการเล่นน้ำ ไปพักในบรรยากาศธรรมชาติเงียบสงบสองวันเต็มเป็นการค้นรายการตามด้วยปิดท้ายก่อนกลับสามีเดินทางตามมา ฉันปิดท้ายทริปเมืองไทยรอบนี้ด้วยการเยือนทะเลสมุทรแสนรักหนึ่งอาทิตย์ก่อนเข้ากรุงเทพฯ

แม่ะ!.. ถึง Terminal 21 ไม่ช้อปปิ้ง คงไม่ใช่ฉันสิ อืมแล้วเตรียมตัวช้อปปิ้งละนะ อธิอิ...เดินเซ...!! ทุกอย่างตรงหน้ามืด และหายไป อะ...ฉันเป็นอะไรไปนี่ เดินต่อ เซ.. มีด .. และหายไป.. ผิดปกติหลายครั้งแล้วนะ ก็ไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะฉันเป็นคนสุขภาพดี ถึงแม้จะทำงานหนักด้วยหน้าที่ความรับผิดชอบในการบริหารธุรกิจส่วนตัว รวมถึงงานอาสาทั้งหลายทั้งปวง ฉันออกกำลังกายสม่ำเสมอ อาจจะเป็นเพราะเป็นคนเข้มแข็ง ไม่ยอมรับความเจ็บป่วยที่ร่างกายมี ถ้าทนได้ฉันทน.... ถึก! ฉันสนุกกับงานที่ทำที่รับผิดชอบ จนลืมนัดนัดหัว ซึ่งคนส่วนใหญ่จะมองว่าฉันบ้างาน และเครียดน่าดู

เสื้อผ้าแพชั่นที่ตีเซเนอร์ออกแบบเอง ที่ Terminal 21 ละลานตาตามากขอบอก ฉันละลายทรัพย์ที่นั่นบ่อยๆ แต่...อะ... อึกแล้ว เดินเซ .. มีด.. และหายไป.. เริ่มมีอาการถี่ขึ้น... ฉันไม่ได้ปวดหัวนะ ทั้งๆที่ปกติ ไมเกรน เธอคือเพื่อนสนิท แต่วันนี้ฉันไม่มีเธอ ...ฉันตัดสินใจบอกกับสามีว่า " ถ้าฉันเป็นลมล้มลงไป หรือฉันหมดสติ ฉันเชื่อว่าคนแถวนี้ จะช่วยเธอส่งฉันถึงโรงพยาบาล เธอฟังนะ ฉันไม่ได้ปวดหัว ไม่ได้มีไข้ ไม่ได้หัวขาว มีแรงปกติดี แต่ฉันเดินแบบเสียการทรงตัว เซ และ มันทกเป็นปกติๆ .. สามีตกใจมาก เพราะคิดว่าที่ฉันเซ เพราะมัวแต่ดูเสื้อผ้าไม่สนใจมองทางเดิน สามีถามจะไปโรงพยาบาลเดี๋ยวนี้ไหม ...หญิงถึกอย่างฉัน บอกกับสามีว่า " ไม่ ..เราเดินกลับโรงแรมที่พักที่อยู่อีก

เดอะ ฉันอยากนอนพัก เพราะอีกหลายชั่วโมงกว่าจะถึงเวลาแพ็คกระเป๋า และเตรียมตัวกลับเยอรมนี เรื่องหลับไม่ใช่เรื่องใหญ่ ฉันเป็นคนนอนง่าย แค่หัวถึงนอน ไม่นานหลับได้เลย ไม่ว่าจะอยู่ในสภาวะสถานการณ์แบบไหนก็ตาม ฉันนอนหลับไปสองชั่วโมงเต็ม ตื่นมาด้วยอาการปกติ แพ็คกระเป๋าเตรียมตัวเดินทางกลับเยอรมนี โดยไม่อะใจเลยว่า อาการก่อนหน้านี้ คือ สัญญาณที่ร่างกายเตือน

@ Home Germany

ฉันตื่นสายมาก แต่.. ซาดังแต่หัว ไม่เหมือนอาการปวดหัวไมเกรน ไม่เหมือนอาการปวดหัวปกติ แต่ปวดแบบมีนๆๆๆเหมือนสมองไม่ทำงาน บ้า แชน ซา ด้านซ้ายทั้งแถบ ซา...บ้าแข็งเป็ก คอหันไม่ได้ นิ้วมือนิ้วเท้าลือค ประมาณสองสามนาที คลาย และหลายชั่วโมงให้หลัง ลือคอีก ฉันคิดอยู่คนเดียวว่า ไม่นะๆ ไม่เป็นอัมพฤกษ์นะ ฉันตะโกนลั่นเรียกสามี แต่ปากอ้าได้นิดเดียว หน้าซาค้างซีกพยายามอธิบายสามีว่า ตัวเองเป็นอะไร สามีรีบโทรหาหมอประจำบ้าน (Hausarzt) แต่ต้องรอถึงสามวันถึงจะถึงคิวนัด ฉันปวดหัว มีนๆๆเหมือนมันจะหัวจะระเบิด กลัวจะเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาต แต่ต้องรอนัดถึง 3 วัน อยากจะร้องไห้ นี่ถ้าเป็นเมืองไทย ฉันคงไปโรงพยาบาลทันที ตามความเข้าใจของผู้หญิงแกร่ง(ถึก)อย่างฉัน ที่เกือบลืบบีบ ไปหาหมอแค่ตามนัดตรวจสุขภาพประจำปี ตามประสาผู้หญิงเท่านั้น ฉันเข้าใจว่า ไม่ว่าจะป่วยเป็นอะไรก็ตามจะต้องไปพบหมอประจำบ้านก่อน แล้วหมอประจำบ้านก็จะส่งไปหาหมอรักษาตามอาการหรือผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง

ฉันตัดสินใจกินยาแก้ปวด แล้วพยายามดื่มน้ำเยอะๆ อาบน้ำ และทำตัวปกติ ไม่อ่านหนังสือ ไม่ทำงานไม่รับโทรศัพท์ และที่สำคัญ ลือคเอาที่เฟสบุ๊คเข้าวันถัดมา ฉันมีอาการปวดหัวน้อยลง แต่ยังคงชาที่ด้านซ้าย สามีคงความเห็นว่ เกิดจากฉันเครียด แค่ว่าคงจะดีขึ้น... ไม่นิฉันแอบปฏิเสธในใจ เพราะฉันรู้จักตัวเองดี ผู้หญิงที่ไม่ยอมป่วยอย่างฉัน ถ้าฉันถึงขนาดลือคกับอาการที่เป็นอยู่ แสดงว่าต้องมีอะไรผิดปกติกับร่างกายฉัน

ฉันตัดสินใจ รวบรวมสมาธิ ตั้งใจเขียนสรุปอาการทั้งหมดที่ฉันมี เล่าประวัติสุขภาพส่วนตัวตลอดจนสัญญาณเตือนก่อนฉันบินกลับเยอรมนีส่งไปให้พี่ที่นับถือกันช่วยกรุณาแปล เพราะฉันรู้ว่าถ้าไปพบหมอ หมอจะต้องซักประวัติอาการป่วย

และเล่าอาการ แล้วภาษาเยอรมันแบบของฉันนี้หรือ จะไปเล่าสิ่งเหล่านี้ หวังพึ่งสามี ที่วินิจฉัยให้ฉันไปเรียบร้อย ว่าฉันเครียด จนประสาทเกร็ง ถ้าหวังพึ่งเขาแลคงจะไม่ได้การ

@ หมอประจำบ้าน (Hausarzt)

