



D Magazine

นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย  
[www.d-magazine.de](http://www.d-magazine.de)

นิตยสารเสริมสร้างศักยภาพและพัฒนาทักษะคนไทยในต่างแดน  
โดย NTO

สุขภาพ: คีเลชั่นบำบัด การกำจัดของเสียออกจากร่างกาย  
กฎหมาย: กฎหมายครอบครัว (ในสวีตเซอร์แลนด์)  
ครอบครัว: โรคซึมเศร้าในเด็ก

กันยายน 2560 ฉบับที่ 21



# บท. บอกกล่าว

## สวัสดิ์คะท่านผู้อ่านนิตยสารดี

เกือบจะ 3 ปีแล้วนะคะที่เราไม่ได้พบปะกันทางตัวอักษรอย่างเป็นทางการ (คือพบกันในฉบับนิตยสาร) ตั้งแต่ นิตยสารดีปิดตัวลงเมื่อธันวาคม 2557 (2014) แม้เราจะจะมีเพจของ D-magazin ก็ตาม

หลังจากที่ปิดตัวลงก็มีมิตรรักแฟนเพลงถามหาขึ้นมาเนือง ๆ ว่า เสียดยาน่าจะกลับมาทำนิตยสารดีอีก คณะทำงานเองก็เคยคิดกันว่า อาจจะกลับมาทำเป็นนิตยสารออนไลน์ ที่อาจจะสะดวกและประหยัดกว่า ก็คิดกันไปกันมา ยังไม่ได้โอกาสเหมาะจะเสียที ต้นปีที่ผ่านมา (2560) สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (ที่รับผิดชอบการผลิตนิตยสารดี ก็คณะผู้จัดทำแหละคะ) ได้ลองเขียนโครงการขอกุณสนับสนุนจากกองทุนส่งเสริมการจัดการสวัสดิการสังคม แต่การขอกุณก็ไม่ใช่จะได้ 100% ต้องมีวัตถุประสงค์บ้าง และคิดกันว่า หากได้รับกุณสนับสนุนก็จะกลับมาทำนิตยสารดีอีก และจะเป็นในรูปแบบนิตยสารออนไลน์ ท่านผู้อ่านคงจะเดาได้เนคะว่า ผลการพิจารณาเรื่องกุณเป็นอย่างไร เพราะวันนี้เราได้กลับมาพบกันอีก เป็น ดี รีเทอร์น ในรูปแบบนิตยสารดีออนไลน์ แกมคณะผู้จัดทำยังเพิ่มคณะทำงานจากประเทศเพื่อนบ้านคือสวีตเซอร์แลนด์ด้วย ฉบับที่ท่านกำลังอ่านอยู่นี้เป็นฉบับที่ 1 ของ ดีออนไลน์ หากนับต่อเนื่องก็จะเป็น ฉบับที่ 21/2017 คะ เราตั้งประเด็นหลักว่า ดี รีเทอร์น ดีออฟเพิล ดี จะเป็นอย่างไร ไปอ่านบทความหลักกันเลยคะ

นอกจากบทความหลักที่เล่าเรื่องราวการกลับมาของ ดีมาก แล้ว ดีมาก ฉบับนี้นำเสนอความคิดเห็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับคนไทยในต่างประเทศ ในทัศนะของผู้ที่ทำงานในประเทศไทย และในต่างประเทศ ถือเป็นสองความเห็นดี ๆ ในประเด็นเดียวกัน เป็นดีออฟเพิล ดี และที่จะขาดเสียไม่ได้ก็คงจะเป็นประเด็นเรื่องกฎหมาย ดีมาก ชวนอ่านความเกี่ยวข้องของการเป็นบุคคลล้มละลายกันหนังสือเดินทาง นอกจากนี้ในฉบับนี้ยังเพิ่มประเด็นกฎหมายครอบครัวของประเทศสวีตเซอร์แลนด์ด้วย ซึ่งจะเป็นคอลัมน์ประจำสำหรับดีมากออนไลน์ต่อไป

ในนามกองบรรณาธิการดีฉันหวังว่า การกลับมาครั้งนี้ของนิตยสารดีออนไลน์ จะได้รับการต้อนรับจากท่านผู้อ่านเหมือนที่ผ่านมา และหากท่านมีคำแนะนำใด ๆ กองบก.ยินดีน้อมรับด้วยความยินดี พบกันใหม่ในฉบับที่ 2 เดือนธันวาคม นี้คะ

พัทยา เรือนแก้ว

## สารบัญ

### สิทธิและกฎหมาย

- 2 หนังสือเดินทาง กับ บุคคลล้มละลาย
- 5 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกฎหมายครอบครัว

### บันเทิง/ท่องเที่ยว

- 8 อักษรไทยวิจิตร
- 12 นิราศลิสมอน

### สังคม

- 19 เอ็นริเล่

### ครอบครัวและเด็ก

- 22 โรคซึมเศร้าในเด็ก
- 25 อยู่เยอรมนี

### ทั่วไป

- 28 มุ่งอนาคต ความคุมตัวเองกันเถอะ

### การศึกษา

- 31 คลินิกภาษาไทย

### สุขภาพ

- 33 คีเลชั่นบำบัด

### บทความหลักประจำเล่ม

- 36 Doppel-ดี

### สัมภาษณ์พิเศษ

- 40 คนไทยและชุมชนไทยในต่างประเทศ  
ในมุมมองของนักการทูต
- 43 ทำความรู้จักรักกับผม

# หนังสือเดินทาง กับ บุคคลล้มละลาย

## โดย พัทยา เรือนแก้ว

“หนังสือเดินทางของสมหญิงกำลังจะหมดอายุในอีกไม่กี่วันนี้ สมหญิงไปขอทำหนังสือเดินทางเล่มใหม่ไว้กับสถานเอกอัครราชทูต วันนี้ไปรษณีย์นำจดหมายมาส่ง ผู้ส่งคือสถานเอกอัครราชทูต แต่ในซองไม่มีหนังสือเดินทาง มีเพียงหนังสือแจ้งว่า ไม่สามารถทำหนังสือเดินทางให้ได้ เนื่องจากสมหญิงถูกศาล (ล้มละลายของไทย) สั่งเป็นบุคคลล้มละลาย (ตามกฎหมายไทย) สมหญิงเกือบล้มทั้งยืน การเป็นคนต่างชาติ ไม่มีหนังสือเดินทาง ก็หมายถึงไม่มีสิทธิพำนัก เพราะสิทธิพำนักติดอยู่กับหนังสือเดินทาง เมื่อเป็นเช่นนี้ สถานะของสมหญิงก็กำลังกับผู้ที่พำนักอยู่อย่างไม่ถูกต้องตามกฎหมาย”

เรื่องราวของสมหญิงเป็นเรื่องจริง และเกิดขึ้นกับคนไทยจำนวนไม่น้อยในต่างประเทศ มาดูกันว่าเหตุการณ์ลักษณะนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร และเมื่อเกิดขึ้นแล้วควรที่จะทำอย่างไร

### อยู่ต่างประเทศกลายเป็นบุคคลล้มละลายได้อย่างไร

คนไทยหลาย ๆ คน อาจเป็นเหมือนสมหญิงที่เคยซื้อบ้าน หรือค้าประกันการซื้อบ้าน หรือค้าประกันอะไรสักอย่างหนึ่ง นั่นคือมีหนี้สิน ทั้งจากการที่ตนเองก่อเอง หรือไปค้าประกันใครไว้ แล้ววันดีคืนดีก็เดินทางมาพำนักอยู่ในเยอรมนี หรือประเทศอื่น ๆ ก่อนเดินทางมาก็ไม่ได้จัดการอะไรกับเรื่องนี้ หรือบางคนอาจจะหนีหนี้สินเหล่านี้มาด้วยก็เป็นได้ หรืออาจคิดเพียงว่า บ้านหากขาดส่ง ทางธนาคาร (เนื่องจากบ้านมักจะถูกนำไปเข้าธนาคารเพื่อขอยืมเงินมาซื้อ) หรือเจ้าหนี้ก็คงจะมายึดเอาไปเฉย ๆ แล้วเรื่องก็จบกันไปเอง

กรณีที่เกิดปัญหาเพราะเรื่องไม่ได้จบเพียงนั้น เมื่อหนี้สินเพิ่มพูนด้วยดอกเบี้ยที่สะสมแรมปี หนี้สินไม่ถึงล้านบาทเมื่อตอนเริ่มต้น กลายเป็น 2-3 ล้านบาท ธนาคารหรือเจ้าหนี้นำเรื่องฟ้องร้องต่อศาลขอให้สั่งให้ลูกหนี้ เช่น สมหญิงกลายเป็นบุคคลล้มละลาย ทั้งนี้ด้วยหวังว่าจะสามารถนำทรัพย์สินของลูกหนี้อย่างสมหญิงมาใช้หนี้ได้ การฟ้องร้องก็กระทำที่ประเทศไทย อาจมีหมายศาลส่งไปถึงบ้าน เช่น กรณีสมหญิง แต่ญาติพี่น้องบอกว่า อยู่ต่างประเทศ ไม่เป็นไร ไม่ไปศาล ไม่ต้องไปทำอะไร เดี่ยวเรื่องราวก็เงียบไปเอง เมื่อเป็นเช่นนี้ ศาลก็พิจารณารับฟังเพียงฝ่ายโจทก์ และตัดสินให้สมหญิงเป็นบุคคลล้มละลาย

### การเป็นบุคคลล้มละลายเกี่ยวอะไรกับการที่ไม่สามารถทำหนังสือเดินทางได้

เมื่อเป็นบุคคลล้มละลายแล้ว ตามพระราชบัญญัติล้มละลายไม่สามารถทำนิติกรรมใด ๆ ได้ เพราะมีหนี้สินล้นพ้นตัว เกินกว่า 1,000,000 บาท รวมทั้งไม่สามารถกระทำการที่เกี่ยวกับนิติกรรมสัญญาใด ๆ ได้ ทั้งสิ้น นอกจากนี้ลูกหนี้จะออกไปนอกราชอาณาจักรไม่ได้ เว้นแต่ศาลหรือเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์จะออกหนังสืออนุญาต ทั้งนี้เป็นไปตามมาตรา 67(3) แห่ง

### “ในกรณีที่ไม่สามารถทำหนังสือเดินทางใหม่ได้ก็เช่นกัน ต้องไปแจ้งกับเจ้าหน้าที่ว่า มีปัญหาเรื่องการทำหนังสือเดินทาง ชี้แจงเหตุผลให้ชัดเจน”

พระราชบัญญัติล้มละลาย พ.ศ. 2483 การจะออกไปนอกประเทศจึงต้องมาขออนุญาตเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ กรมบังคับคดี หรือสำนักงานบังคับคดีประจำจังหวัดที่ดำเนินเรื่องคดีล้มละลายของลูกหนี้อยู่ เจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมืองของไทยถึงจะอนุญาตให้เดินทางออกนอกประเทศได้ ดังนั้นการออกหนังสือเดินทางใหม่เนื่องจากหนังสือเดินทางเก่าหมดอายุ สถานเอกอัครราชทูตไทยในต่างประเทศจึงกระทำไม่ได้ เพราะต้องได้รับอนุญาตในการให้อยู่ต่างประเทศจากเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ก่อน เมื่อยังไม่ได้รับอนุญาต กระทรวงต่างประเทศจึงไม่สามารถออกหนังสือเดินทางใหม่ให้ได้

### เมื่อไม่ได้หนังสือเดินทางเล่มใหม่จะต้องทำอย่างไรถึงจะพำนักอยู่ในเยอรมนีต่อไป

ปกติแล้ว เมื่อได้หนังสือเดินทางเล่มใหม่ สิ่งที่ต้องทำคือไปพบเจ้าหน้าที่สำนักงานว่าด้วยกิจการคนต่างชาติ (AUSLÄNDERAMT) เพื่อที่จะทำเรื่องสิทธิพำนัก แม้ว่าจะต้องถือสิทธิพำนักที่เรียกว่า สิทธิให้ตั้งถิ่นฐาน (NIEDERLASSUNGSERLAUBNIS) ซึ่งไม่จำกัดอายุก็ตาม ทั้งนี้เพราะในบัตรสิทธิพำนักจะระบุชัดเจนว่า ให้ไว้กับผู้ถือหนังสือเดินทางหมายเลขอะไร ในกรณีที่ไม่สามารถทำหนังสือเดินทางใหม่ได้ก็เช่นกัน ต้องไปแจ้งกับเจ้าหน้าที่ฯ ดังกล่าวว่ามีปัญหาเรื่องการทำหนังสือเดินทาง ชี้แจงเหตุผลให้ชัดเจน จากประสบการณ์ของสมหญิง และคนไทยหลาย ๆ คน เจ้าหน้าที่ฯ เข้าใจถึงปัญหา และแจ้งว่า ขอให้ไปจัดการกับปัญหาเหล่านี้ และเมื่อได้หนังสือเดินทางเล่มใหม่แล้ว ให้มาติดต่ออีกครั้ง

สิ่งที่พึงกระทำอีกอย่างคือ เมื่อไปพบเจ้าหน้าที่ฯ แจ้งปัญหาแล้ว ควรที่ขอหนังสือรับรองจากเจ้าหน้าที่ฯ ว่าเราสามารถที่จะพำนักอยู่ได้ และควรที่จะลองขอหนังสือแทนหนังสือเดินทางสำหรับชาวต่างชาติที่พำนักอยู่ในเยอรมนี ซึ่งหนังสือแทนฯ นี้ทางการเยอรมันจะออกให้ในบางกรณีแก่ผู้ที่ไม่สามารถทำหนังสือเดินทางของประเทศตนได้ เนื่องจากสาเหตุสุดวิสัย (PASSERSATZ FÜR AUSLÄNDER IN DEUTSCHLAND, DER NACHWEISLICH EINEN AUSLÄNDISCHEN PASS NICHT IN ZUMUTBARER WEISE ERLANGEN KANN) แต่การที่จะได้หรือไม่ขึ้นขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของเจ้าหน้าที่ฯ การได้หนังสือแทนหนังสือเดินทางนี้จะทำให้สามารถเดินทางไปไหนมาไหนได้

### ทำอย่างไรจึงจะสามารถทำหนังสือเดินทางได้จากประสบการณ์ของสมหญิง และคนไทยคนอื่น ๆ พอสรุปสิ่งที่ควรกระทำในกรณีนี้ดังนี้

1. ขอ CI (CERTIFICATION OF IDENTITY) หรือหนังสือแสดงตัวเพื่อเดินทางกลับประเทศไทย ขอได้จากสถานเอกอัครราชทูตไทย หรือ สถานกงสุลใหญ่ในประเทศที่ตนพำนักอยู่
2. เมื่อถึงประเทศไทยให้ไปติดต่อกรมบังคับคดี ติดต่อเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ที่ดูแลคดี ชี้แจงเรื่องราวว่าตนเองอยู่ต่างประเทศจำเป็นต้องมีหนังสือเดินทางปรึกษาหารือ ขอคำแนะนำ และแนวปฏิบัติ ในการขออนุญาตเดินทางออกนอกประเทศ ทั้งนี้ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว บุคคลล้มละลายจะออกนอกประเทศได้ต่อเมื่อ ศาลหรือเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์อนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร  
วิธีปฏิบัติก็คือ ยื่นคำร้อง (ตามแบบฟอร์ม) ต่อเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ แสดงเหตุจำเป็นที่จะต้องเดินทางออกนอกประเทศ โดยแจ้งรายละเอียดว่าจะไปประเทศใด ในเวลาใด ไปทำอะไร กำหนดกลับเมื่อใด ซึ่งอาจหารือกับเจ้าพนักงานฯถึงการเขียนเหตุผลว่า ควรเป็นเช่นไรก็ได้  
เจ้าพนักงานฯ จะพิจารณา เมื่อเจ้าพนักงานฯ อนุญาตให้เดินทางออกนอกประเทศ ก็จะออกหนังสืออนุญาตให้
3. นำหนังสืออนุญาตให้เดินทางออกนอกประเทศที่เจ้าพนักงานฯ ออกให้ไปยื่นที่กองหนังสือเดินทางเพื่อขอทำหนังสือเดินทาง
4. ในบางกรณี เจ้าพนักงานฯ อาจจะขอให้อยู่ในไทยก่อนเพื่อไปแถลงต่อศาล ในกรณีนี้อาจจะรอเพื่อขึ้นศาล หรืออาจจะเดินทางกลับมาก่อน แล้วกลับไปประเทศไทยอีกครั้งเพื่อขึ้นศาล

5. สิ่งที่ต้องคำนึงอีกประการก็คือ การอนุญาตให้ออกนอกประเทศนั้นเป็นการอนุญาตชั่วคราว นั่นคือควรดูด้วยว่าอนุญาตเป็นระยะเวลาานเท่าไร เมื่อครบควรที่จะกลับไปรายงานตัว แล้วขออนุญาตใหม่
6. เมื่อครบอายุความก็จะพ้นสภาพการเป็นบุคคลล้มละลาย

### “ปกติบุคคลธรรมดาจะปลดจากการล้มละลายเมื่อครบ 3 ปี นับแต่ศาลพิพากษาให้ล้มละลาย แต่มีบางกรณีอาจขยายได้เป็น 5 ปี หรือ 10 ปี”

#### การเป็นบุคคลล้มละลาย จะมีอายุความกี่ปี ถึงจะหลุดจากการเป็นบุคคลล้มละลาย พ้นกำหนดแล้วเจ้าหนี้สามารถสืบทรัพย์ได้ในภายหลัง จะยึดได้หรือไม่

ปกติบุคคลธรรมดาจะปลดจากการล้มละลายเมื่อครบ 3 ปี นับแต่ศาลพิพากษาให้ล้มละลาย แต่มีบางกรณีอาจขยายได้เป็น 5 ปี หรือ 10 ปี นอกจากนี้ ถ้าลูกหนี้ไม่ให้ความร่วมมือในการรวบรวมทรัพย์สิน เจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์สามารถยื่นคำขอต่อศาลให้สั่งหยุดนับระยะเวลาการปลดจากการล้มละลายได้อีก แต่ทั้งนี้ศาลจะสั่งหยุดนับระยะเวลาที่ครั้งก็ได้แต่ไม่เกิน 2 ปี (ตามพระราชบัญญัติล้มละลายฉบับล่าสุด มาตรา 67/1,81/1-81/4) ถ้าปลดจากล้มละลายแล้ว ลูกหนี้มีอำนาจจัดการทรัพย์สินของตนเองได้ แต่เจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ยังมีอำนาจรวบรวมทรัพย์สินของลูกหนี้ที่มีอยู่ก่อน หรือได้มาในระหว่างล้มละลาย (แม้จะเพิ่งสืบทรัพย์เจอภายหลังก็ได้)

### จะรู้ได้อย่างไรว่าปลดล้มละลายแล้ว

เมื่อครบ 3 ปี เจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์จะดำเนินการประกาศแจ้งปลดจากการล้มละลายให้ เมื่อมีการประกาศปลดลูกหนี้จากการล้มละลายแล้วจะประกาศคำสั่งในราชกิจจานุเบกษา แต่เนื่องจากสำนวนมีจำนวนมาก ดังนั้นหากคดีครบอายุความ ควรติดต่อเจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์เพื่อขอให้ดำเนินการให้ รวมทั้งสามารถติดต่อเจ้าพนักงานฯขอคัดถ่ายประกาศปลดลูกหนี้จากการล้มละลายได้

ข้อมูลข้างต้นส่วนใหญ่รวบรวมมาจากข้อมูลของกรมบังคับคดี และประสบการณ์ของคนไทยที่ถูกศาลสั่งเป็นบุคคลล้มละลาย ข้อมูลข้างต้นจึงเป็นข้อมูลและวิธีปฏิบัติโดยรวม ในแต่ละบุคคลอาจจะมีรายละเอียดแตกต่างกันออกไป เมื่อประสบปัญหาดังกล่าวควรที่จะหารือ เจ้าพนักงานพิทักษ์ทรัพย์ที่ดูแลคดี ซึ่งจากประสบการณ์ของหลายคนกล่าวว่า เจ้าพนักงานฯเป็นมิตร และให้คำแนะนำ รวมทั้งช่วยเหลืออย่างดี

#### แหล่งข้อมูล

- [www.led.go.th/](http://www.led.go.th/)
- [test.led.go.th/faqn/](http://test.led.go.th/faqn/)
- [www.consular.go.th/main/th/faq/](http://www.consular.go.th/main/th/faq/)
- [www.humanrights.ago.go.th/forum/](http://www.humanrights.ago.go.th/forum/)

# ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกฎหมายครอบครัว ตอนที่ 1 เมื่อมาอยู่เป็นครอบครัวเดียวกันในสวิตเซอร์แลนด์ โดย ศักดา บัวลอย

จากการจัดบรรยายเรื่อง “ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกฎหมายครอบครัว” ที่ Kirchgemeinde Stadt-Thun, Frutigenstasse 22, CH-3600 Thun เมื่อวันที่ 26 สิงหาคม 2017 มีผู้สนใจจากหลายรัฐของประเทศสวิสฯ เข้าฟังการบรรยาย ซึ่งนับว่าประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ผมในฐานะวิทยากรได้นำความรู้และประสบการณ์จากการทำงานเป็นล่ามภาษาเยอรมัน-ไทยให้แก่หน่วยงานราชการต่าง ๆ ในประเทศสวิสฯ มาใช้ในการให้ข้อมูลและตอบคำถามแก่ผู้เข้าฟังฯ เนื่องจากผมทราบถึงปัญหาหลากหลายของคู่สมรสชาวไทยกับชาวสวิส รวมถึงผู้ที่จดทะเบียนเป็น “คู่ชีวิต” ระหว่างบุคคลเพศเดียวกัน ปัญหาส่วนหนึ่งที่พบคือ ยังมีคู่สมรสชาวไทยอีกเป็นจำนวนมาก ที่ไม่ทราบถึงสิทธิของตนเอง อันพึงมีตามกฎหมาย จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้เสียซึ่งสิทธิประโยชน์นั้นไปอย่างน่าเสียดาย

จากเสียงตอบรับเป็นอย่างดีของผู้เข้าฟังการบรรยาย ทำให้ผมเห็นว่า ข้อมูลด้านกฎหมายครอบครัวนั้นควรได้รับการเผยแพร่ออกไปให้หลายๆท่านที่ไม่ได้เข้าฟังฯ ได้อ่านได้เข้าใจด้วย จึงนำกฎหมายครอบครัวมาเขียนเป็นตอน ๆ ให้ท่านได้อ่านกันที่นี้ครับ

## เมื่อมาอยู่เป็นครอบครัวเดียวกันในสวิสฯ

ตามประมวลกฎหมายแพ่งประเทศสวิสฯ เรื่องการสมรสข้ามชาติ และวัฒนธรรมในประวัติศาสตร์ประเทศสวิสเซอร์แลนด์นั้นไม่ใช่เรื่องใหม่แต่อย่างใด เรื่องการสมรสข้ามชาติ และวัฒนธรรมมีมาตั้งแต่ยุคอดีตกาล จนกระทั่งถึงยุคโลกไร้พรมแดนเช่นในปัจจุบัน

ในยุคกลาง (500 bzw. 600 n. Chr.) จนถึงปี ค.ศ. 1850 การสมรสข้ามศาสนา<sup>1</sup>นั้นไม่สามารถกระทำได้ การจดทะเบียนสมรสตามกฎหมายแพ่ง<sup>2</sup>นั้น เริ่มมีขึ้นเมื่อ ปี 1875 และใช้เวลาอีกร้อยกว่าปีจึงมีการออกกฎหมายด้านสิทธิความเสมอภาคระหว่างหญิง และชาย<sup>3</sup> ซึ่งมีผลบังคับใช้ตั้งแต่ปี 1981 เป็นต้นมา จะเห็นได้ว่า เรื่องของสิทธิต่าง ๆ ระหว่างคู่สมรส (ในที่นี้รวมถึง “การจดทะเบียน

<sup>1</sup> อ้างอิง Historische Lexikon der Schweiz; [www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D25621.php](http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D25621.php)

<sup>2</sup> อ้างอิง Historische Lexikon der Schweiz; [www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D9608.php](http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D9608.php)

<sup>3</sup> อ้างอิง [www.edi.admin.ch/edi/de/home/themen/gleichstellung/](http://www.edi.admin.ch/edi/de/home/themen/gleichstellung/)

กฎหมาย “การจดทะเบียนคู่ชีวิต” ระหว่างบุคคลเพศเดียวกัน (eingetragene Partnerschaft Abkürzung PartG) ประเทศสวิสฯ มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 1.01.2007

คู่ชีวิต”<sup>4</sup> ระหว่างบุคคลเพศเดียวกันด้วย (eingetragene Partnerschaft) ได้มีการเปลี่ยนแปลง และเพิ่มสิทธิต่าง ๆ ตามกฎหมายเรื่อยมาตามกาลเวลา และยุคสมัย

