D Magazine
"นิตยสารดี มีดี เพื่อคนไทย"
www.d-magazine.de

สังคม·วัฒนธรรม·ครอบครัว·บันเทิง·ไลฟ์สไตล์

จัดทำโดย: สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน

- **เรื่องดีจากปก:** ศิลปิน – ศิลป:
- **สัมภาษณ์:** คุยข้ามทะเลกับ "พลอยชมพู"
- **สุขภาพ:** ปลูกดิ้ว ทางเลือกของคนไม่มีดิ้ว
- **ท่องเที่ยวยุโรป:** 70 ปี ดี-เดย์
- **จิตวิทยา:** ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีอีดิว)

ISSN: 2190-636X

19 / 09.2014

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

Dmag19.indd 1 30.08.14 17:44

แบบของพู่กัน แบ่งตามลักษณะหัวพู่กัน

หัวกลม

พู่กันปลายแหลมขนยาว พู่กันกลมนั้นใช้ในงานสีน้ำได้ดี เนื่องจากพู่กันมีทรงกลมจึงสามารถอุ้มสีน้ำได้ดี และสามารถระบายสีได้เรียบอย่างทั่วถึง ลักษณะของพู่กันหัวกลมที่ดีคือหัวเป็นสีเข้มและสว่างในบริเวณใกล้กับปลอก

หัวกลมขนาดใหญ่

เน้นที่กว้าง ต้องการเกลี่ยนุ่มๆ ช่วยให้ไม่ไปขูดหรือทำลายชั้นสี

หัวแบนปลายมน

เน้นระบายพื้นที่กว้างและสามารถเติมรายละเอียดได้เรื่อยๆ สไตล์ของพู่กันแบบนี้สร้างมาให้ใช้กับการลงสีอย่างต่อเนื่อง

หัวพัด

ระบายพื้นที่กว้างเป็นสำคัญ ผสมสีได้เป็นอย่างดี ส่วนใหญ่ใช้วาดรูปที่ต้องการให้มีเอฟเฟ็คสีเป็นพิเศษๆ

หัวตัดเฉียง

ใช้ได้หลากหลายแล้วแต่ประยุกต์ ทั้งที่กว้างและเติมรายละเอียด มีขอบคมในการวาดเส้นยาวๆ

หัวแหลมปลายแหลม

หัวพู่กันชนิดนี้มีขนยาว เหมาะกับการเขียนและสามารถวาดเส้นยาวๆสม่ำเสมอกันโดยไม่ยกมือเหมือนกับการใช้พู่กันกลมทั่วๆไป

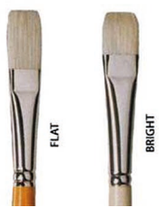
พู่กันสีน้ำ สีอคริลิคและสีน้ำมัน

ขนของพู่กันทำมาจาก 2 ชนิด คือ

1. ใยสังเคราะห์สังเคราะห์ ทำมาจากพลาสติก
2. ทำจากธรรมชาติ คือ ขนสัตว์ เช่น ขนกระรอก ขนหมู ขนแพะขน หมาป่า ขนกระต่าย และขนโคลินสกี้ เป็นต้น พู่กันที่ทำมาจากขนสัตว์มีจะนุ่ม สามารถอุ้มน้ำได้ดี จึงเหมาะกับการใช้วาดสีน้ำ

วิธีทำความสะอาดพู่กันสีน้ำและสีอคริลิค

1. ล้างพู่กันด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำอุ่น
2. ล้างด้วยสบู่เหลวอีกครั้ง
3. ล้างสบู่ออกด้วยการล้างกับน้ำก๊อกเปิดไหลเบาๆ โดยขยี้เบาๆ ในฝ่ามือ
4. จัดขนพู่กันให้เรียบร้อย เช็ดด้วยให้แห้งแล้ววางไว้บนผ้านุ่มๆ
5. เก็บพู่กันโดยเอาด้ามพู่กันลง



หัวแบนขนยาว — หัวแบนขนสั้น

พู่กันแบนนั้นใช้ลงสีพื้นที่ใหญ่ๆ ใช้ในการวาดขอบหรือมุมของสิ่งก่อสร้างและรูปทรงเรขาคณิตและพื้นที่ ใหญ่มาก เช่น การเขียนโปสเตอร์ เป็นต้น

วิธีทำความสะอาดพู่กันสีน้ำมัน

1. ใช้ผ้าเช็ดสีที่เหลือค้างที่ขนพู่กัน
2. ล้างพู่กันด้วยน้ำมัน Turpentine
3. ล้างด้วยน้ำอุ่นอีกครั้ง แล้วล้างด้วยสบู่เหลว จนหมดคราบสี
4. ล้างสบู่ออกด้วยการล้างกับน้ำก๊อกเปิดไหลอ่อนๆโดยขยี้เบาๆ ในฝ่ามือ
5. จัดขนพู่กันให้เรียบร้อย เช็ดด้วยให้แห้งแล้ววางไว้บนผ้านุ่มๆ
6. เก็บพู่กันโดยเอาด้ามพู่กันลง

พู่กันสีน้ำมันที่ดีควรมีลักษณะขนพู่กันที่แข็ง เพราะต้องสามารถรองรับ และทนต่อความหนา ความหนืดของสีและมีเอียมต่างๆของสีน้ำมัน ได้ พร้อมทั้งต้องมีแรงสปริงตัว คืนกลับเข้าที่ได้ดี

รวบรวมโดย อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง:

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

Dmag19.indd 2 30.08.14 17:44

บ.ก. บอกกล่าว

สวัสดีค่ะผู้อ่านนิตยสารดีที่รัก

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

ดิฉันเชื่อว่า การสร้างสรรค์และศิลปะมีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างมาก บทความส่วนใหญ่ในฉบับนี้จึงเกี่ยวข้องกับศิลปินและผลงานของศิลปินในอดีตและศิลปินร่วมสมัย ซึ่งไม่ได้มีแต่เพียงจิตรกรเท่านั้น แต่รวมถึงนักดนตรี นักสร้างสรรค์ อีกด้วย หวังอย่างยิ่งว่าผู้อ่านจะสนุกกับอ่านบทความดีๆเช่นเคยค่ะ

การเลือกสีในการแต่งกายหรือจัดตกแต่งภายในบ้าน มีความสำคัญต่อตัวเราโดยตรงเลยค่ะ อ่านบทความเกี่ยวกับความหมายของสีในหน้าที่ 4 นะคะ ในเมืองต่างๆในเยอรมนี เรามักจะเห็นคนเล่นดนตรีเล่นดนตรีแบบเปิดหมวกอยู่ตามมุมต่างๆของเมือง เอ...คนเล่นดนตรีเหล่านั้น ต้องอนุญาตก่อนส่วนราชการเยอรมันหรือเปล่าหนอ คำถามนี้เราตอบได้ค่ะ พลิกไปอ่านบทความกฎหมายเรื่อง”ศิลปิน เปิดหมวก” สำหรับบทความเรียนภาษาเยอรมันกับครูต้อม ในฉบับนี้เป็นการแนะนำการใช้คำคุณศัพท์และคำวิเศษณ์ เพื่อใช้สอดแทรกในประโยค ทำให้ประโยคนั้นๆเกิดความสวยงามและน่าฟังขึ้น ก็ถือว่า เป็นศิลปะในการใช้ภาษานะคะ ... สำหรับคุณป้า คุณน้าและคุณอาที่เคยเห็น”น้องพลอยชมพู”ตอนเด็กๆ บก.ได้พูดคุยกับคุณแม่ของน้องพลอยฯข้ามทวีป และถอดเสียงออกมาเป็นบทสัมภาษณ์ให้แฟนคลับของน้องพลอยฯได้อ่านกันค่ะ

กราฟฟิตี้ การพ่นสีตามรั้ วตามกำแพง ที่เด็กๆวัยรุ่นเห็นเป็นสิ่งโก้เก๋ ถือว่าเป็นศิลปะหรือไม่ คุณยอด โยกระทาได้เขียนให้อ่านกันในหน้าที่ 30 ค่ะ และการวาดรูปไม่ได้เป็นงานหรือกิจกรรมเพื่อตนเอง เพื่อการค้า เพื่อชื่อเสียง แต่ยังเป็นงานศิลปะเพื่อธรรมะอีกด้วย ท่านออท.พลเดช วรฉัตร ให้เกียรติเขียนบทความ”ศิลปะยึกยือ” พร้อมอนุญาตให้ลงพิมพ์รูปภาพวาดจากฝีมือของท่าน อีกด้วย หลายๆคนที่อยู่เมืองไทยและเมืองนอกอาจจะไม่รู้จัก “ครูองุ่น มาลิก”สุภาพสตรีใจดี ผู้ซึ่งได้สร้างศิลปะหุ่นจากเศษผ้าขี้ริ้ว นำมาเล่นเป็นละครให้ลูกๆหลานๆได้มีโอกาสชมมาจนถึงปัจจุบันนี้ นอกจากบทความเกี่ยวกับงานศิลป์แล้ว ในเล่มยังนำเสนอคอลัมน์ประจำที่น่าสนใจ บทสัมภาษณ์ท่านกงสุลใหญ่และบทความจากผู้อ่านที่น่าสนใจค่ะ

สุดท้ายนี้ดิฉันขอแจ้งให้ผู้อ่านทราบว่า อนาคตของ”นิตยสารดี”กำลังจะเปลี่ยนไปนะคะ เราจะผลิตนิตยสารดีแบบรูปเล่มถึงเล่มที่ 20 ก็คืออีกเพียงหนึ่งเล่มค่ะ หลังจากนั้น นิตยสารดีจะแปลงตัวกลายเป็น”สำนักพิมพ์ดี” จะผลิตหนังสือและคู่มือต่างๆ อ่านรายละเอียดเกี่ยวกับสำนักพิมพ์ดีและงานของสมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน(ยอรมนี) ในหน้าที่ 59

ดิฉันขอขอบคุณทีมงานและผู้อ่านทุกท่านที่ได้ให้กำลังใจและติดตามนิตยสารดีมาตลอด

ด้วยความปรารถนาดี
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง

สารบัญ

06 **ภาพ - สรุปข่าว**

09 **สกญ. บอกกล่าว**

10 **อาชีพ**: ศิลปะการทำงานให้มีความสุข

12 **เรื่องดีจากปก**: ศิลปิน - ศิลปะ

16 **แนะนำหนังสือ**

18 **กฎหมายดี ๆ**: ศิลปินกลางถนน กับภาษี

22 **สัมภาษณ์พิเศษ**: แนะนำท่านกงสุลใหญ่ นายเจริญรัฐ ฉิมสำราญ

24 **เรียนภาษาเยอรมัน**: คำบอกสี - เขียนตัวเล็กหรือตัวไหนดีหนอ

26 **เรื่องน่ารู้**: โครงการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (4)

28 **สัมภาษณ์**: คุยข้ามทะเลกับ “พลอยชมพู”

30 กราฟฟิตี้ (Graffiti) งานศิลป์หรือการทำลายล้าง

32 **บันเทิง**: อยากจะบอกใครสักคน

34 **เรื่องน่ารู้ประจำฉบับ**: หนึ่งร้อยปีสงครามโลกครั้งที่ 1 ตอนที่ 2

36 **เทคนิคการถ่ายรูปภาพ**: ทริปแรกของศิลปะการถ่ายภาพมวยไทย

38 **เรื่องเล่าประจำฉบับ**: โอกาสที่ต้องการ...กับเงินที่ไม่มีทางได้ใช้

40 **สุขภาพ**: ปลูกคิ้ว ทางเลือกของคนไม่มีคิ้ว

42 **ลูกรัก**: พัฒนาการทางด้านศิลปะของศิลปินน้อย

44 DIY: มาทอที่รองแก้วจากไหมพรมกัน

45 **ห้องครัว**: ขนมถังแตก

46 **บทความพิเศษ**: รำลึกถึง ครูองุ่น มาลิก “ยายหุ่น” ของพวกเรา

48 **กีฬา**: มาเต้น... ไลน์แดนซ์...กันเถอะ

50 **ท่องเที่ยวยุโรป**: 70 ปี ดี-เดย์

52 **จิตวิทยา**: ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีอีคิว)

53 **เรื่องเล่าจากผู้อ่าน**: เมื่อหญิงแกร่งอย่างฉันป่วยในเยอรมนี

56 **ธรรมะ**: ธรรมะกับศิลปะยึกยือ

แนะนำบก.

อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง (ต้อม)

นามปากกา: ครูต้อม/ แก่งโฮะ/ ต้อม โบเดนเซ

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

งานอาสาสมัคร:

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

ผลงานเดี่ยว:

- หนังสือ "เรียนภาษาเยอรมันกับครูต้อม เล่ม 1 และเล่ม 2"

ผลงานร่วม:

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

ปัจจุบัน:

- เป็นล่ามและนักแปลได้รับการอนุญาตจากศาลคอนสทันซ์
- เป็นครูสอนภาษาไทยและภาษาเยอรมันที่ Volkshochschulen
- อาสาสมัครช่วยงานสังคมสงเคราะห์ สังกัดสำนักงานบริหารงานท้องถิ่นเขตคอนสทันซ์และโบเดนเซ
- อาศัยอยู่ที่หมู่บ้านวาลวีส(Wahlwies)เมืองสท็อคคัค(Stockach) ตั้งอยู่ในเขตทะเลสาปโบเดนเซ (Bodensee) ซึ่งก้นพรมแดนสามประเทศคือ เยอรมนี สวิตเซอร์แลนด์และออสเตรีย

Mannheim / มันน์ฮาม

ภาพโดย นัฐพงษ์ บุตรดี-อูเฟ้อร์

สมาคมธาราโดยการสนับสนุนจากสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต จัดสัมมนาเชิงปฏิบัติในหัวข้อเรื่อง"ความสำคัญของล่าม การใช้ภาษาในการแปล ปัญหาของล่ามและนักแปล" ในวันที่ 04-06 กรกฎาคม 2557 ที่โรงแรม Best Western Premier Steubenhof ที่ มันน์ฮาม การสัมมนาในครั้งนี้เป็นโอกาสที่ผู้ร่วมประชุม ล่ามและนักแปลได้มีโอกาสในการปรึกษาหารือกันเกี่ยวกับวางแผนก่อตั้งสมาคมล่ามและนักแปลภาษาไทย-เยอรมันในประเทศเยอรมนีอีกด้วย

Riga / ริก้า

ภาพโดย Chulada Choir

วงจุฬดาร์ จากสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คว้าเหรียญเงินจากการแข่งขัน World Choir ที่ริก้า สาธารณรัฐลัตเวีย ในสาขา Games Children's Choir และ สาขา Musica Sacra with Accompanimen เป็นอีกหนึ่งความภาคภูมิใจของประเทศไทย ที่สร้างชื่อเสียงแก่ประเทศ

Dmag19.indd 6 30.08.14 17:44

จัดโครงการส่งเสริมศิลปะวัฒนธรรมและดนตรีไทย

ภาพโดย ชุมชนไทยในเขตต่างๆ

โดยคุณสุรีรัตนา จำนงค์สาร(ครูเก่ง) และ คุณธิชากร แทนผักแว่น (ครูสอง) ระหว่างวันที่ 2 มิถุนายน – 9 สิงหาคม 255 โดยครูทั้งสองท่านเดินทางไปสอนผู้สนใจเรียนดนตรีไทยในเมืองพาแดร์บอร์น มันน์ฮาม แฟรงก์เฟิร์ต ฮัมบวร์ก เวือร์ซ์บวรก์ วาร์บวร์ก เฮ้าสัก เราเชน คิพเพนฮาม เอสลิงเงน วาลวีส-สท็อคคัคและเบอร์ลิน นิตยสารดีขอขอบคุณสถานเอกอัครราชทูตไทย กรุงเบอร์ลิน และสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ที่ได้ให้การสนับสนุนและส่งเสริมการเรียนดนตรีมาอย่างต่อเนื่อง

Dmag19.indd 7 30.08.14 17:45

คณะสวนพลู คอรัส คว้า 2 เหรียญทอง การแข่งขัน World Choir Games 2014 ที่กรุงริก้า สาธารณรัฐลัตเวีย

ภาพโดย กฤติณ ธารีจิตร/ แบตมินตันคอรัส

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

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

หลังจากที่ได้รับรางวัลสองเหรียญทองแล้ว คณะสวนพลูก็เดินทางมาประเทศเยอรมนี เพื่อแสดงคอนเสิร์ตให้แฟนคลับได้ชื่นชมกันที่กรุงเบอร์ลิน นับว่าเป็นครั้งที่ 4 ที่ชาวไทยและชาวเยอรมันได้มีโอกาสชมไลฟ์คอนเสิร์ตในประเทศเยอรมนี

Dmag19.indd 8 30.08.14 17:45

คุณรู้จักหนังสือเดินทางชั่วคราวมากแค่ไหน – น. สกญ.

หนังสือเดินทางชั่วคราว หรือที่หลายคนเรียกกันง่าย ๆ ว่าหนังสือเดินทางสำรอง ถ้าเป็นภาษาเยอรมันก็เรียกว่า Vorläufigereissepass นั้น ก็คือหนังสือเดินทางที่มีอายุ 1 ปี จะแตกต่างกับหนังสือเดินทางอิเล็กทรอนิคส์ตรงที่หน้าปกจะมีสีเขียว ขนาดบางกว่า จะออกให้แก่ผู้ขอได้แค่ 1 ครั้งและในกรณีที่จำเป็นเท่านั้น คือ

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

2. ผู้ป่วยที่เป็นอัมพาตและลุกจากเตียงไม่ได้ก็สามารถขอหนังสือเดินทางชั่วคราวได้เหมือนกัน แต่ต้องมีหนังสือรับรองจากแพทย์ที่ยืนยันว่าป่วยจริงและลุกจากเตียงไม่ได้ ก็ต้องมอบอำนาจให้ญาติสนิทมิตรสหายมาติดต่อยื่นคำร้องได้ ถ้าไม่มีญาติก็ให้เจ้าหน้าที่เยอรมันที่ดูแลผู้ป่วยประเภทนี้ให้เป็นผู้ดำเนินการติดต่อกับสถานกงสุลไทย ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ได้

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

กรณีเด็กที่เกิดในเยอรมนีและมีสูติบัตรไทยแล้ว เตรียมเอกสารดังนี้

- สำเนาสูติบัตรไทยที่ออกจากสถานกงสุลไทยหรือสถานเอกอัครราชทูตไทย 2 ชุด
- สำเนาสูติบัตรภาษาเยอรมัน ที่ทางสำนักทะเบียนเยอรมันออกให้ 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนไทย ทะเบียนบ้านไทย และสำเนาหนังสือเดินทาง ของมารดา+บิดา (ชาวไทย) 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนเยอรมัน หรือสำเนาหนังสือเดินทางของบิดา 2 ชุด (บิดาชาวต่างชาติ)
- สำเนาทะเบียนสมรสไทย หรือทะเบียนสมรสเยอรมันพร้อมคำแปลไทย 2 ชุด
- สำเนาหนังสือรับรองการใช้สิทธิปกครองบุตร (ในกรณีที่มารดาหรือบิดามีสิทธิปกครองบุตรแต่เพียงผู้เดียว) 2 ชุด
- สำเนาตั๋วเครื่องบินของบุตร จำนวน 2 ชุด
- รูปถ่ายสำหรับติดหนังสือเดินทาง จำนวน 4 ใบ, ค่าธรรมเนียม 13.- ยูโร (เงินสด), ซองเปล่าที่เขียนชื่อและที่อยู่ พร้อมติดแสตมป์ 3.60 ยูโร เพื่อที่สถานกงสุลใหญ่ฯ จะส่งหนังสือเดินทางกลับคืนให้

กรณีผู้ป่วย เตรียมเอกสารดังนี้

- หนังสือเดินทางตัวจริง พร้อมสำเนา 2 ชุด
- หนังสือรับรองแพทย์ตัวจริง พร้อมสำเนา 2 ชุด
- สำเนาบัตรประชาชนไทยและสำเนาทะเบียนบ้านไทย 2 ชุด
- รูปถ่ายสำหรับติดหนังสือเดินทาง จำนวน 4 ใบ, ค่าธรรมเนียม 13.- ยูโร (เงินสด), ซองเปล่าที่เขียนชื่อและที่อยู่ พร้อมติดแสตมป์ 3.60 ยูโร

การบริการจะสะดวกหากท่านเตรียมเอกสารครบก็ใช้เวลาตามกำหนด แต่หากไม่ครบหรือไม่ถูกต้องก็อาจติดขัด ก็จะต้องใช้เวลานานออกไปอีก ฉะนั้น ขอความกรุณาตรวจสอบเอกสารให้ถูกต้องครบถ้วนด้วยจะไม่เสียเวลานะคะ

Dmag19.indd 9 30.08.14 17:45

“ศิลปะการทำงานให้มีความสุข” - นัฐพงษ์ บุตรดี_อูเฟอร์

เคยได้ยินเขาพูดกันว่า “สุขใดใหนจะเท่าล้วงกระเป๋าแล้วเจอสตางค์” แต่สำหรับผู้เขียนแล้วขอบอกว่า “สุขใดใหนจะเท่ากับมีความสุขในสิ่งที่เราทำ”

คุณผู้อ่านเคยสังเกตคนรอบๆข้างเวลาไปไหนมาไหนหรือเปล่าครับ เป็นต้นว่า เวลาที่เราไปซื้อของที่ซุปเปอร์มาเก็ตหรือแม้แต่ร้านขายขนมปังหน้าปากซอย แม่ค้าบางคนทักทายลูกค้าอย่างยิ้มแย้มแจ่มใส มีความแตกต่างจากแม่ค้าที่ทำหน้าบูดหน้าบึ้งตั้งแต่เช้ายันค่ำ ผู้เขียนเองเคยถามแม่ค้าในขณะที่จ่ายเงินที่ซุปเปอร์มาเก็ตแห่งหนึ่งในเยอรมันว่า “มองหน้าคุณ แล้วรู้ทันทีเลยว่า เขาจ้างคุณมาทำงานอย่างเดียวจริงๆ ไม่ได้จ้างให้มายิ้ม- Haben Sie schon mal von einer Kundenorientierung gehört?” คุณผู้อ่านเคยสงสัยหรือเปล่าครับว่าทำไมบางคนเขาดูมีความสุขกับชีวิตและกับงานที่เขาทำจังเลย เขามีกุญแจและเคล็ดลับอะไรที่ทำให้เขามีความสุขอย่างนั้นลองมาอ่านดูกันนะครับ คุณสมบัติพื้นฐานก็คือ ชอบงานที่กำลังทำอยู่

คนเรามีเหตุผลหลายประการที่แตกต่างกันออกไปว่าเพราะเหตุใดเราถึงเลือกมาทำงานที่เรากำลังทำอยู่ บางคนบอกว่าทำเพราะว่ามันได้เงินดี บ้างก็บอกว่าทำเพราะความอยู่รอด และบ้างก็บอกว่าทำเพราะว่ามันจำเป็นต้องทำ น้อยคนนักที่จะบอกว่าทำเพราะชอบและรักที่จะทำงานนี้ มิหนำซ้ำทำแล้วมีความสุขและได้โบนัสคือเงินเดือนอีกด้วย เพราะฉะนั้นแล้วมันสำคัญมาก ที่เราต้องถามตัวเองก่อนที่จะไปสมัครงานว่า งานนี้คืองานอะไร เขาต้องทำอะไรบ้าง ความสามารถของเรามีเพียงพอหรือเปล่า ฯลฯ และหลังจากนั้นแล้วถึงเลือกงานที่คุณชอบทำ ไม่ใช่ว่าทำเพราะว่าจำเป็นต้องทำ ถ้าเป็นเช่นนั้นก็คงจะยากที่มีความสุขกับงานที่ทำครับ

- **ทำความเข้าใจและเรียนรู้กับบริษัทและงานที่คุณทำ**

ในเมืองที่ผมอาศัยอยู่จะมีกลุ่มแม่บ้านไทยกลุ่มหนึ่ง ซึ่งแม่บ้านทั้งหลายทำงานตามแผนกต่างๆ ในบริษัทเดียวกัน เช่น แผนกครัว แผนกทำความสะอาด บางคนก็ทำมาเป็นสิบๆปีแล้ว เห็นบ่นกันทุกวันแต่ก็ไปทำ วันหนึ่งเขาขอร้องให้ผมโทรฯไปคุยกับเจ้านายของเขาเรื่องขอลาพักร้อน เพราะเป็นที่

Dmag19.indd 10 30.08.14 17:45

ทราบกันดีว่า เวลาเราขอลาพักร้อนสักทีต้องลาให้คุ้มอย่างน้อยที่สุดสี่ถึงห้าอาทิตย์ ซึ่งเจ้านายคนเยอรมันเขาจะไม่ค่อยเข้าใจและไม่พอใจนัก ผมเลยถือโอกาสถามเขาว่า บริษัทที่ทำงานมีพนักงานกี่คน เขาตอบว่า “เยอะ” ประมาณกี่คนครับ “เยอะมากไม่รู้ว่ากี่คนเพราะไม่เคยสนใจ” พอผมถามว่าเจ้านายชื่ออะไร “Frau Petra“ และนามสกุลอะไรครับ “ไม่รู้ซิเรียกเขาแต่ Frau Petra มาตั้งยี่สิบปีแล้ว” ทำให้ผมคิดว่า ถ้าเราไม่รู้จักสนใจกับงานที่เราทำ เราจะมีความสุขได้อย่างไรกันครับผม แต่ถ้าเรารู้จักสนใจและใส่ใจในงานที่เราทำ เรียนรู้เกี่ยวกับบริษัทหรืองานที่เราทำ มันก็จะทำให้เรามีความรู้สึกมั่นใจในสิ่งที่เราทำ ดูจากตัวอย่างในชีวิตประจำวันของเรากันครับ เวลาเราถามแม่ค้าที่ซุปเปอร์มาเก็ตว่า “ขอโทษครับผงซักฟอกอยู่ตรงไหนครับ” ระหว่างคำตอบที่ว่า “ฉันก็ไม่ทราบเหมือนกัน ลองไปถามอินฟอร์เมชั่นดูเองค่ะ” หรือแม่ค้าที่ตอบว่า “ยี่ห้ออะไรคะเอาแบบซักผ้าขาวหรือผ้าสีดีคะ ถ้าผ้าขาวก็อยู่ตรงโซนที่สองตรงมุมด้านหน้าซ้ายมือค่ะ แต่ถ้าผ้าสีก็ด้านขวามือนะคะจะให้ดิฉันพาไปไหมคะ” คุณผู้อ่านคิดว่าคนไหนเข้าใจในงานที่เขาทำครับ

- **รู้จักจัดลำดับความสำคัญของงานที่เราทำ**

ในกรณีที่เราได้ทำงานที่เราชอบและปรารถนาที่จะทำมานานแล้ว ก็ไม่ได้หมายความว่างานนั้นไม่ได้ทำให้เราเครียดแต่ประการใด ตำแหน่งยิ่งสูงเท่าไหรความรับผิดชอบก็ทวีเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ “ยิ่งสูงยิ่งหนาว” ซึ่งก่อให้เกิดความเคลียดในการทำงานขึ้นมาได้ เพราะฉะนั้นถ้าเรารู้จักวิธีการบริหารเวลาที่ดีและจัดลำดับความสำคัญของงานที่เราทำ ก็จะช่วยลดปัญหาเรื่องเวลาได้มากทีเดียวและส่งงานได้ทันเวลาที่กำหนด

- **ชีวิตส่วนตัวราบรื่น หน้าที่การงานก็ราบรื่นไปด้วย**

ถึงแม้ว่าเราจะรักงานที่เราทำและตั้งหน้าตั้งตาทำมันอย่างมีความสุขก็ตาม ชีวิตส่วนตัว ชีวิตคู่ รวมทั้งชีวิตครอบครัวที่มีความสุขก็เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการทำงานอย่างมีความสุขในระยะยาว เวลาคุณหยุดงานก็ให้หยุดจริงๆ ไม่ใช่ว่าเวลานัดเจอกันกับเพื่อนร่วมงานก็คุยกันแต่เกี่ยวกับเรื่องงาน อย่างไรก็ตามบางครั้งก็นัดไปดื่มกาแฟกับเพื่อนร่วมงานบ้างจะได้มีโอกาสทำความรู้จักกันมากขึ้น ผลที่ตามมาคือ จะมีการทำงานร่วมกันอย่างราบรื่น

- **ไม่แยกแยะและคิดว่าไม่ใช่บริษัทของเรา**

ข้อนี้ผมหมายความว่า ในการที่เราทำงานอย่างไม่เต็มที่เพราะในส่วนลึกๆของเราคิดว่า “ทำไปอย่างนั้นแหละเพราะอยากได้เงิน” จริงอยู่ที่เราทำงานเพราะว่าอยากได้เงิน แต่ถ้าเราทำงานเหมือนกับว่าเป็นงานและบริษัทของเราเอง เราจะรู้สึกผูกพันและมีความสุขกับงานที่เราทำขึ้นมาทันที และอีกอย่างเจ้านายก็จะรักและเอ็นดูเราโดยที่เราไม่ต้องประจบสอพลอเขา แถมเขายังขึ้นเงินเดือนและเลื่อนตำแหน่งให้อีก เจ้านายเยอรมันบางคนถึงแม้ว่าจะทำเหมือนไม่สนใจว่าเราทำงานให้กับเขาอย่างจริงใจ แต่แท้จริงตามประสบการณ์ที่ผมทำงานกับคนเยอรมันมาเป็นสิบๆปีแล้วนั้นผมยืนยันได้ว่าเขารู้หมดครับ

- **เคล็ดลับในการหลีกเลี่ยงการเกิดความเครียดในที่ทำงาน**

ความเครียดคือคำที่นิยมพูดถึงในสังคมที่ชิงดีชิงเด่นกันเพื่อให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ถ้าเรามีความประสงค์ที่จะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เช่น ในเยอรมันกับคนเยอรมันนั้นเราจะหนีคำว่า “ความเครียด” ไม่ว่าจะในชีวิตส่วนตัวหรือที่ทำงานไปไม่พ้นถึงแม้ว่าเราจะพยายามหลีกเลี่ยงมันแค่ไหนก็ตาม

อย่างไรก็ตามเรามาดูกลยุทธ์ในการป้องกันไม่ให้เกิดความเครียดและถ้าเกิดแล้วจะช่วยคลายเครียดกันได้อย่าง เคล็ดลับต่างๆนี้เพื่อนของผมเป็นแพทย์อายุรเวทชาวอินเดียได้แนะนำมา ซึ่งผมได้นำมาปฏิบัติโดยตลอดและเห็นว่ามันได้ผลดี และอีกอย่างสามารถที่จะปฏิบัติในที่ทำงานได้โดยที่ใช้เวลาไม่มากและได้ผลดีเลยนำมาฝากผู้อ่านกันครับ

<u>วิธีที่ 1</u> เพ่งความสนใจไปที่การหายใจ

นั่งในท่าที่สบายๆตัวตรงบนเก้าอี้ที่สำคัญต้องวางเท้าทั้งสองข้างบนพื้นให้ขนานกัน และหลังจากนั้นให้หลับตาหรือมองออกไปทางหน้าต่าง (ในกรณีที่ทำงานอยู่ชั้นสูงๆ) หายใจเข้า-ออกลึกๆ เพ่งความสนใจไปที่การหายใจของเราอย่างเดียว ประมาณ 3 นาที

<u>วิธีที่ 2</u> เคลื่อนไหว

การที่เราเคลื่อนไหวนั้นจะทำให้ผ่อนคลายความเคลียดได้เป็นอย่างมากเลยทีเดียว ไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนไหวแบบไหนอย่างไรก็ตาม สำหรับผมนั้น ผมจะเดินขึ้นเดินลงไปตามชั้นต่างๆในที่ทำงานโดยที่ไม่ใช้ลิฟท์ ไม่ว่าจะเป็นเวลาไปตรวจความเรียบร้อยภายในที่ทำงานตามชั้นต่างๆจะเดินอย่างเดียว บางครั้งรอลิฟท์ก็นานแสนนานกว่ามันจะมา เดินยังดีกว่าตั้งเยอะ ถ้าที่ทำงานของผู้อ่านไม่เป็นตึกหลายชั้น ก็ออกเป็นเดินตามสวนหรือรอบๆอาคารที่ทำงานในเวลาหยุดพัก ประมาณ 10-15 นาทีก็ได้ หรือไม่ก็แค่เดินไปซื้อขนมปังที่หน้าปากซอยก็พอครับ

<u>วิธีที่ 3</u> การหัวเราะ

เคยได้ยินคนเยอรมันเขาพูดว่า “Lachen verbindet“ หรือเปล่าครับ เขาหมายถึงว่า เวลาเราหัวเราะสนุกสนานร่วมกัน เราจะมีความรู้สึกผูกพันกันขึ้นมา และเวลาเราหัวเราะ เราก็จะลืมความเครียดไปในทันที ผู้เขียนเองเป็นคนที่ชอบหัวเราะโดยเฉพาะเวลาเห็นคนอื่นเขาทำหน้าบูดหน้าบึ้ง หน้าอมทุกข์กัน มีความรู้สึกว่าหน้าตาเขามันดูตลกอย่างไรก็ไม่ทราบ

<u>วิธีที่ 4</u> ดื่มน้ำ

ผู้อ่านอาจจะคิดว่าผมบ้า เอ่อ...ดื่มน้ำมันจะช่วยให้ควายเคลียดได้อย่างไรกัน ลองดื่มน้ำดูนะครับแล้วจะรู้ เพราะว่าเวลาเราดื่มน้ำ เราจะเพ่งเลงความสนใจไปที่การดื่มน้ำของเรา และอีกอย่างการดื่มน้ำนั้นสำคัญต่อร่างกายเราเป็นอย่างมากและผู้อ่านจะมีความรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้นมาทันทีครับผม

ดีลปัน – ดีลบ:

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

Dmag19.indd 12 30.08.14 17:45

ความหมายของสี

โดย อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง

นักวาดรูปบางคนใช้สีเพียงไม่กี่สีในการสื่อ บางคนมีเพียงสีขาวหรือดำ บางคนใช้สีอย่างเรียบๆ บางคนใช้สี เป็นต้น เมื่อผู้ชมภาพวาดได้เห็นสีแดง สีเขียว สีฟ้าและสีอื่น ก็มีการรับรู้และสัมผัสเป็นของตนเอง สมมุติว่า เราเป็นนักวาดรูป อย่างน้อยๆ ก็ควรจะรู้จักความหมายของสีไว้บ้าง เพื่อที่จะนำสีปันสื่อแสดงถึงอารมณ์ต่างๆ เช่น ดีใจ โมโห กลัว และเศร้าโศรก เป็นต้น

โวล์ฟกัง ฟอน เกอเธ่ แบ่งประเภทของสีออกเป็น 2 กลุ่มคือ *"aktiv"* **และ** *"passiv"*

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

สีที่ในกลุ่ม "aktiv" ซึ่งนักวาดรูปจะเรียกกันว่า ***"โทนสีอุ่น"*** สีในกลุ่มสี "passiv" คือ ***"โทนสีเย็น"*** ดิฉันจำได้ว่า ตอนที่ลูกยังเล็กอยู่นั้น หากวันใดลูกๆ ใส่เสื้อผ้าสีแดง สีเหลืองหรือสีส้ม วันนั้นพวกเขาจะซนเป็นพิเศษ สะดุดโน่น เดินชนนี่ อยู่ไม่นิ่งกันเลย หากวันใดลูกๆ ใส่เสื้อฟ้าหรือสีเขียว ลูกๆ จะนั่งอ่านหนังสือหรือนั่งวาดรูปอย่างมีสมาธิ ลองสังเกตเด็กๆ ดูนะคะ

ดิฉันเชื่อว่า สีต่างๆ จึงมีความสำคัญต่ออารมณ์และความรู้สึกของเราเป็นอย่างยิ่งค่ะ ดิฉันชื่นชมผู้ที่แต่งตัวอย่างมีสีสรร เพราะเขาคนนั้นคือศิลปินคนหนึ่งค่ะ

สีให้ความรู้สึกแตกต่างกันไป

สีดำ (Schwarz) เป็นสีแห่งความลึกลับ สีดำเป็นสีที่แสดงถึงความ น่ากลัว ทำลาย ความมืด ปัญหา การสิ้นสุด การสิ้นหวัง แต่ก็ยังหมายถึงความสง่าและเป็นเกียรติอีกด้วย ปัจจุบันนี้ สีดำค่อนข้างเป็นที่นิยมในหมู่นักออกแบบ(Designer)

สีขาว (Weiß) ให้ความรู้สึก ความบริสุทธิ์ ความไร้เดียงสา ความชัดเจน ความสมบูรณ์แบบ ความสะอาด แต่ยังหมายถึงความเยือกเย็น(เป็นสีของหิมะและน้ำแข็ง) และความเหินห่าง

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

สีแดง (Rot) เป็นสีที่ก่อให้เกิดความตื่นเต้น เร้าใจ เป็นสีแห่งความกล้าหาญ ให้ความรู้สึกถึงความรัก ความรุ่มร้อน การมีชีวิตชีวา การเป็นอันตราย การแก้แค้น การก้าวร้าว ความโกรธและความโหดร้าย สีแดงเข้มบอกถึงความสง่าผ่าเผยและความปิติอิ่มเอิบ

สีส้ม (Orange) ให้ความรู้สึกในการมองชีวิตในแง่ดี การมีพลัง มองโลกตามความเป็นจริง ความอบอุ่น กระตุ้น

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

สีเขียว (Grün) ให้ความรู้สึกงอกงาม สดชื่น สงบ เงียบ ร่มรื่น ร่มเย็น การพักผ่อน การผ่อนคลาย ธรรมชาติ ความปลอดภัย ปกติ ความสุข ความสุขุม เยือกเย็น

สีน้ำเงิน (Ultramarine) ให้ความรู้สึก สงบ สุขุม สุภาพ หนักแน่น เคร่งขรึม เอาการเอางาน ละเอียด รอบคอบ สง่างาม มีศักดิ์ศรี สูงศักดิ์ เป็นระเบียบถ่อมตน