แล้วก็ถึงวันที่ฉันได้นัดพบหมอ เพื่อนรักที่พักที่บ้านด้วยเป็นคนขับรถไปส่ง และนัดพบกับสามีที่ทำกร Hausarzt แล้วก็เป็นอย่างที่ ฉันคาดการณ์ สามีบอกว่า ฉันน่าจะเครียด และเกิดอาการเกร็งตามกล้ามเนื้อจนขา หมอหันมาถามอาการฉัน ฉันตอบด้วยภาษาอังกฤษผสมภาษาเยอรมันแบบยืดยานคาง และดูท่าว่าจะไม่ได้เรื่อง ฉันคว้าโทรศัพท์ขึ้นมา เปิดเน็ต ประวัตินาอาการป่วยของฉัน และอาการที่ฉันมี ที่ได้รับการช่วยเหลือจากพี่ที่นับถือแปลให้ ส่งให้หมอ เมื่อหมออ่านจบ ก็ให้ฉันชั่งน้ำหนัก วัดความดัน (ต่ำมาก) ดูเลือด (เจาะเลือด) ไปสี่หลอดเบ้งๆ วัดอุณหภูมิ ร่างกาย (ปกติ) กลอกตาซ้ายขวา บน ล่าง (แน่นอนว่ามันช้า เพราะแทบจะบังคับไม่ได้) ทดสอบความรู้สึกผิวหนัง (ด้านซ้ายฉันรู้สึกน้อยมาก) ให้ออกแรงบีบทั้งซ้ายขวา (ซ้ายฉันไม่มีแรง) ให้ตอบว่า ปวดหัวระดับไหน หนึ่งถึงสิบ เอาละสิ เอาอะไรมาเป็นเกณฑ์ ในการวัด ฉันถามหมอ หมอบอกให้กะเอา ฉันตอบหมอไปว่า ถ้าเมื่อวานก่อน ระดับเก้า เพราะถาระดับสิบ สำหรับฉัน ฉันคงหมดสติ ส่วนวันนี้แค่ระดับห้า มีนๆๆๆ ไม่ปวดมาก สรุปว่าหมอประจำบ้าน สั่งยาแก้ปวดให้ฉัน และ ให้รอผลตรวจเลือดอีกสามวัน ส่งรายชื่อหมอให้สามีฉัน นัดหมอตั้งต่อไป Orthopäde, Neurologe, Physiotherapeut (Manuelle Therapie) สามีรีบโทรนัดให้ และก็อีกแหละ โน่น นั่น นี่อีกได้นัดอาทิตย์ถัดไป และที่เร็วสุด คือ Orthopäde มีนัดวันมะรืน

เข้าวันถัดมา ฉันยังคงมีอาการชาด้านซ้าย ยังคงมีนๆ แต่ฉันมีนัดต่อทำหนังสือเดินทางที่สถานกงสุลใหญ่ แฟรงเฟิร์ต น้องสาวขับรถไปส่ง ที่นั่นทุกอย่างเรียบร้อยดี ฉันกรอกแบบฟอร์ม ด้วยการกำปากกาในมือแน่นเท่าที่ฉันจะทำได้(ฉันถนัดซ้าย) แต่...ให้ตายเถอะ ..มือฉันไม่มีแรง แบบฟอร์มที่กรอกแบบพยายามกรอกสุดความสามารถ เมื่อกรอกๆเสร็จแล้ว ฉันนึกอายุเจ้าหน้าที่ เมื่อมองดูตัวหนังสือบนแบบฟอร์มนั้น มันโย้ๆ เย้ๆ เหมือนคนเขียนหนังสือไม่เป็น รวมทั้งเวลาที่ใช้กรอกก็นานพอสมควร ถ่ายรูป พิมพ์ลายนิ้วมือ แล้วก็

ถึงตอนสำคัญ เขียนชื่อให้เหมือนในพาสปอร์ตไบเดิม เอาละสิ... ในพาสปอร์ตเดิม ฉันเขียนตัวบรรจง ตัวเล็กๆ เป็นระเบียบ ฉันจรถปากกา และกำแน่นที่สุดเพื่อบังคับปากกาให้เคลื่อนไปในทิศทางที่ฉันต้องการ ให้ตายเถอะ... ฉันเขียนชื่อตัวใหญ่เท่าหม้อแกง เจ้าหน้าที่รับแบบฟอร์มไปมองดูชื่อ แล้วก็บอกว่า เขียนใหม่ นะคะ พร้อมกับปริ้นสไปใหม่ให้ฉัน... ฉันตอบคะ เบาๆ นึกเสียใจพร้อมรู้สึกอายเล็กน้อย ไปที่สอง เหมือนเดิม... เจ้าหน้าที่รับมาดู แล้วขำขำ พร้อมบอกว่า อีกทีนะคะ พร้อมชี้ให้ฉันดูลายมือชื่อในพาสปอร์ตเดิม... ฉันอยากจะทำอะไร พยายามเขียน..มันก็ยังเหมือนเดิม ส่งกระดาษคืนเจ้าหน้าที่ พร้อมกับบอกว่า "พี่ไม่สบายคะ" เจ้าหน้าที่คงไม่ทันฟังไม่ทันคิดว่า ฉันพูดอะไร

ไปที่สาม "ไม่ต้องเขียนแล้วคะเซ็นเลย" ฉันยิ้มเจื่อนๆ ก้มหน้าพยายามเซ็นชื่อ เสร็จ!... แต่ฉันรู้ว่าลายเซ็นในพาสปอร์ต มันก็ไม่เหมือนลายเซ็นฉันอยู่ดี!

ฉันกลับบ้าน โดยมีน้องสาวที่ช่วยอำนวยความสะดวกทุกอย่างรวมทั้งขับรถด้วย ระหว่างเดินทางฉันครุ่นคิดถึงอาการที่ฉันมี และเริ่มรู้สึกมีตัว ฉันเอนเบาะลง บอกกับน้องว่าพี่เหนื่อย จะนอนนะ บอกกับตัวเองว่า ฟรุ้งนี้ฉันมีนัด กับ Orthopäde (คืออะไรก็ไม่รู้ เตียวฟรุ้งนี่ฉันคงรู้แหละ) คงจะรู้มากขึ้นว่าตัวเองเป็นอะไร หลังตกลงหายใจลึกๆ พร้อมกับพยายามทำเป็นไม่สนใจอาการมีตัวในหัวที่มี ฉันรวบรวมสติสัมปชัญญะที่มี ท่องบทสวดมนต์ในใจอย่างตั้งใจ จนหลับไปอย่างไม่รู้ตัว

@ออร์โทพีดิกส์ (Orthopäde)

ที่นี่ สะอาดสะอาด และมีระบบการฆ่าเชื้อที่สมบูรณ์แบบ รวมทั้งฉันเห็น ผู้คนที่ทำงานที่นี่ก็สะอาดสะอาดดูดี รูปโปสเตอร์กระดูก หนังสือ และโทรทัศน์ที่นำเสนอเกี่ยวกับเรื่อง สถานที่นี่ และเรื่องพลังงาน/จักรวะ/ความสมดุล/อาหารสุขภาพ/การออกกำลังกาย/ฝังเข็ม วนกลับไปกลับมา จนถึงเวลานัดของฉัน

คุณหมอผู้หญิงร่างบอบบาง แต่ดูปราดเปรียวสวยตาจูเท่าทันโลก เธอมองฉันแล้วยิ้ม ถามว่าเป็นอะไร สามปีที่ปลีกตัวมาจากที่ทำงานเพื่อมาพบหมอกับฉันด้วยความหวัง ถึงแม้ว่าฉันจะมากับน้องสาวก็ตาม เพราะหลายวันที่ผ่านมา คงเริ่มสังเกตเห็นความไม่ธรรมดา ในอาการป่วย ของฉัน

