



ด

D magazine

www.d-magazine.de

“นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย”

สัปดาห์ • วัฒนธรรม • ครอบครัว • บันเทิง • ไลฟ์สไตล์

- หัวข้อหลัก: เรารักดนตรีไทย
- มาร้องเพลงกันเถิด
- SKI ALPIN
- “ฝันที่เป็นจริง ในดินแดนแห่งความฝัน”

12 / 12.2012

ISSN: 2190-636X

**หน่วยงานราชการเยอรมนีสำหรับการรับรองเอกสารราชการเยอรมนี
เอกสารที่จะนำไปยื่นต่อสถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลิน**

Liste deutscher Behörden für die Legalisierung รายชื่อต่อไปนี้ป็นรายชื่อหน่วยงานราชการเยอรมนี

Land/Behörden	Anschrift	Telefonnummer
1. เบอรลิน (Berlin)		
Landesamt für Bürger- und Ordnungsangelegenheiten	Friedrichstr. 219 , 10958 Berlin	Tel.: 030/90269-0 / Fax: 030/90269-1299
2. บรันเดินบวร์ค (Brandenburg)		
Ministerium des Innern des Landes Brandenburg	Henning-von-Tresckow-Straße 9-13, 14467 Potsdam	Tel. 03331/866-2219
Haus K (per Post) Ministerium des Innern Referat II/1	Postfach 601165, 14411 Potsdam	
3. ซัคเซิน (Sachsen)		
Regierungspräsidium Chemnitz	Adalbert-Stifter-Weg 25, 09131 Chemnitz	Tel.: 0371/532- 1232 / Fax: 0371/532- 271232
Regierungspräsidium Chemnitz	Altchemnitzer Str. 41, 09120 Chemnitz	Tel.: 0371/532-0 / Fax: 0371/532-1929
Regierungspräsidium Chemnitz	Stauffenbergallee 2, ,01099 Dresden oder Postfach 100653, 01076 Dresden	Tel.: 0341/977-0 / Fax: 0341/977-1199
4. ซัคเซิน-อ็อลส์ทัท (Sachsen-Anhalt)		
Landesverwaltungsamt in Magdeburg Referat 201	Olvenstedter Straße 1-2, 39108 Magdeburg	Tel.: 0391/567-2155
Regierungspräsidium Magdeburg	Olvenstedter Str. 1-2 , 39108 Magdeburg	Tel.: 0391/56702 / Fax: 0391/5672695
Regierungspräsidium Dessau	Kühnauer Str. 161, 06846 Dessau oder Postfach 1205 , 06839 Dessau	Tel.: 0340/6506-0 / Fax: 0340/6506-450
Regierungspräsidium Halle	Willy-Lohmann-Str. 7, 06114 Halle oder Postfach 200256. 06114 Halle	Tel.: 0345/514-0 Fax: 0345/514-1444. 514-1455
5. เบรเมน (Bremen)		
Senator für Inneres und Sport – Geschäftsstelle	Contrescarpe 22/24 28203 Bremen	Tel.: 0421/361 9011, -9025
6. ฮัมบวร์ค (Hamburg)		
Behörde für Inneres - Einwohner-Zentralamt	Amsinckstraße 34 20097 Hamburg	Tel.: 040/42839-4195 / 040/42839-2433
Pass-, Personalausweis-, Namensänderungs- und Beglaubigungsangelegenheiten	Amsinckstraße 34 20097 Hamburg	Tel.: 040/4 28 39 – 0 / Fax: 040/4 28 39 - 41 88
7. เมคเคิลบวร์ค-ฟอร์พอมเมิร์น (Mecklenburg-Vorpommern)		
Innenministerium des Landes Mecklenburg- Vorpomm Arsenal am Pfaffenteich.	Wismarsche Str. 133 , 19055 Schwerin	Tel.: 0385/588-0, 588-2003 / Fax: 0385/588- 2970
8. ชเลสวิก-โฮลชไตน์ (Schleswig-Holstein)		
Innenministerium	Düsternbrooker Weg 92, 24105 Kiel	Tel.:0431/988-0 / Fax: 0431/988-2833

แหล่งข้อมูล <http://www.thaiembassy.de>



บ.ก. บอกกล่าว

สวัสดิ์คะท่านผู้อ่านนิตยสารดี

ถึงเวลาปิดต้นฉบับอีกแล้ว กองบก.ต่างก็ถอนหายใจอย่างโล่งอกว่างานเสร็จแล้ว เหลือแต่บก.ที่มีหน้าที่เขียน บก. บอกกล่าว เพื่อที่จะลงในหน้าแรกถือเป็นการต้อนรับท่านผู้อ่าน เป็นทำนองเกริ่นนำให้รู้ว่าในเล่มนี้ นิตยสารดี นำเสนออะไรบ้าง โดยปกติแล้วเวลาเขียนบทความหรือหนังสือตามหลักวิชาการเขาว่าควรที่จะเขียนบทนำก่อน เพื่อเป็นการประมวลความคิด วางกรอบการเขียนว่าจะเขียนอะไรบ้าง เสริมต่อหรือขัดกันหรือไม่ แต่การทำนิตยสารนั้น จะให้เขียนบท.บอกกล่าวที่เป็นเชิงบทนำก่อนคงลำบาก เพราะกว่าจะลงตัวเรื่องบทความว่าจะมีอะไรบ้าง บทไหนเขียนทัน บทไหนไม่ทัน เลื่อนไปไว้เล่มหน้า มีเรื่องอะไรด่วนควรนำเสนอ ต้องขอแข่งคิวบทไหน แต่ก่อนที่เรา(กองบก.)จะเริ่มจัดทำต้นฉบับ เราก็หาหรือกันแล้วว่าจะมีประเด็นหลักอะไร บทไหนจะเป็นไฮไลท์ ดังนั้นบ.ก.บอกกล่าว ก็จะต้องรอเขียนทีหลังตั้งนี้แล ก็เป็นเหมือนบทสรุปและเกริ่นนำไปในตัวนะคะ

ฉบับที่ 12 นี้ เราให้หัวข้อว่า “ดนตรีไทย” เพราะช่วงที่ผ่านมา ทั้งสถานเอกอัครราชทูตและสถานกงสุลใหญ่ได้ให้ความสำคัญรวมทั้งสนับสนุนให้ครูดนตรีสองท่าน คือ ครูฉันทน์ วิษณุพล ศรีทับทิม และครูเก่ง สุวีรัตนา จันทศาสตร์เดินสายสอนดนตรีไทยแก่ผู้สนใจทั้งเด็กและผู้ใหญ่(คนไทย)ในเยอรมนี นิตยสารดีจึงร่วมสนับสนุนด้วยโดยการนำมาเป็นเรื่องหลักของเล่มที่ 12 นี้ โดยคุณสุชาดา ไบเยอร์ คนหนึ่งที่เป็นหัวเรือใหญ่นำครูฉันทน์มาสอนดนตรีไทย เขียนเชิญชวนให้ช่วยกันอนุรักษ์ดนตรีไทย พร้อมแนะนำการอ่านโน้ตดนตรี และครูดุข (ดุขฎี พนมยงค์) แห่งวงประสานเสียงสวนพลู มาเชิญชวนร้องเพลง ด้วยหลัก 6 เป็ด ซึ่งนอกจากจะทำให้องค์กรได้ถูกหลักแล้ว ยังช่วยให้สุขภาพทั้งกายและจิตใจดีอีกด้วย ที่ว่าดนตรีมีผลดีต่อจิตใจนั้น ชลัช วรยรรยง มือเปียโนที่และฝ่ายกราฟิกของนิตยสารดี เป็นผู้ซึ่งสำเร็จการศึกษาดนตรีบำบัด มาสดๆ ร้อนๆ คงจะยืนยันได้เป็นอย่างดี ดังได้นำเสนอไปแล้วในตีพิมพ์ฉบับที่ 11 ในฉบับที่ 12 นี้ ชลัช นำเสนอ สติ สมานิตและดนตรี ตอนที่ 2 อันเป็นภาคปฏิบัติ

ไฮไลท์ในตีพิมพ์ฉบับที่ 11 ตีพิมพ์นำเสนอ บทสัมภาษณ์เอกอัครราชทูตนาอนุช เพ็ชรรัตน์ ฉบับนี้ตีพิมพ์ขอนำเสนอบทสัมภาษณ์ท่านกงสุลใหญ่ นายชโลธร แก้ววิบูลย์ ในวาระที่ท่านเดินทางมาดำรงตำแหน่งกงสุลใหญ่ ประจำสถานกงสุลใหญ่ ณ นครฟรังฟวร์ท เพื่อที่ชุมชนไทยจักได้ทำความรู้จัก เพื่อการประสานงานต่อไปในอนาคต

นอกจากบทความหลักและบทสัมภาษณ์ท่านกงสุลใหญ่แล้ว ตีพิมพ์ก็ยังคงบทความในคอลัมน์ต่างๆ ไว้ครบครัน ฉบับนี้ ตีพิมพ์ขอไว้คล้ายต่อการสูญเสียภูมิลักษณ์สุขภาพทางเลือก ดร.สาทิส อินททักแหง และ Jonny K. ยาวชนไทย-เยอรมัน ที่การเสียชีวิตน่าจะเปิดประเด็นให้มีการพิจารณาถึงปัญหาการใช้ความรุนแรงของเยาวชนในเยอรมนีกันอย่างจริงจังเสียที

และหนังสือสองเล่ม ที่ตีพิมพ์ขอฝากไว้กับผู้อ่าน คือ Willkommen in Deutschland อันเป็นเหมือนคู่มือการใช้ชีวิตในเยอรมนีภาคภาษาเยอรมัน และ“หญิงไทย และชุมชนไทย วันนี ในเยอรมนี” ความเป็นจริงของชุมชนไทยในเยอรมนี เพื่อทำความเข้าใจในชุมชนไทยในเยอรมนี

พบกันใหม่ฉบับหน้าคะ
พัทยา เรือนแก้ว



สารบัญ

เรื่องดีจากปก

เรารักดนตรีไทย.....12

ข่าว

ภาพข่าว.....6

เจาะข่าว.....9

ชีวิตในประเทศเยอรมนี

อาชีพ: มาฝึกร้องเพลงกันเถอะ.....16

กฎหมาย: คู่มือสำหรับคนต่างชาติที่เพิ่งมาอยู่เยอรมนี.....18

แนะนำสมาคม: กลุ่มครูอาสาภาษาไทยในเยอรมนี.....21

การศึกษา: สติ สมาธิและดนตรี ตอนที่ 2.....22

เรียนภาษาเยอรมัน: Der Ton macht die Musik.....24

สัมภาษณ์: นายชโลธร เผ่าวิบูล กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต.....26

แนะนำหนังสือ: ความสุขของกะทิ ตอน โองหายไปไหน.....29

Lifestyle สไตล์ D

คลินิกภาษาไทย: การเปลี่ยนแปลงการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษ.....32

บันเทิง: Tatort.....34

เทคนิค: มือใหม่ เข้าใจกล้อง เข้าใจชัตเตอร์.....36

เรื่องน่ารู้: วาดฝันประเทศไทย ด้วยมือคนไทยในต่างแดน.....38

สุขภาพ: สวยชั่วควราว อันตรายถาวร.....40

กิจกรรมลูกกรีก: Die Haselnuss und die Kastanie.....42

ศิลปะสำหรับเด็ก: Malen und Gestalten mit Pflanzenfarben, Teil 3.....44

DIY: แปลงกระดาษเช็ดปากเป็นเสื้อเชิตบนโต๊ะอาหาร.....46

ห้องครัว: เห็นหอมน้ำแดง ผัดหมี่เจ.....47

กีฬา: SKI ALPIN สกี อาลปีน ตอนที่ 1.....48

เรื่องสั้น: เทคนิค (การใช้) ชีวิต.....50

ท่องเที่ยวยุโรป: “ฝันที่เป็นจริง ในดินแดนแห่งความฝัน” ตอนที่ 1.....52

วิถีชีวิตเยอรมัน: Christbaumschmuck mit Flügeln.....54

ธรรมะ: รักมีสี่ระดับ.....56



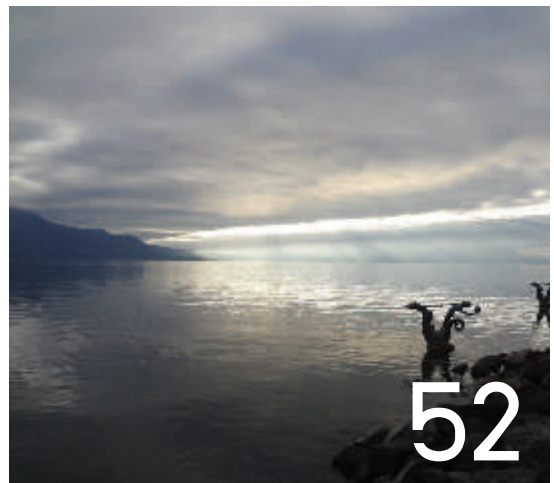
12



16



48



52



จดหมาย คุยกับ บ.ก.

สวัสดีครับ คุณ ดร.พัทธา เรือนแก้ว

ผมได้ดูหนังเรื่อง city of god http://de.wikipedia.org/wiki/City_of_God_%28Film%29 ทำให้ผมติดภาพของประเทศบราซิล เป็นประเทศที่อันตราย จนกระทั่งผมได้อ่านเรื่องราวที่คุณเขียนข้อมูลดีมาก ซึ่งเป็นประโยชน์กับการเดินทางท่องเที่ยวของผมในเดือน กุมภาพันธ์ 2013 เป็นอย่างมาก ผมยินดีที่จะสมัครเป็นสมาชิกปีหน้าครับ ไม่ทราบว่า นิตยสารฉบับเก่ายังพอมีเหลืออยู่เปล่าครับ ถ้ามีต้องทำยังไงถึงจะได้อ่านครับ ขอขอบคุณครับ

ณัฐ

ปล. ข้อมูล <http://www.manager.co.th/CelebOnline/ViewNews.aspx?NewsID=955000130125>

สวัสดีค่ะคุณณัฐ

ขอบคุณมากค่ะที่ชอบบทความในนิตยสารตีบทความดังกล่าว ดิฉันไม่ได้เป็นคนเขียน ผู้เขียนคือ"เจ้าหญิงฟองน้ำ" จะบอกกล่าวให้เจ้าของบทความทราบต่อไปว่า บทความของเขามีประโยชน์นะคะ ยินดีมากเช่นกันค่ะ หากคุณณัฐจะสมัครเป็นสมาชิกก็สามารถส่งใบสมัครมาให้กับฝ่ายสมาชิกสัมพันธ์ของเราได้นะคะ นิตยสารฉบับเก่าๆ เรายังพอมีอยู่ หากสนใจเราส่งให้ได้ ขอเพียงค่าไปรษณีย์ 7,90 ยูโร ซึ่งเราต้องส่งเป็นลักษณะพัสดุย่อยค่ะ

บ.ก.

สวัสดีค่ะ

ขอถามสักคำถามนะคะ เพราะได้ยินมาไม่ค่อยตรงกันสำหรับเงินElterngeld บางคนว่าเงินตัวนี้ คนที่เป็นแม่บ้านจะไม่ได้เงินตัวนี้เพราะยกเลิกไปแล้ว คนที่จะได้รับเงินตัวนี้ต้องเคยทำงานแบบเสียภาษีมาก่อนถึงจะได้ บางคนก็ว่าได้อยู่ ดิฉันอยู่ที่มินเช่นเป็นแม่บ้าน สามีทำงานบริษัทไม่ใช่งานส่วนตัว และไม่ได้รับเงินช่วยเหลือจากด้านไหน ดิฉันจะได้รับเงินตัวนี้หรือเปล่าคะ คือเคยได้รับเมื่อห้าปีที่แล้วคือ 300 ออยโร เป็นเวลา12เดือน รบกวนขอคำตอบด้วยนะคะ ขอขอบคุณค่ะ

ผู้อ่าน

สวัสดีค่ะ

Elterngeld นี้เป็นเงินที่จ่ายให้แก่ พ่อหรือแม่ของเด็ก ซึ่งเป็นผู้ดูแลลูก เป็นเงินที่ให้คล้ายกับเป็นการทดแทนรายได้ที่หายไปของพ่อหรือแม่ผู้ซึ่งดูแลลูก เงินนี้มาแทน Erziehungsgeld ที่ยกเลิกไปแล้ว คนที่จะได้รับนั้นจะต้องแจ้งกับทางกรว่า ตนจะเป็นผู้ดูแลลูก จำนวนเงินที่จะได้ก็ประมาณ 67% ของรายได้เมื่อปีก่อน โดยจะได้รับเป็นเวลา 12 เดือนสำหรับพ่อหรือแม่ที่ไม่ได้ทำงาน ไม่ว่าจะแต่งงาน เป็นแม่บ้านพ่อบ้าน(อยู่บ้านเฉย ๆ) หรือเป็นนักศึกษา ก็มีสิทธิจะได้เงิน Elterngeld เช่นกัน แต่จะได้ในอัตราขั้นต่ำสุดคือเดือนละ 300 ยูโร เป็นเวลา 12 เดือนเช่นกัน ดังนั้นคุณที่เป็นแม่บ้าน หากแจ้งกับทางกรว่า จะเป็นผู้ดูแลลูก ก็มีสิทธิที่จะได้เงินนี้ค่ะ แต่คุณต้องแจ้งกับทางกรนะคะว่าคุณจะเป็นผู้ดูแล ไม่ใช่สามี

บ.ก.



กรุงเวียนนา / Wien

เมื่อวันที่ 17 ตุลาคม 2555 พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา ทรงยื่นพระราชสาส์นตราตั้งต่อ ฯพณฯ ดร. ไฮน์ทซ์ ฟิชเชอร์ ประธานาธิบดีแห่งสาธารณรัฐออสเตรีย เพื่อดำรงตำแหน่งเป็นเอกอัครราชทูตวิสามัญ ผู้มีอำนาจเต็มประจำสาธารณรัฐออสเตรีย ภายหลังจากการยื่นพระราชสาส์นได้ทรงหารือขอราชการทวิภาคีกับประธานาธิบดี ได้ทรงตรวจแถวกองทหารเกียรติยศบริเวณลานพระราชวังฮอฟบวร์ก



(ภาพและข่าวจากสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรีย <http://www.thaiembassy.at/>)

พาเดอร์บอร์น / Paderborn

เนื่องในวาระโอกาสครบรอบหนึ่งปี เมื่อวันที่ 13 พฤศจิกายน 2555 ที่ผ่านมา ทางศูนย์วัฒนธรรมบ้านไทยเมือง Paderborn ได้จัดการบรรยายและสนทนาปัญหาในการดำเนินชีวิตร่วมกัน ที่อาจจะเกิดขึ้นจาก ทักษะนิสัยหรือวัฒนธรรมที่แตกต่างโดยได้รับความเอื้อเฟื้อจากนักสังคมวิทยา/บค. นิตยสารดี ดร. พัทยา เรือนแก้ว และนายศุภกิจฯ ตัวแทนนักศึกษาไทย มาเป็นผู้บรรยายและตอบข้อซักถาม การสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในครั้งนี้ ได้จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมความเข้าใจซึ่งกันและกันของชนทั้งสองเชื้อชาติ หัวข้อสนทนาคือการใช้ชีวิตคู่และการเลี้ยงดูลูกที่พ่วงมาจากเมืองไทย ซึ่งอาจจะได้รับแรงกดดันทางสังคมไทยว่า ลูกที่ดีต้องเลี้ยงดูพ่อแม่และพี่น้องที่ลำบากกว่า ความมีน้ำใจแบบไทยๆ การแสดงออกโดยการยิ้มโดยแท้จริงแล้วมีหลายความหมาย การถนอมน้ำใจโดยอาจกลายเป็นความไม่จริงใจ เพราะหลีกเลี่ยงที่จะพูดความจริง หรือกลัวที่จะเสียหน้า เมื่อเสียใจหรือผิดหวังควรเรียนรู้ที่จะพูดหรือแสดงออกตรงๆ ความแตกต่างในการวางแผนชีวิต การให้ความสำคัญในเรื่องของชนชั้นวรรณะของคนไทยและการปรับตัวเข้ากับสังคมใหม่ หัวข้อดังกล่าวได้รับความสนใจแก่ผู้ฟังได้เป็นอย่างมาก



เบอร์ลิน / Berlin

บุตร ธิดาชุมชนไทยกับดนตรีไทย: เมื่อวันที่ 10 ตุลาคม 2555 ณ อาคารวิลล่าภายในบริเวณสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบอร์ลิน นางนงนุช เพ็ชรรัตน์ เอกอัครราชทูต เจ้าหน้าที่สถานเอกอัครราชทูต และผู้ปกครองได้ชมการแสดงซิม และระนาดเอก บรรเลงโดยบุตร ธิดา ของชุมชนไทยในเยอรมนี โดยมีอาจารย์สุวีร์ธนา จำนงค์สาร (ครูเก่ง) จากโรงเรียนดนตรีบ้านแก่งขิมประเทศไทย กิจกรรมนี้ สถานเอกอัครราชทูตฯ จัดเพื่อส่งเสริมให้ชุมชนไทยในเยอรมนีได้มีโอกาสเรียนรู้ และฝึกฝนดนตรีไทย และได้จัดเครื่องดนตรีไทยจำนวนหนึ่งไว้ให้ชุมชนไทยได้ฝึกฝน



(แหล่งข้อมูลและรูปภาพ www.thaiembassy.de)

ฟรังค์ฟวร์ท / Frankfurt

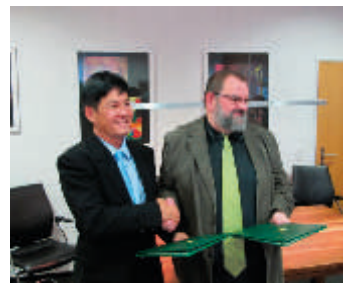
พิธีวางพวงมาลาเนื่องในวันปิยะมหาราช 23 ตุลาคม 2555 หน่วยงานราชการไทย ผู้ประกอบการไทยและประชาชนชาวไทยในสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนี นำโดย นายชโลธร เฝ่ววิบูล กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต พร้อมด้วย นายมิชาเอล คอร์วีซี ผู้ว่าราชการ เมืองบาด ฮอมบวร์ก ร่วมประกอบพิธีวางพวงมาลาถวายสักการะต่อหน้าพระบรมรูปป็นพระบาทสมเด็จพระ จุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ณ ศาลาไทย เมืองบาด ฮอมบวร์ก เนื่องในวันปิยะมหาราช เพื่อน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระ จุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5



(แหล่งข้อมูลและภาพ www.thaigeneralkonsulat.de)

เฮาซัค / Hausach

โครงการนักเรียนแลกเปลี่ยน: เมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2555 นายชโลธร เฝ่ววิบูล กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต และนายมันเฟรด เวอร์เลอร์ ผู้ว่าราชการเมืองเฮาซัค ได้ร่วมเป็นสักขีพยานพิธีลงนามโครงการแลกเปลี่ยนนักเรียนระหว่างโรงเรียนมัธยม Robert Gerwig Gymnasium เมืองเฮาซัค และโรงเรียนสตรี นนทบุรี นำทีมโดย คุณทรงวิทย์ นิลเทียน ผู้อำนวยการโรงเรียน โดยโครงการนี้ได้รับการติดต่อประสานงานโดยคุณจิราภรณ์ ไมเออร์-คันทซ์ แห่งสมาคมบ้านแสนสุข ทั้งสองโรงเรียนมีแผนจะเริ่มแลกเปลี่ยนนักเรียนระดับมัธยมกันในช่วงครึ่งหลังของปี 2556



(แหล่งข้อมูลและภาพ www.thaigeneralembassy)

ฮัมบวร์ก / Hamburg

งานกีฬา ส.น.ท.ย. สานสัมพันธ์ ประจำปี 2555 ที่ Helmut-Schmidt-Universität, Universität der Bundeswehr Hamburg เมื่อวันที่ 12 - 14 ตุลาคม พ.ศ. 2555 มีนักศึกษาไทยทั่วประเทศเข้าร่วมกิจกรรม



ภาพโดย ส.น.ท.ย.

นือร์นแบร์ก / Nürnberg

เทศกาลศิลปวัฒนธรรมเอเชีย ณ เมืองนือร์นแบร์ก: กลุ่มแม่บ้านไทยเมืองนือร์นแบร์กและชุมชนไทยในเขตใกล้เคียงร่วมจัดเทศกาลศิลปวัฒนธรรมเอเชีย เมื่อวันที่ 22 กันยายน 2555 โดยมีชุมชนจากประเทศอินเดีย ลาว อินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ และเวียดนามร่วมกิจกรรม ในงานมีการแสดงรำไทย จำหน่ายอาหารไทย สาธิตการวาดร่มและงานฝีมือ



(ภาพโดย นิตยสารดี)

สต็อกคัต อัม บอดันเซ Stockach am Bodensee

สมาคมศิลปวัฒนธรรมไทย-เฮกกา โบเดนร่วมกิจกรรม "Interkultureller Tag" ในวันที่ 21 ตุลาคม 2555 ที่เมืองสต็อกคัต ซึ่งเป็นการประสานความสัมพันธ์ และแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมซึ่งกันและกันระหว่างชาติอื่นๆ อาทิเช่น ศรีลังกา ตรุกี เติร์กเมนิสถานที่อยู่ในเขตสต็อกคัต เป็นต้น



(ภาพโดย TKKHB e.V.)

เบอร์ลิน / Berlin

งานแสดงคอนเสิร์ต A Concert of Royal Compositions เฉลิมฉลองวโรภาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ครบ 84 พรรษา และฉลองครบรอบ 150 ปีความสัมพันธ์ทางการทูต ไทย-เยอรมัน เมื่อวันที่ 30 กันยายน 2555 ระหว่างเวลา 17.00-19.00 น. ณ Französischer Dom, Gendarmenmarkt 5, Berlin-Mitte กรุงเบอร์ลิน โดย พล.ร.อ.ม.ล.อัศนี ปราโมช องคมนตรี เป็นผู้อำนวยการเพลง



(แหล่งข้อมูลและรูปภาพ
www.thaiembassy.de)



เบอร์ลิน / Berlin

กิจกรรมครอบครัวจัดโดยโรงเรียน Siam Thaischule ในวันอาทิตย์ที่ 21 ตุลาคม 2555 ที่ Siam Thaischule, Wilhelmstr. 118, 10963 Berlin, Germany, Nachbarschaft in den Raeumen der Deutsch-Praxis Berlin



ทิวบิงเงิน / Tübingen

เมื่อวันที่ 21 กันยายน 2555 ที่ Jugendherberge Tübingen สมาคมฯ โดยการสนับสนุนจากสถานกงสุลใหญ่ นครฟรังค์ฟวร์ท ได้จัดสัมมนา Training for Trainers ในหัวข้อ "กฎหมายที่ควรรู้สำหรับผู้มาอยู่ใหม่ กฎหมายที่ได้รับการเปลี่ยนแปลงแก้ไข" โดยมีนางศรีนภา ทัพจันทร์-ตั้งบายนผู้อาสาสมัครเข้าร่วม 20 คน โดยมีนายสุรวิทย์ คนสมบูรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุขกล่าวเปิดงาน



ภาพโดย ส.ส.เตียร



รางวัลโนเบลสาขาสันติภาพ

วิทยานิพนธ์ของร.มว. ชาวน

รางวัลโนเบลสาขาสันติภาพ ประจำปี 2012 ตกเป็นของสหภาพยุโรป “สำหรับเวลาที่หกทศวรรษที่ผลักดันให้เกิดสันติภาพและสิทธิมนุษยชนในยุโรป” คณะกรรมการยังระบุด้วยว่าสหภาพยุโรปได้ช่วยเปลี่ยนทวีปนี้จากที่อุดมไปด้วยสงคราม กลายเป็นทวีปแห่งสันติภาพ โดยเฉพาะจากการที่ช่วยให้ฝรั่งเศสและเยอรมนีสามารถเป็นมิตรต่อกันได้ในช่วงทศวรรษหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 และการช่วยเหลือฟื้นฟูสเปน โปรตุเกส และกรีซ หลังจากที่จะระบอบการปกครองแบบเผด็จการล่มสลายลงในช่วงทศวรรษ 1970

รางวัลนี้ได้มาในขณะที่สหภาพยุโรปกำลังเผชิญหน้ากับวิกฤตครั้งร้ายแรงที่สุดตั้งแต่มีการก่อตั้งสหภาพขึ้นมา ทั้งภาวะเศรษฐกิจถดถอยและการประท้วงในประเทศสมาชิกต่างๆ แต่ นายโฮเซ มานูเอล บารรอสโซ ประธานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนของสหภาพยุโรป บอกว่าการได้รับรางวัลดังกล่าวถือเป็นเกียรติอย่างยิ่ง “สหภาพยุโรปก่อตัวขึ้นหลังสงครามเย็น โดยเป็นการรวมตัวกันของอดีตประเทศที่เคยเป็นศัตรูกัน 6 ประเทศ ปัจจุบันได้ขยายตัวเป็น 27 ประเทศ และจะมีประเทศเพิ่มขึ้นอีก 1 ประเทศในป็นหน้า ประเทศอื่นๆ ต่างก็อยากจะมาเข้าร่วมเป็นสมาชิกด้วย ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าสหภาพยุโรปคือโครงการเพื่อสันติภาพที่สำคัญที่สุดในแง่ความร่วมมือข้ามชาติ”

ครั้งสุดท้ายที่ได้มีการมอบรางวัลโนเบลสาขาสันติภาพให้กับองค์กรใด องค์กรหนึ่งคือ ปี 1999 โดยรางวัลตกเป็นของแพทย์ไร้พรมแดน(Medecins Sans Frontieres)

รางวัลโนเบลสาขาสันติภาพ เป็นหนึ่งในห้า สาขาที่มีการมอบรางวัล ซึ่งริเริ่มโดย อัลเฟร็ด โนเบล ตั้งแต่ปี 1895 โดยคณะกรรมการโนเบลแห่งนอร์เวย์ เป็นผู้คัดเลือกผู้รับรางวัล พิธีมอบรางวัลจะมีขึ้นในวันที่ 10 ธันวาคม ของทุกปี ซึ่งตรงกับวันคล้ายวันเสียชีวิตของอัลเฟร็ด โนเบล ที่กรุงออสโล ประเทศนอร์เวย์ โดยสมเด็จพระราชาธิบดีของนอร์เวย์เป็นผู้พระราชทานรางวัล

การเลือกให้รางวัลโนเบลสันติภาพแก่บุคคลหรือองค์กรใด ตกเป็นเป้าสนใจของสาธารณชนทั่วโลกมาโดยตลอด และบ่อยครั้งก็มีการถกเถียงเกิดขึ้น เช่น เมื่อปี 2009 ประธานาธิบดีบารัค โอบามา ได้รับรางวัลดังกล่าว ทั้งๆที่กำลังบัญชาการรบในสงครามทั้งในอิรักและอัฟกานิสถาน หรือเมื่อปี 2010 ที่คณะกรรมการตัดสินใจให้ หลิว เสี่ยวโบ นักเคลื่อนไหวชาวจีนซึ่งถูกจำคุกอยู่ ได้รับรางวัล ซึ่งส่งผลให้จีนส่งจดหมายประท้วงอย่างเป็นทางการมายังรัฐบาลนอร์เวย์

อันเนตต์ ชาวน รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการแห่งสหพันธ์ฯ จากพรรค CDU วัย 57 ปี ถูกกล่าวหาว่าเธอลอกงานของผู้อื่นในวิทยานิพนธ์ปริญญาเอกขนาด 351 หน้าว่าด้วยพัฒนาการของสติสัมปชัญญะของเธอ ที่เขียนขึ้นเมื่อ 32 ปีที่แล้ว

ขอล่าหานี้สืบเนื่องมาจากรายงาน 75 หน้าของ ศ. สเตฟาน โรห์บัคเคอร์ แห่งมหาวิทยาลัยดุซเซลดอร์ฟ ซึ่งชาวนจบการศึกษาปริญญาเอกจากที่นั่น โดยรายงานระบุว่า วิทยานิพนธ์ของชาวนมีลักษณะเฉพาะบางอย่างที่ซ้ำซ้อนกันในหลายส่วน ซึ่งชี้ให้เห็นว่ามีความจริงที่จะทำให้เข้าใจผิด รวมทั้งมีลักษณะเป็นการลอกเลียนอย่างหนึ่งด้วย ร.มว. ชาวนให้สัมภาษณ์ว่า ในระหว่างที่ตนเขียนงานนั้นไม่เคยพยายามที่จะปกปิดอะไร และพร้อมจะตอบโต้ข้อกล่าวหาดังกล่าวทันทีที่คณะกรรมการวิทยานิพนธ์เปิดโอกาสให้ตนได้ชี้แจง นอกจากนี้เธอยังได้กล่าวโจมตีมหาวิทยาลัยด้วยว่าเป็นการถูกต้องหรือไม่ที่นำรายงานเรื่องส่วนตัวดังกล่าวมาเปิดเผยต่อสาธารณชนก่อนที่เธอจะได้รับทราบ โดยเธอกล่าวว่า ทราบข่าวนี้จากหน้าหนังสือพิมพ์

พรรคฝ่ายค้านต่างรีบออกมาโจมตีกันถล่มทลาย อย่างไรก็ดี กระแสสังคมก็ผันกลับมาเข้าข้างชาวนอย่างรวดเร็ว หลังจากที่นักวิชาการหลายคนออกมาปกป้องเธอ และตั้งข้อสังเกตเกี่ยวกับข้อกล่าวหาดังกล่าว รวมทั้งวิธีการที่มันถูกนำออกมาเปิดเผย

ศ. แกร์ฮาร์ด เวห์เลอร์ ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ของร.มว. ชาวน กล่าวว่าวิทยานิพนธ์ฉบับดังกล่าวเป็นผลงานยอดเยี่ยมและตรงตามมาตรฐานวิชาการทุกอย่าง โวล์ฟกัง ฟรีอ์ทวาลด์ อดีตประธานมูลนิธิวิจัยแห่งเยอรมนี กล่าวด้วยว่า ข้อกล่าวหาทั้งที่ว่าลอกเลียนแบบหรือจงใจหลอกลวงนั้นตามที่เขียนในรายงาน นั้นไม่มีน้ำหนักพอ ข้อบกพร่องบางอย่างเป็นความสะเพร่ามากกว่าที่จะเรียกว่าเป็นการลอกเลียนแบบได้ นอกจากนี้ อังเกลา แมร์เคิล นายกรัฐมนตรีออกมาให้การสนับสนุนชาวนเช่นเดียวกัน โดยบอกว่า ตนให้ความไว้วางใจกับร.มว. ชาวนเต็มที่

ชาวนนี้เป็นที่สนใจของสังคม หลังจากที่เมื่อต้นปี 2011 คาร์ล-ธิโอดอร์ ชู กุทเทินแบร์ก ร.มว. กลาโหมในขณะนั้น และเป็นหนึ่งในนักการเมืองที่เป็นที่นิยมมากที่สุด ถูกกล่าวหาว่าลอกงานของผู้อื่นมาเขียนไว้ในวิทยานิพนธ์ปริญญาเอกของตนเอง มหาวิทยาลัยไบรรอยท์ได้เพิกถอนปริญญาเอกของกุทเทินแบร์กในเวลาต่อมา และเขาก็ประกาศลาออกจากตำแหน่งรัฐมนตรี

เหตุเกิดที่เบอร์ลิน วเล็ทชานเดอร์พลัทซ์

ข่าวการรุมทำร้าย Jonny K. เยาวชนไทย-เยอรมัน วัย 20 ปี ซึ่งได้เสียชีวิตจากบาดแผลในวันต่อมา ทำให้หลายต่อหลายคนต้องส่ายหัว ด้วยความรู้สึกหลากหลายเสียใจกับครอบครัว ในการสูญเสีย ลูกชาย พี่ชาย น้องชาย ไม่เข้าใจ ตกตะลึง และคาดไม่ถึง

คาดไม่ถึงว่า เรื่องร้าย ๆ แบบนี้จะเกิดขึ้นได้ ในใจกลางเมืองหลวง ที่ อเล็กซานเดอร์พลัทซ์ แหล่งท่องเที่ยว ที่ไม่ได้เปลี่ยวเปล่าไร้ผู้คน

ไม่เข้าใจ ว่าเรื่องแบบนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร es ist ein sinnloser Tod (คำพูดของใครคนหนึ่ง ในรายงานข่าว) การตายที่ไม่ได้ก่อให้เกิดอะไรขึ้นมาเลย นอกจากความสูญเสีย คนหนุ่มที่กำลังจะมีอนาคตคนหนึ่ง

คืนวันเสาร์ที่ 13 ต่อด่วนอาทิตย์ที่ 14 ต.ค. Jonny K. กับเพื่อน ๆ ออกมาจากคลับแห่งหนึ่งที่ อเล็กซานเดอร์พลัทซ์ หลังจากฉลองวันเกิดของตนเอง เพื่อนคนหนึ่งเมามาก เพื่อน ๆ จึงจับไปนั่งรอบบนม้านั่ง Jonny K. กำลังเรียกรถแท็กซี่ เมื่อกลุ่มเด็กหนุ่ม 6-7 คนเดินเข้ามาตะเพื่อนที่เมาอยู่ Jonny K. เข้ามาช่วยเพื่อน จึงถูกเด็กหนุ่มกลุ่มนั้นรุมทำร้าย จนเสียชีวิตในวันต่อมา

เรื่องราวที่เกิดขึ้น บรรยายการก่ออาชญากรรม ไม่ว่าจะเกิดในที่สาธารณะ หรือพิธีศพ ได้รับการถ่ายทอดมากมายในโลกอินเทอร์เน็ต แม่นแต่รายการสนทนาทางโทรทัศน์ Anna Will ก็ยังนำมาเป็นประเด็นพูดคุย

สิ่งที่เกิดขึ้น ในคืนวันนั้น เป็นการใช้กำลังรุมทำร้ายเหยื่อที่ไม่มีทางสู้ที่ว่า รุม เพราะเป็นการใช้กำลัง 6-7 คน ทำร้ายคนเดียวคน เป็นการทำร้ายเหยื่อที่ไม่มีทางสู้ เพราะการทำร้ายมิได้หยุดลง แม่นว่าผู้ถูกทำร้ายจะล้ม ลงไปนอนแน่นิ่ง เหตุการณ์เช่นนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเป็นรายแวก การรุมทำร้ายคนอื่นของเยาวชน เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นอยู่เนือง ๆ และในปัจจุบันการทำร้ายนั้นเปลี่ยนคุณภาพไป คือ แม่นว่าผู้ถูกทำร้ายจะลงไปนอนแน่นิ่ง หรือร้องขอความช่วยเหลือ ผู้ที่ทำร้ายก็ยังไม่หยุด ยังทำร้ายต่อไป สิ่งนี้ชี้ให้เห็นถึงอะไร



Michael Winterhoff นักจิตวิทยาที่มาร่วมสนทนาในรายการ Anna Will กล่าวว่า เยาวชนที่เป็นคนทำร้ายเหล่านี้ ไม่มีค่าถึงถึงความผิด (Unrechtsbewusstsein) หรือจะเรียกว่า ไม่มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ (Sympathie) หรือจะเรียกว่า ไม่มี ความกรุณา ได้ไหม Winterhoff บอกว่าปัจจุบันภูมิหลังด้านครอบครัวไม่สามารถใช้อธิบายต้นเหตุได้อีกต่อไป เพราะมีเยาวชนจากครอบครัวที่มีพื้นฐานสังคมดี ก็มีปัญหานี้ สิ่งที่ Winterhoff เห็นคือ ทุกวันนี้เด็กไม่รู้จักขอบเขต (klare Linie) ว่าจะทำอะไรได้แค่ไหน อะไรถูกอะไรผิด พัฒนาการด้านอารมณ์ (EQ) ของเด็กที่ไม่มีในครอบครัวหรือโรงเรียนเอง ก็ไม่มี soziale Sanktion (ราชบัณฑิตเรียกว่า สิทธิานุมัติทางสังคม) ตามภาษาชาวบ้านก็คือ การที่สังคมกำหนดให้โทษ หรือรางวัลสำหรับความประพฤติหนึ่ง ๆ

