

# วิทยุสาราณียรมย์

ปีที่ 1 ฉบับที่ 1

สิงหาคม 2521

ISSN 13-105X

*Handwritten signature and date*  
15.2  
15/8/21



วิทยุสารานุกรมย์

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

หนังสือ “วิทยุสราญรมย์” : ISSN 1513-105X

ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 : ธันวาคม 2541

- ที่ปรึกษา :
- กอบศักดิ์ ชุติกุล
  - การุณย์ ฤชโยธิน
  - กิตติ วะสินนท์
- ผู้อำนวยการ : - พิษณุ จันทรวีทัน
- บรรณาธิการ : - ประภัสสร เสวิกุล
- คณะผู้จัดทำ :
- ทอมวิชัย ชาญสรณ์
  - สุวรรณ ฟองสมุทร
  - กิตติศักดิ์ กล่อมจิตต์
  - เมญจาภา ทับทอง
  - บุญเกษม เสริมวัฒนากุล
  - หทัยกานต์ ยะมาลี
  - กนเกศ แฉ่งน้อย
  - อูมา ศรีลาจันทร์
  - วนิดา อุดมทิพย์
  - กมลวัน สกนธรัตน์

ภาพปก : - “วังสราญรมย์” โดย สมบูรณ์ พวงดอกไม้

พิมพ์ที่ : - บริษัท ที พี พรินท์ จำกัด

โทร. 4330026-7

หนังสือ “วิทยุสราญรมย์” จัดทำโดย สถานีวิทยุสราญรมย์  
กองวิทยุกระจายเสียง กรมสารนิเทศ กระทรวงการต่างประเทศ  
ตู้ ป.ณ. 27 ปท. มหาตไทย กทม. 10200 โทร. 2244904

# สารบัญ

วิทยุสราญรมย์เพื่อไทย	5
จากเสียงสู่สาร	8
คำกล่าวของอธิบดีกรมสารนิเทศ	
ในโอกาสเปิดสถานีวิทยุสราญรมย์	10
สุนทรพจน์ของ ฯพณฯ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ	
ในโอกาสเปิดสถานีวิทยุสราญรมย์	14
รู้จักกระทรวงการต่างประเทศ	17
<b>กติกรรม</b>	
เป็นมนุษย์หรือเป็นคน	23
<b>บทกวี</b>	
แต่.....ตัวเอง	24
ขอ	194
<b>สารคดี</b>	
ภาพขุนนางไทยสมัยกรุงศรีอยุธยากลับมาเมืองไทย	27
บันทึกการเดินทาง ขับรถไปเล่นสงกรานต์ที่เชียงใหม่	101
<b>ศาสนา</b>	
ความเชื่อในพุทธทำนายเกี่ยวกับ	
พระศรีอารยเมตไตรย	41

**เศรษฐกิจ**

IMF กับทางรอดของเศรษฐกิจไทย _____	53
จอร์จ โซรอส : พ่อมดเงินตรา _____	117
ญี่ปุ่นกับปัญหาเศรษฐกิจไทย _____	170

**สัมภาษณ์**

หลายบทบาทชีวิตของ ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธ์ และ ม.ร.ว.เบญจมาภฯ ไกรฤกษ์ _____	65
คำพูน บุญทวี : ซีไรต์คนแรกของไทย _____	137

**ศิลปวัฒนธรรม**

ดอกไม้ไหว้ครู _____	75
พระภูมิเจ้าที่ _____	127

**สุขภาพ**

สมุนไพรเพื่อสุขภาพ _____	81
เบียร์เพื่อสุขภาพกับ 9 โภชนบัญญัติ _____	181
การป้องกันพิษสารอาหาร _____	205

**ท่องเที่ยว**

เที่ยวเมืองบุเรงนอง _____	87
เที่ยวน้ำตก _____	149

**สิ่งแวดล้อม**

วันโอโซนโลก _____	93
ฤดูกาลปลูกป่า _____	157
ปีทะเลสาบ/..เรามาช่วยกันอนุรักษ์สัตว์น้ำ ในทะเลไทยกันเถอะ _____	197

**ปกิณกะ**

ต้นกำเนิดแห่งไอศกรีม _____	165
นักเรียกฉลามแห่งทะเลใต้ _____	211
ท้ายเล่ม _____	221



**วิทยุสราญรมย์เพื่อไทย**



**ส**

ถานีวิทยุสราญรมย์ได้มีพิธีเปิดอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 21 เมษายน 2541 โดย ฯพณฯ ดร.สุรินทร์ พิศสุวรรณ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ หลังจากทดลองส่งกระจายเสียงมาตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน ศกนี้

คลื่น 1575 กิโลเฮิร์ซ ในระบบ AM ของสถานีวิทยุสราญรมย์แห่งนี้แต่เดิมเป็นการออกอากาศในนามวิทยุเอเชียเสรี

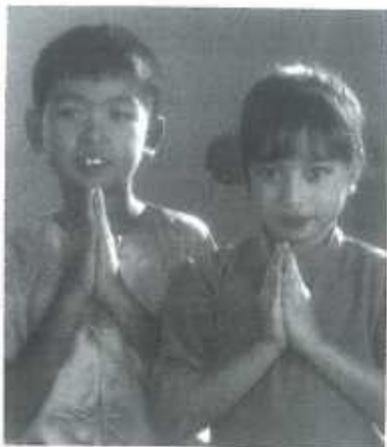
ซึ่งมีประวัติอันยาวนานมาตั้งแต่ปีพ.ศ.2511 แต่โดยที่สถานการณ์ของโลกในปัจจุบันได้เปลี่ยนแปลงไปจากเมื่อ 30 ปีที่แล้ว กรมสารนิเทศ จึงได้ปรับปรุงรายการกระจายเสียงให้สอดคล้องกับความเป็นไปของโลก และแนวนโยบายของกระทรวงการต่างประเทศที่มุ่งเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีกับประเทศเพื่อนบ้าน และเสนอข่าวสารข้อมูล รวมทั้งสาระประโยชน์ในด้านต่างๆ แก่พี่น้องประชาชนในชนบทรวมทั้งคนไทยในต่างประเทศนอกจากนี้ สถานีวิทยุสุราษฎร์ฯ ก็ยังกระจายเสียงภาคภาษาอังกฤษเพื่อชาวต่างประเทศทั้งในและนอกประเทศไทยด้วย

แม้ว่า วิทยุสุราษฎร์ฯ จะเริ่มส่งกระจายเสียงได้เพียงไม่กี่เดือนแต่ก็ได้รับการต้อนรับจากผู้ฟังทั่วประเทศและต่างประเทศอย่างอบอุ่น นอกจากนี้ยังได้ร่วมมือกับหน่วยราชการของไทย และหน่วยงานของต่างประเทศในด้านต่างๆ อาทิ ร่วมมือกับสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย ระบบ FM ความถี่ 92.5 และ AM ความถี่ 819 ในการจัดทำรายการ “เกาะสถานการณ์โลก” ทุกวันศุกร์ เวลา 15.00 น.-16.00 น. ร่วมมือกับ Special Broadcasting Service (SBS) ของออสเตรเลีย ในการนำรายการภาคภาษาไทยและรายงานข่าว “สรุปข่าวประจำสัปดาห์” ไปออกอากาศที่เมืองอาดีเลด บริสเบน แคนเบอร์รา ดาร์วิน โฮบาร์ต เพิร์ท นิวคาสเซิล แอนต์ ฮันเตอร์ วิลเลย์ และไวลองกอง และล่าสุดได้ร่วมมือกับกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย จัดทำโครงการ “วิทยุสุราษฎร์ฯ รับใช้ประชาชน” กระจายเสียงผ่าน

วิทยุเสียงตามสาย สู่พี่น้องในท้องถิ่นชนบททั้ง 850 อำเภอ และกิ่งอำเภอ โดยวางเป้าหมายที่จะขยายต่อไปยังหอกระจายเสียงประจำหมู่บ้าน ประมาณ 60,000 แห่ง ทั่วประเทศในอนาคตอันใกล้

กระทรวงการต่างประเทศ ตระหนักดีว่า ความก้าวหน้าของวิทยุสุราษฎร์ฯ จะดำเนินไปด้วยดีได้ก็โดยอาศัยความร่วมมือร่วมใจจากทุกๆ ฝ่าย ทั้งภาครัฐและเอกชน และที่สำคัญที่สุดก็คือ จากผู้ฟังทุกท่านทั้งที่อยู่ในและนอกประเทศ ผมขอถือโอกาสนี้แสดงความขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือกับวิทยุสุราษฎร์ฯ มาตั้งแต่ต้น และหวังว่าจะได้ร่วมกันสร้างสรรค์สถานีวิทยุฯ แห่งนี้ ให้เป็นสมบัติของพี่น้องคนไทยทั้งชาติ “เพื่อไทยก้าวไกล ทันโลก”

(นายกอบศักดิ์ ชูติกุล)  
อธิบดีกรมสารนิเทศ



## สรณมรณมรณ - จากเสองสู่อาร

□ □ □ □ □ □ □ □ □

**น**แต่สถานวทยุสรณมรณมรณได้เริ่มทำการส่งกระจายเสองตั้งแต่เมื่อเดือนเมษายน 2541 เป็นต้นมา ก็เป็นที่น่ายอนดีว่ารายการต่าง ๆ ของเราได้รับความสนใจ และติดตามจากผู้ฟังทั้งที่อยู่ตามภูมิภาคต่าง ๆ ทั่วประเทศไทย และจากต่างประเทศ จดหมายที่หลั่งไหลเข้ามาแจ้งผลการรับฟังและแนะนำรายการ เป็นเสมือนกำลังใจสำคัญสำหรับผู้จัดรายการของวทยุสรณมรณมรณทุกคน ให้มีแรงใจที่จะ

วทยุสรณมรณมรณ

สร้างสรณรายการต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้นต่อไป ผมและเจ้าหน้าที่ของวทยุสรณมรณมรณขอขอบคุณไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

หนังสือ “วทยุสรณมรณมรณ” ที่ปรากฏต่อสายตาของท่านในเวลานี้ เป็นการรวบรวมบทความ ข้อเขียน และบทสัมภาษณ์ บางส่วน ซึ่งเคยออกอากาศในรายการต่าง ๆ ของวทยุสรณมรณมรณ กระทรวงการต่างประเทศ ในช่วง 6 เดือนแรกที่ผ่านมา คือ นับจากเดือนเมษายน ถึง เดือนกันยายน 2541 ทั้งนี้ ก็โดยพิจารณาเห็นว่า บทความ ข้อเขียน และบทสัมภาษณ์ดังกล่าว มีคุณค่าและสาระประโยชน์ที่น่าสนใจสมควรจะได้รับการจัดพิมพ์เป็นรูปเล่มถาวรเพื่อการเก็บรักษา และมอบเป็นของขวัญระลึกสำหรับผู้ฟัง

ผมหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ผู้อ่านทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านที่ติดตามรายการของวทยุสรณมรณมรณมาโดยตลอด คงจะพึงพอใจในหนังสือ “วทยุสรณมรณมรณ” เล่มนี้ หากมีข้อเสนอแนะต่อวทยุสรณมรณมรณ หนังสือ และรายการกระจายเสองของเรา โปรดส่งจดหมายมาได้ที่ ตู้ ปณ. 27 ปท. มหาดไทย กทม. 10200

(นายพิชณ จันทรวิทัน)

นายสถาน

วทยุสรณมรณมรณ



คำกล่าวของ นายกอบศักดิ์ ชูติกุล  
อธิบดีกรมสารนิเทศ

ในโอกาสเปิดสถานีวิทยุสารานรมย์ อย่างเป็นทางการ  
วันที่ 21 เมษายน 2541 เวลา 16.30 น.