การจดทะเบียนสมรสในประเทศสวิตเซอร์แลนด์นั้นทำได้โดยไม่ต้องมีสัญญาหมั้นก่อน (Verlobung) การหมั้นนั้นไม่สามารถนำมาเป็นคำฟ้องร้องต่อศาลเพื่อบังคับให้อีกฝ่ายจดทะเบียนสมรสได้ แต่ละฝ่ายมีสิทธิขอก่อนการหมั้นหมายได้ ตามกฎหมาย บุคคลผู้บรรลุนิติภาวะ<sup>5</sup> แล้วทั้งสองคน สามารถยื่นความจำนงขอจดทะเบียนสมรสได้ที่สำนักงานทะเบียนราษฎร ในเขตท้องที่อำเภอใกล้บ้านของฝ่ายชาย หรือฝ่ายหญิงก็ได้ เมื่อเจ้าหน้าที่ได้รับเอกสาร และตรวจสอบความถูกต้อง<sup>6</sup> แล้ว ก็จะเชิญทั้งคู่มาแสดงตนต่อหน้าเจ้าหน้าที่เพื่อเตรียมการจดทะเบียนสมรส (Ehevorbereitung) โดยการให้กรอกแบบฟอร์มด้วยตนเอง รวมทั้งตอบคำถามกับเจ้าหน้าที่ เพื่อยืนยันถึงความประสงค์อีกครั้ง ถ้าหากไม่มีสิ่งใดขัดขวางเงื่อนไขของการจดทะเบียนสมรส<sup>7</sup> เจ้าหน้าที่ก็จะนัดวันจดทะเบียนสมรส (zivilstandsamtliche Trauung) ต่อไป โดยต้องกระทำภายในระยะเวลา 3 เดือน<sup>8</sup> การจดทะเบียนสมรสในประเทศสวิตเซอร์แลนด์นั้น จำเป็นจะต้องมีพยานบุคคล 2 คน<sup>9</sup> ยกเว้น “การจดทะเบียนคู่ชีวิต” ระหว่างบุคคลเพศเดียวกัน (Eingetragene Partnerschaft) ซึ่งไม่ต้องใช้พยาน และถ้าหากคู่สมรสชาวต่างด้าว ไม่สามารถเข้าใจภาษาราชการ<sup>10</sup> ท้องถิ่นได้ จะต้องมีล่ามมาแปลภาษาราชการของท้องถิ่นนั้น ๆ ด้วย

4 *ประมวลกฎหมายแพ่ง Vorbereitung der Eheschliessung (ZGB Art. 99):*

5 *ประมวลกฎหมายแพ่ง Ehefähigkeit (ZGB Art.14, Art. 94)*

6 *ประมวลกฎหมายแพ่ง Vorbereitung der Eheschliessung (ZGB Art. 99)*

7 *ประมวลกฎหมายแพ่ง Ehehindernisse (ZGB Art. 95)*

8 *ประมวลกฎหมายแพ่ง III. Fristen ZGB Art. 100*

9 *ประมวลกฎหมายแพ่ง II. Form ZGB Art. 102*

10 *ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ มีภาษาราชการ 4 ภาษา ดังนี้ ภาษาเยอรมัน ภาษาฝรั่งเศส ภาษาอิตาลี ภาษาแรมโงโรมาเนีย (rätoromanische Sprache)*

ณ วันจดทะเบียนสมรส นายทะเบียนจะอ่านมาตรากฎหมายแพ่ง มาตรา159 (ZGB Art. 159) แก่คู่จดทะเบียนสมรส เพื่อให้รับทราบถึงผลของการจดทะเบียนสมรส ต่อหน้าพยานทั้งสอง(และแขกรับเชิญ) ที่ระบุถึงความสัมพันธ์ฉันท์สามีภรรยาหลังจากจดทะเบียนสมรสว่า ทั้งคู่มีหน้าที่ต้องดูแลความผาสุกของกันและกัน และดูแลบุตรร่วมกัน ตลอดจนต้องซื่อสัตย์ และช่วยเหลืออุปการะเลี้ยงดูซึ่งกันและกัน และสำหรับคู่สมรสชาวต่างชาติหลังจากจดทะเบียนสมรสแล้ว พึงได้รับสิทธิพำนักอยู่ในประเทศสวิตฯ ตามคู่สมรส<sup>11</sup> รวมถึงสิทธิและหน้าที่ต่าง ๆ ซึ่งบัญญัติไว้ในประมวลกฎหมายคนต่างด้าว (Ausländergesetz, AuG) นอกเหนือจากประมวลกฎหมายแพ่งที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น

เมื่อมาอยู่เป็นครอบครัวเดียวกันแล้ว คู่สมรสมีอิสระในการเลือกดำเนินชีวิตครอบครัว แต่ทั้งนี้ก็ต้องไม่ขัดต่อกฎหมายของประเทศสวิตฯ ตลอดจนความผาสุกของครอบครัวระหว่างคู่สมรส นอกเหนือจากนี้ทั้งคู่มีสิทธิ และหน้าที่ ที่ต้องตัดสินใจร่วมกันในหลาย ๆ เรื่อง ในที่นี้ขอกล่าวถึงเรื่องสิทธิ และหน้าที่สำคัญ ๆ ของคู่สมรสโดยย่อ ดังนี้ (รายละเอียดมาตรากฎหมายค้นหาเพิ่มเติมตามที่อ้างอิงได้ จากประมวลกฎหมายแพ่ง ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ (Schweizerisches Zivilgesetzbuch; ZGB)

เรื่องของการอยู่อาศัยของครอบครัว ทั้งคู่จะต้องตัดสินใจร่วมกัน (ZGB Art. 169) ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด จะกระทำโดยผลการไม่ได้ เช่น การเช่าที่อยู่อาศัยร่วมกัน หรือกรณีการขายบ้านที่ใช้เป็นสถานที่อยู่อาศัยของครอบครัว แม้ว่าชื่อเจ้าของบ้านจะเป็นของคู่สมรสอีกฝ่าย ซึ่งมีมาก่อนการสมรสก็ตาม

11 *กฎหมายคนต่างด้าว (Ausländergesetz, AuG Art. 42)*

เรื่องค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน ประมวลกฎหมายแพ่ง (ZGB Art. 163, 172, 173) ระบุว่า ในกรณีที่ทั้งสองฝ่ายมีรายได้ คู่สมรสควรตกลงกันเองเกี่ยวกับการรับผิดชอบค่าใช้จ่ายส่วนนี้ ว่าใครจะจ่ายอะไร หรือคนละเท่าไร แต่ถ้าฝ่ายหนึ่งเป็นแม่บ้านอย่างเดียว ก็มีสิทธิ์ที่จะได้รับเงินค่าใช้จ่ายส่วนตัวเพิ่มขึ้น นอกเหนือจากเงินค่าอาหาร ค่าเลี้ยงดูลูก ค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน ตามความเหมาะสมแก่ฐานะ และรายได้ของครอบครัว

ครอบครัวประกอบธุรกิจส่วนตัว (ZGB Art.165) ถ้าหากคู่สมรสอีกฝ่าย ต้องช่วยทำงานในธุรกิจของครอบครัวเป็นประจำนอกเหนือจากการทำงานดูแลบ้านและลูกแล้ว ก็จะมีสิทธิ์ได้รับค่าตอบแทนตามความเหมาะสม แต่ควรที่จะทำสัญญาว่าจ้างระหว่างกันให้ถูกต้อง ทั้งนี้เพื่อป้องกันข้อขัดแย้ง และปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น ตลอดจนสิทธิการรับเงินสวัสดิการประกันสังคมอื่นๆ เช่นเดียวกับลูกจ้างทั่วไป

สิทธิรับรู้ข้อมูลระหว่างคู่สมรส (ZGB Art. 170) เกี่ยวกับเรื่องรายได้ ทรัพย์สิน และหนี้สิน ถ้าหากสอบถามแล้ว อีกฝ่ายไม่ยอมเปิดเผยข้อมูล คู่สมรสอีกฝ่ายสามารถยื่นคำร้องขออำนาจศาลเพื่อการได้สิทธิรับทราบข้อมูลดังกล่าว ศาลสามารถสั่งให้คู่สมรสอีกฝ่ายเปิดเผยข้อมูล ออกคำสั่งให้ธนาคาร นายจ้าง หรือบุคคลที่สาม เปิดเผยข้อมูลให้แก่คู่สมรสที่ต้องการทราบข้อมูลได้รับรู้ตามกฎหมาย

เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด ละเลยหน้าที่ ในการดูแลครอบครัว (ZGB Art. 172) หรือตกลงกันไม่ได้เกี่ยวกับเรื่องสำคัญๆภายในครอบครัว คู่สมรสฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด หรือทั้งสองฝ่ายสามารถยื่นคำร้องต่อศาล ให้ศาลช่วย

ไกล่เกลี่ยข้อขัดแย้งนี้ได้ ศาลจะใช้มาตรการตัดเตือนฝ่ายที่ละเลยหน้าที่ และถ้าหากทั้งสองยินยอม ศาลสามารถสั่งให้คู่สมรสเข้ารับคำปรึกษาจากศูนย์แนะนำให้คำปรึกษาปัญหาครอบครัวได้

การทำนิติกรรมแทนคู่สมรส (ZGB Art. 374, 376) คู่สมรสสามารถทำนิติกรรมแทนกันได้ ทั้งนี้ต้องเพื่อเหตุแห่งความจำเป็นของครอบครัวและตามฐานะ เช่น ทำสัญญาซื้อของตกแต่งบ้าน หรือซ่อมแซมบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ นอกเหนือจากนี้จะต้องได้รับความยินยอมจากอีกฝ่าย หรือว่าได้รับอนุมัติจากศาลให้สามารถทำนิติกรรมแทนคู่สมรสได้ ในกรณีที่คู่สมรสฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเป็นคนไร้ความสามารถ (เช่น กรณีป่วยหนัก ไร้สติ ไม่สามารถทำนิติกรรมได้)

### **คู่สมรสสามารถจัดการแทนอีกฝ่ายหนึ่งได้ใน 3 กรณีดังต่อไปนี้**

1. การจัดการทรัพย์สินแทนคู่สมรส เพื่อค่าใช้จ่ายจำเป็นภายในครอบครัว
2. จ่ายค่ารักษาพยาบาล เช่น ค่าที่พักในสถานดูแลพยาบาลคนชราหรือค่ารักษาพยาบาลในส่วนที่ต้องจ่ายเอง
3. สิทธิในการเปิดจดหมาย ตอบจดหมายหรืออีเมลแทนคู่สมรส

สิทธิการถอนเงินจากบัญชีธนาคารของคู่สมรส จำเป็นต้องมีหลักฐานหนังสือแสดงความยินยอมจากคู่สมรสประกอบ และถ้าคู่สมรสไม่ได้ทำหนังสือมอบอำนาจดังกล่าวไว้ สามารถติดต่อสำนักงานคุ้มครองผู้ใหญ่ (Erwachsenenschutzbehörde) เพื่อขอหนังสือรับรองอำนาจการขอเบิกเงินจากธนาคารแทนคู่สมรส

นอกเหนือจาก 3 กรณีดังกล่าว จะต้องขออำนาจความยินยอมจากสำนักงานคุ้มครองผู้ใหญ่ (Erwachsenenschutzbehörde) เช่น เรื่องการจัดการทรัพย์สินที่มีมูลค่ามาก หรือเกี่ยวกับเรื่องการจัดการอสังหาริมทรัพย์ เป็นต้น

เรื่องสิทธิตามกฎหมายต่าง ๆ ตามประมวลกฎหมายแพ่งของประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ที่ผมนำเสนอมาข้างต้นนั้น เป็นการอธิบายโดยสรุปถึงผลจากการจดทะเบียนสมรส หรือการจดทะเบียนคู่ชีวิต การใช้ชีวิตร่วมกันของคนสองคนให้ดำรงสถานภาพเป็นครอบครัวตามกฎหมาย และเมื่อมีสถานะเป็นคู่สมรสตามกฎหมายแล้ว ก็จะมีสิทธิและหน้าที่ของทั้งสองฝ่าย และความสัมพันธ์ในทางนิติกรรมกับบุคคลภายนอก ตลอดจนทั้งเป็นการคุ้มครอง คู่สมรส หรือคู่ชีวิตตามกฎหมายเพื่อความผาสุกในการอยู่ร่วมกันเป็นสถาบันครอบครัว ดังคำกล่าวที่ว่า “ทุกคนอยู่ภายใต้กฎหมายเดียว”

ผมหวังเป็นอย่างยิ่งว่าบทความนี้จะประโยชน์แก่ผู้สนใจ และคู่สมรสชาวไทยในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ โปรดติดตามบทความเกี่ยวกับกฎหมายครอบครัว ตอนที่ 2 “ไม่ขออยู่ร่วมชายคา วิธีการนั้นเป็นดังนี้” ในฉบับต่อไปครับ





โดย นฤมา ชวินด์

เป็นสิ่งที่น่าภาคภูมิใจที่ชาวไทยมีภาษาไทยเป็นภาษาประจำชาติ ที่บ่งบอกถึงเอกลักษณ์ความเป็นไทยมาช้านาน ตั้งแต่โบราณกาลจนถึงปัจจุบัน อีกทั้งมีความงดงามวิจิตรที่โดดเด่น และแตกต่างไปจากภาษาของชนชาติอื่น เพราะประกอบด้วยตัวพยัญชนะ รูปสระและเครื่องหมายวรรณยุกต์ที่ทำให้ภาษาไทยมีระดับเสียงสูงต่ำ เปรียบเสมือนดนตรี ที่มีจังหวะคล้องจองและมีความไพเราะเสนาะหู อีกทั้งรูปแบบตัวอักษรและอักษรวิธี ยังแสดงถึงความเป็นไทยอย่างแท้จริง ภาษาไทยจึงเป็นภาษาที่งดงามที่มีความสมบูรณ์ทั้งภาษาพูดและภาษาเขียน การเขียนภาษาไทยมีลักษณะที่โดดเด่นทั้งทางด้านศาสตร์และศิลป์ ความเป็นศาสตร์ของการเขียนภาษาไทยอยู่ที่วิธีการประสมตัวอักษรที่มีกฎเกณฑ์ ส่วนด้านความเป็นศิลป์ของการเขียนคือการรู้จักเลือกใช้ถ้อยคำ รูปแบบและจังหวะลีลาในการเขียน



การเขียนอักษรไทยวิจิตร (THAI CALLIGRAPHY) เป็นการเขียนอีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นศิลปะการเขียนตัวอักษรที่ประณีตงดงาม และมีคุณค่าทางสุนทรียศิลป์ โดยใช้เทคนิคการเขียนที่มีลายเส้นพิเศษกว่าการคัดลายมือโดยทั่วๆ ไป นิยมใช้ในการเขียนบัตรเชิญเนื่องในโอกาสพิเศษ การเขียนคำอวยพรที่มีความหมายดีๆ ลึกซึ้งและกินใจ การออกแบบโลโก้ ตลอดจนงานจ้างเขียนต่างๆ

เสน่ห์ของการเขียนอักษรวิจิตร นอกจากเทคนิคการใช้ลายเส้นต่างๆ ในการประดิษฐ์ตัวอักษรด้วยเส้นที่มี ความหนักเบา หนาบาง และความโค้ง เพื่อเพิ่มความอ่อนช้อยชวนมองแล้ว เสน่ห์อีกอย่างของศิลปะอักษรวิจิตรคือ ความตรงไปตรงมาของคำ และการเลือกสรรถ้อยคำมาใช้เพื่อสื่อความหมาย จากถ้อยคำที่ธรรมดา เรียบง่าย มีความหมาย ที่ชัดเจน เห็นแล้วทุกคนเข้าใจความหมายตรงกัน ซึ่งต่างจากศิลปะภาพวาด ที่สามารถมองและจินตนาการได้หลายอย่าง แล้วแต่ทัศนคติ มุมมอง ประสบการณ์ และความชอบของแต่ละคน

ในประเทศไทย เมื่อประมาณสี่ปีที่ผ่านมานี้ นักเขียนอักษรวิจิตร ซึ่งยังมีน้อยมากในบ้านเรา เริ่มมีการดีไซน์ตัวอักษรที่ทันสมัยมากขึ้น โดยนำหลักการเขียนอักษรวิจิตรภาษาอังกฤษมาใช้ในการเขียนอักษรวิจิตรภาษาไทย เพื่อเพิ่มความสวยงาม เก๋ เก๋ และทันสมัยสามารถนำมาเป็นงานทัศนศิลป์ที่งดงามได้ อีกทั้งงานประดิษฐ์ตัวอักษรลักษณะนี้ ยังถูกใจและสร้างแรงบันดาลใจให้กับเด็กรุ่นใหม่ ได้เห็นความสวยงามและคุณค่าของอักษรไทย หันมาสนใจกับศาสตร์และศิลปะแขนงนี้กันมากขึ้น



คุณปูเป้ ปวีณา อัคระธรรมวุฒ ศิลปินอักษรวิจิตรรุ่นใหม่ที่มีผลงานโดดเด่นขึ้นแนวหน้าของไทย เป็นสาวรุ่นใหม่ที่หลงใหลการออกแบบตัวอักษรตั้งแต่เรียน WEB GRAPHIC DESIGN ที่ซานฟรานซิสโก สหรัฐอเมริกา “สมัยเรียนได้มีคลาสหนึ่งที่เรียนเกี่ยวกับ TYPOGRAPHY ได้เห็นตัวหนังสือ หรือฟอนต์สวยๆ ก็เลยตกหลุมรักทันที เราเรียนออกแบบกราฟฟิกและเว็บไซต์อยู่แล้ว ถ้าเราสามารถจับตัวอักษรสวยๆ มาจัดวางในเว็บ เว็บนั้นก็จะสวยขึ้นมาทันที และทำให้ทำงานได้ง่ายขึ้น ส่วนตัวแล้วเห็นว่า TYPOGRAPHY มีความ

สำคัญและมีผลต่องานกราฟฟิกโดยรวม โดยเฉพาะการดีไซน์งานทุกประเภทที่เป็นสิ่งพิมพ์ที่ใช้ตัวอักษร ถ้าตัวอักษรสวย งานก็เสร็จแล้ว 70% การออกแบบตัวอักษร เราสามารถเปลี่ยนมุมมองและความรู้สึกของอักษรเหล่านี้ เพื่อดึงดูดผู้เข้าชม แล้วช่วงที่เรียนอยู่นั้น กระแสความนิยมในการเขียน CALLIGRAPHY เริ่มโด่งดัง และมีคนสนใจเยอะขึ้น ก็เริ่มสนใจที่จะฝึกฝนค้นคว้า ลองผิดลองถูก ศึกษาและพัฒนาวิธีการเขียน รังสรรค์ตัวอักษรวิจิตรในแนวโมเดิร์น ให้เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง”

## การออกแบบตัวอักษรวิจิตร (CALLIGRAPHY) สำหรับภาษาไทย จำแนกออกมาได้หลายรูปแบบ เช่น

- อักษรวิจิตรแบบดั้งเดิม (TRADITIONAL CALLIGRAPHY) เกิดจากการคัดลายมือด้วยตัวอักษรแบบโบราณที่มีหัวแหลม เป็นเส้นตรง เป็นตัวที่เราคุ้นเคย อ่านง่าย มีลักษณะเป็นทางการ เช่น การประดิษฐ์ตัวอักษรใน ภัตตาคาร และในงานมงคลต่างๆ เป็นตัวอักษรที่ไม่จำเป็นต้องเขียนเองก็ได้ สามารถหาฟอนต์สำเร็จรูปได้จากคอมพิวเตอร์ หรือดาวน์โหลดได้จากหลายเว็บไซต์
- อักษรวิจิตรแบบโมเดิร์น (MODERN CALLIGRAPHY) การเขียนและสร้างสรรค์ตัวอักษรด้วยมือ นำตัวอักษรแบบดั้งเดิมมาปรับให้ดูทันสมัย โดยใช้ลายเส้นที่พิเศษกว่าการคัดลายมือทั่วไป มีการตกแต่งโดยใช้เทคนิคการวาดรูปเข้ามาช่วย การใช้ลายเส้นที่หนาบาง การเขียนที่มีความหนักเบา และมีจังหวะลีลาในการเขียน นิยมนำมาใช้ในงานออกแบบสิ่งพิมพ์
- อักษรแบบหัวตัด (FRANKTUR) เป็นแบบที่ไม่มีหัวเหมือนเขียนด้วยปากกาอครีล เป็นตัวอักษรที่ให้อารมณ์ความรู้สึกถึงความทันสมัย

สิ่งหนึ่งที่คุณปู่ได้บอกถึงความ เป็นเอกลักษณ์ของอักษรวิจิตรที่ทุกภาษามีร่วมกัน ไม่ว่าจะ เป็นภาษาไทย จีน ญี่ปุ่น อังกฤษ หรือภาษาอื่นๆ คือ ลักษณะการเขียนที่มีลากเส้นสโตรกขึ้นเบา/ลงหนัก ทำให้ได้ลายเส้นที่อ่อนช้อย ไม่ทื่อเหมือนตัวอักษรสำเร็จรูปจากคอมพิวเตอร์







“การเขียนอักษรวิจิตรภาษาไทย ได้มีบทบาทมากขึ้นในวงการศิลปะ ปัจจุบันเริ่มมีผู้ให้ความสนใจมากขึ้น เป็นแนวโน้มที่กำลังมาและจะมีคนออกแบบตัวอักษรเพิ่มมากขึ้น เพราะภาษาไทยมีคำที่เรียบง่าย เมื่อเห็นก็เข้าใจความหมายได้ชัดเจน เช่น คำว่า “รักแม่” “สุขสันต์วันเกิด” “ขอบคุณ” ถ้าเขียนโดยจัดวางตัวอักษรสะกดตา รูปแบบการเขียนชวนมอง จะถูกตาต้องใจผู้ชมจำนวนมาก ผลงานดีๆ เช่นนี้จะเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถของศิลปินด้วย”

สำหรับผู้ที่รักการเขียนอักษรวิจิตร การได้เขียน ได้ออกแบบตัวอักษร จะเป็นการผ่อนคลายและเป็นการฝึกจิตใจให้อ่อนโยน รวมทั้งได้ฝึกสมาธิด้วย อย่างไรก็ตาม กว่าจะมีผลงานเป็นที่น่าชื่นชม เขียนได้เก่งและมีความประณีตงดงาม ก็ต้องแลกด้วยความอดทน การฝึกฝน และการพัฒนาฝีมืออย่างไม่หยุดยั้ง ดังนั้น จึงขอให้ผู้สนใจพยายามฝึกฝนและพัฒนาฝีมือต่อไป

ขอบคุณภาพจาก คุณปวีณา ทัศนะธรรมวุธ



# นิราศลิสมอน

## จากลุ่มน้ำ NECKAR สู่ ลุ่มน้ำ TEJO

โดย PALLICAN





## สวัสดิ์คะท่านผู้อ่านที่รักทุกท่าน

แฟลลิแกนรู้สึกยินดีและเป็นเกียรติอย่างที่สุดที่ได้รับโอกาสจาก กองบ.ก. นิตยสาร ดี ให้เป็นผู้พาท่านผู้อ่านลัดฟ้าจากลุ่มน้ำ NECKAR ไปสัมผัสลุ่มน้ำ TEJO ณ เมืองลิสบอนผ่านนิราศฉบับนี้ด้วยกันคะ

วันเสาร์อาทิตย์ที่ ๘ -๙ กรกฎาคม ๒๕๖๐ เป็นช่วงเวลาสั้น ๆ ที่แฟลลิแกนและคณะได้มีโอกาสสัญจรไปเปลี่ยน วอลเปเปอร์ที่ เมืองหลวงซึ่งตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกที่สุดของทวีปยุโรปกันมาคะ ด้วยเที่ยวบินของสายการบิน TAP ที่ออกจาก STUTTGART ใน เวลาหกโมงเช้า ใช้เวลาบินเพียงสามชั่วโมงเศษ ๆ ก็ถึงกรุงลิสบอน แล้ว เวลาท้องถิ่นของเยอรมนีและโปรตุเกสนี้ห่างกันหนึ่งชั่วโมงคะ เข้าตรู่วันนั้นที่สนามบิน STUTTGART ผู้คนพลุกพล่านอย่างมากจน แทบจะหาทางเดินไม่ได้ โชคดีที่ผ่านจุดตรวจความปลอดภัยได้ทัน เวลา พอเดินไปที่ประตูทางขึ้นเครื่องได้สักครู่ เจ้าหน้าที่ก็ประกาศ ให้ผู้โดยสารขึ้นเครื่อง

เครื่องบินบินผ่านประเทศฝรั่งเศสและข้ามเข้าเขตประเทศสเปน โดยไม่สามารถเห็นเทือกเขา PYRENEES อย่างที่ตั้งใจไว้ เพราะสภาพ อากาศไม่เอื้ออำนวย แต่ภาพที่เอื้ออำนวยให้รื่นรมย์ได้ตลอดเวลาที่ มองผ่านช่องหน้าต่างเล็ก ๆ ในเครื่องบินออกไปคือกลุ่มก้อนเมฆ รูปร่างหลากหลาย และความที่ไม่สามารถชมภูมิประเทศของพื้นดิน เบื้องล่างได้ เราจึงหันมาสนใจที่เมฆสีขาวขนาดน้อยใหญ่ที่กระจาย ตัวลอยฟ่องอยู่ทั่วท้องฟ้าแทน ผ่านไปอีกสักพักที่หน้าต่างใส ๆ ก็ เริ่มเป็นฝ้าและมีเกล็ดน้ำแข็งบาง ๆ มาเกาะ อีกเพียงครู่ก่อนเมฆนั้น ได้แปรเปลี่ยนเป็นทะเลเมฆไปเรียบร้อย เป็นทะเลเมฆที่สวยงามน่า