เมื่อหันมาดูตัวผู้กระทำบ้าง ในกรณีของ Jonny K. ผู้ต้องสงสัยหลักเป็นคนที่จัดอยู่ในกลุ่มเยาวชนผู้กระทำผิดซ้ำซาก Wiederholtäter หรือ intensive Täter เป็นผู้ที่เคยใช้ความรุนแรง ทำร้ายร่างกายผู้อื่น และเคยโดนลงโทษ หลายครั้ง เคยเข้ารับการอบรม การจัดการกับความรุนแรง คำถามที่เกิดขึ้นก็คือ มาตราการในการป้องกันมิให้เยาวชนใช้ความรุนแรง การอบรมเหล่านี้ ใช้ไม่ได้ผลหรืออย่างไร รวมทั้งบทลงโทษนั้นอ่อนเกินไปหรือ เรื่องเหล่านี้คงจะต้องเป็นหน้าที่ของหน่วยงานรัฐที่ต้องเข้ามาพิจารณา

อีกคำถามหนึ่งที่เกิดขึ้นก็คือ เหตุเกิดในชุมชน ไม่ใช่ที่เปลี่ยวเปล่า ย่อมน่าจะมีผู้คนเห็นเหตุการณ์ ทำไมจึงดูเหมือนว่า Jonny K. ถูกปล่อยให้ทำร้ายโดยไม่มีใครช่วยเหลือ เหมือนกับคำถามที่มักเกิดขึ้นเมื่อเกิดเหตุการณ์กลุ่มรุมทำร้ายหลายครั้ง

คำตอบอันหนึ่งอาจเป็นไปได้ว่า ผู้คนรอบข้างที่เห็นเหตุการณ์นั้นก็ hilflos คือ ไม่รู้จะทำอย่างไรเหมือนกัน วางตนไม่ถูก ตกตลิ่ง จะช่วยก็อาจกลัวลูกหลง ไม่ช่วยสามัญลักษณ์ก็เรียกร้องทางหนึ่งทีเลียงจากภาวะนี้ได้คือ มองข้ามไป

Tina K. พี่สาวของ Jonny K. กล่าวถึงท้ายไว้ก่อนปิดวงสนทนาว่า อยากให้สิ่งที่เกิดกับ Jonny K. ไม่เกิดขึ้นกับคนอื่นอีก ซึ่งก็คงเป็นสิ่งที่ทุกคนภาวนาขอให้เป็นอย่างนั้น แต่การภาวนาอย่างเดียว อาจจะไม่พอ

ในฐานะประชาชนคนเดินถนน เราอาจที่จะต้องมาสนใจกับสองคำถามที่เกิดขึ้น ทำอย่างไรในฐานะพ่อและแม่ที่จะให้ลูกของเรา ซึ่งก็คือเยาวชนในอนาคต (หรือในปัจจุบัน) เรียนรู้ผิดถูก รู้ขอบเขตของการกระทำ และ เราจะวางตัวอย่างไรเมื่อเผชิญต้องอยู่ในเหตุการณ์ การเรียนรู้เกี่ยวกับการวางตัว และแนวปฏิบัติในการจัดการกับกรณีขัดแย้งที่เกิดขึ้นต่อหน้า และในการเป็นพยานต่อเหตุการณ์ อาจเป็นสิ่งจำเป็นที่พวกเราประชาชนคนเดินถนนต้องศึกษาเสียแล้วละมัง



สิ้น ดร.สาทิส อินทรกำแหง พู่วิวัจฉริยะ

เมื่อเอ่ยชื่อ ดร.สาทิส อินทรกำแหง สิ่งที่จะนึกถึงก็คือ ซีว จิต และในทางตรงข้าม เมื่อกล่าวถึง ซีวจิต ก็หนีไม่พ้นที่ต้อง กล่าวถึง ดร.สาทิส เพราะ ซีวจิต เป็นที่รู้จักกันในสังคมไทย (ทั้งในประเทศไทยและต่างแดน) ก็เพราะ ดร.สาทิส ท่านเป็นผู้ริเริ่ม นำมาเผยแพร่ รวมทั้งก่อตั้ง ชมรมซีวจิต

ดร.สาทิส อินทรกำแหง เกิดที่อำเภอบางรัก จังหวัด พระนคร เป็นบุตรของ พันเอกพระศรีพิชัยบริบูรณ์ (เหมือน อินทรกำแหง) กับนางเซย อินทรกำแหง เป็นน้องชายของ อภิชาติกรัญจน อินทรกำแหง จบการศึกษาด้านจิตวิทยา มวลชน โภชนาการ ซีวโมเลกุล แมคโครไบโอติกส์ การฝังเข็ม และการแพทย์ทางเลือก เคยทำงานที่โรงพยาบาล Sacred Heart Hospital รัฐออริกอน สหรัฐอเมริกา โรงพยาบาล มหาวิทยาลัยเซี่ยะเหมิน ประเทศจีน และทำงานในองค์กรการ สหประชาชาติกว่า 20 ปีด้วย สมรสกับนางฉินโฉม ภรรยาชาว สิงคโปร์ มีบุตร-ธิดา 2 คน

หลังจากบิดาเกษียณอายุราชการ ได้อพยพครอบครัวกลับ สู่มลุมลือเนาเดิมที่จังหวัดนครราชสีมา ที่กลายเป็นแหล่งเรียนรู้ ทางธรรมชาติและภูมิปัญญาด้านการแพทย์แผนโบราณ โดย ทำหน้าที่เป็นลูกมือของบิดาซึ่งมีความรู้ด้านยาแผนโบราณ ด้วยการเข้าป่าเก็บพืชสมุนไพรแล้วนำมาเคี้ยว บด และบั่น ยา ควบคู่กับการเป็นลูกมือของมารดาซึ่งมีความรู้เรื่องยา พื้นบ้านและการนวดแผนไทย ซึ่งนอกจากเพื่อบำบัดรักษา อาการป่วยไข้ของสมาชิกในครอบครัวแล้ว ยังเพื่อสาธารณ กุศลแก่พระสงฆ์ที่อาพาธและชาวบ้านในละแวกเดียวกันที่ เจ็บไข้ ได้ป่วยด้วย และนี่อาจจะเป็นพื้นฐานสำหรับแนวคิด ซีวจิต ก็เป็นได้

ซีวจิต เป็นแนวความคิดที่เป็น "กระแสใหม่" ที่ค่อนข้าง ขัดแย้งกับความคิด หรือความเชื่อ หรือสิ่งที่คนไทยก่อนหน้า ปฏิบัติอยู่ ที่การเริ่มต้นจริง ๆ น่าจะเกิดจากหนังสือ "ซีวจิต" การ ใช้ชีวิตอย่างเข้าใจธรรมชาติ ตีพิมพ์ครั้งแรกปี 2536 (<http://www.bangkokbiznews.com/home/details/business/ceo-blogs/nives/20121106/476663/VI-VI-กับ-ซีวจิต.html>) และ เริ่มเป็นที่รู้จักในสังคมไทยในวงกว้างในช่วงกลางปี 2541 ขณะ นั้น ดร.สาทิส มีอายุ 72 ปี แต่ยังคงแข็งแรงกระฉับกระเฉงอย่าง ไม่น่าเชื่อ ช่วงนั้นกระแสไม่เห็นด้วยกับแนวทางของ ดร.สาทิส ยังค่อนข้างเชียวกราก ในบทสัมภาษณ์ดร.สาทิส ใน "สกู๊ป หน้า 1 เดลินิวส์" ดร.สาทิส สรุปความหมายของ ซีวจิต ไว้ว่า

"ซีวจิต" เป็นแนวทางดูแลสุขภาพที่ให้ความสำคัญก่อน ข้างมากกับเรื่องอาหารการกินที่ไม่ใช่อาหารเจ หรือมังสวิรัต เพราะกินเนื้อปลาและอาหารทะเลได้ ส่วนเนื้อสัตว์อื่น ๆ จะ งด และจะงดอาหารที่มัน หวาน อาหารแป้งที่ผ่านการขัดขาว และที่ผ่านกระบวนการทางเคมีที่อาจก่อให้เกิดสารพิษตกค้าง แนวทางนี้จะแนะนำให้อินทรีย์พืชที่ไม่ขัดขาว เช่น ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ ข้าวโพด ขนมันฝรั่งโฮลวีท แนะนำให้กิน ถั่วต่าง ๆ



เช่น ถั่วแดง ถั่วดำ ถั่วเหลือง ถั่วเขียว และผลผลิตจากถั่ว เช่น เต้าหู้ แนะนำให้กิน ผักปลอด สารพิษ แนะนำให้กิน ผลไม้ โดยเฉพาะผลไม้เขียวและไม่มีรสหวาน ซึ่งเพียงวัตถุดิบเหล่านี้ ก็ดัดแปลงเป็นเมนูอาหารได้มากมาย (<http://www.dailynews.co.th/article/223/163945>)

ในทัศนะของดร.สาทิส อาหารแนวทางซีวจิต เป็น "อาหารป้องกันโรค" ที่ต้องปฏิบัติ พร้อม ๆ กับการป้องกันรูปแบบอื่น ๆ และที่เป็นหัวใจก็คงจะเป็น "หลัก 5 ประการ ของซีว จิต" อันเป็นหลักการดำเนินชีวิตให้มีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ ด้วยแนวทางที่ช่วยให้ ชีวิตปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ โดยมีแนวปฏิบัติที่ยึดธรรมชาติเป็นหลัก ทั้งในเรื่องการกิน การ นอน และการใช้ชีวิตในสังคม ที่ประกอบด้วย 1. ชีวิตที่ยึดเอาความเป็นธรรมชาติเป็นหลัก 2. ชีวิตที่มีความพอดีและเรียบง่าย 3. ชีวิตที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงของสุขภาพกายและ ใจ 4. ชีวิตที่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันและรักกันอย่างที่อย่างน้อม 5. ชีวิตที่ดำเนินไปเพื่อสร้าง สังคมที่ยึดธรรมชาติไม่เอาัดเอาเปรียบต่อกันเพื่อสร้างสังคมที่ดีงาม

ซึ่งก็หมายความว่า 'ชีวิตที่ดีแท้จริงมิใช่แค่กินแบบซีวจิต แต่คือการดำเนินชีวิตแบบซีว จิต' ซึ่งหากใครทำตามแนวทางนี้แบบของจริง แบบจริง ๆ นอกจากจะได้หมายถึงการต้องมี ค่าใช้จ่ายในชีวิตที่สูงแล้ว ก็ยังหมายถึง 'เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างสรรคสังคมที่ดีงามด้วย' ซึ่ง สังคมไทยยุคปัจจุบันกำลังต้องการมาก(<http://www.dailynews.co.th/article/223/163945>)

ดร.สาทิส บุกเบิกเส้นทางของแนวคิดแบบซีวจิต ใน 'นิตยสารซีวจิต' ได้รับการเชิดชู เกียรติ รางวัลนราธิป ประจำปี พ.ศ. 2549 มีผลงานเขียนที่สร้างชื่อเสียงจำนวนมาก อาทิ ซีวจิต การใช้ชีวิตอย่างเข้าใจธรรมชาติ ซีวจิตเริ่มต้นเมื่อ 70 มะเร็งแห่งชีวิต และ กูแ่น เป็นต้น

ดร.สาทิส เสียชีวิตเมื่อวันที่ 28 ต.ค. ที่ผ่านมา ด้วยโรคหลอดเลือดในสมองตีบเฉียบพลัน หลังจากประสบอุบัติเหตุล้มและเข้ารับรักษาตัวที่โรงพยาบาลบางปะกอก 9 อินเตอร์เนชั่นแนล มาตั้งแต่วันที่ 26 ต.ค. ที่ผ่านมา ศิริรวมอายุได้ 86 ปี

นิตยสารดี ขอร่วมไว้อาลัยต่อการจากไปของ ดร.สาทิส และ ขอให้ แนวคิด ซีวจิต อยู่ เป็น แนวทางการใช้ชีวิตทางเลือกของสังคมไทยต่อไป

ข้อมูลจาก

<http://www.bangkokbiznews.com/home/details/business/ceo-blogs/nives/20121106/476663/VI-VI-กับ-ซีวจิต.html>

<http://www.dailynews.co.th/article/223/163945>

<http://news.sanook.com/1150564/ดร.สาทิส-อินทรกำแหง-ผู้ก่อตั้งชมรมซีวจิต-เสียชีวิตแล้วด้วยวัย-86>

<http://www.manager.co.th/QOL/ViewNews.aspx?NewsID=9550000132037>

<http://www.cheewajit.com/satis.aspx>

http://th.wikipedia.org/wiki/สาทิส_อินทรกำแหง

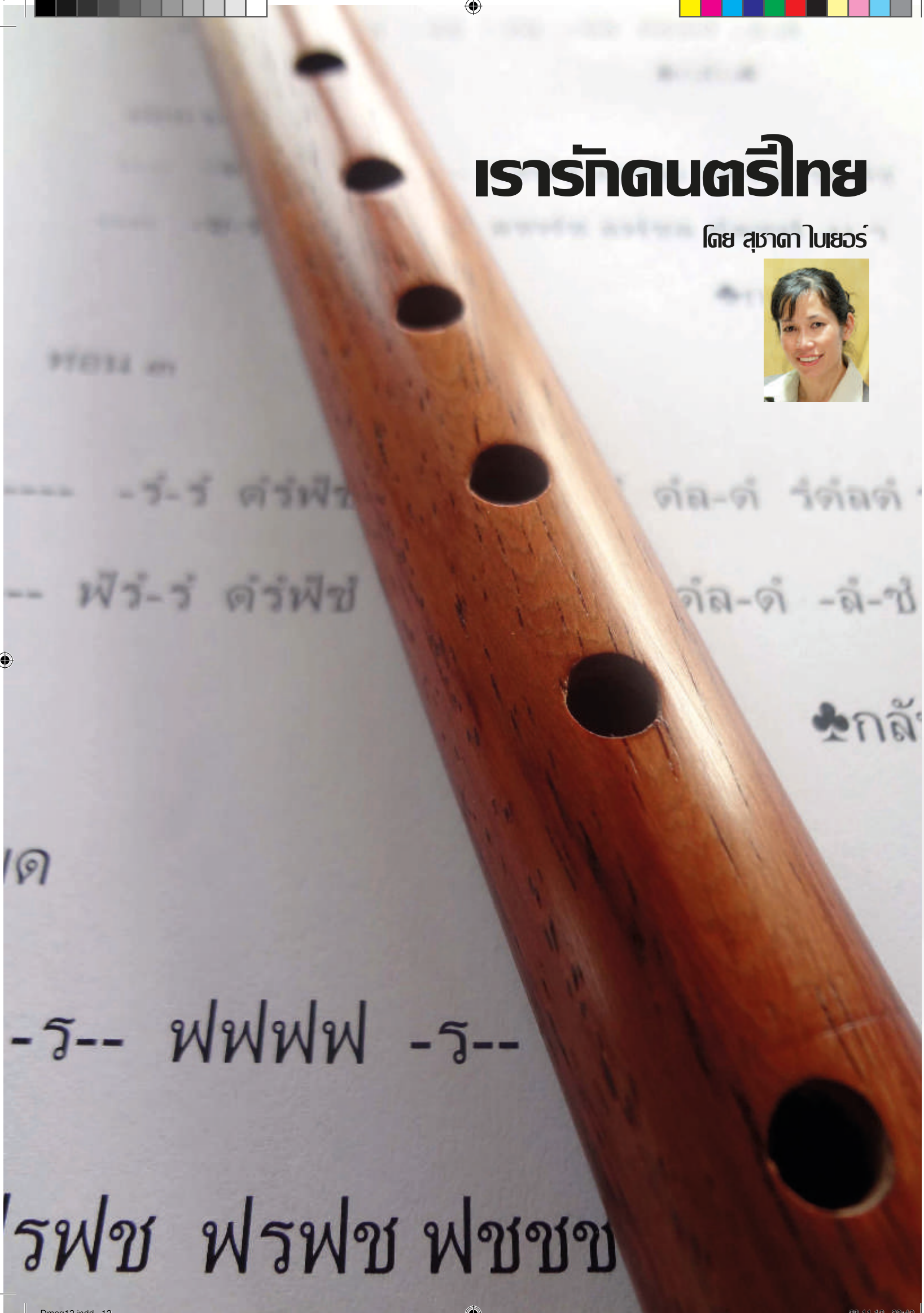
http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1351484358&grpuid=00&catid=00





เรารักดนตรีไทย

โดย สุชาดา ไบเซอร์



เพลงนี้ มี

--- -ร-ร ค่ำฟ้า

ดัล-ดัล ำดัลดัล

-- ฟ้า-ร ค่ำฟ้า

ดัล-ดัล -ดัล-ช

♣ กลั

ด

-ร-- ฟฟฟฟ -ร--

รฟช ฟรฟช ฟชชช



• คำว่า “ดนตรี” คืออะไร ใครรูปร่าง

“ดนตรี” มาจากภาษาสันสกฤตว่า “ตันตริ” แปลว่า สาย หรือ เครื่องสาย พจนานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายของ “ดนตรี” ว่า “ลำดับเสียงอันไพเราะ” คำว่า “ดนตรี” ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า “music” หมายถึงศิลปะ และศาสตร์ของการร้อยกรองเสียง หรือเสียงเครื่องดนตรี เข้าเป็นทำนอง เสียงประสาน จังหวะ ลีลา และกระแสเสียง เพื่อให้บทเพลงมีโครงสร้างที่สมบูรณ์ และก่อให้เกิดความสะเทือน สะเทือนอารมณ์

ดนตรีเป็นศิลปะสาขาหนึ่งที่แสดงลักษณะเฉพาะ สามารถใช้เป็น เครื่องแสดงความรู้สึก และอารยธรรมของชาติได้ แล้วเราคนไทยจะไม่ภูมิใจมรดกทางวัฒนธรรมซึ่งบรรพบุรุษของเราได้คิดและสร้างสรรค์สมไว้หรือคะ

• ดนตรีไทยกำลังจะสูญสิ้นไปทุกวันจริงหรือ

จริงอย่างยิ่ง เหตุเพราะหาผู้ที่มิมีใจรักทางด้านนี้ได้น้อยลง แม้จะมีการรณรงค์สนับสนุนในโรงเรียน มหาวิทยาลัย หรือตามหน่วยงานราชการต่างๆ ก็ตาม ดนตรีไทยของเรามีการปรับเปลี่ยนตามวิถีชีวิตปัจจุบันน้อยมากเมื่อเทียบกับดนตรีสากล เด็กรุ่นใหม่ในสมัยนี้จึงมักจะมองดนตรีไทยว่า ช้า และล้าสมัย แต่ถ้าเราไม่ปลูกฝังหรือส่งเสริมให้เยาวชนเกิดความรักดนตรีไทยแล้วดนตรีไทยคงจะสูญสิ้นไปกับชนอีกไม่กี่รุ่นแน่นอน/คนรุ่นต่อไปแน่นอน

• เราจะอนุรักษ์ดนตรีไทยโดยไม่มีเครื่องดนตรีได้หรือ

ได้สิคะ การนำศิลปะแขนงนี้เข้ามาในชีวิตประจำวัน เช่น ฟังเพลงไทยเย็นๆ ร้องเพลงไทย หรือ ออกกำลังกายเล่นเครื่องดนตรี แต่ไม่มีอุปกรณ์ ไม่มีครูสอน ก็สามารถเรียนจากการอ่านหรือ การฟังสื่อต่างๆ ได้

• อาจจะมีฟังดูพุดง่าย แต่จะทำได้ยากหรือเปล่าหนอ

ยากค่ะ แต่ไม่มีอะไรแพ้ความตั้งใจ เราทุกคนคุ้นเคยกับเพลงไทยตั้งแต่เยาว์วัยทั้งนั้น แต่ไม่เคยฟังอย่างลึกซึ้ง เพลงลอยกระทง ทุกคนคงรู้จัก ลาวดวงเดือน ก็เคยได้ยินแน่นอน แล้วเมื่อเรารู้จักว่า ดนตรีคือผลผลิตของธรรมชาติ การคิด ลีลา ดี เป้าให้เกิดเสียงขึ้นมาเป็นเพลง ไม่ว่าจะใช้อุปกรณ์อะไร ก็ทำให้เกิดดนตรีขึ้นมาได้ จังหวะ ลีลาทำนองของเพลงทำให้เรารู้ว่า เพลงนี้เป็นเพลงไทย เพลงนี้เป็นเพลงต่างชาติ

เสียงของเราก็เทียบทำอุปกรณ์ ลองเริ่มเรียนรู้อินทรีจากการอ่านโน้ตหรือหัดร้องเพลงไทยก่อน เปิดเพลงไทยให้ลูก ฟังบ่อยๆ ก็เป็นการช่วยอนุรักษ์ดนตรีไทยของเราได้แล้วคะ หากเราโชคดีได้กลับไปเมืองไทยแล้วได้เครื่องดนตรีที่เราชอบ ที่เหมาะกับเรา

ติดตัวกลับมาเยอรมัน เราก็จะได้เรียนรู้เร็วขึ้นและรู้สึกสนุกไปกับการเล่น เพราะเรารู้จักโน้ตเพลงไทยแล้ว

อันที่จริง สำหรับคนที่มีใจรักดนตรีอยู่แล้ว การเริ่มต้นเป็นเรื่องที่ง่ายมากเลย ฉะนั้นเราชาวไทยในต่างแดนมาร่วมกันรณรงค์อนุรักษ์ดนตรีไทยกันเถิดคะ

การอ่านโน้ตไทยขั้นเบื้องต้น

สำหรับผู้ที่ไม่มีพื้นฐานด้านดนตรีมาก่อน ควรทำความเข้าใจในการอ่านโน้ต ซึ่งใช้หลักการตามทฤษฎีของ พ.ท.พระอภัยพลรบ (เพ็ง เพ็ญกุล) เป็นผู้แต่ง ตำราดนตรีวิทยา เมื่อ พ.ศ. 2450 แล้วบัญญัติหลักการบันทึกโน้ตแบบตัวอักษรขึ้น ซึ่งเป็นทฤษฎีที่ได้รับความนิยมมากโดยใช้ตัวอักษรไทยมาเปรียบเทียบกับเสียงของโน้ตสากลดังนี้

- ด=โด
- ร=เร
- ม =มี
- ฟ=ฟา
- ซ=ซอล
- ล=ลา
- ท=ที



เรื่องดีจากปก

โดย สุชาดา ไบเยอร์

โน้ตเสียงสูงจะใช้การประจุไว้บนเสียงโน้ต เช่น ด = โด สูง หลักการนี้จะทำให้ผู้ที่เริ่มเรียนจะเข้าใจได้ง่าย การเขียนโน้ตไทยนั้นจะแบ่งเป็นช่องตารางโดยแบ่งออกเป็นบรรทัดๆ ละ 8 ห้อง ในแต่ละห้องจะมีตัวโน้ต 4 ตัว

1. โน้ตแบบ 4 ตัวต่อ 1 ห้อง

ดดดด	รรรร	มมมม	ฟฟฟฟ	ซซซซ	ลลลล	ทททท	ดัดดัด
------	------	------	------	------	------	------	--------

2. โน้ตแบบ 3 ตัวต่อ 1 ห้อง

นอกจากโน้ตที่บันทึกลงในช่องแล้วยังมีเครื่องหมาย – ซึ่งแทนตัวโน้ตเอาไว้ด้วยโดย 1 ซีด (-) แทนโน้ต 1

-ดดด	-รรร	-มมม	-ฟฟฟ	-ซซซ	-ลลล	-ททท	-ดัดด
------	------	------	------	------	------	------	-------

หรือ

3. โน้ตแบบ 2 ตัวต่อ 1 ห้อง (ตัวที่ 2 และตัวที่ 4)

-ด -ด	-ร -ร	-ม -ม	-ฟ -ฟ	-ซ -ซ	-ล -ล	-ท -ท	-ดัด -ดัด
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-----------

4. โน้ตแบบ 2 ตัวต่อ 1 ห้อง (ตัวที่ 3 และตัวที่ 4)

--ดด	--รร	--มม	--ฟฟ	--ซซ	--ลล	--ทท	--ดัด
------	------	------	------	------	------	------	-------

5. โน้ตแบบ 1 ตัวต่อ 1 ห้อง (ตัวที่ 4)

---ด	---ร	---ม	---ฟ	---ซ	---ล	---ท	---ดัด
------	------	------	------	------	------	------	--------

6. โน้ตแบบ 1 ตัวต่อ 2 ห้อง (ซึ่งเป็นโน้ตแทนเสียงที่ยาวห่างๆ การมี – คือแทนเสียงโน้ตตัวนั้น)

----	---ด	----	---ร	----	---ม	----	---ฟ
------	------	------	------	------	------	------	------

ตัวแสดงถึงการเพิ่มเสียงตัวโน้ตที่อยู่ข้างหน้าเครื่องหมายให้มีเสียงยาวขึ้น ทั้งนี้ความยาวของเสียงจะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับจำนวนซีด (-) ดังนี้

ถ้ามี – มีค่าความยาวของเสียงเท่ากับ $\frac{1}{4}$ จังหวะ

ถ้า -- มีค่าความยาวของเสียงเท่ากับ $\frac{2}{4}$ จังหวะ

ถ้ามี --- มีค่าความยาวของเสียงเท่ากับ $\frac{3}{4}$ จังหวะ

ถ้ามี ---- มีค่าความยาวของเสียงเท่ากับ $\frac{4}{4}$ หรือ เท่ากับ 1 จังหวะ

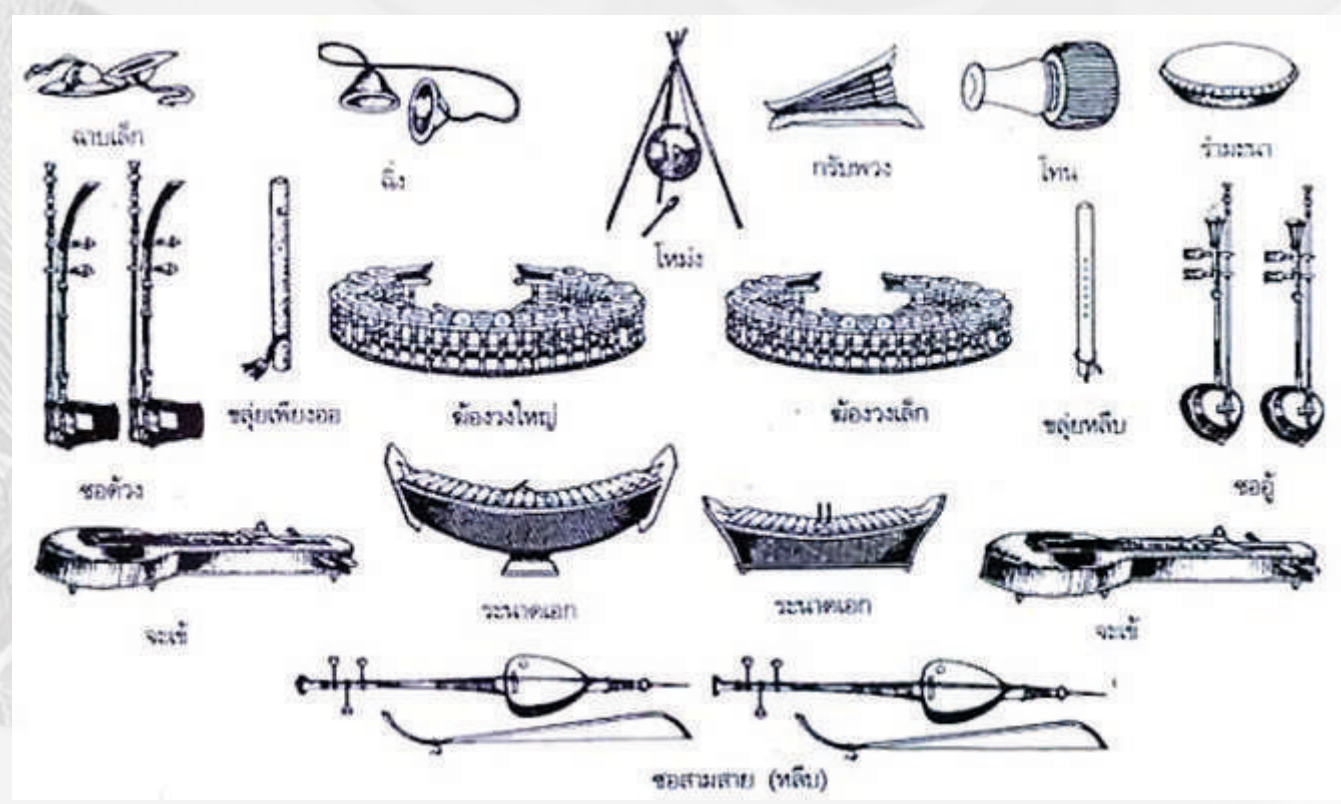
เมื่อเข้าใจถึงเครื่องหมายต่างๆ แล้ววิธีการอ่านโน้ตไทยนั้นจะใช้การเคาะจังหวะที่โน้ตท้ายห้องแทนเสียงจึงจับ



ลองสร้างคำคุณศัพท์กับโน้ตเพลงดูก่อนนะคะ

เพลงลอยกระทง							
---	-ช - ช	- ม - ช	- ล - ด	--- ร	-ด-ล	--- ช	- ช - ม
	-วัน-เพ็ญ	---เดือน	-สิบ-สอง	--น้ำ	-กั้น-อง	---เต็ม	-ตะ-หิ้ง
--- ช	-ล-ด	--- ล	-- ด -	-ช-ล	-ด-ร	-ด-ล	- ช - ช
---เรา	-ทั้ง-หลาย	--ช่าย	--หญิง-	-มา-เล่น	-กั้น-จริง	-วัน-ลอย	-กระ-ทง
----	--- ด	--- ด	-ด-ด	----	--- ช	--- ช	- ช - ช
----	---ลอย	---ลอย	-กระ-ทง	----	---ลอย	---ลอย	-กระ-ทง
--- ด	-ด-ด	--- ร	-ม--	-ม-ร	-ด-ล	-ช-ล	-ด-ร
---ลอย	-กระ-ทง	---กั้น	-แล้ว--	-ขอ-เชิญ	-น้อง-แก้ว	-มา-เล่น	-รำ-วง
----	-ม-ม	-ม-ม	-ม-ม	----	-ด-ด	-ด-ด	-ด-ด
----	--รำวง	-วัน-ลอย	-กระ-ทง	----	-รำ-วง	-วัน-ลอย	-กระ-ทง
--- ด	-ล-ช	-ล-ด	-ล-ด	--- ด	-ล-ช	-ล-ด	-ล-ด
---บุญ	-จะ-ส่ง	-ให้-เรา	-สุข-ใจ	---บุญ	-จะ-ส่ง	-ให้-เรา	-สุข-ใจ

ลองเปลี่ยนคำร้องเป็นตัวโน้ตดู แล้วควรวาดหน้าเรามาคุยเรื่องจังหวะกัน





อาชีพร้องเพลงกันเถอะ

ดุษฎี พนมยงค์



การเรียนรู้อนดนตรีแบ่งออกเป็น 2 ส่วนใหญ่ คือ เนื้อหาดนตรี เป็นการเรียนรู้องค์ประกอบดนตรี จังหวะ ทำนอง รูปแบบ วรรณคดี ดนตรี ประวัติผู้ประพันธ์เพลง เป็นต้น

ทักษะดนตรี ประกอบด้วย ทักษะการฟัง การร้อง การเคลื่อนไหวร่างกาย สามารถช่วยให้สมองหลั่งสารแห่งความสุข หรือ Endorphin เป็นตัวประสานให้อารมณ์จิตใจดีขึ้น ลดความโกรธ ส่งผลให้อวัยวะต่างๆ ในร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

การฟังดนตรี การเล่นดนตรี และการร้องเพลง จะช่วยให้มนุษย์เกิดความสุขในระดับที่ต่างกันจากน้อยไปถึงมาก

ศิลปะการดนตรีที่ก่อให้เกิดความซาบซึ้งใจมากที่สุด คือ ศิลปะการขับร้อง เสียงขับร้อง แสดงความรู้สึกนึกคิดได้ตรงที่สุด คีตกวีชาวเยอรมันท่านหนึ่งกล่าวไว้ว่า “ดนตรีที่ยืนนานที่สุด ตรงไปตรงมาที่สุด และเปี่ยมสุขที่สุด ก็คือ เสียงขับร้อง”

ภาวะแวดล้อมของสังคมยุคนี้ ทำให้คนเรามีความเครียดเพิ่มขึ้นทุกที แต่ถ้าเราหาโอกาสพักผ่อนปล่อยอารมณ์ให้คลายลง โดยสุดลมหายใจเล็กๆ เข้าปอดและร้องเพลงที่เราชอบสักเพลง ก็จะช่วยให้เรามีความสุข มีความคิดแจ่มใสและสบายใจขึ้น

การร้องเพลงเป็นสิ่งบันเทิงที่ใกล้ตัวที่สุด ประหยัดที่สุด เพราะเครื่องดนตรีชิ้นนี้คือ “กล่องเสียง” (Vocal Cord) ซึ่งอยู่ภายในตัวเราเอง ไม่ต้องไปซื้อหามาจากไหน เมื่อเรามีความสุขเราก็อยากร้องเพลง เสียงเพลงของเราจากส่วนลึกภายในจิตใจของเราจริงๆ ร่างกายก็จะมีความรู้สึกสดชื่นขึ้น เพราะอย่างน้อย ปอดและหัวใจก็จะทำหน้าที่อย่างเต็มที่

แต่การร้องเพลงและศิลปะการขับร้องเป็นคนละเรื่องกัน มนุษย์ทุกคนร้องเพลงเป็น ยกเว้นทารกและคนใบ้ แต่ไม่ใช่ทุกคนจะมีศิลปะในการขับร้อง เพราะการขับร้องมีกฎเกณฑ์พิเศษ ประกอบไปด้วยปัจจัยหลายอย่าง และต้องผ่านการฝึกฝนที่เหมาะสมกับตัวผู้ฝึกเป็นเวลานาน จึงจะเป็นนักร้องที่ดีได้ การมีเพียงน้ำเสียงที่ไพเราะแต่ไม่ฝึกฝนพื้นฐานการขับร้องก็ไม่สามารถขับร้องให้ได้ดีอย่างแน่นอน



วิธีการเปลี่ยนเสียงที่เป็นธรรมชาติที่สุด ต้องเป็นการประสานกันระหว่างร่างกาย และจิตใจ โดยปกติอวัยวะของมนุษย์จะทำงานสอดคล้องกับการตอบสนองของระบบประสาทอย่างเป็น

ธรรมชาติ การเปลี่ยนเสียงโดยยึดหลักการของการกระทำที่เป็นธรรมชาติและผ่อนคลาย จะทำให้สามารถเปลี่ยนได้ทั้งเสียงสูง-ต่ำ ดัง-ค่อย หนัก-เบา อีกทั้งยังทำให้เสียงมีความยืดหยุ่นและเปลี่ยนเสียงได้นาน

ผู้ฝึกขับร้องควรปฏิบัติตามสัทธิโยธาในการขับร้อง เพื่อป้องกันโรคอันเกิดจากการทำงานของระบบทางเดินหายใจ และอวัยวะในการเปลี่ยนเสียง ถ้ามีความผิดปกติเกิดขึ้นก็ต้องรีบพบแพทย์ทันที

สำหรับผู้ที่ขับร้องได้อย่างเป็นธรรมชาติหรือมีความพร้อมในการขับร้องนั้น การฝึกฝนอย่างถูกวิธีจะช่วยพัฒนาคุณภาพของเสียง แต่สำหรับคนส่วนใหญ่ที่มีความตั้งใจร้องเพลง แต่ร้องไม่เป็นและร้องไม่ถูกวิธี ลองหาดาราสอนร้องเพลงมาฝึกซ้อมเองที่บ้าน หรือเลือกสรรครูสอนร้องเพลงที่มีความรู้แท้จริง และพร้อมเป็นกัลยาณมิตรที่จะถ่ายทอดสิ่งดี ๆ ให้กับผู้เรียน

การเปลี่ยนเสียงร้องให้มีคุณภาพ มีหลักการง่าย ๆ ด้วยวิธีการ 6 เบ็ด ดังนี้

เปิดใจ ปกติคนเราเมื่อมีความสุขก็อยากจะทำเพลง นั่นก็คือการเปิดใจ ในทางกลับกันถ้าเรามีความทุกข์ กลุ่มใจ หรือเครียด ก็ไม่ควรจะเปิดใจ ขอให้พยายามเปิดใจร้องเพลง แล้วคุณจะมีความสุข

เปิดอก คือการผ่อนคลายกล้ามเนื้อช่วงทรวงอกไม่ให้เกร็ง หาใช้การถอดเสื้อเปิดอก เช่น ดาวยั่ว ดาวโป้ หรือดารานางเอก ที่ตั้งใจแก่หน้าถ่ายรูป แล้วอ้างว่ามีความจำเป็นเพื่อหาเลี้ยงชีพไม่

เปิดคอ เสียงที่มีคุณภาพจะเปล่งออกมาได้ด้วยการผ่อนคลายกล้ามเนื้อของคอเท่านั้น แต่หลายคนบอกว่าคอที่ขึงมีชีวิตอยู่ ยังหายใจอยู่ คอต้องเปิดอยู่แล้ว ซึ่งไม่จริงเสมอไป เพราะยามเรามีความตื่นเต้น กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย รวมทั้งช่องคอจะเกร็ง เหมือนดั่งคำไทยที่ว่า ตื่นเต้นจนคอหอยตีบ นั่นเอง

เปิดปาก การร้องเพลงถ้าไม่เปิดปาก แม้จะควบคุมลมหายใจได้ดียังไง ก็ไม่สามารถเปลี่ยนเสียงที่กังวานออกมาได้ เสียงที่ออกมาดูเหมือนคนบ่นมีงัมมากกว่าร้องเพลง

เปิดหน้า สร้างรอยยิ้มด้วยการยกกล้ามเนื้อใบหน้า เพื่อให้เสียงที่เปล่งออกมากังวานสดใส มีน้ำหนัก ตรงกันข้าม ถ้าทำ "หน้าตลก" เปรียบเสมือนร้องเพลงแล้วนำหมอนมาปิดปากปิดจมูก เสียงจะอู้อี้ไม่น่าฟัง

เปิดหู ท่านจะทราบได้ว่าเสียงร้องนั้นเพี้ยน ผิดคีย์ คร่อมจังหวะ หรือคำร้องไม่ชัด ก็ด้วยการเปิดหูรับฟังเสียงตนเอง หูของท่านเปรียบเสมือนคุณครูคนที่หนึ่งที่อยู่ใกล้ตัวที่สุด (จริง ๆ แล้วอยู่ในตัวท่านเอง)



นอกจากนั้น การเปิดหูยังเป็นการรับฟังความเห็นผู้อื่นว่าเรายังมีข้อบกพร่องในการขับร้องเช่นใดเพื่อการแก้ไขและพัฒนา อีกนัยหนึ่ง การเปิดหู คือ การพัฒนาประชาธิปไตย ซึ่งใช้ได้ทั้งในชีวิตประจำวันและในวิถีทางการเมือง

ดังนั้น จงรีบเรียนร้องเพลงกันเถิดอย่ารอช้าตราบไต่โลกนี้ยังมีเสียงเพลง ยังมีคนร้องเพลง แม้สังคมจะเสื่อมทรามลงเพียงใด โลกนี้ก็ยังมีอายุ แต่ถ้าตราบไต่โลกนี้ไม่มีเสียงเพลง ไม่มีใครร้องเพลงอีกแล้ว แม้โลกนี้ก็จะยังคงอยู่ ก็เปรียบเสมือนทุกสิ่งทุกอย่างได้สูญสลายลงแล้วอย่างสิ้นเชิง

Willkommen in Deutschland: คู่มือสำหรับคนต่างชาตินที่เพิ่งมาอยู่เยอรมนี

พัทธา เรือนแก้ว เรียบเรียง



Sie planen, nach Deutschland zu ziehen, oder sind vor Kurzem in die Bundesrepublik gekommen, um hier dauerhaft zu leben? Dieser Schritt bringt viele Veränderungen mit sich. Diese Broschüre soll eine Orientierungshilfe sein und Ihnen mit grundlegenden Informationen helfen, sich schneller in Ihrer neuen Heimat zurechtzufinden und zu integrieren.