□ □ □ □ □ □ □ □ □

ฯพณฯ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ  
ฯพณฯ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการต่างประเทศ  
ท่านปลัดกระทรวงการต่างประเทศ  
ท่านรองปลัดกระทรวงการต่างประเทศ  
แขกผู้มีเกียรติทุกท่าน

**ส**ถานีวิทยุสารานรมย์ (Radio Saranrom) เป็นสถานีวิทยุซึ่งปรับตัวเองจาก สถานีวิทยุเอเชียเสรี ซึ่งตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2511 เพื่อประชาสัมพันธ์และเผยแพร่การดำเนินการตามนโยบายต่างประเทศของไทย เป็น

สถานีวิทยุที่มีกำลังส่ง 1,000 กิโลวัตต์ และออกอากาศในคลื่นความถี่ AM 1575 KHz สู่ผู้ฟังในประเทศต่างๆ ทุกภูมิภาคทั่วโลก โดยเฉพาะประเทศในแหลมอินโดจีนและประเทศเพื่อนบ้าน โดยออกอากาศด้วยภาคภาษาไทย และภาษาอังกฤษ และได้เพิ่มรายการภาคภาษาเวียดนาม ลาว เขมร และมลายู โดยออกอากาศวันละ 3 1/2 ชั่วโมง ในช่วงเช้าและภาคค่ำร่วมกับสถานี VOA ของสหรัฐฯ

ขณะนี้สถานการณ์ของโลกและภูมิภาคได้เปลี่ยนไป จากเมื่อ 3 ทศวรรษก่อน กรมสารนิเทศจึงปรับปรุงรายการกระจายเสียงของสถานี เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ตามนโยบายของกระทรวงการต่างประเทศที่มุ่งใช้กลไกที่มีอยู่สร้างความสัมพันธ์อันดีกับประเทศเพื่อนบ้านและมุ่งให้ข้อมูลข่าวสารแก่ประชาชนไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนในชนบท โดยงดการกระจายเสียงภาคภาษาอินโดจีน และมลายู แต่ยังคงรายการภาษาอังกฤษสำหรับผู้ฟังชาวต่างชาติทั้งในและนอกประเทศที่สนใจรายการของเรา

วิทยุสารานรมย์จะเป็นเครื่องมือที่กระทรวงการต่างประเทศใช้ในการให้ข่าวสารแก่ประชาชนตามนโยบายรัฐบาลที่เน้นความโปร่งใส รายการต่างๆ มุ่งให้ข้อมูลข่าวสาร และสาระเกี่ยวกับการต่างประเทศ รวมทั้งความรู้ด้านต่างๆ บางรายการเราได้รับความร่วมมือจากสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย ซึ่งขอขอบคุณไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

นอกจากการมุ่งให้บริการแก่ผู้ฟังในประเทศแล้ว สถานีวิทยุสุราษฎร์ฯยังได้ร่วมมือกับ Special Broadcasting Service หรือ SBS ของออสเตรเลีย นำรายการภาคภาษาไทยที่น่าสนใจไปออกอากาศที่กรุงเมลเบิร์น และนครซิดนีย์ ตลอดจนเมืองอื่นๆ ในประเทศออสเตรเลีย เพื่อให้ผู้ฟังที่เป็นชาวไทยในออสเตรเลีย ได้รับรู้ข่าวสารโดยตรงจากประเทศไทย ทั้งนี้ กรมสารนิเทศจะหาช่องทางในการขยายความร่วมมือกับสถานีวิทยุท้องถิ่นในประเทศอื่นๆ ที่มีชาวไทยอาศัยอยู่จำนวนมากในลักษณะเดียวกัน

สำหรับผู้ฟังในกรุงเทพฯ ในช่วงนี้อาจรับฟังได้ไม่ชัดเจนนัก เนื่องจากสถานีกำลังปรับปรุงเสาอากาศซึ่งคาดว่าจะเสร็จสมบูรณ์ภายในเดือนเมษายนนี้

นอกจากนี้ สถานีวิทยุสุราษฎร์ฯยังได้ร่วมมือกับสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จัดรายการ “เกาะสถานการณ์โลก” ทางสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย คลื่นความถี่ FM 92.5 และ AM 819 ทุกวันศุกร์ เวลา 15.00-16.00 น. เพื่อให้ข้อมูลข่าวสารด้านการต่างประเทศที่จับใจ ตลอดจนจนถึงการดำเนินงานของกระทรวงการต่างประเทศ แก่ผู้ฟังในกรุงเทพฯ และทั่วทุกจังหวัดของประเทศ

สถานีวิทยุสุราษฎร์ฯพร้อมที่จะให้ความร่วมมือกับหน่วยงานราชการต่าง ๆ และสื่อมวลชนทั้งมวล ไม่ว่าจะเป็นหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ เพื่อให้ข่าวสารที่ถูกต้อง และชี้แจงข้อเท็จจริงแก่สาธารณชนอย่างสม่ำเสมอ

ในนามของกรมสารนิเทศ ผมขอถือโอกาสนี้ขอบคุณโรงแรม Marriott ที่ได้ให้การสนับสนุนเครื่องตีพิมพ์งานเลี้ยงเล็กๆ ของเราในวันนี้ และขอขอบพระคุณกองทัพเรือที่กรุณาจัดวงดุริยางค์มาร่วมงาน รวมทั้งขอขอบคุณ Miss Asia-Pacific คุณวรัตน์ สุวรรณรัตน์ และรองนางสาวไทยอันดับสอง และตำแหน่งขวัญใจช่างภาพ คือ คุณมณฑนา ไทศิริ ที่มาร่วมงานและออกอากาศทางสถานีของเราในวันนี้ และในโอกาสนี้ ขอเรียนเชิญ ฯพณฯ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ กล่าวสุนทรพจน์ประมุขระชาชยุคใหม่ และเปิดป้ายสถานีวิทยุสุราษฎร์



สุนทรพจน์ของ

ฯพณฯ ดร.สุนทร พิศสุวรรณ

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ

ในโอกาสเปิดสถานีวิทยุสุราษฎร์ธานี อย่างเป็นทางการ

วันที่ 21 เมษายน 2541 เวลา 16.30 น.

□ □ □ □ □ □ □ □ □

ท่านผู้มีเกียรติ

เพื่อนข้าราชการกระทรวงการต่างประเทศ

เพื่อนสื่อมวลชน

ท่านสุภาพสตรีและสุภาพบุรุษ

**พ**

มมีความยินดีที่ได้มาเป็นประธานในวาระสำคัญ

การเปิดสถานีวิทยุสุราษฎร์ธานีในวันนี้ถือเป็นจุด

สำคัญทางประวัติศาสตร์ของสถานีวิทยุกระจาย

เสียงของกระทรวงการต่างประเทศในยุคการต่างประเทศเพื่อ

ประชาชน

การที่วิทยุเอเชียเสรีได้เปลี่ยนชื่อมาเป็นวิทยุสุราษฎร์ธานี  
ผมอยากจะกล่าวว่า เป็นการปรับตัวของสถานีวิทยุกระทรวงการ  
ต่างประเทศ เนื่องจากการโฆษณาชวนเชื่อในยุคสงครามเย็นนั้น  
ได้สิ้นสุดลงแล้ว งานของสถานีวิทยุเอเชียเสรีในอดีตก็ถือว่าสิ้น  
สุดลงด้วยเช่นกัน ในปัจจุบันนี้ความร่วมมือและการสร้างความ  
เข้าใจกับประเทศเพื่อนบ้านเป็นสิ่งจำเป็นที่จะนำไปสู่ความเจริญ  
ร่วมกันในภูมิภาค ตามนโยบายต่างประเทศซึ่งรัฐบาลนี้ได้แถลงไว้  
แล้วต่อรัฐสภา

การดำเนินการของสถานีวิทยุสุราษฎร์ธานี นับว่าสอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาลที่เน้นความโปร่งใสในด้านข้อมูล  
ข่าวสารพี่น้องประชาชนทุกส่วนของประเทศและคนไทยที่อยู่นอก  
ประเทศนั้นมีสิทธิ์ที่จะได้รับทราบข้อมูลและข่าวสาร ได้รับทราบ  
การดำเนินงานของกระทรวงการต่างประเทศและของรัฐบาลโดย  
เท่าเทียมกัน

การที่สถานีวิทยุแห่งนี้ออกอากาศด้วยคลื่น AM 1,000  
กิโลวัตต์ ซึ่งเป็นคลื่นที่มีกำลังส่งสูงสามารถไปถึงผู้ฟังได้ทั่ว  
ประเทศ โดยรวมถึงบริเวณในชนบทไกลๆ นับว่าเป็นโอกาสดีที่  
ประชาชนในต่างจังหวัดที่ห่างไกลจะสามารถรับฟังข้อมูลข่าว  
สารด้านการต่างประเทศได้

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งในปัจจุบัน ซึ่งประเทศไทยกำลัง

เผชิญกับวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ ก็คือกระทรวงการต่างประเทศจะสามารถใช้สถานีวิทยุสราญรมย์แห่งนี้ สร้างความเข้าใจกับสาธารณชนถึงบทบาททางเศรษฐกิจ ซึ่งรัฐบาลโดยกระทรวงการต่างประเทศกำลังดำเนินอยู่ในเวทีโลก เพื่อเร่งแก้ไขภาวะเศรษฐกิจที่ประเทศกำลังเผชิญอยู่

ผมขอย้ำอีกครั้งหนึ่งว่า การประชาสัมพันธ์ให้พี่น้องประชาชนในต่างจังหวัดได้รับทราบนโยบายและการดำเนินการด้านการต่างประเทศเป็นสิ่งจำเป็นในยุคข่าวสารไร้พรมแดนเช่นในปัจจุบัน การดำเนินนโยบายต่างประเทศจะสัมฤทธิ์ผลได้อย่างสมบูรณ์ก็ด้วยการสนับสนุนของพี่น้องประชาชนไทยเท่านั้นดังนั้นสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งนี้จึงนับว่าเป็นกลไกที่สำคัญในขณะนี้

ผมยินดีที่ได้ทราบว่ากรมสารนิเทศได้มีเครือข่ายต่างๆ ที่สามารถให้บริการให้ประชาชนในกรุงเทพฯ ประชาชนในชนบท และชาวต่างประเทศ ซึ่งนับว่าเป็นสิ่งที่กระทรวงการต่างประเทศได้ปรับตัวเองให้สอดคล้องกับกระแสความเปลี่ยนแปลงในยุคโลกาภิวัตน์กลไกต่างของกระทรวงการต่างประเทศเหล่านี้พร้อมที่จะร่วมมือกับหน่วยราชการอื่นๆ เพื่อให้บริการด้านข่าวสารกับพี่น้องชาวไทยทั้งในและนอกประเทศ

บัดนี้ได้เวลาอันสมควรแล้ว ผมขอประกาศเปิดสถานีวิทยุสราญรมย์อย่างเป็นทางการ และขอเชิญชวนท่านทั้งหลายที่มาพร้อมกัน ณ ที่นี้ ตีมือแสดงความยินดีกับสถานีวิทยุแห่งใหม่ของเรา



## รู้จักกระทรวงการต่างประเทศ



**ก** กระทรวงการต่างประเทศได้รับการสถาปนาขึ้น เมื่อวันที่ 14 เมษายน 2418 ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวฯ โดยมีเจ้าพระยาภาณุวงศ์มหาโกษาธิบดี (ท้วม บุนนาค) เป็นเสนาบดีคนแรก ต่อมาเมื่อวันที่ 18 มิถุนายน 2428 ได้รับพระราชทานวังสราญรมย์ให้เป็นศาลาว่าการ หรือที่ทำการของกระทรวงการต่างประเทศ ในปีเดียวกันกับที่สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรม

พระยาเทวะวงศ์วโรปการ ทรงได้รับโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่ง  
เสนาบดี สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาเทวะวงศ์  
วโรปการ ทรงมีบทบาทสำคัญในการดำเนินการทางการทูตเพื่อ  
รักษาเอกราชของชาติไทยในยุคที่ถูกรุกรานจากมหาอำนาจนัก  
ล่าอาณานิคม ตลอดระยะเวลา 38 ปีที่ทรงอยู่ในตำแหน่ง

กระทรวงการต่างประเทศ ในสมัยแรกได้เป็นต้นแบบ  
ของราชการไทยในหลายๆ เรื่อง อาทิ การมีที่ทำการแยกต่าง  
หากจากวังหรือที่พักของเสนาบดีเจ้ากระทรวง การบริหารองค์  
กร ระเบียบงานสารบรรณ ระเบียบพิธีการทูต และเป็นเครื่อง  
แสดงถึงศักดิ์ศรีของความเป็นชาติเอกราชและมีสถาบันพระ  
มหากษัตริย์

กว่า 120 ปีที่ผ่านมา การดำเนินนโยบายต่างประเทศ  
ของไทย ต้องปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ในแต่ละยุคสมัย โดย  
มีเจตนารมณ์เพื่อธำรงรักษาเอกราชอธิปไตย ความมั่นคง ความ  
เจริญทางเศรษฐกิจ และการอยู่ร่วมกันโดยสันติ โดยลำดับ ใน  
ยุคหลังสงครามเย็น กระทรวงการต่างประเทศได้เน้นนโยบาย  
การทูตเพื่อประชาชนอย่างจริงจังและต่อเนื่องเพื่อเสริมสร้างความ  
เข้มแข็งของภาคเอกชน และความอยู่ดีกินดีของประชาชนไทย  
และมีภารกิจอันหลากหลายมิติยิ่งขึ้นในยุคโลกาภิวัตน์รวมทั้งร่วม  
แก้ไขวิกฤติการณ์ทางเศรษฐกิจของชาติ

ในปัจจุบันกระทรวงการต่างประเทศแบ่งส่วนราชการใน  
ประเทศออกเป็นสำนักเลขาธิการรัฐมนตรี สำนักงานปลัด

กระทรวง กรมภูมิภาคต่างๆ เพื่อดูแลความสัมพันธ์ในระดับ  
ทวิภาคี อันได้แก่ กรมยุโรป กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้ กรม  
เอเชียตะวันออก กรมเอเชียใต้ ตะวันออกกลางและแอฟริกา และ  
กรมที่ดูแลงานเฉพาะด้าน อาทิ กรมพิธีการทูต กรมเศรษฐกิจ  
กรมองค์การระหว่างประเทศ กรมสนธิสัญญาและกฎหมาย กรม  
อาเซียน กรมกงสุล และกรมสารนิเทศ นอกจากนี้ยังมีหน่วยงาน  
ในต่างประเทศอีก 76 แห่ง คือ สถานเอกอัครราชทูต 55 แห่ง  
คณะทูตถาวรประจำสหประชาชาติ 2 แห่ง สถานกงสุลใหญ่ 19  
แห่ง และสถานกงสุลกิตติมศักดิ์ 101 แห่ง ในขณะที่มีข้าราชการ  
ทั้งหมด 1,400 คน แยกเป็นสายการทูต 919 คน และสาย  
สนุน 481 คน ในจำนวนนี้มีข้าราชการประจำการในต่างประเทศ  
ทั่วโลกประมาณ 450 คน ซึ่งนับว่าเป็นกระทรวงที่มีข้าราชการ  
น้อยที่สุด คิดเป็นเพียงร้อยละ 0.01 ของอัตรากำลังคนภาครัฐ  
ทั้งหมด โดยอาศัยงบประมาณของรัฐในการดำเนินการ 3,503  
ล้านบาท คิดเป็นเพียงร้อยละ 0.4344 ของงบประมาณรายจ่าย  
ประจำปีงบประมาณ 2541

## จดหมายจากผู้ฟัง

รายการวิทยุกระจายเสียงสราญรมย์ ของกระทรวงการต่างประเทศนี้ ในความคิดนั้นควรจะมีมานานแล้ว เพราะว่าเป็นสถาบันหนึ่งของราชการที่จะมีรายการและข่าวสารต่างๆ ให้ประชาชนได้รับรู้ สำหรับวิทยุของกระทรวงการต่างประเทศนี้เป็นรายการให้ประโยชน์ต่อประชาชนในชาติควรขยายเวลาออกอากาศให้ประชาชนได้รับฟังทั่วถึงทุกจังหวัด

สุรัตน์ วัฒนาโกศัย

อ.ร้องกวาง แพร่

ผมฟังรายการของทางสถานีเป็นประจำทุกเช้า ดีมากเลย เพราะไม่มีการโฆษณาให้รำคาญใจ ผมฟังอยู่สกลนครชาติเจริญดี รายการเกษตรน่ารู้-รายการรอบบ้านเรา-รายการท่องเที่ยวไทย และหลายรายการ เพลงที่เปิดในรายการก็เป็นเพลงเก่าที่ผมชอบอยู่แล้วไม่ว่าลูกทุ่ง-ลูกกรุง

สุนาท สายสิงห์

อ.สว่างแดนดิน สกลนคร



ภาพฯ คร.สุรินทร์ พิศสุวรรณ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ  
ในโอกาสเปิดสถานีวิทยุสราญรมย์  
วันที่ 21 เมษายน 2541

\* วิจารณ์ ที่ประสาน บันทึกภาพ



## บ/ท/ก/วี

แต่...ตัวเอง

ลินี เต็มสองสัปดาห์

อยากจะเขียนจดหมายไปหาพ่อ

รำพันพ่อถึงตามความในจิต

เล่าศรัทธาฝันใฝ่ในชีวิต

ให้พ่อคิดแนะทางอย่างถูกต้อง

อยากจะฝากใจซึ่งคิดถึงแม่

ยามอ่อนแอหนาวขวัญจนปั่นป่วน

จะชลลงบนตักแม่พักครวญ

มือนุ่มนวลแม่คงรับซับน้ำตา

อยากทบทวนวันเก่าเรา...พี่...น้อง

วิ่งเที่ยวท่องเบิกบานกลางลานหญ้า

จนใกล้ตะวันลับพ่อกลับมา

ซึ่งผวากันไปรับจับจุมมือ

อยากจำบ้านสี่หม่นบนเนินนั้น

เฟื่องฟ้าพัน...พวงครามงามสมชื่อ

มะม่วงมันดกจนคนเขาลือ

ราตรีหรือหอมรินในคืนบาน

ถึงทุกข์ตรมทมนักสักร้างเหงา

คงชื่นในที่ได้นับวันกลับบ้าน

โอ้“ความอยาก” บากจิตพิชไร้วราน

จะชมซานไปหาใครเมื่อไม่มี?

จากหนังสือ “ตะวัน” 2507

## ภาพขุนนางไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา กลับเมืองไทย



ภาพขุนนางไทยสมัยอยุธยา



ภาพฯ ดร.สุรินทร์ พิศสุวรรณ รับมอบภาพวาด  
จากคณะทูตวาติกัน



# สารคดี

ภาพขุนนางไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา กลับเมืองไทย  
เปิดหน้าประวัติศาสตร์ท้ายรัชกาลสมเด็จพระนารายณ์

๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐

พินิจ จันทรวิทัน

**๖** เมื่อวันที่ 18 มิถุนายน 2541 รัฐมนตรีช่วยว่าการ  
กระทรวงการต่างประเทศวาติกันพร้อมกับเอก  
อัครราชทูตวาติกันประจำประเทศไทย ได้นำ  
ภาพวาดขุนนางไทย 3 คน ซึ่งเดินทางไปเฝ้าพระสันตปาปา  
อินโนเซนต์ที่ 11 เมื่อปี พ.ศ. 2231 มามอบให้กับกระทรวงการ  
ต่างประเทศ โดยนายสุรินทร์ พิศสุวรรณ รัฐมนตรีว่าการ  
กระทรวงการต่างประเทศเป็นผู้รับมอบ

วิทยุสงวามุขมย์

ฝ่ายวาติกันมีหลักฐานยืนยันมั่นคงว่า ข้าราชการไทย 3 คนนี้ เดินทางไปกับบาทหลวงตาซาร์ดซึ่งเป็นราชทูตพิเศษ นำพระราชสาส์นของสมเด็จพระนารายณ์ไปถวายพระเจ้าหลุยส์ที่ 14 จากนั้นก็เดินทางไปถวายสาส์นอีกฉบับหนึ่งต่อพระสันตปาปา

ที่น่าสนใจก็คือภาพทั้ง 3 นี้มีลายมือของขุนนางทั้ง 3 คน เขียนไว้ที่ด้านล่างทุกใบคือ ออกขุนชำนาญใจจง ออกขุนวิเศษภูบาล และออกหมื่นพิพิธราชา ทำให้ได้ทราบแน่ชัดกันเสียที่ว่าข้าราชการไทยที่ไปฝรั่งเศสคราวนั้นชื่ออะไรกันบ้าง

คณะราชทูตพิเศษชุดนี้ยังไม่เคยทราบชื่อเสียงที่แท้จริงกัน แม้ในพระนิพนธ์ของสมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพที่ทรงประทานอธิบายเรื่องความสัมพันธ์ไทย-ฝรั่งเศส ก็ทรงกล่าวไว้แต่เพียงว่า มีข้าราชการไทย 3 คน คนหนึ่งเรียกกันว่า ออกขุนชำนาญ ส่วนอีก 2 คนยังหาไม่พบหลักฐาน หนังสือที่เขียนขึ้นในชั้นหลังเกี่ยวกับคณะข้าราชการชุดนี้ ก็กล่าวถึงออกขุนวิเศษภูบาล และออกขุนชำนาญใจจง ส่วนอีกผู้หนึ่งคลาดเคลื่อนไปเป็นออกขุนภูเบรินทร์

ภาพวาดทั้ง 3 นี้ ทางวาติกันแจ้งว่า วาดโดยมาร์โก มาร์รัตตา (Marco Maratta) จิตรกรอิตาลี ในขณะที่ข้าราชการทั้ง 3 อยู่ในกรุงโรม จากนั้นก็ได้มอบให้กับพระคาร์ดินัลองค์หนึ่ง ซึ่งต่อมาได้เป็นพระสันตปาปาคลีเมนต์ที่ 11 จากนั้นก็ไม่ทราบว่าจะไปอยู่ที่ใด เมื่อราวปี พ.ศ. 2463 ภาพทั้งสามไปโผล่ที่ร้านค้าของเก่าที่ลอนดอน สองสามีภรรยาชาวเบลเยียมซื้อไว้

แล้วนำไปมอบให้พระสันตปาปา ปีอุสที่ 12 ภาพดังกล่าวจึงอยู่ในหอสมุดของวาติกันจนทุกวันนี้

ภาพที่นำมามอบให้กระทรวงการต่างประเทศนี้ เป็นภาพที่วาดถอดแบบจากภาพเดิมด้วยสีฝุ่นแบบของเดิมทุกอย่างแล้วได้ถ่ายเป็น 2 ชุด รวม 6 ชั้น ซึ่งรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศกล่าวว่า จะได้มอบให้หอจดหมายเหตุแห่งชาติ ชุดหนึ่งเพื่อให้มีการศึกษากันต่อไป ส่วนอีกชุดจะเก็บไว้ที่กระทรวงการต่างประเทศ