หลังจากสามปีให้หมอฝัง ถึงอาการที่ฉันมี จนไปพบหมอประจำบ้าน และได้รับนัดสามหมอนี่นี้ที่แรก หมอให้ฉันเอ็กซเรย์ ช่วงคอ ไหล่ กระดูก

สันหลัง เมื่อดูฟิล์มเอ็กซเรย์ ผลออกมาทุกอย่างปกติ และได้ลองทดสอบการเคลื่อนไหวของกระดูก ความรู้สึกผิวหนัง และลงความเห็น ว่า ฉันควรไปพบ Neurologe ให้เร็วที่สุด สามี่ฉันบอกว่า อาทิตย์หน้า ส่วนฟรุ้งนี้ ฉันมีนัด กับ Physiotherapeut (Manuelle Therapie) และได้อธิบายว่า ไม่ได้เรียงว่าจะพบหมอไหนก่อนหมอไหนหลัง ได้รายชื่อหมอมามากี่นัด แบบเร็วที่สุดก็ได้ตามที่นัดหม่อว่าง

และคุณหมอร่างบอบบางได้ตัดสินใจ ให้ฝังเข็มก่อน รอจนกว่าจะได้พบ หมอ Neurologe เป็นการฝังเข็มครั้งแรกในชีวิตฉัน ถอดเสื้อผ้าเหลือกางเกงในตัวเดียว หมอเริ่มจิ้มเข็มเริ่มจากขาไล่ขึ้นมา แต่ฉันไม่รู้สึกอะไรเลยโดยเฉพาะข้างด้านซ้าย ส่วนด้านขวาฉันรู้ว่าหมอจิ้มเข็ม แต่ไม่เจ็บรู้สึกเหมือนมดกัด

หมอยังคงปฏิบัติฝังเข็มต่อไป ฝั่งๆ..ฉันมองเห็นเข็มกระดอนที่บนพื้น แล้วแง่งๆแง่งๆเข็มแล้วเข็มแล้ว เข็มอีกหลายอันหล่นกระเด็นกระดอนตามมาได้ยืนน้องสาวหัวเราะ และหมอบอกว่า บ้าและหลังเธอทั้งสองข้างแข็งตึงจนฉันปักเข็มไม่ลง ฉันฝังเข็มเท่าที่ทำได้ก่อน น้องสาวฉันหัวเราะ ฉันเองที่กำลังนอนก้มหน้าอยู่ ก็อดขำไม่ได้และ คิดว่าถ้าฉันป่วยแค่จากอาการแข็งตึงของกล้ามเนื้อคงดีสินะ...แต่ฉันรู้สึกได้ว่า ไม่ใช่เหมือนอย่างที่ผมเองก็รู้สึก ฉันควรพบหมอ Neurologe (ระบบประสาท) ให้เร็วที่สุด

@-นักกายภาพบำบัด -Physiotherapeut (Manuelle Therapie)

ฉันและน้องสาวผู้ซึ่งต้องปรับตารางชีวิตครอบครัวและงานใหม่หมด เพื่อที่จะสามารถช่วยเหลือฉัน ทั้งการเดินทางพบหมอ และ งานที่ทำ ที่บางครั้งก็อดคิดไม่ได้ว่าถ้าฉัน อัมพาต อัมพฤกษ์ หรือตายไปจะทำอย่างไร แต่ดูเหมือนว่า ทุกคนรอบตัวไม่คิดถึงเรื่องนี้ ขอแค่ฉันสื่อสารได้ หัวยังทำงานได้ก็เพียงพอ

เราได้ยินนักกายภาพบำบัด Physiotherapeut คุยกับลูกค้า ทำให้เรารู้ว่า เราคงรออีกสักพัก เราทั้งคู่คาดสายตามองสถานที่รอบๆ และหันมาสบตาและยิ้มอย่างไม่ได้นัดหมาย ฉันพอจะรู้ว่า Physiotherapeut มีหน้าที่ทำอะไร รวมทั้งเคยเห็นในทีวีบ่อยๆ ที่มีกรจอมติ นวดไทย ที่ไร้การรับรองอย่างเป็นทางการ และชอบนำเสนอ ถึงความเสี่ยงเมื่อรับบริการตลอดจน เรื่องความสะดวก ความปลอดภัย อ้อ ! ฉันลืมบอกไป ฉันเป็นครูสอนนวดไทย และทรีตเมนต์อื่นๆ เป็นครูสอนโยคะ และมีกิจการนวดไทย/สปาไทยหลายสาขาในเยอรมนี ซึ่งแน่นอนว่า ฉันย่อมจะทำความรู้จักหรือหาข้อมูล

เรื่องเพื่อนร่วมอาชีพอยู่บ้างพอสมควร รวมทั้งพอจะเข้าใจและสามารถบอกอาการได้ถูกจุดว่า เกิดอะไรขึ้นตรงไหน และใช้คดีที่มีที่นับถือแปลอาการเป็นภาษาเยอรมันให้ ฉันมีความเห็นว่า สถานที่ฉันนั่งอยู่ในขณะนี้ไม่ผ่านสุจริตลักษณะ รวมถึงบรรยากาศ และกลิ่นอับๆ ด้วย

นักกายภาพบำบัด(Physiotherapeut)ออกมาจากห้องและทักทายเรา พร้อมบอกให้เรารอสักครู่ ผู้มารับบริการคนที่เราได้ยินเสียงเมื่อสักพัก เปิดประตูออกมา พร้อมกล่าวลานักกายภาพบำบัดคนนี้(Physiotherapeut) แล้วก็ถึงตาฉันละ และก็เหมือนเดิมคะ น้องสาวฉันได้พยายามบอกอีกครั้งว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน นักกายภาพบำบัดบอกให้เรามาเข้าเข้าไปในห้องที่มีกลิ่นอับ มีอุปกรณ์ออกกำลังการสองชิ้น ซึ่งฉันพอจะดูออกว่า เพื่อบริหารข้อ และอีกอันเพื่อยืดเดิน นักกายภาพบำบัดถามถึงอาชีพฉัน (คาดว่าเพื่อการคะเนว่าสาเหตุน่าจะมาจากอะไร) ฉันตอบว่านวดไทย ฉันเห็นแววตาของเขาไหววูบ และพูดว่างานของเราไม่ค่อยต่างกัน อนุญาตให้เขาตรวจสุขภาพข้อกระดูกใหม่ ฉันตอบอนุญาต ... มีส่วนไหนในร่างกายที่ฉันเขาต้องระวังมัย... ฉันตอบทุกส่วน เพราะฉันขาที่ด้านซ้าย ความรู้สึกน้อย และคอหันไปด้านซ้ายได้แค่เล็กน้อยเท่านั้น นักกายภาพบำบัดใช้ผ้าเช็ดตัวที่วางอยู่บริเวณนั้น แล้วปูคบบนเตียง ไม้ นะ! ผ่านนั้นคงใช้มาหลายคนแล้ว อี!... น้องสาวฉันก็คงเห็นเช่นเดียวกัน ถึงถามทันทีว่า พี่สาวฉันต้องถอดเสื้อผ้าหรือเปล่า นักกายภาพบำบัดตอบว่าไม่ต้อง... เฮ้ย!!..โล่งอก!