ข้างต้นเป็นคำขึ้นต้นของหนังสือเล่มกระทัดรัด Willkommen in Deutschland. Informationen für Zuwanderer ยินดีต้อนรับสู่เยอรมนี ข้อมูลสำหรับผู้ย้ายถิ่นเข้ามาอยู่เยอรมนี จัดทำโดย Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) สำนักงานว่าด้วยกิจการการย้ายถิ่นฐานและผู้ลี้ภัยแห่งสหพันธ์ฯ โดยได้รับมอบหมายจาก Bundesministerium des Innern (BMI) กระทรวงมหาดไทยแห่งสหพันธ์ฯ นั่นคือ หนังสือนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการด้านประชาสัมพันธ์ของกระทรวงมหาดไทย และกระทรวงนี้ก็เป็นผู้จัดพิมพ์ เราจะมาคุยกันว่าหนังสือนี้คืออะไร มีความหมายอย่างไรสำหรับหญิงและชายไทยในเยอรมนี ก่อนอื่นมาทำความรู้จัก BAMF กันหน่อย

สำนักงานว่าด้วยกิจการการย้ายถิ่นฐานและผู้ลี้ภัยแห่งสหพันธ์ฯ (BAMF) เป็นหน่วยงานสังกัดกระทรวงมหาดไทย ตั้งอยู่ที่เมือง Nürnberg จนถึงปี 2004 เป็นหน่วยงานชื่อ Bundesamt für die Anerkennung ausländischer Flüchtlinge มีภาระหน้าที่ในการพิจารณาเกี่ยวกับการขอเป็นผู้ลี้ภัยของคนต่างชาติ หน่วยงานในปัจจุบันเป็นผลมาจากการแก้ไขกฎหมายว่าด้วยสิทธิพำนัก (Aufenthaltsgesetz) ที่เปลี่ยนมาเป็นกฎหมายว่าด้วยการย้ายถิ่นฐานเข้ามาพำนักในประเทศ (Zuwanderungsgesetzes) มีผลบังคับตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2005 ด้วยมาตรา 1 ของกฎหมายนี้ BAMF ในรูปแบบปัจจุบันจึงเกิดขึ้น และได้มีภาระหน้าที่เฉพาะเรื่องเกี่ยวกับผู้ลี้ภัย หากแต่มีภารกิจเพิ่มขึ้น ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้คนต่างชาติสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมเยอรมัน อันได้แก่

- พัฒนาหลักสูตร โครงการและจัดดำเนินการคอร์สการเรียนการสอนภาษาเยอรมันและให้ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเยอรมนี Integrationskurse
- ส่งเสริมสนับสนุนด้านการเรียนภาษาเยอรมันเพื่อการประกอบอาชีพ (ESF-BAMF-Programm)
- ส่งเสริมสนับสนุนการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการย้ายถิ่นฐานของผู้ใหญ่
- สนับสนุนโครงการ และมาตรการต่างๆ ในการส่งเสริมให้เกิดการเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสังคมเยอรมัน

ด้วยภารกิจดังกล่าวข้างต้น BAMF จึงได้รับมอบหมายให้จัดทำหนังสือ Willkommen in Deutschland อันเป็นเหมือนคู่มือสำหรับคนต่างชาติที่ต้องการเดินทางเข้ามาเยอรมนี หรือที่เพิ่งเดินทางเข้ามาพำนักอยู่ใหม่ ๆ เพราะหลายต่อหลายคนที่เพิ่งเดินทางเข้ามาพำนักอยู่ในเยอรมนี นอกจากจะต้องปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมใหม่ อากาศ ขนบธรรมเนียม การถือปฏิบัติที่ไม่เคยชิน ยังอาจมีคำถามมากมายเกี่ยวกับการใช้ชีวิต การทำงาน เช่น จะไปเรียนภาษาเยอรมันได้ที่ไหน จะหางานทำได้อย่างไร วุฒิการศึกษาที่ร่ำเรียนมาจะได้รับการรับรองหรือไม่ และอื่น ๆ

Willkommen in Deutschland จัดทำขึ้นเพื่อตอบคำถามต่างๆ ข้างต้น เริ่มต้นจาก วิธีการค้นหาข้อมูลในหนังสือ (Wegweise durch die Broschüre) โดยรวบรวมประเด็นปัญหาหลักๆ ที่คนต่างชาติมักต้องการรู้ ตั้งเป็นคำถามและบอกให้ทราบว่าจะติดตามอ่านข้อมูลดังกล่าวได้ที่หน้าไหนของหนังสือ เหมือนเป็นการให้ทิศทางผู้อ่านสามารถเลือกอ่านเฉพาะที่ตนสนใจ ไม่จำเป็นต้องอ่านให้หมดทั้งเล่มเพื่อค้นหาคำตอบที่ตนต้องการ หรือสนใจ เช่น คุณต้องการเรียนภาษาเยอรมัน ข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวอยู่หน้า 12 หรือ คุณต้องการรู้เกี่ยวกับ สิทธิพำนัก อ่านหน้า 24 หรือ คุณต้องการหางานทำ ข้อมูลอยู่หน้า 34 เป็นต้น





ข้อมูลที่น่าสนใจในเล่มมีทั้งหมด 13 หมวด ได้แก่

- การเดินทางเข้าเยอรมนี
- เรียนภาษาเยอรมัน
- ข้อมูลและคำแนะนำ
- สิทธิพำนัก และการแปลงสัญชาติ
- การทำงาน และ อาชีพ
- ที่อยู่อาศัย
- เด็ก และ ครอบครัว
- โรงเรียน การศึกษาอบรมสายอาชีพ และ การศึกษาระดับอุดมศึกษา
- สุขภาพ และการป้องกัน
- ธนาคาร และ การประกันต่างๆ
- การจับจ่ายซื้อของ การคุ้มครองผู้บริโภค
- สมาพันธ์ และ องค์กรต่างๆ
- วิถีชีวิตในเยอรมนี

ข้อมูลที่น่าสนใจในแต่ละบทจะเป็นข้อมูลเบื้องต้นสั้นๆ ง่ายๆ ให้เข้าใจว่าคืออะไร เงื่อนไขโดยคร่าวๆ เป็นอย่างไร จะต้องปฏิบัติตนอย่างไรในประเด็นนี้ หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมจะสามารถติดต่อได้ที่ไหน ใครบ้างที่พอจะให้คำแนะนำอธิบายในประเด็นนั้นๆ ได้ เช่น บทที่ 4 เกี่ยวกับสิทธิพำนักและการแปลงสัญชาติ จะเริ่มด้วยการอธิบายให้ทราบถึงเงื่อนไขในการได้สิทธิพำนักของกลุ่มต่างๆ กลุ่มชาวต่างชาติที่มาจากประเทศสมาชิกสหภาพยุโรป กลุ่มจากประเทศอื่นๆ และกลุ่มที่มีเชื้อชาติเยอรมัน ตามด้วยประเภทของสิทธิพำนัก รวมทั้งเงื่อนไขหลักที่จะทำให้ได้สิทธิพำนักดังกล่าว พร้อมด้วยหมายเหตุสำคัญที่ควรสนใจ คำแนะนำ และ แหล่งข้อมูลที่สามารถติดต่อขอข้อมูลเพิ่มเติม เป็นต้น

ในความเป็นจริงแล้วข้อมูลต่างๆ ใน Willkommen in Deutschland ไม่ได้จะมีประโยชน์แต่เฉพาะคนต่างชาติที่เพิ่งมาอยู่ใหม่เท่านั้น แต่เป็นข้อมูลที่คนต่างชาติที่จะหรือพำนักอยู่ในเยอรมนีเป็นระยะเวลายาวครครที่จะทราบ และยังมีคนต่างชาติจำนวนมากที่เข้ามาพำนักอยู่ในเยอรมนีมานานแล้ว หรือเดินทางเข้ามาก่อน 2005 ยังคงไม่มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ที่นำเสนอใน Willkommen in Deutschland นี้ ทั้งนี้หากดูจากปี.ศ.ที่มีการจัดตั้ง BAMF ขึ้นคือ 2005 หนังสือ หรือ คู่มือลักษณะนี้ที่ให้ข้อมูลเบื้องต้นแทบจะไม่มี คนต่างชาติต้องหาทาง หาข้อมูลกันเอง แม่นว่าในปี 2003 จะเคยมีการจัดทำและจัดพิมพ์ Ein Handbuch für Deutschland หรือ คู่มือสำหรับประเทศเยอรมนี ซึ่งจัดทำโดย Beauftragte der Bundesregierung für Migration Flüchtlinge und Integration

(อาจแปลว่า ผู้ดูแลภารกิจเกี่ยวกับการย้ายถิ่น ผู้ลี้ภัย และการปรับตัวสู่สังคมแห่งรัฐบาล ได้ใหม่) ซึ่งมีเนื้อหาโดยรวมคล้ายกับเนื้อหา Willkommen in Deutschland บางส่วนอาจจะเยียดหรือมีเนื้อหามากกว่าจัดพิมพ์เป็นภาษาเยอรมันควบกับอีกห้าภาษา คือ เยอรมัน-อังกฤษ เยอรมัน-ฝรั่งเศส เยอรมัน-รัสเซีย เยอรมัน-สเปน และเยอรมัน-ตุรกี แต่ คู่มือสำหรับเยอรมนี ก็ไม่ค่อยเป็นที่รู้จักเท่าไร หลายคนอาจไม่เคยรู้ด้วยซ้ำไปว่ามีหนังสือเล่มนี้ หนังสือนี้หมดลงในเวลาไม่นาน และในปัจจุบันเว็บไซต์ที่เคยโหลดคู่มือสำหรับเยอรมนีได้ ก็อันตรายไปแล้ว

Willkommen in Deutschland ที่กล่าวถึงนี้เป็น การปรับปรุงใหม่และพิมพ์เป็นครั้งที่ 3 เมื่อ กุมภาพันธ์ 2012 เรียกว่ายังคงค่อนข้างใหม่ จัดพิมพ์ 5 ภาษา คือ อังกฤษ รัสเซีย โปแลนด์ อารบิก และฝรั่งเศส รวมภาษาเยอรมันด้วยก็จะเป็น 6 ภาษา ไม่ได้พิมพ์ควบเยอรมันกับภาษาอื่น อย่างคู่มือประเทศเยอรมนีรูปเล่มกระทัดรัดกว่า ด้วยขนาด A 5

ผู้ที่สนใจสามารถติดต่อขอรับได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ โดยทางโทรศัพท์ 0180 577-8090 หรือ โทรสาร 0180 577-8094 หรือทาง Mail: publikationen@bundesregierung.de หรืออาจจะดาวโหลดจากเว็บไซต์ของ BAMF ก็ได้ที่ <http://www.bamf.de/SharedDocs/Meldungen/DE/2012/20120914-wid-broschuere-neu.html>

จะสั่งก็เล่มก็ได้ เพราะเป็นบริการที่ทางรัฐบาลจัดให้แก่ประชากรต่างชาติในเยอรมนี

รับสั่งกันนะคะ นำมาเก็บไว้เป็นคู่มือสำหรับเปิดอ่านเมื่อต้องการข้อมูลใดๆ และยังสามารถใช้เป็นข้อมูลที่จะนำไปบอกเพื่อน และคนรู้จักที่ยังไม่รู้ต่อไปได้



**ภาษาเยอรมันทาง
หัตถเวช**
(Konversation in der
Thaimassage)

เขียนโดย สุชาดา ไบเยอร์
ISBN: 978-3-00-039094-4

หนังสือคู่มือภาษาเยอรมันในการนวดได้จัดทำขึ้นมาโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในด้านการสื่อสารระหว่างผู้นวดบำบัดและผู้รับบริการ หรืออาจจะกล่าวได้ว่าเป็นคู่มือช่วยแห่งการยั้งชีพ

อนึ่งการจะสื่อสารให้ได้ผลนั้น ผู้อ่านควรมีพื้นฐานทางด้านภาษาและไวยากรณ์เยอรมันมาบ้าง ฉะนั้นจึงขอแนะนำผู้อ่านว่า ควรเขาเรียนภาษาเยอรมันเบื้องต้นมาบ้างเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกับภาษา ไวยากรณ์ และสำเนียงของเจ้าของภาษารวมถึงฟังฝึกฝนไฝ่หาความรู้อยู่เสมอ

ผู้เขียนได้นำคำศัพท์และตัวอย่างประโยคสนทนาที่ต้องใช้ หรือได้ยินบ่อยๆ มาไว้ในหนังสือเล่มนี้ให้ครอบคลุม เพื่อให้ผู้อ่านเลือกนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ให้โดมมากที่สุด

ภาษาเยอรมันทางหัตถเวช รูปเล่ม A5 มีเนื้อหาทั้งหมด 96 หน้า ราคา 18,45 ยูโร (รวมค่าส่งในยุโรป)

สนใจสั่งซื้อได้ที่ aunchun@d-magazine.de หรือ โทรฯ 01774954640 สั่งซื้อตั้งแต่ 10 เล่มมีส่วนลด 5%



**คู่มือสำหรับคนไทย
เมื่อต้องไปพบแพทย์**
(Ratgeber für Thailänder:
Beschreibung der
Symptome Beim
Arztbesuch)

เขียนโดย สุชาดา ไบเยอร์และสุคนธา ไบเยอร์
ISBN: 978-3-00-021513-1

แนะนำหนังสือดี มีสาระน่าสะสมไว้หรือเป็นของขวัญล้ำค่าสำหรับคนที่คุณห่วงใย เนื้อหาในหนังสือเป็นสื่อที่รวบรวมข้อมูลที่มีประโยชน์พร้อมมีตัวอย่างคำถามที่เราพบบ่อยๆ หรือที่เราอยากถามแพทย์บ่อยๆ และ คำศัพท์ทางอาการและความรู้สึกของผู้ป่วยพร้อมประโยคตัวอย่าง เราจะบอกอาการกับแพทย์อย่างไรได้บ้าง ข้อมูลและเอกสารส่วนตัวที่ต้องใช้เวลาเข้าโรงพยาบาล ศัพท์บุคลลากร และ แผนกต่างๆ ในโรงพยาบาล ศัพท์สิ่งของในห้องผู้ป่วย ศัพท์ลักษณะของยา คำศัพท์ทางร่างกาย โรคและการตรวจรักษาต่างๆ ศัพท์ส่วนทางการแพทย์ที่พบบ่อย ศัพท์ที่แพทย์หรือพยาบาลมักใช้แนะนำให้ผู้ผู้ป่วยปฏิบัติตาม เป็นต้น

คู่มือสำหรับคนไทย เมื่อต้องไปพบแพทย์ รวบรวมขึ้นโดยกลุ่มพยาบาลไทยในประเทศเยอรมนี รูปเล่ม A 5 เนื้อหา 176 หน้า ราคา 19,00 ยูโร (ไม่รวมค่าส่งทางไปรษณีย์)

สั่งซื้อได้ที่ E-Mail payabanpladthin@yahoo.de สุชาดา ไบเยอร์ โทรฯ 01785638589



**เรียนภาษาเยอรมันกับ
ครูตอม**
(Deutsch lernen mit
Kru Dtom)

เขียนโดย อัญชัญ เสียรลิ่ง
ISBN: 978-300-020640-5

จากประสบการณ์สอนภาษาเยอรมันแก่แม่บ้านไทยในเยอรมนีมานานกว่า 20 ปี “ครูตอม” ได้รวบรวมบทเรียนภาษาเยอรมัน ซึ่งเขียนคำอธิบายอย่างไม่ซับซ้อน เพื่อให้ผู้อ่านจะได้ทำความเข้าใจได้ง่าย อีกทั้งมีข้อเสนอแนะและสะสมเรื่องสำคัญ เช่น วัฒนธรรมเยอรมันและคำศัพท์ที่ควรรู้ในชีวิตประจำวัน สอดแทรกไว้ในบทเรียนต่างๆ เป็นประโยชน์แก่ผู้ที่กำลังเริ่มต้นเรียนภาษาเยอรมันอย่างยิ่ง

เนื้อหาสาระในคู่มือเรียนภาษาเยอรมัน เล่ม 1 เป็นกรปูพื้นฐานการเรียนภาษาต่างประเทศ ทำความรู้จักกับความหมายและหน้าที่ของคำต่างๆ เป็นต้น รูปเล่ม A4 เนื้อหา 126 หน้า ราคา 18,00 ยูโร (ไม่รวมค่าส่งทางไปรษณีย์)

เนื้อหาสาระในคู่มือเรียนภาษาเยอรมัน เล่ม 2 ครูตอมแนะนำการโครงสร้างของประโยคต่างๆ รวมทั้งการสังเกตหน้าที่ของคำต่างๆ ในประโยค ซึ่งมีรายละเอียดมากมาย รูปเล่ม A 4 เนื้อหา 132 หน้า ราคา 18,00 ยูโร (ไม่รวมค่าส่งทางไปรษณีย์)

สนใจสั่งซื้อได้ที่ info@thaiuebersetzer.de หรือ โทรฯ 07771/4595



**หญิงไทยและชุมชน
ไทย วันนี้ ในเยอรมนี**

หนังสือเล่มนี้คือความพยายามที่จะนำเสนอภาพในอีกด้านหนึ่ง ซึ่งอาจแตกต่างไปจากภาพของผู้หญิงไทยที่มีเผยแพร่อย่างซ้ำแล้วซ้ำเล่าในสังคมเยอรมันและสังคมไทย เป็นความจริงที่น่าเสนอโดยมุมมองปัญหาของ “คนใน” นั่นคือ นักวิชาการ และนักพัฒนาสังคมชาวไทยในเยอรมนี ที่สัมผัสกับปัญหาโดยตรง มิใช่มุมมองของ “คนนอก” ที่เขามาศึกษาอย่างฉาบฉวย

หนังสือ “หญิงไทยฯ.” จัดพิมพ์เป็น e-book ด้วยการสนับสนุนจากสถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลิน

ดาวน์โหลดอ่านฟรีได้ที่ www.d-magazine.de และ www.thaiembassy.de



การจัดทำคู่มือคนไทยในเยอรมนีนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการที่สถานเอกอัครราชทูตฯ มีเจตนารมณ์ที่แน่วแน่ที่จะเสริมสร้างชุมชนไทยในเยอรมนีให้เข้มแข็ง โดยการติดต่อช่วยเหลือดูแลคนไทยด้วยกันเองบนหลักการ “ไทยช่วยไทย” ซึ่งเป็นแนวทางที่ผมเชื่อมั่นว่า จะมีประสิทธิภาพและมีความยั่งยืนที่สุด ในขณะที่เดียวกันก็ร่วมมือกับภาครัฐของเยอรมนีอย่างใกล้ชิดในการส่งเสริมให้คนไทยปรับตัวให้กลมกลืนเข้ากับสังคมเยอรมันสามารถอยู่รวมในสังคมได้อย่างมีความสุข มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่าได้รับการยอมรับจากชาวเยอรมันและชาวต่างชาติอื่นๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นผลประโยชน์ร่วมกันของทั้งสองประเทศ

ดาวน์โหลดอ่านฟรีได้ที่ www.d-magazine.de และ www.thaiembassy.de

Regelmäßig lesen!
Mittels D-Magazine werden regelmäßig Artikel über die
Verordnung Die Zustellung der hoch-efigürigen-Magazin-
September und Dezember

Zufolge erfolgt per Sendebuchung:
J.D. Weidner
Roth, Waldenstr. 2, 18449
Korsten, Tel: 03821 424110, Fax: 03821 424110
Alle Kosten auf den empfangenden
D-Magazine, Abo-Garantie, die Kurier-Fähig
Am 18.09.2014 10:00:00

Sockel:
www.d-magazine.de
www.d-magazine.de

JA, ich bestelle das D-Magazine monatlich für 1 Jahr!
(4 Ausgaben im Jahr) der 1. Lieferung über Amazon mit nur
3000 Euro (einschließlich Zustellung in Deutschland -
Kaufpreis zuzüglich Porto)

Vor- und Nachname:
Mittels: H:
Fiz: Wohnort:
Telefon:
Geburtsdatum:
Geburtsort:
ABO-NR:

นิตยสารดี (D-Magazine)
ช่วยบอกต่อกันไปช่วยเรา
นิตยสารดี - มิติ เพื่อคนไทย-



กลุ่มครูอาสาภาษาไทยในเยอรมนี



ได้ก่อตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 22 เมษายน พ.ศ. 2555 ที่ห้องโถงของสถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลิน แรงบันดาลใจในการรวมกลุ่ม สืบเนื่องมาจากการเข้าอบรมการสอนวิชาภาษาไทยสำหรับเด็กกับครูอาสา ศิลปกรรม โดยการสนับสนุนของสถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลิน และสมาพันธ์ครูอาสาภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยในยุโรป โดยมีผู้เข้าร่วมอบรมกว่า 40 คน ผู้ที่เข้าอบรมส่วนมากจะเป็นครูอาสาจากโรงเรียนสอนภาษาไทยในเมืองต่างๆในเยอรมนี และผู้ที่มีจิตอาสาในการที่จะเผยแพร่ภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยแก่ลูกหลานและชาวเยอรมันต่อไป ถามว่า “ทำไมต้องเรียนภาษาไทย” พวกเราคนไทยในต่างแดนควรจะดำรงรักษาเอกลักษณ์ของไทยเอาไว้ ซึ่งภาษาไทยก็เป็นเอกลักษณ์และวัฒนธรรมอย่างหนึ่งที่ต้องเรียนรู้และรักษาเอาไว้ การเรียนรู้สองภาษาหรือหลายภาษาเป็นผลดีในการพัฒนาสมองซึ่งเป็นผลดีในภายภาคหน้าต่อลูกหลานไทย การพูดได้หลายภาษานั้นได้เปรียบยิ่ง เวลากลับบ้านเมืองไทยจะสามารถพูดคุยภาษาไทยกับปู่ย่าตายาย ที่ ๆ หนองได้ เป็นความภูมิใจของครอบครัว สร้างความมั่นใจต่อเด็กลูกหลานไทย เป็นผลดีต่อการสมัครงานในภายภาคหน้า เราไม่ทราบว่าจะอนาคตจะเป็นอย่างไร อาจมีเหตุจำเป็นต้องย้ายกลับบ้านเมืองไทย ถ้าเด็กรู้ภาษาไทย ก็เปรียบเสมือนการเตรียมรับมือต่อสภาพแวดล้อมและชีวิตความเป็นอยู่ที่เมืองไทยได้ง่ายขึ้น หรือหากต้องการไปทำงานในประเทศ

ผลจากการอบรมและข้อสรุปของผู้เข้ารับการอบรมก่อนที่จะแยกย้ายจากกันไป เมื่อวันที่ 22 เมษายน 2555 คุณบุลิน มิลินทจินดา เลขานุการเอกของเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงเบอร์ลินในขณะนั้น ได้เข้าร่วมสังเกตการณ์และหารือถึงการช่วยเหลือสนับสนุน ในเรื่องอุปกรณ์การเรียนการสอนภาษาไทยของครูอาสาส่วนหนึ่ง โดยจะประสานงานกับสมาพันธ์ครูอาสาภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยในยุโรป (FETTE)



ครูอาสาได้กล่าวว่า สมาพันธ์ฯ ยังไม่มีสมาชิกจากเยอรมนีเลย จึงได้มีการจัดตั้งประธานกลุ่มครูอาสาในเยอรมนีรุ่นนี้ขึ้น เพื่อประสานงานและส่งข่าวสารเวียนกันในกลุ่มสมาชิก ที่ประชุมได้เลือก คุณอัมพร วอลคเกอร์ เป็นประธานกลุ่ม และมีผู้ช่วยสองคนคือ คุณเกตุสุดา วรรณพรหมและคุณสุจิตร์ ชติแยร์

ติดต่อสอบถามครูอาสาภาษาไทยได้ที่ 0172 9481118 เรายินดีที่จะตอบข้อซักถามเกี่ยวกับการรวมตัว และยินดียิ่งสำหรับคำแนะนำจากผู้ที่มีประสบการณ์ ขอขอบคุณ ดร.ปองใจ โรเซลเฟลด์ “ผู้ใหญ่ที่น่านับถือ” ของคณะครูอาสาภาษาไทยมา ณ ที่นี้.



สติ สมาธิและดนตรี¹ ตอนที่ 2

„ดนตรีนั้นถ้าเป็นดนตรีบริสุทธิ์ ก็ยังสามารถทำให้อึดใจว่างจาก
ความยึดถือว่า ตัวกูหรือของกูอยู่ แต่ถ้าเป็นดนตรีสกปรก ก็
ต้องปลุกความรู้สึกที่เห็นแก่ตัว ตัวกูของกู ยิ่งขึ้นไป”
(๓๓๓๓ ดนตรี กวี ศิลป: ท่านพุทธทาสภิกขุ 2547)



1 บทความนี้เป็นบทความย่อมาจากวิทยานิพนธ์ Master of Art (Musiktherapie)
เรื่อง Achtsamkeit in der Musiktherapie รากานันท์ วัฒนวิวัฒน์
เพิ่มเติม สามารถติดต่อได้ที่ windsection@hotmail.com

ในฉบับที่แล้วได้เกริ่นนำเรื่องความหมายของสติและ
สมาธิจากมุมมองของพุทธศาสนาและการตีความจากทาง
ตะวันตก ลักษณะพิเศษของดนตรีกับการอยู่ปัจจุบันขณะ
แนวคิดในการนำดนตรีมาช่วยในการฝึกสติและสมาธิรวมไป
ถึงจุดมุ่งหมายของการใช้ดนตรีเพื่อช่วยฝึกสติ ซึ่งทั้งหมดนั้น
เป็นส่วนหนึ่งในภาคทฤษฎี ในฉบับนี้จะเป็นเรื่องของภาค
ปฏิบัติและการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันด้วยตนเอง

ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจก่อนว่า การฝึกสมาธิโดยใช้
ดนตรีเพื่อช่วยฝึกนั้น ถูกออกแบบมาเพื่อใช้ในทางบำบัด
รักษา ซึ่งการฝึกสติด้วยดนตรีในทางคลินิคนั้นจำเป็นต้องอยู่
ภายใต้การควบคุมดูแลของนักบำบัดเพื่อป้องกันภาวะทาง
อารมณ์บางประการที่อาจจะเกิดขึ้นแล้วไม่สามารถควบคุม
ได้ด้วยตนเอง เช่น อาการที่เรียกว่า Panic attack หรืออาการ
สั่นกลัวขั้นรุนแรงที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ซึ่งอาจเกิดขึ้น
ได้จากการฟังเครื่องดนตรีบางชนิด เช่น Didgeridoo, Gong,
Singing Bowl ตัวนักบำบัดเองยังต้องพยายามหลีกเลี่ยง ไม่
ชักจูงคนไข้ให้เข้ามานับถือศาสนาพุทธ และหลีกเลี่ยงไม่ใช้
เนื้อหา หรือพูดถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อทางศาสนา มากจน
เกินไป เพราะจะทำให้เกิดการไม่ยอมรับและความไม่เข้าใจ
ได้ง่าย แต่เนื่องจากสังคมไทยมีความผูกพันกับพุทธศาสนา
มานาน คนไทยจึงเข้าใจและยอมรับเรื่องนี้ได้ดีกว่าชาวตะวัน
ตก ถึงอย่างไรก็ตามหากเป็นผู้ที่ฝึกสมาธิเป็นประจำอยู่แล้ว
แบบฝึกหัดนี้ก็อาจจะไม่มีความจำเป็นมากเท่าไร แต่ทุก ๆ
ท่านสามารถทดลองฝึกได้ด้วยตนเองเพื่อดูว่าการฝึกแบบนี้
นั้นเหมาะสมกับตนหรือไม่ มีความแตกต่างกับการนั่งสมาธิ
แบบปกติอย่างไร

ก่อนอื่นเราต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับคำว่า “ดนตรี”
ที่จะนำมาใช้เพื่อช่วยในการฝึกสติเสียก่อน ดนตรีในที่นี้
ไม่ได้หมายถึงดนตรีที่เป็นเพลงที่มีเนื้อร้อง ทำนอง หรือเป็น
ดนตรีที่เล่นโดยวงดนตรีอย่างที่เราได้ยินกันอยู่ในชีวิตประจำ
วันเพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่จะหมายรวมไปถึงองค์ประกอบ
พื้นฐานของดนตรี 5 ประการด้วย ได้แก่ จังหวะ เสียง เมโลดี้
หรือทำนองเพลง ระดับเสียงและรูปแบบ ซึ่งองค์ประกอบ
เหล่านี้จะถูกนำมาใช้เพื่อช่วยฝึกสำหรับผู้ที่ปัญหาในการ
นั่งสมาธิหรือผู้เริ่มฝึกด้วยการฟังเพลงหรือองค์ประกอบของ
ดนตรีหรือการสร้างเสียงเพลงขึ้นมาด้วยตนเอง แทนการ
สังเกตลมหายใจตัวเองเพียงอย่างเดียว

ลมหายใจกับจังหวะ

แบบฝึกหัดนี้เป็นแบบฝึกหัดเริ่มต้นด้วยการใช้การนับ
จังหวะเข้ามาช่วยในการสังเกตลมหายใจ เริ่มด้วยการนั่ง
ให้อยู่ในท่าที่สบายที่สุด จะนั่งบนพื้นหรือบนเก้าอี้ก็ได้ จาก
นั้นค่อยๆ หลับตา แล้วฟังความสนใจไปยังจุดต่างๆ ของ
ร่างกายตั้งแต่ศีรษะไล่ลงไปถึงปลายเท้า พยายามรับรู้



ถึงความรู้สึกกดทับต่างๆ ในจุดที่ร่างกายมีการสัมผัสกับสิ่งภายนอก เช่น พื้นหรือเก้าอี้ เป็นต้น

จากนั้นหันความสนใจมายังลมหายใจของตัวเอง รับรู้ถึงลมหายใจของตัวเองว่าสั้น-ยาว ช้า-เร็ว ตื่น-ลึก เพียงใด เมื่ออยู่กับลมหายใจได้ดีแล้วให้เริ่มนับจังหวะดังนี้

หายใจเข้า: 1 – 2 – 3 – 4

ค้างหายใจ: 1 – 2 – 3 – 4

หายใจออก: 1 – 2 – 3 – 4

ค้างหายใจ: 1 – 2 – 3 – 4

นับวนแบบนี้ไปเรื่อยๆ จนรู้สึกว่าการทำได้แบบสบายๆ ไม่มีอาการเกร็ง

ข้อสังเกตเวลาฝึก:

- ควรนับจังหวะให้สม่ำเสมอ ไม่ช้าไป ไม่เร็วไป
- ขยายจังหวะให้ยืดออกไปเมื่อรู้สึกว่าการนับ 4 นั้นน้อยเกินไป
- เวลาหายใจควรสังเกตด้วยว่า ลมหายใจของเราวิ่งไปที่ไหน ปกติคนเราเวลาหายใจธรรมดาลมหายใจจะเข้าไปที่ปอด คือปอดเราจะขยายและยุบตัวเวลาหายใจซึ่งการหายใจแบบนี้เป็นการหายใจที่ยังไม่ลึกพอ ระหว่างฝึกควรหายใจให้ลึกเข้าไปถึงบริเวณท้อง คือหายใจเข้าออกให้ท้องขยายตัวและกระบังลมได้ทำงาน การหายใจแบบนี้จะยากและอาจรู้สึกไม่สบายตัวในช่วงแรก โดยเฉพาะเวลาหายใจออกแบบช้าๆ เพราะกล้ามเนื้อกระบังลมที่ไม่เคยใช้งานนั้นจะไม่แข็งแรงพอ ทำให้เกิดอาการอึดอัดบ้าง ผู้ฝึกควรรับรู้อาการไม่สบายตัวนี้ด้วยใจเป็นกลางและพยายามตั้งสมาธิให้อยู่กับการนับจังหวะให้สม่ำเสมอ หากรู้สึกเหนื่อยมากเกินไปก็สามารถหยุดพักได้ ที่สำคัญคือการฝึกแบบทางสายกลางคือไม่เข้มงวดกับตัวเองมากเกินไปและก็ต้องไม่หย่อนเกินไป

เสียงกับสติ

แบบฝึกหัดนี้เป็นการนำเอาการออกเสียงของเราเอง การอ้าปากและการร้องทำนองเพลงมาเป็นตัวช่วยในการฝึกสมาธิ เสียงคนเรานั้นนับได้ว่าเป็นเครื่องดนตรีที่ธรรมชาติได้สรรสร้างมาให้กับมนุษย์ทุกคน คนหลายๆ คนกลัวและไม่กล้าที่จะร้องเพลงเพราะไม่ชอบเสียงของตนเองหรือคิดว่าตนเองไม่สามารถร้องเพลงได้ไพเราะเหมือนนักร้อง การใช้เสียงในการฝึกสมาธินั้นไม่เกี่ยวข้องกับไพเราะหรือความสวยงามทางศิลปะแต่อย่างใด แต่เป็นการใช้เสียงเพื่อการรับรู้ตัวตนของตัวเองเวลาที่เราร้องหรืออ้าปากนั้นจะเกิดการสั่นสะเทือนขึ้นในร่างกาย การฝึกสมาธิด้วยเสียงนี้ก็เป็นการใช้การสั่นสะเทือนที่เกิดจากเสียงของตนเองเป็นตัวช่วยในการฝึกสมาธิ เพื่อการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงในร่างกายของตัวเอง รวมทั้งยังเป็นการรับรู้เสียงของตัวเองซึ่งอาจจะเป็นเรื่องแปลกใหม่สำหรับบางคน

เริ่มต้นการฝึกด้วยการยืนในท่าทางที่มั่นคงคือ ยืนตัวตรง ขากางออกให้พอดีกับระยะไหล่ของตัวเอง มือสองข้างปล่อยสบายข้างลำตัว จากนั้นค่อยๆ หลับตา รับรู้ลมหายใจ ในขณะที่นั้นว่าเป็นอย่างไร จากนั้นจึงค่อยๆ เริ่มอ้าเสียงออกมาจะเป็นเสียงสูงหรือเสียงต่ำก็แล้วแต่ ขอให้แค่รู้สึกสบายไม่เกร็งก็พอ เมื่อผ่อนคลายลมหายใจออกหมดแล้วก็หายใจเข้าลึกๆ แล้วอ้าออกมาอีกครั้ง ทำอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนรู้สึกว่าเราอ้าออกมาได้เสียงที่ยาวขึ้นและเสียงนิ่งมีความมั่นคงมากขึ้น จากนั้นให้ลองค่อยๆ เปลี่ยนเสียงออกมาเป็นสระต่างๆ เช่น อา – เอ – อี – โอ – อุ เป็นต้น เวลาร้องควรร้องทีละตัวเป็นเสียงเดียว เมื่อผ่อนคลายลมหายใจออกหมดแล้วก็ค่อยเริ่มร้องสระตัวใหม่หรือตัวเดิมก็ได้ ก่อนจบแบบฝึกหัดนี้ควรกลับมาสังเกตลมหายใจอีกครั้งหนึ่งก่อน จากนั้นจึงค่อยๆ ลืมตาขึ้น แล้วจึงค่อยเริ่มบทฝึกนี้อีกครั้ง หรือเริ่มฝึกในบทต่อไป

บทฝึกต่อไปเป็นบทฝึกต่อเนื่องจากบทฝึกข้างต้น ในบทนี้จะเป็นการร้องทำนองเพลงที่เราเป็นคนคิดขึ้นเองแบบทันทีหรือที่ในภาษาดนตรีเรียกว่า Improvisation หรือการดนตรีสด เริ่มต้นแบบฝึกหัดนี้เช่นเดียวกับแบบฝึกหัดอ้าเสียง แต่พอเราอ้าเสียงหรือร้องสระไปได้สักพักแล้วก็เริ่มร้องหรืออ้าเมโลดี้ออกมาโดยที่ไม่ต้องสนใจเรื่องความไพเราะ ระหว่างที่ร้องพยายามให้ความสนใจกับการสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้นในร่างกาย ความต่อเนื่องของเสียงและทำนองเพลงที่ออกมา

ข้อสังเกตเวลาฝึก:

- ในการร้องควรสังเกตและรับรู้ยอดสุดเวลาถึงระดับเสียง การเปลี่ยนตัวโน้ต ความมั่นคงของเสียงรวมไปถึงอารมณ์และความรู้สึกของตัวเองในขณะที่ร้องเพลง
- ค่อยๆ เพิ่มความยาวของทำนองเพลงภายในหนึ่งลมหายใจ

การฝึกสติด้วยดนตรีนั้นควรทำอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง นอกจากนี้ท่านผู้อ่านยังสามารถนำแบบฝึกหัดลมหายใจกับจังหวะไปใช้ร่วมกับกิจกรรมประจำวันต่างๆ ได้ เช่นระหว่างนั่งรถ ในขณะที่ทำงานบ้าน เป็นต้น จุดประสงค์หลักของการฝึกสติคือการฝึกจิตใจให้อยู่กับปัจจุบันขณะ ฝึกความรู้เท่าทันอารมณ์และความรู้สึกของตัวเอง ลดการคิดฟุ้งซ่านถึงอดีตและลดความกังวลถึงเรื่องในอนาคต ดนตรีในที่นี้มีหน้าที่เป็นตัวช่วยในการฝึกเพื่อเบี่ยงเบนความคิด เปรียบเสมือนหลักที่ปักไว้ไม่ให้ความคิดแล่นไปไกล ให้อยู่กับเพียงปัจจุบัน แบบฝึกหัดทั้งสองแบบข้างต้นนั้น เป็นเพียงส่วนหนึ่งในกิจกรรมทางดนตรีบำบัดที่พัฒนาขึ้นโดยอิงอยู่บนหลักของพระพุทธรศาสนา ผู้สนใจสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ windsection@hotmail.com



Der Ton macht die Musik

“จะพูดปราศรัยกับใครนั้น อย่าตะลึงตะถากให้ต้องหู”
(สุภาษิตสอนสตรี สุนทรภู่)



Musik ดนตรีเป็น ศิลปะแขนงหนึ่งที่บ่งบอกถึง Gemeinsamkeiten ความเหมือนและ Unterschiede ต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม เพราะมนุษย์ Der Mensch ist ein Kulturwesen. เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีวัฒนธรรม ที่ Durch die Künste ใช้ศิลปะสาขาต่างๆ drückt er (der Mensch) seine Gefühle und Stimmungen aus. แสดง ความรู้สึกและอารมณ์ Musik ist eine Möglichkeit, die menschlichen Gefühle auszudrücken. ดนตรีเป็นทางหนึ่งที่ ถ่ายทอด ความรู้สึกต่างๆ ของมนุษย์ sei es Glück ไม่ว่าจะ เป็น ความสุข oder Trauer หรือความเศร้า sei es Liebe ไม่ว่าจะ เป็น ความรัก oder Eifersucht หรือความชิงหวง

Die Deutschen lieben Musik. คนเยอรมันรักดนตรี เมื่อเอ่ยถึง Bei Bach, บัค/บาด Beethoven, เบโธเฟ่น Brahms, บรามส ตลกดจนถึง Händel เฮ็นเดิล และ Richard Strauss ริชาร์ด ชเตราสส์ denkt man sofort an Deutschland. จะคิดถึงเยอรมนีทันที และมีชื่อเพียงแค่นั้น เพราะเช่นเดียวกับคนชาติอื่นๆ คนเยอรมันก็มี verschiedene Musikrichtungen ดนตรีประเภทต่างๆ ตามความนิยมของกลุ่มคนในสังคม ดนตรีจึงเป็นสิ่งที่ทั้ง verbinden (สร้าง ความ) ผูกพัน และก็ trennen แบ่งแยกคนในสังคมด้วยเช่นกัน

E-, U- und F-Musik เป็นคำใช้ definieren นิยามประเภทต่างๆ ของดนตรี แบ่งโดยกว้างๆ

- **E-Musik** (เอ-มุสิก) ย่อมาจาก „ernste“ oder „ernst zu nehmende“ Kunstmusik ในที่นี้ (ernst จริงจัง) น่าจะหมายถึงดนตรีที่ ถูกต้องตามหลักเกณฑ์ ดนตรี เป็นที่ยอมรับว่าเป็นชั้นศิลปะ เป็น „reinste“ Form der Absoluten Musik รูปแบบบริสุทธิ์ที่สุดของดนตรี เมื่อก่อนจะเทียบกับ klassische Musik ดนตรีคลาสสิก ต่อมายอมรับดนตรีแบบอื่นบ้าง

- **U-Musik** (อู-มุสิก) ย่อมาจาก „Unterhaltungsmusik“ ดนตรีที่ให้ความบันเทิงเร้าใจ populäre ที่นิยมในหมู่มวลคนส่วนใหญ่และ kommerzielle Musikrichtungen เป็นประเภทการค้า เช่น Pop- und Rockmusik, Schlager und volkstümlicher Schlager, teilweise auch Jazz, Volksmusik ประเภทป๊อป ร็อค เพลงฮิต และเพลงฮิตชาวบ้าน (เพลงชาวบ้านมาทำให้ทันสมัยกลายเป็นฮิต) บางส่วนก็มี แจ๊ส และเพลงชาวบ้านด้วย
- **F-Musik** (เอฟ-มุสิก) เป็นคำย่อจาก „funktionale“ Musik หรือ Gebrauchsmusik คือ ประเภท Musik, die einen bestimmten Zweck erfüllt. ใช้ตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้แน่นอน เช่น Militärmusik, Kirchenmusik, Bühnenmusik und Filmmusik. มาร์ชทหาร เพลงศาสนา เพลงประกอบเวทีละคร และเพลงประกอบภาพยนตร์