พิศวงเหลือเกินคะ เพราะเต็มไปด้วยริ้วคลื่นระลอกเล็ก ๆ มากมาย ในเวลาไล่เลี่ยกันระลอกคลื่นริ้วเล็ก ๆ นี้ก็ได้กลับกลายเป็นคลื่นของ เมฆก้อนมโหฬารสีขาวแกมเทาสวยงามอย่างประหลาด และถ้าโหมเข้าปะทะ เครื่องยนต์ก่อนที่จะกลืนเครื่องบินทิ้งลำให้หายเข้าไปบินอยู่ในมวล คลื่นยักษ์หนาสีขาวในพริบตา และได้ทราบในภายหลังว่าละครเมฆแสน สวยที่ได้ผ่านสายตาไปนั้นคือผลงานรังสรรค์ของสภาพภูมิอากาศ ในขณะที่เครื่องบินกำลังบินอยู่ในรัศมีของมหาสมุทรแอตแลนติกคะ

เมื่อผ่านจากพยับพายุม่านการท้อแท้เยว เครื่องบินก็ร้อนลงสู่ สนามบินกรุงลิสบอนได้อย่างนุ่มนวลมาก ไกด์รอรับพาไปเปิดตัว กันด้วยกาแฟร้อนหอมกรุ่นในแบบฉบับของโปรตุเกสถ้วยเล็ก ๆ กันก่อนที่จะออกไปขึ้นรถโค้ชหน้าอาคารเพื่อมุ่งหน้าเข้าสู่ตัวเมือง

ลิสบอนเป็นเมืองหลวงของประเทศโปรตุเกสที่ตั้งอยู่ที่ปากอ่าวแม่น้ำ TEJO ในคาบสมุทรไอบีเนีย เนื่องจากภูมิประเทศของเมืองลิสบอน นั้นประกอบไปด้วยเขาสูง ๆ ต่ำ ๆ ถึงเจ็ดลูกด้วยกัน ลิสบอนจึง ได้รับสมญาว่าเป็นเมืองแห่งเขาทั้งเจ็ด อาคารบ้านเรือนที่อยู่อาศัย จะอยู่กระจัดกระจายกันไปทั้งบนเขาและเชิงเขา



โกด์เล่าว่าอาคารสิ่งก่อสร้างเก่าแก่ส่วนใหญ่ของ ลิสบอนได้ถูกทำลายไปเมื่อเกิดแผ่นดินไหวครั้งรุนแรง ของประเทศในปี ค.ศ.1755 นับว่าเป็นโชคดีย่าง เหลือเกินที่ JERÓNIMOS MONASTERY และหอ TORRE DE BELÉM ไม่ได้ได้รับความเสียหายตามไปด้วย รถพาเรา ผ่านจัตุรัส ROSSIO อันเป็นสถานที่ที่มีความสำคัญมา ตั้งแต่สมัยยุคกลาง ที่นี่เป็นทั้งแหล่งพบปะของผู้คน สถานที่จัดงานเทศกาลงานรื่นเริง งานกีฬาสู่วิวกระทิง ตลอดจนเป็นสถานที่ชุมนุมทางการเมืองจนนำไปสู่การ ปฏิวัติในอดีต เหตุการณ์แผ่นดินไหวครั้งรุนแรงในปี ค.ศ.1755 สร้างความเสียหายแก่อาคารสิ่งก่อสร้าง ในเมืองลิสบอนอย่างรุนแรงมาก อาคารใหม่ ๆ ที่ทาง การได้เร่งให้ก่อสร้างให้เป็นที่อยู่อาศัยของประชาชนใน ย่านนี้ได้สร้างขึ้นตามแบบสถาปัตยกรรมรูปแบบใหม่ เฉพาะตัวที่เรียกว่า POMBALINIMUS เป็นอาคารตึกสาม บ้านเรือนที่สวยงามตาชวนให้กดชัตเตอร์เก็บภาพ แทบไม่ได้หยุดกันเลยทีเดียวคะ และที่สะดุดตาไม่น้อยไป กว่าอาคารสวย ๆ นี้ก็คือลานกว้างที่พื้นทางเดินที่ทำ เป็นเส้นกราฟิกเล่นลวดลายสวยงามอ่อนช้อย มีอ่าง น้ำพุที่พุ่งละอองน้ำเป็นฟองฝอย และมีต้น JACARANDA อันเป็นต้นไม้สูงใหญ่ที่ให้ทั้งร่มเงาและความร่มรื่นปลูก อยู่รายรอบลานสวยแห่งนี้ ตามถนนหนทางหลาย ๆ สายที่นั่งรถผ่านมา จะเห็นดอก JACARANDA สีม่วงสด สว่างที่มีรูปร่างเหมือนกรั้มเปิดหรือระฆังแซมเป็นช่อ ประปราย ดอกไม้สีม่วงสวยบนต้นไม้สูง ๆ ให้ความ สดชื่นได้ไม่แพ้ดอกชมพูพันธุ์ทิพย์บ้านเราเลยคะ เพียง แคได้มาเห็นต้น JACARANDA ในช่วงที่ดอกไม้ใกล้โรย แล้วยังสามารถสร้างจินตนาการต่อได้ไม่ยากเลยว่ ในช่วงเวลาที่ดอกไม้รำเริงเบิกบานแจ่มใสเต็มที่ (โกด์ บอกว่าจะอยู่ในช่วงเดือนมิถุนายน) ดอกไม้กลับบางสี

ม่วงสดก็คงจะเนรมิตให้ทั้งเมืองแทบจะกลายเป็นเมือง แมนสีม่วงไปได้ทีเดียว จวบจนถึงวันนี้ลาน ROSSIO ก็ยังคงเป็นสถานที่ที่ผู้คนทั้งชาวลิสบอนและนักท่องเที่ยว ต่างก็ยังคงนิยมมาพบปะกันเช่นในอดีตคะ

สถานที่แรกที่โกด์พาไปชมคือ MOSTEIRO DOS JERÓNIMOS หรือ JERÓNIMOS MONASTERY ในย่าน BELÉM มหาวิหารเก่า แก่ที่สูงใหญ่มหึมานี้สร้างในปลายคริสต์ศตวรรษที่ 15 ในสมัยของกษัตริย์ MANUEL I ซึ่งมีสถาปัตยกรรม เฉพาะตัวที่เรียกว่า MANUELINE (โกธิคตอนปลายผสม กับยุคเรอเนซองส์ตอนต้น) มหาวิหารแห่งนี้เป็นที่เก็บ พระศพของกษัตริย์ในอดีตและเก็บศพของบุคคลสำคัญ หลาย ๆ คนในประวัติศาสตร์ เช่น VASCO DA GAMA เพื่อเป็นการรำลึกถึงเมื่อครั้งที่ VASCO DA GAMA ได้ค้นพบเส้นทางเรือไปยังอินเดียโดยอ้อมผ่านแหลม GOOD HOPE ทางตอนใต้สุดของทวีปแอฟริกา และขึ้น ผังประเทศอินเดียในเดือนพฤษภาคม ปี ค.ศ.1498 ค่ะ การค้นพบเส้นทางเดินเรือนี้ได้นำไปสู่การเปิดเส้นทาง ค้าขายและทำให้กษัตริย์ MANUEL เป็นราชวงศ์ที่มั่งคั่ง ที่สุดในยุโรป ตลอดจนได้ทำให้ประเทศโปรตุเกสเป็น มหาอำนาจทางการค้าของโลกในสมัยนั้น มหาวิหารนี้ ได้รับการประกาศแต่งตั้งจากองค์การ UNESCO ให้ขึ้น ทะเบียนเป็นมรดกโลกในปี ค.ศ.1983

ที่ริมฝั่งทะเลไม่ไกลจากมหาวิหารนี้เท่าใดนักเป็นที่ ตั้งของ PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS อนุสาวรีย์ แห่งการค้นพบซึ่งสร้างขึ้นในปี ค.ศ.1960 เพื่อเป็น เกียรติประวัติให้แก่บุคคลสำคัญในอดีตของโปรตุเกส ในหลายสาขาอาชีพ เช่น PRINCE HEINRICH เจ้าชายนัก เดินเรือ และ VASCO DA GAMA เป็นต้น

“จัตุรัส ROSSIO เป็นสถานที่ ที่มีความสำคัญมาตั้งแต่สมัย ยุคกลาง ที่นี่เป็นทั้งแหล่ง พบปะของผู้คน สถานที่จัดงาน เทศกาลงานรื่นเริง งานกีฬาสู่วิวกระทิง ตลอดจนเป็นสถานที่ชุมนุมทางการเมืองจนนำไป สู่การปฏิวัติในอดีต”



สถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญอีกแห่งหนึ่งในละแวกนี้ที่นักท่องเที่ยวไม่ควรพลาดคือหอ TORRE DE BELÉM ที่ตั้งบนโขดหินที่ปากอ่าวแม่น้ำTEJO หอนี้สร้างขึ้นในปี ค.ศ. 1515 เป็นสิ่งก่อสร้างที่มีความอลังการทางสถาปัตยกรรมอย่างมาก เนื่องจากได้ผสมผสานศิลปะการก่อสร้างแนว MANUELINE (ที่รวมแนวโกธิคตอนปลายและยุคฟื้นฟูตอนต้นเข้าด้วยกัน ) รวมถึงการตกแต่งลวดลายปูนปั้นต่าง ๆ ด้วยศิลปะอาหรับและอินเดีย ในอดีตหอนี้จะจะเป็นจุดสังเกตของนักเดินเรือ และในเวลาต่อมาได้เปลี่ยนไปเป็นสถานที่คุมขังจอร์จันท์โทซัง เป็นที่เก็บอาวุธบ้างจนถึงคริสต์ศตวรรษที่ 19 ปัจจุบันนี้ TORRE DE BELÉM จัดเป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวที่เลื่องชื่อเป็นอย่างมากของเมือง ด้วยความสวยงามของสถาปัตยกรรมอันโดดเด่นมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว รวมถึงความ

เป็นมาอันยาวนาน TORRE DE BELÉM จึงได้รับการประกาศให้ขึ้นทะเบียนมรดกโลกในปี ค.ศ.1983 ด้วยเช่นเดียวกับมหาวิหาร JERÓNIMOS ค่ะ

จากมหาวิหาร MOSTEIRO DOS JERÓNIMOS ใกล้พาเรเดินมาที่ร้าน CONFETARIA PASTEÍS DE BELÉM เพื่อชม และชิมขนมอบ PASTEÍS DE NATA (หรือ PASTEL DE BELÉM ) อันระบือลือเลื่องไปทั่วโลกค่ะ ร้านนี้เป็นร้านที่เก่าแก่มาก ตามประวัติกล่าวไว้ว่าถือกำเนิดขึ้นในปี ค.ศ.1837 แรกเริ่มเดิมทีเป็นขนมไข่น้ำทำอยู่ในอารามสงฆ์ ต่อมาในปี ค.ศ. 1834 อารามสงฆ์ได้ปิดตัวลง พระจึงได้ขายสูตรขนมคาร์ตไข่ให้โรงงานทำน้ำตาลซึ่งก็ได้ใช้สูตรนี้ผลิตขนมออกมาโดยให้ชื่อขนมว่า PASTEÍS DE BELÉM นับจนถึงปัจจุบันร้านนี้ได้ดำรงอยู่มาถึง 180 ปีแล้ว นอกจากนี้







ขนมทาร์ตไข่ที่โกอินเตอร์ในร้านเบเกอรี่เก่าแก่นี้ก็ยังมีขนมอบหลายประเภทวางล่อตาล่อใจนักท่งเที่ยวด้วยคะ ทาร์ตไข่โปรตุเกสปัจจัยแห่งความสุขที่ไม่ธรรมดานี้มีส่วนประกอบอย่างง่าย ๆ คือแป้ง เนย น้ำตาล ไข่ และนมเท่านั้นเอง แต่ทำให้ร่อยคงไม่ได้ง่ายตามไปด้วย แม้แต่สูตรขนมทาร์ตไข่สูตรโบราณของร้านนี้เองก็ยังต้องเก็บเป็นความลับด้วยเลยจะมีผู้รู้สูตรอยู่เพียงไม่กี่คนเท่านั้นคะ เนื่องจากเป็นร้านแห่งตำนานที่มีมาอย่างยาวนาน ที่หน้าร้านและในร้านจึงมีผู้คนมาเข้าคิวซื้อขนมและนักท่งเที่ยวที่มาถ่ายรูปฝาผนังของร้านที่เป็นกระเบื้อง AZULEJOS เก่าแก่ (มีกระเบื้องใหม่ ๆ แซมบ้างคะ) อันมีลวดลายเอกลักษณ์เฉพาะตัวตามแบบฉบับโปรตุเกสกันมาต่อคิวกันอย่างยาวเหยียดอยู่ไม่ขาดสาย

เมื่อชมทาร์ตกันจนความอยากคุกรุ่นได้ที่แล้วก็ได้เวลาชิมทาร์ตไข่โปรตุเกสเสียทีคะ เป็นครั้งแรกที่ได้ลองรับประทานขนมไข่เลื่องชื่อของโปรตุเกส เนื้อแป้งพายไม่หนามาก ขนมสีเหลืองสวยนี้จะมีผิวเกรียมเป็นสีน้ำตาลเข้มๆ เป็นบางส่วน ข้างในบรรจุครีมไข่นุ่ม หวานหอม อร่อยกลมกล่อมจริง ๆ คะ มีความเป็นพุดดิ้งไข่ใส่วานิลลาอยู่ในตัวครีม ขนาดเพลสิแกนไม่ได้รู้จักประวัติขนมไข่ของที่นี่มาก่อนหน้าก็ยังไม่รู้จริงๆ หยุดไม่ได้ไปตั้งสามชั้น ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า โทด์แอบรอยฟงอบเซยลงไปขีดเส้นใต้ความอโรยที่วางอยู่บนโต๊ะนั่นเองคะ หลังจากที่ความสุขจาก แป้ง เนย น้ำตาล ไข่ นม ที่สัมผัสได้และได้สัมผัสลงไปอ้อยอิ่งอย่างอบอุ่นอยู่ในกระทะเรียบร้อยโรงเรียนทาร์ตโปรตุเกสแล้วเราก็ออกเดินทาง (และเดินกิน) กันต่อคะ

ในช่วงบ่ายเราเดินจากโรงแรมที่พักที่ตั้งอยู่ที่เซิงเขา ไกล ๆ กับต้นทางรถรางสายที่ 28 (รถรางสายยอด นิยม) ขึ้นไปที่ย่าน BAIRRO ALTO บนเขา เดินไปตาม ถนนปูหินสายเล็ก ๆ ที่ขนานไปด้วยตรอกเล็กตรอก น้อย มีร้านขายของชำ ร้านอาหาร ฯลฯ ร้านขาย เหล้าองุ่น และร้านขายของที่ระลึกขึ้นเป็นระยะ ๆ ถนน หนทางของที่นี่ก็เป็นเช่นเดียวกับถนนในเมืองเก่าแก่อีก หลาย ๆ เมืองในยุโรปที่ปูด้วยหิน KOPFSTEINPFLASTER (COBBLESTONES) โดยปกติการเดินทางบนถนนปูหินเช่นนี้ใน ทางราบติดต่อกันเป็นเวลา 2-3 ชั่วโมงติดต่อกันก็จัด ว่าล้ามากอยู่แล้ว แต่การเดินทางวันนี้ของเราจัดว่า ล้าราวสักยิ่งกว่านั้นเหลือคณานับค่ะ เพราะเราเดินขึ้น ทั่งบันไดหิน COBBLESTONES ที่อยากจะทำให้ใจว่าคงจะมี มานานมาก เพราะทั้งแอนทั้งเอียงกระท่อเร่ทั้งสีก และ ขึ้นบันไดบางช่วงก็ยังชันอีก ทำให้อดคิดจินตนาการ ไปด้วยไม่ได้ว่าผู้คนในสมัยที่สร้างบันไดนี้คงจะตัวเล็ก เท้าน้อยกันหรือเปล่า

จบจากการผจญภัยที่สนุกสนานไปกับขึ้นบันได COBBLESTONES แล้วก็ขึ้นมาผจญภัยบนถนนหิน COBBLESTONES ที่ลาดชันเอาเรื่องบนเขาหันต่อไปคะ ถนนบางช่วงตะปุ่มตะป่ำและจอบแฉด้วยนักท่องเที่ยว รถราง แท็กซี่ รถตุ๊กๆ และรถสี่ล้อแก็กคันเตี้ยเปิด ประตูโล่ง ๆ ชนิดสองที่นั่งที่มีให้นักท่องเที่ยวขับ กันเองเป็นบรรยากาศแห่งความขวกไขว่ที่มีสีสันสดใส จริงๆ อาคารบ้านเรือนที่เรียงรายอยู่สองข้างทางที่เรา เดินขึ้นไปบนเขานั้นมีทั้งสิ่งก่อสร้างในสถาปัตยกรรม

“ลิสบอนเป็นเมืองที่มีเสน่ห์น่าเดินเที่ยวอย่างมากคะ และยังมีสิ่งที่น่าสนใจอีกมากมายหลายสิ่งให้ได้ชม ไม่ว่าจะ เป็น ป้อมปราการเก่าแก่ CASTELO DE SÃO JORGE หรือการนั่งรถรางสาย 28 ยอดนิยมผ่านไปตามย่าน เก้าแก่ของเมืองและชมวิวสองข้างทาง”

สวยงาม และที่อยู่อาศัยในสภาพกลางเก่ากลางใหม่ บ้างและทรุดโทรมบ้าง กระเบื้อง AZULELOS สวย ๆ ใน ลวดลายโบราณที่ประดับบนฝาผนังอาคารบ้านเรือน เป็นความสวยงามของศิลปะตามแบบฉบับโปรตุเกส ที่ดึงดูดสายตาอย่างมากเหลือเกิน เป็นเหตุให้เดินไป เก็บกระเบื้องผ่านกล้องถ่ายรูปมือถือไม่หวาดไม่ไหว ตามไปด้วยคะ

เมื่อเดินจนน้องรับทวดและสันบาทาสลดใจได้ที่ เรา ก็ขึ้นไปถึงจุดชมวิว SOPHIA DE MELLO BREYNER ANDERSEN ซึ่งเป็นลานกว้างบนยอดเขาใกล้ ๆ กับ โบสถ์แล้วความล้าก็ดูเหมือนจะหายไป เพราะได้รื่นรมย์ กับวิวสวย ๆ ของป้อมปราสาทเก่า CASTELO DE SÃO JORGE (BURGBERG) และหลังคา TERRACOTTA ของ อาคารบ้านเรือนที่ลดหลั่นเรียงรายลงไปจนจรดปาก อ่าวแม่น้ำ TEJO

ลิสบอนเป็นเมืองที่มีเสน่ห์น่าเดินเที่ยวอย่างมากคะ และยังมีสิ่งที่น่าสนใจอีกมากมายหลายสิ่งให้ได้ชม ไม่ว่าจะ เป็น ป้อมปราการเก่าแก่ CASTELO DE SÃO JORGE หรือการนั่งรถรางสาย 28 ยอดนิยมผ่านไปตามย่าน เก้าแก่ของเมืองและชมวิวสองข้างทางในระหว่างที่รถ รางแล่นไปตามทางชันไปที่ยอดเขา โบสถ์ SE หรือการ ขึ้นลิฟต์ ELEVADOR DE SANTA JUSTA ที่มีอายุกว่า 100 ปีเพื่อขึ้นไปชมวิวของเมืองลิสบอนจากข้างบน อาคารในสถาปัตยกรรมสมัยใหม่หลายแห่งขึ้นปะปน กับอาคารในสถาปัตยกรรมยุคเก่าได้อย่างกลมกลืน ที่เดียว เช่นตึกสูง ๆ ในย่าน EXPO ที่ออกนอกเมือง ออกไปเล็กน้อยก็เป็นสถาปัตยกรรมของยุคปัจจุบันที่ มีรูปทรงสวยงาม เก๋ไก๋ มีลูกเล่นน่ารัก ๆ มีความโดดเด่นสะดุดตาไม่น้อยไปกว่าอาคารสิ่งก่อสร้างในยุคเก่า เลย อีกทั้งตามถนนหนทางหลายสายก็ยังแซมด้วย พรรณไม้สีเขียวที่มีรูปทรงและรูใบสวยงามแปลกตา

นอกจากที่ลิสบอนอันเป็นเมืองหลวงเก่าแก่ของประเทศโปรตุเกสที่เคยเป็นมหาอำนาจทางทะเลในหลายร้อยปีก่อนจะร่ำรวยไปด้วยเส้นไหมในหลาย ๆ ด้านดังที่เล่ามาในข้างต้นแล้ว เมืองมีเส้นไหมเมืองนี้ก็มิได้ละเลยแม้แต่ในเรื่องเล็กเรื่องน้อยอย่างกระดาษชำระคะ (อ่านไม่ผิด) ที่มูตีกด้านหนึ่งของอาคารสี่เหลี่ยมवलใกล้ๆทางไปสถานีรถไฟใต้ดินที่ PRAÇA DO COMÉRCIO มีป้ายติดไว้หน้าทางเข้าไว้ว่า "THE SEXIEST WC ON THE EARTH" (ห้องสุขาที่เซ็กซี่ที่สุดในโลก) ในห้องสุขาที่เซ็กซี่ที่สุดในโลกนี้จะมีม้วนกระดาษชำระหลากหลายสีสดใส เช่น ชมพู เหลือง ส้ม แดง ม่วง ขาว ครีม ฟ้า เขียว ฯลฯ (จำมาได้แค่นี้คะ) แขนงเรียงเป็นแนวเยอะแยะไปหมดที่ผนังห้อง ทำเอาเกิดปัญหาเฉพาะกิจเร่งด่วนเล็กน้อย เพราะตัดสินใจอย่างลังเลเหลือเกินว่าจะพาสื่ออะไรเข้าไปทำความรู้จักในห้องน้ำดีคะ เพราะเกิดอาการรักพี่เสียดายน้อง อ่างล้างมือสีเหลืองจัดตรงกลางห้องโถงก็เป็นอ่างที่ได้รับการออกแบบมาอย่างไม่ธรรมดาเลยคะ

จากการ์ตูนโปรตุเกสที่อร่อยล้ำเกินคำบรรยายระเรื่อมายจบที่ห้องน้ำที่ SEXY ที่สุดในโลกนี้ แพลลิแกนก็หวังเป็นอย่างยิ่งว่านิราศการ์ตูนลิสบอนฉบับนี้ คงพอที่จะจุดประกายให้ท่านผู้อ่านไปสัมผัสเมืองลิสบอนด้วยตัวเองไม่มากก็น้อยนะคะ

BOM DIA PALLICAN

### ปัจฉิมลิขิต

ไปลิสบอนเพียงสองวันก็จริงแต่แพลลิแกนก็ทานขนมไข่โปรตุเกสเพื่อใครต่อใครไปร่วม ๆ 10 ชั้น กระนั้นก็ไม่ละเลยที่จะเมียงมองหาขนมต้นตำรับของทองหยอดฝอยทอง ทองหยิบ ขนมหม้อแกงของท้าวทองกีบม้า (MARIE GUIMAR) ที่เราราบกันมาแต่ไหนแต่ไรว่ามีที่มาจากโปรตุเกสไปด้วย แต่ก็ไร้วีแววของขนมที่หน้าตาจะโยงมาถึงขนมไทยของท้าวทองกีบม้า เมื่อถึงเวลาจะเดินทางกลับจึงได้เลิกติดตาม

ใกล้ ๆ กับทางเดินไปที่ GATE ที่จะไปขึ้นเครื่องมีร้านขายขนมปัง แซนด์วิช และขนมอบ ก็เลยเดินแวะไปเก็บการ์ตูนไข่อีกสองชิ้นเพื่อไว้ทานบนเครื่องบิน อันหนึ่งคือการ์ตูนไข่ และอีกอันหนึ่งคนขายบอกว่าเป็นการ์ตูน CARAMEL

เมื่ออยู่บนเครื่องก็หยิบขนมที่เรียกว่าการ์ตูนคาราเมลเนื้อนุ่มสีน้ำตาลเข้มขึ้นมากทาน พอได้สัมผัสรสขนม..เท่านั้นเองจริง ๆ ค่ะ...ความดีใจท่วมท้นลิ้นฟ้าก็บังเกิดขึ้นในทันทีทันใดเพราะไม่เคยคาดคิดมาก่อนเลยว่า... ในที่สุดจะได้มาพบคุณเทียดยของคุณเทียดยของคุณเทียดยของคุณเทียดยของขนมหม้อแกงท้าวทองฯ บนท้องฟ้านี้เองคะ