เขาเริ่มจากให้ฉันนั่งบนเตียง และอีกแหละครั้งที่สาม ที่ฉันต้องถูกทดสอบด้วยอุปกรณ์เหมือนซ่อนเล็ก เพื่อทดสอบการเคลื่อนไหวของกระดูก กลิ้งท่อนแขน ท่อนขา เหมือนเดิม ซ้ายความรู้สึกฉันน้อย แล้วก็ให้ฉันนอนหงาย จับคอและบ่าหมุนดูความยืดหยุ่น แน่นนอน ว่าไม่เหมือนปกติ ตามด้วยให้นอนตะแคง พาดแขนข้ามไหล่กางแนบออก (ไม่ถนัดและไม่แนบเพราะก้มไม่ได้) เขาถามฉันด้วยภาษาเยอรมันว่า อนุญาตให้กดมัย ฉันตอบ อนุญาต ...พลอด ! เสียใจฉันถูกตัด ตามด้วยอาการสำคัญอากาศ ทำให้ฉันไอโซลกๆๆ เขาตกใจมาก! ถามฉันว่าไอเคมัย ฉันตอบโอเค แล้วก็ถึงตอนสำคัญ เขาบอกให้ฉันนอนหงาย นักกายภาพบำบัดประคองหัวฉัน และถามว่า อนุญาตให้หมุนมัย ฉันคิดทันทีว่าตลอดเวลาที่เขาถามว่า อนุญาตมัย คือความยินยอมของตัวเอง หากฉันตอบว่าอนุญาต ฉันตอบทันที ว่า ไม่! (ถ้าจะถามถึงข้อห้ามขอควรระวัง ในการนวด การตัด อาการ

ที่ฉันเป็นอยู่ ระบบ บวม และไม่แน่ใจว่าเกิดจากอะไร ไม่สมควรแน่นอนที่จะตัดคอฉัน! ...) แล้วเขา ตอบว่า โอเค ฉันรอเธอพบ Neurologie ก่อนฉันแน่ใจว่าเธอไม่เป็นอะไร และเธอต้องกลับมาที่นี่อีก สรุปว่า ฉันไม่ได้จ่ายค่าบริการ เพราะเขาบอกว่า ฉันจะกลับมาอีก (แต่ฉันไม่แน่ใจ) ฉันยืนยันให้ส่งใบเรียกเก็บค่าใช้จ่าย เพราะฉันมีประกันส่วนบุคคล นักกายภาพบำบัดยืนยันไม่ส่ง และหากฉันไม่กลับมา จะไปใช้บริการที่สปาของฉัน พร้อมกับหันไปมอง น้องสาวคนงามของฉัน เวลากลับ และเมื่อนั่งในรถเรียบบร้อยเก้าทั้งคู่นั้นมาสบตากันพร้อมหัวเราะก๊าก...Physiotherapeut จะหิลิน้องสาวฉันล่ะสิ.. เสียใจเธอรักเดียวใจเดียวฮะ

ตกกลางคืน ฉันนอนไม่หลับ ปวดหัวหนักขึ้น และรู้สึกวุ่นวาย เดินด้านซ้ายเริ่มขามากกว่าเดิม ฉันพยายามข่มตานอนอย่างทรมาณ เข้าวันรุ่งขึ้นฉันรู้ตัวว่า ควบคุมตัวเองไม่ค่อยได้ ..เบลอๆ และเริ่มสงสัยว่าอาการน่าจะมาจาก สมองสั่งการ หรือระบบประสาท ฉันตัดสินใจเปิดกูเกิ้ล (Google) หาข้อมูลอาการที่ฉันมีในสิบกว่าวันที่ผ่านมา ปรากฏว่า เป๊ะๆๆกับ อาการเตือน ของ โรคหลอดเลือดสมอง Stroke

ฉันอ่านไป สลับกับการพักเป็นระยะ เพราะตาพร่า ปวดหัว หนักแล้ว!ฉันส่งข้อความถึงสามีให้หาข้อมูลในอินเทอร์เน็ตอ่าน อาการที่เป็น ผ่านไปยี่สิบนาที สามีโทรมาบอกให้เพื่อนรักฉันขับรถไปส่งที่โรงพยาบาลเดี๋ยวนี้ ไปถึง โรงพยาบาล(ที่ของฉุกเฉิน) ฉันรู้สึกกลัวรถพยาบาล กลัวชุดสีส้มที่บรรดา ผู้คนหน่วยฉุกเฉินใส่ (ฉันไม่รู้ว่เรียกว่อะไร) กลัวแผนกนี้ กลัวคนป่วยที่นอนรอคิว และว่าทุกคนอาการหนัก สามีมาถึงทำนัดคิวให้ฉัน ที่เคาน์เตอร์ถามถึงหมายเลขเจ้าหน้าที่หรือรถพยาบาลที่มาจาก สามีตอบ เมาเอง เพราะโทรมาหาหมอแล้วหมอบอกว่าให้มาในทันที ไม่ต้องรอ! ที่เคาน์เตอร์แนะนำว่า ควรหาให้เรียกรถพยาบาล ฉันรู้สึกขาไม่มีแรง ไม่รู้ว่เพราะอาการป่วย หรือกลัว ต้องเอาหลังพิงผนัง ยืนรอ เจ้าหน้าที่ในชุดสีส้มหันมามองถามว่าเอารถเข็นมัย ฉันส่ายหน้าพร้อมขอขอบคุณแล้วสามีก็หันมาบอกว่า เราต้องรอประมาณ สองชั่วโมง นั่นเร็วสุดแล้ว! ฉันรอ แบบสลึมสลือ ระวังคนกับความกลัว

หมอตรวจทุกสิ่งที่ทำเมื่อสิบวันที่ผ่านมา เจาะเลือดหนักตลอด ตรวจฉี่ ตรวจข้อ กระดูก/กล้ามเนื้อ การทรงตัว ประสาทสัมผัส ปอด และสุดท้าย สแกนสมอง เบ็ดเสร็จทุกสิ่งใช้เวลาเจ็ดชั่วโมง ทรมาณสำหรับฉัน หลับรอเป็นระยะๆ และกลัวโรงพยาบาล

กลัวเครื่องมือตรวจทุกชนิด กลัวเสียงตรวจคลื่นหัวใจ กลัวและผวากับการดูเลือดไปตรวจ กลัวการสแกนสมอง เกิดอาการขนลุกที่ต้องลงไปนอนในที่เปลือยและมีผ้าครอบ สรุปว่า ฉันมีไม่เกรนระดับรุนแรงมากกว่าที่เคยมีมา ส่งผลให้ปวดหัวรุนแรง ประสาทอาจาจะเหือน ทำให้กล้ามเนื้อเกร็งชา และพบก้อนแคลเซียมที่สมอง หากมีอาการปวดหัวรุนแรงให้ไปโรงพยาบาลทันทีไม่ต้องรอ อาการหน้ามืดวูบบ่อยๆ มาจากวัย/ไม่เกรน/ความดันต่ำ (ห้ามกลับไป ตัดคอเด็ดขาด) คำแนะนำในการรักษา ฉันเลือกการบำบัดทางเลือก เปลี่ยนแปลงวิถีกันอยู่ ทำงาน เท่าที่จะสามารถทำได้แบบทันทีทันใด พักผ่อนมากขึ้น ไม่เครียด ฉันโชคดีที่สามารถตัดได้ทันที่ แคบอกตัวเองว่าหยุดคิด

ณ ปัจจุบันนี้ ฉันเริ่มสบายดี พุดปกติแล้ว แต่ยังมีเวลาคิด ทำงานเยอะจะปวดหัวต้องหยุดทันทีก็ทดลองทำหลายๆสิ่ง เพื่อทดสอบตัวเองว่า แต่ละสิ่ง เปลี่ยนแปลงแค่ไหน อ่านหนังสือได้นานแค่ไหน ทำงานได้นานแค่ไหน รับสภาวะความเครียด(ฟังปัญหาเรื่องงาน)ได้นานแค่ไหน สรุปว่าทุกอย่างไม่เหมือนเดิม ต้องแบ่งช่วงพักเป็นระยะ และเปลี่ยนจากใส่คอนแทคเลนส์ มาใส่แว่นบางเวลา สิ่งเดียวที่ฉันยังคงต้องระวังคือควบคุมการขับรถไฟชาลง แคลเซียมในสมองหรือหินปูนในสมอง คืออะไร หินปูนในสมองก็คือแคลเซียมที่เกิดขึ้นในสมอง เกิดจากหลายสาเหตุได้แก่ 1. การเปลี่ยนแปลงตามอายุ 2. ความผิดปกติของการเผาผลาญแคลเซียมในร่างกาย 3. การติดเชื้อในสมอง 4. ความผิดปกติตั้งแต่กำเนิด