Die Alltagssprache ภาษาเยอรมันในชีวิตประจำวัน มีสำนวนต่างๆ ที่นำดนตรี เช่น Ton เสียง das Musikinstrument เครื่องดนตรี Aufgaben oder Funktionen, die einzelne Musiker หน้าที่และบทบาทของนักดนตรี in einem Orchester ในวง(ดนตรี) มาใช้เปรียบเทียบ

ตัวอย่างเช่น die Geige oder die Violine ไวโอลิน der Geiger/ die Geigerin oder der Violinist/ die Violinistin นักดนตรี

1. die erste Geige spielen = เล่นไวโอลินอันดับหนึ่ง คนสำคัญคู่กับ neben dem Dirigenten วาทยกร หรือผู้กำกับวง คือ der Erste Geiger ไวโอลินอันดับ 1 ซึ่งเป็นเสมือนหัวหน้าวงดนตรี คนที่วาทยกรจับมือด้วยเมื่อออกมาทำหน้าที่บนเวที คนนี้แหละ spielt die erste Geige จริงๆ เพราะ Er führt die Melodie, นำ ท่วงทำนอง nach ihm haben sich die anderen Streicher zu richten. (sich nach jemandem richten= folgen = ตาม; Streicher คือนักดนตรีในกลุ่มเครื่องสาย) ซึ่งนักดนตรีในกลุ่มเครื่องสายต้องเล่นตาม Es gibt auch Personen, die versuchen, ihren Mitmenschen vorzuschreiben, was sie wie zu tun haben มีคนที่(ชอบ) สั่งให้คนอื่นทำโน่นทำนี่ อย่างนั้น อย่างนี้ คือนานอกวงฯ ก็อาจจะถูก“ตอกหน้า” ได้ว่า Du kannst hier nicht immer die Erste Geige spielen! จะมาทำเป็นตัวเอกตลอดกาลที่นี้ไม่ได้นะ(ยะ)

2. Der Ton macht die Musik. เสียงทำให้เกิดดนตรี (ขึ้น) เสียงที่รึ้นหู อันนี้เราได้รับการส่งสอนมา เข้าใจกันดีว่า “... อย่าปากร้ายพูดจาอหังมาลัย ... แม่นพูดดีมีคนเขา



เมตตา จะพูดจา จงพิเคราะห์ให้เหมาะสมความ ..." (สุภาษิต
สอนสตรี สุนทรภู่)

พูดให้ไพเราะ ก็จะเสนาะหู อย่าให้คนพูดกับเราได้ว่า

Hör mal, diese Töne passen mir (aber) gar nicht!
นี่คุณ น้ำเสียงของคุณนะ ไม่สบอารมณ์ฉันเลยนะ
ให้คนพูดว่า

Das ist/ Das klingt ja wie Musik in meinen Ohren.
ฟังระรื่นหูจังก็ เรายังชอบเลยนะ

3. Den Ton angeben ก็เกี่ยวกับเสียง คือ เป็นคน
กำหนดทิศทางของเสียง หมายความว่า เป็นคน bestimmen
กำหนด เป็นคน führen นำ

Der Dirigent eines Chores gibt den Ton an und
alle Chorsänger haben sich danach zu richten. วาทยกร
หรือ ผู้ควบคุมวงประสานเสียงเป็นผู้กำหนดการประสานเสียง
นักร้องประสานเสียง ทั้งวงจะต้องทำตาม เพื่อให้ผลงานออก
มากลมกลืนประสานกัน vergleichbar เปรียบได้กับ ein
Teamwork การทำงานเป็นทีม Es muss einen Chef geben
ที่ต้องมีหัวหน้า der festlegt, wer welche Arbeit erledigen
soll. กำหนดลงไปว่าใครมีหน้าที่รับผิดชอบทำอะไร

ไวยากรณ์สังกนิต: ประโยค Konjunktiv II น่าสนใจ (ที่
ลอกมา) ในใจความนี้คือประโยค "ถ้า... ก็... " คือไม่ใช่
เกิดขึ้นจริง แต่ถ้าเกิดขึ้นจริง ก็(อาจ) จะเป็นอย่างนี้: Denn
würde in dem Team niemand den Ton angeben, würden
alle nur das tun, was sie für richtig hielten – und das
Ergebnis wäre ein Chaos. เพราะว่าถ้าไม่มีหัวหน้าทีม
(คนจะทำงาน) นำ ทุกคนก็จะทำสิ่งที่ตนเองเห็นว่าถูกต้อง
เท่านั้น-และผลก็คือความสับสนวุ่นวาย

คล้ายๆ กัน คือ der Takt: การให้จังหวะ

4. den Takt angeben ให้/ กำหนดจังหวะ ความถี่ สัน-
ยาว ของจังหวะ เพื่อความพร้อมเพรียง ดำเนินไปอย่างราบรื่น
ทั้งข้อ 3. และ 4. ในความหมายที่ดี สร้างสรรค์การทำงาน
ร่วมกัน สำนวนเดียวกันนี้ในกรณีที่ออกคำสั่ง ใช้อำนาจทำเดี๋ยว
ก็มีความหมายในทางตรงข้าม ภาษาเยอรมันเรียกคนชนิดที่
ว่านี้ว่า Dominanz/ eine dominante Person ลูกแก่อำนาจ
คำที่น่าสนใจอีกคำหนึ่ง ที่เกี่ยวข้องกับ"จังหวะ" คือ das
Taktgefühl = der Takt + das Gefühl จังหวะที่ดี เหมาะ
สม ทำให้นดนตรีน่าฟังฉันใด การรู้(สึก) ถึงความเหมาะสมใน
มนุษย์สัมพันธ์ ปฏิบัติต่อกันอย่างถ้อยที่ถ้อยอาศัย ก็ทำให้
สัมพันธ์ภาพราบรื่นฉันนั้น นึกถึงภาษาไทยที่ว่า รู้จักกาลเทศะ
(เวลา สถานที่) :

Du solltest etwas mehr Taktgefühl haben. ปัญห
จะน้อยลง



Quellen: Wikipedia;

Üblicher Orchesteraufbau mit vier Pedalpaucen (plus einer
Piccolopaucen), hier mit Naturfellen (Kalb)

Die Pauke กลองใหญ่ในวง Symphonie Orchestra
ซิมโฟนี ออเคสตรา

5. ein Paukenschlag (เหมือน) เสียงตีกลองใหญ่ ขอ
งวงๆ (ทำให้สะดุ้ง) ชาวบ้านนำคำ Paukenschlag เสียงตีกลอง
ใหญ่ มาใช้ um eine wichtige, unvorhersehbare Neuigkeit
zu bezeichnen แสดงถึงอารมณ์ ความรู้สึกเมื่อได้รับข่าวสำคัญ
กะทันหัน อย่างไม่ได้ตั้งตัวมาก่อน เหมือนกำลังเฟลิดเฟลิน
กับเสียงดนตรี แล้วอึ้งๆ ก็มีเสียงกลองดังขึ้น ให้สะดุ้ง นั่นเอง

Die Nachricht traf mich wie Paukenschlag.

พอได้ข่าว เหมือนถูก"สายฟ้าฟาด"

แต่ถ้าได้ยินหรือพูดว่า

Nun wollen wir mal richtig auf die Pauke hauen!
หมายความว่า มาฉลองกันสุดฤทธิ์เลย

5. Der Himmel hängt voller Geigen. ท้องฟ้ามีไวโอลิน
แขวนเต็มไปหมด (สงสัยว่าเราคนไทยจะรู้สึกตามหรือเปล่าหนอ)

ว่ากันว่า Das angenehmste der menschlichen Gefühle
ist die Liebe, die tiefe Zuneigung zu einem anderen. ความ
รู้สึกที่นำความสุข สบายใจมาให้มนุษย์น่าจะเป็นความรู้สึกของ
ความรัก ความรู้สึกที่ลึกซึ้งที่มีต่อคนใดคนหนึ่ง เวลาเกิดความรู้สึก
นี้ (คนเยอรมันว่า) จะเหมือนมีแต่ไวโอลินเต็มท้องฟ้า เช่น
คนที่ frisch verliebt, frisch verheiratet ist, oder ein Kind
bekommt เริ่มมีคน/ ความรัก กำลังข่าวใหม่ปลามัน หรือ จะมี
ลูก(คนแรก) ก็จะมีความรู้สึก "himmlisch" (มีความสุขเหมือน
อยู่บนสวรรค์) นี้ โดยมีไวโอลินเป็นสัญลักษณ์

Wenn ein ersehntes Enkelkind ankommt.. Dann hat
man auch so ein Glücksgefühl. Da hängt der Himmel
auch voller Geigen." และเมื่อหลาน(ย่า) ที่รอคอยมานานเกิด
คุณย่าก็มีความสุขท่วมท้น ท้องฟ้าในขณะนั้นเหมือนมีไวโอลิน
แขวนเต็มไปหมด เช่นกัน



บทสัมภาษณ์ นายชโลธร เพ้าวิบูล กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต



ดี: ท่านมาประจำการที่สกญ.ตั้งแต่เมื่อไร จะ
หมดวาระเมื่อไร

กสญ.: เข้ารับหน้าที่กงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต
เมื่อวันที่ 28 พฤษภาคม พ.ศ. 2555 โดยทั่วไป กสญ. ปฏิบัติ
หน้าที่ในต่างประเทศวาระละ 3-4 ปี อย่างไรก็ตาม ระยะเวลา
ในการปฏิบัติหน้าที่ในต่างประเทศยังขึ้นอยู่กับพิจารณา
ของรัฐบาลไทย/กระทรวงการต่างประเทศไทยด้วย

ดี: ก่อนมาประจำที่นี้ท่านประจำอยู่ที่ไหน

กสญ.: ก่อนหน้านี้ กสญ. เคยดำรงตำแหน่ง กสญ. ณ
นครดูไบ สหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ อัครราชทูต ณ กรุงพนมเปญ
(โปรดดูประวัติย่อเพิ่มเติม)

ดี: ภาระหน้าที่หลักของกสญ.คืออะไร

กสญ.: สกญ. เป็นหัวหน้าทีมประเทศไทยในนคร
แฟรงก์เฟิร์ต อันประกอบด้วย สถานกงสุลใหญ่ฯ ฝ่ายการ
พาณิชย์ ฝ่ายการลงทุน (BOI) ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต การท่องเที่ยว
แห่งประเทศไทย ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต บริษัทการบินไทย
จำกัด ประจำเยอรมนี ออสเตรียและยุโรปตะวันออก และ
บริษัท บางกอกแอร์เวย์ส และเป็นตัวแทนของประเทศไทย
ในการส่งเสริมและปกป้องผลประโยชน์ความสัมพันธ์ของ
ไทยใน 7 รัฐที่อยู่ในเขตอาณา ได้แก่ บาเดิน-เวือร์ทเทิม
แบร์ก (Baden-Württemberg) ไบเอิร์น (Bayern) เฮสเซ็น
(Hessen) นอร์ดไรน์-เวสท์ฟาเลิน (Nordrhein-Westfalen)
ไรน์ลันด์-พัลซ์ (Rheinland-Pfalz) ซาร์ลันด์ (Saarland)
และทีอริงเงิน (Thüringen) ทั้งในด้านการค้า เศรษฐกิจ สังคม
วัฒนธรรม และความร่วมมือสองฝ่าย และที่สำคัญคือมีหน้าที่
คุ้มครอง และช่วยเหลือคนไทยที่ประสบปัญหาในเรื่องต่างๆ
(ใช้คำนี้แทน “ตกทุกข์ได้ยาก” ดีหรือเปล่านั้น ลองพิจารณา
นะคะ) ในนครแฟรงก์เฟิร์ตและเขตอาณา รวมทั้งให้บริการ
ด้านกงสุล อาทิ การออกหนังสือเดินทาง หรือเอกสารเดินทาง
ให้แก่ผู้มีสัญชาติไทย การดำเนินการด้านนิติกรณต่างๆ การ
ตรวจลงตราให้แก่ชาวต่างชาติที่จะเดินทางไปยังประเทศไทย
เป็นต้น นอกจากนี้ สกญ. ยังประสานและทำงานร่วมมือกัน
กับสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบอร์ลินเพื่อดำเนินการใน
ด้านต่างๆ ข้างต้นให้มีความสอดคล้องกันอีกด้วย

ดี: ในเยอรมนีที่มีคนไทยจำนวนมาก ท่านมี
ภาระหน้าที่พิเศษอะไรหรือไม่

กสญ.: ปัจจุบันมีคนไทยที่ตั้งรกรากอยู่ในเยอรมนี
ทั้งหมดประมาณ 100,000 คน โดยอาศัยอยู่ในอาณาเขตของ
สกญ.ประมาณ 70,000 คน (ซึ่งรวมถึงคนไทยที่ได้สละสัญชาติ
ไทยไปแล้ว) ถือเป็นชุมชนไทยที่ใหญ่ที่สุดในยุโรป สกญ.จึง
มีภารกิจสำคัญตามนโยบายการทูตเพื่อประชาชนในการ
คุ้มครองผลประโยชน์ของคนไทย ดูแลคนไทย และแรงงาน
ไทยในต่างประเทศ โดยเฉพาะคนไทยที่ประกอบอาชีพและ
มีถิ่นฐานในต่างประเทศ ส่งเสริมบทบาทและความแข็งแกร่ง
ของชุมชนชาวไทยในการรักษาเอกลักษณ์และความเป็นไทย
รวมทั้งการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนไทยอยู่ในต่างประเทศ



อย่างมีความสุขและมีศักดิ์ศรี ซึ่งข้าราชการและเจ้าหน้าที่
ท้องถิ่นของ สกญ. มีความพร้อม และตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา
ในการให้บริการ ตลอดจนช่วยเหลือคนไทยในต่างประเทศ

ดี: ท่านมีนโยบายในด้านการดูแล คุ้มครอง
ช่วยเหลือและสนับสนุน คนไทยในเยอรมนี รวมทั้งกลุ่มคน
ไทยต่างๆ อย่างไร ที่จะทำให้ชุมชนไทยในเยอรมนีเข้มแข็ง

กสญ.: สำหรับนโยบายในด้านการดูแล คุ้มครอง
ช่วยเหลือและสนับสนุนคนไทยในเยอรมนี รวมทั้งกลุ่มคน
ไทยต่างๆ ใน 7 รัฐ ที่จะทำให้ชุมชนไทยในเยอรมนีเข้มแข็งนั้น
สกญ. สนับสนุนการเผยแพร่ศิลปะ ประเพณี และวัฒนธรรม
ของไทยให้แพร่หลาย เพื่อเอื้ออำนวยการขยายความร่วมมือ
ในด้านต่างๆ ในขณะที่เดียวกันก็พยายามปลูกฝังและรักษา
ค่านิยมความเป็นไทย ตลอดจนประเพณีวัฒนธรรมอันดี
งามในหมู่ชุมชนและเยาวชนไทย โดยเฉพาะด้านดนตรีไทย
เสริมสร้างชุมชนไทยที่อาศัยอยู่ในรัฐในเขตอาณาให้เข้มแข็ง
สนับสนุนและส่งเสริมคนไทยที่ทำประกอบธุรกิจ ให้ความช่วย
เหลือ ดูแลคนไทยและนักเรียนไทยที่ประสบปัญหาในเรื่อง
ต่างๆ อำนวยความสะดวกและจัดทำเอกสาร/คำชี้แจง เกี่ยว
กับระเบียบและขั้นตอนในการยื่นคำร้องขอหนังสือเดินทาง/
เอกสารเดินทาง ทะเบียนครอบครัว ทะเบียนราษฎร์ สัญชาติ
นิติกรณ์ และการขอผ่อนผันการเกณฑ์ทหาร ฯลฯ รวมถึง
อำนวยความสะดวกให้คนไทยในการลงทะเบียนเป็นผู้มีสิทธิ
เลือกตั้งนอกราชอาณาจักร และดำเนินการจัดการเลือกตั้ง
นอกราชอาณาจักรเพื่อให้คนไทยได้ใช้สิทธิทางการเมือง
ตามรัฐธรรมนูญ นอกจากนี้ยังดูแลข้าราชการและพนักงาน
ของรัฐที่มาฝึกอบรม ดูงาน หรือลาศึกษาต่อ เป็นต้น

ดี: ท่านมีโครงการใดบ้างที่ต้องการดำเนินการ
หรือที่ต้องการผลักดัน โดยเฉพาะในด้านการสนับสนุนกลุ่ม
คนไทย

กสญ.: ในช่วงที่ผ่านมาโครงการหลักๆ ที่สกญ. ได้
ดำเนินไปแล้ว และทำต่อเนื่องทุกๆ ปี คือ

การพัฒนาการให้บริการด้านกงสุลในด้านต่างๆ ให้ดียิ่ง
ขึ้นไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดำเนินโครงการกงสุลสัญจรปี
ละ 8 ครั้ง ไปยังเมืองต่างๆ ที่มีคนไทยอยู่หนาแน่น เพื่อพบปะ
ประชาชนและให้บริการประชาชนถึงบ้าน ซึ่งเป็นการช่วยลด
ภาระและค่าใช้จ่ายในการเดินทางของประชาชน

สำหรับโครงการที่จะทำต่อไป คือ การต่ออายุบัตร
ประชาชนสำหรับคนไทยในต่างประเทศ ซึ่งกระทรวงการต่าง
ประเทศและกระทรวงมหาดไทยได้จัดทำข้อตกลงในการต่อ
อายุบัตรประจำตัวประชาชนให้แก่ผู้มีสัญชาติไทยที่อาศัย
อยู่ในต่างประเทศเมื่อวันที่ 14 มีนาคม พ.ศ.2555 โดยมีจุด
มุ่งหมายเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ประชาชนคนไทยที่
อาศัยอยู่ในต่างประเทศ และเพื่อส่งเสริมการทำงานร่วมกัน
แบบบูรณาการอย่างเป็นเอกภาพระหว่างหน่วยงานภาครัฐ
ในการให้บริการประชาชนตามนโยบายการทูตเพื่อประชาชน
คาดว่า สอท. ณ กรุงเบอร์ลินจะเริ่มเปิดให้บริการต่ออายุบัตร



ประชาชนสำหรับคนไทยในเยอรมนีได้ภายในปลายปีนี้ และ
สกญ. จะเริ่มเปิดให้บริการได้ในกลางปีพ.ศ. 2556

ดี: ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับชุมชน
ไทยในเยอรมนี และสมาคมไทยต่างๆ

กสญ.: ผมมีความภูมิใจและดีใจยิ่งที่ชุมชนไทย
และสมาคมไทยในเยอรมนีมีความตื่นตัว มีศักยภาพ มีจิต
อาสา และพร้อมที่จะร่วมมือกับ สกญ. ในการดำเนินกิจกรรม
ต่างๆ และเท่าที่ผมได้รู้จัก/ใกล้ชิด/มีส่วนร่วมับชุมชนไทย
และสมาคมไทยในเยอรมนีในช่วงเวลา 2-3 เดือนตั้งแต่มา
รับตำแหน่ง ชุมชนไทยในเยอรมนีนั้นมีการช่วยเหลือเกื้อกูล
กันเป็นอย่างดี โดยผ่านเครือข่ายกลุ่มคนไทยที่ช่วยเหลือ
คนไทยด้วยกัน อาทิ เครือข่ายคนไทยในต่างแดน ประเทศ
เยอรมนี-NTO- (ดร.พัทยา เรือนแก้ว/เมืองบ็เลเฟลด์) สมาคม
Thailaendischer Kunst- und Kulturverein, Hegau-
Bodensee. e.V. เมืองวาลวิส-สท์ออคคัค(นางอัญชัญ เสียร์
ลิ่ง) สมาคมบ้านแสนสุข (นางจิราภรณ์ ไมเออร์-คันทัพ/
เมืองเฮาส์ลัค สมาคมธราธา (เมืองมันน์ไฮม์) สมาคมไทยอาสา
(นครมิวนิก) สมาคม Thailand Freunde Paderborn e. V.
(กระต่ายสามตัว)ที่เมืองPaderborn (นางสุชาดา ไบเออร์)
ชมรมไทยเพื่อเพื่อนไทย เมืองแอร์ลิ่งเงิน (นางอัมพรวอล์คเค
อร์) มีการรวมกลุ่มกันดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม
ไทย ส่วนในนครฟรังค์ฟวร์ท มี NGO ที่ช่วยเหลือคนต่างชาติ
คือ FIM (Frauenrecht ist Menschenrecht) ซึ่งก่อตั้งเมื่อ
ปีพ.ศ. 2523 โดยได้รับเงินสนับสนุนจากองค์กรภาครัฐและ
เอกชน และองค์กรศาสนาคริสต์นิกายต่างๆ ปัจจุบันมีนาง
สาวชนิดา เควิงเป็นเจ้าหน้าที่คนไทยที่คอยให้ข้อมูลและให้
คำปรึกษาปัญหาต่างๆ แก่คนไทย



นอกจากนี้ยังมีแกนนำ/ผู้นำชุมชนไทย ทั้งกิ่งทางการและสมัครเล่นที่ช่วยเหลือคนไทยที่ประสบปัญหาและต้องการความช่วยเหลือ ได้แก่ นางศรีนภา ทัพพ์จันทร์-กลางบาย (นักวิชาการ/เมืองมิวนิก) นางทองแย้ม เจนเซน (เมืองโคเบลนซ์) นางกัญญา เอเบอร์เลอ (เมืองเมอร์เลินบาด) นางจงจิต เคเซอร์ (เมืองมุลไฮม์อันแดร์วาร์) และนางบาทัน ไวด์กัน (ใกล้ๆ เมืองวูร์ชบวร์ก) เป็นต้น

ชุมชนไทยในเยอรมนียังมีศูนย์รวมจิตใจอีกแห่งหนึ่งคือ ศาลาไทย ณ เมืองบาดฮอมบวร์ก ซึ่งรัชกาลที่ 5 เคยเสด็จฯ ประทับที่เมืองนี้ เพื่อทรงรักษาพระวรกายโดยกรรมวิธีต่างๆ ตามกระบวนการของบ่อน้ำแร่บำบัด ณ เมืองบาด ฮอมบวร์กเมื่อ ค.ศ. 1907 เป็นเวลากว่า 1 เดือน และต่อมาได้พระราชทานศาลาไทยเป็นของขวัญให้แก่เมืองบาด ฮอมบวร์ก โดยตั้งแต่ปีพ.ศ. 2535 สถานเอกอัครราชทูตฯ และสถานกงสุลใหญ่ฯ ร่วมกับเมืองบาด ฮอมบวร์กจัดงานเทศกาลไทย ณ เมืองบาดฮอมบวร์กขึ้นในช่วงเสาร์-อาทิตย์ของฤดูร้อนเป็นประจำทุกปี ทั้งนี้มีชาวไทยจากเยอรมนีและประเทศต่างๆ ในยุโรปเข้าร่วมงานประมาณ 30,000 คน ในแต่ละปี เพื่อรำลึกถึงพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ซึ่งเป็นพระมหากษัตริย์ผู้ทรงมีคุณูปการต่อประเทศไทย และการจัดงานเทศกาลไทยที่เมืองบาดฮอมบวร์กระหว่างวันที่ 4-5 สิงหาคม 2555 ที่ผ่านมานั้นเป็นวาระแห่งการเฉลิมฉลองครบรอบ 150 ปี ความสัมพันธ์ทางการทูตไทย-เยอรมนี โดยมีคนไทยและชุมชนไทยให้ความร่วมมือในการจัดงานจนประสบความสำเร็จ นับว่าเป็นสิ่งที่แสดงถึงความร่วมมือ ร่วมใจกันระหว่างสกญ. ชุมชนไทย ตลอดจนสมาคมคนไทยในเยอรมนีได้เป็นอย่างดี

ดี: ท่านอยากจะฝากสิ่งใดไปยังคนไทยและชุมชนไทยในเยอรมนี

กสญ.: สิ่งที่ยอยากฝากไปยังคนไทย และชุมชนไทยในเยอรมนี คือ สกญ. มุ่งมั่นให้บริการงานด้านกงสุลและดูแลและส่งเสริมผลประโยชน์คนไทยในต่างประเทศตามนโยบายและตามกฎหมายของรัฐบาลด้วยความเป็นมืออาชีพและเป็นกันเอง และพร้อมที่จะเป็นที่พึ่งในยามยากให้แก่ชุมชนไทยในเยอรมนีทุกเมื่อ

ประวัติส่วนตัวย่อๆของท่านกงสุลใหญ่

การศึกษา:

- B.A. (Hons) University of Hull (U.K.)
- M.A. University of Hull (U.K.)
- ประกาศนียบัตร นักบริหารชั้นสูง นบส.

ตำแหน่งหน้าที่การทำงาน : เริ่มรับราชการในกระทรวงการต่างประเทศ ตั้งแต่ พ.ศ. 2528 ในตำแหน่งต่าง ๆ ดังนี้

- เลขานุการตรี กรมองค์การระหว่างประเทศ
- เลขานุการตรี กรมการเมือง
- เลขานุการโท สอท. ณ กรุงจาการ์ตา ประเทศอินโดนีเซีย
- เลขานุการเอก กรมเศรษฐกิจระหว่างประเทศ
- เลขานุการเอก ช่วยราชการสำนักนายกรัฐมนตรี ในฐานะผู้ประสานงานกระทรวงการต่างประเทศ/ลามาประจำนายกรัฐมนตรี นายชวน หลีกภัย
- เลขานุการเอก สอท. ณ กรุงโรม ประเทศอิตาลี
- ที่ปรึกษา กองตะวันออกกลาง กรมเอเชียใต้ ตะวันออกกลาง และแอฟริกา
- หัวหน้าคณะทำงานต่อต้านการก่อการร้ายสากล
- อัครราชทูตที่ปรึกษา สอท. ณ กรุงอาบูดาบี ประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์
- อัครราชทูต สอท. ณ กรุงพนมเปญ ประเทศกัมพูชา
- กงสุลใหญ่ สกญ. ณ เมืองดูไบ ประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์
- กงสุลใหญ่ สกญ. ณ นครฟรังค์ฟวร์ท ประเทศเยอรมนี



ความสุขของกะทิ ตอน ไร่หอยโขง

เมื่อกลางปี โยทะกาได้เดินทางไปร่วม “งานศิลปวัฒนธรรม ไทย-เฉลิมฉลอง 150 ปี ความสัมพันธ์ไทย-เยอรมัน” ที่โบเดินเซ และไปช่วยเฝ้าบูธของดีแมกกาซีน รวมทั้งช่วยเฝ้าบูธนิทรรศการ หนังสือ ซึ่งเป็นหนังสือส่วนตัวของคุณอัญชัญ เอียร์ลิง ที่มีทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ ล้วนแต่เป็นหนังสือที่น่าสนใจ ได้รับความสนใจจากทั้งชาวไทย และชาวต่างชาติที่มาชมงานมากมาย

มีชาวเยอรมันท่านหนึ่งมายืนดูหนังสืออยู่นาน หยิบเล่มในมือแล้วเลียบๆ เคียงๆ ถามโยทะกาว่า อยากจะได้หนังสือวรรณกรรมภาษาไทยที่แปลเป็นภาษาเยอรมัน ในบรรยากาศไทยๆ มีเรื่องอะไรที่พอจะแนะนำได้บ้างหรือไม่ โชคดีที่วันนั้นโยทะกาพกหนังสือเรื่อง “ความสุขของกะทิ” ไปด้วย แต่เป็นฉบับแปลภาษาเยอรมันในชื่อ „Das Haus der sechzehn Krüge” เพราะตั้งใจจะเอาไปฝากลูกสาวของเพื่อน เลยหยิบหนังสือออกมาอวดชาวเยอรมัน และอธิบายน่าสนใจเป็นหนังสือวรรณกรรมเยาวชน เขาขอลดชื่อหนังสือ ชื่อผู้เขียนและ ISBN ไปด้วย บอกว่าจะไปสั่งซื้อมาอ่าน และจะให้หลานอ่านด้วย โยทะกาเลยบอกชื่อหนังสือ อีกลเล่มที่นี่ก็ออกและเคยอ่านฉบับแปลภาษาเยอรมันคือ Steile Ufer; schwere Stämme หรือ “ตลิ่งสูง ชุงหนัก” ของคุณนิคม ราชาวา ทั้งสองเล่มล้วนเป็นหนังสือที่ได้รับรางวัลซีไรต์ แต่นึกไม่ออกว่ามีหนังสือไทยเล่มไหนอีกที่แปลเป็นภาษาเยอรมัน ถ้านึกถึงหนังสือเยอรมันที่แปลเป็นไทยจะนึกออกหลายเล่มทีเดียว

แม้หนังสือเรื่อง “ความสุขของกะทิ” จะตีพิมพ์มานานพอสมควรแล้ว มีหลายท่านเขียนถึงในมุมมองต่างๆ กันไป โยทะกาขอเขียนถึงฉบับที่แปลเป็นภาษาเยอรมันนะละ ตอนที่ได้อ่านเรื่องความสุขของกะทินั้น หนังสือเล่มนี้ยังไม่ได้รับรางวัลซีไรต์ หนอนๆ นักอ่านชาวไทยในเยอรมันที่รู้จักกันในโลกไซเบอร์ พูดคุยกันถึงหนังสือเล่มนี้หนาๆ นำหนังสือมาแลกกันอ่าน จนต่อมาทราบว่า มีฉบับที่แปลเป็นภาษาเยอรมัน จึงไม่รอที่จะไปหา มาอ่านตามประสาคนพึ่งเรียนภาษาเยอรมันใหม่ๆ อ่านแล้วก็นำมาพูดคุยแลกเปลี่ยนความเห็นกันเป็นที่สนุกสนาน โดยการนำคำศัพท์มาแบ่งกันเดาคำแปล กตึกามีว่าห้ามเปิดพจนานุกรมดูคำแปล เช่น ยกคำว่า Der Kratzende Hase มาให้ทายคำแปลกัน เป็นต้น พอมีคำว่ากระต่าย เลยพอจะเดาได้ว่ามันน่าจะ เป็น “กระต่ายขูดมะพร้าว” หรือ Der Topfkratzer แปลว่า ไม่ขัดหม้อ มีบางคนเดาว่าหมายถึงไม่ขูดหม้อ หรือทัพพีตักข้าว ซึ่งถ้าใครที่ได้อ่านภาคภาษาไทยมาแล้วก็พอจะเดากันได้ไม่ยากนัก ถือเป็นวิธีการเรียนภาษาอื่น หรือหัดอ่านหนังสือภาษาอื่นที่ดีวิธีหนึ่ง เพราะบรรยากาศของเนื้อเรื่องนั้นเรารู้กันอยู่แล้ว ทำให้อ่านได้รวดเร็วขึ้น เดาคำความหมายของคำศัพท์ได้ง่ายขึ้น และไม่ต้องมัวกังวลกับการต้องเปิดพจนานุกรมดูคำแปลมากนัก ตอน อ่านภาคภาษาเยอรมันนั้นมีเรื่องติดค้างในใจอยู่สองเรื่อง เรื่องแรกคือ เรื่องชื่อของหนังสือ เรื่องที่สองคือบางตอนในหนังสือไม่ตรงกับฉบับภาษาไทย เปิดดูตรงรายละเอียดในฉบับพบว่าแปลมาจากต้นฉบับภาษาอังกฤษ



ต่อมาก็ซื้อภาคภาษาอังกฤษมาอ่าน เพราะอยากรู้ว่าหนังสือภาคภาษาไทยที่เราคุ้นเคยนั้นพอเป็นภาษาอื่นที่เราพอจะอ่านได้ เขาจะแปลได้อรรถรส และเราจะอ่านเข้าใจตรงกับของเดิมแค่ไหน อีกอย่างอยากพิสูจน์ข้อข้องใจของตนเองด้วย เลยได้อ่านเรื่องเดียวกันสามภาษา แล้วก็ค้นพบข้อแตกต่างในหนังสือ (หรือผู้แปลอาจตั้งใจเปลี่ยน หรือมีเหตุผลในการแปลแบบนั้นก็อาจเป็นได้) ในภาคภาษาไทยตอนที่หก เรื่อง ไร่ และอ่างั้น กะทิเรียกบ้านริมคลองว่า บ้านที่มีโถงสิบเจ็ดโถง พอมาถึงภาคภาษาอังกฤษ โถงในบ้านริมคลองนั้นกลับหายไปหนึ่งโถงเหลือแค่สิบหกโถง “The House of Sixteen Jars” ไม่รู้ว่าโถงโถงหนึ่งนั้นหายไปไหน หรือว่าใครขโมยไป ฉะนั้นในภาคภาษาเยอรมันที่แปลตรงมาจากภาษาอังกฤษ จึงไม่ต้องสงสัยว่าโถงของ บ้านริมคลองจะเหลือแค่สิบหกโถงเท่ากัน และที่แปลกคือในภาษาอื่นๆ เขาจะใช้ชื่อเรื่องที่แปลออกมาได้ตรงตัวว่า “ความสุขของกะทิ” แต่ภาษาเยอรมันกลับใช้ชื่อ „Das Haus der sechzehn Krüge” หรือบ้านที่มีโถง(หรืออ่าง หรือไห) สิบหกโถง” ที่โยทะกาแอบเรียกก่ายๆ ว่า “บ้าน 16 โถ” อาจเป็นเรื่องของการตลาด แปลแล้วควรตั้งชื่อเรื่องว่าอย่างไรหนังสือจึงจะดึงดูดใจนักอ่าน โดยที่ชื่อเรื่องยังตรงกับเนื้อหาในหนังสือก็เป็นได้

โดยส่วนตัวนั้น โยทะกาภูมิใจภูมิใจในนักหนา แม้จะเป็นวรรณกรรมเยาวชนแต่ โยทะกาภูมิใจเสนอ มอบ “บ้าน 16 โถ” ให้เพื่อนๆ ชาวต่างชาติได้อ่านกันถ้วนหน้า ไม่ละเว้นว่าเด็กหรือผู้ใหญ่

หากเคยอ่านความสุขของกะทิ ภาคภาษาไทย หรือเคยดูหนังสือเล่มนี้แล้ว ก็ลองหา „Das Haus der sechzehn Krüge” มาลองอ่านดูบ้างนะละ หรือท่านใดได้อ่านแล้ว ก็อย่าลืมมาเล่าสู่กันฟังบ้างนะละ ว่าท่านรู้สึกอย่างไร





Bodensee



ชุมชนไทยร่วมจัดง



Paderborn



Bad Homb



Erlangen



Nürnberg



จัดงานครบรอบ 150 ปี ความสัมพันธ์ไทย-เยอรมนี 2555

ภาพโดยนิตยสารดี



Homburg



Hausach



Stuttgart



Bad Wimpfen

Galerie Unikart A&E

150 Jahre
Thai-Deutsche Beziehung

Thai-Künstlergruppe „Phu Thai“
Wolawa Albrecht, Avachun Hifitig, Sangsuee Moemongkol,
Dangwan Promjai und Suchada Beyur

Eröffnung am 01. Juni 2012, 19:30 Uhr
Leonhardstr. 1, 78333 Stockach-Wahlwies

Lesung: „Fern von zu Hause“
König Chulalongkorn Reise tagebuch 1907

Ausstellungsdauer: 01.-15. Juni 2012
www.unikart-ae.de
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 15:00-18:00 Uhr
am 09. Juni 2012 15:00-17:00 Uhr

Ausstellung
„Phu Thai“

การเปลี่ยนแปลงการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษ : เจตนาที่ต้องฟังเสียงพหูภาษา (1)



อาจารย์สุรรัตน์ นิชาพัฒน์
หัวหน้าภาควิชาภาษาไทย คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

เมื่อวันที่ 30 กันยายนที่ผ่านมา กองศิลปกรรม ราชบัณฑิตยสถานได้จัดทำแบบสำรวจความคิดเห็นประมาณ 300 ชุด เกี่ยวกับการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 เพื่อสอบถามความคิดเห็นของคณะกรรมการราชบัณฑิตภาคีสมาชิก และผู้ที่เกี่ยวข้องในการเปลี่ยนแปลงการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษเสียใหม่เนื่องจากพบว่ามีความซ้ำซ้อนที่คำยืมมาจากคำภาษาอังกฤษจำนวน 176 คำ เขียนไม่ตรงกับเสียงวรรณยุกต์ของคำนั้นๆ ตามอักขรวิธีไทย ทำให้เกิดปัญหาในการอ่านภาษาไทยโดยเฉพาะชาวต่างชาติ การแก้ไขการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษในครั้งนี้แม้ว่าจะเป็นเจตนาดีของผู้ริเริ่ม แต่ก็ก่อให้เกิดเสียงวิพากษ์วิจารณ์อย่างกว้างขวาง ทั้งที่เห็นด้วยและเห็นตรงกันข้ามแม้ว่าขณะนี้เลขาธิการราชบัณฑิตยสถานจะยืนยันว่า ยังไม่มีการแก้ไขคำทับศัพท์ดังกล่าวในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ที่จะเผยแพร่ในต้นปีพ.ศ. 2556 อย่างแน่นอนเพราะขณะนี้ยังอยู่ระหว่างขั้นตอนการจัดพิมพ์

ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.กาญจนา นาคสกุล ราชบัณฑิตและนายกสมาคมครูภาษาไทยแห่งประเทศไทย ผู้เสนอให้มีการแก้ไขการเขียนคำทับศัพท์ครั้งนี้เห็นว่า หลักเกณฑ์การถอดคำที่มาจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทยซึ่งใช้กันอยู่ในปัจจุบันนั้น ไม่มีการเดิมวรรณยุกต์ เอก โท หรือตรี รวมทั้งไม่ได้คู่ให้ตรงตามอักขรวิธีไทย เช่น คำว่า “แคลอรี” คนไทยส่วนใหญ่ออกเสียงว่า “แคลอรี่” หรือ คำว่า “โคเวตา” คนไทยออกเสียงเป็นคำว่า “โคเวต้า” ในขณะที่บางคำรูปเขียนกับเสียงนั้นตรงกัน เช่น “การประชุมองค์ถัด” “ดาวนโหลด” และ “โหวต” ดังนั้นเพื่อให้รูปเขียนตรงตามการออกเสียงคำนั้นๆ จึงควรเปลี่ยนวิธีการเขียนคำทับศัพท์ภาษาอังกฤษเสียใหม่ แม้ว่าช่วงแรกอาจทำให้เกิดความสับสนบ้าง แต่หลังจากนั้นน่าจะสามารปรับตัวได้ “แต่ถ้าใครจะเขียนแบบเดิมก็ไม่ว่าอะไร”

ผู้เขียนจะขอตัวอย่างคำทับศัพท์ภาษาอังกฤษที่จะเปลี่ยนแปลงการเขียนใหม่ดังนี้

1. คำที่ใส่เครื่องหมายไม่ได้คู่เพื่อแสดงว่าเป็นสระเสียงสั้น เช่น

คอนเสิร์ต	เปลี่ยนเป็น	ค็อนเสิร์ต
คูปอง	เปลี่ยนเป็น	คูป็อง
เทนนิส	เปลี่ยนเป็น	เท็นนิส
แบดเตอรี่	เปลี่ยนเป็น	แบ็ดเตอรี่
คอมมิวนิสต์	เปลี่ยนเป็น	ค็อมมิวนิสต์
ช็อกโกแลต	เปลี่ยนเป็น	ช็อกโกแล็ต
แบคทีเรีย	เปลี่ยนเป็น	แบ็คทีเรีย
อิเล็กทรอนิกส์	เปลี่ยนเป็น	อิเล็กตร็อน

2. คำที่เปลี่ยนพยัญชนะเป็นอักษรสูง

คอร์ต	เปลี่ยนเป็น	ขอร์ด
แฟลต	เปลี่ยนเป็น	แฝล็ต
ซัลเฟต	เปลี่ยนเป็น	ซัลเฟ็ต
ไอโซโทป	เปลี่ยนเป็น	ไอโซโทปะ



3. คำที่ใช้รูปวรรณยุกต์เอก

กอริลลา	เปลี่ยนเป็น	กอริลล่า
ดอลลาร์	เปลี่ยนเป็น	ดอลลาร์
ปิโตรเลียม	เปลี่ยนเป็น	ปิโตรเลียม
แคลเซียม	เปลี่ยนเป็น	แคลเซียม
ฟังก์ชัน	เปลี่ยนเป็น	ฟังก์ชัน
เลเซอร์	เปลี่ยนเป็น	เลเซอร์