สีฟ้า (Blau) ให้ความรู้สึก ปลอดโปร่ง โล่ง กว้าง เบา โปร่งใส สะอาด ปลอดภัย ความสว่าง ลมหายใจ ความเป็นอิสระเสรีภาพ การช่วยเหลือ แบ่งปัน

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

สีน้ำตาล (Braun) ให้ความรู้สึกเก่า หนัก สงบเงียบ

สีชมพู (Rosa) ให้ความรู้สึก อบอุ่น อ่อนโยน นุ่มนวล อ่อนหวาน ความรัก เอาใจใส่ วัยรุ่น หนุ่มสาว ความน่ารัก ความสดใส

สีทอง (Gold) ให้ความรู้สึก ความหรูหรา โอ่อ่า มีราคา สูงค่า สิ่งสำคัญ ความเจริญรุ่งเรือง ความสุข ความมั่งคั่ง ความร่ำรวย การแผ่กระจาย

Dmag19.indd 13 30.08.14 17:45

ภาพวาดและศิลปินที่ชื่นชอบ ศิลปินและรูปวาดในอดีต บทความจากผู้อ่าน

โดย ศิริพร สะโครบาเน็ค

คนใดไม่มีดนตรีกาลในสันดานเป็นคนชอบกลนัก (พระราชนิพนธ์รัชกาลที่ ๖) น่าจะมาใช้เปรียบเทียบกับเรื่องของ ภาพวาด งานสลักได้ เพราะงานศิลปะไม่ว่าจะเป็นดนตรีภาพวาดทำให้เรามีความละเมียดละไมกับชีวิตมากขึ้น และผ่อนคลายจากความวุ่นวายเรื่องการทำมาหากิน เลี้ยงดูตนเอง การดูภาพวาดงานแกะสลักในพิพิธภัณฑ์ต่างๆ เป็นการผ่อนคลาย และทำให้ชีวิตเราได้เติมเต็ม ทุกครั้งที่มีเวลาว่างมักจะใช้ไปกับการเยี่ยมชมงานของศิลปินทั้งไทยและเทศ แล้วก็พบว่าได้ตกหลุมรักกับศิลปินแนวอิมเพรสชั่นนิสต์ (Impressionism) ที่เป็นขบถกับขนบการวาดภาพแนวที่เคยมีมาแต่ช้านานของพวกปรมาจารย์ศิลปะ โดยนำเสนอภาพตามสิ่งที่ตนเห็นและรู้สึกมากกว่าเป็นเรื่องของการสมจริงสวยงาม ศิลปะแนวอิมเพรสชั่นนิสต์ เริ่มต้นในศตวรรษที่ 19 ในฝรั่งเศส หนึ่งในศิลปินผู้นำแนวทางนี้คือ โมเน่ต์ ที่หลายคนอาจจะเคยเห็นภาพดอกบัวหลายๆ แบบของเขา งานของศิลปินกลุ่มนี้ไม่ได้รับเลือกให้แสดงในห้องแสดงศิลปะที่ปารีส เพราะแปลกแยกจากแนวทางอนุรักษ์ที่เคยเป็นมา การไม่ได้แสดงในสถาบันศิลปะทำให้ศิลปินขาดโอกาสในการนำเสนอผลงานแก่สาธารณชน แต่พวกเขาก็ไม่ย่อท้อ จัดการแสดงผลงานของตนโดยเรียกว่าห้องแสดงศิลปะที่ถูกปฏิเสธ จนทำให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นแนวทางใหม่ของการวาดภาพ ต่อมาได้มีดนตรีและวรรณกรรมแนวทางอิมเพรสชั่นนิสต์ด้วย กลุ่มอิมเพรสชั่นนิสต์นี้มีศิลปินหญิงรวมอยู่ด้วยหลายคน จำได้ว่าเมื่อสามสี่ปีที่แล้วได้มีการแสดงผลงานของศิลปินหญิงแนวอิมเพรสชั่นนิสต์ที่หอศิลปเมืองแฟรงค์เฟิร์ต และได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่ง พร้อมกับคำถามว่าทำไมผลงานของพวกเธอจึงไม่ได้รับการเผยแพร่เท่าศิลปินชาย ทั้งที่จำนวนผลงานและฝีไม้ลายมือไม่ได้ต่ำต้อยกว่ากันเลย ตัวอย่างข้างล่างเป็นผลงานของ Mary Cassat ศิลปินหญิงแนวอิมเพรสชั่นนิสต์ชาวอเมริกัน แต่ใช้ชีวิตในฝรั่งเศส ชื่อ The Reader ที่นำเสนอผู้หญิงในมิติที่แตกต่างไปจากเรื่องความสวยงาม หรือบทบาทหน้าที่ที่ตายตัวของการดูแล ความเป็นแม่ แมรี่ เป็นศิลปินหญิงคนแรกที่ผลงานได้รับเลือกให้นำแสดงแก่สาธารณะชนในยุคนั้น

โมเน่ต์ (Claude Monet) ศิลปินฝรั่งเศสที่เป็นหัวหอกของการวาดภาพแนวอิมเพรสชั่นนิสต์ มีผลงานที่ได้รับการยกย่องและประสบความสำเร็จมากในการวาดภาพแนวนี้ In the Woods at Giverny เป็นผลงานชิ้นหนึ่งของเขา อันที่จริงโมเน่ต์ โด่งดังมากจากภาพวาดชุดดอกบัว ในสวนที่ Giverny ซึ่งเป็นบ้านพักของเขาที่อยู่ไม่ไกลจากปารีส แต่ที่เลือกชอบภาพนี้เพราะเนื้อหาของเรื่องที่นำเสนอผู้หญิงในลักษณะสร้างสรรค์ แตกต่างไปจากผู้หญิงในภาพวาดส่วนใหญ่ที่เน้นความงามและบทบาทตายตัวของผู้หญิง ผู้หญิงสองคนในภาพนี้ใช้เวลาพักผ่อนด้วยการอ่าน และวาดรูป สีสรรที่กลมกลืนกับเส้นแปรงที่เด่นชัดทำให้รู้สึกอบอุ่น และอยากจะไปนั่งอ่านหรือวาดรูปในภาพนี้กับพวกเธอด้วย

ส่วนอีกสองภาพที่ชื่นชอบตลอดกาล คือ ภาพชื่อ Starry Night ของ วินเซนต์ แวน โก๊ะห์ (Vincent van Gogh) ศิลปินชาวดัทช์ แนวอิมเพรสชั่นนิสต์ ที่ใช้ชีวิตส่วนใหญ่ในเขตโปรวองซ (Provence) ทางใต้ของฝรั่งเศส และต่อมาได้พัฒนางานวาดภาพออกไปเป็นแบบเอกเพรสชั่นนิสต์ (Expressionism) ที่ไม่คำนึงถึงการวาดรูปให้เหมือนกับสิ่งที่เป็นจริง แต่ต้องการถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิด ห้วงอารมณ์ของศิลปินต่อสิ่งที่ตนได้เห็น งานชื่อ คืนที่ประดับดาว ภาพแรกเป็นคืนประดับดาวที่แม่น้ำโรน ส่วนอีกภาพชื่อ คืนประดับดาว เป็นตัวอย่างที่ดีของศิลปะแนวนี้ แวน โก๊ะห์ ประจงแต่งแต้มดวงดาวที่ทอแสงสุกสกาว ประดับบนท้องฟ้า เพื่อให้ค่ำคืนสว่างไสว ในภาพแรกคู่รักหญิงชายประคองกันชื่นชมคืนประดับดาว ส่วนภาพที่สองให้ความรู้สึกว่าแสงจากดวงดาวกำลังทอดคลุมหมู่บ้านที่เงียบสงบ แต่ในขณะเดียวกันก็มองเห็นได้ถึงอารมณ์ที่ขึ้นลงเหมือนเกลียวคลื่นของศิลปิน ยิ่งได้ฟังเพลง Starry Night ของ Dom McLean คลอไปกับการชมภาพก็จะยิ่งทำให้กระจ่างชัดถึงอารมณ์ของแวน โก๊ะห์ ที่ก้ำกึ่งระหว่างความปรกติ และสับสน เส้นแปรงที่วาดลงในภาพสะท้อนให้เห็นถึงอารมณ์ที่ปรวนแปร แต่ถ่ายทอดออกมาเป็นงานศิลปะที่งดงาม และเป็นอมตะ ดูทีไรก็อดนึกถึงชีวิตรันทดของศิลปินผู้ยิ่งใหญ่ ที่มีชีวิตอันแสนสั้นแต่ผลิตผลงานอันมากมายแต่ขายได้เพียงรูปเดียวขณะยังมีชีวิตอยู่ แวน โก๊ะห์ ต้องจบชีวิตลงด้วยพิษบาดแผลจากปืน ในวัยเพียง 37 ปี

ยังมีภาพเขียนของศิลปินอีกหลายคนที่ชื่นชอบ แต่คราวนี้ขอเสนองานของศิลปินที่ชอบมาแต่ยังสาวและไม่เคยเปลี่ยนแปลงมาก่อน อันที่จริงก็ไม่ได้เรียนศิลปะมาจากไหน แต่ชอบดูงานศิลปะแม้จะไม่เข้าใจเทคนิคมากมาย ยึดตามคำของโมเน่ต์ที่ว่า ไม่จำเป็นต้องไปพยายามเข้าใจหรืออธิบายภาพวาด เพียงแต่ใช้สายตามองหาสิ่งที่เราชื่นชอบในภาพวาดนั้นๆ ก็คงเพียงพอแล้ว อันหลังนี้ว่าเองนะคะ

พระพุทธเจ้าเป็นศิลปิน

โดย รุ่งฤดี รอดเมฆ

ดูรูปนั้นชิสวยดี น่าสนใจ วาดได้เหมือนจริง น่าค้นหา มีคุณค่า น่าเป็นแรงบันดาลใจ ให้อยากทำบ้าง ได้ความรู้สึกร่วมไปกับงานวาดชิ้นนั้นๆ ฯลฯ รวมไปจนถึง ดูไม่รู้เรื่องว่า คนเขียนภาพ สื่ออะไรให้เรากันแน่นะ อีกทั้งหนังสือก็เป็นศิลปะ อย่างหนึ่งที่ผู้อ่านได้รสชาติ จากการอ่านตัวอักษรที่ร้อย เข้า

Dmag19.indd 14 30.08.14 17:45

ด้วยกัน ผูกเป็นเรื่องราว ถ่ายทอดมาให้ผู้อ่าน ได้เสพอรรถรสของภาษา จนสามารถจินตนาการไปตามตัวอักษร อีกทั้งยังอาจจะทำให้ผู้อ่านซาบซึ้งถึงกับน้ำตาไหลรินได้แนวความคิดใหม่ๆ หรือแม้แต่หัวเราะ จนกลิ้งไปก็มี

โสตศิลป์ ความสุนทรีย์ เสน่ห์ ของเสียงดนตรี หรือที่ศิลปิน ผู้เล่น ผู้ขับร้อง เป็นการผสม ผสาน กันอย่างลงตัวของเสียงดนตรีและน้ำเสียงที่ขับขานอันไพเราะ ความชำนาญของศิลปิน ที่ได้สร้างสมประสบการณ์ ผ่านการฝึกซ้อมครั้งแล้วครั้งเล่า จนกลมกลืนเป็นเสียงที่หลั่งไหลซาบซึ้งเข้าไปในใจ พร้อมที่จะสะกดใจของคนฟังได้ทุกขณะ เราผู้ฟังก็จะเลือกฟังตามความรสนิยมของตัวเอง

คำถามว่า ศิลปินที่ชื่นชอบ คือใคร มีผลงานดีเด่นอย่างไร และผลงานของศิลปินผู้นั้นสะท้อนเรื่องอะไรได้บ้าง เป็นคำถามที่ดี ทำให้ได้คิด แล้วใครกันเล่า ก็เราเอง มันว่างเปล่า ไม่เคยใส่ใจ ใครเป็นพิเศษ ได้แต่เป็นผู้เสพอรรถรส แล้วจะไปตอบคำถามนี้ได้อย่างไร อีกทั้งตัวเองไม่มีความรู้ทางศิลปะใดๆเลย แล้วจะไปตอบคำถามได้อย่างไร นั่งคิดทบทวนว่า ใครกันนะที่เราจะเลือกเอาเป็นศิลปินในดวงใจดี หายใจเข้าออกทิ้งไปก็หลายวัน จนกระทั่งวันหนึ่งดิฉันได้ไปเยี่ยมผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก็คิดขึ้นมาในใจว่า การมีชีวิตอยู่ของคนเรา ก็เป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่มีพระพุทธเจ้าเป็นศิลปิน ทรงประธานพระธรรม ซึ่งตัวเองถือเอาว่าน่าจะเรียกว่าเป็นศิลปะ น่าจะได้เพราะมนุษย์สามารถเข้าถึง เรียนรู้ ศึกษาให้เข้าใจ ปฏิบัติตาม และเห็นผลได้ด้วยตัวเอง อีกทั้งยังสามารถที่จะเผยแพร่ให้คนอื่นๆ ความละเอียดอ่อนของพระธรรม มีคุณค่าทางจิต อย่างสูงยิ่ง ง่ายๆเริ่มตั้งแต่การเข้าใจถึงโครงสร้างของชีวิตคนเราว่ามีองค์ประกอบด้วย ดิน น้ำ ลม ไฟ และ อายัตตนะ ทั้ง6 ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ และสิ่งที่ทำให้คนเราแตกต่างกันก็คือการกระทำ ซึ่งมีใจ เป็นตัวหลัก ว่าจะเป็นผู้สร้างหรือผู้ทำลาย

ศิลปะการมีชีวิตอยู่นั้นเหมือนกับธรรมชาติของต้นไม้ซึ่งมีหลากหลายชนิดพันธุ์กัน แต่ละอย่างก็มีคุณค่าในตัวของมันเอง ต้นหญ้าก็มีคุณค่าในการปกคลุมดิน ต้นไม้ใหญ่ก็เป็นร่มเงาให้ทั้งคน สัตว์ และพืชเล็กๆและอะไรได้อีกหลายๆอย่าง ถึงกระนั้นไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่แค่ไหน มีคุณค่าหรือไร้คุณค่า ก็ต้องถึงจุดจบ ซึ่งจุดจบนี้มันมีมาพร้อมกับการเกิดเสมอ เพราะถ้าไม่มีการเกิด ก็จะไม่มีการตาย แต่เราไปแยกให้มันอยู่ต่างขั้วกัน การเกิดคือความสุข การตายคือความทุกข์ หากเราเรียนรู้ที่จะสร้างศิลปะในการเข้าใจชีวิต ก็จะไม่เห็นว่าความตายเป็นสิ่งที่น่ากลัว แต่น่าเป็นอมตะมากกว่า เพราะเราจะต้องพบกับมันอย่างไม่มีทางหลีกเลี่ยง ศิลปะในการเตรียมใจ ให้พร้อมอยู่ทุกขณะจึงนับว่าเป็นศิลปะที่น่าค้นหา เพื่อให้คุ้นเคยและยอมรับว่า ไม่มีอะไรที่แน่นอนเลย

ศิลปินวิญญาณครู

โดย เกษศิรินทร์ ชิกเกิ้ล

ในยุคสมัยที่การนำเสนอตัวเองมีความสำคัญเทียบเท่ากับความสามารถ ผู้กล้าที่อ่อนน้อม ยอมอยู่เบื้องหลัง ย่อมเป็นผู้สมควรได้รับการยกย่องและคารวะอย่างแท้จริง มีสักกี่คนทราบว่า ใครเป็นผู้ฝ่าฟันให้การเรียนดนตรีกลายเป็นความใฝ่ฝัน เป็นความภาคภูมิใจของครอบครัวและของสังคมไทยในปัจจุบัน ทั้งๆที่เรามีสำนวน "เต้นกินรำกิน" ซึ่งไม่ใช่คำที่น่าชื่นชม ใครเป็นผู้ผลักดันให้วิชาดนตรีกลายเป็นวิชาเอกของคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ใครสักกี่คนที่ทราบว่า เบื้องหลังวงดุริยางค์ BSO หรือ Bangkok Symphony Orchestra มีความเป็นมาอย่างไร ใครเป็นผู้ก่อตั้ง

นิสิตและนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ทั้งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและอีกหลายๆแห่ง ที่มีการเปิดการเรียนการสอนสาขาดุริยางคศาสตร์ สาขาดนตรีไทย และอีกหลายๆ นาม ทราบหรือไม่ว่า ก่อนที่คณะศิลปกรรมศาสตร์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งน่าจะเป็นคณะแรกที่มีการสอนศิลปกรรมในระดับมหาวิทยาลัยจะก่อตั้งขึ้นมาเป็นรูปเป็นร่าง อาจารย์ท่านใดได้ขวนขวายหาห้องเรียนให้นิสิตและห้องพักให้อาจารย์ที่มีชื่อเสียงหลายท่านที่ได้รับเชิญมาสอน

มีใครกี่คนที่ทราบว่า ครู อาจารย์ และศิลปินผู้ยิ่งใหญ่ แต่มีความถ่อมตนอย่างยิ่ง ที่อยู่เบื้องหลังความเปลี่ยนแปลงด้านดนตรีของสังคมไทยเหล่านี้คือ รศ.ดร. โกวิทย์ ขันธศิริ หรืออาจารย์โกวิทย์ที่พวกเราเรียกและเคารพนับถือได้ด้วยความจริงใจ

ท่านเป็นลูกของคุณพ่อสมบุญและคุณแม่สมจิตต์จากเมืองกรุงเก่าอยุธยา เป็นศิษย์ที่มีครูมาดูตัวถึงที่บ้าน และครูดนตรีของท่านก็คือ หลวงไพเราะเสียงซอ นายจำนงราชกิจ ครูชิน หงษ์รัตน์ ครูแสวง อภัยวงศ์ ครูชูชาติ พิทักษากร ฯลฯ. และครูดนตรีที่ทำให้ท่านเกิดแรงบันดาลใจที่จะเรียนไวโอลินก็คือครูสุทิน เทศารักษ์ นักไวโอลินมือเอกสมัยนั้นนั่นเอง

อาจารย์โกวิทย์เป็นนักเรียนไทยคนแรกที่ได้รับทุนจาก Royal Conservatory of Music ของกรุงเฮก ประเทศเนเธอร์แลนด์ให้ไปเรียนไวโอลินนานถึง 7 ปี ท่านเป็นผู้เผยแพร่เพลงไทยเดิมโดยเล่นด้วยไวโอลินให้ชาวตะวันตกหลายประเทศในยุโรปและสหรัฐอเมริกาได้ตระหนักถึงอารยธรรมและวัฒนธรรมของไทยว่า ไม่ได้ยิ่งหย่อนไปกว่าชาติใดๆในโลก และยังทำให้ชื่อเสียงของคนไทยโดยเฉพาะหญิงไทยไม่โดนดูถูกเหยียดหยามเมื่อการมาเที่ยวเมืองไทยของชายตะวันตกสมัยนั้นมุ่งไปที่การท่องเที่ยวทางเพศเป็นหลัก เนื่องจากท่าน

Dmag19.indd 15 30.08.14 17:45

Der kleine Buddha – Auf dem Weg zum Glück

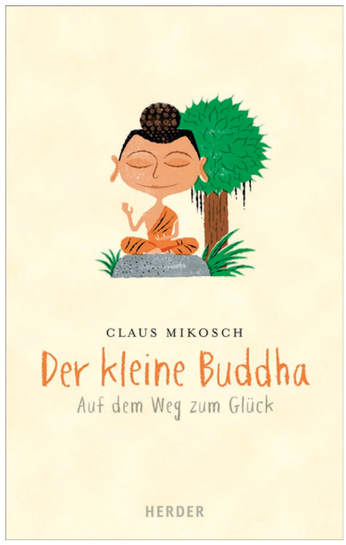
– ยอด โยทะกา

หากจะให้แปลชื่อหนังสือเล่มนี้ โยทะกาจะแปลชื่อหนังสือเล่มนี้ว่า"สามเณรน้อยผู้แสวงหา" เขียนโดย Claus Mikosch โยทะกาไม่เคยอ่านหนังสือธรรมะในภาคภาษาเยอรมัน ถ้าให้สารภาพก็ต้องบอกว่าไม่เคยคิดจะอ่าน (เพราะเกรงจะยากเกินสมองน้อยๆ จะเข้าใจ) ตอนที่หยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาดูโยทะกาไม่ได้สะดุดตาที่ชื่อหนังสือ แต่สะดุดตาที่ภาพวาดน่ารักๆ บนหน้าปกมากกว่า พอเปิดอ่านก็อ่านต่อเนื่องไปจนจบบทแรก เสร็จแล้วก็เดินไปจ่ายเงินโดยไม่ดูราคาหนังสือด้วยซ้ำ

สามเณรน้อยผู้สันโดษนั่งสมาธิอยู่ใต้ต้นโพธิ์แม้จะคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมและรักสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ แต่ก็รู้สึกเหมือนชีวิตขาดอะไรบางอย่างไป นั่นจึงเป็นที่มาของการออกเดินทางเพื่อแสวงหาเส้นทางที่สามเณรน้อยออกท่องเที่ยวไป ทั้งในเมืองใหญ่ที่เต็มไปด้วยความวุ่นวาย และบนเส้นทางที่เงียบสงบ สามเณรน้อยพบเจอผู้คนมากมายที่ล้วนให้ข้อคิดแห่งการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไป ความลับที่สามเณรได้เรียนรู้มีทั้งการปล่อยวาง มิตรภาพ การรู้จักตนเอง ฯลฯ

บทหนึ่งที่โยทะกาชอบเป็นพิเศษ คือบท "หญิงขายขนมปังผู้โชคดี" ที่สอนให้สามเณรน้อยรู้ถึงคำว่า "การอยู่กับปัจจุบันอย่างมีความสุข" คนเรานั้นสามารถทำเรื่องง่ายให้เป็นเรื่องยากได้ง่ายนิดเดียว แต่ทำเรื่องง่ายให้เป็นเรื่องง่ายนั้นยากยิ่งนักผู้เขียนกล่าวว่าทุกบททุกตอนที่แฝงอยู่ในเรื่องนั้นไม่ใช่เรื่องใหม่ ล้วนเป็นเรื่องที่ถูกค้นพบและคงอยู่นานมาแล้ว เพียงแต่คนเราหลงลืมมันไปต่างหาก หนังสือเล่มนี้เป็นนิทานที่จะเรียกว่าปรัชญาการใช้ชีวิต ก็คงไม่ผิดนัก ทุกเรื่องล้วนเป็นคำสอนแนววิถีพุทธ หากมองตามเนื้อเรื่องอาจจะไม่ใช่แนวพุทธที่คนไทยเราคุ้นเคยนัก แต่เป็นพุทธที่เต็มไปด้วยกลิ่นอายแบบตะวันตกที่งดงาม เรียบง่าย และลึกซึ้ง

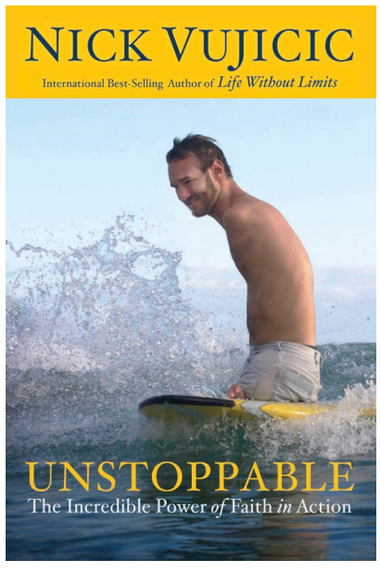
หนังสือเล่มนิดเดียวโยทะกาคิดว่าอ่านไม่นานคงจบ แต่ผิดคาดโยทะกาใช้เวลาอ่านนานมาก เพราะเมื่ออ่านไปถึงที่ใดที่หนึ่งที่มีคำถาม มีความคิด มีเรื่องให้ทบทวน โยทะกาจะปิดหนังสือเพื่อไล่ตามหาสิ่งที่กำลังผ่านมา หรือสิ่งที่เคยผ่านไปในชีวิต ครุ่นคิด บางทีก็หยุดอ่านไปหลายวันแล้วจึงหยิบมาอ่านต่อ เป็นการอ่านที่อิ่มเอมใจและมีความสุขจริงๆ



หยุดไม่อยู่ "unstoppable"

– ญาศมิน

คุณเกิดมาเป็นมนุษย์ มีร่างกายสมบูรณ์ อวัยวะครบ 32 ประการ แต่คุณคิดน้อยใจในโชคชะตาของตัวเอง ว่า ทำไมเกิดมาไม่สวย ไม่หล่อ ไม่สูงยาวเข่าดี หุ่นนางแบบ นายแบบ จมูกไม่โด่ง หน้าอกไม้เด้ง สะโพกไม่งอน ตาไม่มีเหล่าเต้ง คิ้วไม่โด่งดั่งคันศร เหมือนชาวบ้านเขา ต้องไปเจ็บตัว เสียเงินมากมาย พึ่งมีดหมอ เพื่อที่จะผ่าตัดนั่น เพิ่มนี่ เสริมโน่น ให้ตัวเองดูสวย ดูหล่อ ถ้าคุณมีความคิดแบบนั้น ลองหันมาดูผู้ชายคนนี้ค่ะ นิก วูยิชิช (Nick Vujicic) หนุ่มออสเตรเลียผู้พิการไร้แขนขามาแต่กำเนิด เกิดมา มีแค่ร่างกายท่อนบน มีแค่เท้าคล้ายๆ ตีนไก่ยื่นออกมานิดเดียว แต่ขอบอก ผู้ชายคนนี้ ทำอะไรได้มากมาย ฉันกล้าพูดได้ว่า เขาทำได้มากกว่า คนที่เกิดมามีอวัยวะครบ 32ประการ หลายคน ด้วยซ้ำ อยากรู้จัก ผู้ชายคนนี้ ลองอ่านหนังสือเล่มนี้ค่ะ"หยุดไม่อยู่ "(unstoppable)" จากการอ่านหนังสือของเขาเล่มนี้ ทำให้ฉันสำนึกได้ว่า ฉันโชคดีเหลือเกิน ที่เกิดมา มีมือ มีเท้า ทุกครั้งที่ฉันมีปัญหาและหาทางแก้ไม่ได้ ฉันจะหยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาแค่เห็นรูปของนิค บนปกหนังสือ ฉันจะบอกกับตัวเอง ว่า ปัญหาแค่นี้จิ๊บจ๋อยมาก ดู ตานิค ซิ แขน ขาไม่มี เขายังอยู่ได้ ตอนนี้ นิค แต่งงานกับสาวสวยลูกครึ่ง ญี่ปุ่น-แม็กซิกัน มีลูกชายวัยกำลังน่ารัก นิคยังคงเดินทางไปทั่วโลก เพื่อพูดสร้างแรงบันดาลใจ



Dmag49.indd 16 30.08.14 17:45

DARIKA
The Charming of Asia

จำหน่าย ผลิตภัณฑ์ เพื่อ นวดไทย สปาไทย นำเข้าจากประเทศไทย
น้ำมันนวด เช่น น้ำมันรำข้าว น้ำมันมะพร้าว นำมันดอกไม้ไทย น้ำมันตามธาตุเจ้าเรือน
ยาหม่อง ลูกประคบ เกลือแช่เท้า เกลือขัดเท้า ครีมนวดเท้า ผลิภัณฑ์สปา ชุดหน้า และ บอดี้
และอื่นๆ สินค้าคุณภาพดี ผลิตจากส่วนผสมธรรมชาติ

DARIKA GmbH
สนใจติดต่อ สอบถาม
Tel.: 05685 922 3861
คุณหน่อย 0162 1973 218, คุณเคน 0152 5706 1501
e-mail : info@darika.de
website : www.darika.de
Facebook Page Darika The Charming of Asia

Schulgraben, 1 34593 Knuellwald, Germany

โรงเรียน ธาราไทยสปา

TARA THAI SPA ACADEMY

Tara Thai Spa Academy
สอนโดย ครู หนอย มัณฑนา เพ็นส์เลอร์เปิดสอนจดทะเบียนตามกฎหมายเยอรมัน
รวมกับ Chiang Mai Spa Academy สอนโดย อ. ออ อนิดา โพฒะวานิก
โรงเรียนจัดตั้งถูกต้องจากกระทรวงศึกษาธิการไทย
และรับรองหลักสูตรจากกระทรวงสาธารณสุขไทย

เปิดสอน นวดไทย,นวดสวีดิช, นวดอโรมาไทย, นวดเท้า, นวดประคบ,
นวดหนาสมุนไพร, นวดหินรอน ,สปา, สปาทรีตเมนท
ให้คำปรึกษาธุรกิจ/งาน นวดไทยสปาไทย ในเยอรมนี
และ รับสอน/ อบรม นอกสถานที่

ทุกคอร์สการเรียนพร้อม : สถานที่ ,อุปกรณ์, สื่อการเรียน ,คู่มือ,
ผลิตภัณฑ์ที่ใช้สอนคุณภาพดี อาหาร, ที่พัก, คอร์สโยคะ, และฤษีดัดตน

สนใจติดต่อ
คุณ มัณฑนา เพ็นส์เลอร์ 0162 1973218 , 05685 9227911

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

Tara Thai Spa Academy
Schulgraben 1 , 34593 Knuellwald Germany

ศิลปินกลางถนน กับภาษี

– พัทยา เรือนแก้ว

ศิลปินกลางถนนตามถนนคนเดินที่เราพบเห็นทั่วไปมักจะมีป้ายเล็ก ๆ ตั้งไว้หน้ากระป๋อง หมวก ฯลฯ รับเงินว่า Bitte eine kleine Spende คือ ขอบริจาคนิดหน่อย แต่บางทีก็ไม่มี เพราะมักเป็นที่รู้กันว่า หมวก กระป๋อง ฯลฯ ที่ตั้งไว้หมายถึงอะไร ทีนี้เจ้าเงินที่มีคนนำมาใส่ภาชนะเหล่านั้นจะถือว่าเป็นรายได้หรือไม่

ในช่วงที่อากาศดี ๆ ในถนนคนเดิน (Fußgängerzone) ในเมืองต่าง ๆ เรามักจะเห็นนักดนตรีแบบศิลปินเดี่ยวเล่นกีตาร์บ้าง ไวโอลินบ้าง หรือ พิณ หรืออื่น ๆ หรือไม่ก็จะมีจิตรกรมาวาดภาพสีสันสวยงามบนถนน หรือบางครั้งก็จะมีนักมายากลและบ่อยครั้งก็จะมีศิลปินหุ่นนิ่ง ที่แต่งตัว แต่งหน้า ยืนนิ่งเหมือนรูปปั้น บางครั้งอาจจะมีการปรับอากัปกิริยาบ้าง และหากสังเกตให้ดี ๆ ก็จะพบว่า ใกล้ ๆ กับพื้นที่ที่ศิลปินเหล่านี้แสดงจะมี หมวกบ้าง กล่องกีตาร์เปล่าบ้าง หรือ กระป๋อง หรือ ภาชนะอะไรสักอย่างวางอยู่ใกล้ ๆ เพื่อให้ผู้ชมที่ชื่นชอบโยนเงินใส่ลงไป ก็คล้ายกับการขอบริจาคเป็นสินน้ำใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ศิลปินเหล่านี้ภาษาเยอรมันเรียกรวม ๆ กันว่า Straßenkünstler ผู้เขียนนึกคำสละสลวยขณะนี้ไม่ออก ก็ขอเรียกว่า ศิลปินกลางถนนไปก่อนแล้วกัน (ในใจคิดว่า อาจจะฟังดูดีกว่า ศิลปินข้างถนน ที่ดูจะอนาถาในความรู้สึก)

เงินในกล่อง ในกระป๋อง ในหมวก ที่ศิลปินได้รับในแต่ละวัน ยังไม่เคยมีใครคำนวน หรือศึกษาวิจัยกันเลยว่าได้สักเท่าไรต่อวัน และเมื่อรวมกันเป็นเดือน เป็นปี จะเป็นเงินจำนวนเท่าไรกันแน่ แล้วเงินเหล่านี้ถือว่าเป็นรายได้หรือไม่ และหากว่าเป็นรายได้ ก็หมายความว่าควรที่จะต้องเสียภาษีรายได้ด้วยไหม และรายได้ลักษณะนี้จัดอยู่ในประเภทไหน ในฉบับนี้เรามาคุยกันเรื่องนี้นะคะ

รายได้ ตามภาษาเยอรมันก็คือ Einkommen หรือ Einnahme เงินที่ได้รับเข้ามาในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ๆ หรือ อย่างสม่ำเสมอของครัวเรือน (จาก Wahrig deutscher Wörterbuch) หรือบางที่ก็รวมถึงทรัพย์สินที่มีมูลค่าตีเป็นตัวเงินได้ ความหมายนี้ค่อนข้างกว้าง ซึ่งหากพิจารณาดังนี้ เงินที่ศิลปินเหล่านี้ได้รับ ก็คือรายได้อย่างหนึ่ง

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

แล้วรายได้ของ ขอทาน กับของ ศิลปินกลางถนน ต่างกันอย่างไร?

ในเวทีแลกเปลี่ยนในอินเตอร์เน็ทกล่าวว่า รายได้ของขอทาน นั้นถือเป็นเงินบริจาค ที่มีคนให้โดยที่ ขอทาน ไม่ต้อง “ทำ” “มี” อะไรตอบแทน แต่ ศิลปินกลางถนนนั้น แสดงศิลปะแขนงที่ตนเองร่ำเรียนมา เช่น แสดงดนตรี มายากล วาดภาพ แสดงหุ่นนิ่ง เป็นต้น เป็นการตอบแทนเงินนั้น รายได้ ดังกล่าวจึงไม่ใช่เงินบริจาค แต่ว่าเป็นเหมือน ค่าตอบแทน สิ่ง(ศิลปะ)ที่ศิลปินมอบให้ผู้คน โดยอาจมองได้ว่าเป็น ค่าจ้าง ก็ได้ การแสดงของศิลปินเหล่านี้ก็อาจถือเป็นงานที่เรียกว่า กิจการส่วนตัว selbstständige Tätigkeit คือไม่ได้เป็นลูกจ้างใคร

การแสดงของศิลปินกลางถนนเหล่านี้ ถือว่าเป็นกิจกรรมที่นำมาซึ่งรายได้ ตามกฎหมายเยอรมันจึงต้องเสียภาษีรายได้

กฎหมายว่าด้วยภาษีรายได้ Einkommensteuergesetz (EStG) มาตรา 1 กล่าวไว้ว่า ใครก็ตามที่มีถิ่นพำนัก (Wohnsitz) หรือ พำนักอาศัยอยู่ในประเทศเยอรมนีอย่างต่อเนื่อง และมีรายได้ มีหน้าที่จะต้องเสียภาษีเงินได้ (รายได้)นั้น และตามกฎหมาย (มาตรา 8 - 21) กำหนดรายได้ที่จะต้องเสียภาษีไว้ 7 ประเภทได้แก่

- รายได้จากการทำการเกษตร และป่าไม้
- รายได้ กิจการธุรกิจ Gewerbebetrieb
- รายได้จาก กิจการส่วนตัว selbständige Arbeit
- รายได้จาก งานที่ไม่ใช่กิจการส่วนตัว ก็คือ เป็นลูกจ้างหรือ พนักงานนั่นเอง
- รายได้จาก กองทุน หรือการลงทุน เช่น จากดอกเบี้ยธนาคาร จากดอกผลของหุ้น จากเงินปันผล เป็นต้น
- รายได้จาก ค่าเช่าบ้าน และที่ดิน
- รายได้อื่น ๆ เช่น เงินบำนาญ เงินค่าเลี้ยงดู และจะมีอะไรอีกบ้าง กฎหมายก็ระบุไว้ชัดเจนในมาตรา 22ใครอยากรู้ติดตามหาอ่านได้ในตัวบทกฎหมายนะคะ

และแน่นอนหากว่ารายได้รวมทั้งเดือนไม่ถึง 450 ซึ่งเป็นงานหรือ กิจการที่มีรายได้น้อย (geringsfügige Beschäftigung) ก็ไม่ต้องเสียภาษี

การเสียภาษี ขั้นตอนการดำเนินการ เงื่อนไข นิตยสารดีมเคยนำเสนอไว้แล้วในฉบับที่ 9 แม้นว่าในฉบับนั้นจะเน้นไปถึงการทำกิจการส่วนตัวที่อาจมองว่าเป็นงานอดิเรกที่มีราย

Dmag19.indd 18 30.08.14 17:45

ได้ แต่โดยหลักการทั่ว ๆ ไปก็จะไม่ต่างไปจากกันมากนัก ในฉบับนี้ก็จะข้ามไปไม่กล่าวถึง

ที่น่าสนใจที่อยากจะกล่าวถึงในที่นี้ก็คือ รายได้ของศิลปินกลางถนนที่ว่านี้จัดเป็นรายได้จากหมวดไหน แน่นอนคงเข้าข่าย ธุรกิจหรือกิจการส่วนตัว selbstständig มีบางความเห็นกล่าวว่าเป็น Gewerbebetrieb (กิจการธุรกิจ) บ้างก็ว่าน่าจะเข้าข่าย freie Berufe วิชาชีพอิสระ

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

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

แล้ว Gewerbebetrieb กับ Freiberufler นั้นแตกต่างกันอย่างไร?