ภาพขุนนางไทย 3 คนนี้ นอกจากจะทำให้เห็นหน้าตา และรูปร่างที่แท้จริงทุกคนอย่างชัดเจนแล้ว ยังทำให้เกิดความอยากรู้ต่อไปว่า ในคราวที่ให้บาทหลวงตาซาร์ดอัญเชิญพระราชสาส์นไปคราวนั้น เหตุใดจึงไม่มีขุนนางชั้นสูงของไทยไปด้วยเช่นทุกคราว

ยิ่งกว่านั้นเมื่อสอบถามในหลักฐานต่างๆ แล้วยังปรากฏว่า บาทหลวงตาซาร์ดนั้น มีหน้าที่อัญเชิญพระราชสาส์นและเครื่องราชบรรณาการไปเท่านั้น หาได้รับการแต่งตั้งให้เป็นราชทูตพิเศษตามที่ว่ากันแต่อย่างใดซึ่งดูเป็นการแปลกอยู่หลักฐานนี้ปรากฏชัดในพระราชสาส์นที่สมเด็จพระนารายณ์มีไปถึงพระเจ้าหลุยส์ในครั้งนี่ว่า ได้ทรงมอบให้บาทหลวงตาซาร์ดอัญเชิญพระราชสาส์น แต่มิได้ทรงตั้งให้มีตำแหน่งใดๆ โดยบอกว่า เกรงว่าจะมีคนติเตียนบาทหลวงตาซาร์ดได้ เพราะบาทหลวงตาซาร์ดเป็นนักบวชเยซูวิต

ประวัติศาสตร์ในช่วงท้ายรัชกาลสมเด็จพระนารายณ์ก็ สับสนอย่างยิ่ง บันทึกและจดหมายต่างๆ ของบาทหลวงและ พ่อค้าฝรั่งเศสในกรุงศรีอยุธยาช่วงนั้นต่างก็เขียนโดยใส่ความรู้สึก และทรรศนะส่วนตัวลงไป เนื่องจากมีการแตกแยกความ เห็นเป็นหลายฝ่ายทั้งในระหว่างคนไทยด้วยกัน และในระหว่าง ฝ่ายฝรั่งเศสเองในช่วงนั้นยังทำให้เกิดความลำบากในการค้นคว้า เข้าไปอีก อย่างไรก็ตามก็ดีลองตรวจสอบดูหลักฐานต่างๆ ทั้งทาง ไทยและหลักฐานฝ่ายฝรั่งเศสด้วยใจเป็นกลางเห็นมีประเด็นน่า สนใจเกี่ยวกับคณะทูตชุดนี้ที่จะขอนำมาเล่าไว้

**คณะราชทูตชุดแรก**

ก่อนหน้าที่สมเด็จพระนารายณ์จะส่งคณะทูตไปเจริญ ทางพระราชไมตรีกับฝรั่งเศสนั้น ทรงได้รับพระราชสาส์นจาก พระเจ้าหลุยส์และศุภอักษรจากพระสันตปาปาคลีเมนต์ที่ 9 ครั้งแรกเมื่อ พ.ศ. 2216 โดยสังฆราชบิลลู บาทหลวงที่มาเผยแผ่ ศาสนาในกรุงศรีอยุธยาถือมา และครั้งที่สองนายเดอลังบูโร ผู้อำนวยการบริษัทการค้าฝรั่งเศสที่เข้ามาตั้งสถานการค้าในกรุง ศรีอยุธยาถือพระราชสาส์นพระเจ้าหลุยส์มาอีก

เนื้อความในพระราชสาส์นและศุภอักษรทั้งสองคราวนั้น ก็คงจะคล้ายคลึงกัน กล่าวคือ ฝ่ายฝั่งให้คุ้มครองคณะบาทหลวง ให้มีการเผยแผ่ศาสนาโดยเสรี และขอให้บริษัทฝรั่งเศสทำมา ค้าขายในประเทศไทยได้ตามสะดวก สมเด็จพระนารายณ์ทรง เห็นว่า ขณะนั้นฝรั่งเศสกำลังมีอำนาจมากในยุโรปและทรงเห็น

ช่องทางที่ได้ฝรั่งเศสไว้เป็นมิตร จึงทรงแต่งตั้งราชทูตคณะแรก อันมีออกญาพิพัฒน์ราชไมตรีเป็นหัวหน้าคณะ มีข้าราชการอีก 2 นายคือ หลวงศรีวิสารสุนทรและขุนนครวิไชย โดยมีเจ้าพนักงาน และคนรับใช้กว่า 20 คนตามไปด้วย คณะราชทูตคณะนี้มี บาทหลวงฝรั่งเศสชื่อเกยเมอเป็นล่าม ออกจากกรุงศรีอยุธยา เมื่อวันที่ 24 ธันวาคม 2223 แต่เรือโดยสารได้ถูกพายุอัปปาง ในกลางทะเลชายฝั่งตะวันออกของเกาะมาดากัสกา เป็นอันว่า คณะราชทูตไทยคณะแรกซึ่งมีเครื่องราชบรรณาการมากมาย รวมทั้งช้าง 2 เชือกได้สูญหายไปโดยไม่ถึงฝรั่งเศส

**คณะราชทูตชุดที่สอง**

จนถึง พ.ศ. 2226 ทางกรุงศรีอยุธยาจึงทราบข่าว คณะ ทูตชุดนี้ไปไม่ถึงฝรั่งเศส สมเด็จพระนารายณ์จึงทรงส่งคณะ ราชทูตคณะที่สอง ซึ่งประกอบด้วย ขุนพิชัยวาทิตและขุนพิชิต ไมตรีออกไปอีกครั้งหนึ่งในปี พ.ศ. 2227 คณะทูตคณะนี้ได้เข้า เฝ้าพระเจ้าหลุยส์ แต่จากหลักฐานฝ่ายฝรั่งเศสหลายแห่งระบุ ตรงกันว่าคณะราชทูตชุดนี้ มิได้สร้างความประทับใจให้กับฝ่าย ฝรั่งเศสเท่าไรนัก เห็นจะเป็นเพราะกิริยาไม่ค่อยจะเรียบร้อย เนื่องจากเป็นข้าราชการชั้นผู้น้อย

เมื่อขุนพิชัยวาทิตและขุนพิชิตไมตรีเดินทางกลับกรุงศรี อยุธยาเมื่อต้นปี พ.ศ. 2228 พระเจ้าหลุยส์ได้ส่งคณะทูตฝรั่งเศสคณะใหญ่มาด้วย ราชทูตคนแรกของฝรั่งเศสคือ เซอวาเลีย เดอ โชมองต์ ทั้งยังมีคณะบาทหลวงจำนวนหนึ่งตามมาด้วย

เซอวาเลีย เดอ โชมองต์ นั้นเป็นขุนนางมีตระกูล ส่วนบาทหลวงผู้หนึ่งที่มาด้วยในครั้งนี้ก็คือ บาทหลวงก็ยี่ ดาซาร์ด อันจะมีบทบาทสำคัญในการนำคณะทูตชุดสุดท้ายออกไปฝรั่งเศสตั้งที่ได้กล่าวไว้ในตอนต้น นายทหารเรือผู้หนึ่งซึ่งเข้ามากับคณะทูตคราวนี้คือ เซอวาเลีย เดอ ฟอร์แบง ได้อยู่รับราชการในกรุงศรีอยุธยาและต่อมาได้รับพระราชทานยศเป็น ออกพระศักดิ์สงครามซึ่งมีการเขียนถึงท่านผู้นี้ไว้หลายแห่งแล้ว

คณะทูตของเซอวาเลีย เดอ โชมองต์ ได้รับการต้อนรับอย่างอสังการและพงศาวดารไทยในตอนนี้ได้บันทึกไว้อย่างละเอียดซึ่งอาจจะหาอ่านได้ไม่ยาก โชมองต์ได้เข้าเฝ้าสมเด็จพระนารายณ์และได้พยายามกราบทูลชักชวนให้เข้ารีตแต่ไม่ประสบผลดังเป็นที่ทราบกันอยู่แล้ว นอกจากนี้แล้ว ได้มีการทำความตกลงกับไทยมีเนื้อความโดยย่อเกี่ยวกับการค้าของฝรั่งเศสในสยาม และการให้บาทหลวงฝรั่งเศสทำการเผยแผ่ศาสนาได้โดยเสรี รวมทั้งสิทธิที่ทางการไทยจะให้แก่พวกคนไทยที่เข้ารีตเป็นพิเศษด้วย

### คณะทูตชุดที่สาม

เมื่อเซอวาเลีย เดอ โชมองต์ ลากลับเมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ. 2228 สมเด็จพระนารายณ์เห็นเป็นโอกาสที่จะจัดส่งคณะทูตไปฝรั่งเศสอีกเพื่อเจริญทางพระราชไมตรีให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้นเนื่องจากคณะทูตคณะแรกก็ไปไม่ถึงฝรั่งเศส ส่วนคณะที่สองก็มีได้ทำให้ฝ่ายฝรั่งเศสชื่นชมมากนัก

คณะราชทูตคณะที่ 3 ที่สมเด็จพระนารายณ์ส่งออกไปฝรั่งเศสในคราวนี้ เลือกเฟ้นข้าราชการชั้นผู้ใหญ่คือ ออกพระวิสุตรสุนทร เป็นราชทูต อุปทูตคือ ออกหลวงกัลยาราชไมตรี และตรีทูตคือ ออกขุนศรีวิสารวาจา คณะราชทูตไทยชุดนี้ได้รับการต้อนรับอย่างสมพระเกียรติผ่านเมืองใดก็มีประชาชนเรียงรายตามถนนคอยต้อนรับ บาทหลวงผู้หนึ่งได้บันทึกไว้ว่า “ราชทูตไทยเหล่านี้เป็นคนดีมีไหวพริบไม่ถือยศและมีอัธยาศัยดีกว่าราชทูตครั้งก่อนมาก ราชทูตคราวนี้ถือกระดานชนวนอยู่ในมือมิได้ละเว้นเลย และถ้าใครถามอะไรเขาถึง 4 ข้อ เขาก็กลับย้อนถามตั้ง 6 ข้อ” รายละเอียดของคณะราชทูตชุดที่สามนี้ได้มีการเขียนค้นคว้าไว้หลายแห่งแล้ว จึงจะงดกล่าวในที่นี้อีก สรุปได้ว่า ประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี

เมื่อคณะราชทูตจะกลับเมืองไทย เมื่อเดือนมีนาคม พ.ศ. 2230 ทางฝรั่งเศสได้ส่งคณะทูตมาอีกเพราะเห็นว่า เซอวาเลีย เดอ โชมองต์มาในคราวก่อนนั้นแม้จะเจรจาจนได้สิทธิพิเศษต่างๆ ทางการค้าและการเผยแผ่ศาสนาแล้ว แต่ก็ยังไม่เป็นการเพียงพอ คณะทูตฝรั่งเศสคราวนี้มี หัวหน้า 2 คน คือ เดอ ลาลูแบร์ และคลอด เซเบเรย์ ดู บุยเย ฝรั่งเศสได้ส่งกองทหารมาด้วยรวม 636 คน ภายใต้การบังคับบัญชาของนายพลเดสฟาร์ซ มาเพื่อมาประจำป้อมที่เมืองมะริดตามคำขอร้องของฟอลคอนหรือออกญาวิชยนทร์ ซึ่งขณะนั้นเป็นอัครมหาเสนาบดีของสมเด็จพระนารายณ์