4. คำที่ได้ “ห” นำเพื่อแสดงเสียงวรรณยุกต์เอก

กะรัต	เปลี่ยนเป็น	กะหรัต
คลินิก	เปลี่ยนเป็น	คลินิก
แกรนิต	เปลี่ยนเป็น	แกรนิต
คาทอลิก	เปลี่ยนเป็น	คาทอลิก

5. คำที่ใช้รูปวรรณยุกต์โท

กิโลเมตร	เปลี่ยนเป็น	กิโลเม็ตร
ซอส	เปลี่ยนเป็น	ซ้อส
พลาสติก	เปลี่ยนเป็น	พลาสติก
เคเบิล	เปลี่ยนเป็น	เคเบิ้ล
ไนโตรเจน	เปลี่ยนเป็น	ไนโตรเจ็น
เฮิร์ตซ์	เปลี่ยนเป็น	เฮ็ิร์ตซ์

6. คำที่ใช้รูปวรรณยุกต์ตรี

กราฟ	เปลี่ยนเป็น	กร๊าฟ
โคบอลต์	เปลี่ยนเป็น	โคบ้อลต์
ดัตช์	เปลี่ยนเป็น	ดัตช์
แบงก์	เปลี่ยนเป็น	แบงก์
กอล์ฟ	เปลี่ยนเป็น	ก้อล์ฟ
ดราฟต์	เปลี่ยนเป็น	ดร้าฟต์
เด็นท์	เปลี่ยนเป็น	เด็นท์
ออกไซด์	เปลี่ยนเป็น	ออกไซค์

7. คำหลายพยางค์ที่แต่ละพยางค์ต้องเปลี่ยนรูปเขียนตามหลักที่กล่าวมาข้างต้น

คอมพิวเตอร	เปลี่ยนเป็น	ค้อมพิวเต้อร์
โซเดียมคาร์บอเนต	เปลี่ยนเป็น	โซเด็ยมคาร์บอเนต
เทคโนโลยี	เปลี่ยนเป็น	เท็คโนโลยี้
ปิกนิก	เปลี่ยนเป็น	ปี้กนิก
สเปกโทรสโกป	เปลี่ยนเป็น	สเป็กโทรสโกป
เซนติเมตร	เปลี่ยนเป็น	เซ็นติเม็ตร
ดีเปรสชัน	เปลี่ยนเป็น	ดีเปรสชั่น
พลาสติก	เปลี่ยนเป็น	ปล้าสเด้อร์
ออกซิเจน	เปลี่ยนเป็น	ออกซิเย่น
อัลตราไวโอเล็ต	เปลี่ยนเป็น	อัลตราไวโอเล็ต

หลังจากที่ข่าวการสำรวจความคิดเห็นนี้ได้เผยแพร่ออกไปอย่างกว้าง มีผู้ที่สนับสนุนความคิดเห็นนี้โดยเฉพาะครูภาษาไทยจำนวนมากแสดงความเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรสนับสนุนให้เกิดขึ้น เพราะจะทำให้เด็กไม่สับสนเมื่อต้องอ่านคำที่เป็นภาษาต่างประเทศ ในขณะที่เดียวกันก็สามารถเขียนได้ตามเสียงวรรณยุกต์นั้นๆ เพราะเวลาที่เด็กเขียนตามคำบอกมักจะทำตามเสียงของวรรณยุกต์ แต่คงจะต้องค่อยๆ อธิบายให้เด็กเข้าใจเกี่ยวกับการใส่วรรณยุกต์ในคำทับศัพท์

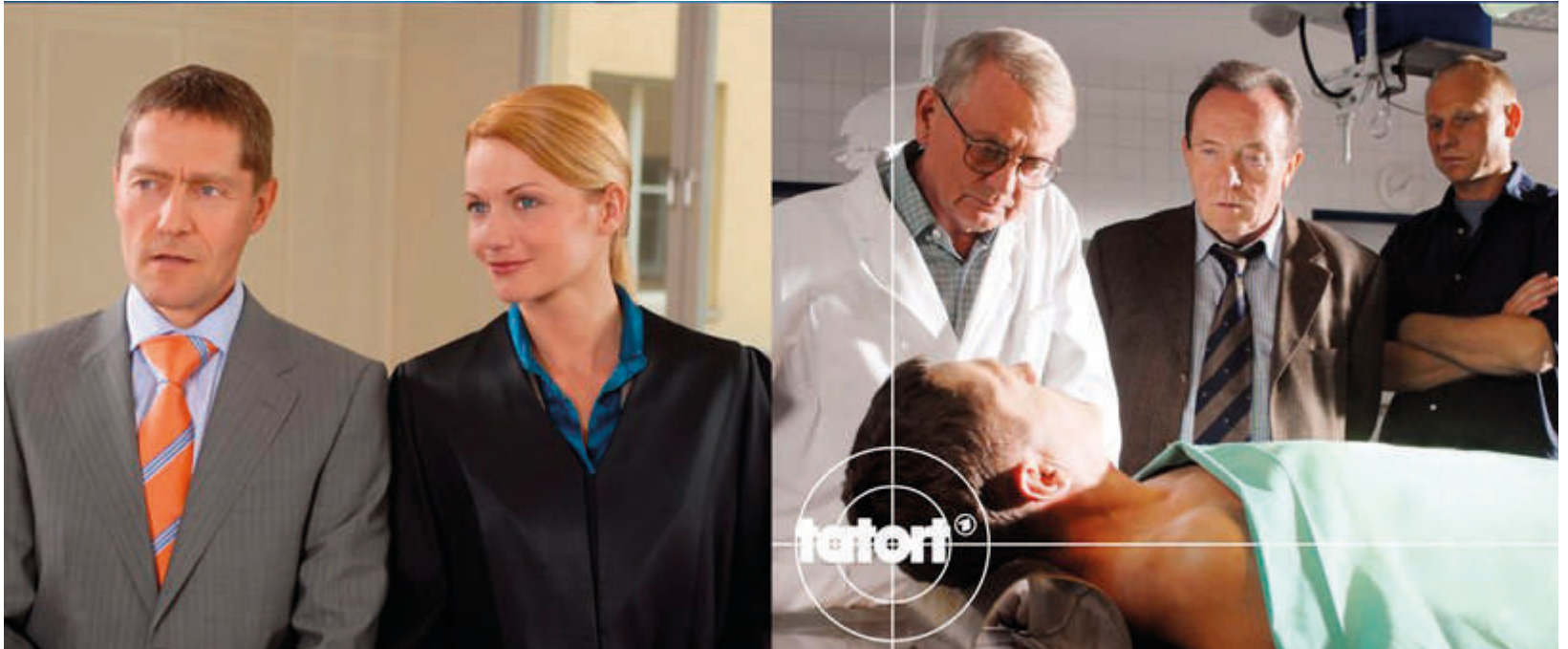
ส่วนครูภาษาไทยที่ไม่เห็นด้วยอย่างครูลิลลี่ ครูสอนภาษาไทยของสถาบันกวดวิชาพินนา เคลเห็นว่า หากมีการแก้คำทับศัพท์ใหม่จะทำให้เด็กสับสนและจำได้ยาก ของเก่าที่เรียนอยู่เดิมก็ยังจำได้ไม่หมด อาจมีผลกระทบไปถึงผู้ปกครองเมื่อต้องสอนลูกหลานก็จะลำบากยิ่งขึ้น ดังนั้นจึงไม่ต้องการให้เปลี่ยน แต่ควรให้ปรับ โดยเน้นที่การสอนและการอธิบายเรื่องคำยืมจากภาษาอื่นหรือคำทับศัพท์ให้ชัดเจนว่าเขียนอย่างไร ออกเสียงอย่างไร จะเป็นทางที่ดีกว่า เพราะภาษาไทยไม่ใช่ภาษาคาวาโอเกะ

นอกจากนี้นายประวิทย์ สุวณิชย์ บรรณารักษ์การบริหารบริษัท สถาปนิก จำกัด ยังได้สะท้อนความคิดของคนในวงการหนังสือว่า การเสนอปรับแก้คำทับศัพท์ครั้งนี้จะทำให้เกิดความสับสนเพราะคำที่เสนอให้ปรับแก้มี 176 คำ ซึ่งเป็นศัพท์บัญญัติที่อยู่ในพจนานุกรม พ.ศ. 2542 ในขณะที่มีคำทับศัพท์อีกจำนวนมากที่ใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน แล้วจะมีหลักในการทับศัพท์อย่างไร ต้องผันตามเสียงวรรณยุกต์ทุกคำหรือไม่ นอกจากนี้เสียงวรรณยุกต์ที่จะเขียนในคำทับศัพท์ก็ไม่ได้ตรงกับภาษาอังกฤษนัก เพราะคำศัพท์ภาษาอังกฤษมักออกเสียงหลากหลายตามสำเนียงที่แตกต่าง เช่น สำเนียงอเมริกัน สำเนียงอังกฤษ อีกทั้งคำที่ผันตามเสียงวรรณยุกต์นี้ยังมีหน้าตากรุงรังด้วย หากมีการปรับแก้เกรงว่าจะทำให้เกิดความปั่นป่วนในวงการหนังสือ ดังนั้นควรใช้หลักเกณฑ์การทับศัพท์แบบเดิมจะดีกว่า

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นเพียงเสียงสะท้อนบางส่วนของการสำรวจความคิดเห็นเรื่องการเปลี่ยนแปลงการเขียนคำยืมจากภาษาอังกฤษ ผู้เขียนคิดว่าเป็นเรื่องดีที่ราชบัณฑิตยสถานได้สำรวจความคิดเห็นของผู้ใช้ภาษาก่อนที่จะเกิดการแก้ไขเปลี่ยนแปลงอะไร เพราะภาษาเป็นสมบัติสาธารณะซึ่งต้องถามผู้ใช้ส่วนใหญ่เสียก่อนว่าเห็นชอบที่จะให้มีการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่หรือไม่ บทความนี้เป็นแค่การเปิดเรื่องเท่านั้น ครั้งหน้าจะเขียนถึงเรื่องนี้อย่างละเอียดให้เห็นที่มาที่ไปของหลักเกณฑ์การเขียนคำทับศัพท์และความเป็นไปได้ของความคิดเรื่องการแก้ไขคำทับศัพท์นี้อีกครั้ง

“แล้วผู้ใช้ภาษาไทยในต่างแดนเล่า มีความคิดเห็นกับการจะแก้ไขคำทับศัพท์ครั้งนี้อย่างไร”





แหล่งภาพ <http://www.agentur-breilmann.de/images/news/Tatort/Tatort-Die-Anwaeltin.jpg>

Tatort (ท๊าท ออร์ต) แปลเป็นภาษาไทยตรงตัวว่า “ที่เกิดเหตุ” และเป็นชื่อของภาพยนตร์โทรทัศน์ยอดนิยมของเยอรมนี ที่คุณๆ ได้ชมที่ช่อง ARD และปีนี้ Tatort มีอายุ 42 ปีแล้วค่ะ

Tatort ออกอากาศครั้งแรกตั้งแต่ปี 1970 ในสมัยที่เยอรมนีจะแบ่งออกเป็นสองฝ่ายอย่างถาวร และโลกยังไม่รู้จักเครื่องเล่นวีดีเกม หรือเครื่องปั่นอาหารเลยด้วยซ้ำ ไม่ต้องนับถึงโทรศัพท์มือถือ หรือไอแพด

ภาพยนตร์ได้นำเสนอรูปแบบคลาสสิกของคู่หูตำรวจอาชญากรรมที่ช่วยกันสืบสวนคดีฆาตกรรม (Mordkommission) และได้รับความนิยมอย่างดียิ่งตั้งแต่ครั้งแรกที่ออกอากาศในยุคสมัยหนึ่งชาวเยอรมันกว่า 75 เปอร์เซ็นต์จะต้องดูรายการนี้ แม้ปัจจุบันที่ผู้ชมมีเคเบิลทีวีหลายร้อยช่องเป็นทางเลือก แต่ก็ยังมีชาวต้อยชักว่า 7 ล้านคนที่ยอมปิดโทรศัพท์มือถือ และไอแพด เพื่อมาเปิดทีวีดูทุกวันอาทิตย์เวลา 20.15 น. เพื่อติดตามการสืบสวนสอบสวนที่มีความยาวประมาณชั่วโมงครึ่ง

Tatort มีทั้งหมด 15 เวอร์ชัน ผลิตโดยสำนักงาน ARD ภูมิภาคต่างๆ ซึ่งหมายความว่า จะมี Tatort ของเมืองไลป์ซิก แฟรงก์เฟิร์ต เบรเมน สตูทการ์ท คิล หรือแมกกระทั่งเวียนนา ซึ่งผลิตโดยช่องโทรทัศน์ของออสเตรเลีย ทั้งหมดนี้จะหมุนเวียนเปลี่ยนกันออกอากาศกับรายการ Polizeiruf 110 ของอดีตเยอรมนีตะวันออก ซึ่งยังผลิตตอนใหม่ๆ ออกมาบ้างเป็นระยะๆ

หลายคนอาจจะพาไปนึกถึงภาพยนตร์โทรทัศน์อย่าง CSI ของสหรัฐฯ ที่ก็แบ่งเป็นตามหัวเมืองต่างๆ แต่เมื่อเปรียบเทียบกันแล้ว ความรุนแรงและเลือดใน Tatort นั้นน้อยกว่ามากค่ะ บางทีนี้อาจจะเป็นเหตุผลหนึ่งที่ภาพยนตร์นี้ชื่อ “ที่เกิดเหตุ” เพราะเน้นหนักไปที่พัฒนาการของตัวละคร และการแก้ไขคดีเสียมากกว่า และเมื่อเปรียบเทียบกับสหรัฐอเมริกาแล้ว เยอรมนีไม่ค่อยมีเหตุฆาตกรรมอุจกจริตมากเท่าไรนัก เหตุผู้ร้ายยิงคนตายแล้วหนีถือเป็นข่าวซ็อคสังคมเสียด้วยซ้ำไป ตัวเลขทางสถิติระบุว่า แม่เยอรมนีจะมีประชากรกว่า 82 ล้าน แต่มีเหตุฆาตกรรม 864 รายในปี 2007 ส่วนในปีเดียวกันตัวเลขดังกล่าวในสหรัฐมีมากกว่าถึง 20 เท่า ในขณะที่มีประชากรมากกว่าในราว 4 เท่าเท่านั้น

สิ่งหนึ่งที่ทำให้รายการนี้ประสบความสำเร็จอย่างต่อเนื่อง ก็คือความเสมือนจริง อาชญากรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในละคร ล้วนเป็นสถานที่ ที่มีความเป็นเยอรมันอย่างแท้จริง เช่น ในชเรเบอร์กเก็น (Schrebergarten) สวนนอกเมืองขนาดเล็กๆ ที่ชาวเยอรมันที่รักธรรมชาติไปปลูกผักไม้ใบหญ้าไว้รับประทานเอง รวมทั้งยังตกแต่งสวนสวยด้วยตัวโนม (Gnome) หรือตำรวจ



อาชญากรรม Tatort ในเมืองโคโลญจน์ มักจะไปหาอะไรทานที่ büdchen ชุมชายเบียร์และไส้กรอกย่างเจ้าประจำของตัวเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่พบเห็นได้ทั่วไปในเขตไรน์ลันด์ (Rheinland) แม้แต่สี่สัปดาห์ก่อนหน้าฤดูใบไม้ร่วงจากบางตอนก็ทำให้คนดูหลายคนรู้สึกคุ้นเคยเหมือนได้กลับไปยังบ้านเกิดของตัวเอง

โปรดิวเซอร์ของละครในแต่ละเมืองจะภูมิใจมากที่ได้แสดงความเป็นท้องถิ่นของตนเองลงไป เช่น การที่นักแสดงพูดสำเนียงท้องถิ่นของพื้นที่นั้นๆ หรือสะสางคดีตามความซับซ้อนของภูมิภาคของตนเอง เป็นต้น รวมทั้งทีมตำรวจ Tatort ของแต่ละเมืองก็จะมีคาแรคเตอร์หรือลักษณะเฉพาะโดดเด่นเป็นของตัวเองด้วย เช่น นายตำรวจอาชญากรรมของมิวนิคเตอร์เล่นตลกมาก ในขณะที่ตำรวจ Tatort ที่เมืองคอนสแตนซ์ ซึ่งเป็นพื้นที่สีเขียวของประเทศ ก็มักจะต้องแก้คดีที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ส่วนตำรวจที่หน้าตาประหลาดสายลับเจมส์ บอนด์ของเมืองฮัมบวร์กก็มักจะต้องทำงานคนเดียว เช่นเดียวกับตำรวจสาวสวยยอดเยี่ยมของฮันโนเวอร์ที่ก็ทำงานคนเดียวเช่นกัน แฟนภาพยนตร์จะพูดคุยเกี่ยวกับภาพยนตร์ Tatort ตอนที่ตัวเองโปรดปราน เหมือนกับพูดถึงทีมฟุตบอลที่ตัวเองชื่นชอบ และพูดถึงตัวละครเหมือนนักบอลอย่างยังงั้นเชียวคะ

แม้จะแตกต่างกันไปตามภูมิภาค แต่สิ่งหนึ่งที่ตำรวจ Tatort กว่า 70 คน จาก 700 ตอน ตลอดช่วงเวลา 4 ทศวรรษ มีคล้ายๆ กัน ก็คือ พวกเขาไม่ใช่เชอร์ล็อก โฮลม์ แต่เป็นตำรวจหน้าตาธรรมดา แต่งตัวธรรมดา วัยกลางคน มีบุคลิกนิสัยชวนให้หัดหู นิ่งดื่มเหล้าอ้อมใจอยู่ในบาร์ มีความสัมพันธ์ที่ย่ำแย่หรือไม่ก็เป็นโสด ซึ่งที่สุดแล้ว ก็คือ คนธรรมดาที่สุดท้ายแล้วสามารถแก้ไขปัญหาทุกสิ่งทุกอย่างและหาผู้ร้ายได้จริง ซึ่งสะท้อนวัฒนธรรมเยอรมันที่ว่า สำหรับชาวเยอรมันแล้ว คนธรรมดาๆ แต่สามารถแก้ไขปัญหาได้ คือ ฮีโร่ที่แท้จริงคะ

ด้วยการที่ออกอากาศอย่างต่อเนื่องยาวนานและสามารถตอบสนองความรู้สึกในฝันของชาวเยอรมันนี้เอง ทำให้ Tatort ได้รับความนิยมอย่างไม่เสื่อมคลาย กลายเป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมเยอรมันร่วมสมัย และเป็นประสบการณ์ที่ชาวเยอรมันมีส่วนร่วมกันจนยากที่คนต่างชาติจะเข้าใจได้ ตอนที่ภาพไตเติ้ลของรายการ (ซึ่งเป็นใบหน้าคนที่ถูกปิดไว้จนเหลือเพียงแถบดวงตาคู่หนึ่ง) ที่ยังไม่เคยเปลี่ยนแปลงมาตั้งแต่เริ่มออกอากาศครั้งแรก ก็ได้กลายเป็นภาพที่ฝังอยู่ในใจของชาวเยอรมันไปแล้ว

อาทิตย์นี้ เวลา 20.15 น. อย่าลืมเปิดช่อง ARD นะคะ

เรียบเรียงข้อมูลจาก

1. German Viewers Love Their Detectives – Michael Kimmelman http://www.nytimes.com/2009/08/27/arts/television/27abroad.html?_r=1
2. <http://en.wikipedia.org/wiki/Tatort>

มือใหม่ เข้าใจกล้อง เข้าใจชิว



หนุมเรียม
(Badminton Chorus)

มีหลายคนถามผมว่าในการเลือกซื้อกล้อง ควรซื้อรุ่นไหน ยี่ห้อไหนดี คำถามนี้เป็นคำถามที่ตอบได้ยากที่สุดสำหรับผม เนื่องจากกล้องถ่ายรูปมีมากมายหลายรุ่นหลายยี่ห้อ ยิ่งในปัจจุบันเทคโนโลยีและการแข่งขันที่สูงขึ้น ทำให้เรามีตัวเลือกมากมายจนตัดสินใจได้ยาก ดังนั้นเพื่อเป็นข้อมูลในการตัดสินใจของท่านผู้อ่าน เราจะมารู้จักกล้องแต่ละประเภทที่ใช้อยู่ในปัจจุบันกันก่อนซึ่งผมจะแบ่งเป็น 3 ประเภทใหญ่ๆ ด้วยกัน ดังนี้ครับ



1. กล้อง Digital Compact

กล้อง Digital Compact เป็นกล้องขนาดเล็กที่ใช้และเห็นกันทั่วไป ไม่สามารถเปลี่ยนเลนส์ได้ มีราคาตั้งแต่ไม่กี่พันบาทถึงระดับหมื่นต้นๆ คุณภาพของกล้องประเภทนี้ส่วนมากก็ตามราคา เหมาะกับการถ่ายภาพทั่วไปและผู้ที่ต้องการความสะดวกไม่ชอบแบกอุปกรณ์อะไรมากมาย



2. กล้องประเภท Mirror less

กล้องประเภทนี้เป็นกล้องที่มีขนาดใกล้เคียงกับ กล้อง Compact แต่จะสามารถเปลี่ยนเลนส์ได้ และสามารถควบคุมการถ่ายได้มากกว่า กล้องมีคุณภาพสูง (ขึ้นอยู่กับเลนส์ที่เปลี่ยนด้วย) ขนาดเล็กพกพาสะดวกราคาอยู่ที่ระดับประมาณสองหมื่นกว่าบาทขึ้นไป



3. กล้อง DSL

กล้องแบบที่ 3 นี้เป็นกล้องสำหรับมืออาชีพและมือสมัครเล่นส่วนใหญ่ใช้กันมากในปัจจุบัน ด้วยราคาที่น่าจะไม่แพงเมื่อเทียบกับคุณภาพที่ได้รับ กล้องประเภทนี้จะเปลี่ยนเลนส์ได้ (บางครั้งเลนส์อาจแพงกว่าตัวกล้องเสียอีก) และมีอุปกรณ์ต่อพ่วงหลายอย่าง สามารถทำงานได้หลากหลาย ราคาอยู่ที่ประมาณสองหมื่นจนถึงระดับถึงกว่าแสนบาท (แล้วแต่คุณภาพและระดับการใช้งาน) แบ่งระดับของกล้องได้ดังนี้

- ระดับ Simi-Pro กล้องระดับนี้ส่วนใหญ่จะใช้กันทั่วไป โดยมากจะราคาประมาณ 20,000 – 40,000 บาท (ประมาณ 500-1,000 ยูโร)
- ระดับ Pro กล้องระดับนี้ส่วนใหญ่จะเป็น DSLR มีราคาสูง 40,000 บาท 1,000 ยูโร ขึ้นไป
- ระดับ Extreme กล้องระดับช่างกล้องมืออาชีพแบบที่ใช้ถ่ายในรายการ national geographic ราคา เฉพาะตัวกล้อง 100,000 บาทขึ้นไป (ประมาณ 2,500 ยูโร)



เมื่อเรารู้จักกล้องแต่ละประเภทกันแล้ว ปัญหาต่อมาคือแล้วจะเลือกกล้องยี่ห้ออะไรดี รุ่นไหนดี ซึ่งเป็นปัญหาที่ผมพบบ่อยมาก/อยู่ตลอด ผมขอแนะนำหลักการเลือกกล้องที่เหมาะสมกับตัวเองอย่างกว้างๆ ดังนี้ครับ

1. คำนึงถึงความถนัด ความเหมาะสมและความชอบในการใช้งาน กล้องแต่ละยี่ห้อแต่ละรุ่นจะมีการปรับการตั้งค่าและขนาดไม่เหมือนกัน หากคุณคิดจะซื้อกล้อง ให้ไปที่ร้านแล้วลองจับลองถือ ดูว่าเราชอบหรือไม่ (อย่าดูแต่รูปแล้วตัดสินใจซื้อเลยนะครับ)
2. ลักษณะภาพ สี ที่ได้ของกล้องแต่ละยี่ห้อ ให้ดูภาพที่ได้จากกล้องว่าเราชอบภาพแบบไหนและสีแบบไหน แต่ถ้าใครกังวลถึงเรื่องนี้ ผมแนะนำให้ใช้วิธี ดูว่า ภาพที่เราเห็น แล้วชอบมาก ใช้กล้องอะไรถ่ายภาพ ถ้าเราชอบแบบนั้น ก็ให้เลือกซื้อยี่ห้อนั้นไป ผมมีลิงก์สำหรับดูรูปภาพจากกล้องรุ่นต่างๆ ไว้ให้คุณกันตามนี้เลยครับ <http://www.flickr.com/cameras/brands/>
3. ดูถึงวัตถุประสงค์ในการใช้งานและความจำเป็น กล้องแต่ละตัวจะมีระดับของการใช้งานที่ต่างกันให้ดูว่าเราต้องการใช้งานมากแค่ไหนหรือนำรูปที่ได้ไปทำอะไร เช่น ถ้าคุณเป็นคนถ่ายภาพรูปเพื่อ up facebook เพียงอย่างเดียว คุณก็ไม่จำเป็นต้องใช้กล้องคุณภาพสูงมากหรือมีราคาแพงมาก ปัจจุบันแค่ กล้องจากโทรศัพท์มือถือของคุณก็ใช้ได้แล้ว แต่สำหรับบางคนที่ต้องการนำรูปไปใช้ ไปอัดขยายหรือรับงานถ่ายภาพ ก็อาจจำเป็นต้องใช้กล้องที่คุณภาพสูงขึ้นมาเพื่อสนองความต้องการในการใช้งาน ซึ่งเราสามารถตรวจสอบได้จากจากทางเว็บไซต์ต่างๆ
4. งบประมาณ และค่าใช้จ่ายต่างๆ ที่ต้องเสียไป อย่างไรก็ตามสิ่งที่สำคัญสำหรับการลงทุนแต่ละอย่างก็คืองบประมาณ กล้องและอุปกรณ์อาจต้องใช้งบประมาณค่อนข้างสูง ถ้ามีงบประมาณไม่พอต่อความต้องการของเรา ผมแนะนำสองทางเลือกครับ ทางเลือกแรกคือรอให้มีงบประมาณมากพอถึงระดับความต้องการกล้องที่มีคุณภาพสูงแล้วค่อยซื้อ ทางเลือกที่สองคือเลือกซื้อกล้องตามงบประมาณที่มีอยู่

สุดท้ายนี้ นอกเหนือจากคุณสมบัติ ราคา และวัตถุประสงค์ในการใช้งานกล้องแล้ว อย่าลืมว่าเราต้องไปซื้อกล้องที่ร้าน ดังนั้นเมื่อตัดสินใจจะซื้อกล้องแล้ว ความน่าเชื่อถือ และความมีชื่อเสียงของร้านจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการเลือกซื้อ รวมไปถึงการบริการหลังการขาย และการรับประกัน ซึ่งผมแนะนำให้เป็นการรับประกันกับทางศูนย์จะดีกว่าจากร้านผู้จำหน่าย รวมทั้งต้องตรวจสอบว่าไปรับประกันกับหมายเลขเครื่องจะต้องตรงกันเสมอ และขั้นตอนสุดท้ายที่สำคัญมากก็คือ การตรวจสอบสภาพของเครื่อง รอยขีดข่วนต่างๆ และการทดสอบการถ่ายก่อนจะนำกล้องจากร้าน ข้อมูลต่างๆ ในการเลือกซื้อกล้องนี้ ผมได้รวบรวมจากประสบการณ์ ความเข้าใจ และการศึกษาจากเว็บไซต์ต่างๆ เพื่อให้ผู้ที่กำลังตัดสินใจเลือกซื้อกล้องเกิดความสบายใจขึ้นในระดับหนึ่ง ผู้อ่านอาจศึกษาเพิ่มเติมได้เพื่อความเข้าใจที่ชัดเจนขึ้นหรือดีขึ้น

ข่าวจากฝ่ายทะเบียนนิตยสารดี

1. สมัครเป็นสมาชิกและการต่ออายุสมาชิก

ไม่ว่าท่านจะสมัครเป็นสมาชิกโดยการกรอกแบบฟอร์มที่ได้รับหรือทางออนไลน์ก็ตาม ขอให้ท่านกรอกชื่อ นามสกุลและที่อยู่ให้ชัดเจนเพื่อหลีกเลี่ยงข้อผิดพลาดในการลงทะเบียนสมาชิก สมัครออนไลน์ที่ www.d-magazine.de

สมาชิกท่านใดสิ้นสุดการเป็นสมาชิกผู้อ่าน ทางฝ่ายทะเบียนจะส่งแบบการโอนเงิน แนบไปกับนิตยสารดีเล่มสุดท้ายของท่าน การต่ออายุสมาชิกโดยการโอนเงิน กรุณาระบุหมายเลขสมาชิกของท่านด้วย เช่น 2012-055 เป็นต้น

2. รับและสงวนนิตยสาร

เนื่องจากมีจดหมายตีกลับไปยังกองบรรณาธิการ หากสมาชิกท่านใดไม่ได้รับนิตยสารดีตามกำหนดออก ขอให้ท่านแจ้งไปยังฝ่ายทะเบียนทราบทันที โทรฯ 01774954640

ทางอีเมล aunchun@d-magazine.de

หรือ info@d-magazine.de

กำหนดออกนิตยสารปีละสี่เล่ม คือ

เดือนมีนาคม/ มิถุนายน/ กันยายนและธันวาคม (กำหนดออกประมาณปลายเดือน)

ติดต่อฝ่ายทะเบียนได้ที่

Aunchun Hirling (อัญชัญ เอียร์ลิง)

Am Maisenbühl 28 C,

78333 Stockach-Wahlwies

Tel. 01774954640



อยู่เยอรมนี ควรรู้ถึงสิทธิและกฎหมายที่พึงมี

ดร.พัทยา เรือนแก้ว ได้ใช้เวลาเพื่อรวบรวมเรื่องที่คุณพึงรู้ไว้ใน "คู่มือกฎหมายเล่ม 1" จำนวน 52 หน้า คู่มือกฎหมายเล่ม 1 แจกฟรีสำหรับสมาชิกนิตยสารดี ผู้ที่ยังไม่ได้เป็นสมาชิกสามารถขอซื้อคู่มือได้ โดยลดเงิน 3 ยูโร พร้อมจำหน่ายของติดแถมไปถึงตัวท่าน แล้วส่งไปที่

ฝ่ายทะเบียนนิตยสารดี D-Magazine,

c/o Aunchun Hirling,

Am Maisenbühl 28 C,

78333 Stockach-Wahlwies

สมัครเป็นสมาชิกนิตยสารดีทางออนไลน์ได้ที่ www.d-magazine.de



“หนึ่งเสียงของท่านมีค่า กำหนดผู้แทนเข้าสภา รับใช้บ้านเกิดเมืองนอน”

อย่าลืม ไปใช้สิทธิเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร
หนึ่งเสียงของท่าน จะรวมเป็นหนึ่งเสียงรับใช้ประเทศ
และเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชนไทยในต่างประเทศ

ศูนย์ประสานงานเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร กรมการกงสุล
กระทรวงการต่างประเทศ
www.consular.go.th
ติดต่อ : www.emb.go.th/web/overseas-election

วาทพันประเทศไทย ด้วยมือคนไทยในต่างแดน

หลังจากที่ผู้เขียนได้มีโอกาสเข้ามาทำงานที่ศูนย์ประสานงานการเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร กรมการกงสุล กระทรวงการต่างประเทศ นับตั้งแต่เดือนเมษายน 2555 เป็นต้นมา และก่อนหน้านั้น เมื่อปี 2554 เคยมาช่วยราชการในคณะทำงานในการจัดการเลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรเป็นการทั่วไปด้วย ผู้เขียนจึงทราบข้อมูลที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับประชาธิปไตยไทยนั่นก็คือ จากการประเมินคาดว่า มีคนไทยในต่างประเทศประมาณ 1 ล้านคน โดยมีคนไทยพำนักอยู่ในภูมิภาคยุโรปประมาณ 3 แสนคน แต่มีผู้ลงทะเบียนขอใช้สิทธิเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร จำนวน 30,623 คน และใช้สิทธิลงเลือกตั้ง เพียง 19,502 คน และเมื่อมองดูตัวเลขจำนวนคนไทยในภูมิภาคอื่น ภาพที่ปรากฏไม่ได้มีความแตกต่างกับคนไทยในยุโรปแต่อย่างใด นั่นคือคนไทยจำนวนไม่ถึงครึ่งในแต่ละประเทศ / ภูมิภาค ที่ลงทะเบียนขอใช้สิทธิเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร และจำนวนไม่ถึงครึ่งมาใช้สิทธิลงคะแนนเลือกตั้ง

สิ่งเหล่านี้สะท้อนประชาธิปไตยของประเทศไทยได้เป็นอย่างดี ในขณะที่คนกลุ่มหนึ่งทั้งในประเทศไทยและในต่างประเทศเรียกร้องให้รัฐบาลหรือหน่วยงานภาครัฐ อำนวยความสะดวกและเปิดโอกาสให้คนไทยในต่างประเทศ ได้มีโอกาสใช้สิทธิที่พึงได้เท่าเทียมคนไทยในประเทศไทยที่เสียภาษีให้รัฐบาลมาโดยตลอด รัฐบาลจึงได้ดำเนินนโยบายที่เอื้อประโยชน์ต่อคนไทยในต่างประเทศ เช่น (1) การจัดให้คนไทยในต่างประเทศสามารถใช้สิทธิเลือกตั้ง ส.ส. (สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร) และ ส.ว. (สมาชิกวุฒิสภา) ได้โดยค่านึงว่า คนไทยในต่างประเทศล้วนได้ทำประโยชน์กับประเทศชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการพัฒนาเศรษฐกิจ ผ่านการทำงานหนักส่งเงินกลับประเทศไทยเพื่อช่วยเหลือพ่อแม่ ญาติพี่น้อง หรือการนำเงินกลับมาใช้จ่ายในประเทศไทยในฐานะนักท่องเที่ยว ซึ่งช่วยสร้างรายได้ให้กับประเทศไทยอย่างมากมาย และล่าสุดกระทรวงการต่างประเทศยังได้ร่วมมือกับกระทรวงมหาดไทย (2) ให้บริการเรื่องการต่ออายุบัตรประจำตัวประชาชนให้คนไทยในต่างประเทศ โดยสามารถติดต่อขอต่ออายุบัตรประจำตัวประชาชนได้ที่ สถานเอกอัครราชทูต/สถานกงสุลใหญ่ ที่เริ่มกำลังจะให้บริการแล้วในบางแห่ง และรัฐบาลเร่งจะขยายขอบข่ายการให้บริการดังกล่าวต่อไปให้ครอบคลุมพื้นที่ทั่วโลก

อย่างไรก็ดี คนไทยในต่างประเทศหลายคนที่ยังเรียกร้องสิทธิต่าง ๆ ได้หลงลืมไปว่า ในระบอบประชาธิปไตย นอกจาก ประชาชนจะมี “สิทธิ” แล้ว ประชาชนยังต้องมี “หน้าที่” และคนไทยหลายคนลืมสำรวจตนเองว่า ตนเองนั้นได้ทำ “หน้าที่” ของคนไทยหรือยัง หน้าที่ของคนไทยตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 หมวด 4 มาตรา 72 ระบุชัดว่า “บุคคลมีหน้าที่ไปใช้สิทธิเลือกตั้ง”

ผู้เขียนได้มีโอกาสสอบถามเพื่อนๆ และน้องๆ ที่เดินทางไปทำงานแบบปากกัดตีนถีบในต่างประเทศเช่นคนไทยส่วนใหญ่ที่ตั้งใจไปทำงานเก็บเงินในต่างประเทศ และน้องๆ ก็ตอบ อย่างตรงไปตรงมา แต่ทำให้คนฟังและทำงานด้านนี้ต้องสะดุ้งใจเล็กน้อย เช่น น้องคนหนึ่งทำงานร้านอาหารในออสเตรเลียตอบอย่างชัดเจนว่า “ไม่คิดจะไปเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร เพราะต้องทำงานไปก็ไม่รู้จะเลือกใคร เลือกพรรคไหน เพราะพรรคการเมืองกับนักการเมืองไทยมันก็เหมือนๆ กันหมด ดังนั้นจะโหมมผลงานไปเลือกตั้งคงไม่เอาด้วย” หรือคำตอบของแรงงานไทยที่เจอเมื่อครั้งนำคณะกรรมการการเลือกตั้งจากประเทศไทยเดินทางไปสำรวจข้อเท็จจริงเรื่องการมีส่วนร่วมของคนไทยในต่างประเทศที่ได้หวั่น แรงงานไทยกลุ่มหนึ่งบอกชัดเจนว่า “ไม่มีรถ ต้องเดินทางไปไกล กว่าไปถึงหน่วยเลือกตั้ง ถ้าไปก็ต้องเสียเงินและเสียเวลามาก” และเจ้าหน้าที่สถานเอกอัครราชทูตบางแห่งก็เล่าว่า “จัดคูหาเลือกตั้งอยู่ฝั่งตรงข้ามกับที่ตั้งของบริษัทที่คนไทยทำงานอยู่ เพียงแค่เดินข้ามถนนมาใช้สิทธิเลือกตั้ง คนไทยยังแทบจะไม่เดินข้ามถนนมาเลย”



ถ้าคนไทยในต่างประเทศทุกคนมีความคิดเช่นเดียวกันกับข้างต้น ผู้เขียนอดคิดไม่ได้ว่า ประชาธิปไตยและประเทศไทยจะเดินไปได้อย่างไร เพราะคนไทยที่อยู่ต่างประเทศส่วนใหญ่เป็นกลุ่มคนไทยที่มีโอกาสมากกว่ากลุ่มอื่น ได้แก่ โอกาสทางการศึกษา โอกาสในการทำงานเก็บเงิน และประสบการณ์ด้านประชาธิปไตยในประเทศที่ตนพำนักอาศัยอยู่ จึงเป็นกลุ่มคนที่มีโอกาสได้เรียนรู้และได้รับทราบข้อมูลที่จะนำมาพัฒนาประเทศไทยให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

หากเป็นไปได้ คนไทยที่พำนักในต่างประเทศสามารถเริ่มจากจุดเล็กๆ โดยเริ่มด้วยการทำหน้าที่ของตนเอง เช่น การใช้สิทธิเลือกตั้ง เลือกรับหรือพรรคการเมืองใดก็ได้ ที่มีนโยบายตรงตามความต้องการของเรา ที่เราคิดว่าเมื่อพวกเขาเหล่านั้นเข้าไปบริหารประเทศจะนำประโยชน์มาสู่ชุมชนท้องถิ่น ญาติพี่น้องในประเทศไทย หรือแม้กระทั่งตัวเราเองซึ่งพำนักในต่างประเทศ และเพื่อร่วมกันสร้างประชาธิปไตย ในมุมมองผู้เขียนเองเห็นว่า หากมีการสะท้อนความต้องการของแต่ละชุมชนในต่างประเทศ ว่า ต้องการให้ภาครัฐจัดการเลือกตั้งในต่างประเทศอย่างไร เพื่ออำนวยความสะดวกให้คนไทยในต่างประเทศมาร่วมใช้สิทธิเลือกตั้งในต่างประเทศให้มากยิ่งขึ้น โดยขอให้ติดต่อแจ้งให้กับหน่วยงานรัฐในต่างประเทศ เช่น สถานเอกอัครราชทูต/สถานกงสุลใหญ่ ทราบและพิจารณานำไปปรับปรุงงานและบริการของตนในต่างประเทศ จะช่วยให้คนไทยในต่างประเทศได้รับความสะดวกสบายในการมาใช้สิทธิเลือกตั้ง

นอกราชอาณาจักรเพิ่มมากขึ้น

ในปี 2556 ศูนย์ประสานงานการเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร กรมการกงสุล กระทรวงการต่างประเทศ และสำนักงานคณะกรรมการการเลือกตั้ง (ก.ก.ต.) มีความพยายามอย่างยิ่งที่จะเชิญชวนและส่งเสริมให้คนไทยมีส่วนร่วมในวิถีประชาธิปไตยให้มากยิ่งขึ้น ผ่านการประชาสัมพันธ์บนช่องทางทั้งสื่อโทรทัศน์ สื่อสังคมออนไลน์ หรือ facebook ภายใต้ชื่อ “การเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร” และพวกเราในฐานะคนทำงานจะรอลุ้นจำนวนผู้ที่จะมาใช้สิทธิเลือกตั้งสมาชิกวุฒิสภา ซึ่งคาดว่าจะมีขึ้นในปี 2557 ว่า ผลของความพยายามของพวกเราจะสามารถผลิดอกออกผลสร้างเมล็ดพันธุ์ประชาธิปไตยได้มากน้อยเพียงใด คนไทยในต่างประเทศเท่านั้นที่จะสามารถช่วยได้

จึงขอเชิญชวนและประชาสัมพันธ์ให้คนไทยในต่างประเทศทุกคนตื่นตัวและตระหนักถึงความสำคัญของท่านในการกำหนดนโยบายในการพัฒนาประเทศให้ก้าวหน้าและก้าวไกลทันสมัยเท่าเทียมประเทศที่พัฒนาแล้ว ผ่านเสียงเล็กๆ ของแต่ละคน รวมเป็นพลังที่เข้มแข็งและมีค่ายิ่ง หนึ่งเสียงของท่านมีค่าและมีความหมาย มาร่วมกันสร้างชาติไทยให้เจริญด้วยมือของตนเอง อยาปล่อยให้คนอื่นชี้ทางเดินให้ท่าน โดยท่านไม่มีส่วนร่วมวาดอนาคตของท่านและของประเทศอันเป็นที่รักยิ่งของเราทุกคน มาสร้างปรากฏการณ์ใหม่ให้ประเทศไทยด้วยกันนะคะ



**ทีมงานนิตยสารดีของมอบกลอนปีใหม่
แด่ผู้อ่านทุกท่านคะ**

เมื่อปีเก่าจากลา
ปีใหม่ก็มาแทนที่
ทุกซ่ใดที่ที่เคยมี
จากไปพร้อมปีเก่าเทอญ

ให้สุขภาพสุขใจ
สมหวังในสิ่งที่ฝัน
น้ำใจมีให้กัน
ร่วมสร้างสรรค์ปีใหม่งาม

Zum neuen Jahr ein neues Herze,
ein frisches Blatt im Lebensbuch.
Die alte Schuld sei ausgestrichen
und ausgetilgt der alte Fluch.
Zum neuen Jahr ein neues Herze,
ein frisches Blatt im Lebensbuch!
Zum neuen Jahr ein neues Hoffen!
Die Erde wird noch immer wieder grün.
Auch dieser März bringt Lerchenlieder.
Auch dieser Mai bringt Rosen wieder.
Auch dieses Jahr lässt Freuden blühen.
Zum neuen Jahr ein neues Hoffen.
Die Erde wird noch immer grün.