หากพิจารณาจากคุณสมบัติ คุณวุฒิด้านวิชาชีพ อาจต่างกันนิดหน่อยตรงที่ว่า Freiberufler เป็นนักวิชาชีพที่หลายสาขาต้องจบการศึกษาสาขานั้น ๆ แต่ Gewerbebetrieb ในหลาย ๆ องค์กรจำเป็นต้องมีคน งานที่ต้องจบสาขาต่าง ๆ เช่นกัน ดังนั้นจึงไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะแยกว่าอะไรคือ Gewerbebetrieb หรืออะไรไม่ใช่ Freiberufler ได้อย่างชัดเจน

ยกตัวอย่างง่าย ๆ จิตรกร หากว่าขายผลงานของตัวเอง ก็ถือว่าเป็นรายได้จากกิจการส่วนตัว แต่หากว่าไปประมูลขายผลงานของคนอื่น ก็จะเป็นรายได้จาก Gewerbebetrieb หรือหากว่าภาพเขียนนั้นมีการจัดทำเป็นโปสเตอร์วางขาย มีการโฆษณา ก็จะเข้าข่าย Gewerbebetrieb นั่นคือ หากเข้าสู่วงจรธุรกิจเมื่อไร ก็มักจะเข้าข่าย Gewerbebetrieb

แต่การที่จะบอกให้ชัดเจนว่าเป็น รายได้จาก Gewerbebetrieb หรือ Freiberufler โดย เรา ๆ ท่าน ๆ นั้นยากยิ่ง เพราะต้องพิจารณาแง่มุมทางกฎหมายมากมาย และโดยส่วนใหญ่แล้วผู้ที่จะพิจารณาในประเด็นนี้ก็คือ สรรพากร หรือ Fiannzamt นั่นเอง หรือด่านแรกหากเราไม่แน่ใจ ผู้ที่ให้คำปรึกษาได้ดีก็คือ Steuerberater ซึ่งสามารถให้คำปรึกษาได้ว่า รายได้จากกิจกรรมนั้น ๆ จะเข้าข่ายใด

แล้วในทางภาษี จะมีความแตกต่างอย่างไรระหว่างรายได้จาก Gewerbebetrieb และ Freiberufler?

ความแตกต่างตามกฎหมายว่าด้วยภาษีรายได้โดยทั่ว ๆ ไปอาจจะมีไม่มากนัก เพราะในการเสียภาษี ก็ต้องมีการคำนวนผลกำไร (Gewinn) อยู่แล้ว ซึ่งก็หักกลบลบกันด้วยรายจ่ายต่าง ๆ รายได้ที่ต้องเสียภาษีก็คือเจ้า Gewinn นี่แหละ ซึ่งก็ยังมีการหักโน่นนี่ได้อีก แต่สิ่งที่แตกต่างก็คือ หากเป็น Gewerbebetrieb จะต้องมีการแจ้งจด ทะเบียนการทำกิจการที่ เรียกว่า Gewerbeanmeldung ก็แจ้งกับ Gewerbeamt ในเมืองที่ตนเองประกอบกิจการ ซึ่ง Freiberufler ไม่ต้องทำ และ Gewerbebetrieb อาจต้องเสีย ภาษีวิชาชีพ Gewerbesteuer หากว่ากิจการนั้นเป็นกิจการที่มีเนื้องานตาม มาตรา 21 และ 35a กฎหมายว่าด้วยภาษีวิชาชีพ GewStG

อีกประการหนึ่ง Freiberufler มักจะทำเรื่องเสียภาษีในฐานะ Kleinunternehmer คือ ผู้ประกอบการราย ย่อย ที่มักจะมีรายได้รวมทั้งหมด (ยังไม่ได้หักค่าใช้จ่าย) ไม่เกิน 17,000 ยูโร อันจะทำให้ไม่ต้องเสีย Umsatzsteuer คือภาษีที่เรียกเก็บโดยคำนวนจากฐานรายได้ทั้งหมดที่ได้รับเข้ามา ซึ่งเรื่องนี้ก็ได้เคยคุยกันไว้แล้วใน นิตยสารดี ฉบับที่ 9 ก็ยังไปค้นหามาอ่านทบทวนกันได้นะคะ

ย้อนกลับมาที่ เงินบริจาค ตามกฎหมายเยอรมันกล่าวว่า เงินบริจาคที่มีผู้บริจาคให้นั้น ไม่ต้องเสียภาษี หากว่าการบริจาคนั้นเป็นไปเพื่อให้นำไปใช้ในกิจการที่เป็นผลประโยชน์ต่อสังคม หรือไม่หวังผลกำไร ซึ่งตามกฎหมายเยอรมันก็คือ เพื่อ gemeinnütziger Zweck เงินบริจาคในที่นี้ก็มักจะเป็นเงินบริจาคที่สมาคม Verein มูลนิธิ Stiftung ต่าง ๆ ได้รับ การ

บริจาคต้องระบุชัดเจนว่าเพื่อกิจการใด และองค์กรก็ต้องนำไปใช้เพื่อการนั้นจริง ๆ แต่หากว่า การบริจาค เป็นไปเพื่อกิจกรรมเชิงพาณิชย์ ก่อให้เกิดรายได้ ไม่ได้เป็นไปเพื่อกิจกรรมที่ไม่มุ่งผลกำไร เงินบริจาคนั้นก็ถือเป็นรายได้ที่ต้องนำมาเสียภาษี

แล้ว ขอทาน ล่ะ ตามที่กล่าวไปแล้ว เงินที่ขอทานได้ ก็คงจะนำไปเลี้ยงชีพ เพราะคงไม่ได้มากมายขนาดที่จะนำไปลงทุนใด ๆ ได้ แต่ปัญหาอาจจะมีหากว่าขอทานนั้นได้รับเงินช่วยเหลือจากรัฐ เช่น เป็นผู้ได้รับเงินที่เรา ๆ รู้จักกันว่า Hartz IV แต่ก็นั่นแหละ การติดตามหาหลักฐานไม่ใช่เรื่องง่ายเท่าไร และเจ้าหน้าที่ของรัฐก็ไม่ได้มีมากมายหรือมีเวลาว่างมากพอที่จะไปเดินตรวจ รวมทั้งความคุ้มของการติดตาม “ขูดเลือดจากปู” ตามหลักเศรษฐศาสตร์ก็ไม่น่าจะคุ้มเท่าไร

แถมท้ายก่อนจบนิดหนึ่ง นัยว่าตั้งแต่ปี 1983 (พ.ศ. 2526) ศิลปินอิสระทั้งหลายรวมทั้งนักข่าว นักการหนังสือพิมพ์จะได้เฮ (สำนวนหนังสือพิมพ์ สื่อมวลชนไทย ที่ผู้เขียนแปลเองว่า จะได้รับสิ่งดี ๆ มีสิ่งดี ๆ จะมอบให้ คือได้ผลประโยชน์ว่างั้น) นั่นคือ มีการก่อตั้ง กองทุนสวัสดิการสังคมสำหรับศิลปิน Künstlersozialversicherung ย่อว่า KSK ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการประกันสังคมตามกฎหมาย KSK นี้คือกองทุนประกันสังคมที่เปิดโอกาสให้ ศิลปินอิสระ และนักข่าว นักการหนังสือพิมพ์ทั้งหลาย ได้มีโอกาสทำประกันสังคม คือจ่ายเบี้ยประกันในอัตราลูกจ้าง คือครึ่งหนึ่ง โดยอีกส่วนหนึ่ง (ครึ่งหนึ่ง) ทางรัฐจะเป็นคนจ่ายให้ ซึ่งก็หมายความว่า จะมีเบี้ยประกันสุขภาพ ประกันการตกงาน และประกันบำนาญ ใครที่จ่ายเบี้ยเข้ากองทุนนี้ก็มีสิทธิที่จะได้รับผลประโยชน์จากกองทุนประกันต่าง ๆ เหมือนคนงาน พนักงานที่ได้ทำงานจ่ายเบี้ยประกันสังคม

สิ่งที่นำมาคุยกันข้างต้นก็ถือเป็นการคุยกันในเบื้องต้น เรื่องภาษีนั้นเกี่ยวพันกับกฎหมายมากมายหลายมาตรา สิ่งที่กล่าวมาทั้งหมดก็เป็นเพียงข้อมูลเบื้องต้นและทั่วไป แต่ละคนย่อมมีกรณี หรือเงื่อนไขที่แตกต่างกันไป ดังนั้นหากต้องการให้รู้แน่ชัด ก็คงต้องไปหารือ ผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับภาษี Steuerberater หรือ ไปหา Finanzamt เองเลยก็อาจจะได้ข้อมูลที่แจ่มแจ้งชัดเจน ก็ขอให้ถือว่าสิ่งที่นำมาคุยนี้เป็นข้อมูลเริ่มต้นเพื่อการค้นหาต่อไปนะคะ

Moral der Geschichte ก็คือ ทำงานมีรายได้เมื่อไร ต้องเสียภาษี

ข้อมูลเพิ่มเติม

- http://www.gesetze-im-internet.de/estg/__2.html
- http://www.gesetze-im-internet.de/estg/__15.html
- html” http://www.hk24.de/recht_und_steuern/steuerrecht/steuerexi_ordner/366674/freieBerufeGewerbe.html
- http://www.kuenstlersozialkasse.de/
- http://www.deutsche-rentenversicherung.de/cae/servlet/contentblob/219744/publicationFile/59078/C5001.pdf

Dmag19.indd 20 30.08.14 17:45

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

Network Thais Overseas

*** 9-21 กันยายน 2557
สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน (เยอรมนี) (NTO e.V.)
ติดต่อสอบถาม: ดร.พัทยา เรือนแก้ว Tel. 0521-891038
สุชาดา ไบเยอร์ Tel. 0178 5638589

*** 24 -25 กันยายน 2557
สมาคมไทยสปา (Thai Spa Vereinigung Deutschland e.V.)
ติดต่อสอบถาม: เตชินี ฮูบอลด์ Tel. 0170 411414

*** 22-23 กันยายน 2557
โรงเรียนธาราไทยสปา (Tara Thai Spa Academy)
ติดต่อสอบถาม: มัณฑนา เพ็นส์เลอร์ Tel. 0162 1973218
เคน Tel. 0152 57061501

*** 26-27 กันยายน 2557
สมาคมบ้านแสนสุข (Ban Saensuk e.V.)
ติดต่อสอบถาม: จิราภรณ์ ไมเออร์-คนัพพ์ Tel. 07831-6958

****** อ่านรายละเอียดและข้อมูลการจัดในแต่ละแห่งที่ Facebook NTO ******

www.facebook.com/NTO.GERMANY

Dmag19.indd 21 30.08.14 17:45

แนะนำท่านกงสุลใหญ่ นายเจริญรัฐ ฉิมสำราญ

สัมภาษณ์โดย เบญจมาศ คลิงเลอร์

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

นิตยสารดี: *ภาระหน้าที่หลักของสถานกงสุลใหญ่คืออะไรคะ*

กงสุลใหญ่: ภาระหน้าที่หลักของสถานกงสุลใหญ่ฯ คือ งานบริการด้านการกงสุลแก่ชาวไทยและชาวต่างประเทศ โดยเฉพาะชาวไทยในเขตอาณา 7 รัฐ ในเยอรมนี อาทิ การให้ความคุ้มครองและดูแลผลประโยชน์ของชาวไทย งานหนังสือเดินทางอิเล็คทรอนิกส์ งานบัตรประจำตัวประชาชนอิเล็คทรอนิกส์ งานทะเบียนราษฎร์ (ออกสูติบัตรและมรณบัตร จดทะเบียนสมรสและทะเบียนหย่า จดทะเบียนรับรองบุตร จดทะเบียนรับบุตรบุญธรรม รับแจ้งการสละสัญชาติ รับรองเอกสาร) งานตรวจลงตราคนต่างด้าว งานเลือกตั้งนอกราชอาณาจักร งานส่งเสริมพระพุทธศาสนาในเยอรมนี และการส่งเสริมชุมชนไทยให้เข้มแข็ง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีงานอื่นที่มิใช่งานด้านการกงสุลโดยตรง เช่น การเป็นผู้แทนของรัฐบาลไทยและเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างรัฐบาลไทยกับรัฐผู้รับและรัฐในเขตอาณา งานด้านพิธีการทูตรับรองบุคคลสำคัญระดับสูงของประเทศที่เยือนเยอรมนีหรือเดินทางผ่าน

นิตยสารดี: *ในเยอรมนีที่มีคนไทยจำนวนมาก ท่านมีภาระหน้าที่พิเศษอะไรหรือไม่*

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

นิตยสารดี: *ท่านมีนโยบายในด้านการดูแลช่วยเหลือและสนับสนุนชาวไทย รวมทั้งชุมชนไทยในเมืองต่าง ๆ เพื่อที่จะทำให้ชุมชนไทย ในเยอรมนีเข้มแข็งอย่างไร*

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

Dmag19.indd 22 30.08.14 17:45

***นิตยสารดี**: ท่านมีโครงการใดบ้างที่ต้องการเน้นให้มีการดำเนินการเพื่อสนับสนุนกลุ่มคนไทย*

กงสุลใหญ่: สิ่งที่ปรารถนาจะผลักดันในเบื้องต้นและคิดว่าน่าจะเป็นประโยชน์อย่างกว้างขวางต่อชุมชนไทยคือ กิจกรรมลำดับแรกที่จะส่งผลอย่างยั่งยืนให้แก่ชุมชนไทย ได้แก่ การสอนภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยให้แก่บุตรหลานชาวไทย เพราะสิ่งเหล่านี้คือรากฐานของสังคมไทย หากบุตรหลานของท่านไม่รู้และไม่เข้าใจภาษาและวัฒนธรรมไทย ตลอดจนประวัติศาสตร์ของชาติไทย เขาก็จะไม่มีความรักและความผูกพันกับประเทศไทย ขณะเดียวกัน ก็จะส่งเสริมให้วัดไทยมีบทบาทในการกล่อมเกลาจิตใจของเยาวชนไทยและคนไทย ให้มีคุณธรรม จริยธรรมให้เข้มแข็งขึ้น มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ เป็นคนดีของสังคม กิจกรรมลำดับถัดไป ได้แก่ งานส่งเสริมอาชีพหรือกิจกรรมต่างๆ ดังนั้น กิจกรรมต่างๆ ที่จะดำเนินการต่อไปจะต้องสอดคล้องกับแผนงานนี้ด้วย

***นิตยสารดี**: ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร เกี่ยวกับชุมชนไทยและสมาคมไทยในเยอรมนี*

กงสุลใหญ่: ผมเห็นว่า ที่ผ่านมาคนไทยมีความน่ารัก เราได้ยินเสียงชมเชยถึงอัธยาศัยไมตรีที่ดีงามของชาวไทยจากชาวเยอรมันบ่อยๆ รู้สึกดีใจที่เจ้าของประเทศชื่นชมและชื่นชอบชาวไทยและสังคมไทย ขอถือโอกาสเรียนชาวไทยในเยอรมนีด้วยว่า ท่านทั้งหลายคือผู้ทำหน้าที่เป็นตัวแทนของประเทศไทยเสมือนเป็นทูตด้านวัฒนธรรมของประเทศไทยโดยที่ท่านไม่รู้ตัว ด้วยการเป็นคนดี มีน้ำใจ รักเพื่อนฝูงเสมือนญาติมิตร การห่วงหาอาทรกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกันยามเดือดร้อน และที่สำคัญมีความสามัคคีกัน ร่วมแรงร่วมใจกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม หลายคนมีความสามารถพิเศษด้านต่างๆ เช่น การเป็นผู้นำ สามารถให้ความช่วยเหลือชุมชนได้ บางคนเป็นผู้ที่มีความสามารถพิเศษเช่น การเล่นดนตรี และการฟ้อนรำก็ได้มีส่วนช่วยแสดงออกถึงวัฒนธรรมไทยและเอกลักษณ์ไทยให้ชาวต่างชาติได้ประจักษ์อย่างซาบซึ้ง บางคนช่วยสื่อสารให้คนเยอรมันมีความเข้าใจที่ถูกต้องต่อประเทศไทยได้ โดยเฉพาะในยามที่ประเทศไทยประสบปัญหาและต้องการให้ชาวเยอรมันและมิตรประเทศมีความเข้าใจที่ถูกต้องและให้การสนับสนุนประเทศไทยในด้านต่างๆ เพื่อให้ประเทศไทยสามารถเดินหน้าฝ่าวิกฤติการณ์ต่างๆ ได้ นอกจากนี้ สมาคมไทยในเมืองต่างๆ นับว่า เป็นกลุ่มชุมชนไทยที่มีบทบาทที่เข้มแข็งและสำคัญอย่างมากในการให้ความช่วยเหลือชาวไทยในเยอรมนีที่ประสบปัญหาด้านต่าง ๆ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันและได้ช่วยแบ่งเบารวมทั้งช่วยเหลือภารกิจของทางราชการได้มาก กล่าวกันว่า หากไม่มีสมาคมไทยต่างๆ ที่กำลังดำเนินกิจกรรมที่เป็นสาธารณะประโยชน์แก่ชาวไทยในเยอรมนีแล้ว ภาคราชการก็คงไม่สามารถดำเนินการแก้ไขปัญหาที่เกิดกับชาวไทยในเยอรมนีเพียงลำพังได้อย่างทั่วถึงในช่วงที่ผ่านมาได้ ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของภาคราชการที่จะต้องเข้ามาร่วมมือและให้การสนับสนุนภารกิจของสมาคมไทยต่างๆ ที่ดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชาวไทยในเยอรมนีโดยรวมดังกล่าว

***นิตยสารดี**: ท่านมีสิ่งใดที่อยากจะฝากให้ชาวไทยและชุมชนไทยในเยอรมนีบ้างคะ*

กงสุลใหญ่: ผมรู้สึกเป็นเกียรติที่ได้มาทำงานที่นี่อีกครั้ง (นับเป็นครั้งที่ 2) และรู้สึกอบอุ่นเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนไทยในโอกาสต่างๆ โดยได้รับการต้อนรับด้วยอัธยาศัยไมตรีแบบไทยๆ และเป็นกันเอง ผมเห็นว่า คนไทยมีคุณสมบัติพิเศษคือเมื่อไปที่ไหนเราจะมีเอกลักษณ์เรื่องความมีน้ำใจ ความสามัคคีและอัธยาศัยไมตรีที่ดี สร้างความประทับใจให้แก่ทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ และขอให้ชาวไทยรักษาเอกลักษณ์ที่ดีๆ ของไทยนี้ไว้ตลอดไป นอกจากนี้ชาวไทยส่วนใหญ่ก็เป็นผู้ที่เคารพกฎระเบียบของสังคม จึงไม่ใช่เรื่องยากที่จะยึดถือและปฏิบัติตามกฎหมายท้องถิ่นอย่างเคร่งครัดเพื่อให้เป็นผู้อาศัยที่ดีในบ้านของคนอื่น (ในเยอรมนี) ผมขอขอบคุณชาวไทยและชุมชนไทยที่ให้ความร่วมมือกับสถานกงสุลใหญ่ฯ ในการทำงานให้สำเร็จลุล่วงด้วยดีมาโดยตลอด ทั้งนี้ หากท่านมีปัญหาหรือต้องการปรึกษาหรือต้องการความช่วยเหลือจากสถานกงสุลใหญ่ ณ นครแฟรงก์เฟิร์ต ขอให้ติดต่อแจ้งเจ้าหน้าที่ของสถานกงสุลใหญ่ฯ เพื่อจะได้ช่วยกันหาแนวทางแก้ไขปัญหาต่อไป

Dmag19.indd 23 30.08.14 17:45

Groß- und Kleinschreibung bei Farben
คำบอกสี – เขียนตัวเล็กหรือตัวไหนดีหนอ – ครูต้อม

คำที่บอกสีต่างๆ อยู่ในกลุ่มคำคุณศัพท์ (Adjektiv หรือ Eigenschaftswort ในโรงเรียนประถมศึกษา เด็กนักเรียนรู้จักในนามว่า Wiewort) ทำหน้าที่ประกอบคำนาม คำวิเศษณ์หรือคำคุณศัพท์ เพื่อให้ได้ความชัดเจนยิ่งขึ้น

คำถาม: *สีมีทั้งหมดกี่สี*

คำตอบ: มีเยอะแยะไม่มีวันสิ้นสุด ที่สำคัญคือเราต้องรู้จักแม่สีก่อน แม่สีภาษาเยอรมันเรียกว่า Grundfarben หรือ Primärfarben อันมี

สีแดง (rot)
สีน้ำเงิน (ultramarineblau) และ
สีเหลือง (gelb)

ทั้งสามสีนี้สามารถนำไปผสมสีกันเพื่อให้เกิดสีอื่นๆ ต่อไป และยังสามารถนำคำบอกสีต่างๆมาเขียนรวมกัน เพื่อให้เกิดคำใหม่ เช่น ***zitronengelb*** *(สีเหลืองมะนาว),* ***apfelgrün*** *(สีเขียวแบบลูกแอปเปิลเขียว),* ***himmelblau*** *(สีฟ้าแบบท้องฟ้า)* เป็นต้น

คำบอกสี- เขียนตัวเล็กหรือตัวใหญ่มีดังต่อไปนี้

1. ทำหน้าที่เป็นคำคุณศัพท์ขยายคำนาม ให้เขียนตัวเล็ก แล้วผันตามเพศของคำนาม

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

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

ตัวอย่าง

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

2. ทำหน้าที่เป็นคำวิเศษณ์ขยายคำนาม ให้เขียนตัวเล็ก แล้วผันตามเพศของคำนาม

ตัวอย่าง

Sie kleiden sich weiß.
Sie färbt die Haare schwarz.
Sie wurde rot.

คำบอกสีเขียนตัวใหญ่ ในกรณีต่อไปนี้

1. เมื่อถูกทำให้เป็นคำนาม (der Subtantivierung) เช่น Alarmstufe **Rot** เป็นต้น

ตัวอย่าง

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

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

จะเขียนตัวเล็กหรือตัวใหญ่ สรุปง่ายๆ ได้ดังนี้:

ตัวอย่าง

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

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

โดยทั่วไปแล้วสามารถสร้างคำบอกสีต่างๆ ได้ โดยนำคำอื่นๆ มาผสม เช่น **schneeweiß** มาจากคำว่า **Schnee + weiß** การแปลคำๆ นี้ให้ถือกฎว่า ให้แปลความหมายของคำสุดท้ายก่อน คือคำว่า **weiß** คำๆ นี้น่าจะแปลว่า *"สีขาวดังหิมะ"*

ตัวอย่างคำผสม:

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

Dmag19.indd 24 30.08.14 17:45

สำนวณภาษาเยอรมัน (Redewendungen) นำเอาคำบอกสีไปใช้ในการสร้างประโยคหรือวลีหรือคำ เพื่อให้เห็นภาพและเข้าใจมากขึ้น

● rot:

- ***heute rot, morgen tot*** ใช้ในความหมายว่า หากมีใครสักคนเสียชีวิตโดยไม่ได้คาดคิดมาก่อน (Kommentar, wenn jemand unerwartet gestorben ist.)
- ***der rote Faden*** หมายถึง ความคิดที่แสดงออก (der leitende Gedanke) พื้นฐาน (die Grundlinie) มาตรการพื้นฐาน (das Grundmotiv)

เช่น Der rote Faden dieses Kunstprogramms ist ein zweifacher: Schönheit und Wahrheit.- *ความคิดที่แสดงออกของโปรแกรมงานศิลป์ชิ้นนี้เป็นสองอย่าง "ความสวยและความจริง"*

● schwarz:

- ***warten können, bis man schwarz wird*** หมายถึง รอไป ก็เปล่าประโยชน์ (umsonst warten)

เช่น Auf sein Geld kann er warten, bis er schwarz wird. - *เขารอรับเงินของเขารึ รอไปก็ไม่ได้เงินหรอก*

- ***schwarze Liste*** หมายถึง คนที่เคยคดีติดตัว หรือคนที่เป็นผู้ต้องหา จึงถูกลงในบัญชีดำ ซึ่งเรามักจะพูดกันว่า "ชื่ออยู่ในบัญชีดำ" (Aufstellung verdächtiger, missliebiger Personen)

● grün:

- ***grüne Witwe*** หมายถึง ภรรยาที่มักถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว ใช้ชีวิตอยู่ในบ้านที่ล้อมรอบด้วยธรรมชาติหรือชายเมือง แม้จะอาศัยอยู่กับสามีก็ตาม แต่เหมือนกับว่าเป็นแม่หม้าย เพราะว่าสามีได้อยู่บ้านน้อยครั้งมากเนื่องจากหน้าที่การงานของเขา ภรรยาต้องอยู่บ้านคนเดียว จึงเปรียบเหมือนชีวิตแบบแม่หม้าย (Ehefrau, die sehr viel allein, fast wie eine Witwe lebt, weil das Haus , das sie mit ihrem Man bewohnt, in der grünen Natur(am Stadtrand) liegt und ihr Mann wegen beruflicher Verpflichtungen selten zu Hause ist.

● blau:

- ***blauer Brief*** แปลว่า จดหมายสีฟ้า หมายถึง จดหมายให้ออกจากการทำงาน (Kündigungsschreiben)

เช่น Wer könnte einen blauen Brief bekommen? - *ใครหนอ ที่อาจจะได้รับจดหมายให้ออกจากการทำงาน*

○ weiß:

- ***weiß wie die Wand*** หมายถึง ซีดมาก (sehr bleich)

เช่น Du bist ja weiß wie die Wand, ist dir schlecht? - *หน้าเธอซีดมากเลย มีอาการไม่ดีใช่ไหม*

● gelb:

- ***(nicht) das Gelbe vom Ei sein*** หมายสิ่งที่ดีสุด (nicht das Beste sein)

เช่น Sie merkt bald, dass der neuer Job auch nicht gerade das Gelbe vom Ei war. - *อีกไม่นานเขาก็จะรู้ว่า งานใหม่นี้ก็ไม่ได้เป็นงานที่ดีที่สุด*

ครูต้อมได้ยกตัวอย่างเล็กๆน้อยๆสำนวณที่ภาษาเยอรมันนำคำบอกสีเข้ามาใช้ในประโยค และครูต้อมเชื่อว่า ผู้อ่านหลายคนที่อยู่เยอรมนีนานหลายปีคงจะได้ยินและเคยนำคำบอกสีไปใช้ในการสนทนานะคะ เช่น Ich sehr rot. Ich sehe gelb. Ich sehe grün. ประโยคเหล่านี้มาจากการเปรียบเทียบสีแดง สีเหลืองและสีเขียวที่ป้อมไฟจราจรนั่นเองค่ะ หรือ Er ist blau. แปลว่า เขาเมาแล้ว เป็นต้น

ขอบคุณภาพประกอบจากแม่แมว & น้องเวียงพิงค์

แหล่งที่มาของข้อมูล

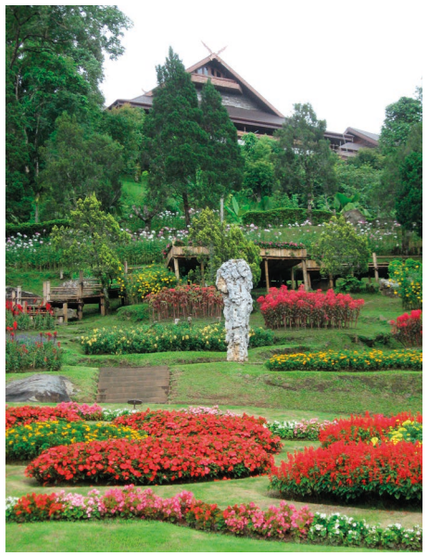
- http://www.duden.de/sprachwissen/rechtschreibregeln/Gro%C3%9F-%20und%20Kleinschreibung#K72
- http://www.deutschegrammatik20.de/adjektiv/adjektiv-deklination-unregelmaessig/

Dmag19.indd 25 30.08.14 17:45

โครงการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (4): โครงการพัฒนาดอยตุง ศูนย์วิจัยและพัฒนาชาน้ำมันและพืชน้ำมัน

– พัทยา เรือนแก้ว (ต่อจากฉบับที่แล้ว)

เราถึงสนามบินเชียงรายทุ่มกว่า ๆ มีรถโรงแรมมารับเช็คอินเรียบร้อยก็สองทุ่มกว่าแล้ว คืนนี้ไม่มีรายการอะไร ต่างแยกย้ายกันไปพักผ่อน น้องมลรับหน้าที่พาบก.ไทยต่างแดนกับดิฉันไปรับประทานอาหารเย็น(ดึก) ตามที่ท่านทูตฝากมาให้ดูแล เราเลือกร้านอาหารไทยพื้นเมืองภาคเหนือ อิ่มอร่อยแล้วก็กลับไปนอนเตรียมดูงานพรุ่งนี้



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

โครงการพัฒนาดอยตุง อันเนื่องมาจากพระราชดำริ ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2531 บนพื้นที่ดอยตุง จังหวัดเชียงราย ครอบคลุมพื้นที่ประมาณ 93,515 ไร่ ให้ประโยชน์แก่ชาวบ้านซึ่งเป็นชนเผ่า 6 เผ่า 29 หมู่บ้าน จำนวนประมาณ 11,000 คน ที่ในอดีตไม่มีสัญชาติ ดำรงชีพด้วยการแผ้วถางป่าเพื่อทำไร่เลื่อนลอย ที่ดินบนดอยนี้ในอดีตคือขุนเขาหัวโล้นเป็นแหล่งปลูกฝิ่น ที่หน่วยงานราชการเข้าไม่ถึง สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีได้เสด็จพระราชดำเนินเยือนดอยตุงเป็นครั้ง แรกเมื่อเดือนมกราคม พ.ศ. 2530 เมื่อพระชนมายุ 88 พรรษา ทรงเล็งเห็นปัญหาของชาวบ้านที่นี่และเริ่มโครงการพัฒนานี้ขึ้นมา ปรัชญาหลักของโครงการคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิต และส่งเสริมให้คนอยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างมีสำนึกและพึ่งพาอาศัยกัน

ม.ร.ว.ดิศนัดดา กล่าวถึงแนวคิดในการพัฒนาว่า “จะไม่ให้ปลาแก่ชาวบ้าน แต่จะให้เบ็ดตกปลา” หลักการในการทำงาน ก็คือ จะต้องเข้าไปหา เพื่อทำความเข้าใจถึงความเป็นอยู่ ความคิดของชาวบ้าน และให้ชาวบ้านเข้าใจเจ้าหน้าที่และโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของชุมชน ร่วมกันสร้างแนวทางการพัฒนา ดึงคนที่เคยปลูกฝิ่นเข้ามาเป็นบุคคลากรโครงการ รื้อฟื้นคืนชีวิตให้ป่า สร้างให้เกิดความรู้สึกรักและเป็นเจ้าของพื้นป่าเพื่อการอนุรักษ์ป่า ดิฉันฟังแล้วเหมือนได้กลับไปอยู่ในแวดวงถกเถียงถึงแนวคิดการพัฒนาชนบทเมื่อสมัยทำงานในหมู่บ้านหนึ่งของภาคอิสานเมื่อกว่า 30 ปี ล่วงมาแล้ว ที่พวกเราถือเป็นหลักในการทำงานว่า “เข้าไปหาเขา อยู่กับเขา เฝ้าเรียนรู้” คิดในใจว่าเออแนวคิดนี้ก็ยังคงทันสมัยอยู่ไหมนี่

หลักการที่สำคัญอีกประการของโครงการก็คือ โครงการต้องสามารถเลี้ยงตนเองได้ โดยไม่ต้องพึ่งงบประมาณจากภายนอก จึงเกิดการสร้างแบรนด์ดอยตุงเพื่อเป็นช่องทางหลักในการหาราย

Dmag19.indd 26 30.08.14 17:45

ได้สนับสนุน กิจกรรมต่าง ๆ อันประกอบ ด้วยหน่วยธุรกิจ 4 หน่วย ได้แก่ อาหาร หัตกรรม การเกษตร และการท่องเที่ยว ที่ทำให้โครงการพัฒนาดอยตุงฯ สามารถเลี้ยงตนเองได้ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2543 เป็นต้นมา

ระหว่างบรรยายก็มี กาแฟดอยตุง และแมกคาเดเมีย ให้ชิมด้วย จบการบรรยายเรากี็ไปชม “หอแห่งแรงบันดาลใจ” ที่เป็นเหมือนพิพิธภัณฑ์แสดงให้เห็นความเป็นมา แนวคิดหลักปรัชญาของโครงการ ก็ต้องดูอย่างผ่าน ๆ บ้าง เนื่องด้วยเวลาหลายต่อหลายอย่างที่ได้ฟังเมื่อสักครู่ก็กระจ่างมากขึ้นจากการชม หอฯ แห่งนี้แหละค่ะ จากนั้นเราก็ไปเดินชมความงามของพันธ์ไม้ในสวนแม่ฟ้าหลวง ก็แบบเดินผ่านไปแล้วมองความงาม เราเดินย้อนมาทางสำนักงานที่เราเข้าฟังบรรยาย ถึงเวลาอาหารกลางวันพอดี เรารับประทานอาหารที่ ศาลาลีลาวดี ที่นั่น ม.ร.ว.ดิศนัดดา ดิศสกุล มาร่วมรับประทานกับเราด้วย เพื่อตอบข้อคำถามที่ยังอาจค้างคา ในศาลาลีลาวดี มีผู้คนจากหลายมุมโลกมานั่งรับประทานอาหารอยู่ด้วย ล้วนเป็นคนหนุ่มสาวที่มาศึกษาดูงาน มาฝึกงาน รวมทั้งนักท่องเที่ยว ซึ่งก็คือรายได้ที่สำคัญของโครงการฯ

เสร็จอาหารอร่อย เราขึ้นรถเพื่อเดินทางต่อ ระหว่างทางก็แวะชมกิจกรรมของโครงการ อันได้แก่ โรงทอผ้า และผลิตภัณฑ์ผ้าฝ้าย รวมทั้งโรงคั่วกาแฟ ซึ่งมีร้านกาแฟสดให้บริการ คณะผู้ดูงานชาวเยอรมันก็ได้โอกาสลิ้มรสกาแฟหลังอาหาร

จุดหมายปลายทางต่อไปก็คือ หอฝิ่น อุทยานสามเหลี่ยมทองคำ ห่างจากอำเภอเชียงแสน 10 กิโลเมตร ที่ได้ชื่อนี้ก็คงเนื่องจากอยู่ไม่ไกลจากสามเหลี่ยมทองคำ เป็นบริเวณที่แม่น้ำเมยไหลมาบรรจบแม่น้ำโขง ตรงบริเวณนั้นกลางแม่น้ำโขงจะมีสันทรายเป็นเกาะมีรูปคล้ายสามเหลี่ยม เป็นรอยต่อของสามประเทศคือ ไทย ลาว และพม่า หรือจะเรียกว่าเมียนม่าร์ ตามรัฐบาลทหารก็ได้ ดินแดนแถบนี้ในอดีตคือแหล่งที่มาของเฮโรอินจำนวนมาก การลักลอบค้าฝิ่น และลำเลียงยาเสพติดเกิดขึ้นบริเวณนี้ จึงนับว่าเป็นความเหมาะเจาะที่มี หอฝิ่น ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นที่ประมาณ 250 ไร่ ล้อมรอบด้วยสวนอันสวยงาม หอฝิ่นเป็นศูนย์นิทรรศการแสดงประวัติความเป็นมาของฝิ่น คุณประโยชน์และมหันตภัยของยาเสพติดต่อเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม การนำเสนอเนื้อหาใช้เทคนิคมัลติมีเดียทันสมัย ไม่น่าเบื่อหน่ายได้ทั้งความรู้และบันเทิงไปด้วย

ความเป็นมาย้อนไปถึง กบฏนักมวยในประเทศจีน ความชั่วร้ายของเจ้าอาณานิคมอังกฤษ ที่เป็นต้นตอให้คนหันมาสูบฝิ่น เพียงเพื่อไม่ให้ประเทศตนเองขาดดุลการค้า และฝิ่นก็เข้ามาประเทศไทยได้ก็เพราะเจ้าอาณานิคมนี้นี่แหละ คณะผู้ดูงานชาวเยอรมันคุยกันว่า นี่หากว่าคนอังกฤษมาเห็นเข้าอยากรู้จังว่าจะยอมรับความจริงได้ไหม

เรามีเวลาชมนิทรรศการเพียงชั่วโมงเดียวก็ต้องจำลาออกมา ที่จริงดิฉันก็เคยผ่านมาแถบนี้หลายครั้ง แต่ก็ไม่ได้เข้าชมเพราะเห็นว่า ค่าเข้าชมค่อนข้างสูง แต่เมื่อดูเนื้อหา และเทคนิคที่ใช้ ค่าทนุบำรุงคงต้องสูงแน่ ๆ เพื่อให้แหล่งความรู้นี้คงอยู่ก็สมควรที่จะควักกระเป๋าจ่ายนะคะ

น้องมลพาคณะแวะชม สามเหลี่ยมทองคำ ก็นะอยู่ใกล้แค่นั้น ไม่แวะก็กระไร สามเหลี่ยมทองคำ เปลี่ยนไปอย่างมาก ดิฉันเคยไปครั้งแรกเมื่อสิบกว่าปีก่อน โดยขับรถจากเชียงแสนเลาะเลียบแม่น้ำโขง ริมโขงมีเพียงพุ่มไม้ สามารถเห็นทัศนียภาพของแม่น้ำโขงได้เกือบตลอดเส้นทาง ตรงรอยสามเหลี่ยม จะมีแท่นหินแสดงให้เห็นรอยต่อ ตรงรอยต่อผู้ที่มาเยือนสามารถชื่นชมกับธรรมชาติของสามเหลี่ยมทองคำได้ แต่สามเหลี่ยมทองคำที่เห็นในวันนั้น สองข้างทางเต็มไปด้วยร้านค้า บ้างก็สร้างอย่างถาวร บ้างก็เป็นเพิง มองไม่เห็นแม่น้ำโขงอีกแล้ว ตรงจุดที่เคยชื่นชมวิวสามเหลี่ยมทองคำมีพระพุทธรูปองค์โต มาประดิษฐานแทน ก็ได้แต่คิดในใจว่า นี่ละมังการท่องเที่ยวไทย

จากสามเหลี่ยมทองคำ คณะดูงานก็มุ่งหน้าเข้า อ.แม่สาย เพื่อดูงาน โครงการศูนย์วิจัยและพัฒนาชาน้ำมันและพืชน้ำมัน อ.แม่สาย จ.เชียงราย ซึ่งเป็นโครงการหนึ่งของมูลนิธิชัยพัฒนา เราได้รับการต้อนรับอย่างดีจากผู้อำนวยการศูนย์ เป็นผู้พาชมโครงการและบรรยายให้ทราบเกี่ยวกับโครงการ