# เอ็นริเล่ เบื่องหลังฮีโร่

## โดย บุญเลิศ วิเศษปรีชา

ผมรู้จัก เอ็นริเล่ ตั้งแต่ปี 2554 เขาชอบเตร็ดเตร่อยู่ที่เซสพลาซ่า เช่นเดียวกับ บาร์ตโตเรเม แต่เขาไม่เหมือนกับ บาร์ตโตเรเม ที่เด็วนัก จะว่าไปก็ไม่เหมือนกับคนไร้บ้านหลายคน เอ็นริเล่ไม่เคยติดคุก จึงไม่มีรอยสักสักกัดแก้มในคอกอย่างบาร์ตโตเรเม เขาไม่ใช่ยาเสพติดประเภทยาบ้า ที่คนฟิลิปปินส์เรียกว่า ซาบู เหมือนบาร์ต แต่เขาดื่มและก็ดื่มหนักไม่น้อย เอ็นริเล่เรียนหนังสือสูงกว่าบาร์ตมาก เขาจบปริญญาตรี พูดภาษาอังกฤษได้ดี ใช้ศัพท์สูง ไวยากรณ์ถูกต้องเป๊ะ

ภูมิหลังทางครอบครัวของเขาก็ต่างจากบาร์ต เขาไม่ได้มาจากครอบครัวที่พ่อแม่มีการศึกษาต่ำ ทำงานระดับล่าง เป็นคนขายปลาอย่างพ่อแม่บาร์ต พ่อแม่ของเอ็นริเล่ต่างเรียนจบมหาวิทยาลัย เขายังไปทำงานที่ต่างประเทศทั้งคู่สิ่งที่ยื้อแย่งก็คือ ความทะเยอทะยานของพ่อแม่เขา ที่ดิ้นรนไปทำงานต่างประเทศ ยอมแยกห่างจากครอบครัวเพื่อหวังว่า สักวันหนึ่งจะหอบหิ้วเงินกลับมาอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุข แต่สุดท้ายกลับมาเป็นตัวหลักให้เอ็นริเล่มีชีวิตลงท้ายที่ข้างถนน

เอ็นริเล่เป็นชายรูปร่างเล็ก ผิวคล้ำแดงแบบคนฟิลิปปินส์ที่มีเชื้อสายของคนท้องถิ่นล้วนๆ ไม่มีเชื้อจีนหรือสเปนชิปน ริมฝีปากหนา อายุราว 40 กลาง ๆ มักสวมหมวกแก๊ป เขามีเงินติดตัวจากการทำงาน ‘รีแบ็กกิง’ (re-bagging) คือ งานถ่ายสินค้าที่ทำเรือจากกระสอบใหญ่ใส่ถุงเล็กเพื่อไปกระจายต่อ งานที่ว่า ต้องไปทำงานที่เมืองท่ารับส่งสินค้าจากต่างประเทศ เช่น บาตังกัส (Batanggas) บาตะอัน

(Bataan) สินค้าที่ส่งเข้ามาส่วนใหญ่เป็นปุ๋ยเคมีและข้าวสาร มาจากเวียดนาม อินโดนีเซีย แล้วก็ไทย

รีแบ็กกิง เป็นงานหนักแต่ได้ค่าแรงราคาถูก ต้องอดหลับอดนอน ทำตลอดเวลาเมื่อเรือเทียบท่า เขายังต้องทนแสบร้อนกับปุ๋ยเคมีอีกที่หลับที่นอนก็ไม่มี แค่ว่าที่นอนตามมีตามเกิดเอาตามทำเรื่อนั้นเอง คนที่ยอมไปทำงานนี้เป็นคนที่ไม่ค่อยมีทางเลือกนักอย่างคนไร้บ้าน

เพราะงานนี้ไม่เกี่ยววุฒิการศึกษา ไม่แคร์ว่าจะเคยติดคุกมาหรือไม่ ขอให้ทำงานได้ก็พอ เวลาทำงานของแต่ละช่วงไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับปริมาณสินค้าที่มี โดยเฉลี่ยประมาณ 5-10 วัน หากน้อยกว่านี้จะไม่คุ้มกับค่ากินอยู่และค่ารถ เนื่องจากเมืองท่าอยู่ไกลออกไปสองสามชั่วโมง คนรับเหมางาน จะจัดรถไว้รับคนไร้บ้านไปทำงานฟรีเฉพาะเขาไป แต่หากกลับคนไร้บ้านต้องจ่ายค่ารถเองราว 100 กว่าถึง 200 กว่าเปโซ ขึ้นกับระยะทางใกล้ไกล ค่าแรงที่ได้รับขึ้นอยู่กับปริมาณที่เขาสามารถถ่ายของลงถุงได้ โดยเฉลี่ยหากไปทำงานเจ็ดวัน หักค่ากินแล้วจะเหลือค่าแรงกลับมา 200-300 เปโซ (150-225 บาท)

แต่สำหรับเอ็นริเล่ เขาขึ้นชื่อเรื่องขี้เมา ดื่มหนัก จึงได้เนื้องานน้อย แต่ก็ได้ค่าแรงน้อยกว่าคนอื่นไปด้วย บางทีหักค่ากินระหว่างทำงานยังไม่พอค่ารถขากลับ ดีแต่ว่าคนรับเหมาไว้ใจออกค่ารถให้เขากลับ ไม่ต้องเดินเท้ากลับมามะนิลาแบบที่ผมเคยได้ยืมมาบ้าง พอกลับมามะนิลาแล้วเงินหมด เอ็นริเล่ก็อยู่รอดด้วยการไปกินข้าวตามฟีดดิ้งโปรแกรม

หากฟังเพียงแค่นี้ ก็อาจสรุปอย่างผิวเผินไปว่า เอ็นริเล่มาเป็นคนไร้บ้านเพราะการดื่มหนักและการขาดวินัยของตัวเอง แต่เรื่องราวชีวิตของคนย่อมซับซ้อนกว่านั้น น่าสงสัยทำไมเขาจึงกลายมาเป็นคนดื่มหนัก เขาบอกผมว่า ถ้าอยากรู้จักเขาดีขึ้น ผมควรจะหาอะไรให้เขาดื่มพิเศษหน่อย ไม่ใช่ยีน (gin) รสแรงบาดคอ เขาบอกว่า เขาอยากได้ ‘ลองเน็ค’ (long neck) พร้อมยกมือสองข้างบอกระยะความสูงประมาณ 1 ฟุตประกอบ ผมเข้าใจดีว่าลองเน็คของเขาหมายถึง เหล้าบรันดีสีอำพันในขวดเหล้ากลมคอยาวๆ ต่างกับยีนที่บรรจุในขวดเล็กป้อมๆ เหมือนขวดยาแก้ไอ บรันดีมีกลิ่นหอมชวนดื่มเพียวๆ ควบด้วยน้ำเปล่า นานๆ ทีคนไร้บ้านจะลงขันกันดื่มเจ้าลองเน็คในวันพิเศษ เช่นวันเกิดของใครสักคน ราคาของมันก็ถูกกว่าเหล้าไทยเกือบครึ่ง เพราะในฟิลิปปินส์ราคาเหล้า บุหรี่ ไม่ถูกโก่งด้วยภาษานานาชนิดเหมือนในไทย

หลังจากบรันดีไปได้สักคอขวด เอ็นริเล่บอกว่า ชีวิตเขาเริ่มไม่มีความสุข ที่เขาต้องเปลี่ยนความสนใจจากพวกวาดเขียนมาเรียนวิศวะ ผมต้องสารภาพว่า ตอนที่เขาบอกว่าเขาเรียนสาขา nautical engineering ผมยังไม่เข้าใจว่ามันคือสาขาอะไร พอเขาอธิบายผมถึงเข้าใจว่า เป็นวิศวกรด้านเครื่องยนต์ในเรือ เพราะพ่อและปู่ของเขาทำงานเป็นซีแมน (seaman) จึงอยากให้เอ็นริเล่ทำงานนี้ด้วย โดยที่เขาไม่ชอบนัก แต่ขัดใจไม่ได้

แรงงานฟิลิปปินส์ขึ้นชื่อเรื่องทำงานในเรือเดินสมุทรมานาน เรียกว่าเป็นยุคแรกๆ ของแรงงานข้ามชาติเริ่มตั้งแต่ช่วงศตวรรษที่ 16 ที่มีการค้าของสเปนข้ามมหาสมุทรระหว่างเม็กซิโก กับฟิลิปปินส์ ก็ใช้แรงงานชาวฟิลิปปินส์ กระทั่งมีชาวฟิลิปปินส์ไปตั้งรกรากในอเมริกาตั้งแต่ศตวรรษที่ 18 ด้วยเหตุนี้ แรงงานโดยเฉพาะแรงงานชายที่ไปทำงานต่างประเทศ จึงถูกเรียกรวมๆ ว่า ซีแมน (seamen) ทั้งๆ ที่ในระยะหลังงานที่ไปทำมีหลากหลายมากกว่างานในเรือ อย่างข้างๆ ลูเนต้า ก็เป็นแหล่งรับสมัครคนงานไปทำงานต่างประเทศ ยานนั้นก็เรียกว่า ‘ซีแมน’ ทั้งๆ ที่ งานที่ประกาศให้ทำงาน มีทั้งงานกรรมกร ช่างไฟ

ช่างปูน ไปจนถึง แพทย์ พยาบาล หากเดินผ่านแถวนั้น จะเห็นคนขวัทไขว่ทั้งนายหน้าและคนงานที่เตรียมเอกสารประกอบกันหนาเตอะ ไม่ว่าจะเป็นปริญญาบัตร ใบประกาศอบรมต่าง ๆ ใบรับรองสุขภาพ ใบรับรองประวัติว่า ไม่เคยถูกดำเนินคดีอาชญากรรม

หลังจากเรียนจบ พ่อของเอ็นริเล่ ซึ่งทำงานเป็นซีแมนอยู่แล้ว ก็ช่วยให้เอ็นริเล่ได้ไปทำงานในเรือ แต่แล้วโชคร้ายก็เกิดขึ้นกับเขา เอ็นริเล่เล่าว่า เรือที่เขาจะไปทำงานเป็นเรือขนส่งสินค้าจากสิงคโปร์ไปเกาหลีใต้ ดังนั้น เขาขึ้นเรือจากมะนิลา เพื่อจะไปขึ้นที่ท่าที่สิงคโปร์แล้ว ก็เริ่มทำงาน แต่ปรากฏว่า พอถึงสิงคโปร์ เรือนั้นก็เกิดอุบัติเหตุ ทำให้แผนการที่จะลงไปทำงานในเรือเพื่อเดินทางไปเกาหลีใต้ ต้องสะดุดลง เขาถูกส่งตัวกลับมามะนิลา เอ็นริเล่เล่าถึงเรื่องที่เกิดขึ้นว่า *“ในฐานะวิศวกรเดินเรือ ครั้งหนึ่งในชีวิตเขาได้เคยลงเรือแล้ว แต่มันเป็นเที่ยวแรกและเที่ยวสุดท้ายในชีวิตฉัน หลังจากนั้น ฉันก็ไม่ได้ลงเรืออีกเลย”* เพราะว่าทางบริษัทเปลี่ยนนโยบายการรับลูกเรือจากคนฟิลิปปินส์ ไปใช้คนอื่นเดียวก่อน ทำให้เขารู้สึกผิดหวังในโชคชะตา และไม่คิดจะทำงานในเรือเดินสมุทร รวมทั้งอับอายญาติพี่น้อง ที่เขาเรียนจบมหาวิทยาลัย แต่ไม่สามารถเป็นซีแมนอย่างพ่อและปู่ได้ เอ็นริเล่กลับมาทำงานรับจ้างทั่วไป เช่น เป็นคนขับรถ เป็นลูกมือติดตั้งระบบไฟฟ้า งานสุดท้ายเขาเป็นลูกจ้างร้านขายแว่นตาที่มีปู่เป็นเจ้าของ แต่กลับมีเหตุของหายที่ร้านแว่นตา โดยที่เพื่อนคนหนึ่งในบ้านที่เอ็นริเล่เป็นคนชวนมาทำงาน ตกเป็นผู้ต้องสงสัย ทำให้กระทบถึงความไว้วางใจในตัวเขาไปด้วย เขาจึงต้องออกจากงาน นั่นเป็นเหตุการณ์เมื่อสามปีที่แล้ว ที่ส่งผลให้เขามาเป็นคนไร้บ้าน

ผมถามเอ็นริเล่ ทำไมปู่เขาจึงไม่ไว้วางใจเขาที่เป็นหลานชาย และพ่อเขาไม่ได้ช่วยรับรองหรือว่าเขาไม่เที่ยว เอ็นริเล่ตอบผมด้วยเสียงเย็นชา ไม่ศรัทธาเหมือนบรันดียี่ห้อมาทาดอร์ (Matador) ที่เขาดื่ม *“ฉันกับพ่อไม่ได้สนิทกัน เขาแยกทางกับแม่ฉัน แล้วเขาก็มีครอบครัวใหม่ กับปู่ฉันยังไม่สนิท”*





**บุญเลิศ วิเศษปรีชา**

เป็นนักมนุษยวิทยาเจ้าของ  
วิทยานิพนธ์ดีเด่น จาก  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
ธรรมศาสตร์ *เปิดพรมแดน:  
โลกของคนไร้บ้าน* กรุงเทพฯ  
- โตะเกี้ยว - มะนิลา คือสนาม  
ศึกษาที่ บุญเลิศ พาตัวเอง  
เข้าไปเป็นโฮมเลส กินแบบโฮม  
เลส นอนแบบโฮมเลส และคิด  
อ่านแบบโฮมเลส นอกจาก  
เรื่องเล่าและสีสันที่เก็บมาจากการ  
ศึกษาภาคสนาม  
คอลัมน์ ‘สายสตรีท: เรื่อง  
เล่าข้างถนนจากมะนิลา’ ใน  
waymagazine.org คือ  
ความพยายามและทะเยอทะยาน  
ส่วนบุคคลของบุญเลิศ  
วิเศษปรีชา ที่จะเลื่อนและ  
หลอมพรมแดนระหว่าง ‘งาน  
วิชาการ’ กับ ‘วรรณกรรม’  
เข้าไว้ด้วยกัน

สารภาพว่าขณะนั้น ผมยังไม่ได้คิดถึงความรู้สึกเขามากพอ ผม  
กลับถามเขาต่อไปว่า

“เมื่อก่อน ฉันก็เคยสัมภาษณ์นาย ไม่เห็นเคยบอกว่าพ่อแม่ฉันแยก  
ทาง”

“มันเป็นเรื่องที่น่าเล่าให้คนอื่นฟังนักหรือว่า พ่อแม่ฉันแยกทาง นาย  
คิดว่าฉันอยากคิดถึงมัน และอยากพูดออกมาหรือ? ครอบครัวฉันมัน  
วุ่นวาย พี่น้องฉันมีเยอะแยะ แต่คนละพ่อคนละแม่กัน ทำไมนายถึงอยาก  
รู้ เรื่องวุ่นวายในครอบครัวฉันล่ะ” คำตอบของเอ็นริเล่ทำให้ผมสะอึก

ถึงตอนนี้ ผมรู้ตัวแล้วว่าได้ล้วงล้ำชีวิตของเอ็นริเล่มาขนาดไหน  
ที่สะกิดถามถึงเรื่องนี้ ผมจึงอธิบายว่า เห็นเขาเคยบอกว่าพ่อแม่เขา  
ทำงานต่างประเทศทั้งคู่ เลยนึกว่าเขาสบายดี

เอ็นริเล่ตอบด้วยน้ำเสียงที่ยึดยานขึ้น ไม่รู้จะเพราะดีกรีจากน้ำเมา  
ที่สะสมมา หรือเพราะอารมณ์ของเขาที่ดำดิ่งขึ้นว่า “ใช้...พ่อแม่ฉันไป  
ทำงานต่างประเทศทั้งคู่ พ่อฉันเป็นซีแมน แม่ฉันไปทำงานที่ญี่ปุ่น แต่พ่อ  
แม่ฉันไปทำงานไม่นาน...เขาก็บอกกับพ่อว่า เขามีครอบครัวใหม่แล้ว”

นั่นเป็นเหตุให้เอ็นริเล่ห่างและแทบไม่เคยเจอแม่ ส่วนพ่อก็มีครอบครัว  
กับผู้หญิงคนใหม่ แต่ถึงจะไม่มีครอบครัวใหม่ ก็คงไม่ต่างกันมากนัก  
เพราะปกติพ่อเขาก็ทำงานลงเรือเป็นส่วนใหญ่ เขาเจอหน้าพ่อไม่ที่  
วันในรอบสามสี่เดือน ช่วงนั้นเขากับพี่สาวกำลังเรียนแค่ชั้นประถม  
สองพี่น้องต้องอยู่กับพวกป้า ๆ แทน

ถึงตอนนี้ เขาคงมาได้ทีแล้ว เขาพูดประโยคเดียวกันซ้ำ ๆ กับผม  
ว่า “นายไม่มีทางจะเข้าใจว่า เวลานั้นนายยังเล็ก ๆ อยู่ แล้วพ่อแม่ฉันไม่  
อยู่กับนายมันเป็นยังไง...นายไม่ใช่ฉัน นายไม่มีวันจะเข้าใจว่า มันยาก  
ขนาดไหน”

ผมฟังเรื่องราวของเอ็นริเล่ แล้วนึกถึงงานมานุษยวิทยาเกี่ยวกับคน  
ฟิลิปปินส์ที่ไปทำงานต่างประเทศ ผู้เขียนคือ ราเซล ซาลาซาร์ ปาร์เรñas  
(Rhacel Salazar Parrenas) เป็นชาวฟิลิปปินา ตั้งชื่อหนังสือ  
อย่างเสียดสีแสนสิ้นว่า คนรับใช้แห่งยุคโลกาภิวัตน์ (Servants of  
Globalization: Women, Migration and Domestic work,  
2003) ในหนังสือเล่มนี้ ราเซลสัมภาษณ์ครอบครัวชาวฟิลิปปินส์ที่มี  
แม่ไปทำงานต่างประเทศ พร้อมเรื่องราวความรู้สึกของลูกที่ถูกทิ้งไว้  
ให้อยู่กับญาติ จนนานวันกลายเป็นลูกรู้สึกห่างเหินกับแม่ และอยาก  
ให้แม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับพวกเขามากกว่าไปหาเงินไกลบ้าน

ท้ายที่สุดกลายเป็นว่า แรงงานผู้หญิงที่ยอมห่างจากครอบครัวไป  
ทำงานไกลต่างแดน แต่เมื่อกลับมากลับไม่ได้พบครอบครัวอันอบอุ่นที่  
พวกเขาตั้งตารอวันจะกลับมาพบ แต่แรงงานข้ามถิ่น ที่คนฟิลิปปินส์ใช้  
คำเรียกว่า OFW (Oversea Filipinos Workers) ก็ยังได้รับการ  
สนับสนุนอำนวยความสะดวกจากรัฐบาลให้ไปทำงานต่างประเทศ โดย  
เฉพาะผู้หญิงที่ไปทำงานเป็นแม่บ้าน ทั้งในตะวันออกกลาง เอเชียตะวัน  
ออกอย่างฮ่องกง เกาหลีใต้ และยุโรป โดยเฉพาะในอิตาลี รวมถึงใน  
สหรัฐอเมริกา พวกเขาได้รับการยกย่องว่าเป็นฮีโร่ (bayani - บายานี)  
ยุคใหม่ ที่ส่งเงินกลับมาเลี้ยงครอบครัว และนำเงินตราเข้าประเทศ ใคร  
บ้างจะตระหนักถึงเรื่องราวของผู้หญิงเบื้องหลังฮีโร่อย่างเอ็นริเล่

**หมายเหตุ:**

เรื่องเล่าตอนนี้ เขียนไว้สำหรับให้ พี่พิทยา เรือนแก้ว ประธานสมาคม  
เครือข่ายคนไทยในต่างแดน (เยอรมนี) ที่ทำงานช่วยเหลือหญิงไทยใน  
เยอรมนีและยุโรปมากกว่า 20 ปี ได้เผยแพร่ใน ดี แมกกาซีน สื่อ  
สำหรับคนไทยในยุโรปเป็นการเฉพาะอีกทางหนึ่ง ในโอกาสที่ได้พบพี่  
พิทยาที่งาน Thai Studies ที่เชียงใหม่เมื่อกลางเดือนกรกฎาคม  
2560 พร้อมกำลังใจว่า มีคนแถวนั้นอ่าน ‘สายสตรีท’ อยู่เหมือนกัน

ครอบครัวและเด็ก

# โรคซึมเศร้าในเด็ก

โดย โยทะกา



หมู่พี่โยทะกาได้รับฟังแต่เรื่องทุกข์ใจของคนรอบข้างที่มาเล่า มาปรับทุกข์ เป็นความทุกข์ใจของคนเป็นพ่อแม่เกี่ยวกับลูกหลานของตน ปัญหาที่นำมาเล่าให้ฟังนั้นคล้าย ๆ กัน รายหนึ่งนั้นหนักหนาสาหัสเพราะลูกถึงขั้นกระโดดตึกเพื่อฆ่าตัวตายจนเป็นข่าวหน้าหนึ่งในหนังสือพิมพ์ ทั้ง ๆ ที่ลูกก็โตจนเลยวัยรุ่นไปแล้ว อีกรายนั้นลูกเรียนจบเภสัชกร พอเริ่มต้นชีวิตทำงานกลับทำงานไม่ได้ อารมณ์เกรี้ยวกราดแปรปรวน ไม่สมาคมกับใคร โดยที่พ่อแม่ก็ไม่เข้าใจว่าเกิดอะไรขึ้นกับลูก เพราะไม่เห็นมีอาการผิดปกติใด ๆ ทางกาย โยทะกาฟังแล้วรู้สึกสะกิดใจว่าลูกหลานของคนรอบข้างนั้นอาจจะมีโอกาสป่วยจึงได้สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมและไปค้นคว้าข้อมูลประกอบ จนได้ข้อสรุปว่ากรณีดังกล่าวนี้คล้าย ๆ อาการป่วยของโรคซึมเศร้า ตามที่เคยอ่านมาฉันพบว่าปัจจุบันมีเด็กจำนวนมากที่มีอาการเหล่านี้ วันนี้โยทะกาจึงขอนำข้อมูลเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าในเด็กมาฝากกันค่ะ อาจเป็นเรื่องไม่น่าเชื่อที่เด็กซึ่งเป็นวัยใสบริสุทธิ์และร่าเริงจะเป็นโรคซึมเศร้าได้ แต่ในความเป็นความจริงนั้นน่าตกใจว่าเด็กมีโอกาสเป็นโรคซึมเศร้าแบบรุนแรงและแบบเรื้อรังได้เท่า ๆ กับผู้ใหญ่ รวมทั้งเป็นสาเหตุการฆ่าตัวตายได้เช่นเดียวกัน ดังนั้นคุณพ่อคุณแม่จึงต้องคอยสังเกตอาการของลูก ดังนี้

เด็กเล็กมักจะมีอาการแกล้งป่วย ไม่ไปโรงเรียน ติดพ่อแม่ กังวลว่าพ่อแม่จะเสียชีวิต ส่วนเด็กโตจะนั่งไม่พูด มีปัญหาที่โรงเรียน และมองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น หากลูกหลานมีพฤติกรรมเหล่านี้ อย่าเพิ่งตำหนิหรือดูว่า เพราะเด็กอาจเป็นโรคซึมเศร้า ผู้ใหญ่ควรพูดคุยกับเด็กถึงสาเหตุก่อน เพราะเด็กวัยนี้จะสามารถบอกเล่าอาการของตนเองได้แล้ว ผู้ใหญ่จึงสามารถสอบถามเด็กได้ว่าเด็กรู้สึกอย่างไร ถ้าเด็กบอกว่ารู้สึกไม่แจ่มใส ไม่มีสมาธิ การเรียนแย่งลง หงุดหงิดง่าย คิดหมกมุ่นอยู่กับบางสิ่งบางอย่าง บางรายอาจมีความคิดฆ่าตัวตาย รวมทั้งพยายามฆ่าตัวตายด้วย ภาวะอยากตายของเด็กอาจแสดงออกโดยคิดหมกมุ่นเกี่ยวกับการตาย และมีการกระทำซึ่งแสดงให้เห็นว่าต้องการให้ตัวเองได้รับบาดเจ็บหรือเสียชีวิต และจะพยายามทำซ้ำ ๆ ผู้ใหญ่ควรพาเด็กไปปรึกษาจิตแพทย์โดยด่วน

### ข้อมูลน่ารู้เกี่ยวกับโรคซึมเศร้าในเด็กและวัยรุ่น

แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า ช่วงอายุที่ฆ่าตัวตายสำเร็จมากกว่ากลุ่มอื่น คือ กลุ่มอายุ 35-39 ปี อย่างไรก็ตามพบว่ามีอายุต่ำสุดที่ฆ่าตัวตายคือ 10 ปีและสูงสุดคือ 93 ปี การติดตามเด็กอายุ 10 ปี ที่ฆ่าตัวตายพบว่าเด็กมีปัญหาในครอบครัวหรือเด็กเป็นลูกคนเดียว สาเหตุที่ตัดสินใจฆ่าตัวตายเพราะต้องการเรียกร้องความสนใจและไม่ได้อะไรที่ต้องการจากพ่อแม่ โดยการใช้การฆ่าตัวตายเป็นวิธีการแสดงออกหรือการเรียกร้องทางหนึ่ง