หินปูนในสมองมีอันตรายหรือไม่ ต้องบอกว่ ขึ้นกับสาเหตุ กรณีเป็นจากการเปลี่ยนแปลงตามอายุไม่มีผลเสียอะไร แต่ถ้าเกิดจากสาเหตุอื่นๆ ก็ส่งผลต่อสมอง ซึ่งก็ขึ้นกับตำแหน่งและขนาดของหินปูนที่เกิดขึ้นในสมอง ผลเสียที่เกิดขึ้น เช่น สมองเสื่อม เดินเซ อาการชัก ขึ้นกับตำแหน่งของหินปูนขนาดของหินปูนและสภาพของสมองส่วนอื่นๆ รวมทั้งโรคประจำตัวของผู้ป่วยด้วย

การรักษากรณีหินปูนเกิดจากความผิดปกติของการเผาผลาญแคลเซียม ก็ต้องแก้ที่สาเหตุนั้นๆ ส่วนกรณีเกิดจากการเปลี่ยนแปลงอายุ การติดเชื้อในสมองนั้นไม่สามารถแก้ไขหินปูนที่เกิดขึ้นได้ อีกส่วนหนึ่งคือการรักษาตามอาการผิดปกตินั้นๆ ต้องบอกว่าส่วนใหญ่แล้วสาเหตุของหินปูนในสมอง มักเกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามอายุ บางส่วนเกิดจากการติดเชื้อพยาธิ ซึ่งตัวพยาธิตายไปแล้ว ส่วนน้อยมากๆ เกิดจากการเผาผลาญแคลเซียมผิดปกติ

(มองโรค(โลก)แบบหมอส้มศักดิ์ ตอน: หินปูนในสมองโดย รศ.นพ.สมศักดิ์ เทียมเก่า)

ข้อคิดที่ฉันอยากฝาก จากประสบการณ์ป่วยในครั้งนี้คือ

ดูแลสุขภาพ แบ่งเวลาการพักผ่อน การทำงานให้เหมาะสม

ก่อนไปพบหมอ เตรียมตัวให้พร้อม ประวัติการเจ็บป่วย/อาการที่เป็นอยู่ หากพูดภาษาไม่คล่อง หาเพื่อนไปด้วย หรือทำอย่างที่คุณทำ สรุปอาการให้ใครช่วยแปลให้ เพื่อให้หมอเป็นข้อมูล

หากป่วยถึงขนาดที่ว่ ครอบงำที่ได้มาไม่ไหว สามารถไปโรงพยาบาลได้ทันที แต่ต้องแน่ใจด้วยว่าตัวเองอาการหนัก รอไม่ไหว เพราะ เวลาที่เราใช้ที่ห้องฉุกเฉิน อาจหมายถึงนาทีชีวิตของคนถัดไป

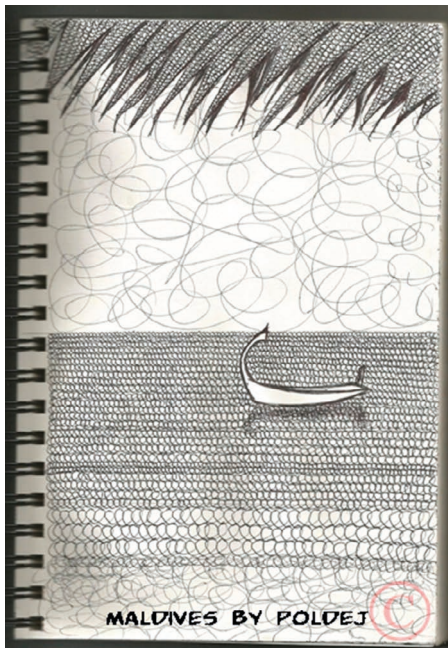
- 1. ตรวจวินิจฉัย มลภาวะที่เพิ่มมากขึ้น ภูมิแพ้ สิวเพิ่มขึ้นผิวหนังมีก้อนตุ่มตะป่ตะป่ เม็ดสีผิวผิดปกติ มะเร็งผิวหนัง
- 2. ตรวจตา เพราะบางครั้ง สายตาที่เปลี่ยนไป ส่งผลให้มีอาการปวดหัวได้
- 3. ตรวจฟัน จัดฟันปูน ตรวจสุขภาพเหงือกและฟัน
- 4. วัดระดับคอเลสเตอรอลไตรเจน เมื่ออายุเกิน 30 ปีขึ้นไป เพราะคอเลสเตอรอลไตรเจนที่ลดลงอาจเป็นเหตุผลของการแก่เร็ว หงุดหงิด อารมณ์เสีย
- 5. วัดความดันโลหิต ความดันต่ำ ความดันสูง ปวดหัว ไม่มีแรง ตาพร่า อาจมาจากสาเหตุนี้
- 6. ตรวจภายใน ตรวจมดลูก เมื่ออายุเกิน 25 ปี ควรตรวจความปกติของมดลูก โดยเฉพาะ การตรวจแบ็บสเมียร์ เพื่อค้นหาความผิดปกติของเซลล์เนื้อเยื่อปากมดลูก เพื่อจะได้รับการทันทั่วทั้งหากมีมะเร็ง
- 7. ตรวจเต้านมปีละครั้ง และตรวจด้วยตนเองเดือนละครั้ง

ตัวฉันเอง ยังคงไปพบ หมอตามนัด และไม่คอยใช้ยาหากไม่จำเป็นจริงๆ เพราะการใช้ยาติดต่อกันส่งผลเสียต่อบั ฉันปฏิเสธ ยาที่หมอสั่งเพื่อการพักผ่อน ที่ส่งผลให้สลึมสลือ ง่วงนอน อยากนอนพักผ่อนอย่างเดียว แต่ฉันบังคับตัวเองในการจัดตารางเวลาพักผ่อนมากขึ้น นอนหลับ ตื่นน้ำเปล่าให้พอเพียง รับประทานอาหารที่จำเป็นพิถีพิถัน มากขึ้นกับรายละเอียดเช่น อะไรที่ฉันไม่ควรดื่มไม่ควรทานอะไรที่ตีต่อสุขภาพ และเหนืออื่นใด ทำให้มีความสุข เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็น เรื่อง ธรรมดา แต่ในวันนี้ ดูสุขภาพให้ดีที่สุดในสิ่งที่ทำได้

ธรรมะกับศิลปะ: ยักยิว

- พลตบ วรฉัตร (อดีตเอกอัครราชทูต ณ กรุงโคลัมโบ ประเทศศรีลังกาและดูแอมัลดีฟส์)

ศิลปะ: ยักยิวคือ การวาดลายเส้นวงโค้งมาอย่างอิสระเสรีเป็นภาพตามจินตนาการ ตำว่า ยักยิวคือ การลากเส้นวงโค้งมาโดยไม่มีรูปแบบที่แน่นอน



ผมเริ่มทำศิลปะยักยิวเมื่อปีที่แล้วในช่วงที่อยู่ที่ศรีลังกาและได้มีโอกาสไปเยือนมัลดีฟส์ ด้วยความประทับใจในความงดงามของทะเลสีฟ้าเขียวครามมองเห็นประกายระยิบระยับชัดเจน ดูระยิบระยับยามต้องแสงแดด ความประทับใจนี้ทำให้เมื่อกลับมาโคลัมโบ ศรีลังกา ผมจึงวาดลายเส้นที่วิ่งไปวงมาตามจินตนาการความสวยงามของทะเลมัลดีฟส์ก่อนหน้านั้น ผมเคยวาดภาพเป็นงานอดิเรกโดยเริ่มจากวาดภาพสีน้ำมัน สีน้ำอะครีลิก แต่ในกรณีที่ไม่มีเวลามากก็จะแคว่วาดลายเส้นเพื่อความเพลิดเพลิน