คณะทูตไทยและฝรั่งเศสชุดนี้มาถึงเมืองไทยเมื่อเดือนกันยายน พ.ศ. 2230 เมื่อมาถึงแล้ว คณะทูตฝรั่งเศสก็ได้เจรจาทำสัญญาในด้านการค้ากับไทยอีกครั้งหนึ่งจนเป็นผลสำเร็จในเวลานั้น เดอ ลาลูแบร์ ซึ่งตามบันทึกของฝ่ายฝรั่งเศสก็ยอมรับว่าเป็นผู้มีโทษะมากก็เกิดขัดกับออกญาวิเชนทร์ในเรื่องต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องกองทหารฝรั่งเศส ซึ่งออกญาวิเชนทร์ขอให้ทำสัตย์ปฏิญาณว่าจะเชื่อฟังคำสั่งของสมเด็จพระนารายณ์ซึ่งจะมีพระบรมราชโองการผ่านตน ก็เท่ากับว่า กองทหารฝรั่งเศสนี้ต้องอยู่ภายใต้การบังคับของพลคอนน็องเองเรื่องนี้ทำให้เดอ ลาลูแบร์ และนายพลเดสฟาร์ซ ไม่พอใจมาก แต่ก็จำต้องยอมตาม ส่วนบาทหลวงตาซาร์ดนั้นก็เข้ากับพลคอนน็องสนิทจนถึงกับมีผู้กล่าวว่าบาทหลวงตาซาร์ดนั้นยอมตนเป็นคนรับใช้พลคอนน็องคนเดียว ซึ่งก็ทำให้ลาลูแบร์ขัดใจกับบาทหลวงตาซาร์ด อีก ว่าบาทหลวงตาซาร์ดนั้นเข้ากับฝ่ายออกญาวิเชนทร์

เหตุการณ์ในประวัติศาสตร์ช่วงนี้ในพงศาวดารไทยและจดหมายเหตุต่างๆ ทั้งไทยและฝรั่งเศสมีความสับสนอยู่มาก บางกระแสเห็นว่าในครั้งนี้มีฝรั่งเศสบางกลุ่มไม่เพียงแต่จะประสงค์เข้ามาเผยแผ่ศาสนาและทำการค้าเท่านั้น หากยังประสงค์จะยึดเอาดินแดนไทยส่วนหนึ่งเป็นของฝรั่งเศสจึงส่งกองทหารมาถึง 600 กว่าคน แต่ที่ตรงกันอยู่ประการหนึ่งก็คือเวลานั้นพลคอนน็องกำลังมีอำนาจเป็นที่โปรดปรานของสมเด็จพระนารายณ์มากแต่เป็นผู้ที่กระทำการเพื่อประโยชน์ของตนเป็นใหญ่ ไครขัดขวาง

ก็หาทางกำจัดเสีย

หลักฐานที่ปรากฏในบันทึกต่างๆ ทำให้อาจเป็นไปได้ว่ากองทหารฝรั่งเศสที่มากับคณะราชทูตในคราวนี้เป็นการจัดการของออกญาวิเชนทร์ซึ่งเป็นอัศวินเสนาบดีอยู่และสมเด็จพระนารายณ์ทรงเชื่อฟังความเห็นอยู่มาก จดหมายของเซนเยอร์ลาโนเมื่อปี พ.ศ. 2229 ซึ่งเป็นพ่อค้าฝรั่งเศสในกรุงศรีอยุธยาเขียนไปหาผู้ช่วยราชการการค้าต่างประเทศของฝรั่งเศสถึงกับกล่าวไว้ว่า “หากไม่มีออกญาวิเชนทร์แล้ว พระเจ้ากรุงสยามจะไม่ทำอะไรทั้งหมด”

ในช่วงปี พ.ศ. 2229 นี้ ได้เกิดกบฏขึ้นมาครั้งหนึ่ง สมเด็จพระนารายณ์ก็ทรงพระประชวรบ่อยครั้ง ออกญาวิเชนทร์เองก็คงตระหนักดีว่า หากสิ้นแผ่นดินแล้วตนเห็นจะอยู่ในฐานะลำบากเพราะสร้างศัตรูไว้มาก จึงจัดการขอให้ฝรั่งเศสส่งกำลังทหารมากับคณะราชทูตของลาลูแบร์ ในคราวนั้น โดยให้บาทหลวงตาซาร์ดถือหนังสือลับเฉพาะจากพลคอนน็องไปถึงเสนาบดีฝรั่งเศสเสนอให้เมืองมะริดแก่ฝรั่งเศสเพราะเวลานั้นเมืองมะริดเป็นเมืองที่สำคัญในการทำการค้าขายของเรือจากยุโรปที่จะมายังกรุงศรีอยุธยา

หลักฐานอีกประการหนึ่งที่สนับสนุนความคิดที่ว่า การส่งทหารมาเมืองไทยคราวนี้น่าจะเป็นการดำเนินการของออกญาวิเชนทร์ก็คือ ในพระราชสาส์นของพระเจ้าหลุยส์ที่ 14 ที่ฝากมากับลาลูแบร์ ราชทูต มิได้มีแต่เพียงประโยคเดียวที่

กล่าวถึงกองทหารเหล่านี้ มีแต่การฝากฝังพวกบาทหลวง โดยได้กล่าวว่า ตามที่สมเด็จพระนารายณ์ขอบาทหลวงเยซุวิต 12 คน ที่มีความรู้ในวิชาเลขให้ไปอยู่ในเมืองไทยนั้น ได้เลือกเฟ้นมาให้แล้วเพื่อให้มาเป็นครูสอนคนไทย แต่น่าแปลกอยู่ที่กองทหารขนาด 600 กว่าคน มีนายพลเป็นผู้บังคับบัญชากลับมิได้ทรงกล่าวถึงหรือฝากฝังแต่อย่างใด จึงอาจเป็นไปได้ที่เป็นการจัดการกันในระดับเสนาบดีเท่านั้น พระเจ้าหลุยส์อาจไม่ทรงทราบก็ได้

เมื่อมาถึงเมืองไทยแล้ว ออกญาวิเชยเทรท์ก็กระทำทุกวิถีทางเพื่อจะให้กองทหารเหล่านั้นจงรักภักดีและฟังคำสั่งตน แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ชี้แจงว่ากระทำไปเพราะประโยชน์ของสมเด็จพระนารายณ์

นอกจากนี้ ออกญาวิเชยเทรท์นั้นคิดการไว้ในกรณีเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉินและตนเองจะต้องออกจากเมืองไทยไว้เช่นกัน กล่าวคือ ได้ร่วมลงทุนกับบริษัทการค้าฝรั่งเศสไว้ถึง 3 แสนฟรังก์ ทั้งยังมีการซื้อทรัพย์สินไว้ในฝรั่งเศสอีก

### ที่มาของคณะทูตชุดสุดท้าย

เหตุการณ์ใน พ.ศ. 2231 ซึ่งเป็นท้ายแผ่นดินสมเด็จพระนารายณ์นั้นมีความวุ่นวายอีก คือ ออกญาวิเชยเทรท์นั้นก็คิดจะสนับสนุนพระปีย์ โอรสบุญธรรมของสมเด็จพระนารายณ์ให้ขึ้นครองราชย์ต่อไป ส่วนขุนนางผู้ใหญ่ที่มีความไม่พอใจออกญาวิเชยเทรท์มาแต่เดิมก็ถูกพระเพทราชาเกลี้ยกล่อมเข้าเป็นพวก โดยเชื่อว่าหากพระปีย์ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากออกญาวิ

เชยเทรท์ขึ้นครองราชย์ก็จะทำให้ประชาชนต้องเข้ารีตกันหมด

คณะบาทหลวงในกรุงศรีอยุธยาเองก็คงไม่แน่ใจในสถานการณ์และความปลอดภัยของตนหากมีการผลิตเปลี่ยนแปลงแผ่นดิน บาทหลวงตาซาร์ดก็อยู่ข้างออกญาวิเชยเทรท์และเป็นผู้ที่ออกญาวิเชยเทรท์ไว้น้ำใจเชื่อใจบอกความลับต่างๆ ให้

เมื่อลาลูแบร์ ลากลับนั้น เสร็จภาระกิจ และดูเหมือนว่าเป็นการลากลับอย่างกระชั้นชิด โดยอ้างว่าจะต้องรีบกลับให้ทันฤดูกาลของลม ฟ้าฝนหรือออกญาวิเชยเทรท์ก็เกรงว่าลาลูแบร์ไปกราบบังคมทูลเมืองหน้าเมืองหลังเรื่องกองทหารฝรั่งเศสและเรื่องอื่นๆ ให้พระเจ้าหลุยส์และเสนาบดีฝ่ายฝรั่งเศสทราบ บาทหลวงตาซาร์ดซึ่งขัดแย้งกับลาลูแบร์ ก็เกรงว่าลาลูแบร์อาจไปทูลพระสันตปาปาและพระเจ้าหลุยส์ถึงการที่ตนขัดคำสั่งราชทูตและไปเข้ากับออกญาวิเชยเทรท์เช่นเดียวกัน

ออกญาวิเชยเทรท์จึงรีบแนะนำให้สมเด็จพระนารายณ์มีพระราชสาส์นไปถึงพระเจ้าหลุยส์โดยกราบบังคมทูลโน้มหน้าให้ทรงมอบให้บาทหลวงตาซาร์ดอัญเชิญไป เพราะหากมีการแต่งตั้งขุนนางระดับสูงของฝ่ายไทย ทุกคนก็ล้วนแต่ไม่พอใจออกญาวิเชยเทรท์อยู่เป็นทุนเดิมอาจไปเล่าอะไรให้ฝ่ายฝรั่งเศสฟัง การที่บาทหลวงตาซาร์ดเชิญพระราชสาส์นไปคราวนี้จึงเป็นการสมประโยชน์ของบาทหลวงตาซาร์ดและออกญาวิเชยเทรท์

ดังนั้น การที่สมเด็จพระนารายณ์ส่งคณะทูตไปฝรั่งเศสคราวนี้น่าจะเป็นคำริของบาทหลวงตาซาร์ดร่วมกับออกญาวิ

เขนทร์เสียมากกว่าที่จะเป็นของสมเด็จพระนารายณ์เอง

คำตอบของประเด็นที่ว่า เหตุใดสมเด็จพระนารายณ์มหาราชไม่ทรงตั้งบาทหลวงตาซาร์ดเป็นราชทูตนั้นก็น่าจะมีมากกว่าที่ทรงอธิบายในพระราชสาส์นถึงพระเจ้าหลุยส์ตามที่กล่าวในตอนต้น

เมื่อลาลูแบร์ เดินทางกลับนั้น ได้ลงเรือลำเดียวกับบาทหลวงตาซาร์ด ลาลูแบร์และบาทหลวงตาซาร์ดก็เกิดขัดแย้งกัน อย่างออกหน้าออกตา เมื่อลงเรือลำเดียวกันก็มีการขัดใจกันโดยตลอด ออกญาวิษเณทร์ผู้จัดการให้บาทหลวงตาซาร์ดเป็นผู้อัญเชิญพระราชสาส์น ครั้งนี้ได้มีการส่งข้อความบางประการให้บาทหลวงตาซาร์ดไปเจรจากับขุนนางฝรั่งเศสโดยกำชับมิให้เปิดเผยให้ผู้ใดรู้เป็นอันขาดแม้แต่ลาลูแบร์เอง