Karl von GeroK (1815-1890)

http://www.garten-literatur.de/Leselaube/geroK_neujahr.htm

สวยชั่วคราว อันตรายถาวร

“การฉีดสารใดๆ ก็ตามบริเวณจมูกอาจเสี่ยงกับการตาบอด เนื่องจากบุกน้ํา หรือการฉีดเสริมส:ไพทกิวอาจเสี่ยงกับการเสียชีวิต”

เรื่องของคนอยากสวยคงไม่มีใครห้ามได้ แต่ก่อนจะสวยควรต้องศึกษาหาข้อมูลให้ดีและควรพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญในสถานพยาบาลที่เชื่อถือได้ ทั้งนี้ มีการฉีดฟิลเลอร์เสริมจมูกแล้วทำให้คนไข้ตาบอด หรือฉีดสารเสริมส:ไพทกิวแล้วกลายเป็นเจ้าหญิงนิทราและเสียชีวิตในที่สุด ดังที่เป็นข่าวในประเทศไทย ดังนั้น นิตยสารดีจึงสอบถาม ผศ.นพ.ถนอม บรรณประเสริฐ หัวหน้าหน่วยศัลยกรรมตกแต่งและเสริมสร้างใบหน้า ภาควิชาโสต ศอ นาสิกวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เกี่ยวกับปัญหาการฉีดสารเติมเต็มหรือฟิลเลอร์ที่ทำให้เกิดปัญหาดังกล่าว

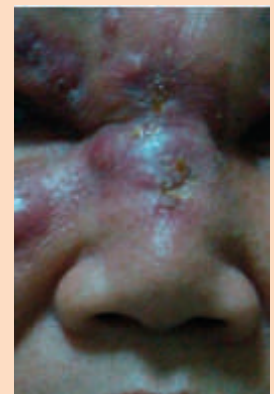
เทรนด์การเสริมจมูกด้วยฟิลเลอร์ การใช้ฟิลเลอร์เสริมจมูกมีความนิยมสูงในช่วง 1-2 ปีที่ผ่านมา เพราะสามารถทำได้รวดเร็วและสวยงามถ้าผู้ฉีดมีความชำนาญและจัดทรงดีๆ พอฉีดเสร็จก็กลับไปทำงานได้ จึงกลายเป็นเทรนด์ฮิตอย่างรวดเร็ว ทำให้มีการฝึกอบรมที่ถูกต้องบ้าง ไม่ถูกต้องบ้าง หรือสอนกันเองเป็นกลุ่ม การบริการฉีดเสริมจมูกจึงกระจายออกไปอย่างแพร่หลาย รวมทั้งกลุ่มที่ไม่ใช่แพทย์ จึงพบภาวะแทรกซ้อนที่ไม่เคยพบมาก่อน นั่นคือ “ภาวะตาบอด”

อันตรายจากการเสริมจมูกด้วยการฉีด มีคนไข้ตาบอดหลายรายจากการฉีดเสริมจมูก เนื่องจากบริเวณจมูกมีแขนงเส้นเลือดเป็นจำนวนมากที่เชื่อมต่อกับระบบเส้นเลือดของตา การฉีดไม่กี่ซีซี หรือประมาณ 0.4-0.5 cc ก็สามารถพรวดเข้าไปในเส้นประสาทตาภายในไม่กี่วินาที ทำให้มีอาการมองไม่เห็นและสูญเสียตาแบบถาวรได้ หรือถ้ารั่วมากกว่านั้น มันจะไปอุดตันที่ระบบหลอดเลือดของสมอง เป็นอัมพาตได้

การเสริมจมูกด้วยวิธีผ่าตัด VS การเสริมจมูกด้วยฟิลเลอร์ การผ่าตัดเสริมจมูกมีความปลอดภัยกว่า ถึงแม้ว่าจะมีภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการผ่าตัด แต่ก็สามารถแก้ไขได้ ในขณะที่การฉีดฟิลเลอร์แล้วเกิดภาวะแทรกซ้อนที่ตาจะไม่สามารถแก้ไขได้ เนื่องจากการฉีดฟิลเลอร์เข้าไปแล้วมีการรั่ว หรือแม้ว่าจะอาจจะไม่ได้แทงโดนเส้นเลือด แต่เส้นเลือดแตก(เอง) ก็ทำให้ฟิลเลอร์ไหลเข้าไปได้ และเมื่อมีการรั่วเข้าไป จอประสาทตาจะทนทานได้ประมาณ 90 นาทีเท่านั้น หรือการฉีดบริเวณผิวหนังแล้วทำให้หนังตาย ก็เพราะผิวหนังหรือเนื้อเยื่อทนการขาดเลือดได้ เพียง 6 ชั่วโมง เท่านั้น

การแก้ไข ถ้าเป็นฟิลเลอร์ที่แพทย์ใช้จะสามารถแก้ไขได้ด้วยเอ็นไซม์ แต่ถ้าเป็นฟิลเลอร์ชนิดอื่นไม่สามารถย่อยสลายได้ แม้แต่แพทย์ที่มีมือดีก็มีความเสี่ยง หรือฟิลเลอร์ที่อย.รับรองก็ไม่ได้รับประกันว่าจะไม่เกิดภาวะแทรกซ้อน เพราะมันไม่ได้เกิดจากคุณภาพของสาร แต่มันเกิดจากกายวิภาคศาสตร์และเทคนิคการฉีด

สารอันตราย ฟิลเลอร์อีกชนิดหนึ่งที่ห้ามฉีดก็คือ สาร “Polyacrylamide” ซึ่งอยู่ได้ประมาณ 2-3 ปี แต่ความจริงแล้วสารตัวนี้ไม่สลายตัว และทำให้เกิดมะเร็งเต้านม ซึ่งมีการพบว่า มีการใช้สารตัวนี้ฉีดที่ใบหน้าซึ่งให้ผลคล้ายกับซิลิโคน แต่ถ้าฉีดในบริเวณเล็กๆ ก็จะเป็นก้อนขึ้นมาได้ ทั้งนี้ ผศ.นพ.ถนอม กล่าวว่า “ที่พบคือ มีคนไข้หิวสารนี้เป็นนิโลจากเมื่อนอกมาขอให้ฉีด ซึ่งคนไข้เข้าใจว่า สามารถฉีดกัน เสริมกัน เสริมหน้าอก โดยที่คนไข้ลืมไปว่าเมื่อใส่สารพวกนี้เข้าไปในร่างกาย จะเอาออกยากมาก และถ้ารั่วเข้าไปในหลอดเลือด จะเป็นอันตรายมากเพราะมันไม่สลายตัว มันจะอุดอยู่ในนั้นตลอด เท่ากับระบบหลอดเลือดถูกปิดหมด ไม่มีวิธีที่จะเอาออกเพราะไม่มีอะไรไปสลายมันได้ คัดออกก็ไม่ได้ เพราะมันกระจายไปทุกอณูของเนื้อเยื่อ และกรณีที่ฉีดเสริมกัน แล้วเกิดรั่วไปที่ขา ก็จะไปอุดเส้นเลือดที่ขาทำให้เนื้อเน่าตาย แต่ถ้าขาปกติ คนไข้แย่งลง แสดงว่าอาจรั่วเข้าไปในหลอดเลือดดำ ซึ่งมันจะย้อน



ผลจากการเสริมจมูกด้วยการฉีด

กลับไปทีปอด ทำให้หยุดหายใจคือไม่มีออกซิเจนเพราะระบบปอดถูกปิดหมดซึ่งในปัจจุบันประชาชนหลงผิด เอาสารพวกนี้มาฉีดเสริมหน้าอก เสริมกัน เสริมสะโพก ฯลฯ พอเราบอกว่าเป็นสารถาวรที่ห้ามใช้ เขาก็จะบอกว่าอยู่ได้นาน แต่ในความเป็นจริง ประชาชนไม่รู้เพราะ package คล้ายกับของมาตรฐาน แต่ไม่ได้รับการรับรองจากอย. เราจึงไม่แนะนำให้ฉีดเสริมจมูกเพราะมีความเสี่ยงกับการตาบอดบอดขึ้น รวมทั้งการฉีดสารแปลกปลอมเข้าไปในร่างกายมนุษย์ร้อยซีซีขึ้นไป เป็นเรื่องที่น่ากลัว เพราะเราไม่ใช่พลาสติก"

Fact: การเสริมจมูกที่โคนจมูกมีความเสี่ยงกับการรั่วเข้าไปในตา แต่การเสริมจมูกที่ปลายจมูกไม่ค่อยเสี่ยงกับการรั่วเข้าไปที่ตา แต่เสี่ยงกับการทำให้ปลายจมูกเน่า อาจหลุดหลุดเลือด ทำให้ดำ จมูกเน่าทั้งแผง เนื่องจากไม่มีเลือดมาเลี้ยงจึงทำให้เนื้อตาย จากฉีดก็จะเปลี่ยนเป็นดำ หลุดออกมาเป็นแผลถลอกแล้วกลายเป็นความพิการต่อมา

ข้อควรรู้ ฟิลเลอร์ (Filler) ในปัจจุบันมี 3 ชนิด

1. แบบชั่วคราว (Temporary Filler) มีอายุใช้งานประมาณ 4-6 เดือน มีความปลอดภัยสูงและสลายตัวได้เองตามธรรมชาติ
2. แบบกึ่งถาวร (Semi Permanent Filler) มีอายุใช้งานประมาณ 2 ปี มีความปลอดภัยปานกลาง
3. แบบถาวร (Permanent Filler) เช่น ซิลิโคน หรือพาราฟิน หลังฉีดจะอยู่ในผิวหนังตลอดไป ไม่สลายตามธรรมชาติ มีผลข้างเคียงระยะยาว

ฟิลเลอร์กับการรักษาปัญหาผิวพรรณ ในปัจจุบันมีการนำฟิลเลอร์มาใช้รักษาปัญหาผิวพรรณอย่างแพร่หลายดังนี้

1. แก้ไขปัญหาริ้วรอยเหี่ยวย่นอันเนื่องมาจากวัยที่เพิ่มขึ้น เช่น ริ้วรอยบริเวณหน้าผาก หางตา และร่องแก้ม โดยการฉีดฟิลเลอร์เพื่อเติมเต็มโยคอลลาเจนที่หายไป ทำให้ริ้วรอยบริเวณดังกล่าวตื้นขึ้น สภาพผิวดีขึ้น
2. แก้ไขปัญหาแผลเป็นชนิดผิวบวม เช่น การเกิดแผลบวมจากสิ่วอักเสบ กรณีนี้สามารถใช้ฟิลเลอร์เติมเต็มทำให้แผลบวมดีขึ้น แต่ก็ต้องเลือกชนิดแผลผิวบวมที่เหมาะสมต่อการรักษา โดยแผลนั้นต้องไม่มีพังผืดในบริเวณใต้แผลบวม มิเช่นนั้น ผลการรักษาจะไม่ดีเท่าที่ควร
3. การใช้ฟิลเลอร์ฉีดเพื่อเสริมเนื้อเยื่อผิวหนังให้มีลักษณะนูนเต็มขึ้นกว่าเดิม เช่น เสริมจมูก เสริมคาง ริมฝีปาก หรือฉีดเพื่อทำให้รูปทรงของหน้าดูอวบอิมกว่าเดิม



Profile: ผศ.นพ.ถนอม บรรณประเสริฐ

ความเชี่ยวชาญ หู คอ จมูก

ความเชี่ยวชาญพิเศษ หู คอ จมูก – ศัลยกรรมตกแต่งและเสริมสร้างใบหน้า

ประวัติการศึกษา

- แพทยศาสตร์บัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 2) คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปีพ.ศ. 2533
- วุฒิบัตรผู้เชี่ยวชาญสาขาโสต ศอ นาสิก ลาริงซ์วิทยา ปีพ.ศ. 2539
- อนุมัติบัตรอนุสาขาศัลยศาสตร์ตกแต่งและเสริมสร้างใบหน้า ปีพ.ศ. 2547
- Doctor of Medicine (second honor) Prince of Songkla University, 1990
- Diplomat Thai Board of Otolaryngology Head&Neck Surgery
- Fellow in Head&Neck (Facial Plastic) Reconstructive Surgery, Harvard University, 2002
- Diplomate Thai Board of Facial Plastic and Reconstructive Surgery

Die Haselnuss und die Kastanie



ของเล่นประดิษฐ์จากเกาลัด

พอล่วงเข้าฤดูใบไม้ผลิ กิจกรรมโปรดของของคนตัวเล็กอย่างหนึ่งคือการไปตระเวนเก็บเจ้า Nuss (die Haselnuss) ตามรั้วรอบๆ ที่พัก ซึ่งปลูกไว้เกือบทุกมุม รวมทั้งเก็บมาจากริมรั้วของโรงเรียนเกือบทุกวัน เก็บเอามาให้พ่อทำเค้กบ้าง แกะเปลือกกินกันเล่นๆ บ้างเก็บมาได้จนเต็มกระจาดผลไม้ แต่ปีนี้ทำทางเจ้า Nuss จะถูกคด เพราะคนตัวเล็กยังขยันออกตามล่าเจ้า Nuss ชนิดนี้กับเพื่อนๆ โดยงดกิจกรรมการเล่นในสนามเด็กเล่นกันชั่วคราว แก๊งนักล้าเขาไปตามล่าเอาเจ้า Nuss มารวมๆ กันได้เต็มถุงใหญ่ แล้วเขาก็หัวใสพากันคิดวิธีหาเงิน ด้วยการแบ่ง เจ้า Nuss ใส่ถุงเล็กๆ หลายๆ ถุง แล้วยกย้ายกันไปตกฝรั่งขายให้คนที่พักอยู่ในตึกต่าง ๆ ในบริเวณที่พวกเราพักอาศัยอยู่ นัยว่าขายกันถุงละ 2 สวิสฟรังก์ เย็นนั้นคนตัวเล็กกลับมาบ้านด้วยอาการลิงโลด พร้อมแบมือให้ดูเงินในมือที่ได้มากถึง 5 ฟรังก์ กับอีก 70 รัฟเฟิน ขายได้มากโข (คนซื้อก็คงเป็นพ่อแม่ พี่น้อง และคนสูงวัย ที่ซื้อด้วยความสงสารนักล้า) เพราะเท่าที่แม่แอบดูจากหน้าตานั้น แก๊งนักล้า Nuss รวมๆ กันก็มีหลายคน เขายังแบ่งเงินกันได้คนละหลายฟรังก์

คนตัวเล็กจึงคุยโม้ถึงรายได้ก้อนแรกที่ได้มาอย่างภาคภูมิใจ ไทรศัพท์ไปเล่าให้ปู่กับย่าฟังปู่กับย่าพลอยตื่นเตนไปด้วย ได้ยินเสียงเล่าแว่วๆ ว่าปีหน้าจะออกตามล่าเจ้า Nuss กันอีก ต่อจากการล่าเจ้า Nuss ก็มาถึงการตามล่าลูกเกาลัด (die Kastanie) เกาลัดที่ว่าเป็นเกาลัดที่คนเขาไม่กินกัน เขาวางกันว่าพันธุ์ที่กินได้เรียกว่า die Maroni และพันธุ์ที่กินไม่ได้เรียกว่า die Kastanie อันไหนถูกต้องก็ไม่แน่ใจนัก แต่เท่าที่เคยสังเกตก็เห็นความแตกต่างของเกาลัดทั้งสองชนิดนี้อย่างชัดเจน die Maroni ที่กินได้นั้นเปลือกจะมีขนปุยๆ คล้ายๆ ลูกเงาะอ่อน เมล็ดข้างในก็จะกลมมากกว่า die Kastanie

ปีนี้คนตัวเล็กเก็บเกาลัดได้ไม่เยอะเท่าปีที่แล้ว เพราะต้นเกาลัดหลังที่พักมีต้นเดียว แถมนเด็กๆ แย่งกันเยอะ เด็กๆ เขาจะเก็บมากองสะสมไว้รอดกันว่าใครได้เยอะกว่ากัน เก็บมาใหม่ๆ ต้องตากไว้ให้มันแห้งก่อน เพราะไม่งั้นมันจะขึ้นรา คนตัวเล็กเขาเอามาทำอาหารให้ตุ๊กตา ทำรั้ว ทำทางเดิน ฯลฯ

ช่วงวันหยุดที่อากาศไม่ดี คนตัวเล็กออกไปเล่นข้างนอกไม่ได้ พ่อเลยชวนทำของเล่น บอกว่าลองเอาเกาลัดมาทำของเล่นดู พ่อให้คนตัวเล็กเตรียมลูกเกาลัด เลือกเอาเฉพาะลูกที่กลมๆ และมีขนาดที่เท่าๆ กัน ส่วนพ่อก็ไปหาเครื่องมือ มี ค้อน ตะปู สวานไฟฟ้า กาว ไม้จิ้มฟัน แม่เห็นท่าทางว่าจะสนุก เลยไปเตรียมของมั่ง ได้กระดุม กับไหมพรมมาอย่างละหน่อย

เราเลยได้สนุกกันทั้งบ้านกับการ ตอกๆ ตัดๆ แปะๆ ช่วยกันออกไอเดียจะทำเป็นรูปอะไร แยกค้อน แยกกาวกันไปมา พ่อประดิษฐ์ข้างกับมา แม่ประดิษฐ์คน หนู และ หมู ส่วนคนตัวเล็กเขาทำตัวหนอน และเม่นน้อย สนุกกันจนลืมเรื่องอากาศไปเลย



เตรียมอุปกรณ์ให้พร้อม



หนอนและเม่นน้อย



คน หนู และหมู



ช้างและม้า



ดูหนัง ฟังเพลง และ อ่านหนังสือ คือเพื่อนคลายเหงา ในยามที่เราไกลบ้าน อย่างนี้ คิดถึงบ้าน คิดถึงกันน้อยค่ะ

Information und Bestellung:

www.noknoi.de

☎ 06825 941285

✉ noknoi@noknoi.de



www.hotelostseeblick.de



Tel: 0171-385-0730

ทะเลสวย น้ำใสสะอาด
อากาศบริสุทธิ์กับวันหยุดพักผ่อน
เชิญคุณและครอบครัวมาพักกับเรา
กรุณาสำรองจองห้องพักล่วงหน้าที่
มิตร ศรีสังข์ 0171 385 0730

ขายและให้เช่าที่ดิน

ใกล้หาดทุ่งวัวแล่น จ.ชุมพร

เหมาะสำหรับปลูกบ้าน

และทำรีสอร์ท

(เจ้าของขายเอง)

ติดต่อคุณจิว

0049 7147274503 (เยอรมนี)

0066 878980807 (ไทย)

อีเมลล์: ju.chansud@gmx.de



Malkurs in Bildern IX

Malen und Gestalten mit Pflanzenfarben, Teil 3

von Isa Barlak, Kunsttherapeutin, Kunstpädagogin



Liebe Malerinnen und Maler,

Ich hoffe, dass Ihr viel Freude hattet, ein Fensterbild mit Pflanzenfarben zu gestalten und dass das eine oder andere Fenster durch so ein farbenfrohes Werk verschönert wurde.

Natürlich kann man in der kalten Jahreszeit auch noch andere schöne Dinge auf diese Weise herstellen:

Zum Beispiel eine Laterne für Kinder.

Anstatt farbiges Transparentpapier zu kaufen, können wir die Farben der Pflanzen benutzen und vorgehen wie letztes Mal beschrieben. Es gibt sehr schöne Anleitungen für verschiedene Modelle von Laternen, auch im Internet zu finden.

Das zweite Beispiel sind farbig dekorierte Gläser mit Teelicht.

Dazu braucht man ein leeres Marmeladen- oder Honigglas ohne Deckel und die gefärbten Küchenpapiere, beziehungsweise die drei Lagen von je einem Papier. Diese reißt man nun in Stückchen, so ein-Euro-Größe etwa. Sie müssen aber nicht rund sein, wenn Ihr wollt ganz unterschiedlich. Da kann man experimentieren. Mit etwas Kleister werden sie nun in Schichten und übereinander auf das Glas aufgebracht. Dabei können sehr schöne neue Farben und Lichteffekte entstehen. Wer das möchte, kann natürlich auch richtige Motive gestalten.

Diese Gläser sind mit Kerze darin eine sehr schöne und heimelige Tischdekoration. Man kann sie auch mit Draht als Aufhängung an einen Ast hängen. Für die Kerzen sollte man dann unten etwas Sand oder ähnliches einfüllen, damit sie nicht so schnell rutschen.

Kinder machen diese Dinge am besten nur gemeinsam mit Erwachsenen, denn natürlich muss man bei diesen Arbeiten, wie bei allem, was mit offenen Flammen zu tun hat, sehr gut aufpassen, um Brandgefahr zu vermeiden.

Wer aber am liebsten selber malt, der kann ja ein „Überraschungsbild“ ausprobieren. Es gibt seit einigen Jahren richtige Farbkästen mit Pflanzenfarben, was ich ganz prima finde, denn sie zeigen, was im Garten der Natur alles wächst. Sie enthalten die hier aufgeführten Farbnäpfchen:

Gelb wird aus wildem Safran (Kurkuma), drei verschiedene Rottöne aus der Gardenie (auch bedeutsam in der traditionellen Chinesischen Medizin und beim Färben von Seide), der roten Paprika und rote Beete gewonnen. Violett verdanken wir dem Holunder und das Indigoblau dem Blaukraut. Zwei Grüntöne stammen aus dem Chlorophyll der Blätter des chinesischen Maulbeerbaumes und dem der





ศิลปะ
โดย Isa Barlak

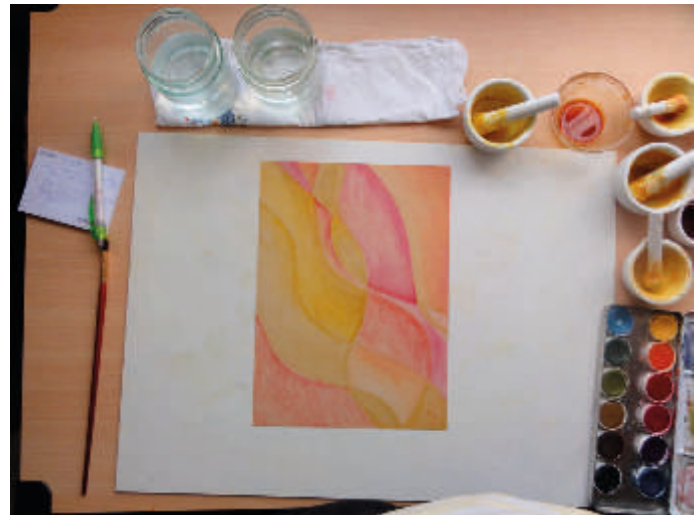
Brennnessel, einer bedeutenden Heilpflanze. Der ockergelbe Farbton der Färberdistel und das Karamellbraun (aus dem karamellisiertem Zucker von Zuckerrüben und Zuckerrohr) runden zusammen mit Schwarz aus Pflanzenkohle die reiche Farbpalette ab.

„Überraschungsbild“: Zieht am besten mit wasseremalbaren Wachsfarben oder Buntstiften ein paar wellige Linien über das Blatt die sich an einigen Stellen überkreuzen.

Als nächstes könnt Ihr die entstandenen Zwischenräume mit Farben aus dem Pflanzenmalkasten ausmalen. Bei unserem Beispiel sind es vor allem die warmen Gelb- und Rottöne mit denen gemalt wurde.

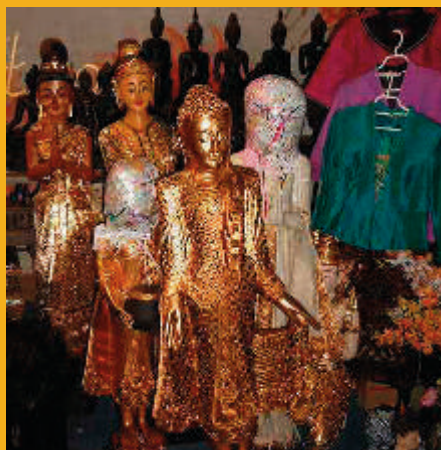
Wenn man dann weiter gestaltet, kann man auch die Linien zum Teil auflösen, verändern oder unterbrechen. Am besten macht man das eine Zeit lang ohne etwas Bestimmtes zu beabsichtigen. Dann schaut man mal zwischendurch, ob das, was entstanden ist, entweder einfach ein Muster sein will, oder ob sich ein Motiv ergibt. Bei unserem Beispiel ist es ein Vogel geworden. Das Ganze kann man als Spiel und Spaß auch gut zu zweit machen. Wer zuerst was entdeckt!

Ich wünsche euch auf jeden Fall viel Spaß beim Malen, Gestalten, Entdecken und (Er)finden von Euren ganz eigenen Motiven!



THAI STYLE

Alle 2 Monate einen Container mit Ware
Original aus Thailand



แหล่งรวมสินค้าOTOPจำหน่ายปลีก-ส่ง สินค้าสำหรับร้านอาหาร
อิมบิส ร้านนวดแผนโบราณ สปาและของตกแต่งบ้าน



ติดต่อได้ที่:

Danas Thai Style
Duisburger Str. 228 45478
Mülheim an der Ruhr, Germany

Tel: 02088 66302

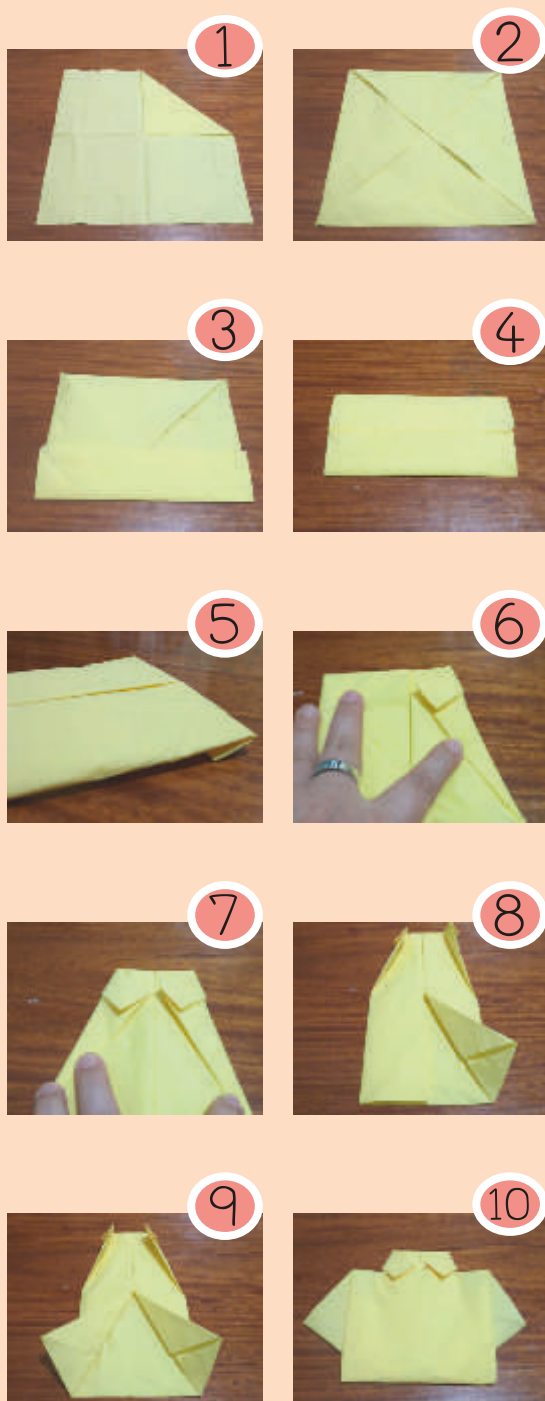
Handy: 017595426059

www.thaistyle.eu

D: 45



แปลงกระดาษเช็ดปาก เป็นเสื้อเชิ้ตบนโต๊ะอาหาร



ในโอกาสที่เราต้องเป็นเจ้าภาพเชิญแขกมารับประทานอาหารที่บ้านแบบนั่งโต๊ะ (Set Table) นอกเหนือจากการเตรียมอาหารที่แสนอร่อยแล้ว การจัดโต๊ะอาหาร เช่น การเตรียมจาน ช้อน ส้อม มีด แก้วน้ำ และกระดาษเช็ดปาก ก็เป็นงานอีกส่วนหนึ่งที่ต้องเตรียมเช่นกัน

วันนี้ผู้เขียนจะขอแนะนำการพับกระดาษเช็ดปากให้เป็นเสื้อเชิ้ตน่ารักๆ เพื่อเพิ่มความน่าสนใจให้แก่โต๊ะอาหารของเรากันค่ะ

สิ่งที่เราต้องเตรียมนั้นก็ไม่มีอะไรมาก เพียงแค่กระดาษเช็ดปาก 1 แผ่นเท่านั้นค่ะ ถ้าพร้อมแล้วเราเริ่มกันเลยนะคะ

1. กางกระดาษเช็ดปากออก จับมุมกระดาษพับเข้ายังจุดกึ่งกลางของกระดาษทั้ง 4 ด้าน (ภาพ 1 และ 2)
2. จากนั้นพับกระดาษเข้ามายังกึ่งกลางกระดาษที่สองด้าน จะได้กระดาษเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า (ภาพ 3 และ 4)
3. ตั้งกระดาษขึ้นให้เป็นแนวตั้งแล้วพับกระดาษไปด้านหลังประมาณครึ่งนิ้วเพื่อทำเป็นปกเสื้อเชิ้ต (ภาพ 5)
4. จับมุมกระดาษที่พับไว้ให้มาจรดเส้นกลางกระดาษทั้งสองข้าง (ภาพ 6 และ 7)
5. จับมุมกระดาษด้านล่างพับทบขึ้นข้างบน โดยให้เสมอมุมกระดาษด้านบนทั้งสองข้าง (ภาพ 8 และ 9)
6. จากนั้นพับกระดาษด้านล่างขึ้นมา โดยสอดปลายกระดาษเข้าไปใต้ปกเชิ้ตที่เราพับเตรียมไว้ตามภาพ 5 เป็นอันเสร็จ (ภาพ 10)

แค่นี้เราก็ได้เสื้อเชิ้ตประดับบนโต๊ะอาหารของเราแล้วค่ะ และถ้าต้องการให้มีสีสันสวยงามบนโต๊ะอาหาร เราสามารถนำกระดาษหลายๆ ลายมาพับ เพื่อให้แขกแต่ละคนมีเสื้อเชิ้ตที่แตกต่างกัน เพียงเท่านี้ก็สามารถเพิ่มลูกเล่นให้แก่มื้ออาหารพิเศษของคุณได้แล้วค่ะ

เห็ดหอมน้ำแดง



ส่วนผสม

เห็ดหอมสด	15	ดอก
แป้งมัน	1/2	ช้อนโต๊ะ
งาคั่วบด	1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช	2	ช้อนโต๊ะ
ผงพะโล้	1/4	ช้อนชา
ซีอิ๊วขาว	1	ช้อนโต๊ะ
ซอสถั่วเหลืองปรุงรส	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วดำ	1	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา
เกลือป่น	1/2	ช้อนชา
พริกไทย	1/2	ช้อนชา

วิธีทำ

ตัดก้านเห็ดหอมออกโดยใช้มีดบาก 2-3 รอย แต่อย่าให้ขาด แล้วทุบให้แบน เจียวงาในน้ำมันพอร้อนแล้วใส่เห็ดลงไปผัด เติมน้ำ 1 ถ้วย เคี่ยวจนสุก จากนั้นใส่แป้งละลายน้ำลงไปเคี่ยวให้เดือดสักครู่ ปรุงรสก่อนจะยกลงเสิร์ฟ

พัดหมี่



ส่วนผสม

เส้นหมี่เหลือง	1	ถ้วย
ผักคะน้า	2	ต้น
เต้าหู้เหลืองหั่น	1/4	แผ่น
เห็ดหอมแช่น้ำหั่นเป็นชิ้นๆ	2-3	ดอก
เห็ดฟาง	1/2	ถ้วย
หัวไชโป้ว	1	ช้อนโต๊ะ
ถั่วงอก	1/2	ถ้วย
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา
เกลือป่น	1/2	ช้อนชา
ซีอิ๊วขาวเห็ดหอม	1	ช้อนโต๊ะ
พริกป่น	1/2	ช้อนชา
น้ำส้มสายชู	1/2	ช้อนชา
ถั่วลิสงป่น	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช		
น้ำซุปล		

วิธีทำ

หั่นผักคะน้าเป็นชิ้นพอดี ส่วนเห็ดฟางให้เจียนโคนที่สกปรกออก แล้วผัดครึ่ง จากนั้นใส่น้ำมันในกระทะ ตั้งไฟให้ร้อน นำผักคะน้า เห็ดฟาง เห็ดหอม เต้าหู้ และหัวไชโป้ว ลงไปผัดให้หอม ใส่หมี่เหลือง ผัดให้เข้ากัน แล้วใส่น้ำซุปล ผัดต่อไปจนแห้ง ปรุงรสด้วยพริกป่น น้ำตาล ซีอิ๊วขาว น้ำส้มสายชู ใส่ถั่วลิสงป่น ผัดสักครู่ ใส่ถั่วงอก (แบ่งไว้โรยหน้าเล็กน้อย) พอทุกอย่างสุก ยกลง ตักใส่จานเสิร์ฟพร้อมกับมะนาวหั่นเสี้ยว และโรยหน้าด้วยถั่วงอก



SKI ALPIN สกี วาลปีน ตอนที่ 1

หนาวแล้วนะแก้วตา อย่าปล่อยให้ความหนาวทำลายจิตใจเราจะคะ เตรียมตัวเตรียมใจต้อนรับหิมะที่โปรยปรายมา ออกไปสัมผัสความงามของหิมะที่ชาวโพลน ไปเล่นสกีกันเถิด

สกี ตามพจนานุกรมกล่าวว่า เป็น กีฬาอย่างหนึ่ง ที่ผู้เล่นจะยืนอยู่บน แผ่นไม้แคบ ๆ มีที่สำหรับสวมเท้าผู้เล่น ที่เรียกว่า แผ่นสกี แล้วปล่อยตัวให้ลื่นไถลลงไปตามเนินเขาที่มีหิมะปกคลุม โดยมีไม้คู่หนึ่งสำหรับยันเท้าในเวลาเล่น

เรื่องของสกีบางท่านอาจจะรู้จักแล้ว บางท่านอาจจะยังไม่รู้ว่า มันคืออะไร... สกีน้ำ สกีบกคงเคยได้ยินและบางคนเคยเล่นมาจากเมืองไทยแล้ว แต่ตอนนี้เราจะมาชวนกันไปเล่นสกี ซึ่งเป็นกีฬาอันโดดเด่นในยุโรป ที่ในฤดูหนาวโรงเรียนระดับมัธยมหลายแห่งในเยอรมนีเห็นความสำคัญ ถึงกับจัดโปรแกรมเข้าแคมป์เล่นสกีหรือสโนวบอร์ดสำหรับเด็ก ๆ เป็นกิจกรรมฤดูหนาว กันเลย

การเล่นสกีไม่ถ่ยยาก แต่ก็ไม่ถ่ยเกินไป ช่วงเล่นสกีที่ดีในเยอรมนีและยุโรป ก็คือเดือนธันวาคมถึงเมษายน การหาสถานที่เล่นสกี การหารีสอร์ท บ้านพัก อาหารเม้นท์ หรือโรงแรมหรู แล้วแต่ความชอบและกระเป๋าตังค์ของแต่ละคน ขอแนะนำว่าการฝึกเล่นครั้งแรกควรยืมหรือเช่าอุปกรณ์ก่อน ควรหาโรงเรียนสกีฝึกการเล่นและเทคนิคให้ถูกต้อง จะทำให้การเล่นสกีในครั้งต่อไปมีคุณภาพและป้องกันอาการบาดเจ็บ จากการลื่นไถลและรู้จักเทคนิคการกดขอบสกี การเบรค สกี การย่อเข้า การยึดตัว อีกทั้งการใส่รองเท้า ใส่สกี การจับไม้สกี เมื่อเล่นเป็นแล้วสุดมันส์อย่าบอกใคร

อันดับแรกคือ หาแนวร่วมที่จะไปเล่นด้วยกัน แล้วก็หาสถานที่ที่จะไป แต่ต้องเช็คดูด้วยนะว่า สถานที่ที่จะไปมีหิมะเพียงพอสำหรับเล่นสกีหรือไม่ ราคาก็มีหลากหลาย สถานที่เล่นสกีที่รู้จักกันดีคือแถบ Trois Vallee ใน ฝรั่งเศส Dolomiten ใน อิตาลี St. Moritz, Laax, Zermatt ใน สวิตเซอร์แลนด์ Zillertal, Innsbruck, Kitzbühel, Ski Welt ใน ออสเตรีย ซึ่งมีที่เล่นได้กว้างขวาง และหลากหลายเส้นทางสกี และอีกหลายแห่งแถบยุโรปและหลายแห่งของโลก เมื่อได้ที่พักแล้ว และสถานที่แล้ว ใครอยากเตรียมตัวล่วงหน้า ก็สามารถหาข้อมูลขึ้นต้นในอินเทอร์เน็ตได้ ยุคนี้ศึกษาทฤษฎีไว้ก่อน ก็ไม่เลวนะ เอาละ.. มาศึกษาเรื่องเรื่องแต่งกายกันก่อน

1. เสื้อกันหนาว กันลม กันความชื้นและกันหิมะ(Skijacke) มีหมวกเย็บติดด้วยก็จะได้ มีหลายยี่ห้อให้เลือก ที่มีซิปใต้แขนได้ยิ่งดี เสื้อที่มีกระดุมเย็บใต้แขนข้างในเสื้อสำหรับปิดช่วงสะโพก(Schneefang)เวลาลมจะกันหิมะไม่ให้หลุดเข้าไปในร่างกายนะ ควรซื้อกระเป๋ารุ่นที่แบบรัดซิปที่หน้าอกหรือที่แขนไว้ใส่บัตรขึ้นสกีลิฟท์ด้วยก็จะได้ดี เวลาขึ้นลิฟท์เพียงแต่ยกแขน เครื่องก็จะสแกนเสียงดังบี๊บๆ เพื่อเปิดช่องประตูขึ้นลิฟท์สกีได้ โดยไม่ต้องวุ่นวายกับการล้วงบัตรเข้าๆ ออกๆ แนะนำให้สังเกตดูด้วยเวลาซื้อ เพราะมีหลากหลาย