เมื่อไม่มีเวลามากแต่ก็ยังอยากจะทำงานศิลป์ทางเดียวที่จะทำได้คือวาดลายเส้น ด้วยปากกา ลูกกลิ้ง และกระดาษธรรมดา ซึ่งจากการวาดแบบยักยิวทำให้สะดวกมากและเพลิดเพลินไม่แพ้งานศิลป์อื่นๆ

ศิลปะยักยิวทำง่ายและสะดวกติดดินจริงๆ เพราะไม่ต้องการอะไรมาก แค่มีปากกา ลูกกลิ้ง (สีดำ) มีกระดาษอะไรก็ได้ และมีจินตนาการ ก็ทำได้แล้ว

ผมเขียนไว้ในเพจศิลปะยักยิวในเฟซบุ๊กเมื่อวันที่ 8 เมษายน 2557 ว่า “เพจศิลปะยักยิวนี้จะรวบรวมงานศิลปะยักยิวโดยพลเดชมาไว้ที่เดียวกันเพื่อเผยแพร่การวาดแบบยักยิว การวาดแบบยักยิวนอกจากจะเป็นงานศิลปะแบบติดดินสะดวกเพลิดเพลินแล้วยังเป็นการฝึกสมาธิด้วย ขณะเดียวกันก็ต้องรู้จักการวางแผนเพราะไม่สามารถยักยิวได้ทั้งภาพ แต่ต้องแบ่งยักยิวในเวลาและอารมณ์ที่เหมาะสมคือสงบและเป็นสมาธิเท่านั้น ทดลองแล้วจะติดใจครับ” เพียงวันเดียวก็มีกัลยาณมิตรในเฟซบุ๊กสนใจ ผมจึงโพสต์ข้อความดังต่อไปนี้

“มีคำขอจากกัลยาณมิตรถามว่า ศิลปะยักยิวจะเรียนได้ที่ไหน ผมจึงร่างแนวทางการทำศิลปะยักยิวมา ณ ที่นี้ ผมเองก็ไม่ทราบว่ เคยมีศิลปะยักยิวแบบนี้มาก่อนหรือไม่ แต่หาในเน็ตไม่พบ จะมีก็แต่ภาพที่เรียกว่า Curlicue line ซึ่งก็ไม่เห็นภาพที่วาดด้วยเส้นแบบนี้ อย่างไรก็ตาม แม้จะหาไม่เจอแต่ก็คิดว่า ขอนำเสนอศิลปะยักยิวในฐานะที่นำมาวาดด้วยตนเองและได้รับผลด้วยตัวเอง หากผู้สนใจจะทดลองดูก็น่าจะเป็นประโยชน์ในการเริ่มต้น ขอให้มีความสุขนะครับ.....”

ศิลปะยักยิว

ผมได้ร่างคำจำกัดความศิลปะยักยิวว่า “คือ การสร้างงานศิลปะแบบติดดิน โดยการลากเส้นยักยิวเป็นวงกลมและวงรีอย่างต่อเนื่องในความยาวที่กำหนดโดยไม่ยกปากกาเพื่อให้เกิดเป็นภาพตามจินตนาการ ซึ่งต้องใช้สมาธิและความมุ่งมั่นมาก”

อุปกรณ์

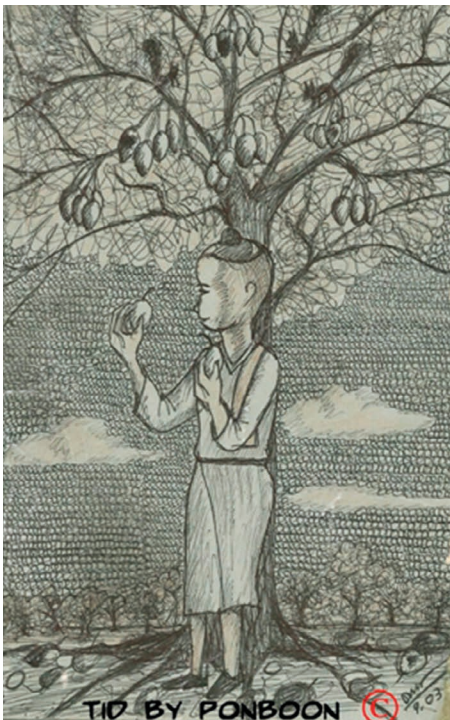
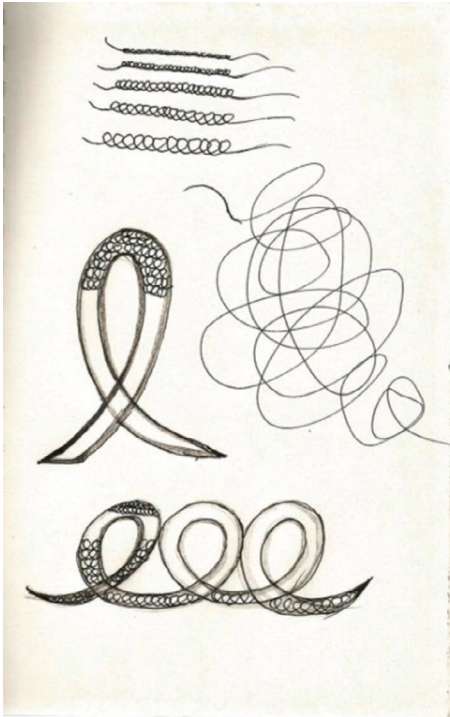
- กระดาษวาดภาพ 100 กรัม ขนาด A 4
- ปากกา ลูกกลิ้งธรรมดา ทุกขนาด แนะนำให้ใช้สีดำเพียงสีเดียว

วิธีวาด

- ร่างภาพที่จะวาดด้วยดินสอก่อน (สำหรับผมจะลงมือวาดโดยไม่ร่าง เพราะมีภาพอยู่ในหัวแล้ว)
- กำหนดพื้นที่ที่จะยักยิว ซึ่งควรมีพื้นที่ยักยิวอย่างน้อย 50 เปอร์เซ็นต์ของภาพ
- ลากเส้นเป็นวงรียักยิวไปตามแนวนอน จากซ้ายไปขวาอย่างต่อเนื่อง โดยไม่ยกปากกาเลย
- เส้นยักยิวที่เป็นแนวนอนเป็นบรรทัด ทำได้เป็นบรรทัด ทั้งจากล่างขึ้นบน หรือ จากบนลงล่าง
- ขนาดของวง มีขนาดเล็ก ขนาดกลาง และขนาดใหญ่
- ขนาดวงรีเล็กและกลางในช่วงรีที่เป็นระเบียบและเท่ากันซึ่งต้องใช้สมาธิมากเพราะต้องวงไปเรื่อยโดยไม่ยกปากกา
- วงขนาดใหญ่จะเป็นการยักยิวอย่างฟรีสไตล์ไม่ต้องเท่ากันและไม่ควรยกปากกาดูด้วยเช่นกัน

ความท้าทาย

- เนื่องจากต้องยักยิวด้วยวงรีอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะเต็มพื้นที่หรือเป็นภาพ จึงต้องใช้ความตั้งใจและมุ่งมั่นมากเพราะต้องยักยิวหลายร้อยครั้งหรือเป็นพันครั้งอย่างต่อเนื่องและยกปากกาให้น้อยที่สุด ซึ่งยากที่จะทำให้เสร็จในทันที จึงต้องมีความมุ่งมั่นมากทีเดียวที่จะทำจนกว่าจะเสร็จ
- ต้องการสมาธิในระดับหนึ่งเพื่อที่จะยักยิวให้