โครงการศูนย์วิจัยฯนี้เป็นพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่ให้มีการศึกษาและทดลองปลูกชาน้ำมันจากประเทศจีนและพืชน้ำมันอื่น ๆ และเพื่อเป็นโรงงานผลิตน้ำมันจากเมล็ดชาและพืชน้ำมัน ผลิตน้ำมันคุณภาพสูงสำหรับการบริโภคและทำผลิตภัณฑ์ต่อเนื่อง อื่น ๆ เช่น โลชั่น น้ำมันนวด เป็นต้น ศูนย์วิจัยและพัฒนาชาน้ำมันและพืชน้ำมันแห่งนี้เป็นโรงงานต้นแบบที่เปิดให้เข้าชมได้ทุกจุดของการดำเนินงาน พื้นที่ทั้งหมดได้รับการออกแบบให้ใช้ประโยชน์ได้ทุกส่วน นอกจากนี้ด้านนอกของศูนย์ฯยังเปิดเป็นสวนสาธารณะ มีร้านอาหาร และร้านค้าที่สามารถจับจ่ายผลิตภัณฑ์ได้ด้วย อย่างไรก็ตาม โครงการปลูกชาน้ำมันนี้เริ่มขึ้นเมื่อปี 2551 ผลผลิตยังไม่พอเพียงกับการนำมาผลิต ผลิตภัณฑ์จากน้ำมันต้นชาจึงขาดช่วงบ้าง และยังต้องมีการสั่งซื้อเม็ดชาน้ำมันมาจากประเทศจีนบ้าง

พวกเราเดินดูกระบวนการผลิต ซึ่งน่าสนใจที่เดียว ตอนได้ยินชื่อก็นึกไม่ออกว่าจะเป็นอย่างไร คิดไปถึงชาที่เรา ๆ ท่าน ๆ ใช้ชงดื่ม แต่ปรากฏว่าชาน้ำมัน เป็นพืชคนละตระกูลหน้าตาไม่ได้มีส่วนละม้ายกับชาที่เราดื่มแต่ประการใด

ดูโรงงานแล้ว พวกเราก็แวะร้านของโครงการที่มีผลิตภัณฑ์ชาน้ำมัน ซื้อของฝากติดไม้ติดมือกันมา หนุ่มชาวเยอรมันที่ไม่ค่อยสนใจเรื่องซื้อของ ก็ไปนั่งจิบเบียร์รับลมเย็นที่ร้านอาหารของโครงการ รอคณะสุภาพสตรี เรารับประทานอาหารเย็นกันที่ร้านของโครงการฯ อิ่มหน่ำสำราญแล้วก็อำลาผู้อำนวยการโครงการฯ เดินทางกลับโรงแรมในตัวเมืองเชียงรายเมื่อพลบค่ำ

ข้อมูลเพิ่มเติม

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

Dmag19.indd 27 30.08.14 17:45

คุยข้ามทะเลกับ “พลอยชมพู” - แม่หน่อย

“พลอยชมพู” เด็กลูกครึ่งไทย-เยอรมัน ขวัญใจพี่ป้าน้าอาในประเทศเยอรมนี ก่อนที่น้องพลอยชมพูจะย้ายถิ่นฐานจากประเทศเยอรมนีไปอยู่ประเทศไทย หลายคนได้พบปะและพูดคุยกับเด็กน้อยคนนี้ จากวันนั้นมาถึงวันนี้ ชีวิตของเธอเปลี่ยนไปอย่างไร

ถาม: *ชื่อเล่น “พลอยชมพู” ใครตั้งให้คะ*

พลอยฯ : คุณแม่ตั้งค่ะ สมัยก่อนพลอยฯ ชอบเต้นเพลงของโฆษณาแม่พลอยเลยตั้งชื่อว่า พลอยเฉยๆ พอตอนหลังเพิ่มคำว่าชมพูเพราะแก้มแดงมากๆ และยังไม่มีใครชื่อนี้ค่ะ

ถาม: *ชื่อจริงเป็นชื่อไทย “ญานนีน ภารวี” มีความหมายว่าอย่างไรคะ*

พลอยฯ : ญานนีนเป็นชื่อฮีบรู/ฝรั่งเศส แปลว่า “พระเจ้าทรงเมตตา” ส่วน “ภารวี” เป็นชื่อกลางไทย แปลว่า “แสงแดด” ค่ะ

ถาม: *ช่วยเล่าชีวิตในวัยเด็กของน้องพลอยฯ ช่วงที่อยู่ในเยอรมนีด้วยค่ะ*

พลอยฯ : เมื่อครั้งพลอยฯ ยังเล็กอยู่และเรียนในเยอรมนีจะไม่ค่อยมีเพื่อนค่ะ โดยเฉพาะเพื่อนร่วมชั้นที่เป็นผู้หญิงจะไม่ค่อยมีใครอยากคบพลอยฯ มีเพื่อนสนิทที่เป็นผู้หญิงคนเดียวแต่จะมีเพื่อนผู้ชายมากกว่า เพื่อนๆ ที่คบ ส่วนใหญ่ก็เป็นคนต่างชาติเหมือนกัน เด็กคนอื่นๆ อาจจะเห็นว่าหน้าพลอยฯ ไม่เหมือนคนเยอรมัน ช่วงนั้นอ้วนด้วยแหละค่ะ เพื่อนในวัยเด็กของพลอยฯ แม้จะมีน้อยแต่เป็นเพื่อนที่ดีมากๆ ค่ะ

ถาม: *น้องพลอยฯ ยังติดต่อกับเพื่อนๆ ร่วมชั้นเรียนประถมที่เยอรมนีอยู่หรือเปล่าคะ*

พลอยฯ : ติดต่อกันทาง Facebook บ้าง แต่ไม่ค่อยได้คุยกันเท่าไหร่ค่ะ นานๆ ก็จะทักทายไปที คิดถึงค่ะ หากมีโอกาสได้กลับเยอรมันก็อยากจะแวะไปหาเพื่อนด้วย

ถาม: *น้องพลอยฯ ย้ายมาอยู่เมืองไทยได้กี่ปีแล้ว และปรับตัวลำบากไหมคะ*

พลอยฯ : เดือนกรกฎาคมปีนี้ก็จะครบ 4 ปีแล้วค่ะ ช่วงแรกๆ พลอยฯ ต้องปรับตัวเรื่องอาหารการกินบ้าง จะกินอะไรไม่ค่อยเป็น แต่ตอนนี้กินได้หมดค่ะ อาจจะมีไม่ชอบบ้างก็เป็นเรื่องปกติ ส่วนวัฒนธรรมที่เมืองไทยก็จะแตกต่างจากที่เยอรมนี เจอใครต้องไหว้ พลอยฯ ปรับตัวได้เร็วค่ะไม่ได้มีปัญหา

ถาม: *ตอนนี้น้องพลอยฯ เรียนอะไรและเรียนที่ไหนคะ*

พลอยฯ : ตอนนี้พลอยฯ เพิ่งจบม.3 เป็นการเรียนด้วยระบบการศึกษาทางไกลค่ะ และกำลังจะสอบเทียบ IGCSE (ระบบการศึกษาทางไกลของอังกฤษ) ถ้าหากสอบผ่านปีหน้าก็จบม.6 เลยค่ะ และกำลังเรียนสะสมหน่วยกิตของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราชด้วย เรียนคณะศิลปศาสตร์ วิชาเอกภาษาอังกฤษ สอบผ่านแล้ว 5 วิชา ได้เกียรตินิยมอันดับ 3 การเรียนของน้องพลอยฯ ทั้งหมดที่เล่ามานี้เรียนอยู่ที่บ้านค่ะ

ถาม: *ทราบมาว่า น้องพลอยฯ พูดได้หลายภาษา มีภาษาอะไรบ้างคะ*

พลอยฯ : ที่คลองๆ จะมี 3 ภาษา คือ ไทย เยอรมัน และอังกฤษค่ะ เคยเรียนภาษาจีนด้วย นิดหน่อยได้แค่คำทักทายธรรมดาค่ะ

ถาม: *น้องพลอยฯ เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของบริษัทแกรมมี่ได้อย่างไรคะ*

พลอยฯ : พลอยฯ เข้าร่วมการประกวดร้องเพลงรายการ "ชิงกิ้งคิดส์" พอเทปแรกออก บริษัทแกรมมี่ได้ชมรายการฯ และสนใจการร้องเพลงของพลอยฯ จึงติดต่อไปที่รายการฯ ค่ะ หลังจากนั้นก็ได้ไปออดิชั่นกับแกรมมี่ ต่อมาจึงเซ็นสัญญากันค่ะ

ถาม: *หากให้เลือก น้องพลอยฯ ชอบร้องเพลงหรือชอบแสดงภาพยนต์คะ*

Dmag19.indd 28 30.08.14 17:46

พลอยฯ : เลือกร้องเพลงค่ะ เพราะการเป็นนักร้องได้เป็นตัวของตัวเอง ไม่เหมือนนักแสดงที่ต้องคอยสวมบทบาทเป็นคนอื่น อยากให้คนรู้จักพลอยฯ ในสิ่งที่พลอยฯเป็น ไม่ใช่ในสิ่งที่พลอยฯ แสดงค่ะ

ถาม: *คิดอย่างไรกับวงการบันเทิง เตรียมรับกับความไม่เป็นส่วนตัวบ้างหรือยังคะ*

พลอยฯ : เมื่อเป็นคนของประชาชนแล้วก็ต้องเข้าใจว่าแฟนคลับหรือคนทั่วไปก็อยากรู้เรื่องของเรา เวลาทำอะไรก็ต้องระวังให้ดีเพราะแค่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็อาจจะเป็นข่าวได้ บางทีโดนใส่ร้ายก็มี แต่ถ้าอยากทำงานนี้จริงๆ ก็ต้องเตรียมใจค่ะ เพราะเรื่องมันเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และบางเรื่องอาจจะถึงขั้นรับไม่ได้ก็เป็นได้ ตอนนี้ก็ยังไม่มีปัญหาอะไรกับเรื่องนี้เพราะปกติเวลาทำอะไร คุยกับใครก็จะระวัง จะพยายามรักษาน้ำใจอยู่แล้วค่ะ และเราต้องทำตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีด้วย แฟนคลับของพลอยฯ ส่วนมากจะเป็นเด็กเล็กและวัยรุ่นค่ะ

ถาม: *น้องพลอยฯ มีวิธีแบ่งเวลาอย่างไร เพราะต้องทำงานและเรียนด้วยนะคะ*

พลอยฯ : วันไหนอยู่บ้านเต็มวันก็จะต้องอ่านหนังสือค่ะ ไม่ว่าจะเป็นวันเสาร์หรือวันอาทิตย์ เพราะวันอื่นๆ พลอยฯ จะต้องเข้าไปที่บริษัทแกรมมี่ทั้งวันเพื่อเรียนร้องและเต้นหรืออัดเพลงบ้าง จะไม่มีเวลาอ่านหนังสือค่ะ

ถาม: *นิยามการทำงานของน้องพลอยคืออะไรคะ*

พลอยฯ : จะทำงานอะไร ถึงเหนื่อยแค่ไหน ถ้าใจรัก งานก็จะสำเร็จ

ถาม: *รูปของน้องพลอยแทบทุกรูปแสดงให้เห็นถึงคนที่มีอารมณ์ดีและร่าเริง น้องพลอยเคยโกรธใครบ้างไหมคะ*

พลอยฯ : ปกติพลอยฯ เป็นคนอารมณ์ดี ไม่ค่อยโกรธใครเท่าไหร่ น้อยครั้งที่จะโกรธใครและเวลาโกรธไม่ค่อยแสดงออกแบบรุนแรง แต่ก็มีบ้างเพราะถึงอย่างไร ก็ยังเป็นคนธรรมดานี่แหละค่ะ ไม่ได้ต่างจากคนอื่นๆ

ถาม: *ต้นแบบของน้องพลอยฯ คือใครคะ*

พลอยฯ : คนแรกคือคุณแม่ค่ะ เพราะรู้สึกว่าคุณแม่เก่งมากๆ บริหารได้ดีทุกเรื่อง ดูแลทุกคนในครอบครัวดี และยังแต่งเพลงเพราะอีกด้วย พี่แสตมป์ก็เป็นอีกคนหนึ่งที่พลอยฯ ชื่นชอบเพราะแต่งเพลงได้ถูกใจมากๆ และหวังว่าสักวันหนึ่งจะได้ร่วมงานด้วย ส่วนไอดอลในการร้องเพลงก็จะมีพี่ดา เอ็นโดรฟินกับพี่บอย พีซเมเกอร์ เพราะพี่ๆ ร้องเพลงเก่งและมีเอกลักษณ์มากๆ ยังมีต้นแบบอีกหลายคนที่พลอยฯ ชอบแต่คงเขียนไม่หมดค่ะ

ถาม: *ความปรารถนาของน้องพลอยฯ สามข้อ น้องพลอยฯ จะปรารถนาอะไรเอ่ย*

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

ประวัติโดยย่อของน้องพลอย

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

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

การศึกษา:

- 2546-2549: เรียนอนุบาลที่เซ้นท์มาติน เมืองสไตน์เฟิร์ต ประเทศเยอรมนี
- 2549-2553: เรียนชั้นประถม (ป.1-ป.4) ที่โรงเรียนเรเก่นโบเก่นชูเล เมืองสไตน์เฟิร์ต (Steinfurt) ประเทศเยอรมนี
- 2553-2555: เรียนชั้นประถม (ป.5-ป.6) โดยทำโฮมสคูล (เรียนที่บ้าน)
- 2554-25xx: เริ่มเรียนปริญญาตรีล่วงหน้า “สัมฤทธิบัตร” มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช คณะศิลปศาสตร์ วิชาเอกอังกฤษ (ในปีนี้ 2556 ได้เรียนล่วงหน้าไปประมาณ 1 ปีแล้ว) เธอวางแผนจะจบระดับปริญญาตรีในปี 2560
- 2555-2556: เรียนชั้นมัธยมต้น ม1-ม.3 กับสถาบันการศึกษาทางไกลและจะจบระดับมัธยมต้นในเดือนมีนาคม 2557
- 2557-2558: เธอจะเข้าสอบ IGCSE (การศึกษานอกโรงเรียนของอังกฤษ โดยมหาวิทยาลัยแคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ) หากสอบผ่านตามแผนเธอจะจบชั้นมัธยมปลายในต้นปี 2558

ผลงานในวงการบันเทิง

ตั้งแต่ปี 2553 Jannina W ได้เข้าสู่วงการบันเทิงไทย โดยผ่านโมเดลลิง เธอได้แสดงภาพยนตร์โฆษณาและได้เข้าร่วมการประกวดหนูน้อยนพมาศและหนูน้อยสงกรานต์ด้วย

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

ในเดือนกันยายน เธอได้ร่วมแสดงมิวสิควีดีโอเพลง “ไกลแค่ไหนคือใกล้ “ ของวง Getsunova จากการแสดงในครั้งนี้ทำให้เธอเป็นที่รู้จักในเวลาอันสั้นและเธอได้ร่วมร้องเพลง “ไกลแค่ไหนคือใกล้” เวอร์ชั่นพิเศษ ทำให้เธอมีชื่อเสียงและเป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้นไปอีก (www.youtube.com)

ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2555 เธอก็ได้เป็นศิลปินในสังกัดของบริษัทแกรมมี่ (www.gmmgrammy.com)

และเธอเริ่มเรียนร้องเพลงกับครูที่เชี่ยวชาญด้านการใช้เสียงตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2555 และยังได้ฝึกฝนทักษะอื่นๆ เช่นการแสดง การเต้น ด้วย และเพราะว่าเธอรักการร้องเพลง เธอจึงสร้างช่องยูทูปชื่อ Jannina W เพื่อร้องเพลงให้แฟนคลับฟัง และรักษาความใกล้ชิดให้แฟนคลับได้ติดตามผลงานของเธอในระหว่างที่เธอเป็นศิลปินฝึกหัดและไม่มีผลงานการแสดงใดๆ ในเดือนมิถุนายนนี้ ช่องยูทูปของเธอมีผู้ติดตามเกือบ 5 แสนคนภายในเวลาเพียง 15 เดือน

(ข้อมูลบทสัมภาษณ์ รวบรวมมาจากแฟนเพจของน้องพลอยชมพู - www.facebook.com/Bankkyfoto)

กราฟฟิตี้ (Graffiti) งานศิลป์หรือการทำลายล้าง – เพลงกระบี่ฯ

ผู้เขียนเชื่อแน่ว่าหลายท่านหรืออาจจะทุกท่านต้องเคยเห็นภาพที่พ่นด้วยสีสเปรย์หรือรอยขูดขีดเขียนในพื้นที่สาธารณะ เช่น บนกำแพงตึก สถานีรถไฟ รถไฟ รถบัส ตู้โทรศัพท์ ผนังตึกร้าง ถนนข้างทาง สะพานลอย เสาไฟฟ้า หรือในพื้นที่ส่วนตัว แม้กระทั่งในที่ที่ไม่น่าเชื่อว่าจะปีนป่ายไปพ่นสีสเปรย์ได้ ภาพเหล่านั้นมักมีลวดลายและสีสันที่เห็นเด่นชัด หรือเป็นภาพประหลาดๆ ที่มีตั้งแต่ภาพล้อเลียน ภาพสัตว์ ภาพการ์ตูน ตัวอักษร สัญลักษณ์ หรือภาพที่ดูไม่ออกว่าเป็นภาพอะไรกันแน่ ส่วนตรงมุมใดมุมหนึ่งของภาพเหล่านั้นจะมีการพ่นชื่อ นามแฝง หรือกลุ่มกำกับไว้ด้วย ดังเช่นที่นักวาดภาพทั่วไปนิยมทำกัน บางภาพดูเลอะเทอะจนน่าเวียนหัว แต่บางภาพก็อาจสวยงามน่าทึ่ง และน่าจะมีคนจำนวนไม่น้อยที่อาจตั้งคำถามในใจว่าผลงานดังกล่าว “เป็นงานศิลป์” หรือ “เป็นการทำลายสมบัติสาธารณะ” กันแน่

ภาพที่กล่าวมาข้างต้นนั้นเรียกกันว่า “กราฟฟิตี้” (graffiti) ปัจจุบันกลุ่มที่นิยมพ่นสีสเปรย์หรือขูดขีดเขียนบนกำแพงนั้นส่วนใหญ่มักเป็น “วัยจ๊าบ” “วัยโจ๋” หรือกลุ่มคนที่เรียกตนเองว่า “ศิลปินข้างถนน” การพ่นสีสเปรย์และการขูดขีดเขียนสำหรับพวกเขาถือเป็นการสร้างงานศิลปะ แต่อาจเป็นศิลปะต้องห้ามเป็นวัฒนธรรมนอกกระแส ที่เปรียบเสมือน “ขบถ” เป็นศิลปะที่ต้องอาศัยการหลบซ่อน และไม่เปิดเผยตัวผู้ลงมือกระทำ ผลงานส่วนใหญ่ที่พวกเขาสร้างสรรค์นั้นจะปรากฏทั้งในพื้นที่ส่วนบุคคลและพื้นที่สาธารณะที่อาจเสี่ยงหากมีคนมาพบเห็นขณะที่กำลังสร้างผลงานอยู่ การทำงานแต่ละครั้งจึงต้องลงมืออย่างรวดเร็วและแม่นยำ เพราะเป็นเรื่องที่ท้าทายอำนาจของเจ้าหน้าที่รัฐ และอาจจะเป็นเพราะความเสี่ยงนี่เองที่ก่อให้เกิดความสุข เกิดเป็นแรงขับให้เจ้าของผลงานรู้สึกปลาบปลื้มและภูมิใจว่าตัวเองนั้น “เจ๋ง” ยิ่งนัก

Dmag49.indd 30 30.08.14 17:48

ตามประวัติแล้วงานกราฟฟิตี้ไม่ใช่ของใหม่ ว่ากันว่ามีความเป็นมายาวนานในประวัติศาสตร์ ตั้งแต่ยุคอียิปต์โบราณ โดยอาจพบเห็นภาพรอยขูดขีดตามหลุมฝังศพ ในวัด ตามหน้าผา และบนรูปปั้นต่างๆ เรื่องราวที่ปรากฏนั้นมักเกี่ยวโยงกับศาสนา เทพเจ้าแห่งสงคราม ความเชื่อ ชีวิตความเป็นอยู่ ประสบการณ์ และคำอวยพร กราฟฟิตี้ในยุคโบราณไม่ได้มีภาพลักษณ์ของการทำลายสมบัติสาธารณะ ตรงกันข้ามเราอาจพบเห็นกราฟฟิตี้ตามสนามประลองในยุคโรมันหรือศาสนสถานต่างๆ คล้ายกับเป็นพื้นที่ให้ศิลปินได้มีโอกาสฝึกฝนงานด้านนี้

เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไปมุมมองเกี่ยวกับกราฟฟิตี้ก็เปลี่ยนไปเช่นกัน ว่ากันว่างานกราฟฟิตี้ที่ถือเป็นเรื่อง “ต้องห้าม” ครั้งแรกนั้นเกิดขึ้นในปี 1830 ที่กรุงปารีส เมื่อเด็กชายข้างถนนเริ่มขูดขีดเขียนและพ่นสีต่างๆ ในที่สาธารณะ จนงานศิลป์ดังกล่าวได้รับความนิยมจนแพร่กระจายไปอย่างรวดเร็วในหมู่นักเรียนนักศึกษา นักโบราณคดี หรือแม้กระทั่งนักวิจัย การขูดขีดเขียนและการพ่นสีนี้มีให้เห็นในพื้นที่โล่งทั่วไปจนแทบไม่มีที่ว่างหลงเหลือ นั่นจึงเป็นที่มาของการห้ามและถือเป็นเรื่องผิดกฎหมายที่ปรากฏชัดเจนเป็นครั้งแรก

ในปัจจุบันอาจพบเห็นกราฟฟิตี้แทบทุกที่และทุกเมือง หากมองในมุมศิลปะ การขูดขีดเขียนและการพ่นสีใน “พื้นที่ที่เป็นที่เป็นทาง” หมายถึงในที่ที่ได้รับอนุญาต เหมาะสม หรือการจัดนิทรรศการศิลปิน “นักขูดขีดเขียนและพ่นสี” เหล่านี้ก็สามารถมีชื่อเสียงและสร้างรายได้ให้ตัวเองได้ไม่น้อยเลย แต่ทว่าหากนักขูดขีดเขียนและพ่นสีเหล่านั้นมองว่าตนเองเป็น “ศิลปินผู้ท้าทาย” การขูดขีดเขียนและการพ่นสีนั้นสามารถทำได้ตามใจปรารถนา การสร้างผลงานต้องเสี่ยง ท้าทาย และต้องเป็นพื้นที่สาธารณะหรือพื้นที่ต้องห้ามเท่านั้น ผู้เขียนมองว่าผลงานเหล่านั้นก็ดูไม่ต่างอะไรกับภาพขูดขีดเขียนของพวกมือบอน และการกระทำดังกล่าวนี้อาจถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย

ในประเทศเยอรมนี การขูดขีดเขียนและการพ่นสีสเปรย์ในที่สาธารณะเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายร้ายแรง และเป็นการทำลายทรัพย์สมบัติส่วนรวมที่ถือว่ามีโทษหนัก

มาลองดูกันนะคะว่าโทษของการพ่นขูดขีดเขียนในที่สาธารณะนั้นเป็นอย่างไร

ผู้ที่ลงมือฉีด พ่น ขูด ขีดโดยไม่ได้รับอนุญาต ถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายซึ่งไม่เพียงแต่จะถูกลงโทษทางกฎหมาย แต่ต้องรับผิดชอบต่อความเสียหายที่เกิดขึ้นในพื้นที่เหล่านั้นเป็นจำนวนเงินมหาศาลอีกด้วย ผู้กระทำผิดที่มีอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป หากถูกจับได้จะต้องรับโทษและชดใช้ค่าเสียหายไปจนถึงอายุ 46 ปีเลยทีเดียว ซึ่งถือเป็นคดีแพ่งที่ผู้กระทำผิดต้องชดใช้ยาวนานถึง 30 ปี

กฎหมายทั่วไปมีบทลงโทษเด็กและเยาวชน (อายุระหว่าง 16-21 ปี) ที่กระทำผิดกฎหมาย ดังนี้

ให้การอบรมและสั่งสอนกฎระเบียบด้านวินัย ให้ความรู้ในเรื่องการกระทำที่ถูกต้อง และสิ่งที่ห้ามกระทำ หรือให้ความช่วยเหลือในด้านวินัยและความประพฤติ

ควบคุมความประพฤติโดยการตักเตือนหรือให้กระทำการสำนึกผิด เช่น ให้ขอโทษ ให้ทำงานที่ได้รับมอบหมาย ให้บริจาคเงินช่วยเหลือสาธารณกุศล เป็นต้น หรือถูกควบคุมตัวโดยรวมไม่เกิน 4 สัปดาห์

ถูกลงโทษจำคุกในคุกเยาวชน (ระหว่าง 6 เดือน ถึง 5 ปี)

เด็ก (อายุต่ำกว่า 14 ปี) แม้จะไม่ได้รับบทลงโทษให้เป็นผู้ผิดตามกฎหมาย แต่ก็จะได้รับบทลงโทษสำหรับผู้เยาว์ และผู้ที่รับผิดชอบเต็มที่ก็คือผู้ปกครอง

ในการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนมีโทษทั้งทางคดีแพ่ง และคดีอาญา ซึ่งการลงโทษจะขึ้นอยู่กับอายุของผู้กระทำผิด ในคดีแพ่งเด็กเล็กจนถึงอายุ 7 ขวบ จะไม่มีความผิด (เป็นของตนเอง) ในส่วนของคดีอาญา เด็กเล็กไปจนถึงอายุ 14 ปี จะลงโทษตามบทลงโทษผู้เยาว์ อายุ 18 จนถึง 21 ปีจะลงโทษตามกฎหมายเยาวชน และอายุตั้งแต่ 21 ปีจะถือเป็นผู้ใหญ่ บทลงโทษจะถือตามกฎหมายทั่วไป

น้องๆ ขาโจ๋ วัยจ๊าบ หรือแก๊งส์ขูดเขียนและพ่นสีสเปรย์จึงพึงระลึกไว้เสมอว่า การพ่นกำแพงด้วยอารมณ์เพียงนึกสนุก ได้ทำอะไรที่เสี่ยงและท้าทายนั้น อาจเป็นเพียงความสุขชั่วครู่ชั่วยามสุดท้ายจะไม่จบลงอย่างสวยงามแบบภาพที่พ่นขูดขีดลงไปบนพื้นที่ต้องห้าม แต่อาจจบลงแบบยุ่งเหยิงเหมือนภาพบางภาพที่พ่นลงไป เพราะหากถูกจับได้แล้วอาจจะต้องเสียเงิน เสียประวัติแล้วยังแทบจะเสียอนาคตเลยทีเดียว ก่อนลงมือสร้างงานกราฟฟิตี้ที่ใด ขอให้หยุดคิดสักนิด ชั่งใจสักหน่อยว่าผลที่ได้คุ้มเสียหรือไม่ เพราะศิลปะที่ตอบสนองความสะใจอาจกลายเป็นตัวทำลายอนาคตของตนเองก็เป็นได้

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

อยากจะบอกใครสักคน - หนูพัด ลูกพ่อเพิ่ม

ช่วงที่ผ่านมา ผู้เขียนมีภาระกิจที่ต้องนั่งเครื่องบินไปๆ มาๆ บ่อยครั้ง และเพื่อเป็นการสนับสนุนสายการบินแห่งชาติ ก็เลยบินด้วยการบินไทย ที่ไม่รู้ว่าใครรักใครเท่าฟ้า..

แหล่งภาพ http://mujeractual.pe

เครื่องของการบินไทยในช่วงหลังๆ ที่ผ่านมามีการปรับปรุงให้ทันสมัย และที่หลายต่อหลายคนตื่นเต้นก็คือเจ้าเครื่องบินสองชั้น Airbus A 380 ลำใหญ่โตที่การบินไทยใช้บินไปมาระหว่างสนามบินสุวรรณภูมิ และฟรังฟวร์ท เจ้าเครื่องนี้ผู้เขียนก็ได้ใช้บริการทุกครั้งที่บินเข้าประเทศไทย หนึ่งในสิ่งที่ทันสมัยของเครื่องบินก็คือ ระบบบริการด้านบังเทิง ที่มีทั้งภาพยนต์ วีดีโอ รายการวิทยุ เพลงต่างๆ และในส่วนของเพลงผู้โดยสารยังสามารถสร้าง play list ของตัวเองได้ด้วย ผู้เขียนนั้นชอบฟังเพลง พอขึ้นเครื่องก็มักจะหาเพลงแล้วทำ play list ไว้ฟังเพลงโปรด ก็เพราะนั่งเครื่องบินบ่อยนี่แหละ เลยพบว่าเพลงต่างๆ ที่นำเสนอนั้น ไม่ได้อยู่ถาวร แต่มีการสับเปลี่ยนไปมา

น่าจะประมาณตั้งแต่ต้นปีนี้ละมังที่จะมีเพลงชุดของการบินไทย เป็นเพลงไทยที่จะจัดเป็นหมวดหมู่ ทั้ง รัก ช้ำ และอื่นๆ ผู้เขียนพบเพลงหนึ่ง ชื่อเพลงดูคุ้นเคย เปิดฟังก็จำได้ว่าเป็นเพลงที่กัลยาณมิตรมือกีตาร์ฝีมือปรมาจารย์ (อันนี้รุ่นพี่คนหนึ่งให้ฉายา) เคยเปิดให้ฟังเมื่อครั้งกลับไปเยือนบ้านหลังจากเดินทางไกลกว่าปี เป็นเพลงร็อก ที่ในปีพ.ศ. 2529 ออกจะเป็นเพลงแนวใหม่สำหรับสังคมไทย อยู่ในอัลบั้มชื่อ ร็อก เล็ก เล็ก ศิลปินคือวงไมโคร นักร้องนำคือ อำพล ลำพูน ซึ่งโด่งดังจากบท น้ำพุ ที่ทำให้ อำพล ลำพูน ได้รับรางวัลตุ๊กตาทอง และสุพรรณหงส์ รวมทั้งรางวัลดารานำชายดีเด่นในงานเทศกาลภาพยนต์นานาชาติเอเชีย-แปซิฟิค ภาพยนต์นี้สร้างจากนวนิยายอิงชีวิตจริง “พระจันทร์สีน้ำเงิน” ซึ่งได้รับรางวัลยอดเยี่ยมจากสัปดาห์หนังสือแห่งชาติปี 2519 บทประพันธ์ของสุวรรณี สุคนธา ผู้อ่านที่อยู่ในรุ่นราวคราวเดียวกับผู้เขียน (ขออนุญาตไม่บอกอายุนะคะ แต่จะพยายามคำนวณเองจากปีก็ไม่ว่ากัน) คงจำหนุ่มรูปงามคนนี้ได้ดี

ดนตรีนำของเพลงหนักแน่นตามสไตล์ร็อก วันนั้นบนเครื่องบินผู้เขียนจำเนื้อเพลงไม่ได้ เพราะนานมากแล้วที่กัลยาณมิตรเปิดให้ฟัง บทเพลงขึ้นต้นว่า

หนใดที่ใจเหงา ทุกคราวที่เราท้อ
ขอเพียงแต่มีแค่ใครคนหนึ่ง
ทุกข์จนสุดทนไหว ร้อนรนขึ้นยามใด
อยากจะบอกใครสักคน (ต่อด้วย)
ถึงใครต่อใครเขา เห็นเราหมดความหมาย
ขอเพียงแต่มีแค่ใครคนหนึ่ง
ถึงวันที่สับสน ทุกข์ทนอยู่ในใจ
อยากจะบอกใครสักคน

เนื้อเพลงบอกอย่างตรงไปตรงมา ให้เห็นว่า คนเราในยามที่ทุกข์ร้อน ท้อแท้ ก็อยากที่จะบอกเล่าระบาย สิ่งที่ทุกข์ร้อนให้ใครสักคนฟัง และก็ไม่ใช่เฉพาะในเวลาที่เศร้าสร้อยเท่านั้น แม้นแต่ในเวลาที่มีความสุข ประสพความสำเร็จ เราก็อยากบอก อยากเล่า ให้มีคนร่วมยินดีกับเรา

ถึงคราวที่สดใส ครั้งใดที่สุขสม
ขอคนชื่นชมแค่เพียงคนหนึ่ง
ถึงวันที่มองฟ้า คว้าดาวได้ดังใจ
อยากจะบอกใครสักคน

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

Dmag19.indd 32 30.08.14 17:46

เพียงคนเดียวจริง ๆ ที่ขอไว้เป็นเพื่อน
เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ
มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสนล้านที่บนโลก
เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม
อยากจะบอกใครสักคน

แต่ความจริงที่ยิ่งกว่าจริง ก็คือ ทั้งๆ ที่มีเพื่อนมีคนรู้จักมากมาย แต่บ่อยครั้งเวลาที่ต้องการคุย ต้องการบอกเล่า ก็ดูเหมือนจะมองหาใครไม่ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโลกปัจจุบัน ที่อะไรต่ออะไรดูเร่งรีบ ทุกคนมีภาระ มีหน้าที่ มกหมุ่นอยู่กับปัญหาหนักหน่วงของตนเอง ไม่มีเวลา (หรือไม่ให้เวลา) ไม่ใส่ใจ กับคนรอบข้าง

การที่จะหา “คนฟัง” ที่ดี ที่พยายามฟังอย่างตั้งใจ ใส่ใจ ท้วงติง ร่วมเศร้า และ ยินดี ไปด้วยอย่างจริงใจ ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย สังคมไทยในเยอรมนี ก็คงไม่ต่างกัน

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

เคยไหม เมื่อเราเอ่ยปากเล่าเรื่องทุกข์ใจ เพื่อนก็เอ่ยขึ้นโดยยังไม่รอให้เราเล่าจบ อาจด้วยคำปลอบ หรือไม่ก็เล่าเรื่องทุกข์ของตนเองให้เราฟังแทน

เคยไหม เมื่อเราดีใจที่สามีได้เลื่อนขั้น มีเงินเดือนเยอะขึ้น พอเล่าให้เพื่อนฟัง เพื่อนก็รีบบอกว่า “จะมาเปรียบเทียบกับสามีพี่ไม่ได้หรอก”

เคยไหม ที่เรากำลังเล่าเรื่องอะไรอยู่ แล้วเพื่อนก็ตัดบทไปพูดเรื่องอื่น โดยที่เรายังเล่าค้าง

ประสบการณ์ดังข้างบนนี้ หลายคนคงเคยพบเห็น มีประสบการณ์ตรง เมื่อพบกับเหตุการณ์เหล่านี้ ความรู้สึกของเราก็คงไม่ต่างไปจากบทเพลงที่ว่า อยากจะบอกใครสักคน หรือ ขอเพียงคนเดียวที่เป็นเพื่อน แล้วจะมีใครบ้างไหมที่พร้อมจะให้เราบอก พร้อมที่จะฟังเรา

การฟังโดยปล่อยวาง อย่างมีเมตตา จึงนับว่าสำคัญ เป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถทำให้ คนอื่นมีความสุข หรือช่วยบรรเทาทุกข์ เพราะหลายๆ คนต้องการเพียงระบายความในใจ ต้องการคนที่จะร่วมโห่ร้องยินดี แค่อยากบอกใครสักคนเท่านั้น เท่านั้นจริงๆ คุณๆ ก็คงเคยมีอารมณ์แบบนี้บ้างในบางครั้ง

ปัจจุบันมีโครงการฝึกอบรมมากมาก โดยเฉพาะฝึกการพูด พูดให้ดี ให้เก่ง แต่ไม่เคยพบการฝึก การฟัง ผู้เขียนลองค้นๆ ในอินเตอร์เน็ท จะมีบทความมากมายให้คำอรรถาธิบายว่า การฟัง คืออะไร ประกอบด้วยอะไรบ้าง สรรพคุณของการฟังนั้นคืออะไร แต่เกือบไม่มีที่จะชี้แนะถึงวิธีการว่า การฟัง จะฝึกได้อย่างไร

ผู้เขียนเคยพยายามฝึกฟัง ตอนที่ทำงานวิจัย โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงบรรยาย (narrative interview) บรรยายนี้หมายถึงว่า เราถามแล้วให้ผู้ที่เราสัมภาษณ์บรรยาย และหากว่าผู้ให้สัมภาษณ์ยังบรรยายไม่จบ ห้ามถาม หรือพูดแทรกเป็นอันขาด สิ่งที่ทำได้คือ ตั้งใจฟัง สบตา พยักหน้าว่าคล้อยตาม อาจมีเสียง อืม อืม ได้ บางครั้งผู้สัมภาษณ์พูดยาวเกือบชั่วโมงก็มี ซึ่งอากัปกิริยาเหล่านี้ ซึ่งก็ไม่ใช่อะไร ก็คือ การฟังนั่นเองที่จูงใจให้ผู้พูดบรรยายสิ่งต่างๆ ในใจออกมา

มีบทความหนึ่งกล่าวว่า การทำสมาธิ ก็ถือเป็นการฝึกการฟังอย่างหนึ่ง นั่นคือฝึกฟังเสียงความเงียบ การฟัง อาจเป็นเหมือนของขวัญทั้งแก่ ผู้พูด และ ผู้ฟัง เพราะ

การฟัง คือการเปิดรับความคิดทุกอย่าง ทุกเรื่อง ทุกประสบการณ์ ทุกหนทางแก้ไข โดยไม่ตัดสิน ไม่ตีความ แต่ปล่อยให้อีกฝ่ายมีเวลาที่จะค้นพบหนทาง ของตัวเอง การใส่ใจฟังคนหนึ่ง ที่กำลังทุกข์ ทรมาน มิใช่การแสวงหาวิธีแก้ไขปัญหา หรือให้คำอธิบายถึงความทุกข์ของเขา แต่เปิดโอกาสให้เขา ได้พูด และพบหนทางของเขา ที่จะปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระ

การฟัง คือ การให้สิ่งที่เราเองอาจจะไม่เคยได้รับมาก่อน นั่นคือ ความใส่ใจ เวลา และการอยู่ใกล้ๆ ด้วยความรัก มาหัดเป็นผู้ฟังที่ดีกันนะคะ

เพลง อยากจะบอกใครสักคน

หนใดที่ใจเหงาทุกคราวที่เราท้อ
ขอเพียงแต่มี แค่ใครคนหนึ่ง
ทุกข์จนสุดทนไหวร้อนรนขึ้นยามใด
อยากจะบอกใครสักคน
ถึงใครต่อใครเขาเห็นเราหมดความหมาย
ขอเพียงแต่มี แค่ใครคนหนึ่ง
ถึงวันที่สับสนทุกข์ทนอยู่ในใจ
อยากจะบอกใครสักคน
สักคน ที่จะรู้ สักคน จะได้ไหม สักคน
ถึงคราวที่สดใสครั้งใดที่สุขสม
ขอคนชื่นชม แค่เพียงคนหนึ่ง
ถึงวันที่มองฟ้าคว้าดาวได้ดังใจ
อยากจะบอกใคร สัก คน
ใจเรามันเป็นเพียงแต่เนื้อแค่ก้อนหนึ่ง
มันจึงมีเวลา จะอ่อน แอ
เพียงตัวเราลำพังอ้างว้าง ไร้ทางแก้
จึงจำใจอมทน เก็บไว้
แต่อยากจะบอกใครสักคน
เพียงคนเดียวจริง ๆ ที่ขอ ไว้เป็นเพื่อน
เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ
มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสน ล้านที่บนโลก
เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม
อยากจะบอกใคร สัก คน
สักคน ที่จะรู้สักคน จะได้ไหม สักคน
เพียงคนเดียวจริง ๆ ที่ขอ ไว้เป็นเพื่อน
เพียงคนเดียวคอยเตือนและเข้าใจ
มีคนเป็นพัน ๆ หมื่นแสน ล้านที่บนโลก
เพียงคนเดียวจะมีบ้างไหม
อยากจะบอกใคร สัก คน
ก็อยากจะบอกใคร สักคน
อยากจะบอกใคร สักคน
อยากจะบอกใคร สักคน

Dmag19.indd 33 30.08.14 17:46

หนึ่งร้อยปีสงครามโลกครั้งที่ 1 ตอนที่ 2 - พจนา วีแอนเดน

ปัญหาการขาดแคลนเครื่องอุปโภคบริโภคเป็นหนึ่งในสาเหตุหลักของการพ่ายแพ้สงครามของกองทัพเยอรมันในสงครามโลกครั้งที่1 เหตุผลคืออะไร คิฉันจะเรียบเรียงถึงสภาพการณ์ทางการเมือง เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรมของสังคมเยอรมันในช่วงศตวรรษที่ 19 โดยจะแบ่งบทความออกเป็นสองช่วง ช่วงแรกคือ การอธิบายถึงวิถีและสภาพการเปลี่ยนแปลงทั้งรูปแบบและพฤติกรรมการบริโภคของคนเยอรมันในช่วงเวลาระหว่างศตวรรษที่ 18 ถึง 19 ในบทความช่วงที่สอง คิฉันจะลำดับเหตุการณ์โดยคร่าว เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจภาพโดยรวมและมองเห็นถึงพัฒนาการของปัญหาการขาดแคลนเครื่องอุปโภคบริโภคในช่วงเวลาสงครามโลกครั้งที่ 1

1. ศตวรรษที่18 ถึง 19 จุดเปลี่ยนวัฒนธรรมการบริโภคของคนเยอรมัน

พฤติกรรมการบริโภคของคนเยอรมันในช่วงระหว่างศตวรรษที่ 18 ถึง 19 ถือว่าเป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญยิ่ง เพราะสังคมทั้งระบบเปลี่ยนรูปแบบจากสังคมกสิกรรมเข้าสู่สังคมอุตสาหกรรมในทุกด้าน (Industrialisierung) เริ่มจาก การย้ายถิ่นฐานเข้าเมืองใหญ่เพื่อหางานทำ บทบาทของสตรีที่เปลี่ยนจากแม่บ้านเป็นการพึ่งพาตนเอง ต้องทำงานนอกบ้าน เพื่อหารายได้เพิ่มให้แก่ครอบครัว ซึ่งงานส่วนใหญ่ของสตรีในขณะนั้นก็คือ งานในโรงงานอุตสาหกรรมขนาดใหญ่นั่นเอง

รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากชนบทที่ปลูกพืชและผักเองกินเอง ก็เปลี่ยนเป็นเข้าสู่เมืองที่แออัด ไม่มีพื้นที่เหลือเพื่อปลูกผักกินเอง ต้องหาซื้ออาหารจากตลาด การบริโภคจึงไม่ขึ้นกับฤดูกาลเก็บเกี่ยว แต่ขึ้นกับว่า ตลาดมีอะไรขาย และมีเงินซื้อมากน้อยแค่ไหน การเปลี่ยนสภาพจากครอบครัวใหญ่เป็นครอบเคร็วเดี่ยว การส่งต่อความรู้ในการดูแลครัวเรือน วิธีการปรุงอาหาร วิธีการถนอมอาหารที่แต่เดิมเป็นการถ่ายทอดความรู้จากแม่สู่ลูก จึงถูกตัดตอนเพราะการย้ายถิ่นฐานรูปแบบครัวเรือนที่เปลี่ยนเป็นขนาดเล็ก เนื่องจากภารกิจนอกบ้าน ทำให้เวลาเข้าครัวทำอาหารน้อยลง จากการเปลี่ยนแปลงในรายละเอียดต่างๆ เหล่านี้ ล้วนส่งผลถึงรูปแบบและพฤติกรรมการบริโภคโดยตรง

สาเหตุเหล่านี้จึงทำให้เกิดนวัตกรรมมากมายเพื่อรองรับรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เรียกว่า“สมัยใหม่“ในช่วงเวลาตั้งแต่ ปี ค.ศ.1850 จนถึงช่วงเกิดสงครามโลกครั้งที่ 1 เช่น การริเริ่มเขียนและจัดจำหน่ายหนังสือสอนการทำอาหารและการจัดการครัวเรือน (Ratgeberliteratur) การพัฒนาวิธีการถนอมอาหารในบรรจุภัณฑ์รูปแบบกระป๋อง (Anbruch des Konservenzeitalters) การผลิตซุปก้อน (Fleischextrakt) เพื่อย่นย่อเวลาการเตรียมน้ำซุป ซึ่งเป็นหนึ่งในอาหารหลักของคนเยอรมันในขณะนั้น

การเปลี่ยนแปลงในระดับมหภาคได้แก่ การยึดระบบตลาดเพื่อซื้อขายเครื่องอุปโภคบริโภค[1] ซึ่งแน่นอนว่ารวมไปถึงการพึ่งพาสินค้านำเข้า[2] จากประเทศเพื่อนบ้าน การพัฒนาระบบขนส่งอย่างต่อเนื่อง ทั้งเส้นทางเดินทะเลตลอดจนการรถไฟ การเพิ่มจำนวนประชากรอย่างรวดเร็ว[3]

การเปลี่ยนแปลงข้างต้นจึงเป็นดั่งการปฏิวัติ (Revolution) รูปแบบการดำเนินชีวิตของชาวเยอรมันในทุกภาคส่วน และจากสภาพสังคมที่พัฒนาไปในทิศทางบริโภคนิยม ทำให้ประเทศเยอรมันจำเป็นต้องพึ่งพาการนำเข้าเครื่องอุปโภคบริโภคจากภายนอกเป็นจำนวนมาก

2. เมื่อสงครามเริ่มต้นในฤดูร้อนปี ค.ศ. 1914

นโยบายแรกของประเทศอังกฤษคือการประกาศปิดน่านน้ำและสกัดกั้นเส้นทางการเดินเรือของประเทศเยอรมันในทุกเส้นทาง[4] ที่รู้จักกันดีว่า Seeblockade ist Hungerblockade[5] ดังนั้นปริมาณการซื้อขายระหว่างประเทศจึงลดลงอย่างไม่มีทางเลือก ยิ่งกว่านั้นการพึ่งพาการนำเข้าอาหารสัตว์จากประเทศรัสเซียก่อนการเกิดสงคราม ทำให้การปศุสัตว์ในประเทศหยุดชะงัก

นอกจากนี้คนเยอรมันต่างก็เข้าใจว่า สงครามจะสิ้นสุดลงในเวลาไม่นาน รัฐบาลออกมาชวนเชื่อประชาชนว่าเหล่าทหารจะได้กลับมาทันฉลองเทศกาลคริสต์มาสพร้อมหน้ากับครอบครัว ไม่มีใครคิดว่าสงครามจะยืดเยื้อยาวนานร่วม 4 ปี

การคาดการณ์ที่ผิดพลาดของรัฐบาลในส่วนของการกักตุนเสบียงอาหาร อย่างเช่น ในกรณีสังหารหมู่สุกร (Schweinmord) ในช่วงต้นปี ค.ศ. 1915 สุกรจำนวน 1 ล้าน 7 แสนตัวทั่วประเทศต้องถูกส่งเข้าโรงเชือดโดยเป็นคำสั่งของรัฐบาล ด้วยรัฐบาล

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

2. สินค้านำเข้าที่สำคัญในขณะนั้นเช่น ผลิตภัณฑ์นม ไข่ น้ำมันจากพืช อาหารสัตว์และ ปุ๋ย

3. ในปี ค.ศ. 1913 มีประชากรเยอรมันกว่า 65 ล้านคน

4. ในยุคนั้น กองทัพเรืออังกฤษถือว่าแข็งแกร่งที่สุดในโลก

5. การสกัดกั้นเส้นทางเรือ คือการสกัดกั้นความหิวโหย แปลโดยผู้เขียน

Dmag19.indd 34 30.08.14 17:46

แหล่งภาพ www.rp-online.de

ประเมินว่า ปริมาณการกักเก็บและการเก็บเกี่ยวมันฝรั่งซึ่งเป็นส่วนผสมในอาหารสัตว์นั้นจะไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงประชากร[1] การสังหารสุกรจำนวนมหาศาลในคราวเดียวตั้งแต่ช่วงแรกของสงครามทำให้เกิดปัญหาการขาดแคลนเนื้อและไขมันหมูในเวลาต่อมาอย่างมาก

นโยบายการทุ่มเทสารไนเตรททั้งหมดเพื่อใช้ในการผลิตอาวุธ ซึ่งอีกด้านหนึ่งสารไนเตรทเป็นสารเคมีที่สำคัญในการผลิตปุ๋ยเพื่อการเกษตร เมื่อถูกตัดเส้นทางน้ำทิ้งเสียอย่างนี้ ห่วงโซ่การผลิตภาคการเกษตรภายในประเทศก็โดนทำลายไปโดยปริยาย

เมื่อปัญหาการจัดซื้อจัดหาเครื่องอุปโภคบริโภคทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น รัฐบาลพยายามแก้ไขปัญหาตามลำดับเวลา ดังนี้

ต้นปี ปีค.ศ. 1915 รัฐบาลออกนโยบายให้แต่ละเมืองสามารถกำหนดราคาขั้นสูงสุดของสินค้าได้ เพื่อหวังจะแก้ไขปัญหาการตั้งราคาอย่างไม่เป็นธรรม ผลกลับกลายเป็นว่า ผู้ผลิตเลือกที่จะจัดส่งสินค้าให้กับเมืองหรือเขตปกครองที่กำหนดราคาไว้สูงกว่าหรือสูงที่สุดเท่านั้น เมืองที่กำหนดราคาไว้ต่ำกว่าจึงมีแต่ร้านค้าและชั้นวางสินค้าที่ว่างเปล่า นโยบายนี้ส่งผลให้เกิดการแพร่กระจายของการขายสินค้าในตลาดมืดอย่างกว้างขวาง

เดือนพฤษภาคม ปีค.ศ. 1916 ปัญหาการขาดแคลนสินค้าและการขยายตัวของตลาดมืดพัฒนาอย่างฉุดไม่อยู่ ภาครัฐจึงจัดตั้งหน่วยงานกลางเพื่อดูแลปัญหานี้โดยเฉพาะ โดยมีชื่อว่า Das zentralen Kriegsernährungsamt โดยหวังว่าปัญหาความขาดแคลนและการกระจายสินค้าจะทุเลาลงได้บ้าง แต่หน่วยงานนี้กลับล้มเหลวด้วยเหตุผลหลัก 2 ประการ หนึ่งคือ หน่วยงานนี้อยู่ใต้อำนาจของกลุ่มทหาร ซึ่งส่งผลให้ภาคปฏิบัติมีการอำนวยประโยชน์ให้กับกองกำลังทหารก่อนภาคประชาชนเสมอ สองคือ การที่กลุ่มอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ และเจ้าหน้าที่ส่วนท้องถิ่นของแต่ละเขตเมืองเข้าต่อรองราคาโดยตรงกับผู้ผลิตโดยที่ไม่ได้สนใจกับราคากลางสูงสุดที่มีการกำหนดไว้

เดือนกรกฎาคม ปีค.ศ. 1916 รัฐบาลจึงออกนโยบายการจัดสรรเครื่องอุปโภคขั้นพื้นฐานรายสัปดาห์ (Rationierung der Grundnahrungsmittel) ได้แก่ ขนมปัง มันฝรั่ง เนื้อ และ น้ำมัน ซึ่งทุกรายการยกเว้นเพียงมันฝรั่งจะถูกลดอัตรส่วนเหลือเพียงครึ่งเดียวเมื่อเปรียบเทียบกับอัตราการบริโภคในช่วงไม่มีสงคราม[2] ระบบการจัดสรรนี้ไม่ได้ใช้กฎเกณฑ์ของสถานะทางสังคมในการกำหนดอัตราส่วน แต่ใช้กฎแห่งความสำคัญต่อสงคราม ผู้ชาย ทหาร แรงงานผลิตอาวุธ คือกลุ่มแรกที่ได้รับการจัดสรรในปริมาณสูงสุด ขณะที่ เด็กและคนชราได้รับสัดส่วนน้อยที่สุด หญิงสาวและมารดาทั้งหลายจึงต้องออกหางานทำโดยเฉพาะอย่างยิ่ง งานในโรงงานผลิตอาวุธ

ฤดูหนาวในปี ค.ศ. 1917 หรือที่รู้จักในนาม Kohlrübenwinter เป็นฤดูหนาวที่ยากแค้นที่สุดของคนเยอรมัน ที่ได้ชื่อนี้ก็เพราะประชาชนส่วนใหญ่ต้องปรุงอาหารแทบทุกมื้อด้วยหัวมันชนิดนี้ ซึ่งในเวลาปกติมันชนิดนี้ใช้เป็นอาหารสำหรับเลี้ยงสัตว์เท่านั้น และระบบการจัดสรรอาหารกำหนดให้คนทั่วไปได้รับสารอาหารที่มีค่าแคลอรีเพียง 1,000 แคลอรีต่อวัน ขณะที่ทหารได้รับ 2,200 แคลอรีต่อวัน

ในสถานการณ์ขาดแคลนเช่นนี้ ประชาชนจำเป็นต้องทำทุกวิถีทางเพื่อความอยู่รอด เช่น การการปลูกผักในทุกที่ที่ปลูกได้ แต่ในเมืองให้พื้นที่ที่พอจะหาได้ก็มีเพียงริมหน้าต่าง การออกเก็บพืชผักต่างๆ ที่ขึ้นตามป่าเพื่อนำมาประกอบอาหาร เช่น ต้นเบรนเนสเซล (Brennessel) เอามาใช้ปรุงอาหารในลักษณะเดียวกับผักโขม การผลิตและติดตั้งเครื่องดักจับไขมันตามร้านอาหารและบ้านเรือน เพื่อนำไขมันที่ได้กลับมาผลิตสบู่ การเก็บเมล็ดพืชทุกชนิดเพื่อเอามาสกัดน้ำมัน เช่น เมล็ดดอกทานตะวัน เมล็ดองุ่น การใช้ส่วนผสมอื่นทดแทน เช่น ขนมปังจากแป้งมันฝรั่ง กาแฟโดยเมล็ดธัญพืชหรือเมล็ดดอกไม้คั่ว บุหรี่จากใบสาลี่หรือใบถั่ว ชาจากใบผลไม้ตากแห้ง แมลงต้มน้ำเพื่อเป็นอาหารไก่ เนื้อม้าแทนเนื้อวัว และอื่นๆ อีกมากมาย

ปัญหาการขาดแคลนเครื่องอุปโภคบริโภคจนถึงขั้น “อดอยาก“ และกำลังจะ “อดตาย“ ทำให้ความอดทนและความหวังของประชาชนชาวเยอรมันสิ้นสุดลง การประท้วงของกลุ่มทหารเรือและการเดินขบวนเรียกร้องให้ยุติสงครามจึงส่งผลสัมฤทธิ์ในฤดูใบไม้ร่วงปีค.ศ. 1918 ก่อนที่ความโหดร้ายของฤดูหนาวจะมาเยือนอีกครั้ง

1. ประหนึ่งเข้าใจว่าเดี๋ยวหมูจะมาแย่งคนกินหมด

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

ทริปแรกของศิลปะการถ่ายภาพมวยไทย – หนุ่มเรียม (Badminton Chorus)

หลังจากที่ผมได้เคยเขียนเล่าถึงเทคนิคต่างๆ และแนวความคิดในการถ่ายภาพจะทำให้เห็นว่า การถ่ายภาพนั้นไม่มีหลักเกณฑ์ที่ตายตัว เราสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการได้ตามสถานการณ์ ในครั้งนี้เป็นอีกครั้งที่ผมจะพาทุกคนมาร่วมถ่ายภาพซึ่งถือว่าการถ่ายภาพประเภทนี้เป็นครั้งแรกของผมนั่นก็คือ “การถ่ายภาพมวยไทย”

ครั้งนี้ผมเลือกภาพในการแข่งขัน Thai fight ครั้งหนึ่งมาให้ชมกันครับ แต่เนื่องจากผมเข้าไปในฐานะเป็นผู้ชม (แต่จริงๆแล้ว ผมก็ตั้งใจจะเข้าไปถ่ายรูปนั่นล่ะครับ) การเตรียมตัวจึงไม่ได้ยุ่งยาก ถ้าพร้อมแล้วใส่นวมมาชกกับกล้องผมได้เลยครับ

เรื่องที่ควรคำนึงถึงและการเตรียมตัว

1. ข้อแรกต้องดูก่อนครับว่าในสถานที่นั้นเขาห้ามถ่ายรูปหรือไม่ ถ้าห้าม ก็จบเลย... ถ้าไม่ห้ามก็มาเตรียมอุปกรณ์กันได้เลยครับ
2. อุปกรณ์ที่ผมใช้ครั้งนี้มีเพียงกล้อง 1 ตัว กับเลนส์ซูม 70-200 อีก 1 ตัว (เนื่องจากผมเป็นผู้ชมซึ่งไม่สามารถขยับไปไหนได้) แต่คุณอาจมีเลนส์มุมกว้างไว้ 1 ตัว และอาจใช้ขาตั้งกล้องหรือ Monopod ช่วยในการถ่ายได้ครับ
3. ข้อสำคัญอีกข้อหนึ่งคือห้ามใช้แฟลชถ่ายภาพในขณะแข่งขันเด็ดขาด และปิดระบบไฟช่วยโฟกัสต่างๆ ที่อาจจะไปรบกวนผู้แข่งขัน

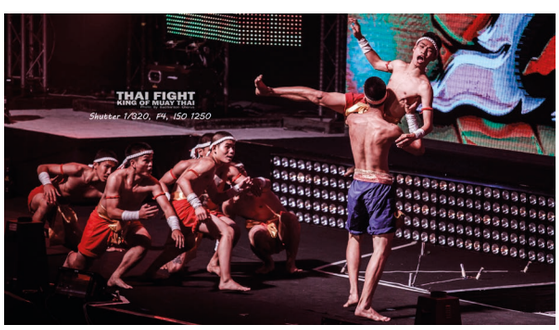
การตั้งค่ากล้องและเทคนิคการถ่าย

การตั้งค่ากล้องผมจะให้ความสำคัญหลักๆ กับ 2 สิ่งคือ เรื่องของความไวชัตเตอร์และการแพนกล้องตามตัวเช่นเดียวกับฉบับก่อน (การปรับตั้งค่าต่างๆ ดูได้จากภาพแต่ละภาพครับ) ซึ่งเทคนิคของผมมีดังต่อไปนี้ครับ

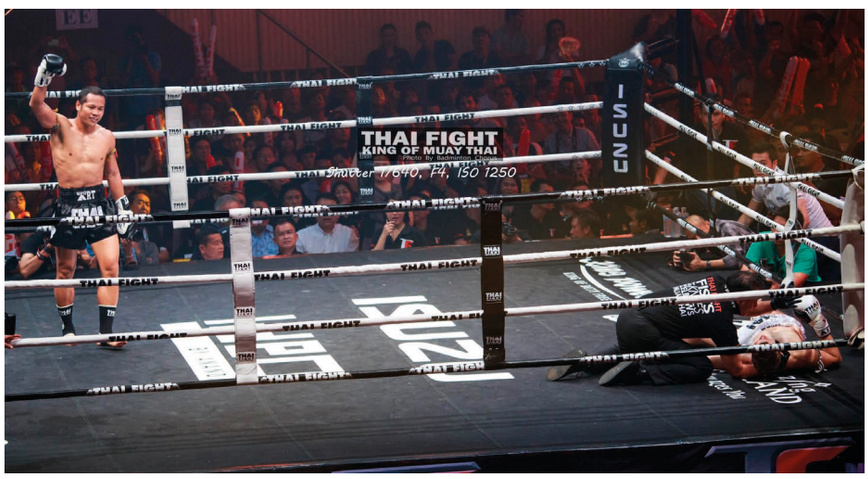
ใช้ความไวชัตเตอร์สูงๆ (ควรปรับไว้ไม่ต่ำกว่า 1/250) เพื่อหยุดความเคลื่อนไหวและความชัดเจนของภาพ แล้วแต่ความต้องการของภาพและความเหมาะสมของสภาพแสง (กล่าวไว้ในฉบับที่ 13/03.2013) ใช้วิธีถ่ายภาพต่อเนื่องด้วยความเร็วสูงๆไว้ก่อน เพื่อที่เราจะเลือกภาพตามความต้องการได้ในภายหลัง

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

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



Dmag19.indd 36 30.08.14 17:46



จังหวะของการออกอาวุธ เป็นภาพสำคัญมากในการถ่ายภาพมวยไทยซึ่งแน่นอนว่าคุณไม่ควรพลาดจังหวะดีๆ นี้ เพราะตลอดการแข่งขันจะมีการออกอาวุธอยู่ตลอดเวลาแล้วแต่ว่าคุณจะเลือกถ่ายในตอนไหนเท่านั้นเอง

นาทีแห่งชัยชนะ เป็นช่วงเวลาสำคัญอีกช่วงหนึ่งที่เราอาจได้ภาพสวยๆ คุณอาจถ่ายแบบเจาะจงตัวบุคคลหรือเก็บภาพแบบกว้างๆ เพื่อให้ได้บรรยากาศก็ได้แล้วแต่สถานการณ์ ดังภาพตัวอย่างผมมองเห็นมุมที่ได้เห็นนักมวยผู้ชนะและผู้แพ้พร้อมกัน ผมจึงเลือกเก็บภาพแบบกว้างๆ ไว้ครับ

น้ำใจนักกีฬา หลังจบการแข่งขันเราอาจได้พบภาพแห่งความประทับใจของน้ำใจนักกีฬา ความเป็นพี่น้องและเพื่อนร่วมสังเวียน ภาพเหล่านี้เราก็ไม่ควรที่จะพลาดเก็บไว้ในความทรงจำด้วยเช่นกัน

ลองหาโอกาสสะพายกล้องเข้าไปชมการแข่งขันชกมวยดูสักครั้งหนึ่งนะครับ คุณอาจได้มุมมองในการถ่ายภาพที่แตกต่างออกไป เพราะภาพที่ปรากฏผ่านเลนส์นั้นจะเป็นภาพที่มีทั้งความตื่นเต้นและท้าทายความไวในการกดชัตเตอร์ของคุณไปในคราวเดียวกัน

Dmag19.indd 37 30.08.14 17:46

โอกาสที่ต้องการ...กับเงินที่ไม่มีทางได้ใช้ - หมูติดมันส์

"สุ" ถูกจับที่สนามบินคันไซ ประเทศญี่ปุ่น ในข้อหาลักลอบขนสารเสพติดประเภทกระตุ้นประสาท (stimulants) จำนวนประมาณ 1,400 กรัม เข้าประเทศญี่ปุ่น ซึ่งขณะนี้อยู่ระหว่างรอคำตัดสินของศาล โดยโทษของการลักลอบขนยาเสพติดเข้าญี่ปุ่นมีโทษจำคุกอย่างน้อย 6-10 ปี...

คนทุกคนต้องการโอกาสและแสวงหาโอกาสให้กับตนเอง เพื่อจะก้าวไปสู่ความร่ำรวย มีทรัพย์สินและเงินทองจับจ่ายใช้สอย มีชีวิตที่เข้าถึงบริการที่ดีและทันสมัย (ผ่านการซื้ออุปกรณ์สมาร์ทโฟนต่างๆ ที่เป็นเพียงปัจจัยภายนอก) และการมีฐานะทางสังคมที่มั่นคง โดยการได้มาซึ่งโอกาสเหล่านี้นั้นจำเป็นต้องมีพื้นฐานประกอบหลากหลายประการ ตั้งแต่ความขยันหมั่นเพียรตั้งใจศึกษาเรียนรู้จนจบการศึกษาระดับปริญญา (ตรี–โท) ความตั้งใจในการประกอบสัมมาอาชีพสุจริต การเผ่ารอเวลาที่เหมาะสม การเก็บออมเงิน ความขยันขันแข็งในการทำงาน ฯลฯ ล้วนเป็นต้นทุนพื้นฐานของการสร้างโอกาสร่ำรวยให้กับตนเอง แต่หญิงไทยจำนวนหนึ่งยังคงเลือกที่จะสร้างโอกาสผ่านการทำงานง่ายๆ สบายๆ เหมือนเช่นหลายสิบปีที่ผ่านมา โดยไม่คำนึงว่างานนั้นจะเป็นงานผิดกฎหมายหรือไม่ เพียงเพราะต้องการโอกาสที่จะได้รับค่าจ้างจำนวนที่สูงกว่าปกติ การได้เงินจำนวนมากจากการทำงานเพียงไม่กี่วัน โดยที่หญิงไทยเหล่านั้นอาจไม่มีแม้กระทั่งโอกาสที่จะได้ใช้เงินดังกล่าวเลย

กรณีล่าสุดเกิดขึ้นเมื่อช่วงต้นปี 2557 หญิงไทยคนหนึ่ง ผู้เขียนขอใช้นามสมมติว่า "สุ" สุถูกจับที่สนามบินคันไซ ประเทศญี่ปุ่น ในข้อหาลักลอบขนสารเสพติดประเภทกระตุ้นประสาท (stimulants) จำนวนประมาณ 1,400 กรัม เข้าประเทศญี่ปุ่น ซึ่งขณะนี้อยู่ระหว่างรอคำตัดสินของศาล โดยโทษของการลักลอบขนยาเสพติดเข้าญี่ปุ่นมีโทษจำคุกอย่างน้อย 6-10 ปี เรื่องราวของสุเป็นกรณีที่เกิดขึ้นกับหญิงไทยเสมอๆ สุเป็นหญิงสาวไทยที่จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีบุตรสาว 1 คน และเลิกรากับสามีแล้ว เดินทางเข้ามาหางานทำในกรุงเทพฯ เพื่อหารายได้ส่งเสียเลี้ยงดูครอบครัวที่ไม่มีใครทำงาน โดยฝากลูกไว้กับพี่สาวและแม่ของสุให้ช่วยเลี้ยงดู ด้วยความรู้ที่มีสุจึงได้เข้าทำงานเป็นพนักงานในร้านอาหารแห่งหนึ่ง ต่อมาได้พบกับนางนิด ซึ่งมีคู่รักเป็นคนผิวดำชาวแอฟริกัน ชักชวนให้ทำงานขนของ (ยาเสพติด) เข้าประเทศไทย โดยบอกว่า แค่เดินทางไปรับกระเป๋าเอกสารจะได้ค่าจ้างครั้งละ 30,000 บาท และสามารถอยู่ท่องเที่ยวในประเทศนั้นๆ ได้อีก 3-5 วันด้วย สุคิดดูก็เห็นว่าเป็นงานที่ไม่ได้ลำบากอะไร และมีโอกาสได้ท่องเที่ยวต่างประเทศได้อีกด้วย จึงตัดสินใจลองทำดู เมื่อลองทำ 2-3 ครั้งแรกก็ไม่มีปัญหาอะไร สุจึงเห็นว่า เป็นงานที่สามารถทำได้ง่ายและรายได้ต่อครั้งก็ดีมาก จึงได้ทำมาเรื่อยๆ จนกระทั่งครั้งล่าสุดสุได้เดินทางจากประเทศไทยไปลงที่กวางโจวเพื่อรับกระเป๋าจากชาวแอฟริกันจากนั้นมีรถตู้พาไปส่งที่ฮ่องกงเพื่อพบกับนิด ซึ่งได้ให้สุเดินทางต่อไปยังสนามบินคันไซก่อนบินกลับมาฮ่องกงและกลับประเทศไทย สุถูกจับกุมที่สนามบินคันไซตอนขาออกเพื่อเดินทางกลับฮ่องกง เนื่องจากไม่สามารถสื่อสารกับเจ้าหน้าที่ญี่ปุ่นได้และมีพิรุธหลายอย่าง เมื่อค้นตัวจึงพบสารเสพติดจำนวนหนึ่งเจ้าหน้าที่ญี่ปุ่นจึงจับกุมและส่งตัวเข้าไปยังสถานกักกัน

สภาพความเป็นอยู่ในสถานกักกันประเทศญี่ปุ่นนั้นนับว่าค่อนข้างดี แต่เนื่องจากสุไม่มีเงินมากนักทำให้ไม่มีเงินที่จะซื้อเสื้อผ้าข้าวของเครื่องใช้ระหว่างที่ถูกกักตัว เนื่องจากสถานกักกันให้สบู่เดือนละ ½ ก้อน ยาสีฟัน 1 หลอดต่อ 3 เดือน ให้ยืมเสื้อผ้าได้ 2 ชุด ซึ่งไม่เพียงพอกับการใช้ชีวิตประจำวันในสถานกักกันเพื่อรอการพิพากษาของศาล ซึ่งสุก็ต้องติดต่อครอบครัวที่ประเทศไทยให้ช่วยส่งเงินมา รวมทั้งการกู้ยืมจากหน่วยงานราชการเพื่อนำมาใช้ในสถานกักกัน ระหว่างนี้จะมีทนายและอัยการเข้ามาสอบปากคำสุทุกวันติดต่อกันเป็นระยะเวลากว่า 20 วัน ซึ่งหากพบว่ามีความผิดจริงก็ต้องโทษจำคุก 6-10 ปี ในส่วนของนางนิดนั้น เป็นเพียงคำให้การของสุ ซึ่งทางการญี่ปุ่นไม่สามารถจับกุมหรือดำเนินคดีใดๆ กับนิดหรือสามีชาวต่างชาติของนิดได้ เนื่องจากทั้งคู่ไม่ได้เดินทางเข้ามาในราชอาณาจักรญี่ปุ่น แต่ผู้เขียนค่อนข้างเชื่อมั่นว่า ทั้งคู่จะต้องถูกจับดำเนินคดีในที่สุด

กรณีของสุสะท้อนภาพชัดเจนว่า โอกาสที่สุแสวงหาโดยการขนส่งยาเสพติดนั้นอาจจะช่วยสุให้ได้เงินจำนวนหนึ่งมาในระยะเวลาอันสั้น แต่สุดท้ายสุก็ไม่สามารถที่จะได้ใช้เงินจำนวนนั้นได้เลยเพราะต้องถูกจำคุกในต่างประเทศและต้องนำเงินเก็บสำรองของตนเองบางส่วนมาใช้เป็นค่าใช้จ่ายในสถานกักกัน ผู้เขียนอยากให้เรื่องราวของสุเป็นข้อเตือนใจกับหญิงไทยหลายๆ คนให้ตระหนักถึงความจริงที่ว่า ไม่มีงานสุจริตใดที่จะมีผลตอบแทนสูงเกินจริง (เกินมูลค่าของกำลังความสามารถ สถานะ และการศึกษาของเรา) นอกจากงานทุจริตไม่ชอบด้วยกฎหมาย และไม่มีเงินหรือทรัพย์สินใดที่ได้มาจากการกระทำที่ผิดกฎหมายแล้วอยู่กับเราได้นาน ต้องสูญเสียเงินเหล่านั้นไปในทางใดทางหนึ่ง ซึ่งไม่ได้เอื้อต่อความสุขระยะยาวของใคร อยู่ที่ท่านจะเลือกว่าต้องการได้ความสุขจากเงินจำนวนมากในระยะเวลาสั้นๆ แล้วต้องทนทุกข์อยู่ในเรือนจำเป็นเวลานาน หรือเลือกจะมีความสุขแบบพอเพียงและไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยจากเงินจำนวนน้อยที่ท่านได้ด้วยเส้นทางสุจริตโดยการประกอบสัมมาอาชีพและได้อยู่กับครอบครัวอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา

แหล่งภาพ debtclub.consumerthai.org

Dmag19.indd 38 30.08.14 17:46

Infographic 10 อันดับงานศิลปะที่ราคาแพงที่สุดในโลก

- Orange Media Works

อันดับที่ 10 ภาพทริปทิช
ผลงานของศิลปินชาวอังกฤษ ฟรานซิส เบคอน ราคาราวๆ 2,732.54 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2533

อันดับที่ 6 ภาพบอย วิท อะ ไปป์
ผลงานของศิลปินชาวสแปนิช ปาโบล ปีกัสโซ ราคาราวๆ 3,303.14 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2547

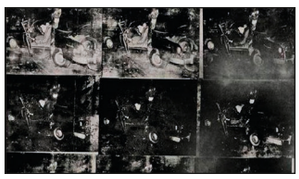
อันดับที่ 2 ภาพเดอะ สครีม
ผลงานของศิลปินชาวนอร์เวย์ เอ็ดเวิร์ด มุนช์ ราคาราวๆ 3,880.83 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2555

อันดับที่ 9 ภาพออเรนจ์, เรด, เยลโลว์
ผลงานของศิลปินชาวอเมริกันเชื้อสายยิว ชื่อว่ามาร์ค รอธโก ราคาราวๆ 2,754.73 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2555

อันดับที่ 5 รูปปั้น "วอล์คกิ้ง แมน ไอ"
ผลงานของศิลปินชาวสวิส อัลแบร์โต จิอาโกเมตติ ราคาราวๆ 3,306.31 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2553

อันดับที่ 1 ภาพ ทรี สตาดีส์ ออฟ ลูเซียน ฟรอยด์
ผลงานของศิลปินชาวอังกฤษ ฟรานซิส เบคอน ราคาราวๆ 4,514.08 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2556 นับเป็นภาพวาดที่แพงที่สุดในโลกในขณะนี้

อันดับที่ 8 ภาพพอร์เทรต์ ออฟ อเดล บลอค-เบาเออร์ ที่ 2
ผลงานของศิลปินชาวออสเตรียน กุสตาฟ คลิมท์ ราคาราวๆ 2,786.43 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2546

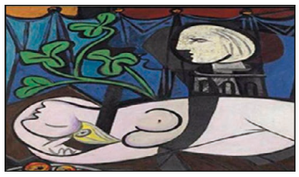


อันดับที่ 4 ภาพซิลเวอร์ คาร์ แครช :ดับเบิล ดิแซสเตอร์
ผลงานของศิลปินชาวอเมริกัน แอนดี วอร์ฮอล ราคาราวๆ 3,341.18 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2556

เป็นไงคะ มีศิลปินในดวงใจกันบ้างมั้ยและราคาก็การันตีความงดงาม และโด่งดังของรูปได้อย่างดีแหม...ก็แต่ละรูปราคาเป็นพันๆ ล้าน

ใครที่รักการวาดรูปและมีฝีมือ ลองจัดกิจกรรมจิตอาสาวาดรูป มอบรายได้หลังหักค่าใช้จ่ายคืนสู่สังคม เช่น เด็กด้อยโอกาส เด็กพิการ บ้านพักคนชรา ศูนย์ดูแลสัตว์เร่ร่อน และมูลนิธิอื่นๆ อีกมากมาย แบ่งปันภาพวาดของคุณ เพราะมันจะมีมูลค่ามหาศาลทางใจแก่ผู้รับ หาเปรียบเป็นตัวเลขไม่ได้เลยค่ะ

อันดับที่ 7 ภาพดอรา มาร์ วิท อะ แคท
ผลงานของศิลปินชาวสแปนิช ปาโบล ปีกัสโซ ราคาราวๆ 3,017.84 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2549



อันดับที่ 3 ภาพนู้ด กรีน ลีฟส์ แอนด์ บัสท์
ผลงานของศิลปินชาวสแปนิช ปาโบล ปีกัสโซ ราคาราวๆ 3,372.88 ล้านบาท ประมูลเมื่อปี 2553

แหล่งข้อมูล http://www.ที่สุดในโลก.com

Dmag19.indd 39 30.08.14 17:46

ปลูกคิ้ว ทางเลือกของคนไม่มีคิ้ว สัมภาษณ์โดย พชมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย

“ผ่าตัดปลูกคิ้ว ทางเลือกของคนไม่อยากเขียนคิ้วทุกวันหรือไม่อยากสักคิ้ว ใช้เส้นผมจากท้ายทอยมาปลูกคิ้ว เพราะมีขนาดเล็ก ยาวช้าและหงอกช้า แต่ต้องแต่งคิ้วทุก 1-2 เดือน”