ส่วนข้าราชการไทยสามนายนั้นเป็นการจัดการส่งให้ติดตามไปเพื่อให้สมเกียรติยศของพระราชสาส์นเท่านั้นเพราะมิใช่เป็นข้าราชการระดับสูง เกรงจากความเมืองใด ๆ บาทหลวงตาซาร์ดเป็นผู้จัดการทั้งสิ้นด้วยถือว่าตนเป็นผู้อัญเชิญพระราชสาส์น นี่คือสาเหตุที่แม้แต่ชื่อของข้าราชการสามนายนี้ก็ยังไม่มีการทราบ

ควรกล่าวไว้ด้วยว่าคณะทูตชุดนี้เมื่อไปถึงฝรั่งเศสแล้วทางกรุงศรีอยุธยา ก็เกิดความวุ่นวายเพราะสมเด็จพระนารายณ์สวรรคต พระเพทราชาขึ้นครองราชย์ ออกญาวิษเณทร์นั้นถูกประหารส่วนบาทหลวงฝรั่งเศสก็ประสบความลำบากมาก รายละเอียดตอนนี้จะหาอ่านได้ในประชุมพงศาวดาร แต่ที่จะเล่าไว้

ก็คือคณะข้าราชการไทยชุดนี้ติดอยู่ที่ฝรั่งเศสว่าจะกลับมาได้ก็เป็นปี พ.ศ. 2232 ออกขุนชำนาญนั้นเสียชีวิตระหว่างทาง ส่วนออกขุนวิเศษภูบาลและออกหมื่นพิพิทธราชานั้นได้เข้ารีต

ก่อนจบต้องขอเล่าไว้อีกว่าออกขุนชำนาญผู้นี้มีประวัติที่น่าสนใจทีเดียว คือ เคยเป็นอุปทูตในคณะราชทูตที่สมเด็จพระนารายณ์ส่งไปโปรตุเกส ก่อนหน้าที่จะทรงส่งออกพระวิสุตรสุนทรไปฝรั่งเศสเพียงปีเดียวแต่คณะทูตไปเรืออัปปางใกล้แหลมกู๊ดโฮป ออกขุนชำนาญนั้นรอดชีวิตได้แต่ก็ต้องเดินบุกป่าฝ่าดงเก็บหญ้าและไปไม้กินกบเขียดเดินจนสะบักสะบอมหลายสัปดาห์จนไปถึงที่พักของพวกฮอลันดาซึ่งได้ช่วยเหลือจนกลับไปกรุงศรีอยุธยาได้ระหว่างที่อยู่ในเรือที่เดินทางไปฝรั่งเศสกับบาทหลวงตาซาร์ด ออกขุนชำนาญก็เล่าเรื่องการผจญภัยของตนให้ฟัง บาทหลวงตาซาร์ดจึงบันทึกไว้แล้วนำไปตีพิมพ์ในฝรั่งเศสได้รับความนิยมจากคนอ่านมากเพราะสนุกเหลือเชื่อราวกับนิยายเรื่องออกขุนชำนาญนี้เคยมีการแปลเป็นไทยในหนังสืออุโฆษสมัยราว พ.ศ. 2461 ท่านที่สนใจลองหาอ่านได้

## ยาฆ่าแมลงปลอดสารพิษ

### ยาฆ่าแมลงจากเมล็ดสะเดา

1. เก็บรวบรวมผลสะเดาสุกให้มากตามที่ต้องการ นำมาแช่น้ำ ล้างขจัดส่วนที่เป็นเนื้อออกไป ให้เหลือแต่เมล็ด
2. นำเมล็ดที่ล้างสะอาดแล้วไปผึ่งแดดเป็นเวลา 3-4 วัน หมั่นกลับเมล็ดบ่อยๆ เพื่อให้เมล็ดสะเดาแห้งทั่วถึงกัน
3. เก็บเมล็ดสะเดาแห้งที่ได้ไว้ในตะกร้าหรือถุงที่ไม่อับอากาศในห้องที่มีอุณหภูมิปกติ และไม่ใช้ห้องมืด เก็บไว้จนกว่าจะต้องการใช้
4. เตรียมน้ำสะอาดสำหรับผสมยาฆ่าแมลงตามจำนวนที่ต้องการ
5. นำเมล็ดสะเดาที่สะอาดปราศจากฝุ่นผงหรือเชื้อรา มาตำหรือลดให้ละเอียด ผสมกับน้ำโดยใช้เมล็ดสะเดาบด 50 กรัม หรือครึ่งขีด ต่อน้ำ 1 ลิตร คนให้เข้ากัน ปิดฝาทิ้งค้างไว้ 1 คืน ปล่อยให้เมล็ดสะเดาอ่อนกัน จึงกรองด้วยผ้าขาวบางแล้วนำไปใส่เครื่องฉีดพ่นยาฆ่าแมลงฉีดพ่นพืชที่มีหนอนหรือแมลงศัตรูพืช โดยฉีดพ่นให้ถูกตัวหนอนโดยตรง หนอนจะตายภายใน 24 ชั่วโมง หากเกษตรกรท่านใดไม่มีเครื่องฉีดพ่นยาฆ่าแมลง อาจใช้บัวรดน้ำหรือใช้กิ่งสะเดามัดเป็นกำจุ่มลงในน้ำยา แล้วประพรมลงไปให้ทั่วใบผักก็ได้เช่นกัน



## ศาสนา

ความเชื่อในพระพุทธทำนายเกี่ยวกับ  
พระศรีอาริยมตไตรย



**พ**ระศรีอาริยมตไตรย หรือพระศรีอาริย์ เป็นอนาคต  
พุทธเจ้าที่ได้รับการกล่าวถึง และมีผู้ปรารถนาที่  
จะไปเกิดในยุคที่พระองค์มาตรัสรู้กันมาก

คนไทยโบราณ หรือแม้กระทั่งในสมัยปัจจุบัน ต่างพากัน  
เชื่อว่า พุทธศาสนาจะมีอายุเพียง 5,000 ปีเท่านั้น หลักฐานเก่า  
แก่ที่ปรากฏความเชื่อนี้ก็คือในศิลาจารึกนครชุม หลักที่ 3 ใน  
สมัยสุโขทัย ซึ่งถอดความออกมาได้ว่า

“หากมีคนถามถึงอายุของพุทธศาสนาว่าจะสิ้นสุดลงเมื่อใด ก็ให้ตอบว่า นับจากปีที่มีการสถาปนาพระมหาธาตุนี้ ออกไปอีก 3,099 ปี จึงจะสิ้นพุทธศาสนา ส่วนปีที่มีการสถาปนาพระมหาธาตุนั้น ก็คือ 1,946 ปี นับแต่ที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้”

ในศิลาจารึกนี้ ยังให้รายละเอียดด้วยว่า พุทธศาสนาจะสิ้นสุดในวันเพ็ญ เดือนหก ซึ่งตรงกับวันเสาร์ ปีชวด และลักษณะที่แสดงให้เห็นเมื่อใกล้จะสิ้นสุดพุทธศาสนาก็คือ พระไตรปิฎกจะหายไป ไม่มีใครรู้ตลอด จะรู้บ้างก็กระท่อนกระแท่น เต็มที่ ยิ่งมหาชาติเวสสันดรชาดก ก็ไม่มีใครเทศน์ได้เลย ถึงธรรมชาดกอื่นก็ไม่สมบูรณ์ จำพวกพระอภิธรรม พระปัจจุญาณ และพระยมกก็สูญหมด

ถ้าเป็นอย่างที่ว่ามีมา ก็เป็นเรื่องน่าหนักใจ เพราะปัจจุบันการเทศน์มหาชาติเวสสันดรชาดกก็มีน้อยลงวัดที่ยังคงมีประเพณีนี้ไว้ก็เพียงรักษาประเพณีเท่านั้น

ผู้เฒ่าผู้แก่ในสมัยก่อนมักพูดกันว่า ในอนาคต คนเราจะมีร่างกายเล็กลงถึงขนาดต้องใช้ไม้สอยมะเขือ

เรื่องอายุพระพุทธศาสนา ได้มีพระอรหันตเถาจารย์แห่งคัมภีร์แจ้งว่าอายุพุทธศาสนาจะสิ้นใน 5,000 ปีมีหลายแห่ง ที่สำคัญก็คงไม่พ้นมิลินทปัญหา ซึ่งแต่งขึ้นหลังจากพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว 500 ปี โดยได้อ้างว่าพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เมื่อใกล้จะเสด็จดับขันธปรินิพพานว่า “ภายหลังที่พระองค์ดับขันธแล้ว พระธรรมจำนวน 84,000 พระธรรมทั้งหลายที่พระพุทธ

องค์ได้ตรัสเทศนาไว้ จะได้อยู่เป็นครู เป็นอาจารย์สั่งสอนถาวรไปให้ถ้วน 5,000 พระวัสสา”

แต่ในพระไตรปิฎกบัญญัติกนิบาต อังคุตตรนิกายกล่าวว่พระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงเหตุที่พุทธศาสนาเสื่อมว่า เป็นเพราะพุทธบริษัท 4 คือภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ไม่เคารพ ไม่ยำเกรง ในพระพุทธองค์ ในพระธรรม ในพระสงฆ์ ในการศึกษา

เมื่อถึงกาลจะสิ้นพุทธศาสนา พระบรมสารีริกธาตุที่ประดิษฐานในที่ต่างๆ เมื่อไม่มีผู้สักการะบูชา ก็จะเสด็จไปสู่สถานที่ที่มีผู้สักการะบูชา จนท้ายสุดเมื่อหาผู้สักการะบูชาไม่ได้ ก็จะไปรวมกันและเสด็จไปสู่พระมหาเจดีย์ใหญ่ในลังกาทวีป เมื่อออกจากมหาเจดีย์ในลังกาทวีปแล้วก็จะเสด็จไปสู่ราชายตนเจดีย์ในนาคทวีป ต่อจากนั้นจึงเสด็จมาสู่โพธิบัลลังก์ กระทำอาการเป็นพระพุทธรูปเหมือนอย่างองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ปรากฏการณ์ครั้งนั้นจะมีแต่เทวดามาเฝ้าเท่านั้นต่อจากนั้น เตโชธาตุก็บังเกิดขึ้นและเผาผลาญพระบรมสารีริกธาตุจนหมดสิ้น เปลวไฟที่เกิดขึ้นนั้นได้พุ่งพ่นขึ้นไปถึงพรหมโลก ก็เป็นการสิ้นสุดพุทธศาสนาของพระสมณะโคดมพุทธเจ้าแต่เพียงนี้

เรื่องอายุของพุทธศาสนามีอยู่ 5,000 ปีนี้คงจะฝังใจมานาน และคงเป็นเหตุให้เกิดเรื่องของพระศรีอาริย์ขึ้น

## พระศรีอาริย์จะมาตรัสเมื่อใด

เมื่อพูดถึงพระมาลัยเถระ ทุกคนคงรู้จักกันดี เพราะท่านมีชื่อเสียงโด่งดังมาก ในสมัยก่อนเจ้าป่าวอนอนเฝ้าหอ ก็จะมีคนมาสวดคาถาพระมาลัยให้ฟัง เพื่อเจ้าป่าจะได้รู้จักบาปบุญคุณโทษ เป็นพ่อบ้านที่ดีต่อไป แต่ต่อมามีการนำมาสวดในงานศพแทน พระมาลัยเถระเป็นชาวบ้านกัมโพชนในเมืองลังกา เป็นพระอรหันต์ที่มีชื่อในทางมฤตยูเช่นเดียวกับพระโมคคัลลานะ และชอบไปโปรดสัตว์ที่เมืองนรกเช่นกัน