## ภาวะซึมเศร้าในเด็กวัยเรียนมักเกิดจากสาเหตุ ดังนี้

### สาเหตุทางกาย (Biological Cause)

1. เกิดจากสารเคมีที่เป็นสารสื่อประสาทในสมอง บางอย่างแปรปรวนและไม่สมดุลทำให้เกิดซึมเศร้าได้ ระบบสารเคมีในสมองของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าจะเปลี่ยนแปลงไปจากปกติอย่างชัดเจน โดยพบว่ามีสารสื่อประสาทที่สำคัญเช่น ซีโรโทนิน (Serotonin) และนอร์เอพิเนฟริน (Norepinephrine) ลดลง
2. เกิดจากกรรมพันธุ์ หากมีประวัติว่าคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคซึมเศร้าโอกาสที่คนอื่นในครอบครัวจะเป็นโรคนี้มีถึง 2.8 เท่าของคนทั่วไป
3. เกิดจากความเสียหายของสมอง เช่น เป็นโรคหลอดเลือดแดงแข็ง โรคเส้นเลือดแข็งตัวผิดปกติ เป็นต้น นอกจากนี้ยังอาจมีโรคทางกายอื่นที่ทำให้เกิดโรคซึมเศร้าได้ เช่น โรคตับอักเสบ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคพาร์คินสัน และโรค SLE เป็นต้น

### สาเหตุด้านจิตใจ (Psychological Cause)

1. ความเครียดที่เกิดจากการเรียนหนัก เพราะปัจจุบันค่านิยมเรื่องการเรียนพิเศษเพื่อให้สอบได้คะแนนดีหรือเพื่อเข้าเรียนต่อในระดับชั้นต่างๆ ทำให้เด็กต้องใช้เวลาในการเรียนยาวนานในแต่ละวันจนเกิดเป็นความเครียดสะสม
2. เด็กขาดความมั่นใจในตนเอง กลัวการแข่งขัน กลัวความผิดหวัง ทำให้เกิดความเครียดสะสม ยิ่งเมื่อมีการเปรียบเทียบผลการเรียนระหว่างเพื่อน ๆ หากคะแนนของตนเองสู้เพื่อนไม่ได้ ก็ยิ่งทำให้คิดไปเองว่าตนทำอะไรก็ไม่ประสบความสำเร็จและไม่เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้หมดกำลังใจและเกิดความเครียดสะสมจนในที่สุดก็เป็นโรคซึมเศร้า
3. เด็กถูกเพื่อนกลั่นแกล้งเสมอ ๆ หรือรู้สึกไม่ชอบ กลัว กังวล กับบุคคลรอบข้างเพราะมีความรู้สึกที่ไม่ดีหรือไม่สบายใจที่ต้องอยู่ด้วย ทำให้เกิดความเครียดสะสมเป็นเวลานาน
4. การเลี้ยงดูที่เข้มงวดเกินไป กล่าวคือครอบครัวตั้งระเบียบกฎเกณฑ์ที่มากจนเกินไปโดยไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของลูกทำให้เด็กไม่สามารถแสดงออกถึงสิ่งที่ตนต้องการได้เพราะต้องเชื่อฟังพ่อแม่เท่านั้น
5. ประเด็นอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับครอบครัว เช่น การเสียชีวิตของพ่อแม่หรือคนในครอบครัว การที่พ่อแม่แยกทางกัน สาเหตุเช่นนี้ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สุดที่เด็กจะเป็นโรคซึมเศร้าได้ง่าย



## วิธีรับมือโรคซึมเศร้าในเด็ก พ่อแม่จะรับมือกับโรคซึมเศร้าในเด็กได้อย่างไร

1. ครอบครัวสามารถป้องกันได้โดยการให้ความรัก ความเข้าใจ สอนให้เด็กเข้มแข็ง รู้จักใช้เหตุผล และแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม ยิ่งไปกว่านั้นทุกคนควรลดความขัดแย้งต่าง ๆ ในครอบครัว
2. ครอบครัวควรใกล้ชิดและให้ความอบอุ่นแก่ลูก หมั่นสังเกตอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กที่เปลี่ยนแปลงไปในช่วงที่เด็กต้องเผชิญกับความตึงเครียด
3. ครอบครัวที่มีกรรมพันธุ์โรคซึมเศร้า ควรใช้ความอ่อนโยน ความเอาใจใส่ และปฏิบัติต่อเด็กด้วยความระมัดระวังเป็นพิเศษ
4. พ่อแม่ต้องพูดคุยและรับฟังความคิดเห็นของลูกอยู่เสมอ ไม่ปิดกั้นความคิด และรับฟังด้วยความตั้งใจและสนใจ
5. ครอบครัวควรตั้งกฎภายในบ้านให้ชัดเจนและบังคับใช้อย่างสมเหตุสมผล โดยระมัดระวังไม่ให้เคร่งครัดจนเกินไปเพราะอาจเป็นปัจจัยที่ทำให้ลูกเครียดหรือรู้สึกกดดันซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาที่เพิ่มมากขึ้น
6. พ่อแม่ควรพาลูกออกไปพักผ่อนเปลี่ยนบรรยากาศ หรือชวนทำกิจกรรมแปลก ๆ ใหม่ ๆ เพื่อให้ลูกได้รู้สึกผ่อนคลายขึ้น
7. ครอบครัวต้องไม่เป็นต้นเหตุของปัญหา ทั้งนี้เพราะพ่อแม่อาจเป็นสาเหตุสำคัญของความบกพร่องทางพฤติกรรมและอารมณ์ของลูกได้ เช่น การที่พ่อแม่ทะเลาะกัน การหย่าร้าง การเลี้ยงลูกด้วยความเคร่งครัดจนเกินไป และการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เป็นต้น
8. ผู้ปกครองและครูควรร่วมมือกันเพื่อช่วยเหลือเด็ก เพราะครูเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบ้านกับโรงเรียน สามารถกระตุ้นให้เด็กเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมได้ดียิ่งกว่าเดิม ดังนั้นผู้ปกครองและครูจึงควรพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนปัญหาของเด็กที่พบที่บ้านและโรงเรียน รวมทั้งร่วมมือกันเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างใกล้ชิด
9. หากพบว่าเด็กมีอาการไม่ดีขึ้น ผู้ปกครองควรปรึกษาจิตแพทย์โดยด่วนเพื่อให้เด็กได้รับการรักษาอย่างถูกต้องต่อไป

พ่อแม่ทุกท่านอย่าลืมใส่ใจและสังเกตพฤติกรรมของลูก ๆ นะคะ เมื่อเห็นสิ่งใดผิดปกติควรจับตามดูอย่างใกล้ชิด อย่าปล่อยไว้นานจนกลายเป็นอาการเรื้อรังที่รู้ก็ต่อเมื่อสายเสียเกินกว่าจะกลับไปแก้ไขอะไรได้ทัน และหากสงสัยว่าลูกมีอาการโรคซึมเศร้าควรปรึกษาจิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญหรือเจ้าหน้าที่กรมสุขภาพจิตอย่างเร่งด่วนค่ะ

ที่มา : [theasianparent.com](http://theasianparent.com)



# “อยู่เยอรมนี” ตอน สายใยรักในครอบครัว โดย ดี<sup>2</sup>

การย้ายถิ่นฐานไปอาศัยอยู่ต่างประเทศ เป็นระยะเวลาานาน ๆ สำหรับบางคนอาจจะเป็นเรื่องง่ายในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ แต่สำหรับบางคนอาจจะเป็นเรื่องที่ยากก็ได้ นิตยสารดีมีโอกาสดูคุยกับ ดร.ตรีเทพ นพคุณและภรรยา ซึ่งเป็นครอบครัวไทยที่ย้ายถิ่นฐานมาอยู่ประเทศเยอรมนีในฐานะครอบครัวข้าราชการไทย

**ดี<sup>2</sup>: ขอรบกวนความคิดเห็นทั่ว ๆ ไปกับการใช้ชีวิตในต่างประเทศ โดยเฉพาะในประเทศเยอรมนี**

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ปัจจุบันผมและครอบครัวย้ายมาประจำที่สถานกงสุลใหญ่ นครแฟรงก์เฟิร์ต ถ้าพูดถึงเรื่องปรับตัว ผมคิดว่า เราไม่ต้องปรับตัวอะไรมากนักนะครับ เพราะว่าที่นี่มีคนไทยอาศัยอยู่มาก ถือว่าเป็นเรื่องดีที่จะได้มีโอกาสสัมผัสกับผู้คนและวัฒนธรรมไทยอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะอาหารไทย ตัวผมเองเคยไปเรียนป.โทกับป.เอกที่สหรัฐฯ ไปอยู่นาน 8 ปี ก็จะเคยชินกับชีวิตแบบอเมริกันสไตล์ พอมาอยู่ยุโรปก็ต้องปรับตนเองนิดหน่อย มีคนพูดให้ผมฟังว่า เยอรมนีมี Hardware ที่ยอดเยี่ยม แต่มี Software ที่ไม่น่าปลื้มซักเท่าไร นั่นก็คือ Service ที่ที่บ้านเราไม่ได้ใจครับ ซึ่งพอได้สัมผัสแล้วก็เห็นว่าทำจะจริงตามนั้นนะครับ เช่น สถานกงสุลใหญ่ฯ เคยจัดเลี้ยงให้กับแขกผู้ใหญ่ พอเราได้รับคำสั่งให้ไปเร่งอาหาร ก็ได้คำตอบว่า นี่ไม่ใช่ร้านแมคโดนัลนะ อย่างนี้เป็นต้น (หัวเราะ)

**ดี<sup>2</sup>:** ทราบว่าตอนนี้คุณตรีเทพมีสมาชิกใหม่ในครอบครัว

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ใช่ครับ เรามีลูกสาวน่ารักชื่อน้องเอลลี เพิ่งคลอดเมื่อเดือนมิถุนายน 2560 ที่โรงพยาบาลใน แฟรงก์เฟิร์ตครับ

**ดี<sup>2</sup>:** ขอถามคุณบุษดีคะ ช่วงก่อนคลอดน้องเอลลีรู้สึกกังวลใจอะไรบ้างไหมคะ

**คุณบุษดี(นุ่น):** ก็มีบ้างคะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงที่ใกล้คลอดลูก คุณเอกไปปฏิบัติราชการต่างจังหวัดบ่อย ๆ เพราะตอนนั้นปฏิบัติหน้าที่รักษาการกงสุลใหญ่ฯ อยู่ บางทีก็ไปค้างคืน นุ่นก็กลัวนิดหน่อยคะ เพราะว่าคุณหมอบอกว่า น้องเอลลีสามารถคลอดได้ทุกเวลา ตอนนั้นนุ่นต้องเตรียมเบอร์โทรฯ ของคนรู้จักไว้ เผื่อว่าจะขอความช่วยเหลือในยามฉุกเฉิน

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ตอนใกล้คลอดผมเป็นห่วงคุณนุ่นมากครับ หากทำได้ ผมก็เลือกที่จะเดินทางไป-กลับ ผมบอกกับคุณนุ่นไว้ว่า “เป็นภรรยาผม ต้อง strong ต้องแข็งแกร่งในทุกด้าน (หัวเราะ)” ช่วงที่ผ่านมา ผมรักษาการกงสุลใหญ่ฯ 11 เดือน เราทั้งสองต้องปรับตัวและแบ่งเวลาสำหรับงานของผมและครอบครัว ผมชื่นชมความเข้มแข็งของคุณนุ่น ที่มีความเข้าใจและได้เสียสละเพื่อหน้าที่การงานของเรา ภรรยาของผมเป็นหลังบ้านที่ strong มาก ๆ เลยครับ (หัวเราะ)

**ดี<sup>2</sup>:** คุณพ่อและคุณแม่มีอะไรใหม่เป็นอย่างไรบ้างคะ

**คุณบุษดี(นุ่น):** นุ่นมีความสุขคะ ตอนที่น้องเอลลีคลอดนางพยาบาลเอาน้องเอลลีมาวางบนหน้าอก ตอนที่เห็นลูก นุ่นหายเจ็บเลยคะ และรู้สึกอบอุ่น รู้สึกดั่งว่า ฟ้าได้ประทานความสุขมาให้

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ตอนที่อยู่ในห้องคลอด ผมเห็นภรรยาเจ็บท้องมาก ผมเห็นใจและเป็นห่วงมาก ผมเห็นความเข้มแข็งของผู้ที่เกิดมาเป็นคุณแม่คน และผมชื่นชมพฤติกรรมเยอรมันที่พยายามให้เอลลีคลอดแบบธรรมชาติ คุณนุ่นเจ็บท้องอยู่นานตั้งแต่เช้าเดินก็ 22 ชั่วโมงพอดี พอน้องเอลลีคลอด พฤติกรรมบอกให้ผมเป็นผู้ตัดสายสะดือ ผมประทับใจที่ผมได้ตัดสายสะดือลูกเอง มันเป็นสายสัมพันธ์ภายในครอบครัวระหว่างพ่อ แม่และลูก เป็นสิ่งที่ดีมาก ประทับใจมาก ๆ ผมชื่นชมประเทศเยอรมนีตรงนี้มากครับว่า ประเทศเยอรมนีให้ความสำคัญกับครอบครัวมาก

**ดี<sup>2</sup>:** วางแผนการเลี้ยงดูลูกในต่างประเทศอย่างไรคะ

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ตอนนี้น้องเอลลียังเล็กอยู่ คงวางแผนอะไรไม่ได้มากนักครับ ที่สำคัญที่สุดเราสองคนจะดูแลลูกอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะยามที่ลูกหิว งอแงและป่วย ตัวผมเองในฐานะเป็นข้าราชการไทยปฏิบัติหน้าที่ในต่างประเทศ บ่อยครั้งที่ผมต้องออกไปปฏิบัติงานไกลบ้าน ผมเป็นห่วงภรรยาและลูกครับ

**คุณบุษดี(นุ่น):** ตอนที่น้องเอลลีคลอดได้ประมาณห้าสัปดาห์ น้องเอลลีป่วย จนต้องเข้าโรงพยาบาล นุ่นส่งสารลูกมากเลยคะ โรงพยาบาลที่แฟรงก์เฟิร์ตก็ไม่ค่อยมีแผนกเด็ก ไม่ค่อยสะดวกเลย เราทำประกันสุขภาพแบบส่วนบุคคลแต่ก็ไม่ได้รับสิทธิพิเศษอะไรมากไปกว่าคนที่ทำประกันสุขภาพของรัฐ น้องเอลลีกับนุ่นถูกย้ายห้องสามครั้ง เหนื่อยกับการการถูกย้ายห้องนี้แหละคะ (หัวเราะ) ตอนนี้น้องเอลลีสบายดีแล้ว เอลลีเป็นเด็กน่ารักและเลี้ยงง่าย นุ่นคิดว่า จะเลี้ยงลูกโดยให้ความเข้าใจและความอบอุ่นแก่ลูก นุ่นเชื่อว่า ลูกรู้ว่าเรารักเขาคะ



**ดี<sup>2</sup>:** การเลี้ยงลูกในต่างแดนลำบากไหม

**คุณบุษดี(นุ่น):** ก็ยากนะคะ เรามาอยู่ต่างบ้านต่างเมือง กฎระเบียบ วัฒนธรรมและประเพณีในแต่ละที่ก็ต่างกันออกไป เช่น ตอนน้องเอลลีไม่สบาย ถ้าอยู่บ้านเรา ก็สามารถวิ่งหาหมอสักคนหรือโรงพยาบาลที่ไหนก็ได้ แต่ที่นี่เป็นระบบนัดหมายล่วงหน้า หมอเด็กตามคลินิกและโรงพยาบาลจะทำหน้าที่คนละอย่างกัน หมอโรงพยาบาลก็จะเน้นเรื่องการรักษา ส่วนหมอสักคนก็จะเน้นเรื่องการตรวจสุขภาพตามกำหนด อันนี้เข้าใจหัวอกแม่ที่นี่เลยคะ นอกจากจะเป็นคนที่ย้ายมานานแล้ว และที่ชินกับระบบนี้แล้ว ส่วนเราเพิ่งมาใหม่เลยต้องปรับตัวเยอะหน่อยคะ



**ดี<sup>2</sup>: อยากจะฝากข้อคิดให้ครอบครัวคนไทยที่พำนักอยู่ในเยอรมนีใหม่คะ**

**ดร.ตรีเทพ(เอก):** ผมอยากจะฝากข้อคิดว่า เราอาศัยอยู่ในประเทศเยอรมนี ก็ควรศึกษากฎระเบียบให้ท่องแท้ เพื่อจะหลีกเลี่ยงปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น ผมคิดว่า คนไทยหลายคนต้องการที่พึ่งทางใจ และพวกเขาที่โซคดีที่มีวัดไทยใกล้บ้าน ผมคิดว่าคนไทยในต่างประเทศให้ความสำคัญกับวัดเหมือนคนไทยในอดีต เพราะพวกเรามาอยู่ต่างบ้านต่างเมืองกัน วัดจึงเป็นสถานที่สำคัญที่ทำให้ชุมชนไทยได้มีโอกาสพบปะปรึกษาหารือกัน ได้มีโอกาสทำบุญปฏิบัติธรรมกันตามวาระและโอกาสต่างๆ ที่สำคัญที่สุดคือ อย่าลืมคนใกล้ตัว ให้ความสำคัญแก่ครอบครัวและคนที่เรากำลังทำงานด้วย ให้เกียรติซึ่งกันและกันครับ

**คุณบุษดี(นุ้ม):** นุ้มก็ไม่มีอะไรมาคะ อยากให้ทุกคนอยู่ด้วยความรักความเข้าใจซึ่งกันและกัน ในฐานะภรรยาและแม่ของลูก คิดว่าเราก็ต้องทำหน้าที่ในส่วนของภรรยาและดูแลลูกให้ดีที่สุดคะ พยายามเข้มแข็งไม่ให้สามีเป็นห่วง และช่วยสนับสนุนงานในบ้านให้ดีที่สุดคะ

.....

**ประวัติโดยย่อของ ดร.ตรีเทพ นพคุณ**

**การศึกษา**

- มัธยมศึกษา สาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รุ่นที่ 29
- ปริญญาตรี เศรษฐศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2539)
- ปริญญาโท เศรษฐศาสตรบัณฑิต University of Illinois at Urbana-Champaign (2542)
- บริหารธุรกิจ University of Illinois at Chicago (2546)
- เศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต University of Illinois at Chicago (2546)
- ปริญญาเอก เศรษฐศาสตรดุษฎีบัณฑิต University of Illinois at Chicago (2548) ทุนกระทรวงการต่างประเทศ

**ประสบการณ์ทำงาน**

- ปี 2548 เริ่มเข้ารับราชการที่กระทรวงการต่างประเทศ เป็นเจ้าหน้าที่โต๊ะกรมอาเซียน-ญี่ปุ่น รับผิดชอบงานในการราวตัวทางเศรษฐกิจของอาเซียนและการตกลงหุ้นส่วนเศรษฐกิจไทย-ญี่ปุ่น
- ปี 2553-2556 ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงกัวลาลัมเปอร์ ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้าฝ่ายกงสุลและฝ่ายเศรษฐกิจ
- ปี 2557-2559 หัวหน้าฝ่ายเงินนอกงบประมาณและอำนวยความสะดวกสำนักบริหารการคลัง สำนักปลัดกระทรวง และย้ายไปดำรงตำแหน่งหัวหน้าสำนักงานหนังสือเดินทางชั่วคราวที่จ.นครราชสีมา
- ปี 2559 ถึงปัจจุบัน ประจำการที่สถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต รักษาการกงสุลใหญ่ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2559 ถึง 26 สิงหาคม 2560

ครอบครัว: สมรสกับบุษดี นพคุณ มีลูกสาว 1 คนชื่อ เอลลี

# มุ่งสู่นาคตและควบคุมตนเองกันเถิดนะ โดย กุหลาบ

เพราะสังคมต้องการคนดี คนเก่ง และคนที่มีความสุขมาแต่ไหนแต่ไร แม้ว่านักวิชาการ เจ้าทฤษฎี นักวิจัย และอีกหลาย ๆ คนได้พยายามค้นคว้าและหาวิธีการที่จะให้ได้คนที่สังคมต้องการแต่ดูเหมือนว่าสังคมโลกจะไม่สมหวังได้โดยง่าย หากโลกของเรามีคนดีที่สังคมต้องการมากกว่าครึ่ง โลกนี้ก็คงจะน่าอยู่มากขึ้น

สิ่งที่ท่านจะได้อ่านต่อไปนี้เป็นตัวอย่างหนึ่งของคนดี คนเก่ง และคนที่มีความสุข ใครที่เป็นแฟนกีฬาเทนนิสคงรู้จักโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ (ROGER FEDERER) นักกีฬาเทนนิสชาวสวิสซึ่งเป็นขวัญใจของชาวสวิสและชาวโลก ข้อนี้ฉันคิดว่าตัวเองไม่ได้พูดเกินจริง เพราะเมื่อวันอาทิตย์ที่ 16 กรกฎาคม 2017 ที่ผ่านมา ฉันนั่งดูเทนนิสวิมเบิลดัน (WIMBLEDON) รอบชิงชนะเลิศ ในฐานะที่ฉันเป็นคนหนึ่งที่มีสัญชาติสวิสและเป็นแฟนคลับของโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ มานานแสนนาน ครึ่งนี้เป็นครั้งแรกที่เราสามารถชมการแข่งขันรอบชิงชนะเลิศนี้ และโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ ก็เป็นผู้ชายคนแรกของโลกที่คว้าแชมป์เทนนิสรายการที่เก่าแก่ที่สุดของโลกอย่างวิมเบิลดันอันเป็นแกรนด์สแลมบนคอร์ตหญ้า ถึง 8 สมัย หลังจากที่เขาชนะมาริน ชิลิช จากโครเอเชีย

แกรนด์สแลมครั้งนี้เป็นครั้งที่ 19 ในวัยที่อายุเกือบ 36 ปี ฉันนั่งดูด้วยความปลื้มใจไปกับเขา เขาเป็นผู้ชายที่อ่อนไหวง่ายแบบน่ารักจริง ๆ เขาให้สัมภาษณ์ว่า “สิ่งที่ได้ในวันนี้ เพราะเขาไม่เคยหยุดเชื่อและไม่เคยหยุดฝัน

ว่าเขาทำได้ และก็ไม่ละความพยายามที่จะทำ” จนเป็นอย่างที่เห็นในวันนี้เวลานี้

ด้านความสามารถโรเจอร์ เฟเดอเรอร์คือชื่อที่ก้องโลกสุดดีและยกย่องให้เขาเป็นนักเทนนิสที่เก่งที่สุดในโลกเท่าที่โลกรู้จักกีฬาเทนนิสมา เขาเป็นผู้ที่สร้างชื่อเสียงให้ชาวสวิสได้เป็นที่รู้จักของคนทั่วโลก ที่ไม่ใช่แค่นาฬิกาและช็อกโกแลตเท่านั้น เขาเป็นนักกีฬาคนแรกที่ได้รับรางวัลนักกีฬาโลกแห่งปี (LAUREUS WORLD SPORTSMAN OF THE YEAR) 4 ครั้งติดต่อกัน ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2005 - 2008 ส่วนด้านความเป็นคนดีนั้นเขาไม่เคยมีเรื่องเสียหายหรือมีข่าวไม่ดีเลย เขามีครอบครัวที่อบอุ่นตั้งแต่รุ่นพ่อแม่ เขาดำรงตนอยู่ในทำนองครองธรรม เงินที่มีมากมายเขาได้แบ่งปันแก่ผู้อื่นโดยก่อตั้งมูลนิธิโรเจอร์

เฟเดอเรอร์ (ROGER FEDERER FOUNDATION) ขึ้นเมื่อเดือนธันวาคม ค.ศ. 2003 เพื่อรวบรวมทุนสำหรับการช่วยเหลือเด็กพิการ โดยเฉพาะในประเทศแอฟริกาใต้ จนในที่สุดเขาได้รับแต่งตั้งให้เป็นทูตระหว่างชาติจากองค์การยูนิเซฟเพื่อช่วยเหลือเด็กยากจนทั่วโลก เมื่อวันที่ 3 เมษายน ค.ศ. 2006