แหล่งภาพ www.smeleader.com

จะสวยจะหล่อขนาดไหน หากไม่มีคิ้วหรือคิ้วขาดๆหายๆ ก็คงลดทอนความน่าดูของใบหน้าลงได้ นอกจากนี้ ศาสตร์ของโหงวเฮงเชื่อว่าคิ้วที่เรียงตัวสวย สมบูรณ์ บ่งบอกถึงความมั่งคั่ง อำนาจ และมีเสน่ห์ ในขณะที่คิ้วมีแผลแตก แผลเป็น หรือหางคิ้วสั้นกว่าหางตา อาจหมายถึงความสัมพันธ์ในหมู่ญาติพี่น้องอาจไม่ดีได้ การแก้ไขคิ้วในผู้หญิงคงได้เปรียบกว่าผู้ชายเพราะสามารถสักคิ้วหรือเขียนคิ้วทดแทนได้ แต่การเขียนคิ้วอาจยากลำบากสำหรับสาวๆ ที่เร่งรีบไปทำงานตอนเช้าๆ ทำให้เสียเวลาเพราะต้องบรรจงเขียนคิ้วให้เท่ากัน หรือหากฝนตกก็ทำให้คิ้วขาดหายได้ ส่วนการสักคิ้วอาจไม่เป็นที่นิยมสำหรับบางคน เนื่องจากดูแล้วไม่เป็นธรรมชาติ หรือพอสักไปนานๆ สีที่สักอาจเปลี่ยนไป หรืออาจเกิดปฏิกิริยาการแพ้สารที่ใช้สักคิ้วก็ได้ ดังนั้น ดร. พญ. รัชต์ธร ปัญจประทีป อาจารย์ประจำภาควิชาสาขาตจวิทยา ภาควิชาอายุศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงได้ไขข้อข้องใจเกี่ยวกับการปลูกคิ้วดังนี้

การผ่าตัดปลูกคิ้วถาวร เป็นอีกทางเลือกหนึ่งของผู้ที่ประสบปัญหาไม่มีขนคิ้วไม่ว่าจะทั้งหมดหรือขาดหายไปเพียงบางส่วน ส่วนมากมักเกิดจากอุบัติเหตุ เช่น ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ทำให้สูญเสียเซลล์รากขนไป ส่วนสาเหตุอื่นที่พบได้ประปราย ก็เช่น โรคขนร่วงเป็นหย่อม (alopecia areata) ผ่าตัดเอาไฝหรือเนื้องอกที่คิ้วออก ขนคิ้วบางแต่กำเนิด รวมไปถึงคนที่ขนคิ้วร่วงหลังจากทำเลเซอร์ลบรอยสัก เป็นต้น

วิธีการปลูกคิ้ว การปลูกคิ้วเป็นการผ่าตัดย้ายเซลล์รากผมจากบริเวณท้ายทอยมาปลูกตรงบริเวณคิ้ว เหตุที่ใช้เซลล์รากผมบริเวณท้ายทอยก็เนื่องจากเส้นผมบริเวณนี้เป็นส่วนที่ยาวช้า หงอกช้า และมีขนาดเล็กคล้ายคลึงกับคิ้วมากที่สุด จึงไม่จำเป็นต้องตกแต่งบ่อยครั้ง โดยก่อนผ่าตัดผู้ป่วยควรงดตัดผมอย่างน้อย 2 สัปดาห์ เพื่อปล่อยให้ผมยาวพอสมควรในการช่วยปกปิดรอยเย็บบริเวณท้ายทอย ส่วนขั้นตอนการผ่าตัดนั้นแพทย์จะทำการออกแบบรูปคิ้วที่เหมาะกับรูปหน้าของแต่ละคนก่อน หลังจากนั้นแพทย์จะฉีดยาชาบนหนังศีรษะบริเวณท้ายทอยและตัดหนังศีรษะพร้อมเซลล์รากผมขนาดประมาณ 4-5 ซ.ม. (มีเส้นผมประมาณ 200-300 เส้น) ออกมาแล้วเย็บปิดแผลบริเวณดังกล่าวด้วยไหมละลาย หลังจากหายแผลส่วนใหญ่จะมองเห็นเป็นรอยขีดสีขาวเล็กบางๆ ซึ่งโดยปกติผมบริเวณข้างเคียงจะสามารถบังรอยแผลได้ หลังจากได้หนังศีรษะที่มีเซลล์รากผมแล้ว แพทย์จะทำการหั่นแยกออกเป็นเซลล์รากผมออกเป็นเส้นเดี่ยว แล้วนำมาปลูกลงบริเวณคิ้วอย่างบรรจงให้ได้ทิศทางและองศาใกล้เคียงกับธรรมชาติมากที่สุด ระยะเวลาที่ใช้ในการผ่าตัดปลูกคิ้วถาวรขึ้นอยู่กับจำนวนเซลล์รากผมที่ปลูกในแต่ละครั้ง โดยทั่วไปจะใช้ระยะเวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง ถ้าปลูกคิ้วจำนวนไม่มากน้อยกว่า 50 เส้น แพทย์อาจเลือกใช้การปลูกโดยเทคนิค follicular unit extraction (FUE) หรือเจาะผมมาทีละกลุ่ม ไม่ต้องมีแผลผ่าตัดยาว แต่อาจต้องโกนผมด้านหลังออกเล็กน้อย

Dmag19.indd 40 30.08.14 17:46

การดูแลหลังการปลูกคิ้ว หลังผ่าตัดผู้ป่วยสามารถกลับบ้านได้ทันที ไม่ต้องนอนพักที่โรงพยาบาล ภายใน 1 สัปดาห์แรกไม่ควรให้บริเวณคิ้วโดนน้ำ หลังจากนั้นสามารถล้างหน้าได้ตามปกติ หรือให้ใช้แชมพูเด็กฟอกเบาๆ เพื่อชะให้สะเก็ดหลุดหลัง 48 ชั่วโมงสามารถสระผมได้ตามปกติ โดยใช้แชมพูสระผมชนิดอ่อนหรือสำหรับเด็ก งดเว้นการทาคิ้วหรือใช้เครื่องสำอางตกแต่งคิ้ว 2 สัปดาห์ ภายหลังการปลูกคิ้วอาจเกิดอาการหนังตาบวม หรือช้ำบริเวณรอบๆได้บ้าง แต่รอยบวมช้ำจะหายไปภายใน 3-5 วัน คิ้วใหม่ที่ปลูกจะเริ่มขึ้นในสัปดาห์ที่ 12 เมื่อคิ้วขึ้นแล้วควรตกแต่งคิ้วเดือนละประมาณ 1-2 ครั้ง เพื่อไม่ให้ขนคิ้วยาวเกินไปและเพื่อให้คงไว้ซึ่งความสวยงามเป็นธรรมชาติ ทีนี้ก็สวยหล่อได้อย่างมั่นใจแล้วค่ะ

Profile

ดร. พญ. รัชต์ธร ปัญจประทีป อาจารย์ประจำภาควิชาสาขาจิตวิทยา ภาควิชาอายุศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

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

Dmag19.indd 41 30.08.14 17:46

พัฒนาการทางด้านศิลปะของศิลปินน้อย - เรื่อง/แม่ลิซ่า รูป/ลูกลิซ่า

แม่ผู้มีลูกเล็กวัยตั้งแต่สองขวบขึ้นไปคงรู้ดีว่าลูกของเรานั้นต่างเป็น “ศิลปินนักวาด” มือฉกาจ เริ่มตั้งแต่การหยิบสี ดินสอ ปากกา หมึก หรืออะไรสักอย่างที่บังเอิญอยู่ใกล้มือ หรือลูกเราบังเอิญมีความสามารถในการรื้อค้นเป็นพิเศษจนได้อุปกรณ์ที่ว่าอย่างใดอย่างหนึ่งมา แล้วศิลปินตัวน้อยก็จะจัดแจงละเลงผลงานในมุมเหมาะๆ ของบ้านที่ใดที่หนึ่ง อาทิ ผนังขาวๆ ตู้เสื้อผ้าใหม่เอี่ยม เตียง โต๊ะ เก้าอี้ หรือแม้แต่จอโทรทัศน์ สุดแท้แต่เขาจะสามารถสร้างผลงาน “ศิลเปรอะ” ให้บรรดาคุณแม่ได้ร้องกรี๊ดด้วยความตกตะลึงผสมทึ่งในความสามารถของเจ้าจอมซน คุณแม่บางท่านอาจตกตะลึงถึงขั้นต้องฟาดแขนฟาดขาศิลปินน้อยไปผัวะสองผัวะอย่างลืมตัว ก็แหม...ผนังขาวๆ นั่น แม่เพิ่งจะแปลงร่างเป็นช่างทาสีไปเมื่อไม่กี่วัน แล้วนี่เจ้าศิลปินตัวน้อยก็มาวาดวอลเปเปอร์ลายประหลาดให้เสียแล้ว

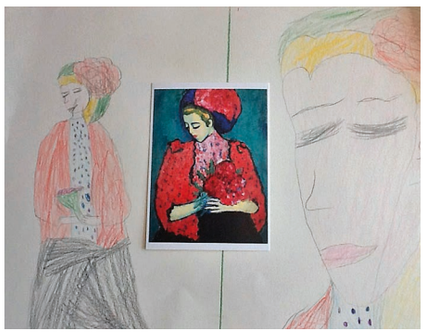
พูดถึงเรื่องศิลปินน้อยแม่ลิซ่าไปอ่านเจอบทความหนึ่งของวิคเตอร์โลเวนเฟลด์ (Victor Lowenfeld) นักจิตวิทยาการศึกษา เขาได้ศึกษาค้นคว้างานทางด้านศิลปะของเด็ก และการคิดสร้างสรรค์จากงานทางศิลปะ โดยให้เด็กแสดงออกทุกอย่างอย่างอิสระ เขาทดลองกับเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง อายุตั้งแต่ 2 ขวบครึ่งขึ้นไป โดยให้เด็กวาดภาพด้วยสีเทียนหรือจะสีอะไรก็ได้ พบว่าเด็กมีพัฒนาการในการวาดขีดเขียนเป็น 4 ขั้นด้วยกัน ลองมาดูกันค่ะ เผื่อว่าจะได้เปรียบเทียบและสังเกตว่าพัฒนาการ “ศิลปินน้อย” ของเรานั้นพัฒนาไปตามขั้นตอนนี้หรือไม่

1. ขั้นขีดเขี่ย (Scribbling Stage) สำหรับเด็กอายุระหว่าง 2-4 ปี การขีดเขียนยังเป็นแบบสะเปะสะปะ กล่าวคือ การขีดเขียนจะเป็นเส้นยุ่งเหยิงโดยปราศจากความหมาย ทั้งนี้เนื่องจากการประสานงานของกล้ามเนื้อยังไม่ดี ต่อมาก็จะรู้จักการขีดเป็นเส้นยาวๆ แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการทางกล้ามเนื้อว่าเด็กค่อยๆ ควบคุมกล้ามเนื้อที่ใช้เคลื่อนไหวของตนเองให้ดีขึ้น ระยะนี้เด็กจะเริ่มรู้สึกสนุกและสนใจเป็นครั้งแรก ต่อมาเด็กก็จะสามารถขีดลากเป็นวงกลมได้ พัฒนาการนี้ย่อมขึ้นอยู่กับเด็กแต่ละคน ไม่ตายตัวเสมอไป

2. ขั้นเริ่มขีดเขียน (Pre-Schematic Stage) สำหรับเด็กวัย 4-7 ปีนั้น ขั้นตอนนี้เป็นระยะเริ่มต้นการขีดเขียนภาพอย่างมีความหมาย การขีดเขียนจะปรากฏเป็นรูปร่างขึ้นสัมพันธ์กับความจริงของโลกภายนอกมากขึ้น มีความหมายกับเด็กมากขึ้น ซึ่งจะสังเกตได้จาก คนที่วาดอาจเป็น พ่อ แม่ พี่ น้อง ตุ๊กตาที่รัก ชอบใช้สีที่สะดุดตา ไม่คำนึงถึงความเป็นจริงตามธรรมชาติ แล้วแต่สีไหนจะประทับใจ ช่องไฟ (Space) ภายในภาพยังไม่เป็นระเบียบ สิ่งที่เขียนมักกระจัดกระจายไม่สัมพันธ์กัน การออกแบบ (Design) ไม่ค่อยมีหรือไม่มีเลย แล้วแต่จะนึกหรือคิดว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้

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

Dmag19.indd 42 30.08.14 17:46



ไม่รู้ว่าเป็นรูปคนและภาพที่ออกมาเป็นรูปทรงเรขาคณิต เช่น ส่วนใดที่เด็กเห็นว่าสำคัญหรือน่าสนใจก็จะวาดส่วนนั้นใหญ่เป็นพิเศษ ส่วนไหนที่ไม่สำคัญอาจตัดทิ้งไปเลย ดังนั้นเราจะเห็นเด็กวัยนี้วาดภาพส่วนต่าง ๆ ขาดหายไป เช่น ลำตัว ขา เท้า ฯลฯ ซึ่งไม่ใช่เรื่องประหลาดอะไรเลย บางทีอาจจะเป็นเด็กหัวโต ตาโต แขนโต ฯลฯ แล้วแต่เด็กจะให้ความสำคัญอะไร และบางทีในรูปหนึ่งอาจจะย้ำหลาย ๆ อย่างในภาพ ส่วนเรื่องการใช้สี ส่วนมากจะใช้สีตรงกับความเป็นจริงแต่มักใช้สีเดียวตลอด เช่น พระอาทิตย์ต้องสีแดง ท้องฟ้าต้องสีฟ้า ประสบการณ์ของเด็กจะทำให้ใช้สีได้ถูกต้อง และตรงกับความเป็นจริงขึ้น ถ้าใบไม้สดต้องสีเขียว ถ้าใบไม้แห้งต้องสีน้ำตาล เป็นต้น ช่องว่าง (Space) มีการใช้เส้นฐาน (Based line) แล้วเขียนทุกอย่างสัมพันธ์กันบนเส้นฐาน เช่น วาดรูป คน สุนัข ต้นไม้ บ้าน อยู่บนเส้นเดียวกัน_____ภาพที่ออกมาจะเป็นลำดับเหตุการณ์ ส่วนสูง ขนาด อาจยังไม่มีความสัมพันธ์กัน เช่น ดวงอาทิตย์อยู่บนขอบของกระดาษ รูปคนก็อาจสูงถึงใกล้ขอบกระดาษ เป็นต้น งานที่ออกแบบอาจไม่ค่อยดีและมักจะเขียนตามลักษณะที่ตนพอใจ

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

- **คน** จะจำแนกเพศด้วยเครื่องแต่งตัว แต่ภาพจะกระด้าง ๆ
- **สี** ใช้ตามความเป็นจริง แต่อาจเพิ่มความรู้สึก เช่น บ้านคนจนอาจใช้สีมัว ๆ บ้านคนรวยใช้สีสด ๆ มีชีวิตชีวา
- **ช่องว่าง** ทุกอย่างในช่องว่างเหลื่อมล้ำกันได้ เช่น ต้นไม้บังฟ้าได้ วาดฟ้าคลุมไปถึงดินเส้นระดับ (Based Line) ค่อยหาย ๆ ไป รูปผู้หญิงมักเน้นลวดลาย เครื่องแต่งกายมีดอกดวง รูปผู้ชายก็ต้องเป็นรูปคาวบอย
- **การจัดวัตถุให้สัมพันธ์กัน** เป็นเรื่องสำคัญมากในระยะนี้ เพราะเป็นระยะแรกของพัฒนาการทางการรับรู้ทางสายตาซึ่งจะนำไปสู่การวาดภาพสามมิติได้อีกต่อหนึ่ง
- **การออกแบบ** ประสบการณ์ของเด็กจะทำให้การออกแบบดีขึ้น เป็นธรรมชาติขึ้น และรู้จักการวางหน้าที่ของวัตถุต่าง ๆ

ศิลปะนอกจากจะได้คุณค่าในแง่ของสุนทรียภาพ จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์แล้ว ยังให้คุณค่าต่อ ทักษะด้านอื่นๆ ของลูกด้วย ดังนั้นนอกเหนือจากการที่คุณพ่อคุณแม่จะเปิดโอกาสให้ลูกน้อยได้สร้างสรรค์งานศิลปะแล้วก็อย่าลืมสนับสนุนให้ลูกได้เรียนรู้ศิลปะควบคู่ไปกับการเรียนรู้สิ่งอื่นๆ นะคะ

ข้อมูลอ้างอิง

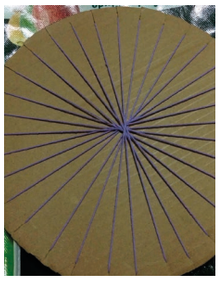
www.scbchallenge.com/webboard/topic/35

มาทอที่รองแก้วจากไหมพรมกัน -ภัทธิรา หาญสกุล

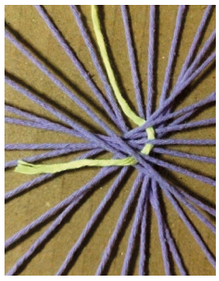
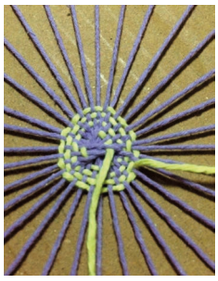
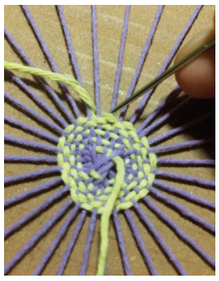
วันนี้เรามาทำที่รองแก้วน้ำจากไหมพรมแบบง่ายๆ ด้วยการทอมือกันนะคะ สิ่งที่เราต้องเตรียม คือ

- ไหมพรมหลากสี
- เข็มเย็บผ้าขนาดใหญ่ที่ร้อยไหมพรมได้
- กรรไกร
- กระดาษลูกฟูกตัดเป็นวงกลมเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 26 เซนติเมตร (ตัดจากลังกระดาษใส่ของค่ะ)

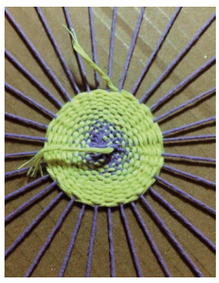
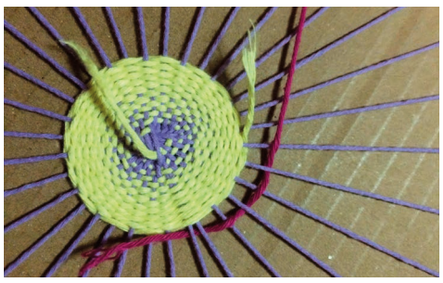
เมื่ออุปกรณ์พร้อมแล้ว เรามาเริ่มลงมือทำกันเลยนะคะ



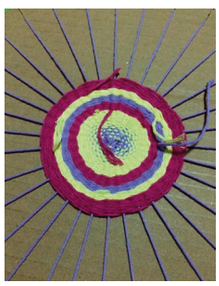
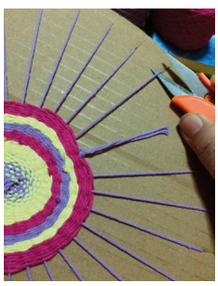
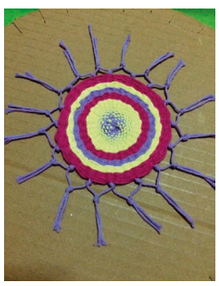
ขั้นตอนแรก ใช้กรรไกรตัดแบบกระดาษลูกฟูกที่เตรียมไว้เข้าไปประมาณ 1 เซนติเมตร แล้วใช้ไหมพรมสอดพาดผ่านรอยที่ตัดไว้ เพื่อสำหรับเป็นการล็อคไหมพรม สุดที่ขอบตรงข้ามแล้วใช้กรรไกรตัดขอบกระดาษเข้าไป 1 เซนติเมตร ใช้เทปใสติดปลายไหมพรมไว้ด้านหลังเพื่อกันไหมหลุด แล้วนำเส้นด้ายพาดไปรอบๆ วงกลม ลักษณะเหมือนการตัดแบ่งขนมเค้กให้ได้ 32 ชิ้น อันนี้เราเรียกว่า เส้นไหมยืน

ขั้นตอนที่สอง ใช้ไหมพรมสอดตามแนวขวางของเส้นไหมยืน ขึ้น 1 ลง 1 แล้ววนไปเรื่อยๆ โดยเหลือชายไหมพรมไว้ยาวสัก 3 เซนติเมตร พอครบวงจะมีเส้นไหมยืนเหลืออยู่ 2 เส้น ให้นับรวมไหมยืน 2 เส้นนั้นเป็นเส้นเดียวกัน เพื่อให้เราสามารถทอวนขึ้น 1 ลง 1 ไปได้ ใช้เข็มดันไหมพรมให้ชิดเข้าไปตรงใจกลาง ในระหว่างการทอวนนั้น ไม่ต้องดึงเส้นไหมพรมให้ตึงมาก เพราะจะทำให้ที่รองแก้วหอตัว

ขั้นตอนที่สาม เมื่อทอจนไหมพรมสีแรกหมดก็ปล่อยชายที่เหลือเอาไว้ เมื่อจะเริ่มสีใหม่ให้เริ่มสอดถอยหลังไป 3-4 เส้น แล้วทอขึ้น 1 ลง 1 ทำแบบเดิมวนไปเรื่อยๆ ใช้เข็มดันเส้นไหมพรมเข้าชิดตรงกลางให้แน่น จนได้ขนาดของที่รองแก้วที่เราต้องการ แล้วเก็บปลายไหมพรมโดยใช้เข็มสอดย้อนเข้าหาใจกลาง

ขั้นตอนที่สี่ ใช้กรรไกรตัดเส้นยืนที่ขึงเอาไว้ให้หลุดออกจากแบบกระดาษ โดยให้เริ่มตัดจากเส้นยืนคู่ 2 เส้นที่เรานับรวมเป็นเส้นเดียวก่อน โดยให้ตัดเส้นที่สองและเส้นถัดไปแล้วจับผูกปมให้ชิดไหมพรมที่เราทอไว้ (ต้องผูกเส้นยืนคู่นั้นแยกจากกันเพื่อกันหลุด) จากนั้นก็จัดเส้นถัดไปทีละคู่ผูกปมเช่นกัน จนวนรอบกลับมาหาเส้นยืนคู่เส้นที่ 1 ที่เราเว้นไว้ ก็เป็นอันเสร็จ

และแล้วเราก็ได้ที่รองแก้ว DIY แบบสวยๆ ทำง่ายๆ ไว้ใช้ที่บ้านแล้วนะคะ ลวดลายก็ขึ้นอยู่กับสีของเส้นไหมที่เราเลือกมาใช้ ที่สำคัญ ระหว่างทอวนไปอย่าดึงไหมพรมตึงเกินไป และต้องใช้เข็มดันไหมพรมที่ทอแล้วให้ชิดแกนกลางเพื่อให้ชิ้นงานแน่นๆ ค่ะ

Dmag19.indd 44 30.08.14 17:46

ขนมถังแตก -ป้าวัลย์

หลายคนเคยได้ลิ้มชิมรสเจ้าขนมถังแตกกันมาบ้างแล้ว บางคนที่ไม่รู้จักก็ไม่ต้องแปลกใจนะคะว่าชื่อมันแปลกจัง ความหมายของคำว่าถังแตกก็คือ เวลาไม่มีเงินคนเขาก็จะพูดว่าถังแตก ส่วนเจ้าขนมเนี่ยะรูปร่างมันคล้ายขนมแพนเคกของฝรั่งนี่ละคะ สมัยก่อนชาวจีนทำขาย เขาจะหาบเตาที่มีพิมพ์เหมือนกระทะทรงกลมขอบสูงดั่งในรูปนั่นละคะ ทำขายในราคาถูกเพราะมันต้นทุนต่ำเพียงแค่แป้งทอดใส่ไส้มะพร้าว คนที่เบี้ยน้อยหอยน้อยก็จะชอบซื้อรับประทานเพราะประหยัดและทานได้อิ่มท้อง เขาจึงตั้งชื่อมันว่าขนมถังแตกเพราะจะกินกันเวลาไม่มีเงินหรือถังแตกนั่นละคะ

ทราบมาว่าตอนนี้เปลี่ยนชื่อมาเป็นขนม"ถังทอง"แล้ว คิดว่า คงจะทำให้คนขายรวย ก็เลยตั้งชื่อใหม่ให้ไพเราะว่า"ถังทอง" แทนที่จะเป็น "ถังแตก"

ส่วนผสมของแป้ง

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

ส่วนผสมไส้ขนม

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

วิธีทำ (ทีละขั้นตอน)

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

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

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

รำลึกถึง ครูองุ่น มาลิก "ยายหุ่น" ของพวกเรา

- คัดย่อจากบทความของ สินธุ์สวัสดิ์ ยอดบางเตย

ครูองุ่น มาลิก
ผู้สร้างสรรค์ "หุ่นผ้าขี้ริ้ว"

ครูองุ่น มาลิกเป็นบุตรคนที่สองของพระรุกขชาติบริรักษ์ กับ นางบู่ สุวรรณมาลิก พระรุกขชาติบริรักษ์เป็นช่างหลวงในพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหากษัตริย์รัชกาลที่ 6 แห่งราชวงศ์จักรี เป็นช่างหลวงผู้หนึ่งที่มีหน้าที่สร้างดุสิตธานีตามพระราชประสงค์ของพระองค์ท่าน ต่อมาในต้นรัชสมัยรัชกาลที่ 7 สยามประเทศได้รับผลกระทบจากเศรษฐกิจตกต่ำทั่วโลกอันสืบเนื่องมาจากสงครามโลกครั้งที่หนึ่ง ท่านจึงถูกดุลออกจากราชการ

ครูองุ่นฯ เกิดวันที่ 5 เมษายน พ.ศ. 2460 เรียนจบมัธยมปลายที่โรงเรียนสตรีโชติเวชเมื่อ พ.ศ. 2477 และเข้าศึกษาต่อที่คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สำเร็จการศึกษาในปี พ.ศ. 2480 หลังจากนั้นก็เข้าอบรมหลักสูตรวิชาสังคมศาสตร์สำหรับอาชีพครูโรงเรียนสาธิตจุฬา (เตรียมอุดม) อบรมหลักสูตรภาษาอังกฤษสำหรับอาชีพครูที่ A.U.A. และเข้ารับการอบรมหลักสูตรสาขาบรรณารักษ์ภาคฤดูร้อน ช่วงปี พ.ศ. 2500 ถึง 2502 เข้าอบรมภาคฤดูร้อนและเป็นนักศึกษาภาคค่ำที่วิทยาลัยวิชาการศึกษา พ.ศ.2503 เข้าเรียนคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สำเร็จเป็นบัณฑิตรุ่นแรก พ.ศ. 2505 เดินทางไปศึกษาที่มหาวิทยาลัยฮาวาย ประเทศสหรัฐอเมริกา พ.ศ. 2508 สำเร็จการศึกษาปริญญาโท ด้านจิตวิทยาที่เออร์บานา มหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา เธอได้ประกอบอาชีพตามที่เธอเลือกเองอย่างหลากหลาย ทำให้ได้รู้จักผู้คนต่างเพศต่างวัยจำนวนมาก เธอเคยเป็นครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียนเขมะสิริอนุสรณ์ เลขานุการที่โรงงานยาสูบ ครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียนสุกิจวิทยา ครูสอนภาษาอังกฤษที่โรงเรียนวัดธาตุทอง ผู้ช่วยฝ่ายศึกษาวิจัยแผนวิจัยการศึกษาที่คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาจารย์สอนภาษาอังกฤษที่มหาวิทยาลัยศิลปากร อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาที่คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

สำหรับงานที่เกี่ยวกับหนังสือนั้น ครูองุ่นฯ เคยเป็นผู้สื่อข่าวและนักเขียนหนังสือพิมพ์สยามนิกร รองบรรณาธิการนิตยสารรายสัปดาห์ดรุณสาร รับผิดชอบคอลัมน์สโมสรปรียาในนิตยสารสตรีสาร ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2500 เป็นต้นมา ปรากฏข้อเขียนของเธอในที่ต่างๆ รวมทั้งผลงานแปลนิทานสำหรับเยาวชนและบทความจิตวิทยาครอบครัว

ในช่วงครูองุ่นฯ เป็นอาจารย์สอนที่คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ครูองุ่นฯ เริ่มสนใจการทำหุ่นเชิดมือจากเศษผ้า ลูกศิษย์หลายคนมายืมไปจัดกิจกรรมให้เด็กผู้ด้อยโอกาส ครั้นเมื่อไม่ได้สอนที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่แล้ว ครูองุ่นได้กลับมาอยู่ที่บ้านซอยทองหล่อ เธอได้ทำหุ่นเชิดมือมากขึ้นพร้อมกับทำกิจกรรมทางสังคมอื่น เช่น ร่วมกับนายแพทย์อภิเชษฎ์ นาคเลขา (หมอเมืองพร้าว) ก่อตั้งคลินิกเวชประชาที่บ้านเธอ ให้ความรู้เบื้องต้น

Dmag19.indd 46 30.08.14 17:47

ในเรื่องการดูแลสุขภาพตัวเองให้กับประชาชนโดยไม่คิดค่า ใช้จ่าย ฯลฯ

ในปี 2524 ครูองุ่นฯ ได้ก่อตั้งมูลนิธิไชยวนา เพื่อช่วยเหลือเด็กและเยาวชนผู้ด้อยโอกาสและส่งเสริมงานศิลปวัฒนธรรม โดยใช้บ้านเป็นสำนักงาน กิตติศัพท์การสร้างสรรค์หุ่นเชิดมือของครูองุ่น มาลิก แพร่กระจายไปในหมู่นักพัฒนาสังคม ครู อาจารย์ และผู้สนใจทั่วไปในลักษณะบอกปากต่อปาก จึงมีผู้แวะเวียนมาหาครูองุ่นฯ เพื่อขอหุ่นเชิดมือไปให้เด็กและเยาวชนในชนบทอยู่เสมอ

ในช่วงปิดภาคเรียนครู อาจารย์จะพานักเรียน นักศึกษา มาเรียนการทำหุ่นเชิดมือจากเธอ และฝึกเชิดฝึกแสดงด้วย เธอเรียกหุ่นเชิดมือที่เธอสร้างขึ้นมาว่า “หุ่นผ้าขี้ริ้ว” แต่ในความเป็นจริงเธอใช้ผ้าสวยงามหลายชนิด หุ่นแต่ละตัวจึงมีรูปลักษณ์งดงามแตกต่างกันออกไป ชาวบ้านที่ทราบข่าวได้ขนผ้ามามอบให้อยู่เป็นประจำ ในไม่ช้าผ้ากองใหญ่เหล่านั้นก็ถูกแปรสภาพกลายเป็นหุ่นเชิดมือแสนสวยงามนับหลายร้อยตัว

บทความเรื่อง สร้างกองทัพหุ่นให้กับเด็กไทย คือความใฝ่ฝันของนาง ในหนังสือพิมพ์มติชนรายวัน ฉบับวันอาทิตย์ที่ 3 พฤศจิกายน 2524 โดย วีระ ศักดิ์ ยอดระบำ สะท้อนภาพของครูองุ่น มาลิก ไว้ว่า .....***องุ่น มาลิก อดีตผู้ช่วยศาสตราจารย์แห่งมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เท้าของนางยังรองรับเรือนร่างชราอันแข็งแกร่ง มุ่งมั่น เดินทางต่อไปเหมือนไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย สร้างกองทัพหุ่นให้กับเด็กไทยในชนบท คือความใฝ่ฝันที่ยังหลงเหลืออยู่ ต้องการให้ละครหุ่นจุดพลังสร้างสรรค์ของเด็กขึ้นมา เป็นสัญลักษณ์แห่งความดีงาม เป็นสิ่งที่เด็กยากจนในชนบทสามารถจะมีได้ สามารถจะทำขึ้นมาเล่นเองได้ นิทานหุ่นจะส่งเสริมให้เด็กช่วยตัวเอง แก้ปัญหาด้วยตัวเอง ไม่ใช่รอความช่วยเหลือจากเทวดาหรือผู้วิเศษ แล้วเด็กจะไม่อยู่โดดเดี่ยว เขาจะมีเพื่อน เขาจะมีทีมงาน ในที่สุดเขาจะทำหุ่นเอง สร้างเรื่องเองและเล่นหุ่นเอง จุดมุ่งหมายของละครหุ่นนั้นเพื่อมีธรรมเป็นเครื่องค้ำจุน***....

เมื่อครูองุ่นฯ ทราบข่าวการถึงแก่อนิจกรรมของท่านอาจารย์ปรีดี พนมยงค์ ที่บ้านพักชานกรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส เมื่อวันที่ 2 พฤษภาคม 2526 เธอได้ปรารภกับลูกศิษย์ และตัดสินใจยกที่ดินหนึ่งแปลงเนื้อที่จำนวน ๓๗๑ ตารางวา ในซอยทองหล่อติดกับบ้านพักของเธอให้มูลนิธิปรีดี พนมยงค์ จัดสร้างเป็นสถาบันปรีดี พนมยงค์ เพื่อดำเนินกิจกรรมเผยแพร่แนวความคิดอุดมการณ์สันติธรรมและประชาธิปไตยสมบูรณ์ของ ปรีดี พนมยงค์ อีกทั้ง เป็นศูนย์ศิลปวัฒนธรรมอเนกประสงค์อำนวยประโยชน์ให้กับสังคม

ครูองุ่นฯ ได้ล้มเจ็บและถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน 2531 อายุ 73 ปี สถาบัน ปรีดี พนมยงค์ ได้ก่อสร้างเสร็จและเปิดดำเนินการอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2538 ได้ดำเนินกิจกรรมตามเจตนารมณ์ของครูองุ่น มาลิก จนถึงทุกวันนี้ เช่นเดียวกับมูลนิธิไชยวนา ที่เธอเป็นผู้ก่อตั้ง

ในปี 2544 มูลนิธิไชยวนา ได้รับความร่วมมือจากคนหนุ่มสาวร่วมสมัยของ “พระจันทร์เสี้ยวการละคร” ซึ่งได้ตั้งปณิธานจักสืบทอดงานสร้างสรรค์ละครหุ่นมือเพื่ออนุรักษ์ “หุ่นผ้าขี้ริ้ว” ของครูองุ่น มาลิก และสร้างงานละครหุ่น รวมทั้งกิจกรรมสื่อสร้างสรรค์สำหรับเด็ก และเยาวชนอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับส่งเสริมพัฒนาอนุชนและเยาวชนให้เกิดความสร้างสรรค์ทางด้านศิลปวัฒนธรรมและการศึกษา โดยใช้ชื่ออย่างเป็นทางการว่า “โครงการสื่อศิลปวัฒนธรรมละครหุ่นครูองุ่น มาลิก (คณะละครยายหุ่น)” คณะละครยายหุ่น ได้เปิดตัวเป็นครั้งแรก เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2544 ณ สถาบันปรีดี พนมยงค์ ในงาน “มหกรรมการแสดงแสนหรรษา ตอน ยุทธการขยับหุ่น” หลังจากนั้น ได้ตระเวนจัดการแสดง เปิดการอบรมการผลิตหุ่นมือ และไปร่วมจัดกิจกรรมกับองค์กรอื่นๆ อย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

แหล่งที่มาของข้อมูลและรูปภาพ

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

มาเต้น... ไลน์แดนซ์...กันเถอะ - กุหลาบ ไทรโพธิ์กู่

มาออกกำลังกายแนวใหม่ด้วยจังหวะดนตรี โดยไม่ต้องมีคู่เต้นก็สนุกสนานได้ การเต้นรำนอกจากเป็นกิจกรรมยามว่างที่มีประโยชน์มากแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้หลาย ๆ คนมีความสุข สนุกสนานอีกด้วย โดยเฉพาะฉัน ณ ตอนนี้....

ตั้งแต่ต้นเดือนมีนาคมที่ผ่านมา ฉันได้ไปเข้าคอร์สเรียนเต้น ไลน์แดนซ์มา ฉันอยากเรียนเต้นรำมานานมากแล้ว เต้นอะไรก็ได้ ขอให้ได้เต้น เต้น เต้น ....แต่ลุงข้างๆ ไม่ค่อยเห็นด้วย คงเห็นว่าฉันน่ะแก่เกินแกงแล้วมัง และฉันก็ไม่เคยเจอโปรแกรมการเรียนที่เหมาะสมด้วย จึงไม่สบโอกาสสักที ...และแล้วความฝัน บวกกับความมุ่งมั่นของฉันก็เป็นจริง เมื่อฉันเห็นประกาศรับสมัครเรียน “ไลน์แดนซ์” ในหน้าหนังสือพิมพ์...จริงๆ ไม่รู้จักหรอกว่าเป็นการเต้นแบบไหน ก็ถามลุงนั่นแหละ แล้วก็เข้าไปดูข้อมูลที่เวปไซต์ จากนั้นก็ไปสอบถามรายละเอียดและยื่นความจำนงขอสมัคร วันแรกเขาให้ไปลองดูก่อนได้ แต่ก็ต้องเสียตังค์นะ (นึกว่าจะให้ไปลองฟรี) ฮ่าฮ่า...คราวนี้ลุงไม่ว่าอะไร พอไปลองเต้นแล้วก็สนุกดังคาด จึงสมัครเรียน โดยเรียนแค่อาทิตย์ละ 1 วัน ครั้งละ 1 ชั่วโมง 45 นาที เป็นคอร์ส 3 เดือน ฉันมีเพื่อนร่วมชั้นรวมสิบสองคน อายุเฉลี่ยประมาณห้าสิบได้ ...มีฉันหัวดำอยู่คนเดียว..ทำซ่าส์..ไปเรียนกับเขาด้วย

ฉันเรียนได้เดือนหนึ่งแล้วจึงรู้ว่าไม่ใช่เรื่องง่ายๆ เลย ต้องจำท่าทางให้ได้ เต้นถูกบ้าง ผิดบ้าง กลับบ้านมาก็ซ้อมต่ออีก ด้วยเกรงว่าเวลาไปเรียน เต้นไม่ถูกท่า จะอายเขาแย่ แต่ฉันสนุกและมีความสุขกับการเต้น และการจดจำท่าทางให้ได้ ซึ่งก็เป็นความท้าทายไม่น้อย ฉันจึงอยากจะแบ่งปันความสนุกสนาน และประโยชน์ของการเต้น ให้กับเพื่อนๆ บ้าง เผื่อมีใครสนใจ อยากจะไปเรียนไลน์แดนซ์อย่างฉันบ้าง.....