2. กางเกงสำหรับเล่นสกี (Skihose) ควรมีซิปที่ขยับปลายกางเกง เพื่อการใส่รองเท้าสกีง่ายขึ้น
3. ถุงมือสกี (Skihandschuhe) ชนิดที่ "กันน้ำได้" จะดีมาก เพราะถ้ามือเปียก จะเย็นสุดทรมาน
4. ถุงเท้าสกีอย่างหนา (Skisocke) มีแบบธรรมดาราคาประหยัด และแบบที่ทอแบบหนาที่หน้าแข้งและใต้ฝ่าเท้าราคาต่างกัน
5. หมวกอุ่นที่คลุมหู แบนหัว หรือผู้หัดใหม่แนะนำให้เขาหมวกกันน็อคเล่นสกีก่อนที่จะซื้อ มีให้เช่าที่ร้านเช่าสกีตามลิฟท์สกีหรือที่ร้านสกีขายเช่าสกีทั่วไป
6. ผ้าพันคอ แนะนำแบบเล็กสามเหลี่ยม หรือแบบสวมคล้องคอ(Head)
7. แวนตาสปอร์ตกันแดด หรือแวนตาสกี (Skibrille) สำคัญมากเพราะเมื่อแสงแดดกระทบหิมะบนเขาเจิดจ้ามากจนแสบตา อาจทำให้สายตาสีได้ แนะนำให้ใช้แวนตาหิมะเพราะถ้าหิมะตกและมีลมแรงกันหิมะและลมเย็นเข้าตา แวนตาหิมะจะมีฟองน้ำบางๆ กัดแนบรอบตาไม่ให้ลมเข้าตา ถ้าเล่นสกีเป็นแล้ว เวลาแล่นลงมาด้วยความเร็ว การช่วยให้มองเห็นคมชัด ทำให้การเล่นปลอดภัยและสนุกขึ้นอีกมากมาย
8. รองเท้าอุ่น ๆ ที่มีพื้นรองเท้ากันลื่นล้มไว้เปลี่ยนก่อน และหลังเล่นสกี รองเท้าสกี (Skischuhe) แบบปรับให้เข้ากับรูปเท้าได้ ใครเท้าแบนหรือรองเท้าใหญ่ ก็ปรับได้
9. ชุดชั้นในควรเป็นผ้าใยสังเคราะห์ เช่น เสื้อแขนยาวและกางเกงในชายาวแบบเนื้อ (Skiunter-wäsche) เป็นต้น
10. กระเป๋าสำหรับใส่เครื่องเคราต่าง ๆ



สำหรับผู้หัดเล่นใหม่ควรไปเช่าสกีจากร้านในเมืองที่อาศัยอยู่ หรือจะเช่าที่เมืองที่ไปเล่นสกีก็ได้ แต่ถ้าใครคิดว่าชอบมาก ๆ เลย เอาละชีวิตนี้ขอเล่นสกีให้ได้ ไม่ยอมแพ้ จะซื้อเลยก็ได้ทุกอย่างที่ว่ามาขี้นทั้งหมดทั้งแบบประหยัด แบบที่สีลันจืดจาด ซาบซ่าสุดฮอตเมื่ออยู่บนเขา แบบคนต้องเหลียวมอง การเลือกสกี ขอให้ดูความสูงของตัวเองด้วย ถ้าเลือกเล่น"สกีอัลพีน" นั่นคือ เล่นสกีในเทือกเขาแอลป์ ถ้าเลือกสกีลันไม่จำเป็นต้องมีไม้ค้ำสกีเมื่ออุปกรณ์ครบแล้วเดินทางขึ้นเขากันเลย

เมื่อ 14 ปีก่อนดิฉันเริ่มเรียนที่โรงเรียนสอนเล่นสกีก่อน 1 อาทิตย์ เรียนสมัยลูก ๆ ยังเล็กอยู่ จะได้อาตมาดูกัน สมัยนั้นกว่าจะแต่งตัวเสร็จล่อไปเกือบชั่วโมงเครื่องเคราที่ว่ามาข้างต้นนั้น กว่าจะกระหน่ำใส่ทีละชิ้นตอน เล่นเอาเหงื่อตก คิดว่าไหน ๆ ก็ไหน ๆ สามวันแรกน้ำตาตกเลย (ไม่ได้เขียนให้ท่อนะคะ) ปวดขา ปวดไปหมดตั้งตัว ไปเย็นวันที่สี่เขาให้ขึ้นไปสูงอีก ขึ้นมองลงมา อยากจะกรี๊ดลั่นหูเขาก็กลัวเขาจะว่าเวอร์ หัวดำเย้ๆ สู้ๆ กัดฟัน ลืมความปวด (แกล้งลืม) มองดูเพื่อนร่วมชะตากรรมไม่เห็นเขาอะอะอะไรก็ทำใจได้ ลื่นแล่นตามหลังตามครูมา ก็มาถึงตอนเล่นสกีนั้นคะ เริ่มจากการใส่รองเท้าสกีก็กดล็อคต้องให้พอดีเท้า จับไม้เล่นสกีโดยสอดมือลอดห่วงบนไม้และจับที่ยางข้างบนสุด แล้วก็ชื้อตัวลิฟท์เพื่อขึ้นไปเล่นก็แล้วแต่ จะชื้อตัววันหรือตัวอาทิตย์ ถ้าชื้อตัวอาทิตย์จะถูกกว่า ตอนขึ้นลิฟท์ที่ต้องระวังคือการแบกสกี ต้องทำให้ถูกต้อง ถ้ามีค้อนอยู่มากเวลาแบกสกีขึ้นลิฟท์ต้องมีมารยาท เอาสกีไว้ข้างตัวหรือยกแนบตัวลง ยถาแบกไว้บนบ่าเวลาหมนตัวอาจจะไปถูกหน้าคนอื่นได้(นึกภาพแล้วน่าหวาดเสียว) การขึ้นลิฟท์นั้น ถ้าเป็นลิฟท์กระเช้าที่มีที่นั่งสองข้าง ก็ต้องถอดสกีออก แล้วเก็บสกีใส่ช่องข้างนอกลิฟท์ หากเป็นลิฟท์ที่นั่งแถวยาวนั่งแปดคน สี่คน หรือนั่งสองคน ไม่ต้องถอดสกีออกนั่งเอาเท้าแขวนไปเลย ลิฟท์แบบนี้เขาช่างสร้างมาให้ถูกจังหวะนั่งเสียวจริง พอไถลเข้าไปยืนรอ ลิฟท์จะหมนมาจ่อกันบับนั่งบับได้เลย หากเป็นลิฟท์ตะขอลายสมอเรือที่พยุ่งกันไว้แบบนี้ต้องดึงตะขอโค้งมาพยุ่งบันท้ายด้านล่างกันกบแล้วยืนรอเขานิด ๆ เท้าทั้งสองขนานกันมือจับเชือกลิฟท์จะลากเราขึ้นเขาไป หากเป็นแบบจวนที่สอดได้ขา คือ จวนกลมแบนดึงเชือกแล้วเอามาสอดตรงช่วง"หว่างขา" (เน้น) หนีบจวนไว้แล้วเจ้าลิฟท์จะลากขึ้นไปแบบสโลวโมชัน ลิฟท์แบบนี้ไม่ต้องถอดสกีออก ยืนแล้วจับเชือกไว้เท่านั้นไม่ต้องเกร็ง

พอขึ้นไปถึงข้างบนแล้ว ถ้าลงลิฟท์กระเช้าก็ต้องเตรียมไม้สกี ถ้าลิฟท์นั่ง หรือลิฟท์ยืนก็ขยับสกีไถลลื่นออกมาจากลิฟท์ได้เลย ตรวจสอบสกีอีกครั้งถ้าไม่แน่ใจ รองเท้าแน่นไปไหม ล็อคสกีกับรองเท้าติดแน่นหรือยัง

ฉบับหน้าจะมาบอกเล่าประสบการณ์ เทคนิคต่างๆ มารยาทของการเล่นสกี เส้นทางสกี การเตรียมพร้อมร่างกายก่อนเล่นสกีไม่ให้บาดเจ็บได้ง่าย แล้วพบกันฉบับหน้าคะ

หลิวลูลม



เทคนิด (การช้) ชีวิต

ก็ไม่รู้เหมือนกันว่าจะเขียนเรื่องสั้นหรือเรียงความ แล้วแต่ดุลยพินิจของบรรณาธิการ และคณะกรรมการก็แล้วแต่เอาเป็นว่าอยากส่งมาประกวดบ้างก็เท่านั้นเองคะ ชื่อเรื่องออกจะน่าหมั่นไส้และทันสมัยเกินไปนิด (เรียกร่องความสนใจใจจะ) ตั้งแต่อยู่เมืองไทยแล้ว เทคนิคเยอะมากจนได้ฉายาจากเพื่อนในโรงเรียนว่า ส.ท.ร. (อยากรู้คำเต็มต้องถามสวนตัวคะ) บอกไม่ได้ที่นี้เดี่ยวโดนแบนไม่ลงให้ เอาเป็นว่ามีนิสัยส่วนตัวชอบคิดอาสาช่วยเหลือผู้คนที่มีปัญหาเดือดร้อน ยากจนและนำเสนอมาตั้งแต่จำความได้ เพราะ “ชอบคิดอาสา” นี้เป็นกันทั้งครอบครัว คือเห็นตัวอย่างติดตามมาตลอด โดยเฉพาะคุณย่ากับสัตว์ เช่น หมู หมา กา ไก่ เป็ด ห่าน แมว แก้มักจะพูดให้ฟังว่า “ส่งสารมันลูก มันพูดไม่ได้ ขอความช่วยเหลือขอกินไม่ได้เหมือนคน” แม้กระทั่งหนูที่อยู่ในห้องระบายน้ำ (เมื่อสมัย 50 ปีก่อนไม่สกปรกเหมือนสมัยนี้) แกยงเอาข้าวสวยไปรยลงไปให้กินเป็นประจำ ภาพหญิงชราวัยเล็กผมหงอกเล่านางผ้าถุงสำเร็จ ใส่เสื้อลูกไม้คอบัว มีไม้เท้าในมือเดินออกกำลังกายไปตามถนนตามด้วย หมา แมว ห่าน เป็ด อย่างมีระเบียบ เวลาพักให้อาหาร คุณย่าจะพาบริวารทั้งหลายนั่งพักใต้ต้นไม้ริมคลอง ซึ่งจะมีม้านั่งยาวใต้ต้นไม้ คุณย่าจะนั่งบนม้ายาวบริวารทั้งหลายนั่งบนพื้นหญ้า ภาพที่หญิงชราแบงขนมป้อนสัตว์ ซึ่งสัตว์ทั้งหมดจะกินกันอย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่กัด หรือทะเลาะแย่งกันกินเลย จนมีนักข่าวหนังสือพิมพ์ท้องถิ่นมาหนึ่งคู่และสัมภาษณ์ คือ นายโถง สุวรรณทัต พรรค ปชป. ส่วนที่บ้านก็จะมีคนมาขอความช่วยเหลือทุกวัน ส่วนมากจะเป็นคนงานก่อสร้างที่มาตั้งแคมป์ก่อสร้างตึกแถวและซ่อมแซมทางรถไฟสายคลองสาน-มหาชัยใกล้บ้าน เย็นเลิกงานก็จะหอบลูกจูงหลาน มาขอยาบ้าง ปรีक्षाเรื่องปัญหาในครอบครัว ให้ช่วยแก้ไขใกล้เกลี่ย บ่อยครั้งที่เห็นคุณย่าหอกับข้าวและให้ข้าวสารพร้อมเงินนิตนอยไปด้วย

นี่ก็ใกล้ครบรอบปีที่ 20 ที่จากบ้านเกิดเมืองไทยมาใช้ชีวิตที่ประเทศเยอรมนีนี้ ขอใช้คำฮิตโหลๆ ว่า “บ้านที่สองของฉัน” และก็คิดโครงการย้ายถิ่นฐานกลับไป (ตาย) อยู่บ้านเกิดภายในไม่นานปีนี้ พูดอย่างหน้าตาเฉยเลยว่าได้ ร่ำรวยเงินทองเป็นมาตามเงินล้านหอบกลับเมืองไทยเหมือนคนไทยที่โชคดีหลาย ๆ คนตามคำคุยเล่ากัน แต่มีความภูมิใจมากกับการร่ำรวยประสบการณ์กับการทำงาน ทั้งกับคนไทยและคนเยอรมัน ได้เรียนรู้คุณค่าขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรมความเป็นอยู่ สัมผัสนิสัยใจคอของคนเยอรมันที่แท้จริง รวมถึงได้ร่วมงานกับคนที่มาจากหลายประเทศ และ

อื่นๆ อีกมากมาย คุ่มที่ลงทุนตัดสินใจเดินทางมาประเทศนี้สาเหตุที่ตัดสินใจเดินทางมาเยอรมนีคือ มาทำงานร้านอาหารไทยในเมืองหลวง Düsseldorf รัฐ Nordrhein Westfalen ที่รู้ดีเพราะสืบเสาะหาข้อมูลของประเทศเยอรมนีเตรียมตัวไว้ก่อน หลังจากที่ทำหนังสือเดินทางแล้วก็ไปร้านขายหนังสือต่างประเทศซึ่งดังมากที่สยามสแควร์ในสมัยเมื่อ 20 ปีที่แล้ว ชื่อ ดวงกมล บุคเซนเตอร์ ได้หนังสือสนทนาภาษาเยอรมันสำหรับนักท่องเที่ยวประโยคประจำวัน เช่น สอบถามเส้นทาง - ที่ทำการไปรษณีย์ - โรงแรม - สถานีตำรวจ มา 2-3 เล่ม ดัดพจนานุกรม ไทย-อังกฤษ-เยอรมัน มาอย่างละเล่ม ตอนที่ไปรับเล่มหนังสือเดินทาง ก็สอบถามเจ้าหน้าที่ขอเบอร์โทรศัพท์สถานทูตไทยที่เมือง Bonn ตามที่เจ้าหน้าที่บอกจดเก็บใส่สมุดเล่มเล็กซื้อจากดวงกมลอีกนั่นแหละ สำหรับพกติดตัวติดกระเป๋าใส่ตาดึงไปเสมอ การเตรียมตัวลักษณะนี้่ง่ายสำหรับผู้ที่มีความรู้ คือ อ่านออกเขียนได้ และไปทำงานหรือไปศึกษาโดยตรงเท่านั้น (แต่ก็มีบางคนที่นึกไม่ถึง) ส่วนผู้ที่ถูกชักจูง แนะนำ ให้ไปชุดทองที่เยอรมนี สมัยนั้นฮิตมากก็มักจะยาก เพราะจะได้รับข้อมูลที่ผิดๆ ไม่ถูกต้อง เช่น ไม่เป็นไร พูดภาษาไม่ได้ ไปลงหนังสือพิมพ์หาผู้ชายแต่งงาน คนแก่กะตี่มีบ้านนาถุกิน หลับหูหลับตาแต่งไปก่อน ได้วิชาแล้วหาหัวใหม่เลย (เก่งกันจริงหญิงไทย) พอมาแล้วมีปัญหาวกนายหน้าหรือญาติโยมทั้งหลายก็แก้ปัญหาให้ไม่ได้ เพราะตัวเองก็ยังไม่แข็งแรง ไม่รู้เท็จจริง ทั้งขนบธรรมเนียมประเพณี กฎหมาย กฎระเบียบในด้านเอกสารต่างๆ ที่สำคัญไม่รู้ว่สถานทูตและสถานกงสุล มีไว้เพื่ออะไร คิดกันอย่างเดียว จนมาสามสี่เมืองไม่ต้องมาจัดการให้ทำเอกสารแจ้งอะไร ไปที่อำเภอเมืองไทย นามสกุลแต่งแล้วเปลี่ยนอัตโนมัติ ก็ในวีซ่าเขายังเปลี่ยนให้โน่นคิดไปไกลเลย พวกเราเป็นคนต่างดาวในประเทศนี้ กฎเกณฑ์ของการเข้าเมืองก็ต้องทำให้ถูกต้อง แต่อีกนั่นแหละพูดจนปากใกล้ฉีก คำตอบที่ได้คือ “ พี่คนนั้น เขาบอกทำอย่างนั้น พี่คนนั้นเขาบอกทำอย่างนี้” คือลูกพี่เขาพามาต้องอยู่ในโอวาท ฟังใครไม่ได้ แล้วก็ไม่มีสิทธิ์จะเลือกสามี่ได้เลย บางคนถูกผลักดันให้ไปอยู่กับผู้ชายเกือบ 10 คนก็ยังไม่ได้แต่งงานสักที ต้องกลับเมืองไทย โดยเฉพาะคนแนะนำพามาไม่รับรู้ รับผิดชอบอะไรทั้งสิ้น มารู้อันที่หลังว่าเธอเอาค่านายหน้าจากผู้ชายไปแล้ว และในลักษณะของเมียเช่าด้วย เพราะฟังเขา พูดภาษากับผู้ชายไม่รู้เรื่อง แต่พามาแปลให้ก็เป็นคนละเรื่องเลย (คนไทยประเภทนี้คือผู้หวังดีที่ประสงค์ร้าย) นำส่งสารจริงๆ เฮ้ย พูดยากนะเอาเป็นว่าคิดหน้าคิดหลังขึ้นตาชั่งนานหน่อยก็แล้วกัน

สมัยชุดทองนี่ตัวเองก็ตัดสินใจมา แต่ชุดอะไรไม่เป็นสักอย่าง คิดแต่จะมาทำมาหากิน มาทำงานพอจะมีโอกาสเก็บเงินเก็บทองได้ เพราะมีที่พัก มีข้าวปลาอาหารให้คงประหยัดดี และคงได้ส่งเสียเลี้ยงดูตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ที่แก่เฒ่าลงทุกวัน และจะได้ส่งเสียให้ลูกสาวได้เข้าเรียนมหาวิทยาลัยตามที่เขาคาดหวังเอาไว้ (ตัวเองเรียนไม่จบจึงหวังให้ลูกได้รับปริญญาแทน) ซึ่งเขาก็ทำสำเร็จภายใน 4 ปีต่อมา ความเหนื่อยยากลำบากกับงานหายเป็นปลิดทิ้ง เพราะเวลาทำงานพยายามนึกแต่เรื่องดี ๆ มองให้เห็นลูกได้รับปริญญา อารมณ์ดี ทำงานไปก็เดินฮัมเพลงไปบ้าง (มาถึงบางอ้อว่าเพลงหรือดนตรีใช้บำบัดความกตัญญู ความเครียดได้ตอนเข้ามาลัสมมนาที่ ดร.พัทยา กับ คุณอัญชัญนิตยสาร D จัดเมื่อ พฤษภาคมอย่างเต็ม 100 เปอร์เซ็นต์)

ขอย้อนกลับไปหาผู้ที่ถูกชักจูงแนะนำมาอีกครั้ง ถ้าอ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ขอให้ใช้ความจำและขอให้มีความกล้าที่จะซักถามเมื่อมีโอกาส เช่น ตำรวจเยอรมัน ซึ่งปัจจุบันนี้จะมีรายชื่อลามาทุกภาษาที่จะคอยช่วยเหลือได้ ไม่ต้องกลัวว่าถึงเหตุการณ์คับขันแล้วร้าย

ปี 1997 โชคดีที่ได้สามีเยอรมันแต่งงานด้วย (วิชาที่มาทำงานระยะเวลา 3 ปีเท่านั้น) จากการติดต่อของเด็กร่วมงานในร้านอาหารซึ่งได้อธิบายให้เข้าใจแล้วว่า ถ้าต้องการหางานทำอยู่ต่อไป ต้องแต่งงานกับคนเยอรมันเพื่อจะได้วิชาแต่งงาน หลังแต่งงานก็จะได้ใบอนุญาตให้ทำงานได้ ตอนนั้นไม่ได้อยากมีสามีเลย (อยู่เป็นโสดเลี้ยงลูกหลังหย่ามา 15 ปีคนเดียวเลยเช็ด) แต่ในเมื่อกฎหมายเป็นอย่างนี้ก็ต้องจำยอมจึงภาวนาขอให้โชคดี เจอคนจิตใจดี สะอาดสะอาดอันก็พอไม่ต้องรำววย หลังแต่งงานก็ยึดอาชีพ Putzfrau ที่งานนี้สมัยก่อนหาง่ายและเยอะมาก ยิ่งเป็นงานตามบ้าน แรกเริ่มสามีบอกยังไม่ต้องทำงาน แต่ตัวเองมีภาระทางเมืองไทยซึ่งเป็นคนความรับผิดชอบของตัวเอง ขอคุยกับสามีโดยตรง ถ้าช่วยฉันไม่ได้ฉันก็ขอหางานทำ ซึ่งบางครั้งก็ต้องไปค้างวันศุกร์เสาร์ ขอไปล้างจานและช่วยในครัวร้านอาหารไทย และรับรีดผ้าให้ด้วย เขาวันอาทิตย์เดินทางกลับบ้าน เก่งแล้วหลังจากศึกษาหาข้อมูลหัดอ่านป้าย Fahrplan ตามสถานีรถไฟ หัดกดตั๋วรถไฟหยอดเหรียญเอง มาอยู่แรก ๆ เป็นมาก มีแต่ตู้หยอดเหรียญก็ดันทุรังพับแบงก์ 20 มาร์คใส่ลงไปอีก เป็นเรื่องน่าขำและขายหน้า จนทุกวันนี้เพื่อนร่วมงานบอกต้องเขียนชื่อ นามสกุลที่อยู่ใส่ลงไปเขาจะส่งเงินคืนให้ (สมัย 20 กว่าปีก่อนนะ สมัยนี้อะหวาง) ก็เป็นบทเรียน อีกอย่างคราวนี้ซื้อตั๋วเดือนเลยหมดปัญหาไป จะมีปัญหาอีกก็ตอนเสียเวลามีการเปลี่ยนขานขาลาจอตรถ ฟังภาษายังไม่ค่อยเข้าใจ แต่ก็คอยสังเกตผู้คน เห็นแหล่งบันได ก็ทึ่งประโยคคำถามไว้ถามเขา ลงไปด้วยพอเขาบอก Ja และพยักหน้าให้ตาม ชื่อสถานีก็เหมือนกัน แรกๆ ที่ยังฟังไม่รู้เรื่อง ก็ขีดเครื่องหมายไว้วันคือ 1 สถานี จนครบสถานีที่จะลง ก็ต้องนั่งระวังอย่าวอกแวก ไม่งั้นพลาดลงผิดอีก เฮ้ยเดี๋ยวนี้เหนื่อยมากนั่งรถผลอยหลับยังตื่นอัตโนมัติลงป้ายถูก ฮีฮี

กลับถึงบ้านตัวเองก็กลับเป็นแม่บ้านที่ดี ทำความสะอาด ตกแต่งบ้าน ถูมไม้ทุกซอกซอของสามีบ้าง (โชคดีเหลือเกินที่ไม่ต้องทำอาหารให้สามี เพราะสามีชอบทำอาหารเอง) ซื้อหาอาหาร (เครื่องปรุง) ใส่ตู้เย็นไว้เสมอ ภาษาก็พยายามพูดและพยายามศึกษาด้วยตัวเอง จำคำแม่สามีไว้ว่า เปิดโทรทัศน์ไปฟังไป “แม่จะรำคาญไม่ชอบก็ต้องฟัง เธอจะได้ชิน” และก็จริงจังๆ จะหงุดหงิดมากภาษาอะไรจะ พอชินฟังแล้วตัวอักษรจะขึ้นจอในสมองเลย เพราะเวลานั่งรถไฟผ่านสถานี อีกอย่างจะมองป้ายชื่อและตั้งใจฟังเขาประกาศไปด้วย เดี่ยวนี้เพลิน

ใกล้ถึงเวลาคิดกลับบ้านเมืองไทย เพราะสามีใกล้บ้านญาติแล้วแน่นอนในใจก็คิดว่าตัดใจทิ้งงานทิ้งเจ้านาย คือ เจ้าของบ้านได้เด็ดขาดหรือ แม้จะชอบธรรมเนียมประเพณีของคนเยอรมันมาก ชอบพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้รอบตัวที่มีไม่ว่าจะเป็นการเมือง หรือกีฬา เจ้านายจะบอกว่าแสนรู้จริงและทันสมัย คือ ไม่หยุดนิ่งที่จะชวนชววยไฟรู้ ชอบดูข่าวทั่วโลก (ของ Euro News) จะไม่ชำนาญทางอินเตอร์เน็ตอย่างหลายๆ คนบอกให้ทำ เพราะเวลาไม่มีให้ที่จะมานั่งนานๆ หน้าคอมฯ ทุกวันนี้ยังทำงานแบบสนุกอยู่ Putzen ist mein Leben (ถูกไวยากรณ์ไหม??) จะใช้ประโยคนี้นี้ตลอด ทำไปฮัมเพลงไปบ้าง จนเจ้านายถามว่าไม่เบื่อ ไม่เหนื่อยบ้างหรือ ก็จะตอบไปว่า “ไม่เพราะมันเป็นงานที่ฉันชอบ ฉันรัก และฉันก็ทำงานด้วยความรู้สึกจากข้างในไปด้วย จึงไม่เหนื่อยและเบื่อหน่าย” และจะหยุดทำก็ต่อเมื่อเป็นอัมพาตเคลื่อนไหวร่างกายไม่ได้เท่านั้น วิธีการอื่นจะหยุดฉันไม่ได้เลย เอ๊ะ เป็นเพราะใช้เทคนิคหรือเปล่า คนอ่านช่วยบอกด้วยนะจ๊ะ

สวัสดีจ๊ะ



www.fotosarch.de



“พินทุ์เป็นจริง ในดินแดนแห่งความฝัน” ตอนที่ 1

บันทึกการเดินทางท่องเที่ยวเยอรมนี สวิตเซอร์แลนด์ ออสเตรีย ลัดถิ่นสตาเยนและฝรั่งเศส 14 วัน

“นี่เป็นครั้งแรกในชีวิตของการเดินทางไปต่างประเทศที่ต้องจัดการทุกอย่างด้วยตัวเอง เพราะคราวนี้พวกเราไปกันเอง ไม่ได้ใช้บริการบริษัททัวร์ ความรู้สึกจึงเหมือนกำลังจะไปผจญภัยในโลกกว้าง เราบินไปลงที่ซูริค ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ แล้วเพื่อนที่เคยเรียนด้วยกันมา และปัจจุบันตั้งรกรากอยู่เยอรมนีมานานถึง 28 ปี จะขับรถจากเยอรมนีมารับ (บ้านเพื่อนอยู่ในเขตทะเลสาบคอนสตันซ์ อยู่ห่างจากสนามบินซูริคราว ๆ 75 กม.) เราทั้งเจ็ดคนจะได้เที่ยวทั้งเยอรมนี สวิตเซอร์แลนด์ ออสเตรีย ลิกเทินสไตน์ และฝรั่งเศส สุดแสนจะดีใจ”



วันที่ 28 กันยายน 2555

พวกเราเข้าเช็คอินที่ Ferienwohnung ที่หมู่บ้านวาลวีส (Wahlwies) เขตทะเลสาบโบเดนเซหรือที่รู้จักกันว่าทะเลสาบคอนสตันซ์ ที่พักเป็นแบบโฮมสเตย์สะอาดสะอ้านมีห้องครัว มีสระว่ายน้ำ ฯลฯ ค่าที่พักคนละ 15 ยูโร ต่อคืน อาหารเช้าทำกินกันเอง

ตอนบ่ายไปปราสาทโฮเฮินโซลเลิน (Castle Hohenzollern) อยู่ในเส้นทางด่วนสาย A 81 วิ่งไปทาง Stuttgart ออกทางแยก สู่ถนนสาย B27 ไปเฮ็คคิงเงิน (Hechingen) ก่อนถึงเฮ็คคิงเงินจะมีป้ายให้เลี้ยวขวาไปสู่ปราสาทฯ จากที่จอดรถเดินขึ้นไปชมปราสาทใช้เวลาเดินประมาณครึ่งชั่วโมง สำหรับคนกรุงเทพฯอย่างพวกเรา ถูกพาเดินขึ้นเขาครึ่งชั่วโมง ก็เล่นเอาลั้นห้อยเลย ค่าเข้าชมปราสาทคนละ 10 ยูโร

สถานที่น่าท่องเที่ยวอยู่ใกล้ ๆ กับเฮ็คคิงเงินก็มีเมืองมหาวิทยาลัยทือบิงเงิน (Tübingen) และเอาท์เล็ตที่เมืองเม็ทซิงเงิน (Outletcity Metzingen) ซึ่งเราได้เดินชมร้านต่างๆ ต่อมบอกว่า “ดูเฉยๆ อย่าเพิ่งซื้อเลย ไปข้างหน้าราคาถูกกว่า” เชื้อหัวหน้าทัวร์จึงยังไม่ซื้ออะไร

วันที่ 29 กันยายน 2555

ล่องเรือจากเกาะไรเคอร์เนา (Insel Reichenau) ไปน้ำตกไรน์ฟัลล์ ที่ชาฟเฮ้าเสน (Rheinfall, Schaffhausen) ขึ้นเรือที่เกาะไรเคอร์เนา เส้นทางล่องเรือ Reichenau - Ermatingen - Mannenbach - Berlingen - Gaienhofen - Steckborn - Hemmenhofen - Mammen - Öhningen - Eschenz - Stein am Rhein - Schaffhausen ระยะเวลาล่องเรือ 2 ชั่วโมง 30 นาที เสียค่านั่งเรือไปคนละ 41 ยูโร เมื่อเรือเทียบท่าที่ชาฟเฮ้าเสนประเทศ

สวิตเซอร์แลนด์ เรานั่งรถรางสำหรับนักท่องเที่ยวชมเมือง จุดหมายปลายทางที่น้ำตกไรน์ฟัลล์ ค่านั่งรถรางคนละ 2 สวิสฟรังก์ น้ำตกไรน์ฟัลล์ เป็นจุดที่แม่น้ำไรน์ไหลลงสู่ทะเลสาบโบเดนเซ (ทะเลสาบคอนสตันซ์) เป็นจุดหนึ่งที่นักท่องเที่ยวที่มาเที่ยวแถบนี้ควรมาชมน

วันที่ 30 กันยายน 2555

จากทะเลสาบโบเดนเซมุ่งสู่อินเทอร์ลาเคิน (Interlaken) สวิตเซอร์แลนด์ เส้นทาง Wahlwies - Luzern - Interlaken พวกเราเช่ารถเก๋งที่นั่นขับเอง เดินทางจากเยอรมนีไปสวิตเซอร์แลนด์ ในประเทศสวิสฯนั้น หากขับรถบนทางด่วนต้องซื้อสติ๊กเกอร์สำหรับทางด่วน ซึ่งใช้ได้ทั้งปี ราคา 40 สวิสฟรังก์ ความเร็วบนทางด่วนกำหนดไว้ให้ขับได้ไม่เกิน 120 กิโลเมตรต่อชั่วโมง แต่ตรงไหนที่มีป้ายห้ามขับเกิน 70 หรือ 100 ต้องปฏิบัติตาม มิฉะนั้นจะถูกปรับ เราแวะเที่ยวที่ลูเซิร์น (Luzern คนไทยอ่านลูเซิร์น) เป็นเมืองสวยงามเมืองหนึ่งในประเทศสวิส มีเรือท่องเที่ยวทะเลสาบ ถ้ามาถึงที่นี่แล้วไม่ไปเยี่ยม “สิงโตร้องไห้” ก็ยังถือว่าไม่ได้มาลูเซิร์นกระมัง อนุสาวรีย์ภูเขาสิงโต (Mountain Lion) เป็นอนุสาวรีย์หินสลักรูปสิงโตแสนเศร้า สร้างไว้เพื่อรำลึกถึงและร่วมไว้อาลัยให้กับทหารชาวสวิส ที่เสียชีวิตระหว่างการรวมรบในสงครามปฏิวัติที่ประเทศฝรั่งเศสเมื่อปี 1792

หัวหน้าทัวร์ “ตอม” ขับรถตามถนนแคบ ๆ คดเคี้ยว ขับขึ้นภูเขาสูง ๆ พวกเราตื่นเต้นกับทิวทัศน์ข้างทาง ภูเขาสูง บ้านสวย ๆ วิวกินภูเขาอยู่ตามไหล่เขา เหมือนภาพยนต์สารคดีท่องเที่ยวเลยละ ... พวกเราเดินทางถึงอินเทอร์ลาเคิน เมืองซึ่งมีคำจำกัดความว่า “สวยเหมือนเมืองในฝัน” ตั้งอยู่ระหว่างทะเลสาบ ทุน (Thun) และบริอนซ์ (Brienz) เป็นสถานที่ตากอากาศที่รู้จักกันดี คนท้องถิ่นเรียกกันว่า แบริน โอเบอร์ลันด์ (Bern Oberland) บ้านเรือน ตั้งอยู่ตามเชิงเขาสูงไอเกอร์ (Eiger) มอนช์ (Monch) และยุงเฟรา (Jungfrau) ทิวทัศน์สวยงามเกินคำบรรยาย อากาศสดชื่น จึงเป็นสถานตากอากาศที่นักท่องเที่ยวจากทุกมุมโลกชื่นชอบมากที่สุด

พวกเราเข้าพักในโรงแรมอัลพินา-อินเทอร์ลาเคิน ห้องพักเป็นห้องเล็ก ๆ เข้าพักห้องละสองคน ห้องอาบน้ำและสุขาใช้รวมกัน ราคาห้องพักพร้อมอาหารเช้าคนละ 46 สวิสฟรังก์ต่อคน





วันที่ 1 ตุลาคม 2555

จากอินเทอร์ลาเคนไปทูน(Thun) โลซานน์(Lausanne) เวเวย์ (Vevey) และมงเทรอกซ์ (Montroux)

เมืองทูน (Thun) เป็นเมืองที่สงบและสวยงาม แต่เนื่องจากเวลาจำกัด พวกเราจึงขับรถเพียงผ่านตัวเมือง จะเรียก "ชะโงกทัวร์" ก็ไม่น่าผิด แต่กระนั้นก็ตาม พวกเรายังมีโอกาสได้ลงถ่ายรูปสวย ๆ ในกลางเมืองทูนด้วยละ

พวกเราขับรถจากเมืองทูนไปทางตะวันตกของสวิสฯ โดยใช้เส้นทางผ่านหุบเขาเยาน์พาส (Jaunpass) ถนนค่อนข้างแคบและทางขึ้นเขาเป็นทางโค้งหักศอก เมื่อพวกเราขึ้นไปถึงยอดสูงสุดของหุบเขา ถ่ายรูปลงไปข้างล่างถึงได้เห็นถนนเป็นเหมือนผ้าพับ บอกจริง ๆ ว่า สวยมาก เหมือนกับความฝันที่จริง ๆ เพื่อนร่วมเดินทางสองสามคนมอญหลับในรถ เลยอดสัมผัสธรรมชาติสวย ๆ ด้วยตาตัวเอง

ที่กรูแยร์ (Gruyère) เราเช็คอินก่อน แล้วค่อยไปเที่ยวโลซานน์ อ้อ...ประเทศสวิสทางตะวันตกตั้งแต่เขตฟริบูร์ก (Fribourg) ผู้คนพูดภาษาฝรั่งเศสกัน แม้พวกเราจะฟังภาษาฝรั่งเศสไม่รู้เรื่อง แต่สำเนียงไพเราะดี เราเข้าพักที่โรงแรม Hôtel-Restaurant de la Tour เราพักห้องละสี่คน ราคาห้องละ 162,34 ยูโร พร้อมอาหารเช้า เจ้าของโรงแรมน่ารักมาก อีกอย่างคือ พวกเราไม่เรื่องมากด้วย ขอให้โรงแรมมี Wifi ให้ เราก็โอเคแล้วละ

จากกรูแยร์ไปโลซานน์เป็นระยะทาง 67 กิโลเมตร เมืองโลซานน์ (Lausanne) เมืองใหญ่อันดับ 2 ริมหทะเลสาบเจนีวา ภาษาฝรั่งเศสเรียก ลัค เลอมอง (Lac Léman) แต่ฝั่งฟุดเยอร์มันเรียก เก็นเฟอร์ ซี (Genfer See) ตั้งอยู่บริเวณทะเลสาบเจนีวา โดยติดกับเมืองเอวียง-เล-แบง ของประเทศฝรั่งเศส โลซานน์เป็นเมืองที่มีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์ของประเทศไทยด้วย เพราะเป็นเมืองที่เมื่อสมเด็จพระบรมราชชนก ทรงอภิเษกสมรสกับหม่อมสังวาลย์ เมื่อ 9 ตุลาคม พ.ศ. 2463 ก็ทรงแวะที่เมืองโลซานน์ สวิตเซอร์แลนด์ ในระหว่างที่สมเด็จพระชนกประชุมและดูงานด้านการแพทย์และสาธารณสุขที่ยุโรป รวมทั้งยังถูกใช้เป็นสถานที่พำนักชั่วคราวของพระชนนี และพระโอรส-ธิดา

พวกเราพากันเดินเล่นในเมืองโลซานน์ แวะกินไอศกรีมอร่อย ๆ ถ่ายรูปสวย ๆ เดินชมสินค้ากัน ก็จะซื้อนาฬิกาสวิสกันสักเรือน หัวหน้าทัวร์บอกว่า "เราจะไปเวเวย์กับมงเทรอกซ์อีกนะ อย่าเพิ่งซื้อเลย ข้างหน้าราคาถูกกว่า" โอเคๆ เชื้อหัวหน้าทัวร์ เลยอดซื้อของกันตามเคย... เฮ้อ

จากโลซานน์จะไปเวเวย์ เราขับรถเลียบบทะเลสาบ ชมทิวทัศน์ไปเรื่อยๆ และแล้วทุกคนก็ทูนพร้อมกันว่า "ศาลาไทย" ต่อมเลี้ยวรถกลับทันที ...ที่โลซานน์มีศาลาไทยเฉลิมพระเกียรติ (Le Pavillon Thailandais) ซึ่งทางการสวิสได้อนุญาตให้รัฐบาลไทยก่อสร้างขึ้นในพื้นที่สวนสาธารณะเดอน็องตู ต้าบลอชชี (Ouchy) เนื่องในโอกาสฉลองสิริราชสมบัติครบ 60 ปีในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลปัจจุบัน ทั้งเป็นการเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีไทย-สวิสเซอร์แลนด์ ครบ 75 ปี พร้อมกันด้วย

จากโลซานน์ เราขับรถไปเวเวย์เมืองที่ซาร์ลี แซปปลินเคยอาศัยอยู่และสิ้นชีวิตที่นี่ ส่วนมงเทรอกซ์เป็นเมืองที่หุรธา เศรษฐีผู้ร่ำรวยที่นี่ เยอะมาก ดาราฮอลลีวูดมาเที่ยวกับเป็นประจำ พวกเราชะง่อนดูนาฬิกาและเครื่องเพชรที่โชว์ในตู้กระจก หนึ่งในลูกทัวร์พูดว่า "ดีนะที่วันนี้วันอาทิตย์ ไม่งั้นคงต้อง shop กันหน่อย" เรียกเสียงฮากันตรึมเลยละ Gruyère)

วันที่ 2 ตุลาคม 2555

หมู่บ้านกรูแยร์(Gruyère)/ ไปวัดสมเด็จย่าที่เกร็ทเซินบัค (Gretzenbach)

ที่หมู่บ้าน "กรูแยร์" (Gruyère) เป็นชื่อหมู่บ้านที่ผลิตเนยแข็งดังของสวิสเซอร์แลนด์ ซึ่งอาจเรียกได้ว่าเป็นชนิดแรกๆ ที่ผลิตกันมาแต่โบราณ ตั้งแต่แรกเริ่มเดิมทีที่มีการผลิตเนยแข็งกันได้ประเทศนี้ คือ ตั้งแต่ศตวรรษที่ 15 นั่นเลยทีเดียว ซึ่งนอกจาก "กรูแยร์" แล้วชาวสวิสก็ยังมีเนยแข็งชนิดอื่นๆ เช่น เอติวาซ (Etivaz) เอมเมนทาล (Emmenthal) ซบรินซ์ (Sbrinz) แบร์นอร์ อัลปคาเซ (Berne Alpkase) ฯลฯ แต่ "กรูแยร์" นับว่ากอบโกยชื่อเสียงระดับนานาชาติมากเป็นอันดับ 2 รองจากเนยแข็งเอมเมนทาล

พวกเราเดินทาง information center เดินตรงไปเรื่อยๆ ก็จะเจอร้านค้าขายเนยแข็งและของที่ระลึก พวกเราเดินทะเลดูตัวหมู่บ้าน ก็ถึงปราสาทกรูแยร์ ซึ่งได้ขึ้นทะเบียนเป็นมรดกของชาติด้วย เสียค่าเข้าชมมีเวลาน้อย เลยไม่ได้เข้าเยี่ยมชมปราสาท

จากกรูแยร์ เราเข้าเมืองบูลล์ (Bulle) พวกเราไปหาซื้อช็อคโกแลตสวิสอร่อย ๆ ตอนนี่เริ่มหาของฝากกันแล้วละ ตอนนี่หัวหน้าทัวร์เชียร์ให้ซื้อของกัน เพราะกำลังอยู่ในช่วงลดราคา

ต่อมแอบเซอร์ไพรส์พวกเรานิดๆ พาเราไปไหว้พระที่วัดสมเด็จย่า ณ เมืองเกร็ทเซินบัค ได้เที่ยวกันแล้ว ยังได้ไปวัดในประเทศสวิสเซอร์แลนด์

ติดตามอ่านตอนที่ 2 เทียบวาวาเรีย Oktoberfest ป๋าต๋า ลีคเทินสตาเยน เฟลเคียร์ช และโคลมาร์



Christbaumschmuck mit Flügeln: Eine Rezept meiner Familie und seine Geschichte

ของประดับต้นคริสต์มาสมีปีก: ตำราอาหารของครอบครัว พร้อมเรื่องราว



Gertrud Salentin เล่า
พ่ญา เรือนแก้ว แปล

Einen Vorwand hatte meine Großmutter jedes Jahr gefunden. Die Tante, die eine Straße weiter wohnte, brauchte ausgerechnet am Heiligabend Hilfe, oder der Großvater fand, es sei eine außergewöhnliche Gelegenheit für Naturbeobachtungen draußen vor dem Dorf. Immer war es gelungen, die Kinder für ein paar Stunden aus dem Haus fortzulocken. Dann fanden die heimlichen Festvorbereitungen statt. Auch dieses Jahr. Daß der Plan für das Fest dennoch nicht aufgehen würde, ahnte sie nicht.