ทำไมเขาถึงเป็นคนที่ยิ่งใหญ่และดีได้แบบนี้ มีปัจจัยอะไรที่ทำให้เขาเป็นเช่นนี้ มีทฤษฎีหนึ่งชื่อ “ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมสำหรับคนไทย” ซึ่งเป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาทฤษฎีแรกของนักศึกษไทยที่สร้างขึ้น ผู้รวบรวมแนวคิดและเขียนเป็นทฤษฎีก็คือ ศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน พันธุมนาวิน กรอบแนวคิดที่เป็นจุดเด่นของทฤษฎีนี้เกี่ยวกับลักษณะพื้นฐานและองค์ประกอบทางจิตใจซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนาเพื่อส่งเสริมให้บุคคลเป็นคนดีและคนเก่ง แนวคิดนี้ได้ศึกษาวิจัยถึงสาเหตุและพฤติกรรมของคนดีและคนเก่ง โดยประมวลผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา สาเหตุของพฤติกรรมต่าง ๆ ของคนไทย ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ อายุตั้งแต่ 6-60 ปี ว่าพฤติกรรมเหล่านั้นมีสาเหตุทางจิตใจอะไรบ้าง และได้นำมาประยุกต์เป็นทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมสำหรับคนไทยขึ้น โดยแบ่งต้นไม้จริยธรรมออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1. ส่วนที่หนึ่ง ได้แก่ ดอกและผลไม้มบนต้นที่แสดงถึงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา
2. ส่วนที่สอง ได้แก่ ส่วนลำต้นของต้นไม้ ประกอบด้วยจิตลักษณะ 5 ด้าน คือ
  - 2.1 เหตุผลเชิงจริยธรรม
  - 2.2 มุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง
  - 2.3 ความเชื่ออำนาจในตน
  - 2.4 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
  - 2.5 ทศนครี คุณธรรมและค่านิยม
3. ส่วนที่สาม ได้แก่ รากของต้นไม้ ประกอบด้วยจิตลักษณะ 3 ด้าน คือ
  - 3.1 สติปัญญา
  - 3.2 ประสิทธิภาพทางสังคม
  - 3.3 สุขภาพจิต



ตามแนวคิดนี้จิตลักษณะทั้ง 3 ด้านที่ปรากฏอยู่ในส่วนรากของต้นไม้ที่นั่นอาจเป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะ 5 ประการ ที่ปรากฏอยู่ในส่วนลำต้นของต้นไม้ก็ได้ กล่าวคือบุคคลจะต้องมีจิตลักษณะทางจิตใจ 3 ด้านที่สูงพอเหมาะกับอายุ (วัยวุฒิ) จึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อมที่จะพัฒนาจิตลักษณะทั้ง 5 ประการที่อยู่ในส่วนลำต้นของต้นไม้ โดยที่จิตลักษณะทั้ง 5 นี้จะพัฒนาไปเองโดยอัตโนมัติ ถ้าบุคคลมีความพร้อมทางจิตใจทั้ง 3 ด้านและอยู่ในสภาพแวดล้อมทางบ้าน โรงเรียน และสังคมที่เหมาะสม นอกจากนั้นบุคคลอาจมีความพร้อมที่จะรับการพัฒนาจิตลักษณะบางประการใน 5 ด้านนี้ด้วยวิธีการอื่น ๆ ด้วย อาจกล่าวได้ว่าจิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการที่อยู่ในส่วนรากของต้นไม้ที่นั่นเป็นสาเหตุของพฤติกรรมของคนดีและของคนเก่งนั่นเอง

จากแนวคิดต้นไม้จริยธรรมในทฤษฎีนี้เองทำให้ฉันคิดเชื่อมโยงกับคำให้สัมภาษณ์ของโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ว่า “สิ่งที่ได้ในวันนี้ เพราะเขาไม่เคยหยุดเชื่อและไม่เคย

หยุดฝันว่าเขาทำได้ และก็ไม่ละความพยายามที่จะทำ” สอดคล้องกับจิตลักษณะในส่วนที่สองหรือลำต้นของต้นไม้ข้อที่ว่า นั่นคือ “มุ่งอนาคตและการควบคุมตน” และ “การเชื่ออำนาจในตน”

การมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเป็นทัศนคติที่เรามีต่อความสามารถของตัวเองในการที่จะควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงอนาคตของตัวเองและคนรอบข้าง ซึ่งสามารถวัดค่านี้เป็นค่าระดับจากน้อยไปหามากได้ตามข้อคำถามในแบบสอบถามที่ได้เคยเห็นกันมา โดยคนที่มีความมุ่งอนาคตและการควบคุมตนน้อยเป็นคนที่เชื่ออำนาจนอกตัวเองมักจะคิดว่าทุก ๆ อย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขาและคนรอบข้างนั้นเกิดขึ้นเพราะ “โชคชะตา” ไม่ว่าจะเป็นเรื่องหรือเรื่องร้ายก็ตาม ในทางตรงกันข้ามคนที่มีความมุ่งอนาคตและการควบคุมตนสูงมักจะคิดว่าทุก ๆ อย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขาและคนรอบข้างเกิดขึ้นเพราะ “การกระทำ” ไม่ว่าจะเป็นเรื่องหรือเรื่องร้ายล้วนมาจากการกระทำของเขาทั้งสิ้น

เหตุใดเรื่อง “มุ่งอนาคตและการควบคุมตนจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ นั่นก็เพราะว่าคนที่เชื่ออำนาจนอกตัวและคนที่เชื่ออำนาจในตนนั้นมักจะมีทัศนคติและพฤติกรรมที่แตกต่างกัน เวลาที่พวกเขาประสบการณ์ชีวิตที่เหมือนกัน ยกตัวอย่างเช่น เรื่องการเรียน สมมติว่ามีเด็กอยู่สองคน เด็กสองคนนี้มีความสามารถที่เหมือนกัน แต่คนหนึ่งมีความเชื่ออำนาจในตนเอง ส่วนอีกคนหนึ่งมีความเชื่ออำนาจนอกตนเอง คนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองจะบอกตัวเองว่า “คนเราสามารถเปลี่ยนอนาคตของตัวเองได้ถ้าเรามีความพยายาม” ส่วนคนที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเองจะบอกตัวเองว่า

“คนเราไม่สามารถเปลี่ยนอนาคตตัวเองได้เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นเพราะโชคชะตามากกว่า” เพราะฉะนั้นคนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองก็จะพยายามมากกว่าคนที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเอง โอกาสที่คนมีความเชื่อในตนเองจะมีผลการเรียนที่ดีกว่าคนที่เชื่ออำนาจนอกตนเองจึงมีมากกว่าเพราะคนจำพวกแรกมีความพยายามมากกว่า ข้อนี้ฉันสามารถยืนยันได้จากประสบการณ์ตรงของตัวเองเพราะเป็นคนที่ไม่ได้หัวดีเท่าไรนักแต่มีความพยายามสูง

ผลการวิจัยนี้ยังเกี่ยวข้องกับเรื่องเศรษฐศาสตร์ด้วยโดยพบว่า คนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองสูงนั้นมักจะขยันทำงานในเวลาที่ตงงานมากกว่าคนที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเองมาก เพราะพวกเขาเชื่อว่าขยันทำงานยิ่งเพิ่มโอกาสในการมีงานใหม่ทำ งานวิจัยของ ดร.ณัฐวุฒิ เผ่าทวิ ดร. เนื่อแพร เล็กเฟื่อง อาจารย์ประจำคณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และคณะวิจัยยังพบอีกว่า แม่ที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองมากมักจะใช้เวลาในการอ่านหนังสือให้ลูกฟังนานกว่า สอนหนังสือให้แก่มากกว่าแม่ที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเอง แม้ว่าแม่เหล่านี้จะมีการศึกษาในระดับพอ ๆ กันก็ตาม การกระทำดังกล่าวทำให้ลูกของคุณแม่ที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองเรียนดีกว่าลูกของแม่ที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเอง

“การมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองเป็นทัศนคติที่เรามีต่อความสามารถของตัวเองในการที่จะควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงอนาคตของเราและคนรอบข้าง”.

ยิ่งไปกว่านั้นการวิจัยยังพบว่าคนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองยังออกกำลังกายมากกว่ารับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากกว่า และในเวลาที่พักพวกเขาพบเหตุการณ์ที่เลวร้ายในชีวิต พวกเขา

ยังปรับตัวเร็วกว่าคนที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเองอีกด้วย

**อะไรเป็นตัวแปรของลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง**

ค่าของลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองไม่ค่อยจะเปลี่ยนตามกาลเวลาสักเท่าไรนักกล่าวคือถ้าคุณเป็นคนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองมาก คุณก็จะเป็นอย่างนั้นเกือบทั้งชีวิต แต่ค่าของลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองนั้น สามารถปรับตัวขึ้นลงได้มากที่สุดตอนที่เรายังเป็นเด็กอยู่ (ก่อนอายุ 12-15 ปี) ซึ่งหมายความว่าเราสามารถปลูกฝังการมีลักษณะเชื่ออำนาจในตนเองในขณะที่ลูกหลานยังเป็นเด็กอยู่ได้ และการปลูกฝังการมีความเชื่ออำนาจในตนเองที่ดีที่สุดก็คือ การทำให้เด็กรู้ว่า ทุก ๆ อย่างที่จะเกิดขึ้นในอนาคตของเขาเป็นสิ่งที่อยู่ในกำมือของตัวเอง เช่น การฝึกเขาทำอะไรด้วยตนเอง ไม่ว่าจะผลลัพธ์จะดีหรือไม่ดีก็ตามเป็นสิ่งที่เขาต้องเรียนรู้ ถ้าไม่ดีเขาก็ต้องหาทางแก้ไขให้ดีขึ้นโดยมีพ่อแม่ ผู้ใหญ่ เป็นผู้ช่วยเหลือและแนะนำ เป็นต้น

ตัวอย่างข้างต้นจะเห็นได้ว่าลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองนั้นมีความสำคัญที่ควรจะต้องปลูกฝังให้เกิดมีในตัวบุคคล และการจะทำให้มีขึ้นได้นั้นก็ต้องมีขั้นตอนและใช้ระยะเวลา ยกตัวอย่างเช่น โรเจอร์ เฟเดอเรอร์ นักเทนนิสระดับโลกคนนี้ก็บอกว่าเขาจะมาถึงจุดที่ประสบความสำเร็จสูงสุดในวันนี้ได้ เขาต้องเคี้ยวกรำตัวเองให้มีลักษณะที่ว่ามานี้แค่ไหน เขาต้องฝึกซ้อม ต้องใช้เวลา ต้องทุ่มเทและพยายาม ต้องควบคุมตนเองให้มีวินัย และสำคัญที่สุดคือต้องเชื่อว่าตัวเองนั้นทำได้ ใครที่ต้องการเห็นลูกหลานของตนเก่งและดี แม้อาจจะไม่ต้องถึงขั้นเป็นแบบโรเจอร์ เฟเดอเรอร์ก็ตาม ลองนำจิตลักษณะด้านต่าง ๆ ในทฤษฎีต้นไม้วิจัยธรรมนี้ไปใช้ฝึกจิตใจให้แก่ลูกหลานกันนะคะ

**ที่มา:** หนังสือ “ทฤษฎีต้นไม้วิจัยธรรมการวิจัยและการพัฒนาบุคคล” ภายใต้โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการของสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ,2543 [thaipublica.org/2017/06/nattavudh-66/](http://thaipublica.org/2017/06/nattavudh-66/)

# การสอนอ่านเขียนแบบแจกลูกสะกดคำ กับการสอนภาษาไทยแก่ชาวต่างชาติ โดย อาจารย์สุรรัตน์ ณิชชาพัฒน์

เรื่องการสอนการอ่านการเขียนให้แก่เด็กหรือคนที่เพิ่งเริ่มเรียนภาษาไทยนั้นเป็นเรื่องที่หลายคนยังไม่อาจหาข้อสรุปได้ว่าวิธีที่เหมาะสมสำหรับผู้เริ่มเรียนนั้นคือแบบใดระหว่างการสอนแบบแจกลูกสะกดคำกับการสอนอ่านแบบเรียงตัวอักษร การสอนแบบแจกลูกสะกดคำคือการสอนการอ่านโดยนำพยัญชนะ สระ วรรณยุกต์ และตัวสะกดมาประสมเป็นคำอ่านซึ่งแต่เดิมครูภาษาไทยจะสอนให้นักเรียนอ่านสะกดคำตามลักษณะนี้ เช่น

- “เก อ่านว่า กอ-เอ”
- “ไป อ่านว่า ปอ-ไอ”
- “เกา อ่านว่า กอ-เอา”
- “แปด อ่านว่า ปอ-แอ-ดอ” และ
- “เสือ อ่านว่า สอ-เอือ-เสือ-ไม้เอก”

ส่วนการอ่านแบบเรียงตัวอักษรนั้นจะอ่านตามลำดับอักษรที่ปรากฏ เช่น คำว่า

- “เก อ่านว่า เอ-กอ”
- “ไป อ่านว่า ไม้มลาย-ปอ”
- “เกา อ่านว่า เอ-กอ-อา”
- “แปด อ่านว่า แอ-ปอ-ดอ” และ
- “เสือ อ่านว่า เอ-สอ-ฮือ-ไม้เอก-อ”

แม้วิธีการนี้จะต่างกับที่คนรุ่นก่อนเคยเรียนมาแต่ปัจจุบันกลับพบว่าในโรงเรียนประถมศึกษาหลายแห่งต่างนิยมสอนนักเรียนด้วยวิธีการนี้เป็นอย่างมาก

การสอนอ่านแบบเรียงตัวอักษรนั้นจริง ๆ แล้วก็ไม่ใช่วิธีที่แปลกใหม่เพราะสังเกตได้ว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษาปัจจุบันนิยมสะกดคำแบบนี้ ทำให้เห็นว่าครูภาษาไทยสอนแบบนี้กันมานานแล้ว สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ก็เห็นว่าวิธีนี้ไม่ใช่เรื่องผิดและยังเป็นวิธีการสอนการอ่านที่มีประสิทธิภาพวิธีการหนึ่งเพราะช่วยให้เด็กจดจำคำเป็นคำ ๆ ได้ สามารถอ่านและเขียนได้เร็วขึ้น นับเป็นวิธีการสอนการเขียนคำให้ถูกต้องและไม่ทำให้เด็กสับสนระหว่างการเขียนและการอ่าน เมื่อพบคำยาก ๆ ก็จะไม่เป็นปัญหา สพฐ.จึงเห็นว่าเป็นวิธีการที่แต่ละโรงเรียนสามารถนำมาใช้สอนเด็กได้

เมื่อ สพฐ. เชื่อว่าวิธีการสอนอ่านแบบเรียงตัวอักษรเป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้เรียนภาษาไทยระดับต้นสามารถอ่านคำต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็วและทำให้เขียนได้ถูกต้องขึ้น เหตุใดจึงมีผู้เห็นว่าวิธีนี้ไม่เหมาะสมนักโดยเฉพาะกับผู้เรียนชาวต่างชาติ ฝ่ายที่ไม่เห็นด้วยบางคนกล่าวว่าเป็นเพราะการสอนแบบนี้เป็นการหักล้างสิ่งที่เคยเรียนมา เมื่อโบราณสอน



มาอย่างไรหากปัจจุบันสอนคนละแบบถือว่าเป็นการสอนที่ไม่ถูกต้อง ในขณะที่บางคนมองว่าผู้เรียนโดยเฉพาะชาวต่างชาติจะไม่ทราบที่แท้จริงแล้วคำที่อ่านนี้สะกดด้วยสระอะไรและการสอนแบบนี้จะไม่ช่วยให้ผู้เรียนอ่านคำยาก ๆ ที่ไม่เคยเรียนมาได้ในระยะยาว

บทความนี้ผู้เขียนจึงได้รวบรวมประสบการณ์และความคิดเห็นของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตที่สอนภาษาไทยแก่ชาวต่างชาติเกี่ยวกับการสอนการอ่านเขียนภาษาไทยระดับต้นว่ามีความคิดเห็นการสอนระดับต้นนั้นสอนด้วยวิธีการใดและเหตุใดจึงเห็นว่าวิธีการที่เลือกมานั้นเหมาะสม

ชาวต่างชาติที่มาเรียนในหลักสูตรที่ใช้ภาษาไทยในมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตส่วนใหญ่ไม่มีความรู้พื้นฐานภาษาไทยมาก่อน ผู้สอนจึงต้องเริ่มสอนตั้งแต่การออกเสียงพยัญชนะ สระ และวรรณยุกต์ โดยระยะเริ่มต้นจะใช้สัทอักษรภาษาไทย (phonetic) เป็นสื่อกลางในการออกเสียงที่ถูกต้อง จากนั้นก็เริ่มประสมคำและสร้างประโยคที่หลากหลายจนกระทั่งเขียนข้อความในระดับย่อหน้าและบทความได้ในที่สุด ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้มีทักษะภาษาไทยที่มากพอที่จะเรียนในวิชาเฉพาะด้านภาษาไทย

ผู้สอนได้เลือกใช้วิธีการสอนอ่านเขียนแบบแจกลูกสะกดคำ ไม่ใช่เพราะวิธีนี้เป็นวิธีที่ผู้สอนคุ้นเคยหรือเคยเรียนมาเช่นนี้ แต่เป็นเพราะเป้าหมายการเรียนการสอนภาษาไทยก็คือการให้ผู้เรียนสามารถอ่านคำใหม่ ๆ ที่ไม่เคยเรียนได้ด้วยตนเองโดยอาศัยแนวเทียบตามหลักภาษาไทย เพราะในหัวข้อเรื่องเสียงและอักษรนั้น การ

## “วิธีนี้ผู้สอนเห็นว่าแม้จะใช้เวลาสอนในระยะเริ่มต้นไม่ต่ำกว่าหกชั่วโมงแต่ผลที่ได้รับก็คือนักศึกษาสามารถอ่านคำที่เขาไม่เคยเห็นมาก่อนได้”

สอนสระต่าง ๆ ผู้สอนจะต้องสอนให้ครอบคลุมในทุก ๆ ด้าน ทั้งเรื่องเสียงและการเปลี่ยนแปลงรูปของสระ ทั้งที่ปรากฏและไม่ปรากฏรูป เช่น คำว่า

เป็น (เสียงสระเอะ)

ส่อง (เสียงสระเอาะ)

เงิน (เสียงสระเออะ)

เลย (เสียงสระเออ)

แก๊งซี่ (เสียงแอะ)

เอา (เสียงอะ+เสียงพยัญชนะ ๖) และ

จด (เสียงสระโอะ)

วิธีนี้ผู้สอนเห็นว่าแม้จะใช้เวลาสอนในระยะเริ่มต้นไม่ต่ำกว่าหกชั่วโมงแต่ผลที่ได้รับก็คือนักศึกษาสามารถอ่านคำที่เขาไม่เคยเห็นมาก่อนได้ นักศึกษาเองยอมรับว่าการเรียนในระยะแรกนั้นใช้เวลาค่อนข้างนาน มีหลายครั้งที่เหนื่อยและท้อ เพราะนอกจากรูปที่ไม่คุ้นเคยแล้วยังมีข้อยกเว้นหลายข้อทำให้เขาต้องขยันอ่านเขียนมากเป็นพิเศษ แต่เมื่อเรียนหลักการประสมคำจบแล้ว เขาสามารถอ่านข้อความต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้มากขึ้นอย่างน้อยแม้ไม่มีความหมายแต่ก็สามารถออกเสียงได้ใกล้เคียงกับเสียงคำนั้น ๆ

ครั้งหนึ่งผู้เขียนเองเคยสอนนักศึกษาชาวจีนและกัมพูชาที่เรียนภาษาไทยด้วยตนเองผ่านยูทูปและภูเก็ลสังเกตได้ว่าวิธีการอ่านออกเสียงของเขานั้นเป็นการอ่าน

ที่มาจากการจดจำรูปคำเป็นคำ ๆ ไป คำใดที่เคยเห็นก็จะอ่านได้อย่างคล่องแคล่ว คำใดที่ออกเสียงคล้ายกับคำที่ใช้เป็นประจำก็จะออกเสียงคำนั้นทันที แต่เมื่อพบคำที่ไม่เคยเห็นก็เกิดปัญหาตรงที่ไม่ทราบว่าควรออกเสียงคำนั้นอย่างไร

อย่างไรก็ตามการดำหนิว่าการสอนอ่านเขียนภาษาไทยแบบเรียงตัวอักษรเป็นวิธีที่ผิดนั้นคงจะเป็นการกล่าวที่รุนแรงเกินไป เพราะการสอนแบบนี้ใช้ว่าจะไม่มีข้อดีต่อผู้เรียน อย่างน้อยก็ทำให้ผู้เรียนชาวต่างชาติสามารถเขียนและอ่านได้ในระยะเวลาอันสั้น เพราะอย่างน้อยก็ช่วยให้ผู้เรียนสะกดคำแบบเรียงตัวอักษรได้ถูกต้องและการที่ภาษาไทยเป็นภาษาคำโดด ผู้เรียนชาวต่างชาติที่เริ่มเรียนต่างก็ต้องการจะจดจำคำให้ได้มากที่สุดเพื่อที่ว่าจะได้สะสมคลังศัพท์ไว้ใช้ในชีวิตประจำวันได้มากที่สุดนั่นเอง

คนไทยที่อยู่ในต่างประเทศนั้นหลายคนเป็นครูสอนภาษาไทย ผู้เขียนคิดว่าคงจะดีไม่น้อยหากแต่ละคนจะแลกเปลี่ยนประสบการณ์การสอนอ่านเขียนภาษาไทยระดับต้นระหว่างกัน เพราะเชื่อว่าต่างคนต่างก็มีวิธีการสอนการที่ทั้งเหมือนและแตกต่างกัน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นในการเลือกรับและปรับใช้ให้เข้ากับธรรมชาติของผู้เรียนและหลักภาษาในภาษาแม่ของผู้เรียนในที่สุด

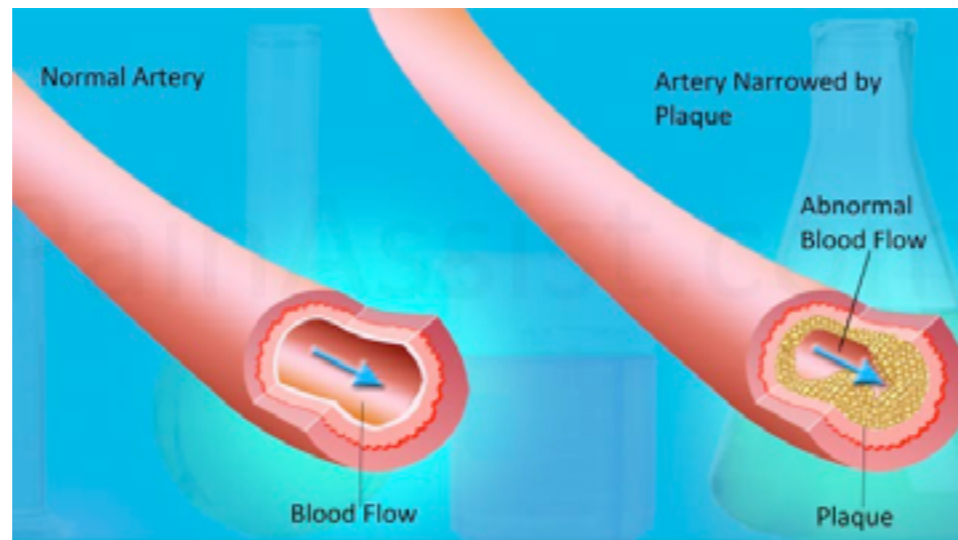
# คีเลชั่นบำบัด โดย พชมลวรรณ

ปัจจุบันเราต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อม เป็นพิษมากมาย ทั้งทางอากาศ ทางน้ำ เครื่องสำอาง การย้อมผม วัสดุ ก่อสร้าง สารเคมี และอาหารการกิน ซึ่งมีสารโลหะหนักปนเปื้อนมาด้วย ทำให้ร่างกายเราได้รับสารเหล่านี้โดยไม่รู้ตัว และถ้าเราได้รับสารพิษเหล่านี้เกินมาตรฐานโดยค่อย ๆ สะสมไปเรื่อย ๆ จนก่อให้เกิดอาการของโรคต่าง ๆ ซึ่งบางครั้งเราไปตรวจกับแพทย์แผนปัจจุบันก็ไม่พบสาเหตุ ดังนั้น คีเลชั่นบำบัดจึงเป็นแพทย์ทางเลือกให้กับผู้ป่วยที่มีอาการป่วยเป็นประจำโดยไม่ทราบสาเหตุ หรือสำหรับผู้ที่ยังไม่มีอาการป่วย แต่ต้องการจะดูแลร่างกายให้มีสุขภาพแข็งแรงเพื่อป้องกันโรคร้าย



คีเลชั่นบำบัด (Chelation therapy) คือ การกำจัดของเสียออกจากร่างกาย เช่น โลหะหนัก โดยใช้สารเคมีที่ไม่เป็นพิษต่อร่างกาย (เช่น โปรตีนสังเคราะห์ EDTA) เข้าไปจับตัวกับอนุภาคของโลหะหนัก อาทิ สารตะกั่ว สารปรอท แคดเมียม ฯลฯ ผ่านสารประกอบทางเคมีประเภทกรดอะมิโนที่เรียกว่า EDTA ผสมกับวิตามินและแร่ธาตุ ซึ่ง EDTA จะทำหน้าที่สำคัญในการจับสารโลหะหนัก เช่น ตะกั่ว ปรอท สารหนู หรือแม้แต่แคลเซียมส่วนเกินที่สะสมตกค้างในเนื้อเยื่อและพอกอยู่ตามผนังหลอดเลือดของเรา โดยการขจัดโลหะหนักเหล่านี้ออกมาผ่านระบบปัสสาวะ ทั้งนี้ การทำคีเลชั่นจะให้สารน้ำทางหลอดเลือดโดยใช้ตัว EDTA ในการขจัดของเสีย ซึ่งเราสามารถตรวจโลหะหนักได้จาก Live blood โดยทำได้ทุกสัปดาห์ เมื่อทำคีเลชั่นบำบัดครบ 7 ครั้ง แพทย์จะให้เจาะเลือดเพื่อตรวจดูว่า เลือดกระจายตัวได้ดีขึ้นหรือไม่