ว่ากันว่า...**ไลน์แดนซ์**...(Line dance) เป็นที่รู้จักกันจริงๆ ในปี ค.ศ. 1952 จากรายการทีวีของอเมริกา ที่ชื่อว่า ” American Bandstand” ต่อมาในปี ค.ศ. 1978 หนังเรื่อง “Saturday Night Fever” การเต้นไลน์แดนซ์ก็เป็นที่ฮือฮามากขึ้น และยิ่งเป็นที่นิยมมากขึ้นเมื่อ Jonh Travotra แสดงในหนังเรื่อง “Urban Cowboy” คราวนี้มาพร้อมกับการแต่งกาย ดนตรี และการเต้นแนวตะวันตกด้วย

ไลน์แดนซ์ เป็นที่นิยมและรู้จักอย่างแพร่หลายมากที่สุด ในปี ค.ศ. 1992 จากความฮิตของเพลง “Achy Breaky Heart” ของ Billy Ray Cyrus และทำให้การเต้นไลน์แดนซ์ดังเป็นพลุเลยทีเดียว

ในปี ค.ศ. 2001 ไลน์แดนซ์ ก็ถูกจัดให้มีฐานะเป็นกีฬาชนิดหนึ่งอย่างเป็นทางการ ไลน์แดนซ์ เป็นการเต้นคนเดียว โดยแต่ละคนเต้นอยู่ในแถวต่อๆกันไป อาจมีเพียงแถวเดียวหรือมากกว่า เป็นการเต้นที่ทุกคนเต้นในท่าเดียวกัน การเต้นมีตั้งแต่ระดับง่ายไปจนถึงยาก แต่ไม่มีคำว่า “เบื่อ” ข้อดีของ การเต้นไลน์แดนซ์คือ จะเต้นกี่คนก็ได้ สามารถเต้นและสนุกได้ตลอดเวลา และไม่ต้องกลัวว่าคู่เต้น จะมาเหยียบเท้า และเป็นการเต้นเพื่อการออกกำลังกายประจำวันได้ เช่นเดียวกับการเต้นแอโรบิก แต่ช่วยให้การเต้นมีสเต็ปมากขึ้นด้วย

ตามที่ฉันได้โฆษณาตั้งแต่แรก ว่าเป็นการออกกำลังกายที่ดี คราวนี้มาดูกันว่า การเต้นไลน์แดนซ์ นั้นเป็นประโยชน์กับร่างกายและจิตใจอย่างไรบ้างนะคะ

Dmag19.indd 48 30.08.14 17:47

ประโยชน์ของ „การเต้น“

อารมณ์ดี

จากการศึกษาพบว่า การได้ฝึกฝีเท้ากับท่าเต้นรำจะช่วยให้มีความเชื่อมั่นมากขึ้นและมีความพึงพอใจ เพราะมีการหลั่งฮอร์โมนแห่งความสุข เส้นประสาทได้ผ่อนคลายและเสียงดนตรีก็สกัดกั้นไม่ให้ฮอร์โมนแห่งความเครียดเข้ามาใกล้

สมอง

ขอนำผลการศึกษาและวิจัยมาอ้างเพื่อความน่าเชื่อถือค่ะ ...ยกตัวอย่าง กรณีศึกษาของ ศาสตราจารย์ โจ เวิร์กฮีส (Joe Verghese) ศาสตราจารย์ ด้านประสาทวิทยา วิทยาลัยแพทยศาสตร์ อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ (Albert Einstein College of Medicine) นิวยอร์ค สหรัฐอเมริกา พบว่าการเต้นเป็นการกระตุ้นให้สมองตื่นตัวและทำงานได้สมบูรณ์ตลอดเวลา การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เช่น ท่าเต้นรำจะช่วยเพิ่มความสามารถในการปรับตัวและรับสถานการณ์กะทันหันได้ สมองเป็นตัวเร่งและในขณะเดียวกันก็พัฒนาและเชื่อมโยงเส้นประสาท นอกจากนี้ การได้เคลื่อนไหวร่างกายก็จะช่วยให้เลือดไหลเวียนดีที่สมองจึงไม่น่าแปลกใจที่กีฬาช่วยให้ออนเยาว์ได้

สมาธิดี

บางคนอาจคิดว่า สมาธิเป็นเรื่องของศาสนาเท่านั้น และต้องสร้างด้วยการ นั่งเฉยๆ หลับตา และกำหนดลมหายใจเข้าออก แต่จริงๆแล้ว สมาธิคือการจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เมื่อเรามีใจจดจ่ออยู่กับท่าเต้นอย่างต่อเนื่อง ก็ถือว่าเป็นการสร้างสมาธิแล้วค่ะ แล้วต้องใช้สมาธิสูงซะด้วย ไม่งั้นจำท่าไม่ได้นะค่ะ ตอนฉันเต้น ต้องเตือนตัวเองตลอดเวลาว่าจำให้ได้นะ จำไว้นะ เต้นแบบนี้ แบบนี้...

หัวใจ

การเต้นรำช่วยให้หลอดเลือดและหัวใจแข็งแรง และจากการศึกษาของนักวิชาการชาวอิตาเลียนพบว่า การเต้นรำดีกว่าการขี่จักรยาน เพราะการหายใจลึก ๆ จะช่วยให้ออกซิเจนเข้าไปในเลือดมากขึ้นและการเต้นของหัวใจจะดับกลาง (120-150) ขณะเต้นรำดีสำหรับอวัยวะที่สำคัญที่สุดของเรา

กล้ามเนื้อ

คุณรู้สึกตึงต้นคอและไหล่มั้ย การเต้นรำจะช่วยให้บริเวณหลังแข็งแรงและช่วยให้หลังเหยียดและผ่อนคลาย

กระเพาะปัสสาวะ

การอยู่ในท่าตรงเป็นการบริหารกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะ กล้ามเนื้อขาและกล้ามเนื้อหลัง เป็นการป้องกันกระเพาะปัสสาวะอ่อนแอ

ระบบภูมิคุ้มกัน

การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องเป็นการกระตุ้นเซลล์นักฆ่าให้ทำงานอย่างว่องไวในการต่อสู้กับไวรัสและแบคทีเรีย

สง่างาม

การเต้นรำช่วยให้มีความสามารถในการทรงตัวและมีท่วงท่าสง่างาม ช่วยให้การเคลื่อนไหวเร็วขึ้นและนุ่มนวลขึ้น เป็นการลดความเสี่ยงจากการหกล้ม

แหม...การเต้น อย่างเดียว ได้ประโยชน์หลายทางจริงๆ เลยใช่ไหมค่ะ

และสิ่งสำคัญที่เราจะได้รับ จากการเรียนเต้นรำก็คือ ทักษะทางการเต้นที่จะเป็นทักษะติดตัวเราตลอดไป โดยที่เราสามารถพัฒนาเทคนิคการเต้นเพิ่มเติมไปได้เรื่อย ๆ ซึ่งสามารถเต้นกับใครก็ได้และสนุกกับการเต้นรำได้ตลอดไป.....ค่ะ

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

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

ที่มา:

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

Dmag19.indd 49 30.08.14 17:47

70 ปี ดี-เดย์ - เบญจมาศ คลิงเลอร์

70th ANNIVERSARY D-DAY NORMANDY LAND OF LIBERTY

ทัวร์สงครามโลกครั้งที่สองที่ยุทธภูมินอร์มังดี เพื่อย้อนรอยประวัติศาสตร์การรบในปี พ.ศ.2487 (ค.ศ. 1944) ระหว่างกองทัพนาซีเยอรมัน ฝ่ายอักษะที่ยึดหัวหาดอยู่ในยุโรปด้านตะวันตก กับกองกำลังสัมพันธมิตร ทหารกว่าหนึ่งแสนหกหมื่นนาย ยกพลขึ้นบกภายใต้ชื่อแผนการรบที่เรียกว่า ปฏิบัติการโอเวอร์ลอร์ด (Operation Overlord) โดยการนำของผู้บัญชาการสูงสุดฝ่ายสัมพันธมิตร พลเอก ดไวท์ ดี. ไอเซนฮาวด์ และเรียกวันนี้ว่า „วันดี-เดย์“

รุ่งอรุณวันที่ 6 มิถุนายน พ.ศ.2487 กองทัพเรือที่ใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์การทำสงครามของโลก ได้เดินทางข้ามช่องแคบอังกฤษมาขึ้นบกที่หาดนอร์มังดี ประเทศฝรั่งเศส มีรหัสหาดยูท่าห์ (Utah) โอมาฮ่า (Omaha) โกลด์ (Gold) จูโน (Juno) และซอร์ด (Sword) ขณะที่ยกพลขึ้นบกบนหาดยังมีเครื่องกีดขวาง ถูกต่อต้านโดยปืนใหญ่ ปืนกลหนัก เครื่องยิงลูกระเบิด รั้วลวดหนาม คูดักรถถัง และกับระเบิดบนหาด เป็นจำนวนมาก ที่เรียกว่า กำแพงแอตแลนติก (Atlantikwall) ที่บุกเข้าตีได้ เพราะทหารพลร่มร่วมบุกเข้าตีจากด้านหลังด้วย จึงทำให้ทหารที่มารบในยุทธภูมินี้เสียชีวิตกันอย่างมากมาย โดยเฉพาะที่หาดโอมาฮ่า ตามแนวหาดนอร์มังดีมีทหารสัมพันธมิตรเสียชีวิตในวันดีเดย์เก้าพันกว่านาย เป็นทหารเยอรมันมากกว่าสี่พัน(ไม่มีบันทึกที่แน่ชัด) กองกำลังสัมพันธมิตรใช้เวลาการรบในยุทธภูมินอร์มังดีนี้ทั้งหมดสองเดือน จึงช่วยปลดปล่อยปารีสได้สำเร็จและยุทธภูมินอร์มังดีสิ้นสุดลงเมื่อวันที่ 25 สิงหาคม พ.ศ.2487 โดยมีทหารกล้าเสียชีวิตจำนวนมาก

ชัยชนะในเหตุการณ์วัน ดี-เดย์ เป็นช่วงเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญของสงครามโลกครั้งที่ 2 เพราะเป็นจุดเริ่มต้นหรือจุดพลิกผันที่ทำให้ฝ่ายพันธมิตรได้รับชัยชนะ จึงถือว่าเป็นการยุทธ์เพื่อเสรีภาพ ทำให้สงครามโลกครั้งที่ 2 ยุติลงในเวลาอีก 1 ปี ต่อมา

งานครบรอบปีที่ 70 รำลึก ดี-เดย์ ยุทธภูมินอร์มังดี

ตั้งแต่วันที่ 5 มิถุนายน ถึง 21 สิงหาคม พ.ศ. 2557 นอร์มังดีจะรำลึกครบรอบปีที่ 70 ด้วยอารมณ์แห่งความมงดงาม ปีนี้จะเป็นช่วงเวลาการสะท้อนให้เห็นถึงความแข็งแกร่งเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันในระดับชาติและระดับนานาชาติ

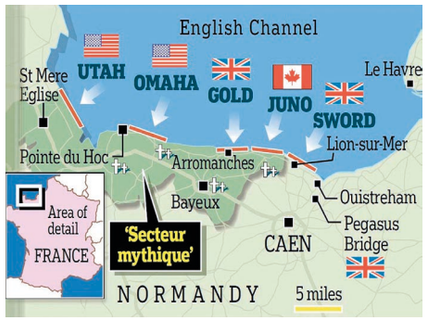
Dmag19.indd 50 30.08.14 17:47

วันที่ 6 มิถุนายน พ.ศ.2557 มีพิธีสำคัญระดับโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งได้รับเกียรติจากทหารกล้าจากยุทธภูมินอร์มังดี จำนวน 177 คน ที่จะเข้าร่วมเหตุการณ์ประวัติศาสตร์นี้ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของยุทธภูมินอร์มังดีและสิ่งที่ประทับใจคนเหล่านั้นคือ „ ความทรงจำ „ แห่งสันติภาพ เสรีภาพ ภราดรภาพ และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ที่เสียสละต่อสู้เพื่อคนรุ่นหลังให้มีชีวิตดำรงอยู่มาได้ตราบทุกวันนี้ และทหารกล้าเหล่านี้อาจจะได้มาร่วมเป็นพยานในงานรำลึกเหตุการณ์วัน ดี-เดย์ เป็นครั้งสุดท้าย (เนื่องจากสูงวัยมากแล้ว)

การจัดงานครบรอบปีที่ 70 ดังกล่าวเป็นโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความขอบคุณนิรันดร์และมิตรภาพที่เป็นอมตะโดยชาวฝรั่งเศสกับชาวอังกฤษ ชาวอเมริกันและชาวแคนาดา โดยเราจะเห็นธงชาติฝรั่งเศส อังกฤษ อเมริกันและแคนาดา ประดับอาคารสถานที่ตลอดเส้นทาง 80 กิโลเมตร ในการปลดปล่อยฝรั่งเศส

ชาวฝรั่งเศสขอแสดงความกตัญญูและระลึกถึงอย่างไม่มีที่สิ้นสุดในเกียรติของพลเรือนที่เสียชีวิตจากฝ่ายกองกำลังสัมพันธมิตร และเหยื่อผู้เคราะห์ร้ายจำนวนมาก และเคารพต่อความกล้าหาญของประชาชนในนอร์มังดีในการเผชิญกับสถานการณ์ครั้งนั้น ชาวนอร์มังดีมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย แต่ได้แสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นในการสร้างอนาคตโดยไม่ละเลยประวัติศาสตร์และจะอยู่ในสายตาของชาวโลกตลอดไปจากการเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์และอนุสาวรีย์หลายแห่งในเขตนอร์มังดี

ผู้ที่มาร่วมงานจะได้เห็นความอลังการของพิพิธภัณฑ์ที่มีชีวิตชีวาตลอดเส้นทางกว่า 80 กิโลเมตร นอกจากนี้ ตลอดช่วงเวลาของงานครบรอบปีที่ 70 นี้ มีกิจกรรมที่น่าสนใจจากกลุ่มชนที่ชื่นชอบเกี่ยวกับการทหารซึ่งได้มารวมตัวกันตั้งค่ายและแสดงสิ่งของที่สะสมดูแลมาตลอดทั้งชีวิต ให้ชมผู้เข้าชมงานได้ชื่นชมด้วยตลอดเส้นทางและทั้งวันด้วย



อ้างอิงข้อมูล

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

Dmag19.indd 51 30.08.14 17:47

ทำตัวให้เป็นนางเอก (มีอีคิว) – นพ. เทอดศักดิ์ เดชคง

“นางเอก” ย่อมเป็นบทบาทที่ผู้หญิงจำนวนมากใฝ่ฝัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชีวิตจริง ซึ่งไม่มีผู้กำกับคอยชี้แนะ ในสถานการณ์จริงย่อมเป็นเรื่องยากเพราะแม้ใจจะอยากเป็นนางเอกกว่าคำพูดและการกระทำอย่างไม่ใช่ นอกจากนี้หลายคนยังอาจ “ติดภาพ” ของการเป็นนางเอกในแบบไทยๆ ไม่ว่าจะเป็นการ “ดื่มน้ำส้มดั้น” การถูกกลั่นแกล้ง (แบบบ้านทรายทอง) หรือการเจอพระเอกอย่างบังเอิญ ทั้งหมดนี้คงไม่ใช่นางเอกในแบบที่พบเห็นในชีวิตจริงอย่างแน่นอน

แน่นอนว่านางเอกที่ดีต้องมีทั้งไอคิวคือคิดเป็นและอีคิวคือการจัดการอารมณ์ที่ดี ไม่เสียงานเหตุเพราะอารมณ์นั่นเอง

เมื่อไม่นานมานี้เองผมได้ไปบรรยายแก่กลุ่มคนไทยที่ประเทศ ลักเซนเบิร์ก การบรรยายนั้น แม้ว่าผมจะเป็นผู้บรรยาย แต่ก็มักได้พบกับบทเรียน หรือตัวอย่างประสบการณ์อันมีค่าแก่การถ่ายทอดกันอยู่เสมอๆ ครั้งนี้ก็เช่นกัน ผมพบกับสตรีท่านหนึ่งซึ่งขอใช้ชื่อว่า “คุณณี”

คุณณีเป็นตัวอย่างที่ดีของการเป็น “นางเอก” นอกจอที่น่าเอาแบบอย่าง คุณณีนั้นแต่งงานกับสามีชาว ลักเซนเบิร์ก ได้กว่า 5 ปี แล้ว แรกๆ ที่เธอเข้ามาอยู่ในครอบครัวของสามีนั้น เธอต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมายไม่ว่าจะเป็นเรื่องของภาษาที่เธอต้องเรียนรู้โดยเฉพาะภาษาฝรั่งเศส ที่ครอบครัวสามีใช้อยู่ นอกจากนี้แม่สามีที่คอยดูถูกเธอว่าเป็นผู้หญิงที่หวังสมบัติสามี แต่งงานเพื่อจะรอวันสามีตายเพื่อจะได้มีฐานะ ก็ทำให้เธอได้รับการตำหนิ และไม่ยอมรับอยู่เสมอ

คุณณีเล่าว่า แรกๆ ก็เครียดมากแต่ต่อมาก็มองดูเหตุการณ์แบบนี้อย่างเข้าใจและพยายามปรับตัว

เธอเรียนภาษาฝรั่งเศส จนพูดจารู้เรื่อง แม้จะไม่เต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ (ซึ่งเธอก็บอกว่าดีเหมือนกันที่ไม่ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะทำให้เธอฟังเสียงบ่นว่าของสามีไม่รู้เรื่อง จะได้ไม่เครียดมาก)

เธอขยันทำกับข้าวไทยๆ ให้ครอบครัวสามีได้ลิ้มลอง อยู่เสมอ แม้จะมีเรื่องตำหนิบ้างเวลาเธอซื้อผักมาในปริมาณที่มากเกินใช้

แรกๆ เธอก็งงอยู่เหมือนกันที่ถูกสามีต่อว่าเรื่องซื้อแตงกวา มา 2 ลูก เพราะสลัดของเธอนั้นได้ใช้แตงกวา ไปแค่ลูกเดียว เรื่องนี้ทำให้เธอเข้าใจในความประหยัดที่ออกจะใกล้กับความขี้ตืดของคนยุโรป

ทั้งหมดนี้กล่าวมาแล้วนี้เป็นความเก่งในการปรับตัวของเธอแต่เรื่องที่น่าประทับใจที่สุดนั้นเกิดขึ้นเมื่อเช้าวันที่เธอมาฟังบรรยายนี่เอง

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

ก่อนหน้านี้เธอได้ซื้อหม้อ สแตลเลส มือสองมาจากตลาดนัด ด้วยความที่เป็นหม้อมือสอง จึงทำให้สภาพของหม้อทั้ง 3 ใบ นั้นทั้งดำและดูเขลาะเป็นอย่างยิ่งครั้งเมื่อแม่สามีมาเห็นก็บ่นว่า เธอว่าทำไมถึงโง่ซื้อหม้อที่ใช้ไม่ได้มา สามีมาเห็นก็บ่นอีกเป็นรอบสอง

หากเป็นคุณจะทำอย่างไร?

บางท่านอาจเถียงเพื่อบอกว่าฉันอยากประหยัดต่างหาก

บางท่านอาจทิ้งหม้อทั้งหมดไปเพื่อความสะใจ

บางท่านอาจนั่งร้องไห้ด้วยความทุกข์ระทมใจว่าทำไมชีวิตเราถึงลำบากเช่นนี้

แต่คุณณีเธอ “เลือก” ที่จะพิสูจน์ด้วยว่าหม้อทั้ง 3 ใบนั้นยังใช้งานได้ดี เธอจึงบรรจงขัดหม้อทั้งหมดจนแวววาว ขาวสะอาด โดยใช้เวลาไปกว่า 3 ชั่วโมง

เมื่อแม่สามีมาเห็นหม้อในสภาพใหม่แล้ว ก็อดเอ่ยปากไม่ได้ว่า “ดูดีเหมือนใหม่จริงๆ”

สิ่งที่คุณณีทำนี้เป็นการพิสูจน์ความจริงด้วยการกระทำอย่างสร้างสรรค์และนี่คือตัวอย่างของผู้ที่จะเป็น “นางเอก”

เพราะนางเอก มิใช่ผู้ที่จะนั่งร้องไห้โทษแต่โชคชะตาหรือ รอคอยแต่อัศวินขี่ม้าขาวมาช่วย แต่นางเอกเป็นผู้เริ่มต้นในสิ่งที่สร้างสรรค์และเกิดประโยชน์ เลือกที่จะทำให้ดูมากกว่าการพูดเถียงโดยไม่ได้ชัยชนะ นั่นเอง

เราอาจเลือกสิ่งที่เจอไม่ได้ซะทุกอย่างแต่ก็ยังพอที่จะเลือกว่าจะรับมืออย่างคนมีอีคิว(นางเอก) ได้

Dmag19.indd 52 30.08.14 17:47

เมื่อหญิงแกร่งอย่างฉันป่วยในเยอรมนี - มันทณา เพ็นส์เลอร์

@ Terminal 21 **สุขุมวิท กรุงเทพ ประเทศไทย**

โลกเอียง! อยู่ดีๆ ฉันก็เดินเซบนรองเท้าส้นสูง 3 นิ้วที่ปกติจะขึ้นเขา เดินไกล ความสูงของรองเท้าไม่ใช่ปัญหา เอ๊ะ! หรือว่าเพราะฉันยังไม่ได้กินอะไร ยกโทรศัพท์ขึ้นมาดูเวลา บ่ายโมงแล้ว อืม..คงเพราะฉันหิว ชวนคุณสามีเลือกร้านใน Terminal 21 นี่แหละ เดอะเทอเรส ฉันเลือกแกงส้มกุ้ง และน้ำพริกผักชุด อาหารที่นี่รสชาติดีทีเดียว น้ำแตงโมปั่นก็รสดีเย็นชื่นใจ อิ่มและอร่อย

ในคืนนี้ ฉันและสามีต้องเดินทางกลับเยอรมันแล้ว หลังจากที่มาเมืองไทยเพื่ออบรมหาความรู้เพิ่มเติม และทำธุระเรื่องงาน เป็นเวลาหนึ่งเดือนเต็มๆ ในเดือนเมษายนที่มีเทศกาลสงกรานต์ ฉันหลบความร้อนและการเล่นน้ำไปพักในบรรยากาศธรรมชาติเงียบสงบสองวันเต็มเป็นการคั่นรายการตามด้วยปิดท้ายก่อนกลับสามีเดินทางตามมา ฉันปิดท้ายทริปเมืองไทยรอบนี้ด้วยการเยือนทะเลสมุย แสนรักหนึ่งอาทิตย์ก่อนเข้ากรุงเทพ

แมะ!.. ถึง Terminal 21ไม่ช้อปปิ้ง คงไม่ใช่ฉันสิ อิ่มแล้วเตรียมตัวช๊อปปิ้งละนะ อิอิอิ....เดินเซ..!! ทุกอย่างตรงหน้ามืด และหายไป เอ๊ะ ...ฉันเป็นอะไรไปนี่ เดินต่อ เซ.. มืด .. และหายไป.. ผิดปกติหลายครั้งแล้วนะ ก็ไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะฉันเป็นคนสุขภาพดี ถึงแม้จะทำงานหนักด้วยหน้าที่ความรับผิดชอบในการบริหารธุรกิจส่วนตัว รวมถึงงานอาสาทั้งหลายทั้งปวง ฉันออกกำลังกายสม่ำเสมอ อาจจะเป็นเพราะเป็นคนเข้มแข็ง ไม่ยอมรับความเจ็บป่วยที่ร่างกายมี ถ้าทนได้ฉันทน.... ถึก! ฉันสนุกกับงานที่ทำที่รับผิดชอบ จนล้นมือล้นหัว ซึ่งคนส่วนใหญ่จะมองว่าฉันบ้างาน และเครียดน่าดู

เสื้อผ้าแฟชั่นที่ดีไซเนอร์ออกแบบเอง ที่ Terminal 21 ละลานตามากขอบอก ฉันละลายทรัพย์ที่นี่บ่อยๆ แต่...เอ๊ะ... อีกแล้ว เดินเซ .. มืด.. และหายไป.. เริ่มมีอาการถี่ขึ้น... ฉันไม่ได้ปวดหัวนะ ทั้งๆที่ปกติ ไมเกรน เธอคือเพื่อนสนิท แต่วันนี้ฉันไม่มีเธอ ...ฉันตัดสินใจบอกกับสามีว่า“ ถ้าฉันเป็นลมล้มลงไป หรือฉันหมดสติ ฉันเชื่อว่าคนแถวนี้จะช่วยเธอส่งฉันถึงโรงพยาบาล เธอฟังนะ ฉันไม่ได้ปวดหัว ไม่ได้มีไข้ ไม่ได้หิวข้าว มีแรงปกติดี แต่ฉันเดินแบบเสียการทรงตัว เซ และ มันมืดเป็นพักๆ „ สามีตกใจมาก เพราะคิดว่าที่ฉันเซ เพราะมัวแต่ดูเสื้อผ้าไม่สนใจมองทางเดิน สามีถามจะไปโรงพยาบาลเดี๋ยวนี้ไหม ...หญิงถึกอย่างฉัน บอกกับสามีว่า“ ไม่ „เราเดินกลับโรงแรมที่พักที่อยู่ใกล้ๆ เถอะ ฉันอยากนอนพัก เพราะอีกหลายชั่วโมงกว่าจะถึงเวลาแพ็คกระเป๋า และเตรียมตัวกลับเยอรมนี

เรื่องหลับไม่ใช่เรื่องใหญ่ ฉันเป็นคนนอนง่าย แค่หัวถึงนอน ไม่นานหลับได้เลย ไม่ว่าจะอยู่ในสภาวะสถานการณ์แบบไหนก็ตาม ฉันนอนหลับไปสองชั่วโมงเต็ม ตื่นมาด้วยอาการปกติ แพ็คกระเป๋าเตรียมตัวเดินทางกลับเยอรมนี โดยไม่เอะใจเลยว่า อาการก่อนหน้านี้ คือ สัญญาณที่ร่างกายเตือน

@ Home Germany

ฉันตื่นสายมาก แต่.. ชาตั้งแต่หัว ไม่เหมือนอาการปวดหัวไมเกรน ไม่เหมือนอาการปวดหัวปกติ แต่ปวดแบบมึนๆชาๆเหมือนสมองไม่ทำงาน บ่า แขน ขา ด้านซ้ายทั้งแถบ ชา...บ่าแข็งเป๊ก คอหันไม่ได้ นิ้วมือนิ้วเท้าล็อค ประมาณสองสามนาทีคลาย และหลายชั่วโมงให้หลัง ล็อคอีก ฉันคิดอยู่คนเดียวว่า ไม่นะๆ ไม่เป็นอัมพฤกษ์นะ ฉันตะโกนลั่นเรียกสามี แต่ปากอ้าได้นิดเดียว หน้าชาครึ่งซีก พยายามอธิบายสามีว่า ตัวเองเป็นอะไร สามีรีบโทรหาหมอประจำบ้าน(Hausarzt) แต่ต้องรอถึงสามวันถึงจะถึงคิวนัด ฉันปวดหัว มึนๆชาเหมือนมันจะหัวจะระเบิด กลัวจะเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาต แต่ต้องรอนัดถึง 3 วัน อยากจะร้องไห้ นี่ถ้าเป็นเมืองไทย ฉันคงไปโรงพยาบาลทันที ตามความเข้าใจของผู้หญิงแกร่ง(ถึก)อย่างฉัน ที่เกือบสิบปี ไปหาหมอแค่ตามนัดตรวจสุขภาพประจำปี ตามประสาผู้หญิงเท่านั้น ฉันเข้าใจว่า ไม่ว่าจะป่วยเป็นอะไรก็ตามจะต้องไปพบหมอประจำบ้านก่อน แล้วหมอประจำบ้านก็จะส่งไปหาหมอรักษาตามอาการหรือผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง

ฉันตัดสินใจ กินยาแก้ปวด แล้วพยายามดื่มน้ำเยอะๆ อาบน้ำ และทำตัวปกติ ไม่อ่านหนังสือ ไม่ทำงาน ไม่รับโทรศัพท์ และที่สำคัญ ล็อคเอ้าท์เฟสบุ๊ค

เช้าวันถัดมา ฉันมีอาการปวดหัวน้อยลง แต่ยังคงชาที่ด้านซ้าย สามีคงความเห็นว่า เกิดจากฉันเครียด แค่พักคงจะดีขึ้น... ไม่สิน่ะฉันแอบปฏิเสธในใจ เพราะฉันรู้จักตัวเองดี ผู้หญิงที่ไม่ยอมป่วยอย่างฉัน ถ้าฉันถึงขนาดกลัวกับอาการที่เป็นอยู่ แสดงว่าต้องมีอะไรผิดปกติกับร่างกายฉัน

ฉันตัดสินใจ รวบรวมสมาธิ ตั้งใจเขียนสรุปอาการทั้งหมดที่ฉันมี เล่าประวัติสุขภาพส่วนตัว ตลอดจนสัญญาณเตือนก่อนฉันบินกลับเยอรมนี ส่งไปให้พี่ที่นับถือกันช่วยกรุณาแปล เพราะฉันรู้ว่าถ้าไปพบหมอ หมอจะต้องซักประวัติอาการป่วย และเล่าอาการ แล้วภาษาเยอรมันแบบของฉันนี่หรือ จะไปเล่าสิ่งเหล่านี้ หวังพึ่งสามี ที่วินิจฉัยให้ฉันไปเรียบร้อย ว่าฉันเครียด จนประสาทเกร็ง ถ้าหวังพึ่งเขาแลคงจะไม่ได้การ

@ **หมอประจำบ้าน** (Hausarzt)

แล้วก็ถึงวันที่ฉันได้นัดพบหมอ เพื่อนรักที่พักที่บ้านด้วยเป็นคนขับรถไปส่ง และนัดพบกับสามีที่ทำการ Hausarzt แล้วก็เป็นอย่างที่ ฉันคาดการณ์ สามีบอกว่า ฉันน่าจะเครียด และเกิดอาการเกร็งตามกล้ามเนื้อจนชา หมอหันมาถามอาการฉัน ฉันตอบด้วยภาษาอังกฤษผสมภาษาเยอรมันแบบยืดยานคาง และดูท่าว่าจะไม่ได้เรื่อง ฉันควักโทรศัพท์ขึ้นมา เปิดโน๊ต ประวัติอาการป่วยของฉัน และอาการที่ฉันมี ที่ได้รับการช่วยเหลือจากพี่ที่นับถือแปลให้ ส่งให้หมอ เมื่อหมออ่านจบ ก็ให้ฉันชั่งน้ำหนัก วัดความดัน (ต่ำมาก) ดูดเลือด (เจาะเลือด)ไปสี่หลอดเบ้งๆ วัดอุณหภูมิ ร่างกาย (ปกติ) กลอกตาซ้ายขวา บน ล่าง (แน่นอนว่ามันช้า เพราะแทบจะบังคับไม่ได้) ทดสอบความรู้สึกผิวหนัง (ด้านซ้ายฉันรู้สึกน้อยมาก) ให้ออกแรงบีบทั้งซ้ายขวา (ซ้ายฉันไม่มีแรง) ให้ตอบว่า ปวดหัวระดับไหน หนึ่งถึงสิบ เอาละสิ เอาอะไรมาเป็นเกณฑ์ ในการวัด ฉันถามหมอ หมอบอกให้กะเอา ฉันตอบหมอไปว่า ถ้าเมื่อวานก่อน ระดับเก้า เพราะถ้าระดับสิบ สำหรับฉัน ฉันคงหมดสติ ส่วนวันนี้แค่ระดับห้า มึนๆชา ๆ ไม่ปวดมาก สรุปว่าหมอประจำบ้าน สั่งยาแก้ปวดให้ฉัน และ ให้รอผลตรวจเลือดอีกสามวัน ส่งรายชื่อหมอให้สามีฉัน นัดหมอดังต่อไปOrthopäde, Neurologe,Physiotherapeut (Manuelle Therapie) สามีรีบโทรนัดให้ และก็อีกแหละ โน่น นั่น นี่อีกได้นัดอาทิตย์ถัดไป และที่เร็วสุด คือ Orthopäde มีนัดวันมะรืน

เช้าวันถัดมา ฉันยังคงมีอาการชาด้านซ้าย ยังคงมึนๆ แต่ฉันมีนัดต่อทำหนังสือเดินทางที่สถานกงสุลใหญ่ แฟรงเฟิรต์ น้องสาวขับรถไปส่ง ที่นั่นทุกอย่างเรียบร้อยดี ฉันกรอกแบบฟอร์ม ด้วยการกำปากกาในมือแน่นเท่าที่ฉันจะกำได้(ฉันถนัดซ้าย) แต่...ให้ตายเถอะ ..มือฉันไม่มีแรง แบบฟอร์มที่กรอกแบบพยายามกรอกสุดความสามารถ เมื่อกรอกฯเสร็จแล้ว ฉันนึกอายเจ้าหน้าที่ เมื่อมองดูตัวหนังสือบนแบบฟอร์มนั่น มันโย้ๆ เย้ๆ เหมือนคนเขียนหนังสือไม่เป็น รวมทั้งเวลาที่ใช้กรอกก็นานพอสมควร ถ่ายรูป พิมพ์ลายนิ้วมือ แล้วก็

ถึงตอนสำคัญ เขียนชื่อให้เหมือนในพาสปอร์ตใบเดิม เอาละสิ.... ในพาสปอร์ตเดิม ฉันเขียนตัวบรรจง ตัวเล็กๆ เป็นระเบียบ ฉันจรดปากกา และกำแน่นที่สุดเพื่อบังคับปากกาให้เคลื่อนไปในทิศทางที่ฉันต้องการ ให้ตายเถอะ.... ฉันเขียนชื่อตัวใหญ่เท่าหม้อแกง เจ้าหน้าที่รับแบบฟอร์มไปมองดูชื่อ แล้วก็บอกว่า เขียนใหม่นะคะ พร้อมกับปรินส์ใบใหม่ให้ฉัน... ฉันตอบค่ะ เบาๆ นึกเสียใจพร้อมรู้สึกอายเล็กน้อย ใบที่สอง เหมือนเดิม.... เจ้าหน้าที่ รับมาดู แล้วขยำทิ้ง พร้อมบอกว่า อีกทีนะคะ พร้อมชี้ให้ฉันดูลายมือชื่อในพาสปอร์ตเล่มเดิม ... ฉันอยากจะร้องไห้ พยายามเขียน..มันก็ยังเหมือนเดิม ส่งกระดาษคืนเจ้าหน้าที่ พร้อมกับบอกว่า "พี่ไม่สบายค่ะ" เจ้าหน้าที่คงไม่ทันฟังไม่ทันคิดว่า ฉันพูดว่าอะไร

ใบที่สาม „ไม่ต้องเขียนแล้วค่ะเซ็นเลย“ ฉันยิ้มเจื่อนๆ ก้มหน้าพยายามเซ็นต์ชื่อ เสร็จ!... แต่ฉันรู้ ว่าลายเซ็นในพาสปอร์ต มันก็ไม่เหมือนลายเซ็นฉันอยู่ดี!