วันหนึ่งพระมาลัยนำดอกบัวขึ้นไปไหว้พระจุฬามณีเจดีย์ที่บรรจुพระเกศธาตุ (เมื่อคราวที่เจ้าชายสิทธัตถะเสด็จออกผนวช ได้ตัดพระโมฬี และโยนขึ้นไปในอากาศ พร้อมด้วยพระกุษาโปก และพระอินทร์ได้เชิญไปบรรจुไว้ที่พระเจดีย์จุฬามณี รวมทั้งพระเชี้ยวแก้วข้างขวาเมืองบนที่ได้มาภายหลังพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว) ของพระพุทธเจ้าบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ บังเอิญตรงกับวันเพ็ญขึ้น 8 ค่ำ ซึ่งพระศรีอาริย์ก็เสด็จมาไหว้พระจุฬามณีเจดีย์เช่นกัน พระศรีอาริย์ได้เสด็จมานมัสการพระมาลัยพร้อมทั้งตรัสถามว่า ชาวโลกที่ทำบุญให้ท่าน ตั้งความปรารถนาอะไร ซึ่งพระมาลัยทูลตอบว่า ผู้คนพากันตั้งปณิธานมีความปรารถนาจะขอพบพระศรีอาริย์

พระศรีอาริย์จึงได้ให้พระมาลัยมาประกาศต่อชาวโลกว่า ผู้คนที่ปรารถนาจะพบกับพระองค์นั้น ให้ฟังพระเวสสันดรชาดกให้จบภายในวันเดียว

พระมาลัยได้ทูลถามถึงเวลาที่พระศรีอาริย์จะมาตรัสรู้ ก็ได้รับคำตอบว่าเมื่อศาสนาพุทธมีอายุได้ 5,000 ปีแล้ว บรรดาผู้คนจะมีดมนหนัก ไม่ทำบุญทำกุศลกัน มีแต่ทำบาปหยาบช้า จะมีความโลภหนักขึ้น อายุของคนก็จะลดน้อยลงไปเรื่อยๆ จนแค่อายุเพียง 5-10 ปี ก็วิวิหกันแล้ว และครั้งนั้น คนทั้งหมดจะมองเห็นกันเป็นเนื้อเป็นหมู จับอะไรเข้าก็จะกลับกลายเป็นอาวุธเข้าห้ำหั่นฟันแทงกัน

ส่วนคนดีมีปัญญา เมื่อรู้ว่าถึงเวลาที่จะมีการฆ่าฟันกัน ก็จะพากันหนีไปซุกซ่อนตัวรออยู่จนเขาฆ่าฟันกันตายภายใน 7 วันแล้ว ก็จะออกมาปรากฏตัวแสดงความยินดีต่อกัน และรักษาศีลบำเพ็ญกุศล อยู่ต่อมา เมื่อกลุ่มคนเหล่านี้มีลูก ลูกก็จะกลับมีอายุยืนเป็น 20 ปี พอถึงรุ่นหลาน หลานก็จะมีอายุยืนไป 30 ปี พอถึงรุ่นเหลน ก็เป็น 40 ปี เรื่อยไปจนถึงอสงไขย พอถึงระดับนี้คนก็จะเกิดมีความปรารถนา พอมีความประมาท อายุก็จะลดน้อยจนอยู่ในระดับ 80,000 ปี

ครั้งนั้นบ้านเมืองอุดมสมบูรณ์ป่าเขาลำเนาไพรเขียวชอุ่ม สิ่งแวดล้อมดี ไม่มีคนพิการใดๆ คนมีเมตตาจิตต่อกัน ไม่เบียดเบียนกัน และเวลานั้น จะเป็นเวลาที่พระศรีอาริย์มาตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

เสร็จแล้ว พระศรีอาริย์ก็นมัสการพระมาลัยเถระ และเสด็จไปกระทำประทักษิณพระจุฬามณีเจดีย์แล้วเสด็จกลับดุสิตพิมาน

### พระจุฬามณีเจดีย์

เสฐียรโกเศศ แสดงความเห็น ว่า รูปพระเจดีย์จุฬามณีที่เขียนกัน องค์เจดีย์ทาสีเขียว เพราะเป็นเจดีย์อินทนิลมณี ซึ่งเป็นแก้วสีเขียว ผู้ดีไทยสมัยก่อนมีห้องพระหรือห้องพระสำหรับไหว้บูชาพระทุกบ้านเรือนข้างหลังห้องมักมีภาพเขียนพระจุฬามณีเจดีย์แขวนไว้ ท่านเชื่อว่า เป็นเพราะต้องการไหว้พระศรีอาริย์ เพราะพระมาลัยขึ้นไปไหว้พระเจดีย์จุฬามณี ก็เพื่อได้พบกับพระศรีอาริย์เทวโพธิสัตว์ และได้แสดงคุณสมบัติของพระศรีอาริย์ ทำให้ผู้คนอยากพบพระศรีอาริย์บ้าง จึงได้มีรูปพระจุฬามณีเจดีย์ไว้บูชา

### อดีตพระพุทธเจ้า

ตามคติโบราณ เขาก็ว่ามี การแบ่งโลกเป็นกัปปีหรือกัลป์ เมื่อโลกถูกทำลายล้างด้วยไฟประลัยกัลป์ ก็ถือว่าสิ้นกัปปี หรือกัลป์หนึ่ง กัปปีหนึ่งหรือกัลป์หนึ่งเท่ากับสี่สองล้านปีสวรรค์ และหนึ่งปีสวรรค์เท่ากับ 360 ปีมนุษย์

ในไตรภูมิภคกถา กล่าวว่ากัลป์หนึ่งนั้น ประมาณว่ามีภูเขา ลูกหนึ่งสูง 1 โยชน์ กว้าง 3 โยชน์ ทุกๆ 100 ปี จะมีเทวดาเอาผ้าทิพย์อ่อนนุ่มดั่งคว้นไฟมากกว่าดเสียดครั้งหนึ่ง เมื่อใดที่ภูเขานั้นราบเรียบเสมอเพียงแผ่นดิน ก็ถือว่าเป็นกัลป์หนึ่ง

เมื่อสิ้นกัลป์แล้ว จะขึ้นกัลป์ใหม่ มหาพรหมมีราชจะลงมาตรวจโลกที่เกิดขึ้นใหม่ ตามเรื่องบอกว่าเมื่อถึงกาลอวสานของโลก

สถานที่ต่างๆ ทั่วโลกจะสลายตัวก่อน แล้วรัตนบัลลังก์ได้ร่วมมหาโพธิ์ที่พระพุทธเจ้าประทับนั่งตรัสรู้ถึงจะสลายตัวไป เมื่อมีการสร้างโลกใหม่ ก็จะเริ่มจากรัตนบัลลังก์ก่อน และสรรพสิ่งทั้งหลายจะเกิดตามมาจากภายหลัง ตรงที่ตั้งของรัตนบัลลังก์ จะมีปทุมชาติกอหนึ่งเกิดขึ้น มหาพรหมมีราชก็จะตรวจสอดดูกอบัวนี้ หากพบว่า

มีดอกบัว 1 ดอก จะทำนายว่า กัลป์นั้นจะมีพระพุทธเจ้า 1 องค์  
 “ 2 “ “ “ “ “ 2 “  
 “ 3 “ “ “ “ “ 3 “  
 “ 4 “ “ “ “ “ 4 “  
 “ 5 “ “ “ “ “ 5 “

หากไม่มีดอกบัวเลย ก็หมายความว่าในกัลป์นั้น จะไม่มีพระพุทธเจ้า

ในดอกบัวจะมีเครื่องอัฐบุรุษาร ซึ่งทำวมหาพรหมจะได้นำขึ้นไปรักษาไว้ในพรหมโลก และเมื่อพระโพธิสัตว์ออกบวช และตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ทำวมหาพรหมก็จะนำมาถวายทันที

ปัจจุบันอยู่ในภัทรกัปปี หรือภัทรกัลป์ ซึ่งมีพระพุทธเจ้า 5 องค์ ได้แก่

1. พระพุทธกกุสันธ หรือกุกกุสันธ เป็นบุตรพรหมณ์ปุโรหิต เป็นฆราวาสอยู่ 4,000 ปี นั่งรถเทียมม้าออกมหาภิเนษกรรมณ์ กระทำความเพียรอยู่ 8 เดือน และตรัสรู้ที่โคณคันสิริส (ต้นซึก) ดำรงพระชนม์อยู่ 40,000 ปี จึงปรินิพพานในสวนเขมาราม

2. พระพุทธโกนาคมน์ เป็นบุตรพรหมณ์ ครองเพศชราวาสนาน 3,000 ปี ซึ่งข้างออกมหาภิเนษกรมณ์ กระทำความเพียรอยู่ 6 เดือน ตรัสรู้ที่โคนต้นมะเดื่อ ดำรงพระชนม์ชีพอยู่ 30,000 ปี ปรีณิพพานในสวนปัพพตาราม

3. พระพุทธกัสสป เป็นบุตรพรหมณ์ ครองเพศชราวาสอยู่ 2,000 ปี ดำเนินทำออกมหาภิเนษกรมณ์ กระทำความเพียรอยู่ 7 วัน ตรัสรู้ที่โคนต้นนิโครธ (ต้นไทร/กว้าง) ดำรงพระชนม์ชีพอยู่ 20,000 ปี จึงปรีณิพพานในสัตตพยอุทยาน

4. พระพุทธโคดม (สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า) เป็นโอรสพระเจ้าสุทโธทนะ และพระนางสิริมหามายา แห่งแคว้นกบิลพัสดุ์ ครองเพศชราวาสอยู่ 29 ปี และทรงมำกัณฐกะเสด็จออกมหาภิเนษกรมณ์ กระทำความเพียรนาน 6 ปี และตรัสรู้ที่โคนต้นพระศรีมหาโพธิ์ ดำรงพระชนม์ชีพอยู่ 80 ปี จึงปรีณิพพานระหว่างใต้ต้นสาละคู่ในสาลวโนทยาน ในวันวิสาขบูชา (วันเพ็ญเดือน 6) ปีมะเส็ง

5. พระศรีอาริยมุตไตรย เป็นบุตรพรหมณ์ จะได้มาตรัสเป็นพระพุทธเจ้าองค์สุดท้ายของภัททกัลป์ ตามพระไตรปิฎกกล่าวว่า เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่ที่เมืองมาตุลา แคว้นมคธ พระพุทธองค์ได้ตรัสเรื่องพระศรีอาริย์ให้แก่ที่ประชุมสงฆ์ฟัง ในหนังสืออนาคตวงศ์กล่าวว่าพระศรีอาริย์จะตรัสรู้ที่โคนต้นกากะทิง

ตามคัมภีร์ไตรภูมิโลกวินิจฉัยกถา หรือไตรภูมิฉบับหลวง

กล่าวว่า ในยุคพระศรีอาริย์ ผู้คนจะมีแต่ความสุข ปราศจากภัยยุคทุกข์ยาก ไม่มีผู้ร้ายฆ่าฟันกัน พื้นดินก็ราบเรียบปราศจากเสี้ยนหนาม ไม่มีรอยแตกกระแทง มีแต่หญ้าแพรกเขียวขจีสูง พันพื้นดินเสมอกันเพียง 4 องค์กรี ความสงบสุขจะแผ่ไปทั่ว เพราะไม่มีโจรผู้ร้าย และเพราะผู้คนในศาสนาเต็มไปด้วยกุศลสุจริต ไม่มีใครคิดชั่ว คิดทำบาป ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ส่อล่วง ฉ้อฉล ฉกชิงวิ่งราว เอาทรัพย์สินเงินทองผู้อื่นเลยแม้แต่คนเดียว