อาการที่สะสมจากสารพิษหรือโลหะหนัก บางครั้งจะมีอาการป่วยต่าง ๆ โดยไม่ทราบสาเหตุ อาทิ ปวดศีรษะ หงุดหงิดง่าย อ่อนเพลีย ง่วงนอน สมาธิไม่ดี หลง ๆ ลืม ๆ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ท้องผูกเรื้อรัง กลืนตัว ปากเหม็น สีว ฝ้า กระ เบื่ออาหาร ท้องอืด ทั้งนี้ คนที่ได้รับสารโลหะหนักมาก ๆ จะทำให้เซลล์เสื่อม สมรรถนะทางเพศลดลง พันธุกรรมเปลี่ยนไป รู้สึกไม่สบายตัว



### คีเลชั่นบำบัดเหมาะกับใคร

- ผู้ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีสารพิษมาก
- ผู้ที่อ่อนเพลียโดยไม่ทราบสาเหตุ หงุดหงิดบ่อย โมโหง่าย
- เส้นเลือดหัวใจตีบ (ที่มีสาเหตุมาจากพิษของโลหะหนัก)
- กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด (ที่มีสาเหตุมาจากพิษของโลหะหนัก)
- เบาหวาน ภาวะนอนไม่หลับ อ่อนเพลีย (ที่มีสาเหตุมาจากพิษของโลหะหนัก)
- ผู้ที่ตรวจพบสารพิษและโลหะหนักในร่างกายจำนวนมาก
- ผู้ที่รับประทานอาหารไม่เหมาะสม เช่น หวานจัด มันจัด เนื้อสัตว์ของทอด ปิ้งย่าง
- ผู้ที่มีภาวะเครียดเป็นเวลานาน
- ผู้ที่สูบบุหรี่จัด ดื่มแอลกอฮอล์มาก
- สตรีที่กำลังวางแผนการตั้งครรภ์

### การเตรียมตัว

- ก่อนทำคีเลชั่นบำบัดควรพบแพทย์และตรวจระดับการทำงานของไต
- ระหว่างที่ร่างกายกำจัดสารพิษและลดโลหะหนักสะสม ไตจะทำงานเพิ่มขึ้น ควรดื่มน้ำสะอาดมากขึ้น
- ควรรับประทานวิตามิน และแร่ธาตุต่าง ๆ ในรูปอาหารเสริมเพิ่มขึ้นจากอาหารประจำวัน เพราะระหว่างทำคีเลชั่นบำบัดร่างกายอาจมีการสูญเสียแร่ธาตุไปบ้าง
- ดื่มน้ำมาก ๆ ประมาณ 2 ลิตรต่อวัน เป็นเวลา 3 วัน หลังจากทำคีเลชั่นบำบัด เพื่อให้ช่วยนำพาสารพิษขับออกทางปัสสาวะได้มากขึ้น
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ประมาณ 6-8 ชั่วโมง เนื่องจากหลังการทำคีเลชั่นอาจมีอาการอ่อนเพลีย
- ควรหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ หรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีส่วนผสมของสีผสมอาหาร อาหารทะเลที่มีสารตะกั่วปนเปื้อน

### อาการระหว่างทำคีเลชั่นและหลังทำ

- บางคนอาจมีอาการปวดศีรษะ วิงเวียนศีรษะ (เกิดขึ้นน้อย) จึงควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หรือดื่มน้ำผลไม้ทดแทน จะทำให้อาการทุเลาและหายไปเอง แต่ถ้าอาการไม่ดีขึ้นควรปรึกษาแพทย์

### ผลจากการทำคีเลชั่นบำบัด

นอกจากจะช่วยกำจัดโลหะหนักแล้ว (โลหะหนักจะถูกกำจัดออกทางปัสสาวะ) ยังช่วยกำจัดไขมันและคอเลสเตอรอลด้วย หลังการทำคีเลชั่นจะทำให้หลอดเลือดแข็งแรง ลดการอุดตัน (หลอดเลือดปกติจะนุ่มและยืดหยุ่นง่าย แต่ถ้ามีหินปูนหรือตะกรันเกาะ จะทำให้หลอดเลือดแข็ง) นอกจากนี้ การทำคีเลชั่นยังช่วยลดความเสี่ยงของโรคมะเร็ง ช่วยให้สุขภาพแข็งแรงขึ้น เพิ่มภูมิคุ้มกัน ระบบไหลเวียนเลือดก็จะดีขึ้นด้วย ซึ่งจะช่วยให้ผิวและกระจางลง ผิวจะสดใสขึ้น

### การปฏิบัติตัวหลังทำคีเลชั่น

- ต้องรับประทานวิตามินเสริม เช่น วิตามินซี หรือวิตามินรวม
- หลังทำคีเลชั่นบำบัด สามารถรับประทานยาที่รับประทานอยู่ประจำได้ตามปกติ และควรรับประทานวิตามินและแร่ธาตุต่าง ๆ ตามที่แพทย์จัดให้

**ระยะเวลาในการทำคีเลชั่นบำบัด** ประมาณ 1.5-2 ชั่วโมง และระหว่างทำคีเลชั่นบำบัดคนไข้สามารถพักผ่อนดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือหรือฟังเพลงได้ตามปกติ เมื่อทำคีเลชั่นบำบัดเสร็จแล้ว สามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้เหมือนเดิม

### ผู้ที่ไม่เหมาะกับการทำคีเลชั่นบำบัด

- ผู้ป่วยโรคไต
- ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
- สตรีตั้งครรภ์
- คนอ้วน
- ผู้ป่วยโรคหัวใจโตหรือเคยมีประวัติเป็นโรคหัวใจ น้ำท่วมปอด
- ผู้ที่มีปัญหาการแข็งตัวของเลือด
- ผู้ป่วยตัวเหลือง หรือผู้ที่เป็นโรคห้ามรับประทานถั่วปากอ้า (ถ้ารับประทานถั่วปากอ้าแล้วเม็ดเลือดแดงจะแตก)

### ขอบคุณข้อมูลจาก

สกรีนดอร์คลินิก (Skeyndor clinic) สาขาเหม่งจ๋าย

### สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม

pasamolwan@d-magazine.de หรือ LINE ID: pasamolwan



# เมื่อ ดี ริทอร์น มาเป็น ดีออฟเฟิล ดี

โดย พัทยา เรือนแก้ว



กลางปี 2552 ชาวไทยกลุ่มเล็ก ๆ ในเยอรมนี พุดคุยกันในห้องแคบ ๆ แล้วพบว่า ในเยอรมนีเกือบจะไม่มีสื่อที่ดีที่เป็นประโยชน์สำหรับคนไทย จึงชักชวนกันมาช่วยกันจัดทำและพิมพ์นิตยสาร สร้างสื่อเชิงคุณภาพสำหรับคนไทย/ ชุมชนไทย แล้วโครงการจัดทำและพิมพ์นิตยสารดี ก็เกิดขึ้น ในรูปแบบนิตยสารรายสามเดือน นำเสนออาหารสมอง ด้วยเป้าหมายที่จะสร้างเสริมศักยภาพ และความเข้มแข็ง (empowerment) ในการดำรงชีวิตในต่างแดนอย่างมีคุณภาพ แก่ชุมชน/คนไทย (โดยเฉพาะผู้หญิง) ในสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี นอกจากนี้ก็ตั้งความหวังไว้ว่า นิตยสารดีจะได้เป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็น ระหว่างชุมชนไทยทั้งในเยอรมนี และในประเทศต่าง ๆ ในช่วงแรกนี้มีสมาคมศิลปวัฒนธรรมไทยเฮกา-โบเดนเซเป็นผู้รับผิดชอบโครงการ ได้รับงบประมาณในการจัดพิมพ์ และจัดส่งจากสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบอร์ลิน คณะทำงานทุกท่านทำงานในลักษณะอาสาสมัคร ไม่ได้รับค่าตอบแทนใด ๆ

การเตรียมงานเริ่มตั้งแต่เดือนตุลาคม 2552 ถึง เดือนมกราคม 2553 เป็นช่วงของการระดม และรวบรวมแนวคิดและความเห็นเกี่ยวกับการจัดทำนิตยสาร รวมถึงการวางตัวคณะทำงาน และหาผู้ร่วมงานในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะผู้เขียนบทความต่าง ๆ ก็เป็นการแลกเปลี่ยน ทักทายกันผ่านสื่อออนไลน์ (ก็ Email นั่นแหละ)

กว่าที่คณะทำงานจะได้มาประชุมหารือร่วมกันชนิดพบหน้า คุยกันตรง ๆ ครั้งแรก ก็วันที่ 17-18 กุมภาพันธ์ 2553 ประชุมครั้งแรกนี้ เพื่อหารือเรื่องเนื้อหา คอลัมน์ต่าง ๆ ของนิตยสาร กำหนดระยะเวลาการจัดพิมพ์ พร้อมทั้งประเด็นหลักของแต่ละเล่ม และจัดตั้งกองบรรณาธิการ ซึ่งประกอบด้วย บรรณาธิการ และผู้รับผิดชอบหมวดต่าง ๆ ในนิตยสาร 5 หมวดคือ สังคมและครอบครัว ศิลปะและวัฒนธรรม กฎหมายและการศึกษา ข่าวและปฏิทินข่าว และคำเตือนรวมถึงข้อแนะนำ

ที่ประชุมมีมติให้ใช้ชื่อ นิตยสารว่า นิตยสารดี ซึ่ง มีความหมายตรงตัว คือ นิตยสารที่ดี อีกนัยหนึ่ง หมายถึงตัวอักษรภาษาเยอรมัน de ที่ย่อมาจากเยอรมนี ในกองบรรณาธิการจะเรียกกันว่า ดีมาก ซึ่งมาจากคำว่า D-mag จัดพิมพ์ฉบับปฐมฤกษ์ ที่ถือเป็นฉบับเปิดตัว ออกเผยแพร่ในวันปีใหม่ไทย วันสงกรานต์ เมษายน 2553

กองบรรณาธิการประกอบด้วย พัทยา เรือนแก้ว เป็นหัวหน้าบรรณาธิการ และรับผิดชอบประเด็นสังคมและครอบครัว ัญชัช เอียร์สิงห์ ศิลปะและวัฒนธรรม สวพร บัวแดง กฎหมายและการศึกษา โสภพร ควริช ข่าวกวีญญ์ ติ่มทอง พิสูจน์อักษร ขวัญเนตร เหลืองทองคำ กราฟิก และที่ช่วยประสานงาน รวมทั้งร่วมให้ความคิดเห็น และสนับสนุนที่ไม่กล่าวถึงคงไม่ได้คือ จุฬิพนธ์ อิศรางกูร ณ อยุธยา เลขาธิการเอกประจำสถานเอกอัครราชทูต ณ ขณะนั้น

“คณะทำงาน และกองบรรณาธิการของ ดีมาก เปลี่ยนแปลงไปตามความเปลี่ยนแปลงของเวลา สถานภาพและหน้าที่ บางคนโยกย้ายถิ่นฐาน บางคนเรียนจบมีภาระอื่น คณะทำงานของ ดีมาก ก็เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาด้วยเช่นกัน แต่ที่ยังเหมือนเดิมคือทุกคนก็ยังคงเป็นอาสาสมัครที่ไม่ได้รับค่าตอบแทนเช่นเคย”

คณะทำงาน และกองบรรณาธิการของ ดีมาก เปลี่ยนแปลงไปตามความเปลี่ยนแปลงของเวลา สถานภาพและหน้าที่ บางคนโยกย้ายถิ่นฐาน บางคนเรียนจบมีภาระอื่น คณะทำงานของ ดีมาก ก็เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาด้วยเช่นกัน ดีมาก มีคณะทำงานจากประเทศไทย และสวีตเซอร์แลนด์ เข้ามาร่วมงาน รวมทั้งแนวทางในการทำงานที่ปรับเปลี่ยนไปรวมไปถึงคอลัมน์ และรูปแบบ

การวางหน้า มีบรรณาธิการที่รับผิดชอบแต่ละเล่ม เมื่อบรรณาธิการประจำไม่อาจทำหน้าที่ นิตยสารดี เปลี่ยนมาอยู่ในความรับผิดชอบของสมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (NTO) เมื่อคณะทำงานนิตยสารดี รวมตัวกันจดทะเบียนเป็นสมาคม NTO แต่ที่ยังเหมือนเดิมคือทุกคนก็ยังคงเป็นอาสาสมัครที่ไม่ได้รับค่าตอบแทนเช่นเคย

การผลิตนิตยสารที่ตีพิมพ์เป็นรูปเล่ม มีสมาชิกที่ต้องจัดส่งนิตยสารถึงบ้าน สิ่งเหล่านี้ต้องใช้งบประมาณและคือภาระ คณะทำงาน ดีมาก เป็นเพียงคนทำงานที่ต้องการสร้างสรรงาน ไม่มีประสบการณ์ด้านธุรกิจและการตลาด การหาทุนเพื่อจัดพิมพ์นิตยสารจึงกลายมาเป็นภาระ ในปีที่ 5 ของการจัดพิมพ์ (2557) คณะทำงานเห็นพ้องกันที่จะปิดตัวหยุดการผลิตนิตยสารดี และเปลี่ยนรูปแบบการผลิตสื่อคุณภาพมาเป็นการผลิตคู่มือที่ให้ความรู้ด้านต่าง ๆ จากการสรุปเนื้อหา การเสวนา สัมมนา การอบรม และคิดกันว่า สักวันหนึ่งเราจะนำ นิตยสารดี กลับมาในรูปแบบนิตยสารออนไลน์ นิตยสารดีประกาศปิดตัวลงในฉบับที่ 20/เดือนธันวาคม 2557 ถือเป็นฉบับสุดท้ายของนิตยสารดีที่จัดพิมพ์ คณะทำงาน ดีมาก ที่ร่วมกันทำงานจนถึงฉบับอำลาคือ พัทยา เรือนแก้ว, วลาวัลย์ อัลเบรช, อัญชัน เฮียร์ลิ่ง, พชมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย, อรณี ไฟฟ์เฟอร์, สุรรัตน์ ณิชารัตน์, จิราภรณ์ ชีระภัทรานันท์, ชลัช วรรณรยง และ พรนภา คุษูจ

ในช่วงที่นิตยสารดี ปิดตัวลง คณะทำงานได้นำนิตยสารดี ทั้ง 20 ฉบับจัดทำเป็น E-book เผยแพร่ในเว็บไซต์นิตยสารดี เพื่อให้ผู้สนใจติดตามอ่าน รวมถึงยังคงรักษาเพจนิตยสารดีในเฟซบุ๊คไว้ มีการโพสต์สิ่งละอันพันละน้อยที่น่าสนใจ มีผู้สนใจเข้ามาอ่านเป็นจำนวนมากไม่น้อย

“การกลับมาครั้งนี้ของนิตยสารดี การทำงานร่วมกันระหว่างเครือข่ายคนไทยในต่างแดน ประเทศเยอรมนี และในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ ดีมาก จึง รีเทอร์น และมาเป็น ดีออฟเฟิล ดี”

ปลายปี 2558 สมาคม NTO ได้รับการจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศ การที่เป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ ทำให้ NTO มีสิทธิที่จะขอเงินทุนสนับสนุนจากกองทุนส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม ตั้งแต่ปี 2560 NTO ได้ทำโครงการเสนอขอทุนจากกองทุนฯ เพื่อกลับมาผลิตนิตยสารดี อีกครั้ง ทั้งนี้เพราะเมื่อเปรียบเทียบจำนวนประชากรไทยที่มีเป็นจำนวนมาก (และ

จะเพิ่มมากขึ้นทุกปี) กับจำนวนของสื่อเชิงคุณภาพที่มีอยู่น้อยมาก (ไม่ถึงห้าเล่ม) พบว่าชุมชนไทยในเยอรมนี/ สวีตเซอร์แลนด์ ยังขาดแคลนสื่อเชิงคุณภาพ ซึ่งอาจเป็นหนทางหรือตัวช่วยในการพัฒนาคุณภาพชีวิต กอปรกับสมาชิกและผู้่านนิตยสารดี ทั้งในเยอรมนี สวีตเซอร์แลนด์ และประเทศไทยกานหานิตยสารดีอยู่เนือง ๆ การกลับมาครั้งนี้

ของนิตยสารดี การทำงานร่วมกันระหว่างเครือข่ายคนไทยในต่างแดน ประเทศเยอรมนี และในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ ดีมาก จึง รีเทอร์น และมาเป็น ดีออฟเฟิล ดี

การกลับมาของ ดีมาก ครั้งนี้ กลับมาในรูปแบบ นิตยสารออนไลน์ ที่จะทำให้คณะทำงานไม่ต้องมีภาระในการหาทุนเพื่อจัดพิมพ์ จัดหนังสือใส่ซอง บรรจุกล่องเพื่อจัดส่งแก่สมาชิก และอาจจะไม่ยากนัก หากจะปรับรูปแบบ หรือขยายเนื้อที่ เนื้อหา ให้นิตยสารดี เป็นนิตยสารสำหรับคนไทยในต่างแดน ในอนาคต

การกลับมาของ นิติสารคดี ครั้งนี้ เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างเครือข่ายคนไทยในต่างแดน ประเทศเยอรมนี และในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ เนื้อหาดี ๆ โดยเฉพาะประเด็นด้านกฎหมาย นอกจากจะนำเสนอกฎหมายเยอรมันแล้ว ก็จะมีประเด็นกฎหมายสวีตเซอร์แลนด์เพิ่มขึ้นมาด้วย รวมทั้งประเด็นอื่น ๆ เช่นด้านสังคม และวัฒนธรรมที่อย่างน้อยก็จะเป็น ดีอเพิล ดี เพราะมีสิ่งควรรู้ และน่าสนใจ อย่างน้อยก็จากสองสังคมต่างแดน จากทัศนคติของคนในของสองวัฒนธรรม และแน่นอนที่ขาดไม่ได้คือ คณะทำงาน นิติสารคดีในประเทศไทย

## คณะทำงานนิติสารคดีออนไลน์

### สวีตเซอร์แลนด์

อรณี ไฟฟ์เฟอริ  
ศักดา บัวลอย  
กุหลาบ ไทน์โพธิ์ภู และ  
จริยา มีลเลอร์

### เยอรมนี

พัทญา เรือนแก้ว  
อัญชัน เฮียร์ลิ่ง  
ชลัช วรยรรยง และ  
นฤมล ชวินด์

### ไทย

พชมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย  
สุรรัตน์ ณิชารัตน์ และ  
จิราภรณ์ อีระภัทรานันท์



# คนไทยและชุมชนไทยในต่างประเทศ ในมุมมองของนักการทูต โดย จักรียา มิลเลอร์

นักการทูต ด้วยภาระหน้าที่ที่ต้องออก  
ประจำการในต่างประเทศ ทำให้มีโอกาส  
ได้สัมผัสและทำงานร่วมกับคนไทยใน  
ต่างประเทศ นายกิตติพงษ์ ณ ระนอง  
เอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น  
สมาพันธ์รัฐสวิส (ถึงวันที่ 30  
กันยายน 2560) ก็เป็นนักการทูต  
ท่านหนึ่งที่มีประสบการณ์ได้พบ  
เจอคนไทยหลากหลายกลุ่ม ในมูม  
มองของนักการทูตท่านนี้ คนไทย  
ในต่างประเทศเป็นอย่างไร และท่าน  
มีแนวคิดในการพัฒนาศักยภาพคน  
ไทยในต่างประเทศอย่างไร

## ข้อควรคำนึงของคนไทยเมื่อมาอยู่ในต่างประเทศ

สวีตเซอร์แลนด์เป็นประเทศหนึ่งที่มีคนไทย  
อาศัยอยู่มาก ข้อมูลจากสถานทูตแจ้งว่ามีคน  
ไทยอยู่ประมาณสามหมื่นคน ฝ่ายทางการสวิส  
แจ้งว่า มีเก้าพันถึงหนึ่งหมื่นคน จำนวนตัวเลข  
นี้มีความแตกต่างอาจเป็นเพราะว่า ทางการสวิส  
ไม่ได้นับลูก แต่ทางเราอาจจะนับ เพราะลูกก็ถือ  
หนังสือเดินทางไทย จึงเป็นคนไทย ส่วนในประเทศ  
อังกฤษก็มีคนไทยอยู่มากถึงห้าหมื่น ในสหรัฐฯ  
มีคนไทยเยอะมาก

คนไทยเมื่อโยกย้ายถิ่นฐานออกมาอยู่ต่าง  
ประเทศแล้ว เรื่องที่ควรคำนึงคือ *เรื่องแรกจะทำ  
อย่างไรไม่ให้มีปัญหาในสายตาของเจ้าบ้าน ไม่  
ว่าจะเป็นกับรัฐบาลในประเทศที่อยู่ หรือกับผู้คน  
สังคมรอบตัว (2) เราต้องช่วยเหลือตัวเองได้ อัน  
นี้ผมคิดว่าสำคัญ (3) คือเมื่อช่วยเหลือตัวเองได้  
แล้ว เรายังสามารถทำประโยชน์กลับไปสู่บ้านเกิด  
เมืองนอนได้ด้วย*

## “รู้ภาษา” ต่างจาก “รู้ประสา” และนี่คือสิ่งที่ทำให้คนไทย ต่างจากคนชาติอื่น ?

คนฟิลิปปินส์เป็นคนที่ออกมาอาศัยอยู่ต่างประเทศ  
เยอะมาก แต่คนฟิลิปปินส์เป็นคนที่ช่วยเหลือตัวเองเก่ง  
มากเช่นกัน เห็นชัดมาก ในสมัยกาตาฟีประเทศตะวัน  
ตกเอาระเบิดไปถล่มกาตาฟีและก็คนของรัฐบาล มีคน  
ฟิลิปปินส์อยู่ที่นั่นประมาณแปดพันคน คนชาติอื่น ๆ  
อพยพออกไปจากลิเบียหมด แต่คนฟิลิปปินส์ไม่หนีไป  
ไหน แถมนคนเหล่านี้หลายคนเป็นพยาบาล เพราะฉะนั้น  
ชาวลิเบียก็จะมีความรู้สึกว่า คนเหล่านี้ไม่ทิ้งพวกเขา  
และยังช่วยพวกเขาได้

ผมไปอยู่ที่ลิเบียหลังจากที่เขาเปลี่ยนรัฐบาลแล้ว  
รัฐบาลใหม่เข้ามาแต่ก็ยังมีปัญหาอยู่ จนถึงขั้นรบพุ่ง  
กัน ทางรัฐบาลเขาสั่งให้ผมปิดสถานทูตฯ ให้เราอพยพ  
คนออก เรื่องนี้ทำให้เห็นชัดถึงความแตกต่างระหว่างคน  
ไทยกับคนฟิลิปปินส์ กล่าวคือฟิลิปปินส์ “รู้ภาษา” และ  
ก็ “รู้ประสา” สองอย่างนี้ไม่เหมือนกัน คำว่า “รู้ภาษา” คือ  
คนฟิลิปปินส์มีความรู้ภาษาอังกฤษดี มันก็มีส่วนทำให้

“รัฐประสา” ด้วย เมื่อมีการรบกวนกัน สถานทูตจะช่วยพวกเขา ในขณะที่เดียวกันเขาก็รู้ว่า ควรปฏิบัติตัวอย่างไร ควรจะเอาตัวเองไว้ตรงไหนให้ปลอดภัย

ส่วนคนไทยเมื่อแจ้งว่า ถึงเวลาจะต้องอพยพแล้ว แต่ก็ยังไม่รู้ว่า สถานการณ์รบกวนรุนแรงถึงขั้นไหนแล้ว มีผลกระทบกับตัวเองอย่างไร เช่น เรื่องอาหารการกิน หรือความเป็นอยู่ น้ำมันไม่มีใช้ ก๊าซหุงต้มไม่มี จะไปหาซื้อเปิดไถ่ที่ไหนมากิน สารพัดอย่าง คือก็ยังไม่เข้าใจว่าภัยกำลังมาถึงตัว คือ ไม่ “รัฐประสา” เมื่อไม่ “รัฐประสา” ด้วยจึงมีอุปสรรคกับการช่วยเหลือ

ส่วนคนฟิลิปปินส์เขาแจ้งจุดนัดพบกันที่ท่าเรือเพื่อนำเรือมารับตามจุดชายฝั่ง แล้วอพยพออกมา สำหรับคนไทยทำเช่นนั้นไม่ได้ เพราะว่าภาษาที่ไม่ได้ วิธีการคือต้องไปหาทาง เอาคนเข้าไปรวบรวมพวกเขาออกมาที่ด้านชายแดนทางบก แล้วมีพวกเรา คือเจ้าหน้าที่รอคอยอยู่ เพื่อเอาพวกเขาข้ามด่าน ซึ่งอย่างนี้ผมคิดว่ามันสำคัญเวลาเดือดร้อนเอาตัวรอดลำบาก หากไม่มีคนอื่นช่วย แต่ในยามที่ไม่ได้เดือดร้อนเหตุยามปกติ ถ้าเรารู้ถึง”ประสา”และ”ภาษา” เราก็คจะเป็นประโยชน์ต่อชุมชนของเราเอง แล้วก็สามารถจะทำอย่างอื่นได้อีกมาก