ฉันกลับบ้าน โดยมีน้องสาวที่ช่วยอำนวยความสะดวกทุกอย่างรวมทั้งขับรถด้วย ระหว่างเดินมาฉันครุ่นคิดถึงอาการที่ฉันมี และเริ่มรู้สึกมึด วูบ ฉันเอนเบาะลง บอกกับน้องว่าพี่เหนื่อย จะนอนนะ บอกกับตัวเองว่า พรุ่งนี้ฉันมีนัด กับ Orthopäde (คืออะไรก็ไม่รู้ เดี๋ยวพรุ่งนี้ฉันคงรู้แหละ) คงจะรู้มากขึ้นว่าตัวเองเป็นอะไร หลับตาลง หายใจลึกๆ พร้อมๆกับพยายามทำเป็นไม่สนใจอาการมึดๆ ในหัวที่มี ฉันรวบรวมสติสัมปะชัญญะที่มี ท่องบทสวดมนต์ในใจอย่างตั้งใจ จนหลับไปอย่างไม่รู้ตัว

@ออร์โทพีดิกส์ (Orthopäde)

ที่นี่ สะอาดสะอ้าน และมีระบบการฆ่าเชื้อที่สมบูรณ์แบบ รวมทั้งฉันเห็น ผู้คนที่ทำงานที่นี่ก็สะอาดสะอ้านดูดี รูปโปสเตอร์กระดูก หนังสือ และโทรทัศน์ที่นำเสนอเกี่ยวกับเรื่อง สถานที่นี้ และเรื่องพลังงาน/จักระ/ความสมดุล/อาหารสุขภาพ/การออกกำลังกาย/ฝังเข็ม วนกลับไปกลับมา จนถึงเวลานัดของฉัน

คุณหมอผู้หญิงร่างบอบบาง แต่ดูปราดเปรียวสายตารู้เท่าทันโลก เธอมองฉัน แล้วยิ้ม ถามว่าเป็นอะไร สามีที่ปลีกตัวมาจากที่ทำงานเพื่อมาพบหมอกับฉันด้วยความเป็นห่วง ถึงแม้ว่าฉันจะมากับน้องสาวก็ตาม เพราะหลายวันที่ผ่านมา คงเริ่มสังเกตเห็นความไม่ธรรมดา ในอาการป่วย ของฉัน

หลังจากสามีเล่าให้หมอฟัง ถึงอาการที่ฉันมีจนไปพบหมอประจำบ้าน และได้รับนัดสามหมอที่นี่ที่แรก หมอให้ฉันเอ็กเรย์ ช่วงคอ ไหล่ กระดูกสันหลัง เมื่อดูฟิล์มเอ็กซเรย์ ผลออกมาทุกอย่างปกติ และได้ลองทดสอบการเคลื่อนไหวข้อกระดูกความรู้สึกผิวหนัง และลงความเห็นว่า ฉันควรไปพบ Neurologe ให้เร็วที่สุด สามีฉันบอกว่า อาทิตย์หน้า ส่วนพรุ่งนี้ ฉันมีนัด กับ Physiotherapeut (Manuelle Therapie)และได้อธิบายว่า ไม่ได้เรียงว่าจะพบหมอไหนก่อนหมอไหนหลัง ได้รายชื่อหมอมากี่รีบนัด แบบเร็วที่สุดก็ได้ตามที่นัดหมอว่าง

และคุณหมอรูปร่างบอบบางได้ตัดสินใจ ให้ฝังเข็มก่อน รอจนกว่าจะได้พบ หมอ Neurologe เป็นการฝังเข็มครั้งแรกในชีวิตฉัน ถอดเสื้อผ้าเหลือกางเกงในตัวเดียว หมอเริ่มจิ้มเข็มเริ่มจากขาไล่ขึ้นมา แต่ฉันไม่รู้สึกอะไรเลยโดยเฉพาะข้างด้านซ้าย ส่วนด้านขวาฉันรู้ว่าหมอจิ้มเข็ม แต่ไม่เจ็บ รู้สึกเหมือนมดกัด

หมอยังคงปฏิบัติฝังเข็มต่อไป เป้งๆๆ..ฉันมองเห็นเข็มกระดอนที่บนพื้น แล้วเป้งๆๆๆๆเข็มแล้วเข็มเล่า เข็มอีกหลายอันหล่นกระเด้งกระดอนตามมา ได้ยินน้องสาวหัวเราะ และหมอพูดว่า บ่าและหลังเธอทั้งสองข้างแข็งตึงจนฉันปักเข็มไม่ลง งั้นฝังเข็มเท่าที่ทำได้ก่อน น้องสาวฉันหัวเราะ ฉันเองที่กำลังนอนก้มหน้าอยู่ ก็อดขำไม่ได้และ คิดว่าถ้าฉันป่วยแค่จากอาการแข็งตึงของกล้ามเนื้อคงดีสินะ...แต่ฉันรู้สึกได้ว่า ไม่ใช่เหมือนอย่างที่หมอเองก็รู้สึก ฉันควรพบหมอ Neurologe (ระบบประสาท)ให้เร็วที่สุด

@-นักกายภาพบำบัด -Physiotherapeut (Manuelle Therapie)

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

เราได้ยินนักกายภาพบำบัด Physiotherapeut คุยกับลูกค้า ทำให้เรารู้ว่า เราคงรออีกสักพัก เราทั้งคู่กวาดสายตามองสถานที่รอบๆ และหันมาสบตาและยิ้มอย่างไม่ได้นัดหมาย ฉันพอจะรู้ว่า Physiotherapeut มีหน้าที่ทำอะไร รวมทั้งเคยเห็นในทีวีบ่อยๆ ที่มีการโจมตี นวดไทย ที่ไร้การรับรองอย่างเป็นทางการ และชอบนำเสนอ ถึงความเสี่ยงเมื่อรับบริการตลอดจน เรื่องความสะอาด ความปลอดภัย อ้อ ! ฉันลืมบอกไป ฉันเป็นครูสอนนวดไทย และหรีดเม้นท์อื่นๆ เป็นครูสอนโยคะ และมีกิจการนวดไทย/สปาไทยหลายสาขาในเยอรมนี ซึ่งแน่นอนว่า ฉันย่อมจะทำความรู้จักหรือหาข้อมูลเรื่องเพื่อนร่วมอาชีพอยู่บ้างพอสมควร รวมทั้งพอจะเข้าใจและสามารถบอกอาการได้ถูกจุดว่า เกิดอะไรขึ้นตรงไหน และโชคดีที่มีพี่ที่นับถือแปลอาการเป็นภาษาเยอรมันให้ ฉันมีความเห็นว่า สถานที่ฉันนั่งอยู่ในขณะนี้ไม่ผ่านสุขลักษณะ รวมถึงบรรยากาศและกลิ่นอับๆ ด้วย

นักกายภาพบำบัด(Physiotherapeut)ออกมาจากห้องและทักทายเรา พร้อมบอกให้เรารอสักครู่ ผู้มารับบริการคนที่เราได้ยินเสียงเมื่อสักพัก เปิดประตูออกมา พร้อมกล่าวลานักกายภาพบำบัดคนนี้(Physiotherapeut) แล้วก็ถึงตาฉันล่ะ และก็เหมือนเดิมค่ะ น้องสาวฉันได้พยายามบอกอีกครั้งว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน นักกายภาพบำบัดบอกให้เราตามเขาเข้าไปในห้องที่มีกลิ่นอับ มีอุปกรณ์ออกกำลังการสองชิ้น ซึ่งฉันพอจะดูออกว่า เพื่อบริหารข้อ และอีกอันเพื่อยืดเดิน นักกายภาพบำบัดถามถึงอาชีพฉัน (คาดว่าเพื่อการคะเนว่าสาเหตุน่าจะมาจากอะไร) ฉันตอบว่านวดไทย ฉันเห็นแววตาของเขาไหวๆวูบ และพูดว่างานของเราไม่ค่อยต่างกัน อนุญาตให้เขาตรวจสอบสภาพข้อกระดูกไหม ฉันตอบอนุญาต ... มีส่วนไหนในร่างกายที่ฉันเขาต้องระวังมั๊ย... ฉันตอบทุกส่วน เพราะฉันชาที่ด้านซ้าย ความรู้สึกน้อย และคอหันไปด้านซ้ายได้แค่เล็กน้อยเท่านั้น นักกายภาพบำบัดใช้ผ้าเช็ดตัวที่วางอยู่บริเวณนั้น แล้วปูลงบนเตียง ไม่นะ! ผ้านั่นคงใช้มาหลายคนแล้ว อี๋!... น้องสาวฉันก็คงเห็นเช่นเดียวกัน ถึงถามทันทีว่า พี่สาวฉันต้องถอดเสื้อผ้าหรือเปล่า นักกายภาพบำบัดตอบว่า ไม่ต้อง... เฮ้ย!..โล่งอก!

เขาเริ่มจากให้ฉันนั่งบนเตียง และอีกแหละครั้งที่สาม ที่ฉันต้องถูกทดสอบด้วยอุปกรณ์เหมือนม้อนเล็ก เพื่อทดความการเคลื่อนไหวของกระดูกกลิ้งท่อนแขน ท่อนขา เหมือนเดิม ซ้ายความรู้สึกฉันน้อย แล้วก็ให้ฉันนอนหงาย จับคอและบ่าหมุนดูความยืดหยุ่น แน่นอน ว่าไม่เหมือนปกติ ตามด้วยให้นอนตะแคง พาดแขนข้ามไหล่คางแนบอก (ไม่ถนัดและไม่แนบเพราะก้มไม่ได้) เขาถามฉันด้วยภาษาเยอรมันว่า อนุญาตให้กดมั๊ย ฉันตอบ อนุญาต ...พล๊อค ! เสียงฉันถูกดัด ตามด้วยอาการสำลักอากาศ ทำให้ฉันไอโขลกๆๆๆ เขาตกใจมาก! ถามฉันว่าโอเคมั๊ย ฉันตอบโอเค แล้วก็ถึงตอนสำคัญ เขาบอกให้ฉันนอนหงาย นักกายภาพบำบัดประคองหัวฉัน และถามว่า อนุญาตให้หมุนมั๊ย ฉันคิดทันทีว่าตลอดเวลาที่เขาถามว่าอนุญาตมั๊ย คือความยินยอมของฉันเอง หากฉันตอบว่าอนุญาต ฉันตอบทันที ว่า ไม่! (ถ้าจะถามถึงข้อห้ามข้อควรระวัง ในการนวด การดัด อาการ

Dmag19.indd 54 30.08.14 17:47

ที่ฉันเป็นอยู่ ระบม บวม และไม่แน่ใจว่าเกิดจากอะไร ไม่สมควรแน่นอนที่จะดัดคอฉัน! ....) แล้วเขา ตอบว่า โอเค งั้นรอเธอพบ Neurologe ก่อน ฉันแน่ใจว่าเธอไม่เป็นอะไร และเธอต้องกลับมาที่นี่อีก สรุปว่า ฉันไม่ได้จ่ายค่าบริการ เพราะเขาบอกว่า ฉันจะกลับมาอีก (แต่ฉันไม่แน่ใจ) ฉันยืนยันให้ส่งใบเรียกเก็บค่าใช้จ่าย เพราะฉันมีประกันส่วนบุคคล นักกายภายบำบัดยืนยันไม่ส่ง และหากฉันไม่กลับมา จะไปใช้บริการที่สปาของฉัน พร้อมกับหันไปมอง น้องสาวคนงามของฉัน เราลากลับ และเมื่อนั่งในรถเรียบร้อยเราทั้งคู่ หันมาสบตากันพร้อมหัวเราะก๊าก...Physiotherapeut จะหลีน้องสาวฉันละสิ.. เสียใจเธอรักเดียวใจเดียวฮะ

ตกกลางคืน ฉันนอนไม่หลับ ปวดหัวหนักขึ้น และรู้สึกว่าเดินเซ ด้านซ้ายเริ่มชามากกว่าเดิม ฉันพยายามข่มตานอนอย่างทรมาน เช้าวันรุ่งขึ้น ฉันรู้ตัวว่า ควบคุมตัวเองไม่ค่อยได้ ..เบลอๆ และเริ่มสงสัยว่าอาการน่าจะมาจาก สมองสั่งการ หรือระบบประสาท ฉันตัดสินใจเปิดอากู๋ (GooGle) หาข้อมูลอาการที่ฉันมีในสิบกว่าวันที่ผ่านมา ปรากฏว่า เป๊ะๆๆๆกับ อาการเตือน ของ โรคหลอดเลือดสมอง Stroke

ฉันอ่านไป สลับกับการพักเป็นระยะ เพราะตาพร่า ปวดหัว น่ากลัว! ....ฉันส่งข้อความถึงสามีให้หาข้อมูลในอินเตอร์เนตอ่าน อาการที่เป็น ผ่านไปยี่สิบนาที สามีโทรมาบอกให้เพื่อนรักฉันขับรถไปส่งที่โรงพยาบาลเดี๋ยวนี้ ไปถึง โรงพยาบาล(ที่ช่องฉุกเฉิน) ฉันรู้สึกกลัวรถพยาบาล กลัวชุดสีส้มที่บรรดา ผู้คนหน่วยฉุกเฉินใส่ (ฉันไม่รู้ว่าเรียกว่าอะไร) กลัวแผนกนี้ กลัวคนป่วยที่นอนรอคิว แล้วทุกคนอาการหนัก สามีมาถึงทำนัดคิวให้ฉัน ที่เคาน์เตอร์ ถามถึงหมายเลขเจ้าหน้าที่หรือรถพยาบาลที่มาส่ง สามีตอบ เรามาเอง เพราะโทรมาหาหมอแล้ว หมอบอกว่าให้มาในทันที ไม่ต้องรอ! ที่เคาน์เตอร์แนะนำว่า คราวหน้าให้เรียกรถพยาบาล ฉันรู้สึกขาไม่มีแรง ไม่รู้ว่าเพราะอาการป่วย หรือกลัว ต้องเอาหลังพิงผนัง ยืนรอ เจ้าหน้าที่ในชุดสีส้มหันมามอง ถามว่าเอารถเข็นมั้ย ฉันส่ายหน้าพร้อมขอบคุณ แล้วสามีก็หันมาบอกว่า เราต้องรอประมาณ สองชั่วโมง นั่นเร็วสุดแล้ว! ฉันรอ แบบสลึมสลือ ระคนกับความกลัว

หมอตรวจทุกสิ่งที่ทำเมื่อสิบวันที่ผ่านมา เจาะเลือดหกหลอด ตรวจฉี่ ตรวจข้อ กระดูก/กล้ามเนื้อการทรงตัว ประสาทสัมผัส ปอด และสุดท้าย สแกนสมอง เบ็ดเสร็จทุกสิ่งใช้เวลาเจ็ดชั่วโมง ทรมานสำหรับฉัน หลับรอเป็นระยะๆ และกลัวโรงพยาบาล กลัวเครื่องมือตรวจทุกชนิด กลัวเสียงตรวจคลื่นหัวใจ กลัวและผวากับการดูดเลือดไปตรวจ กลัวการแสกนสมอง เกิดอาการขนลุก ที่ต้องลงไปนอนในที่เป็นร่องและมีฝาครอบ สรุปว่า ฉันมีไมเกรนระดับรุนแรงมากกว่าที่เคยมีมา ส่งผลให้ปวดหัวรุนแรง ประสาทอาจสะเทือน ทำให้กล้ามเนื้อเกร็ง ชา และพบก้อนแคลเซียลที่สมอง หากมีอาการปวดหัวรุนแรงให้ไปโรงพยาบาลทันทีไม่ต้องรอ อาการหน้ามืดวูบบ่อยๆ มาจากวัย/ไมเกรน/ความดันต่ำ (ห้ามกลับไป ดัดคอเด็ดขาด) คำแนะนำในการรักษา ฉันเลือกการบำบัดทางเลือก เปลี่ยนแปลงวิธีกินอยู่ ทำงาน เท่าที่จะสามารถทำได้แบบทันทีทันใด พักผ่อนมากขึ้น ไม่เครียด ฉันโชคดีที่สามารถตัดได้ในทันที แค่บอกตัวเองว่าหยุดคิด

ณ ปัจจุบันนี้ ฉันเริ่มสบายดี พูดปกติแล้ว แต่ยังมึนๆเวลาคิด ทำงานเยอะจะปวดหัวต้องหยุดทันที ก็ทดลองทำหลายๆสิ่ง เพื่อทดสอบตัวเองว่า แต่ละสิ่ง เปลี่ยนแปลงแค่ไหน อ่านหนังสือได้นานแค่ไหน ทำงานได้นานแค่ไหน รับสภาวะความเครียด(ฟังปัญหาเรื่องงาน)ได้นานแค่ไหน สรุปว่าทุกอย่างไม่เหมือนเดิม ต้องแบ่งช่วงพักแป๊นระยะ และ เปลี่ยนจากใส่คอนแทคเลนส์ มาใส่แว่นบางเวลา สิ่งเดียวที่ฉันยังคงต้องระวังคือควบคุมการขับรถให้ช้าลง

แคลเซียมในสมองหรือหินปูนในสมอง คืออะไร หินปูนในสมองก็คือแคลเซียมที่เกิดขึ้นในสมอง เกิดจากหลายสาเหตุได้แก่ 1. การเปลี่ยนแปลงตามอายุ 2. ความผิดปกติของการเผาผลาญแคลเซียมในร่างกาย 3. การติดเชื้อในสมอง 4. ความผิดปกติตั้งแต่กำเนิด

หินปูนในสมองมีอันตรายหรือไม่ ต้องบอกว่าขึ้นกับสาเหตุ กรณีเป็นจากการเปลี่ยนแปลงตามอายุไม่มีผลเสียอะไร แต่ถ้าเกิดจากสาเหตุอื่นๆ ก็ส่งผลต่อสมอง ซึ่งก็ขึ้นกับตำแหน่งและขนาดของหินปูนที่เกิดขึ้นในสมอง ผลเสียที่เกิดขึ้น เช่น สมองเสื่อม เดินเซ อาการชัก ขึ้นกับตำแหน่งของหินปูน ขนาดของหินปูนและสภาพของสมองส่วนอื่นๆ รวมทั้งโรคประจำตัวของผู้ป่วยด้วย

การรักษากรณีหินปูนเกิดจากความผิดปกติของการเผาผลาญแคลเซียม ก็ต้องแก้ที่สาเหตุนั้นๆ ส่วนกรณีเกิดจากการเปลี่ยนแปลงอายุ การติดเชื้อในสมองนั้นไม่สามารถแก้ไขหินปูนที่เกิดขึ้นได้ อีกส่วนหนึ่งคือการรักษาตามอาการผิดปกตินั้นๆ ต้องบอกว่าส่วนใหญ่แล้วสาเหตุของหินปูนในสมอง มักเกิดจากการเปลี่ยนแปลงตามอายุ บางส่วนเกิดจากการติดเชื้อพยาธิ ซึ่งตัวพยาธิตายไปแล้ว ส่วนน้อยมากๆ เกิดจากการเผาผลาญแคลเซียมผิดปกติ (มองโรค(โลก)แบบหมอสมศักดิ์ ตอน: หินปูนในสมองโดย รศ.นพ.สมศักดิ์ เทียมเก่า)

ข้อคิดที่ฉันอยากจะฝาก จากประสบการณ์ป่วยในครั้งนี้คือ

ดูแลสุขภาพ แบ่งเวลาการพักผ่อน การทำงานให้เหมาะสม

ก่อนไปพบหมอ เตรียมตัวให้พร้อม ประวัติการเจ็บป่วย/อาการที่เป็นอยู่ หากพูดภาษาไม่คล่อง หาเพื่อนไปด้วย หรือทำอย่างที่ฉันทำ สรุปอาการ ให้ใครช่วยแปลให้ เพื่อให้หมอเป็นข้อมูล

หากป่วยถึงขนาดที่ว่า คงรอนัดที่ได้มาไม่ไหว สามารถไปโรงพยาบาลได้ทันที แต่ต้องแน่ใจด้วยว่าตัวเองอาการหนัก รอไม่ไหว เพราะ เวลาที่เราใช้ที่ ห้องฉุกเฉิน อาจหมายถึงนาทีชีวิตของคนถัดไป

ผู้หญิง อายุ 25 ปีขึ้นไปควร ตรวจสุขภาพทุกปีดังนี้

1. ตรวจผิวหนัง มลภาวะที่เพิ่มมากขึ้น ภูมิแพ้ สิวเพิ่มขึ้นผิวหนังมีก้อนตะปุ่มตะป่ำ เม็ดสีผิวผิดปกติ มะเร็งผิวหนัง
2. ตรวจตา เพราะบางครั้ง สายตาที่เปลี่ยนไป ส่งผลให้มีอาการปวดหัวได้
3. ตรวจฟัน ขจัดหินปูน ตรวจสุขภาพเหงือกและฟัน
4. วัดระดับฮอโมนส์เอสโตรเจน เมื่ออายุเกิน 30 ปีขึ้นไป เพราะฮอโมนส์เอสโตรเจนที่ลดลงอาจเป็นเหตุผลของการแก่เร็ว หงุดหงิด อารมณ์เสีย
5. วัดความดันโลหิต ความดันต่ำ ความดันสูง ปวดหัว ไม่มีแรง ตาพร่า อาจมาจากสาเหตุนี้
6. ตรวจภายใน ตรวจมดลูก เมื่ออายุเกิน 25 ปี ควรตรวจความปกติของมดลูก โดยเฉพาะ การตรวจแป๊ปสเมียร์ เพื่อค้นหาความผิดปกติของเซลล์เนื้อเยื่อปากมดลูก เพื่อจะได้รักษาทันท่วงทีหากมีมะเร็ง
7. ตรวจเต้านมปีละครั้ง และตรวจด้วยตนเองเดือนละครั้ง

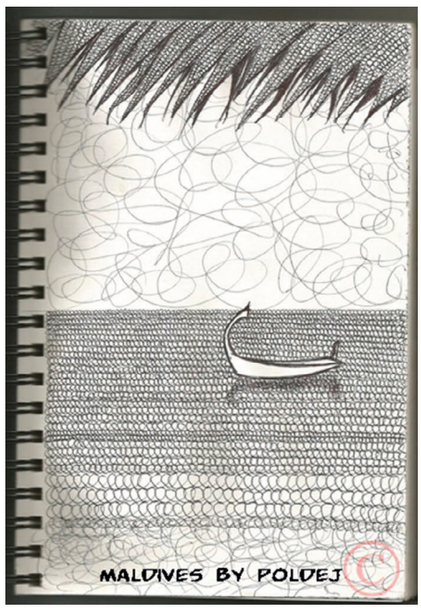
ตัวฉันเอง ยังคงไปพบ หมอตามนัด และไม่ค่อยใช้ยาหากไม่จำเป็นจริงๆ เพราะการใช้ยาติดต่อกันส่งผลเสียต่อตับ ฉันปฏิเสธ ยาที่หมอสั่งเพื่อการพักผ่อน ที่ส่งผลให้สลึมสลือ ง่วงนอน อยากนอนพักผ่อนอย่างเดียว แต่ฉันบังคับตัวเองในการจัดตารางเวลาพักผ่อนมากขึ้น นอนหลับ ดื่มน้ำเปล่าให้พอเพียง รับประทานอาหารที่จำเป็นพิถีพิถัน มากขึ้น กับรายละเอียดเช่น อะไรที่ฉันไม่ควรดื่ม/ไม่ควรทาน อะไรที่ดีต่อสุขภาพ และเหนืออื่นใด ทำใจให้มีความสุข เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็น เรื่อง ธรรมดา แต่ในวันนี้ ดูแลสุขภาพให้ดีที่สุดเท่าที่ทำได้

Dmag19.indd 55 30.08.14 17:47

ธรรมะกับศิลปะยึกยือ

– พลเดช วรฉัตร (อดีตเอกอัครราชทูต ณ กรุงโคลัมโบ ประเทศศรีลังกาและดูแลมัลดิฟส์)

ศิลปะยึกยือคือ การวาดลายเส้นวงไปวงมาอย่างอิสระเสรีเป็นภาพตามจินตนาการ คำว่ายึกยือคือการลากเส้นวงไปวงมาโดยไม่มีรูปแบบที่แน่นอน



ผมเริ่มทำศิลปะยึกยือเมื่อปีที่แล้วในช่วงที่อยู่ที่ศรีลังกาและได้มีโอกาสไปเยือนมัลดิฟส์ ด้วยความประทับใจในความงดงามของทะเลสีเขียวครามมองเห็นประการังอย่างชัดเจน ดูระยิบระยับยามต้องแสงแดด ความประทับใจนี้ทำให้เมื่อกลับมาโคลัมโบ ศรีลังกา ผมจึงวาดลายเส้นที่วงไปวงมาตามจินตนาการความสวยงามของทะเลมัลดิฟส์ ก่อนหน้านี้ ผมเคยวาดภาพเป็นงานอดิเรกโดยเริ่มจากวาดภาพสีน้ำมัน สีน้ำอะครีลิค แต่ในกรณีที่ไม่มีเวลามากก็จะแค่วาดลายเส้นเพื่อความเพลิดเพลิน

เมื่อไม่มีเวลามากแต่ก็ยังอยากจะสร้างงานศิลป์ทางเดียวที่จะทำได้คือวาดลายเส้น ด้วยปากกาลูกลื่นและกระดาษธรรมดาซึ่งจากการวาดแบบยึกยือทำให้สะดวกมากและเพลิดเพลินไม่แพ้งานศิลป์อื่นๆ

ศิลปะยึกยือทำง่ายและสะดวกติดดินจริงๆ เพราะไม่ต้องการอะไรมาก แค่มีปากกาลูกลื่น (สีดำ) มีกระดาษอะไรก็ได้ และมีจินตนาการ ก็ทำได้แล้ว

ผมเขียนไว้ในเพจศิลปะยึกยือในเฟสบุ๊คเมื่อวันที่ 8 เมษายน 2557 ว่า “เพจศิลปะยึกยือนี้จะรวบรวมงานศิลปะยึกยือโดยพลเดชมาไว้ที่เดียวกันเพื่อเผยแพร่การวาดแบบยึกยือ การวาดแบบยึกยือนอกจากจะเป็นงานศิลปะแบบติดดินสะดวกเพลิดเพลินแล้วยังเป็นการฝึกสมาธิด้วย ขณะเดียวกันก็ต้องรู้จักการวางแผนเพราะไม่สามารถยึกยือได้ทั้งภาพแต่ต้องแบ่งยึกยือในเวลาและอารมณ์ที่เหมาะสม คือสงบและเป็นสมาธิเท่านั้น ทดลองแล้วจะติดใจครับ” เพียงวันเดียวก็มีกัลยาณมิตรในเฟสบุ๊คสนใจ ผมจึงโพสต์ข้อความดังต่อไปนี้

“มีคำขอจากกัลยาณมิตรถามว่า ศิลปะยึกยือจะเรียนได้ที่ไหน ผมจึงร่างแนวทางการทำศิลปะยึกยือมา ณ ที่นี้ ผมเองก็ไม่ทราบว่า เคยมีศิลปะยึกยือแบบนี้มาก่อนหรือไม่ แต่หาในเน็ตไม่พบ จะมีก็แต่ภาพที่เรียกว่า Curlicue line ซึ่งก็ไม่เห็นภาพที่วาดด้วยเส้นแบบนี้ อย่างไรก็ดี แม้จะหาไม่เจอแต่ก็คิดว่า ขอนำเสนอศิลปะยึกยือในฐานะที่นำมาวาดด้วยตนเองและได้รับผลด้วยตัวเอง หากผู้สนใจจะทดลองดูก็น่าจะเป็นประโยชน์ในการเริ่มต้น ขอให้มีความสุขนะครับ.....”

ศิลปะยึกยือ

ผมได้ร่างคำจำกัดความศิลปะยึกยือว่า “คือการสร้างงานศิลปะแบบติดดิน โดยการลากเส้นยึกยือเป็นวงกลมและวงรีอย่างต่อเนื่องในความยาวที่กำหนด โดยไม่ยกปากกาเพื่อให้เกิดเป็นภาพตามจินตนาการ ซึ่งต้องใช้สมาธิและความมุ่งมั่นมาก”

อุปกรณ์

- กระดาษวาดภาพ 100 กรัม ขนาด A 4
- ปากกาลูกลื่นธรรมดา ทุกขนาด แนะนำให้ใช้สีดำเพียงสีเดียว

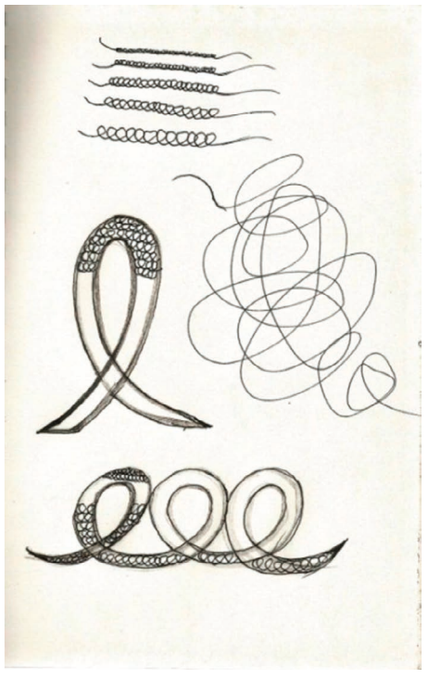
วิธีวาด

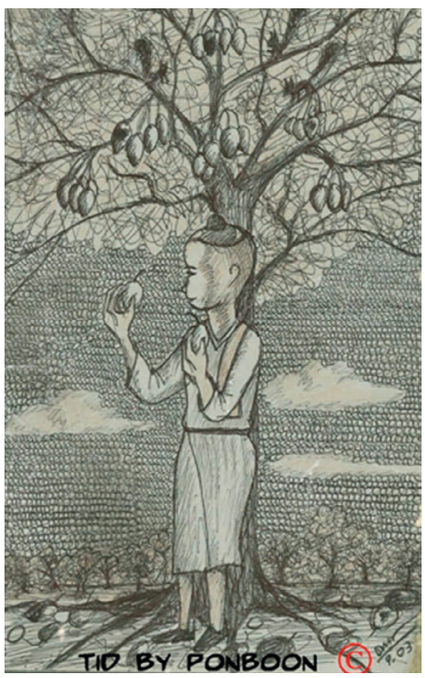
- ร่างภาพที่จะวาดด้วยดินสอก่อน (สำหรับผมจะลงมือวาดโดยไม่ร่าง เพราะมีภาพอยู่ในหัวแล้ว)
- กำหนดพื้นที่ที่จะยึกยือ ซึ่งควรมีพื้นที่ยึกยืออย่างน้อย 50 เปอร์เซนต์ของภาพ
- ลากเส้นเป็นวงรียึกยือไปตามแนวนอน จากซ้ายไปขวา อย่างต่อเนื่อง โดยไม่ยกปากกาเลย
- เส้นยึกยือที่เป็นแนวนอนเป็นบรรทัด ทำได้เป็นบรรทัด ทั้งจากล่างขึ้นบน หรือ จากบนลงล่าง
- ขนาดของวง มีขนาดเล็ก ขนาดกลางและขนาดใหญ่
- ขนาดวงรีเล็กและกลางใช้วงรีที่เป็นระเบียบและเท่ากันซึ่งต้องใช้สมาธิมากเพราะต้องวงไปเรื่อยโดยไม่ยกปากกา
- วงขนาดใหญ่จะเป็นการยึกยืออย่างฟรีสไตล์ไม่ต้องเท่ากันและไม่ควรยกปากกาด้วยเช่นกัน

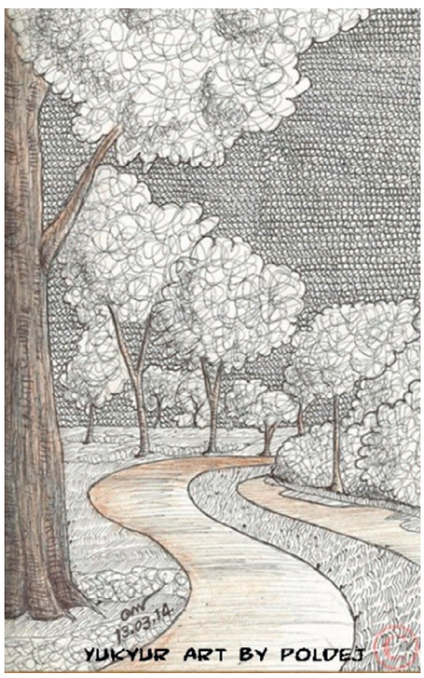
ความท้าทาย

- เนื่องจากต้องยึกยือด้วยวงรีอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะเต็มพื้นที่หรือเป็นภาพ จึงต้องใช้ความตั้งใจและมุ่งมั่นมากเพราะต้องยึกยือหลายร้อยครั้งหรือเป็นพันครั้งอย่างต่อเนื่องและยกปากกาให้น้อยที่สุด ซึ่งยากที่จะทำให้เสร็จในทันที จึงต้องมีความมุ่งมั่นมากทีเดียวที่จะทำจนกว่าจะเสร็จ
- ต้องการสมาธิในระดับหนึ่งเพื่อที่จะยึกยือให้

Dmag19.indd 56 30.08.14 17:47







เท่ากันและเป็นระเบียบ หากไม่มีสมาธิก็จะส่งผลทำให้การยึกยือออกมาไม่เป็นระเบียบ ซึ่งผลการยึกยือจะเป็นไปตามสภาพจิตใจ

- ต้องการการวางแผนเพราะไม่สามารถจะทำให้เสร็จได้ในทันทีจึงต้องวางแผนว่าจะทำเพียงใดและอย่างไรจึงจะเสร็จเป็นส่วนๆ จนกว่าจะเสร็จทั้งภาพ

ผลดี

- ฝึกสมาธิและความอดทน การวาดเส้นวงไปวงมาคงคล้ายกับการถักโครเชต์หรือนิตติ้ง หรือการปักเส้นด้ายบนผ้า ต้องใช้ความอดทน
- ฝึกการวางแผนการทำงาน โดยทำเป็นส่วนๆ ด้วยความพอดีและเท่าที่ทำได้ เพราะไม่สามารถทำให้เสร็จในครั้งเดียวได้
- ฝึกการสร้างจินตนาการ การวาดภาพโดยเฉพาะศิลปะยึกยือเป็นการฝึกจิตให้รู้จักการสร้างจินตนาการ เพราะการยึกยือนั้นง่าย ไม่มีรูปแบบ ไม่มุ่งเน้นความสวยงามหรือสีสัน แต่เน้นจินตนาการด้วยปากกาสีดำ

ธรรมะในศิลปะยึกยือ

จากข้อดีที่ผมได้บอกไว้ ทำให้การทำศิลปะยึกยือเป็นการฝึกสมาธิขั้นพื้นฐานไปด้วยในตัว ยิ่งหากจินตนาการในเรื่องของธรรมะก็จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะได้ทั้งสมาธิ สติ ความอดทนและปัญญา ภาพศิลปะยึกยือของผมส่วนใหญ่ที่วาดในเวลาต่อมาจึงเกี่ยวกับธรรมะทั้งสิ้น

จากประสบการณ์การวาดศิลปะยึกยือ ขอยืนยันว่าเป็นงานศิลป์ที่ใครก็ทำได้ ง่ายและสะดวกที่จะเป็นงานอดิเรกและมีคุณค่าในด้านจิตใจ สร้างความสุขให้กับชีวิตประจำวันได้ ทดลองดูนะครับ

ติดตามผลงานศิลปะยึกยือได้ที่เฟสบุ๊ค

www.facebook.com/yukyur.art

Network Thais Overseas-Germany (NTO-Germany)

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

Zielsetzungen

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

Substantieller Ansatz zur Koordination

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

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

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

Dmag19.indd 58 30.08.14 17:47

ดี
D magazine

นิตยสารดี
www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de
ผู้ผลิต
สมาคมเครือข่ายคนไทยในต่างแดน(เยอรมนี)
www.nto-germany.de
บรรณาธิการประจำฉบับ
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง
กองบรรณาธิการ
ดร.พัทยา เรือนแก้ว, วลาวัลย์ อัลเบรช, อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง,
โสภาพร ควร์ช, พษมลวรรณ เกริกสุวรรณชัย, สายสุดา โพล, อรณี ไฟฟ์เฟอร์
ผู้ร่วมงานในเล่ม
ปัทมา อินโต, เรียม แบตมินตันคอรัส, ภัทธิรา หาญสกุล,
ญาศมิณ สเตาส์, มัณฑนา เพ็นส์เลอร์, พลเดช วรฉัตร,
กุหลาบ ไทรโพธิ์ภู, สินธุ์สวัสดิ์ ยอดบางเตย, นพ.เทอดศักดิ์ เดชคง,
พจนา วีแอนเดน, หน่อย ไวเกล,นัฐพงษ์ บุตรีดี-อูเฟอร์
พิสูจน์อักษร
สุรีรัตน์ ณิชาพัฒน์, จิราภรณ์ ธีระภัทรานันท์, ดร.คูร์ท ซาเลนทิน
กราฟิก
ชลัช วรยรรยง, พรภนา คุชุจุ
เวบมาสเตอร์
เบญจมาศ คลิงเลอร์
โรงพิมพ์ (Druckerei)
Saxoprint GmbH , Digital- & Offsetdruckerei,
Enderstraße 94, 01277 Dresden
สมัครเป็นสมาชิก
สมาชิกรายปี รับนิตยสาร 4 เล่ม กำหนดออกทุกๆ สามเดือน ราคา 20
ยูโร พร้อมค่าส่ง
ติดต่อของสมัครเป็นสมาชิกได้ที่
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies
แฮนดี้: 01774954640

สิ่งดีพิมพ์ในนิตยสาร "ดีมาก" สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย ไม่อนุญาตให้คัดลอกสิ่งดีพิมพ์ต่างๆ และรูปภาพก่อนได้รับอนุญาตจากผู้ผลิต คัดลอกหรือพิมพ์ซ้ำบทความหรือรูปภาพที่เคยพิมพ์เผยแพร่ที่อื่นมาแล้ว กรุณาติดต่อเจ้าของบทความโดยตรง

D-Magazine
www.d-magazine.de / www.d-magazine.eu
e-mail: info@d-magazine.de
Herausgeber:
Netzwek der Thailänder im Ausland (Deutschland)
www.nto-germany.de
Chefredakteurin:
Aunchun Hirling
Redaktion:
Dr.Pataya Ruenkaew, Walawal Albrecht, Aunchun Hirling,
Sopaporn Kurz, Pasamolwan Kerksuwanchai, Saisuda Pohl
Redaktionsmitarbeiter:
Patama Into, Riam/ Badminton Chorus, Pattira Hansakul,
Jasmin Stauss, Manthana Penyler, Poldej Waorachat,
Kularp Saipopoo, Sinsawat Yodbangtoei, Dr.terdsak Detkhong,
Potjana Veeanden, Noi Weigel, Natthaphong Butdee-Ufer
Korrektor:
Sureerat Nichapat, Jiraporn Teerapatranun, Dr.Kurt Salentin
Grafiker:
Chalat Worayanyong, Pornpana Kuzucu
Webmaster:
Benjamas Klingler
Druckerei:
Saxoprint GmbH , Digital- & Offsetdruckerei,
Enderstraße 94, 01277 Dresden
Abonnement:
"D-mag" erscheint vierteljährlich. Der Abonnement - Preis inkl.
Versand beträgt für den Bezug in Deutschland 20,00 Euro.
Kontaktanschrift:
Aunchun Hirling,
Am Maisenbühl 28 C, 78333 Stockach-Wahlwies
Mobil: 01774954640

Vervielfältigung von Artikeln und Fotos ist nur mit Genehmigung von dem Herausgeber erlaubt.
Vervielfältigung oder Nachdruck von bereits in einem anderen Medien erschienenen Artikeln oder Fotos wenden Sie sich bitte direkt an Autoren.

19.09.2014
ISSN: 2190-636X

ONLINE GEDRUCKT VON
SAXOPRINT

ฉบับหน้า....พบกับ

จาก *"นิตยสารดี"* กลายเป็น *"สำนักพิมพ์ดี"*

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

NTO
Network Thais Overseas

ติดต่อสมาคมได้ที่

ดร.พัทยา เรือนแก้ว	Tel. 0160 9863281
อัญชัญ เฮียร์ลิ่ง	Tel. 0177 4954640
สุชาดา ไบเยอร์	Tel. 0178 5638589

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

ติดต่อกองบรรณาธิการ

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

สวิตเซอร์แลนด์
oranee@d-magazine.de

กรุงเทพมหานคร
pasamonwal@d-magazine.de

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

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

Dmag19.indd 60 30.08.14 17:47