เท่ากันและเป็นระเบียบ หากไม่มีสมาธิก็จะส่งผลให้การฝึกเขียนออกมาไม่เป็นระเบียบ ซึ่งผลการฝึกเขียนจะเป็นไปตามสภาพจิตใจ

- ต้องการการวางแผนเพราะไม่สามารถจะทำให้เสร็จได้ในทันทีจึงต้องวางแผนว่าจะทำเพียงใดและอย่างไรจึงจะเสร็จเป็นส่วนๆ จนกว่าจะเสร็จทั้งภาพ

ผลดี

- ฝึกสมาธิและความอดทน การวาดเส้นวงไปวงมาคล้ายกับการถักโครเชต์หรือนิตติ้งหรือการปักเส้นด้ายบนผ้า ต้องใช้ความอดทน
- ฝึกการวางแผนการทำงาน โดยทำเป็นส่วนๆ ด้วยความพอดีและเท่าที่ทำได้ เพราะไม่สามารถทำให้เสร็จในครั้งเดียวได้
- ฝึกการสร้างจินตนาการ การวาดภาพโดยเฉพาะศิลปะฝึกเขียนเป็นการฝึกจิตให้รู้จักการสร้างจินตนาการ เพราะการฝึกเขียนนั้นยังไม่มีรูปแบบ ไม่มุ่งเน้นความสวยงามหรือสีสัน แต่เน้นจินตนาการด้วยปากกาสีดำ

ธรรมะในศิลปะฝึกเขียน

จากข้อดีที่ผมได้บอกไว้ ทำให้การทำศิลปะฝึกเขียนเป็นการฝึกสมาธิขั้นพื้นฐานไปด้วยในตัว ยิ่งหากจินตนาการในเรื่องของธรรมะก็จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะได้ทั้งสมาธิ สติ ความอดทนและปัญญา ภาพศิลปะฝึกเขียนของผมส่วนใหญ่ที่วาดในเวลาต่อมาจึงเกี่ยวกับธรรมะทั้งสิ้น

จากประสบการณ์การวาดศิลปะฝึกเขียน ขอยืนยันว่าเป็นงานศิลป์ที่ใครก็ทำได้ง่ายและสะดวกที่จะเป็นงานอดิเรกและมีคุณค่าในด้านจิตใจ สร้างความสุขให้กับชีวิตประจำวันได้ ทดลองดูนะครับ

ติดตามผลงานศิลปะฝึกเขียนได้ที่เฟซบุ๊ก

www.facebook.com/yukyur.art

Network Thais Overseas–Germany (NTO–Germany)

Network Thais Overseas, NTO, wurde gegründet, um thailändische Arbeitnehmer, Freiwillige und thailändische Gemeinschaften im Ausland zu unterstützen, zu fördern und ihre Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen; verschiedene Kollaborationen sollen angestoßen und begleitet werden, und es sollen sowohl neue Ansätze entwickelt werden, um den Lebensstandard von Thailändern im Ausland zu verbessern, als auch auf politischer Ebene an Aktionen teilgenommen werden, um Thais im Ausland allgemein besser zu stellen.

Zielsetzungen

- Die Koordination und Unterstützung der Zusammenarbeit von Gruppen, Organisationen und thailändischen Vertretungen, die im Ausland lebende und arbeitende Thailänder unterstützen,
- Die Koordination auf politischer Ebene zwischen staatlichen und zivilgesellschaftlichen Einrichtungen in Thailand und den Ländern, in denen Auslands-Thais leben,
- Die Beschaffung, Verbreitung und Austausch von Erfahrungen und Informationen, die die Lebensqualität der im Ausland lebenden Thais verbessern helfen,
- Die Beteiligung an der Entwicklung neuer Ansätze zur Verbesserung der Lebensqualität der Auslands-Thais,
- Der Anstoß zur Entwicklung innovativer Maßnahmen zur Hilfe und Problembewältigung der im Ausland lebenden Thais bei politischen wie alltäglichen Problemen,
- Das Bestreben, eine feste Organisation (in Thailand) einzurichten, die sich um den Schutz, die Unterstützung und die Belange der Auslands-Thais kümmert,
- NTO-Germany zu unterstützen sowie das Wissen und die Fähigkeiten zur Hilfe der im Ausland lebenden Thais auszubauen.

Substantieller Ansatz zur Koordination

- Zusammenarbeit mit verschiedenen Gruppen und im Ausland lebenden Thailändern, um wesentliche Informationen zu erhalten und Faktoren zu ermitteln, aufgrund denen eine Entscheidung getroffen werden kann, im Ausland zu leben. Der Austausch von Informationen untereinander und die wechselseitige Unterstützung der Arbeit erfolgt über das Internet (Mailverteiler) sowie Webseiten.
- Eine Webseite einrichten, die als Medium zum Austausch und Sicherstellung von Informationen über die Gastländer, z.B. über die dortige Gesetzgebung und den Arbeitsmarkt dient. Es können auch Links zu thailändischen Gruppen und Gemeinden dort eingerichtet werden, die dem Nutzer erleichtern, gezielte Informationen zu erhalten. Die Webseite soll nicht nur nützliche Informationen bereitstellen, sondern auch Interessierte ermutigen, sich unserer Kampagne anzuschließen.
- Zusammenarbeit mit verschiedenen politischen Lobbygruppen in Thailand.
- Beratungen und Treffen. In dieser Anfangsphase können die Mitglieder des Teams die Möglichkeit eines Thailandaufenthaltes für die Arbeit nutzen; es ist klar, dass nicht alle Mitglieder bei jedem Treffen dabei sein können. Sobald das NTO genügend Mittel zusammengebracht hat, könnten in der Zukunft auch Treffen von NTO-Germany in Deutschland stattfinden.

Neben der Etablierung von NTO finden in Deutschland weiterhin die folgenden Aktivitäten statt.

- Die Unterstützung und Weiterbildung thailändischer Freiwilliger, etwa durch Trainingskurse oder Ähnlichem.
- Activities that will render knowledge to Thai communities, for example, organizing public discussion, dialog, and publications such as D-magazine, handbooks on different aspects, and Thai cultural promotion functions.
- Aktivitäten, die Wissen an thailändische Gemeinden vermitteln, etwa Vorträge und Podiumsdiskussionen, Veröffentlichungen wie das D-magazine, Handbücher zu verschiedenen Themen, und Veranstaltungen, welche die thailändische Kultur fördern.



D magazine

นิตยสารดี

www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de

ผู้ผลิต

สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน(เยอรมนี)
www.nto-germany.de

บรรณาธิการประจำฉบับ

อัญชัญ เสียวี่ลิ่ง

กองบรรณาธิการ

ดร.พิทยา เรือนแก้ว, วลาวัลย์ อัลเบรช, อัญชัญ เสียวี่ลิ่ง,
โสภาพร ศวรรษ, พนมสวรรค์ เกตุสุวรรณชัย, สายสุดา โพล, ออร์นี ไฟฟ์โพเออร์

ผู้ร่วมงานในเล่ม

ปัทมา อินโต, เขียม แบตมินตันคอรัล, กัทธิดา หาญสกุล,
ญาคมณีน สเตาส, มณฑนา เพ็ญสเลอ, พลเดช วรชิต,
กุลลาภ ไทโรย, สีนุสสุวิไล ยอดบางเตย, นพ.เทอดศักดิ์ เศษคง,
พจนาน วิธอนเดิน, หนอย ไวเกล, นัฐพงษ์ บุตรีดี-อุเฟอร์