ย่ามักจะมีข้ออ้างเสมอทุก ๆ ปี ไม่เป็น ป้าที่อยู่อีกถนนหนึ่งถัดไป ต้องการให้ช่วย(งาน) โดยเฉพาะเจาะจงต้องเป็นเย็นวันก่อนวันคริสต์มาส ก็จะเป็นปู่ ที่จะอ้างว่า ค่ำวันนั้นเป็นโอกาสพิเศษที่จะต้องไปสำรวจธรรมชาติข้างนอกบริเวณก่อนที่จะถึงหมู่บ้าน และย่าก็มักจะทำสำเร็จทุกครั้งไป ที่จะให้ลูก ๆ ออกไปนอกบ้านสักสอง-สามชั่วโมง เพื่อที่ย่าจะได้จัดเตรียมงานฉลองอย่างเงียบ ๆ ไม่ให้ใครรู้ ปีนี้ก็เช่นกัน แต่ย่าคงไม่รู้หรือรู้ว่าแผนการที่ย่าวางไว้สำหรับงานฉลองนั้นจะไม่เป็นผล

Acht Kinder hatte meine Großmutter, fünf Söhne und drei Töchter, der ganze Stolz der Familie, aber immer hungrig. Die Zeiten waren nicht einfach. Ich weiß, mancher rollt die Augen, wenn alte Leute von der Armut ihrer Kindheit erzählen, aber für uns war Wirklichkeit, was heute nur noch aus Afrika berichtet wird. Wir hatten gerade genug zu essen, trugen Kleider der älteren Geschwister auf und bekamen im Winter selbstgestrickte Wollmützen, und sonst hatten wir nichts.

Doch: Wir hatten unsere Eltern, die immer für uns da waren. ย่ามีลูกทั้งหมด 8 คน ลูกชาย 5 ลูกสาว 3 อันเป็นความภาคภูมิใจอย่างยิ่งของครอบครัวที่ท่องมักจะไม่ค่อยอึม ช่วงเวลานั้นเป็นเวลาที่ค่อนข้างลำบากฉันรู้ คนบางคนอาจจะกรอกตาไปมาอย่างหงุดหงิดเวลาที่ได้ยินคนแก่พูดถึงเรื่องวัยเด็กที่แสนยากจนของตน แต่สำหรับพวกเราแล้วมันเป็นเรื่องจริงที่ทุกวันนี้อาจจะได้ข่าวมาจากอาฟริกาเท่านั้น เรามีแค่พออยู่พอกินเท่านั้น ต้องใส่เสื้อผ้าเก่า ๆ ของพี่ ๆ ฤดูหนาวก็สวมหมวกขนสัตว์ที่ถักเอง นอกเหนือจากนั้นเราก็ไม่มีสมบัติอะไร แต่ เรามีพ่อแม่ของเราที่อยู่เคียงข้างเราเสมอ

Christbaumschmuck sah man nur in der Kirche. Glaskugeln, Sterne, Porzellanengel. Einfache Familien konnten davon nur träumen. Doch meine Großmutter war zwar arm, aber auch kreativ. Sie backte den Christbaumschmuck selbst: Butterplätzchen. Der Christbaumschmuck

war gleich auch ein begehrtes Weihnachtsgeschenk. Das mußte natürlich eine Überraschung sein, weshalb die Kinder Heiligabend nicht zu Hause bleiben durften. Man beging das Fest damals noch anders als heute: Die Bescherung gab es erst am 25. Dezember, wie heute noch in den USA.

ของประดับต้นคริสต์มาสจะมีให้เห็นเฉพาะในโบสถ์เท่านั้น ไม่ว่าจะเป็น ลูกแก้วกลมหลากสี ดาว หรือ นางฟ้าทำจากเครื่องเคลือบดินเผา สิ่งเหล่านี้สำหรับครอบครัวยุคแรก ๆ ก็ได้แค่ฝันเท่านั้น ย่าของฉันนั้นแม่นจะจนแต่ก็มีความคิดสร้างสรรค์ ย่าอบของประดับต้นคริสต์มาสเอง ก็ คุกกี้เนย นี้ ของประดับต้นคริสต์มาสนี้เป็นของขวัญวันคริสต์มาสที่ล้ำค่าด้วย และต้องเป็นสิ่งที่จะทำให้เด็ก ๆ ตื่นเต้นประหลาดใจด้วย ตอนค่ำก่อนวันคริสต์มาส นั้นเด็ก ๆ ถึงอยู่บ้านไม่ได้ ในสมัยนั้นวันคริสต์มาสไม่ได้ฉลองกันเหมือนทุกวันนี้ ของขวัญนั้นจะมอบให้แก่กันในวันที่ 25 ธันวาคม เหมือนที่ยังคงถือเป็นประเพณีปฏิบัติกันอยู่ในสหรัฐอเมริกาทุกวันนี้

Hier ist ein Rezept für Butterplätzchen:

นี่คือตำราอบคุกกี้เนย

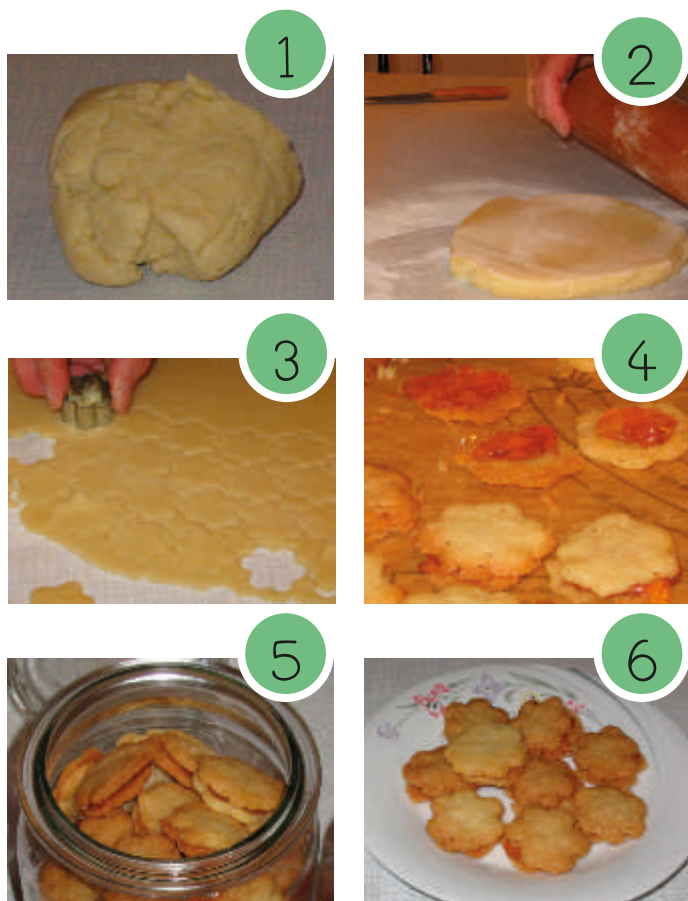
Zutaten ส่วนผสม

250 g Butter oder Margarine	เนยหรือมาร์การีน	250 g
175 g Zucker	น้ำตาล	175 g
2 Päckchen Vanillzucker	น้ำตาลวานิลลา	2 ซอง
300 g Mehl	แป้งสาลี	300 g
1 Eßlöffel Milch	นม	1 ช้อนโต๊ะ

Und so geht es:

วิธีทำก็เป็นดังนี้

Butter oder Margarine zerlassen und kalt stellen. In das erkaltete, wieder etwas fest gewordene Fett nach und nach eßlöffelweise den Zucker und den Vanillzucker geben. So lange rühren, bis Fett und Zucker weiß und schaumig geworden sind. Vom (gesiebten) Mehl 200 g eßlöffelweise unterrühren. Ist der Teig etwas fester geworden, gibt man 1 Eßlöffel Milch hinzu. Nun kommt der Rest des Mehls hinzu. Das ganze zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig kleben, stellt man ihn eine Weile kalt. Auf eine Dicke von 3-5mm ausrollen. Mit Förmchen die Plätzchen ausstechen. Man kann auch mit einem stumpfen Messer die Teigfläche zerschneiden. Meine Erfahrung:



Kleine Plätzchen schmecken besser als große. Auf Backpapier bei 175° bis 200° ausbacken, bis die Plätzchen goldgelb sind.

อุณเณย หรือมาร์การีนให้ละลาย แล้วทิ้งไว้ให้เย็น จากนั้นให้ใส่น้ำตาลและน้ำตาลวานิลลาที่ละลายลงไปในเนยที่ละลายที่เริ่มเย็นลงและกำลังจะเริ่มแข็งตัวนั้น คนให้เนยและน้ำตาลเข้ากันจนขึ้นเป็นฟองสีขาว (จะใช้เครื่องตีไข่ช่วยก็ได้ - บก.) ตักแบ่งสาลี (ที่ร่อนแล้ว) ใส่เติมลงไปทีละช้อน คนให้เข้ากัน หากแบ่งจับตัวกันแน่นเกินไป ให้เติมนมหนึ่งช้อนโต๊ะลงไป แล้วใส่แบ่งทั้งหมดลงไป นำแบ่งที่ผสมแล้วทั้งหมดมานวดให้เข้ากัน หากว่าแบ่งนั้นเหนียวติดมือให้นำแบ่งไปไว้ในที่เย็น อาจแช่ตู้เย็นสักพักก็ได้ จากนั้นนำแบ่งมานวดด้วยไม้คนนวดให้เป็นแผ่นบาง ๆ หนาราว 3-5 มิลลิเมตร นำแบบคุกกี้เล็ก ๆ มากดลง บนแบ่ง หรืออาจจะใช้มีดถ่อ ๆ นั้นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ก็ได้ จากประสบการณ์ของตนเองพบว่า คุกกี้ชิ้นเล็ก ๆ จะอร่อยกว่า คุกกี้ชิ้นโต ๆ มาก นำแบ่งคุกกี้ที่ตัดตามแบบแล้วมาเรียงบนกระดาษรองสำหรับอบขนม อบด้วยเตาอบอุณหภูมิประมาณ 175° - 200° แล้วแต่เตาอบ อบจนคุกกี้เป็นสีเหลืองทอง

Geheimtip: Wer will, kann gleich nach dem Backen mit Gelee oder Marmelade je zwei Plätzchen zusammenkleben. Geschmacklich paßt am besten eine nicht zu süße Sorte, etwa Apfelgelee. Es stört nicht, wenn in einem geschlossenen Glas die Feuchtigkeit aus der Marmelade in den Teig zieht, weil dabei auch das Aroma mitwandert.เคล็ดคลับ หากใครชอบ หลังจากที่คุกกี้สุกแล้ว จะนำเยลลี่ หรือ แยมผลไม้มาทาบนแผ่นคุกกี้ แล้วประกบกันเป็นคู่ก็ได้ จะให้รสชาติเข้ากันดี ก็ต้องเป็นเยลลี่ หรือแยมที่ไม่หวานจัด อย่างเยลลี่แอปเปิล และหากว่าเมื่อเก็บคุกกี้ไว้ในขวดโหลแก้วแล้วคุกกี้จะขึ้นเพราะแยมจะซึมเข้าเนื้อคุกกี้ ก็ไม่เป็นไร เพราะนั่นจะทำให้ได้อีกรสชาติหนึ่ง

Alle Vorbereitungen meiner großmutter hatten nach Plan funktioniert. Während die Kinder unterwegs waren, hatte sie heimlich gebacken. Als sie schliefen, dekorierte sie den Baum. Spät in der Nacht ging auch sie erschöpft zu Bett.

การเตรียมของย่าสำเร็จไปตามแผนที่วางไว้ ระหว่างที่เด็ก ๆ ไม่อยู่ ย่าก็แอบอบขนม พ่อเด็ก ๆ เข้านอน ย่าก็นำคุกกี้มาประดับต้นคริสต์มาส ดึกคืนนั้นย่าเข้านอนด้วยความเหน็ดเหนื่อย

Am Weihnachtstag wollte sie die Kinder wecken, wie sie es immer getan hatte, um ihnen zu erzählen, daß in der Nacht das Christkind Süßigkeiten für sie gebracht hatte. Die Kinder waren davon immer fasziniert gewesen und begeistert ins Wohnzimmer gestürmt. Bevor sie ins Schlafzimmer der Kinder ging, warf sie einen letzten prüfenden Blick auf den Baum - doch sie war entsetzt: Kein Plätzchen hing mehr dort! Der Christbaumschmuck hatte Flügel bekommen.

เช้าวันคริสต์มาส ย่า ต้องการจะไปปลุกลูก ๆ เหมือนอย่างที่เราทำเสมอ เพื่อที่จะเล่าให้เด็ก ๆ ฟังว่า เมื่อคืนนี้ ลูกพระคริสต์ได้นำขนมหวานมาให้เด็ก ๆ ซึ่งมักจะดึงดูดใจเด็ก ๆ จนกระโจนเข้าไปในห้องนั่งเล่นอย่างกระตือรือร้น แต่ก่อนที่ย่าจะเข้าไปในห้องนอนของเด็ก ๆ ย่า กวาดสายตาไปที่ต้นคริสต์มาส เพื่อให้มั่นใจเป็นครั้งสุดท้าย - แต่ ย่า ถึงกับสะดุ้ง - ไม่เหลือคุกกี้ที่แขวนไว้ที่ต้นคริสต์มาสเลยสักชิ้น ของประดับต้นคริสต์มาสมีปีก บินหายไปแล้ว

Was war geschehen? Leider habe ich es nie erfahren. Meine Großmutter war nicht lange böse. Sie ahnte nun, daß die Zeit vorbei ging, in der die Kinder Weihnachtsgeschichten und andere Märchen glaubten. Sicher waren sie nachts genauso heimlich aufgestanden, wie Großmutter zuvor gebacken hatte. Andererseits hatte sie ja schließlich für die Kinder gebacken, und den Weihnachtstag hätten die Plätzchen ohnehin nicht überlebt.

ฉันไม่เคยได้รู้เลยว่า อะไรเกิดขึ้น ย่าไม่ได้โกรธ ย่ารู้ว่า วันเวลาที่เด็ก ๆ จะเชื่อเรื่องเล่าเกี่ยวกับวันคริสต์มาส และเทพนิยายต่าง ๆ นั้น ได้ผ่านพ้นไปแล้ว ที่แน่ ๆ คืนนั้น เด็ก ๆ ก็คงจะแอบลุกขึ้นมา เหมือนที่ย่าแอบอบขนมก่อนหน้านั้น ที่จริงแล้ว ย่า ก็ตั้งใจที่จะอบขนมให้เด็ก ๆ อยู่แล้ว และอีกอย่างหนึ่ง พอถึงวันคริสต์มาสเจ้าคุกกี้เหล่านี้ก็คงจะไม่หลงเหลืออยู่เป็นแน่

Später ging mir die Geschichte oft durch den Kopf. Ich habe einen Verdacht, wer die Plätzchen stiebitzt haben könnte. Unter den Jungen waren kleine Schelme, aus denen später große Schelme wurden, vor denen nichts sicher war. Nicht der kleinste von ihnen war mein eigener Vater.

เรื่องราวดังกล่าวยังคงวนเวียนอยู่ในหัวฉัน ฉันสงสัยอยู่ว่าใครบางคนเป็นคนขโมยคุกกี้ไป ในบรรดาเด็กผู้ชายเหล่านั้น จะมีเจ้าตัวซุกซนซี้เล่นตัวน้อยอยู่หลายคน และพอโตขึ้นก็กลายเป็น หนูมึนซี้เล่น ที่ใครต่อใครก็คงหนีไม่พ้นที่จะโดนเจ้านี่หยอกล้อ และหนึ่งในกลุ่มเจ้าตัวซี้เล่นตัวน้อยซึ่งไม่ใช่ตัวเล็กที่สุดในกลุ่มก็ไม่ใช่ใคร พ่อฉันเอง

รักมีสี่ระดับ

วันแห่งความรักของ วาเลนไทน์
ช่วยหญิงชาย ให้ได้ แต่งงานนั้น
เป็นความรัก ช่วยให้ สืบเผ่าพันธุ์

มีสำคัญ ไปกว่า มาชะบุงา

รักตัวเอง รักแท้ มีอยู่จริง

รักชายหญิง คือรักใคร่ ปรารภณา

เป็นความคิด รักผู้อื่น สูงขึ้นมา

จัดได้ว่า รักนี้ มีพัฒนา

รักตัวเอง เป็นพื้นฐาน แห่งชีวะ

รักใคร่ราคะ สืบสาน เผ่าพันธุ์หนา

รักผูกพัน (รักชาติ) ยอมสละ แม่ชีวะ

รักเมตตา คือความรัก สูงสุดเอย

พุทธศาสนา สอนให้ มีเมตตา

ถ้านับว่า เป็นความรัก สูงสุดนั้น

เดือนมาฆะ ทรงสอน ความรักกัน

ควรจัดวัน มาชะบุงา คือวันแห่งความรัก

เมตตา คือความรักขั้นสูงสุด

ความรัก มีสี่ระดับ

1. **รักตัวกลัวตาย** เป็นความรักขั้นพื้นฐานที่สุดของสิ่งมีชีวิต
2. **รักใคร่ (ราคะ)** เป็นความรักในเชิงชู้สาว ความรักชนิดนี้ขึ้นอยู่กับสัญชาตญาณการสืบพันธุ์ แท้ที่จริงรากฐานของความรักชนิดนี้ก็มาจากความรักชนิดที่ 1 คือ รักตัว กลัวตายนั่นเอง แต่ว่าประณีตขึ้น แสดงออกละเอียดละไมมากขึ้น ดูเหมือนว่าแทนที่จะรักตัวกลัวตายอย่างเดียว ก็เผื่อแผ่ใจออกไปรักคนอื่นด้วย
3. **รักผูกพัน** ห่วงหาอาทร ความรักอิงความผูกพันทางสายเลือด นามสกุล ศาสนา ชาติพันธุ์ ชนชั้นวรรณะ ภาษาและวัฒนธรรม
4. **รักมีแต่ให้ (เมตตาบารมี)** เมตตาคือความรักขั้นสูงสุด เป็นความรักของมนุษย์ผู้ที่ได้ค้นพบภาวะความเป็นผู้รู้ผู้ตื่นผู้เบิกบานใน หัวใจอย่างลึกซึ้ง แล้วหลุดพ้นจาก

กิเลสชั้นมากกลายเป็นอารยชน ความรักชนิดนี้เกิดขึ้นจากการมองเห็นความไร้แก่นสารหรือความไม่มีตัวตนของตนเอง จึงไม่มีตัวตนไว้สำหรับเห็นแก่ตัว

1. **รักตัวกลัวตาย** : เป็นความรักขั้น พื้นฐานที่สุดของสิ่งมีชีวิตที่เรียกว่าคน และที่เรียกว่าสรรพชีวิต สรรพสัตว์ทุกชนิด สรรพพืช หมายถึง สิ่งมีชีวิตทั้งหลายซึ่งเราไม่สามารถมองเห็นด้วยตา ทั้งอยู่ในโลกเดียวกันกับเราหรืออยู่ในโลกอื่นออกไปสรรพสัตว์ หมายถึง สัตว์ทั้งปวงที่เรามองเห็นได้ด้วยตา สิ่งมีชีวิตทั้งหมดไม่ว่าจะเรียกว่าคน หรือไม่เรียกว่าคนก็ตาม ล้วนแล้วแต่มีความรักขั้นพื้นฐานคือรักตัวกลัวตาย ความรักอย่างนี้ เป็นความรักอิงสัญชาตญาณการดำรงชีวิตรอด สิ่งมีชีวิตทั้งหมดเกิดมา ก็มีความรักชนิดนี้อยู่กับตัวแล้ว แต่ยังไม่ใช้รักแท้ เพราะในแง่ลบมันมีโอกาสสูงมากที่จะกลายเป็นความเห็นแก่ตัว นั่นคือด้วยเหตุที่พยายามจะเอาตัวรอด ก็เป็นเหตุให้ต้องทำร้ายทำลายชีวิตอื่นดังนั้นความรักตัวกลัวตายจึงไม่เพียง พอ และยังไม่ใช้รักที่แท้ ต้องพัฒนาต่อไป
2. **รักใคร่ปรารภณา** : เป็น ความรักในเชิงชู้สาว เกิดขึ้นทั้งกับคนและกับสิ่งมีชีวิตทั้งหลายทั้งปวง ซึ่งคือสรรพชีวิต สรรพสัตว์ทั้งหลาย ที่มีความผูกพันกันในเชิงชู้สาว ความรักชนิดนี้อิงอยู่กับสัญชาตญาณการสืบพันธุ์ แท้ที่จริงรากฐานของความรักชนิดนี้ก็มาจากความรักชนิดที่ 1 คือ รักตัวกลัวตายนั่นเอง แต่ว่าประณีตขึ้น แสดงออกละเอียดละไมมากขึ้น ดูเหมือนว่าแทนที่จะรักตัวกลัวตายอย่างเดียว ก็เผื่อแผ่ใจออกไปรักคนอื่นด้วยแต่แท้ที่จริงที่รักคนอื่นก็เพื่อให้คนอื่น นั้นมารักตัวเอง หากมองอย่างลึกซึ้ง รักใคร่ปรารภณาก็ยังเป็นความรักที่มีความเห็นแก่ตัวปอนอยู่นั่นเอง ฉะนั้นรักใคร่ปรารภณาจึงยังไม่พอ
3. **รักเมตตาอารี** : ความ รักอิงความผูกพันทางสายเลือด นามสกุล ศาสนา ชาติพันธุ์ ชนชั้นวรรณะ ภาษาและวัฒนธรรม พุดง่าย ๆ ว่า เป็นความรักที่เกิดขึ้นจากการที่มนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลาย ตระหนักรู้ว่าผู้ที่รวมสายพันธุ์เดียวกันกับตนนั้นเป็นพวกเดียวกันกับตน ความรักชนิดนี้บางครั้งเราก็เรียกว่า ความรักอิงสายเลือดบ้าง ความรักอิงความเมตตาบ้าง เช่น พ่อแม่รักลูก ครูบาอาจารย์รักลูกศิษย์ เพื่อนรักเพื่อน นายรักลูกน้อง มนุษย์ด้วยกันรักมนุษย์ สัตว์ด้วยกันรักสัตว์ คนชาติเดียวกันรักคนชาติเดียวกัน เช่น คนไทยรักคนไทยมากกว่าฝรั่ง ฝรั่งก็จะรักฝรั่งมากกว่าคนไทย จีนก็จะรักจีนมากกว่าแขก นี่เรียกว่ารักเมตตาอารี แม้จะเป็นความรักที่มีราก ฐานอยู่บนพื้นฐานของความเมตตา แต่ก็ยังไม่ปลอดภ้ยอยู่นั่นเอง เพราะยังมีข้อจำกัดว่าเลือกรักเลือกเมตตาเฉพาะเผ่าพันธุ์พงศ์ศคณาญาติของตน แม้จะดูกว้างขวางแต่ก็ยังไปไม่พ้นพรมแดนของการถือเอาถือเอาอยู่ตนเอง



4. **รักมีแต่ให้** : เป็นความรักของมนุษย์ผู้ที่ได้ค้นพบภาวะความเป็นผู้ผู้
 ตื่นผู้เบิกบานใน หัวใจอย่างลึกซึ้ง แล้วหลุดพ้นจากกิเลสขันธ์มากลาย
 เป็นอารยชน ความรักชนิดนี้เกิดขึ้นจากการมองเห็นความไร้แก่นสาร
 หรือความไม่มีตัวตนของตนเอง จึงไม่มีตัวตนไว้สำหรับเห็นแก่ตัว เมื่อ
 ไม่เห็นแก่ตัว จึงเห็นแก่โลกทั้งผอง หัวใจไร้พรมแดน เกิดเป็นความรัก
 ขั้นสูงสุด มองคน มองสรรพพืช มองสรรพสัตว์ทั้งหลายในลักษณะโลก
 ทั้งผองพี่น้องกัน ความรักชนิดนี้เป็นความรักแท้ เปิดเผย บริสุทธิ์ จริ่งใจ

โดยไม่เรียกร้องการตอบแทน เปรียบเสมือนแสงเดือนแสงตะวันที่สาด
 โคมเฝินโลกโดยไม่เคยเรียกร้องสิ่งตอบแทน เปรียบเสมือนสายฝนและ
 ดงดอกไม้ที่ขั้โลมเฝินโลก ให้ความชุ่มชื้นเย็นงดงาม และไม่ต้องกาให้
 ใครมองเห็นคุณูปการของตนเอง เป็นดอกไม้ที่ส่งกลิ่นหอม แล้วร่วง
 โรยไปตามวันเวลาอย่างสงบเสถียร ไม่ปรารถนาจะเป็นที่ปรากฏอะไร

แหล่งที่มา <http://pirachai.multiply.com/>

แนะนำกองบก. นิตยสารดี



บรรณาธิการบริหาร(Chefredakteurin)
 ดร.พัทยา เรือนแก้ว (Dr.Pataya Ruenkaew)
 Bielefeld
 e-Mail: pataya@d-magazine.de



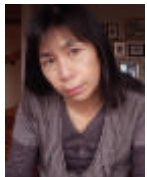
เบญจมาศ คลิงเลอร์ (Benjamas Klingler)
 Glashütten
 e-Mail: benjamas@d-magazine.de



วลาวัลย์ อัลเบรช (Walawal Albrecht)
 Esslingen
 e-Mail: walawal@d-magazine.de



สายสุดา โพล (Saisuda Pohl)
 Schwalbach
 e-Mail: rose@d-magazine.de



อัญชัญ เฮียร์ลิง (Aunchun Hirling)
 Stockach –Wahlwies(am Bodensee)
 e-Mail: aunchun@d-magazine.de



ชลัษ วรรณรยง (Chalath Worayanyong)
 Heidelberg
 e-Mail: chalath@d-magazine.de



โสภาพร ควร์ช (Sopaporn Kurz)
 Frankfurt
 e-Mail: sopaporn@d-magazine.de



แนะนำนักศึกษาฝึกงานกับนิตยสารดี

พรภานา คชจุจ นามสกุลเดิม เพ็งศรี ชื่อเล่นหญิง อายุ 28 ปี
 ขณะนี้กำลังเรียนอยู่เทอม 5 คณะ Medienmanagement
 ที่ Fachhochschule Würzburg-Schweinfurt รู้จัก
 นิตยสารดีจากเว็บไซต์ จึงขอมาฝึกงานเพราะตรง



พษมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย (Pasamolwan
 Kergsuwanchai)
 Bangkok, Thailand
 e-Mail: pasamolwan@d-magazine.de

กับสาขาที่เรียน อยู่และอยากใช้ความรู้ที่มีในการทำงานให้กับสื่อไทยใน
 เยอรมนี อยากมีส่วนร่วมกับการผลิตสื่อดีเป็นภาษาไทยให้คน
 ไทยในต่างแดนได้อ่านกัน

หญิงบอกว่า “ตั้งใจไว้แล้วว่า หากอาจารย์ไม่อนุญาตให้ฝึกงานกับนิตยสารดี
 มาก ก็ขอทำงานในฐานะอาสาสมัคร ตอนเรียนอยู่ที่เมืองไทยก็เคยเป็นครู
 อาสา และก็ชอบอาสาทำกิจกรรมดีๆ ให้แก่ชุมชนและคนที่เขาต้องการความ
 ช่วยเหลือ หนูคิดว่ากาให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนเป็นการฝึกจิตไม่ให้ยึดติด
 กับ “ตัวเรา ของเรา” และกาทำงานตรงนี้ ก็ถือเป็นการสะสมประสบการณ์
 สำหรับตัวหนูด้วยคะ”



อรณี ไฟเฟอร์ (Oranee Pfeiffer)
 Thun, Schweiz
 e-Mail: oranee@d-magazine.de

ทีมงานนิตยสารดีขอขอบคุณน้องหญิงที่ได้เข้ามาช่วยงานอาสาสมัครปัจจุบันนี้
 ได้ช่วยงานด้านเลย์เอาท์กับชลัษ วรรณรยง(นักดนตรีบำบัดชาวไทยในเยอรมนี)



ทีมงานของเราประกอบด้วยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญและบุคลากรที่มีคุณภาพมากด้วยประสบการณ์



บริการของเรา

- ลดกราม, เสริมกราม โดยไม่ต้องผ่าตัด
- ลบรอยเหี่ยวย่นด้วย Collagen, Hyaluron, Botox
- เติมร่องแก้มให้สวยอัมเอบมีราศี
- ปรับสภาพผิวขาวเนียนสดใสอ่อนกว่าวัย (ใบหน้า หรือ ทั้งตัว)
- ลัก คิ้ว, ขอบตา, ขอบปาก, ริมฝีปากถาวร, ลบรอยลักถาวร
- ลดไขมันทั่วตัวหรือเฉพาะส่วน
- แก้ปัญหา สิว, ฝ้า, จุดต่างด้า, กระ
- ถอนขนถาวร บริเวณที่ต้องการ
- ทำเล็บมือเล็บเท้า... ฯลฯ

****เปิดให้บริการในส่วนของชาลอนด้วยคะ****



เปิดสอนหลักสูตร

- คอลเมติก (รับรองโดยแพทย์)
- การทำเล็บเท้า (รับรองโดยแพทย์)
- การต่อเล็บ , การดีไซด์เล็บ
- การลัก คิ้ว, ขอบตา, ขอบปาก, ริมฝีปาก ถาวร
- สปาเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ
- นวดกดจุดฝ่าเท้าแบบไทยและทิเบต
- นวดไทยแผนโบราณ, นวดอาโรมาเทราพี
- นวดหินร้อน, นวดน้ำมัน,
- นวดกดจุดหัวแบบชือาสี, นวดกดจุดตัวแบบชือาสี
- นวดหน้าผอนคลาย, นวดลดความอ้วน
- แต่งหน้ากลางวันกลางคืน... ฯลฯ

***** หมายเหตุ *****

นักเรียนที่จบหลักสูตรทุกท่านจะได้รับประกาศนียบัตร ที่ถูกต้องตามกฎหมายเยอรมันสามารถนำไป ใช้ประกอบ อาชีพ ได้ทั้งในประเทศเยอรมนี และประเทศในยุโรป
บริการให้คำปรึกษา สำหรับนักเรียนในเรื่องการเรียนและการจัดหาสถานที่พักไว้สำหรับนักเรียนที่ต้องเดินทางไกล

**** ชาวใหม่ล่าสุด **** SP-Kosmetik เปิดสอนหลักสูตรการทำผลิตภัณฑ์สปาจากวัตถุดิบที่มีอยู่ในเยอรมนี อาทิเช่น น้ำมันนวด, ครีมพอกหน้า ฯลฯ เพื่อเป็นการลดต้นทุนในการนำเข้าสินค้าและเปิดบริการให้คำปรึกษา เรื่องการบริหารจัดการธุรกิจสปา

ช่วงนี้

เรามีหลักสูตรการเรียนแบบแพคเกจในราคาพิเศษสุด

ติดต่อสอบถามได้ที่ โทร : 069 -24248835 มือถือ : 0175 - 2401185

ดี

D magazine

นิตยสารดี

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

ผู้ผลิต

สมาคมศิลปินวัฒนธรรมไทย เฮกา-โบเดนเซอ
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Wahlwies-Stockach

หัวหน้าบรรณาธิการ

ดร.พัทยา เรือนแก้ว

กองบรรณาธิการ

ดร.พัทยา เรือนแก้ว, วลาวัลย์ อัลเบรชท์, อัญชัญ เสียรังค์,
โสภภาพร ศวรัส, พนมพลวรรณ เกียรติสุวรรณ,
อรณี ไทโพธิ์, สายสุดา ไท

ผู้อำนวยการในเล่ม

พัชรี ศาสตรา-ซิกเคอร์มันน์, อีซา บาร์ลัค, สุชาดา ไบเยอร์,
ภัทริฎา หงษ์สกุล, อัมพร วอลคเคอร์, เรียมแบคมันตันคอรัส,
แกวเกา ดุงเงอร์, ปัทมา อินโต, แกรทริด ซาเลนติน,
พ.ต.อ.พีระชัย ดำรงควานิช, ศุภฎี พนมยงค์

พิสูจน์อักษร

สุวีร์ตน์ นิชาพัลมันน์

กราฟิก

ชัชช วรรณรงค์, พรภานา เพิ่งศรี

เวบมาสเตอร์

เบญจมาศ คลิงเงอร์

โรงพิมพ์(Printerei)

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

สมัครเป็นสมาชิก

สมาชิกรายปี 6 ฉบับ ราคา 40 ยูโร (รวมค่าส่ง)
ราคา 20 ยูโร (รวมค่าส่ง)

ติดต่อขอสมัครเป็นสมาชิกได้ที่

อัญชัญ เสียรังค์

Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies
มือถือ: 01774954640

สิ่งตีพิมพ์ในนิตยสาร "ดี" มากมาย...
ไม่อนุญาตให้คัดลอกสิ่งตีพิมพ์ต่างๆ และรูปภาพของใคร
โดยไม่อนุญาตจากผู้ผลิต

คัดลอกหรือพิมพ์ซ้ำบทความหรือรูปภาพที่เผยแพร่โดย
ที่อื่นมาแล้ว กรุณาติดต่อเจ้าของบทความโดยตรง

D- Magazine

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

Herausgeber:

Thailändischer Kunst- und Kulturverein Hegau-Bodensee),
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Wahlwies-Stockach

Chefredakteurin:

Dr. Pataya Ruenkaew

Redaktion:

Dr. Pataya Ruenkaew, Walawal Albrecht, Aunchun Hirling,
Sopaporn Kurz, Pasamolwan Kergsuwan,
Oranee Pfeiffer, Saisuda Pohl

Redaktionsmitarbeiter:

Patcharee Kaspar-Sickermann, Isa Barlak, Suchada Beyer,
Pattira Hansakul, Amporn Walker, Riam-Badminton Chorus,
Kaewkao Dunge, Patama Into, Gertrud Salentin, Pol
Col.Pirachai Damrongvanit,Dusadi Bhanomyong

Korrektor:

Sureerat Nichapat

Grafiker:

Chalat Worayanyong, Pornpana Pengsri

Webmaster:

Benjamas Klingler

Druckerei:

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

Abonnement:

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

Kontaktanschrift:

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

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

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

12.12.2012

ISSN: 2190-636X

saxoprint

ฉบับหน้า...พบกับ



ฉบับที่ ๑๓
มีนาคม ๒๕๕๖

Blue card หรือ EU Blue card



สหภาพยุโรปมีมติเห็นชอบต่อร่างระเบียบว่าด้วย
EU Blue Card (อียู บลูการ์ด) ซึ่งยกเว้นขึ้นตามรอย
ของ กรีนการ์ดของประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อที่จะดึงดูด
ให้แรงงานต่างชาติที่เป็นแรงงานที่มีฝีมือ (qualifizierte
Arbeitskraft) โดยเฉพาะจากประเทศที่ไม่ใช่สมาชิก
สหภาพยุโรปเข้ามาทำงาน (ต่างจากแรงงานไร้ฝีมือ
ที่สหภาพยุโรปกีดกัน) เยอรมนีซึ่งเป็นประเทศสมาชิก
ของสหภาพยุโรป ก็จะต้องนำหลักการนี้มาใช้ด้วย นั่น
คือเยอรมนีก็จะให้บลูการ์ดแก่แรงงานที่มีฝีมือที่ต้องการ
เข้ามาทำงาน บลูการ์ดนี้ นักศึกษาต่างชาติที่จบการ
ศึกษาในเยอรมนีก็มีโอกาสที่จะขอได้ด้วย เงื่อนไข
ระเบียบการของ บลูการ์ด เป็นอย่างไร คอยติดตาม
ใน นิตยสารดี ฉบับที่ 13 นะคะ

NTO

NTO ใครที่ติดตามภาพข่าวในนิตยสารดี อาจเคย
ผ่านตามาบ้างแล้วว่า NTO จัดกิจกรรมนั้น และกิจกรรม
นี้อยู่นี่เอง ๆ แต่หลาย ๆ คนอาจจะมีคำถามอยู่ในใจ
ว่า NTO เป็นใคร อยู่ที่ไหน ทำอะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร
เพื่ออะไร ทำไมต้องมี NTO ด้วย ในนิตยสารดีฉบับหน้า
NTO จะขอเปิดตัวให้ทุกท่านทำความรู้จัก หากอยากรู้
จัด NTO อยาลืมอ่าน นิตยสารดี ฉบับที่ 13 นะคะ

เมื่อหญิงไทยไปบราซิล

เรื่องเล่าโดย "หมุดดินมันส์" ถึงประสบการณ์แรกของการ
ไปช่วยงานที่สถานทูตไทยที่บราซิลนั้น เนื่องจาก
ต้องเดินทางคนเดียว ไม่มีผู้บังคับบัญชาหรือเพื่อนร่วม
งานจากกระทรวงการต่างประเทศร่วมเดินทางไปด้วย
และยังไม่ต้องเข้าพบท่านทูตเมื่อเดินทางไปถึง เธอจึง
เลือกที่จะแต่งกายง่ายๆ สบายๆ ด้วยเสื้อและกางเกง
ยีนส์สีซีด แจกเช่นหญิงไทยทั่วไป แต่มั่นคงดูเหมือน
หญิงไทยทั่วไปมากกว่าจะเป็นข้าราชการ พนักงาน
คนไทยที่เคาน์เตอร์เช็คอินของสายการบินกัลฟ์แอร์
ณ สนามบินสุวรรณภูมิ จึงได้มีท่าทางแปลกๆและ
ได้หันไปสอบถามหัวหน้าพนักงานด้วยเสียงที่ไม่เบา
ว่า "ผู้หญิงคนนี้จะเดินทางไปบราซิลคนเดียว" เป็น
คำพูดที่สื่อให้เข้าใจได้ไม่ยากว่า ผู้พูดมีทัศนคติต่อ
หญิงไทยอย่างไร...


Faszination TANGO ARGENTINO



Es wird fast auf der ganzen Welt Tango Argentino
getanzt. Was macht die Faszination dieses Tanzes
aus? Dieser Frage wird Esther Wenger in der 13.
Ausgabe des D-Magazin nachgehen. Der Tango
ist eine große Herausforderung!

Tango ist eine neue Art sich zu begegnen.
Es ist ein Dialog auf einer nicht verbalen Ebene.
Jeder getanzte Tango ist etwas Neues etwas
Einmaliges.



A STAR ALLIANCE MEMBER 

I FLY 
THAI



Fliegen Sie mit Thai Airways *smooth as silk* zu den schönsten Destinationen Asiens, Australiens und Neuseelands.

 **THAI**

www.thaiair.de