**การมีส่วนร่วมในสังคมระดับที่กว้างกว่าส่วนตัว อีกปัจจัยที่ทำให้ที่ทำให้คนไทยต่างจากคนชาติอื่น?**

อีกเรื่องที่ผมเห็นคืออย่างตอนที่อยู่ในสหรัฐฯ คนของเราเองก็มีจำนวนมาก มีคนไทยเยอะ และก็มีความต่างจากชาติอื่น ๆ อีกมากเช่นกัน อาทิ คนเกาหลี คนอินเดีย หรือคนเวียดนาม คนเหล่านี้ไม่ได้สนใจเพียงแต่ทำมาหากินเท่านั้น คนไทยส่วนใหญ่ในหลาย ๆ ประเทศเท่าที่เห็นมา ก็ทำมาหากินแล้วก็พอใจกับสภาพตรงนั้น รวมทั้งที่ประเทศอังกฤษ ที่สวีเดน นี้ ผมเข้าใจว่า ก็เป็นแบบนี้เช่นกัน แต่คนเกาหลี อินเดีย หรือ เวียดนาม เค้าจะ

ดูแลผลประโยชน์ตัวเอง นอกจากนั้นแล้วยังรวมตัวกันเป็นกลุ่มเป็นก้อนด้วย เล่นการเมืองท้องถิ่น เมื่อเล่นการเมืองท้องถิ่นแล้ว นั้นหมายความว่า ในเขตนั้นเขามีคนของเขาเข้าไปมีส่วนร่วมทางการเมือง เช่น เป็นสมาชิกเขต หรือบางคนเข้าไปเป็นเทศมนตรี จากนั้นค่อย ๆ เข้าไปดูผลประโยชน์ของพวกเขาเป็นอย่างดี ขยับขึ้นไปอีกถึงขั้นได้เป็นผู้ว่าการมลรัฐ บางคนเป็น สส. บางคนเป็น สว. ของสหรัฐฯ เพราะพอเขาเข้าไปอยู่ในสภาก็สามารถที่จะดูแลผลประโยชน์ให้คนของเขาได้

**ถึงเวลาแล้วที่คนไทยในต่างประเทศรุ่นลูกรุ่นหลาน จะเข้าไปมีส่วนร่วมในระดับชุมชน**

ผมเข้าใจว่า คนรุ่นแรกต้องสร้างฐานะลงปักหลักฐานให้ได้เสียก่อน แต่ตอนนี้ผมคิดว่า ในหลายแห่งก็อยู่กันมานานแล้ว และรุ่นลูกรุ่นหลานเริ่มโตมากขึ้น คนรุ่นนี้ได้รับการศึกษาเช่นเดียวกับคนพื้นที่เลยก็ว่าได้ ดังนั้นความคิดความอ่านต่าง ๆ หรือภาษา ผมคิดว่า ไม่เสียเปรียบเขา จึงถึงเวลาที่ต้องเริ่มคิดบ้างว่า จะเข้าไปมีส่วนร่วมในระดับชุมชนอย่างไร แต่ทั้งนี้ก็ต้องดูความชอบของตัวเองด้วย เหมือนอย่างที่มีคนถามว่า ทำไมผมถึงสนใจเรียนด้านการทูต ก็เพราะผมอยากทำงานด้านนี้ แต่ถ้าจะไปบังคับบอกว่าจะต้องไปสมัครเป็นนักการเมืองท้องถิ่น มันก็เกินไป... บางทีเราอาจจะไม่ค่อยได้มองด้านนี้.....

**เมื่อสังคมโลกเปลี่ยนแปลง การพัฒนาศักยภาพของคนไทยในต่างประเทศก็เป็นสิ่งจำเป็น**

ประเด็นแรก คือการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก มีแนวโน้มที่เป็นปัญหาสำหรับคนต่างชาติ ต่างศาสนา ต่างชาติพันธ์ เช่น ในสหรัฐฯ ประธานาธิบดีคนใหม่นี้ มีนโยบายที่เข้มงวดมาก สหราชอาณาจักร(อังกฤษ)



ตัดสินใจออกจากอียู เหตุผลหนึ่งก็คือคนต่างถิ่น หรือต่างชาติที่เข้าไปทำมาหากินอยู่ในอังกฤษ เขาถือว่า ไปแย่งโอกาสของพวกเขา ประเทศในยุโรปการเปลี่ยนแปลงจะออกมาในลักษณะที่มันแกว่งไปทางขวา คือเป็นไปในลักษณะที่ชาตินิยมมากขึ้น นอกจากนั้นแล้วยังมีผู้อพยพลี้ภัยจากกลุ่มประเทศตะวันออกกลาง และที่แอฟริกาอีก ผลกระทบที่ตามมาคือคนต่างชาติเราอย่างเรา ๆ อาจถูกเหมารวม หากเราไม่มีผู้ดูแลผลประโยชน์ของเราก็จะลำบากมากขึ้น

ประเด็นที่สอง ตามที่กล่าวไว้ข้างต้นแล้วว่า การช่วยเหลือตนเองให้ได้ และไม่เป็ปัญหาของสังคมที่เราอยู่โดยการรวมกลุ่มช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สถานทูตฯ มีหน้าที่ต้องดูแลช่วยเหลือคนไทยที่อยู่ในต่างประเทศอยู่แล้ว แต่ก็มีข้อจำกัดทั้งด้านกำลังคน และงบประมาณ ถ้ามีใครเดือดร้อนลำบาก เราก็พยายามช่วยเหลือเต็มที่อย่างไรก็ตาม หากมีการรวมตัวกัน หรือช่วยซึ่งกันและกันก็จะเป็นการดี การมีสมาคมฯ ต่าง ๆ ก็นับว่าช่วยได้บ้าง ส่วนการจะทำอะไรให้แต่ละคนตระหนักถึงความสำคัญของการช่วยเหลือตนเองให้ได้ นั้นนับว่าเป็นเรื่องยาก



การรวมตัวเป็นกลุ่มก้อน เป็นสมาคม เช่น สมาคมร้านอาหาร หรือคนที่มีความรู้ควรจัดการอบรมแก่ผู้นำชุมชน ที่เรียกว่า Training for Trainer ให้มีความรู้มากขึ้น เพื่อให้ไปขยายต่อให้กับคนอื่น ซึ่งไม่สามารถจะทำให้เกิดขึ้นเพียงชั่วคืน ต้องใช้เวลาเป็นอย่างมาก

สิ่งสำคัญคือทำอย่างไรที่จะดึงความสนใจให้คนของเราสนใจการพัฒนาศักยภาพร่วมกัน รวมไปถึงรุ่นลูก รุ่นหลาน เช่น การเรียนรู้ภาษาและวัฒนธรรมไทย ทำอย่างไรให้เด็กรุ่นลูกรุ่นหลานหันมาสนใจ ในเมื่อพวกเขาเติบโตในสังคมสวิส ทั้งนี้เพื่อให้เขามีความรู้สึกผูกพัน ผมว่า เป็นเรื่องที่ยาก แต่คิดว่า เป็นก้าวแรกที่จะต้องทำ ผมจึงมีความพยายามที่จะทำงานร่วมมือกับสมาคมครูไทย เพราะถ้าไม่ได้สอนภาษาไทย ความเกี่ยวโยงเชื่อมโยงกับเมืองไทยก็จะไม่ค่อยมี



**เอกอัครราชทูต นายกิตติพงษ์ ณ ระนอง** สำเร็จการศึกษา รัฐศาสตรบัณฑิต เกียรตินิยม อันดับหนึ่ง สาขาความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปริญญาโทด้านกฎหมายและการทูตจากเฟลตเซอร์สคูล มหาวิทยาลัยทัฟต์ส สหรัฐอเมริกา มีประสบการณ์ทางการทูตยาวนานถึง 35 ปี เคยเป็นเอกอัครราชทูต ณ กรุงฮานอย ประเทศเวียดนาม กรุงวอชิงตัน ดีซี สหรัฐอเมริกา กรุงโซล สาธารณรัฐเกาหลี กรุงตริโปลี รัฐบาลิเบีย กรุงลอนดอน สหราชอาณาจักร และ กรุงเบิร์น สมาพันธรัฐสวิส ก่อนที่จะเกษียณอายุราชการเมื่อวันที่ 30 กันยายน 2560

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของบทสัมภาษณ์ เอกอัครราชทูต นายกิตติพงษ์ ณ ระนอง ซึ่งทีมงานนิตยสารดี ในสวีตเซอร์แลนด์ ได้รับโอกาสสัมภาษณ์ท่านเอกอัครราชทูต เมื่อวันที่ 22 กันยายน พ.ศ.2560 ติดตามบทสัมภาษณ์ต่อไปในเพจนิตยสารดี

# พม. กับ คนไทยในต่างประเทศ

## โดย พัทยา เรือนแก้ว



พม. โดยรวม ตามความเข้าใจของคนไทย ส่วนใหญ่แล้วมักจะหมายถึง กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ แต่หากเป็นภายในกระทรวงฯ แล้ว พม.จะหมายถึง กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ ซึ่งตามภาระหน้าที่แล้วน่าจะมารับผิดชอบดูแลคนไทยในประเทศไทยเป็นหลัก แต่ด้วยแนวคิด “พม.ห่วงใยดูแลคนไทยทั่วทุกมุมโลก” ทำให้พม.มีส่วนต้องเข้ามาเกี่ยวข้องกับคนไทยในต่างประเทศด้วย เมื่อวันที่ 20 กรกฎาคม 2560 ที่ผ่านมานิตยสารดีได้มีโอกาสเข้าพบคุณพุ่มพัฒน์ เลิศเชาวสิทธิ์ อธิบดีกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการในขณะนั้น เพื่อเรียนถามถึงความเกี่ยวพันระหว่างพม.และคนไทยในต่างประเทศ



### ความเกี่ยวพันนั้นมีมาตั้งแต่ในอดีต

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์เกิดขึ้นตามพระราชบัญญัติปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม พ.ศ. 2545 และได้จัดตั้งส่วนราชการกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการขึ้นเพื่อรับผิดชอบภารกิจของกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งงานของกองสัมมาอาชีวสงเคราะห์ และกรมการเร่งรัดพัฒนาชนบท กระทรวงมหาดไทย เฉพาะในส่วนงาน ส่งเสริมอาชีพและรายได้

ความเกี่ยวเนื่องกับคนไทยในต่างประเทศ ในอดีตจะมีในส่วนที่เป็นงานของกองสัมมาอาชีวสงเคราะห์ กรมประชาสงเคราะห์ อันได้แก่ งานเยี่ยมเยียนเด็กและครอบครัวต่างชาติที่รับเด็กไทยเป็นบุตรบุญธรรมในต่างประเทศ และงานการตรวจสอบคุณสมบัติของหญิงไทยที่จะเดินทางไปต่างประเทศ ซึ่งในขณะนั้นเป็นไปเพื่อป้องกันการถูกล่อลวงของหญิงไทย

### ความเกี่ยวพันในปัจจุบัน

ปัจจุบันหน่วยงานของกระทรวงพ.ม.ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับคนไทยในต่างประเทศจะมีอยู่ 3 หน่วยงานคือ (1) กรมกิจการเด็กและเยาวชน ดูแลเรื่องการรับบุตรบุญธรรมต่างประเทศ (2) กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว ดูแลเรื่องสตรีไทยในต่างประเทศ ซึ่งจะมีเว็บไซต์ yingthai.net เป็นแหล่งให้ความรู้และแจ้งขอความช่วยเหลือ และ (3) กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ หรือพม. โดยภาระหน้าที่แล้ว พม.จะดูแลคนไทยจากต่างประเทศที่มีปัญหา ณ เมื่อเหยียบถึงแผ่นดินไทย ดูแลให้ที่พักพิง และติดตามผลเพื่อการช่วยเหลือต่อไป แต่เนื่องจาก พม. มีหน่วยงานหนึ่งในสังกัดคือ สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติที่รับผิดชอบ การจดทะเบียนรับรองเป็น



องค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศ จึงทำให้พม.มาเกี่ยวข้องกับคนไทยในต่างประเทศในประเด็นนี้

### การจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศ

กลุ่มคนไทยในต่างประเทศที่รวมตัวกันเพื่อทำงานบริการทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นทางด้านการศึกษา สุขภาพอนามัย ที่อยู่อาศัย การทำงานและการมีรายได้ นั่นคือการกระบวนกรยุติธรรม และบริการทางสังคมทั่วไป มีผลงานเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการสังคมตามมาตรฐานที่กำหนด สามารถที่จะยื่นเรื่องขอจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศได้ รายละเอียดขั้นตอนต่าง ๆ สามารถติดต่อได้ที่ สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติ กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ เมื่อได้รับการรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ตามกฎหมายว่าด้วย

การส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแล้ว จะมีสิทธิขอทุนสนับสนุนการดำเนินงานเพื่อสวัสดิการสังคมจากกองทุนส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม

### คนไทยในต่างประเทสนั้นหลากหลาย และใช้ว่าจะสามัคคีกันทั้งหมด

จากประสบการณ์ที่เคยปฏิบัติงานในต่างประเทศ ทำให้มีโอกาสได้สัมผัส และทำงานกับคนไทยในประเทศเหล่านั้น คุณวุฒิพัฒนา พบว่า คนไทยในต่างประเทสนั้นมีหลากหลาย มีทะเลาะเบาะแว้ง อิจฉาริษยา แกล้งกันเอง เช่นคนไทยในญี่ปุ่นที่ฟ่านักอยู่อย่างผิดกฎหมาย ขยันขันแข็ง ทำงานเก็บเงินเก็บทองได้มากมาย เมื่อเพื่อนเห็นว่า ฐานะดีกว่า ก็ไปแจ้งตำรวจตรวจคนเข้าเมืองมาจับคนไทยบางส่วนไม่มีระเบียบวินัย เห็นแต่ประโยชน์ส่วนตนเป็นหลัก ไม่ได้สามัคคีกันเท่าไรนัก และไม่สามารถที่จะรวมกลุ่มกันได้





ในขณะที่เดียวกันคนไทยในต่างประเทศก็มีบางส่วนที่ทำงานอาสาสมัคร โดยไม่ได้หวังอะไรตอบแทน เป็นจิตอาสาอย่างแท้จริง ซึ่งอาจจะไม่มากนัก และคงปฏิเสธไม่ได้ว่า ในกลุ่มคนไทยในต่างประเทศก็มีกลุ่มที่เรียกกันว่า “ทูริสต์จิตอาสา” ที่ดูเหมือนจะทำงานอาสาสมัคร แต่อาจด้วยผลประโยชน์บางอย่าง

### ดาบสองคมของการจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศ

จากการที่คนไทยในต่างประเทศไม่มีวินัย เอาผลประโยชน์เป็นหลัก การที่มีการจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศ อาจนำไปสู่ความขัดแย้ง มีองค์กรสาธารณประโยชน์เกิดขึ้นหลากหลายทั้งจำนวน และการทำงาน แตกกระจาย อาจกลายเป็นต่างกลุ่มต่างทำไปตามทิศทางของตน ไม่มีเอกภาพของการทำงาน และไม่สามารถประสานงานกันได้ และอาจไม่สามารถควบคุมได้

กองทุนส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมนั้น เป็นกองทุนที่มีให้ทุนสนับสนุนองค์กรสาธารณประโยชน์ทั้งหมดทั้งในประเทศไทย และในต่างประเทศ กองทุนมีเงินทุนประมาณ 100 ล้านบาท องค์กรสาธารณประโยชน์ในประเทศไทยเองก็มีเป็นจำนวนมากกว่าพันองค์กร ทุนจากการกองทุนก็ต้องแบ่งกันไป เมื่อมีองค์กรสาธารณประโยชน์ในต่างประเทศมากองค์กร ความเป็นไปได้ที่บางองค์กรอาจจะไม่ได้รับการสนับสนุนเงินทุนก็จะเกิดขึ้น สิ่งที่จะตามมาคือความขัดแย้ง ทำไมกลุ่มนั้นได้ แต่กลุ่มเราไม่ได้

และจากการที่มี “ทูริสต์จิตอาสา” ในหมู่อาสาสมัครไทยในต่างประเทศ การทำเรื่องขอจดทะเบียนรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ และการขอรับทุนฯ อาจเป็นช่องทางในการแสวงหาผลประโยชน์ก็เป็นได้

### ปฏิรูปโครงสร้าง หนทางอภัยวาทในการทำงานเพื่อคนไทยในต่างประเทศ

การทำงานเกี่ยวกับคนไทยในต่างประเทศของกระทรวงพม.นั้นยังไม่เป็นเอกภาพ เพราะมีถึงสามกรมที่ทำงานไปตามภาระหน้าที่ จะทำอย่างไรให้เกิดเอกภาพ แม้ว่าจะในขณะนี้จะมีศูนย์ส่งเสริมและประสานการพัฒนาสังคมสำหรับคนไทยในต่างประเทศ (ศส.ตปท.) ที่ตั้งขึ้นเพื่อให้มีบทบาทในการบูรณาการงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกันคนไทยในต่างประเทศที่กระจัดกระจายอยู่ในหน่วยงานต่างๆ ในกระทรวงพม. แต่ก็ยังเป็นศูนย์ใหม่ที่เพิ่งตั้งเมื่อไม่นานมานี้ อาจเป็นไปได้ที่ต้องปรับเปลี่ยนแนวทางการทำงานให้เป็นเอกภาพ พูดเป็นเสียงเดียวกัน หรือควรที่จะมีการปรับโครงสร้าง ให้องค์กรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับคนไทยในต่างประเทศไปอยู่ในระดับกระทรวงไม่ใช่ระดับกรม

ในต่างประเทศควรที่จะดึงสถานเอกอัครราชทูตให้เข้ามามีส่วนร่วม และมีบทบาทมากขึ้น การทำงานควรที่จะประสานและผ่านสถานเอกอัครราชทูตให้ได้รับรู้ และ

ทำการตรวจสอบ เพราะในความเป็นจริงแล้วหน้าที่การดูแลคนไทยในต่างประเทศเป็นของกระทรวงการต่างประเทศ ของกรมการกงสุล พม.ควรที่จะมีบทบาทเป็นเพียงตัวเสริม และสนับสนุนเมื่อทางกงสุลเรียกหรือการทำงานในต่างประเทศ ต้องมีข้อมูลที่ชัดเจนเกี่ยวกับคนไทย ใครเป็นใคร ใครคือ “ตัวจริง” คนไทยมีปัญหา มีความต้องการอะไร สิ่งเหล่านี้คงต้องประสานกับองค์กรที่ทำงานที่นั่น หากค้นเจอก็คงจะทำงานได้ การที่จะมีองค์กรสาธารณประโยชน์หลากหลายองค์กรอาจจะไม่จำเป็น อาจจะดีกว่าหรือไม่ที่จะรวมกันเป็นกลุ่มเดียวแล้วมีตัวแทน มีหัวหน้ากลุ่มจากหลากหลายพื้นที่

ปัญหาเรื่องเงินทุนจากกองทุนส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม ที่ไม่ได้มีมากมายนัก แต่จะแบ่งให้กับทุกองค์กรๆในประเทศไทยยังไม่พอเพียง คำถามที่ต้องย้อนกลับไปก็คือ คนไทยในต่างประเทศต้องการเงินทุนสนับสนุนการทำงานจริงหรือ อะไรเป็นสิ่งที่คนไทยในต่างประเทศต้องการกันแน่ เป็นไปได้หรือไม่ที่คนไทยในต่างประเทศไม่ได้ต้องการเงิน แต่ต้องการองค์ความรู้ ต้องการความชัดเจนว่า ปัญหาหนึ่ง ๆ จะแก้ได้อย่างไร ต้องการระบบการทำงานที่ชัดเจน สิ่งนี้ต่างหากหรือไม่ที่จำเป็นสำหรับคนไทยในต่างประเทศ

## IMPRESSUM

ผู้ผลิต:  
สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน  
บรรณาธิการประจำฉบับ:  
ดร.พัทยา เรือนแก้ว  
กองบรรณาธิการ:  
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง, พนมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย,  
นฤมล ชวินด์,  
จริยา มีลเลอร์, อรณี ไฟฟ์เฟออร์, กุหลาบ ไทรโพธิ์,  
ศักดา บัวลอย  
ผู้ร่วมงานในกองบรรณาธิการ:  
จิรพันธ์ นุกโท, บุญเลิศ วิเศษปรีชา  
พิสูจน์อักษร:  
จิราภรณ์ ธีระภักทรานันท์, สุริรัตน์ ณิชาพัฒน์  
กราฟิก:  
ชัช วรรณรงค์  
เฟซบุ๊ก:  
เบญจมาศ คลิงเลอร์  
เว็บมาสเตอร์:  
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง, ชัช วรรณรงค์  
www.d-magazine.de  
e-mail:info@d-magazine.de  
นิตยสารตีพิมพ์ออกทุกๆ สามเดือน  
(มีนาคม, มิถุนายน, กันยายน และธันวาคม)  
สิ่งตีพิมพ์ในนิตยสาร „ดีมาก“ สงวนลิขสิทธิ์ตาม  
กฎหมาย ไม่อนุญาตให้คัดลอกสิ่งตีพิมพ์ต่าง ๆ และ  
รูปภาพก่อนได้รับอนุญาตจากผู้ผลิต  
คัดลอกหรือพิมพ์ซ้ำบทความหรือรูปภาพ  
ที่เคยพิมพ์เผยแพร่ที่อื่นมาแล้ว กรุณาติดต่อ  
เจ้าของบทความโดยตรง

Herausgeber:  
Networks Thais Overseas e.V.  
Chefredakteurin:  
Dr. Pataya Ruenkaew  
Redaktion:  
Aunchun Hirling, Pasamolwan Kerksu-  
wanchai, Naruemol Schwind, Chariya  
Müller, Oranee Pfeiffer, Kularp Saipopoo,  
Sakda Bualoi  
Redaktionsmitarbeiter:  
Chirabhan Nutto, Bunlert Wisetpreecha  
Korrektor:  
Jiraporn Teerapatranun, Sureerat Nichaphat  
Grafiker:  
Chalat Worayanyong  
Facebook:  
Benjamas Klingler  
Webmaster:  
Aunchun Hirling, Chalat Worayanyong  
www.d-magazine.de  
e-mail:info@d-magazine.de  
„D-mag“ erscheint vierteljährlich:  
März, Juni, September und Dezember  
Vervielfältigung von Artikeln und Fotos  
ist nur mit Genehmigung von dem  
Herausgeber erlaubt.  
Vervielfältigung oder Nachdruck von  
bereits in anderen Medien erschienenen  
Artikeln oder Fotos wenden Sie sich  
bitte direkt an Autors.

## เล่มที่ 22 “ ดี -Exklusiv“

### “เมื่อจะไม่ขออยู่ร่วมชายคาอีกต่อไป”

จะอย่างไรดี จะจัดการอะไรได้ง่ายๆและ  
ตกลงกันเองจะได้ไหมหนอ ... การจดทะเบียน  
สมรสอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ก็ย่อมมี  
ผลบังคับใช้ตามกฎหมาย เมื่อประสงค์จะ  
แยกทางจากกันอย่างสิ้นเชิง ก็ต้องเป็นไป  
ตามบทบัญญัติของกฎหมาย ประเด็นสำคัญ  
3 ประเด็น ก็จะถูกนำมาพิจารณา คือ 1)  
ทรัพย์สิน 2)ค่าเลี้ยงดูในช่วงแยกกันอยู่และ  
หลังหย่า 3)การปรับแบ่งสวัสดิการเงินเลี้ยง  
ชีพในวัยชรา จะมีการตกลงและพิจารณา  
อย่างไรนั้น ยากหรือง่ายอย่างไร ต้องทำ  
อย่างไร นิตยสารดีจะนำเสนอในฉบับที่ 22

### “ Mobbing”

ในช่วงที่ผ่านมาจนบัดนี้ ไปไหนมาไหนก็ได้  
ยินคำว่า Mobbing จนติดหู บางคนนำ  
คำว่า Mobbing ไปใช้จนติดปาก เด็กๆไม่  
เล่นด้วยกัน ผู้ปกครองก็คิดว่า “ลูกหนูถูก  
Mobbing”...แท้จริงแล้ว Mobbing เป็น  
คำที่ใช้เพื่อ In Trend มันเป็นแค่กระแส  
หรือเป็นอะไรกันแน่ มีผลติดตามอย่างไร  
นำติดตามอ่านกันในนิตยสารดีฉบับที่ 22

### “Christmas”

เทศกาลแห่งครอบครัว



[www.d-magzine.de](http://www.d-magzine.de)  
[www.n-t-overseas.de](http://www.n-t-overseas.de)