พิสูจน์อักษร

สุวีร์รัตน์ นิชาพัลณ, จิราภรณ์ วีระภัทรานนท์, ดร.คูรา ซาเลนทิน

กราฟิก

ชลัษ วรยรรยง, พรภานา กุซุซุ

เวบมาสเตอร์

เบญจมาศ คลิงเลอร์

โรงพิมพ์ (Druckerei)

Saxoprint GmbH, Digital- & Offsetdruckerei,
Enderstraße 94, 01277 Dresden

สมัครเป็นสมาชิก

สมาชิกรายปี รับผิดชอบสาร 4 เล่ม คุ้มหาคอออกทุกๆ สามเดือน ราคา 20
ยูโร พร้อมค่าส่ง

ติดต่อขอสมัครเป็นสมาชิกได้ที่

อัญชัญ เสียวี่ลิ่ง

Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies

แอนด์: 01774954640

สิ่งที่พิมพ์ในนิตยสาร "ดี" มาจาก สำนวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย ไม่อนุญาตให้
คัดลอกสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ และรูปภาพก่อนได้รับอนุญาตจากผู้ผลิต คัดลอก
หรือพิมพ์ซ้ำบทความหรือรูปภาพที่ตีพิมพ์เผยแพร่ที่อื่นมาแล้ว กรุณา
ติดต่อเจ้าของบทความโดยตรง

D-Magazine

www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de

Herausgeber:

Netzwerk der Thailänder im Ausland (Deutschland)
www.nto-germany.de

Chefredakteurin:

Aunchun Hirling

Redaktion:

Dr.Pataya Ruenkaew, Walawal Albrecht, Aunchun Hirling,
Sopaporn Kurz, Pasamolwan Kerksuwanchai, Saisuda Pohl

Redaktionsmitarbeiter:

Patama Into, Riam/ Badminton Chorus, Pattira Hansakul,
Jasmin Stauss, Manthana Penyler, Poldej Waorachat,
Kularp Saipopoo, Sinsawat Yodbangloei, Dr.terdsak Detkhong,
Potjana Veeanden, Noi Weigel, Natthaphong Butdee-Ufer

Korректор:

Sureerat Nichapat, Jiraporn Teerapatranon, Dr.Kurt Salentin

Grafiker:

Chalat Worayanyong, Pompana Kuzucu

Webmaster:

Benjamas Klingler

Druckerei:

Saxoprint GmbH, Digital- & Offsetdruckerei,
Enderstraße 94, 01277 Dresden

Abonnement:

"D-mag" erscheint vierteljährlich. Der Abonnement - Preis inkl.
Versand beträgt für den Bezug in Deutschland 20,00 Euro.

Kontaktanschrift:

Aunchun Hirling,
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies
Mobil: 01774954640

Vervielfältigung von Artikeln und Fotos ist nur mit Genehmigung
von dem Herausgeber erlaubt.

Vervielfältigung oder Nachdruck von bereits in einem anderen
Medien erschienenen Artikeln oder Fotos wenden Sie sich bitte
direkt an Autoren.

19.09.2014

ISSN: 2190-636X

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

ฉบับหน้า....พบกับ



จาก "นิตยสารดี" กลายเป็น "สำนักพิมพ์ดี"

สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (Network Thais Overseas e.V. ชื่อย่อ NTO e.V.) ซึ่งเป็นผู้ดูแลการผลิตนิตยสารดีขอเรียนให้ผู้อ่านทราบว่า จะผลิตนิตยสารดีเล่มที่ 20 (เดือนธันวาคม 2557) เป็นเล่มสุดท้าย จะเปลี่ยนนโยบายการผลิตจากการผลิตนิตยสารดีเป็น "สำนักพิมพ์ดี" ซึ่งจะจัดทำและพิมพ์คู่มือและหนังสือต่างๆตามหัวข้อที่เป็นประโยชน์แก่ชุมชนไทยที่อาศัยอยู่ในต่างแดน เช่น คู่มืออยู่เยอรมนี คู่มือการดูแลสุขภาพจิต ข้อมูลการศึกษา สิทธิและหน้าที่ที่พึงรู้ เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อเป็นการสอดคล้องกับเป้าหมายในการทำงานของสมาคม NTO คือ รวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยในต่างแดน รวมทั้งจัดเก็บและเผยแพร่ข้อมูลดังกล่าว เพื่อร่วมกันพัฒนาแนวคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยในต่างแดน เพื่อร่วมกันผลักดันให้เกิดมาตรการในการช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาคนไทยในต่างแดน ทั้งในระดับนโยบายและปฏิบัติ สร้างความเข้มแข็งของเครือข่ายอาสาสมัครคนไทยในเยอรมนี พร้อมทั้งเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ และศักยภาพในการให้ความช่วยเหลือคนไทยที่ประสบปัญหา



ติดต่อสมาคมได้ที่

ดร.พิทยา เรือนแก้ว Tel. 0160 9863281
อัญชัญ เสียวี่ลิ่ง Tel. 0177 4954640
สุชาดา ไบเยอร์ Tel. 0178 5638589

www.nto-germany.de และ www.d-magazine.de

ติดต่อจรรยาภัทร

เยอรมนี:

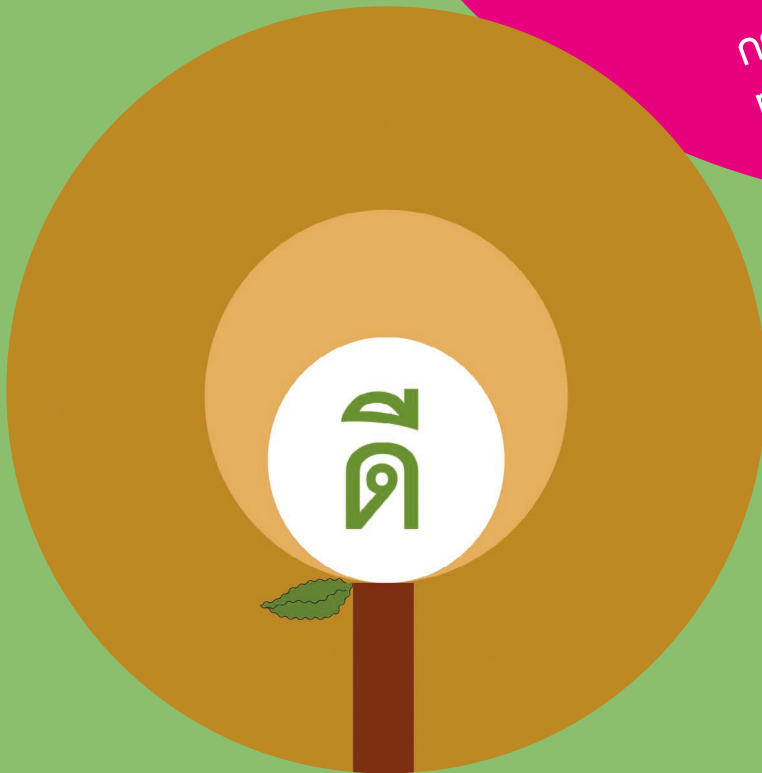
pataya@d-magazine.de
aunchun@d-magazine.de
walawal@d-magazine.de
benjamas@d-magazine.de
chalat@d-magazine.de
pornpana@d-magazine.de
saisuda@d-magazine.de
sopaporn@d-magazine.de

สวีตเซอร์แลนด์

oranee@d-magazine.de

กรุงทพมหานครฯ

pasamonwal@d-magazine.de



„D-Magazine“ , Bank: Volksbank e.G Überlingen, BIC: GENODE61UBE, IBAN: DE82 6906 1800 0047 0702 01
D-Magazine, Abo-Service, c/o Aunchun Hirling, Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies
E-Mail: aunchun@d-magazine.de



www.d-magazine.de und www.nton-to-germany.de