คนในยุคนี้ ไม่มีใครเจ็บป่วย จึงไม่ต้องพึ่งพาโรงพยาบาล แต่กระนั้น คนในยุคนี้ก็หนีไม่พ้นโรค 3 โรค ได้แก่ โรคอยากรับประทานอาหาร มีกิริยาแสบท้อง เมื่อรับประทานอาหารแล้ว ก็เกิดโรคช้ำเกี้ยว และโรคกลัวความแก่

การที่คนในยุคนี้ไม่เป็นคนชั่วร้าย ไม่ลักขโมยของหรือแย่งชิงทรัพย์ของผู้อื่น เพราะต่างก็มีสมบัติพัสถานกันมากมายเหมือนกันหมด

ในครั้งนั้น กว่าคนจะสมรสกันได้ ก็ต่อเมื่อหญิงอายุ 500 ปี และไม่มีเรื่องชู้สาวหรือทะเลาะเบาะแว้งกัน เพราะต่างก็พูดจกันด้วยถ้อยคำไพเราะอ่อนหวาน ไม่มีคำหยาบ

ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยต้นผลหมากรากไม้ ทั้งไม้ดอกไม้ผล อากาศอบอวลไปด้วยกลิ่นหอม ปราศจากมลพิษ ดินฟ้าอากาศก็สบาย ไม่หนาว-ไม่ร้อนเกินไป ไม่มีน้ำท่วม ไม่มีการขาดแคลนน้ำ

ผู้คนในยุคนี้ มีแต่ความสะอาดกสบาย จะแต่งตัวประดับ

อาการอะไร ก็ไปหาได้ที่ต้นกล้วยพฤกษณ์ไม่ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพ  
ผู้คนรูปร่างสวยงาม ไม่พิกลพิการ ทุกคนจะมีรูปร่างหน้าตา  
เหมือนๆ กันเรียกว่าปราศจากโทษ 6 ประการ คือไม่สูง-ไม่ต่ำ  
เกินไป ไม่อ้วน-ไม่ผอมเกินไป ไม่ดำ-ไม่ขาว

### คุณสมบัติของผู้ที่จะได้พบศาสนาพระศรีอารีย์

บุคคลที่จะได้ไปเกิดในศาสนาพระศรีอารีย์เมตไตรยจะต้อง  
มีคุณสมบัติ ดังนี้

- บำเพ็ญทานถือศีล
- เคยบวชเป็นภิกษุ-สามเณร ในพุทธศาสนา
- เคยปลูกต้นไม้ไว้ในวัด ให้ภิกษุสามเณรและโยมวัด

ได้อาศัยดอก-ผล

- เคยสร้างสะพานน้อย-ใหญ่ ให้พระสงฆ์และผู้คนใช้

เดินไปมา

- เคยสร้างถนนหนทาง ให้พระสงฆ์และผู้คนได้รับความ

ความสะดวก

- สร้างศาลาให้คนพักอาศัย
- ขุดบ่อน้ำให้เป็นทาน
- เคยทำบุญตักบาตรพระสงฆ์
- กตัญญูเลี้ยงคูบิดามารดา
- มีความอ่อนน้อมเคารพยำเกรงผู้เฒ่าผู้แก่ในตระกูล

สรุปก็คือ ใครที่ทำดีตามหลักพุทธศาสนา ก็จะได้พบ  
พระศรีอารีย์แน่นอน

### คนที่จะไม่ได้พบศาสนาพระศรีอารีย์

ได้แก่บุคคลที่

- ชำบิดามารดา พระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธรเจ้า ยุยง  
ให้พระสงฆ์แตกแยกกัน พวกนี้ตกนรกชั้นอเวจีสถานเดียว
- เกิดในที่ไกล จึงไม่รู้ว่าพระศรีอารีย์มาตรัส
- เป็นพวกคนพาลนอกพุทธศาสนา
- ลักขโมยของสงฆ์
- ไม่มีความละอาย ลักลอบกินของที่เขานำมาถวาย

สงฆ์

## ยาฆ่าแมลงปลอดสารพิษ

### ยาฆ่าแมลงจากใบสะเดา

#### - วิธีที่ 1

1. เก็บรวบรวมใบสะเดาสดจำนวน 1 กิโลกรัม ล้างให้สะอาด แล้วใส่หม้อต้ม โดยใช้ น้ำสะอาด 5 ลิตร หรือ 1 แกลลอน ต้มจนกระทั่งใบสะเดาสกปรกเปื่อย

2. ปล่อยให้ทิ้งไว้ให้น้ำต้มสะเดาเย็นลงกรองน้ำใบสะเดาด้วยผ้าขาวบางแล้วนำไปฉีดพ่นได้ทันที หากน้ำยาเข้มข้นเกินไปจะเติมน้ำสะอาดลงไปอีกก็ได้

#### - วิธีที่ 2

1. นำใบสะเดาสดหนัก 1 กก. ที่ล้างสะอาดแล้วมาโขลกให้ละเอียด

2. ผสมใบสะเดาที่โขลกแล้วลงในน้ำสะอาด 5 ลิตร ตั้งทิ้งค้างไว้ 1 คืน วันรุ่งขึ้น กรองน้ำใบสะเดาโดยใช้ผ้าขาวบางแล้วนำไปฉีดพ่นหนอนหรือแมลงที่ต้องการกำจัดได้ทันที

น้ำยาที่ได้นี้เป็นทั้งสารฆ่าแมลง และสารไล่ สำหรับหนอนและแมลง ทั้งระยะตัวอ่อนและระยะตัวโตเต็มวัย สำหรับแมลงศัตรูพืชที่ฆ่าฆ่าแมลงจากสะเดาปราบได้ผลดีก็คือแมลงจำพวกด้วง ฝีเลือกกลางคืน แมลงวันทอง และเพลี้ย



## เศรษฐกิจ

### IMF กับทางรอดของเศรษฐกิจไทย

□ □ □ □ □ □ □ □ □

ดร.สมชัย ฤชุพันธุ์

**I**MF เป็นองค์กรทางการเงินระหว่างประเทศ ซึ่งเป็นองค์กรชำนาญพิเศษของสหประชาชาติที่จัดตั้งขึ้นภายหลังสงครามโลกครั้งที่สอง

IMF ชื่อเต็มเรียกว่า International Monetary Fund เราเรียกกันว่ากองทุนการเงินระหว่างประเทศ มีหน้าที่ในการจัดระบบการเงินของโลก มีหน้าที่ในการรักษาเสถียรภาพของอัตราแลกเปลี่ยนของเงินตราสกุลต่างๆ ข่งโลกและมีหน้าที่ใน

การตรวจตราดูแลไม่ให้ประเทศใดประเทศหนึ่งเอาเปรียบประเทศอื่นๆ ด้วยการลดค่าเงินของตนเองให้ต่ำกว่าที่ควรจะเป็นหน้าที่หลักของ IMF มีอยู่ 3 อย่าง อย่างที่ 1 คือจัดระบบการเงินของโลก อย่างที่ 2 กำกับกติกาทางเศรษฐกิจของโลก เพื่อให้เกิดความมั่นคงมีเสถียรภาพ อย่างที่ 3 คือ สร้างเงินซึ่งเป็นเงินสำรองระหว่างประเทศ ซึ่งเป็นกลางไม่ได้เป็นของประเทศใดประเทศหนึ่งในขอบข่ายทั่วโลก

IMF ได้เงินทุนมาจากการสมัครเป็นสมาชิกและการเข้าถือหุ้นของประเทศสมาชิก เวลานี้ IMF มีสมาชิกอยู่ 181 ประเทศ สมาชิกต้องเอาเงินไปลงทุนใน IMF เหมือนอย่างาสหกรณ์ออมทรัพย์ทำ

ที่สหรัฐอเมริกาบอกว่าช่วยเราผ่าน IMF แปลว่าอะไร แปลว่าสหรัฐอเมริกาเป็นสมาชิกของ IMF มีหุ้นเยอะ สหรัฐอเมริกาไม่ได้ถือหุ้นในช่วงนี้ แล้วเราไปกู้ก็เท่ากับว่าเราไปกู้เงินของสหรัฐอเมริกาโดยที่ IMF เป็นผู้จัดการ IMF มีเงินทุนอยู่ประมาณ 217 billion U.S.\$ ให้ความช่วยเหลือประเทศไทย 17.2 billion U.S.\$ ให้ความช่วยเหลืออินโดนีเซีย 40 billion U.S.\$ เกาหลี 50 billion U.S.\$ มันเกือบหมดไปเยอะแล้ว เพราะฉะนั้นมีปัญหาว่า IMF กำลังจะขอสมาชิกให้ raise fund ให้เพิ่มโควตา เพิ่มจำนวนเงินลงทุน หรือเพิ่มทุน อันนี้ต้องเป็นที่ยอมรับกับรัฐบาลอเมริกา และรัฐบาลอื่นๆ ทั่วโลก รวมทั้งรัฐบาลไทยด้วย

ประเทศสมาชิกจะต้องซื้อหุ้นของ IMF การซื้อหุ้นให้

แบ่งเป็นโควตา ประเทศไหนมีกำลังผลิตสูงมี GDP สูง ผลิตได้เยอะ ประเทศนั้นจะมีโควตาเยอะ ประเทศไหนมีคนน้อย มีพลังงานการผลิตน้อย มีความมั่งคั่งน้อย มีการส่งออกน้อย ก็จะมีโควตาน้อยเมื่อคิดอย่างนี้แล้วก็มีประเทศที่มีพลังอำนาจทางเศรษฐกิจใหญ่ที่สุดในโลกคือสหรัฐอเมริกาเป็นโควตาที่ใหญ่เป็นอันดับหนึ่ง ญี่ปุ่นเป็นอันดับ 2 เยอรมันเป็นอันดับ 2 เท่ากับญี่ปุ่น อังกฤษและฝรั่งเศสเป็นอันดับ 3 เท่ากัน รวมแล้วเป็น 5 อันนี้เรียก G 5 เป็นกลุ่ม 5 ประเทศ ซึ่งเป็น Super Power ในทางเศรษฐกิจ

ต่อมามีการปรับปรุงอำนาจของ G 5 ใน G 5 ก็บวกเข้าไปอีก 2 ประเทศ คือประเทศแคนาดา และประเทศอิตาลี คราวนี้เรียก G 7 คือ กลุ่ม 7 ประเทศ เขียนว่า G-7 คือ Group of seven ก็คือ สหรัฐอเมริกา อังกฤษ เยอรมัน ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น อิตาลี และแคนาดา เจ็ดประเทศนี้เรียกว่าเป็นกลุ่มมหาอำนาจทางอุตสาหกรรมทางเศรษฐกิจของโลก และเจ็ดประเทศนี้มีโควตาอยู่ใน IMF อยู่ประมาณ 46% ของโควตาทั้งหมด สมาชิกทั้งหมดมีอยู่ 181 ประเทศเจ็ดประเทศเท่านั้นมีโควตาถึง 47% ส่วนอีก 170 กว่าประเทศมีโควตาในส่วนของเหลือ G-7 จะมี voting power อยู่ประมาณ 45% ก็แปลว่าเกือบครึ่งแล้ว ถ้าเผื่อว่า G-7 ต้องการทำอะไรมันเกือบจะสำเร็จแล้ว ขออีกเพียงประเทศสองประเทศมาร่วมก็จะครบ 50% เพราะฉะนั้น G-7 จึงมีอิทธิพลเหนือการดำเนินงานของ IMF จะให้หรือไม่ให้ จะ

ตัดสินใจอย่างไรก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึก ความต้องการ และผลประโยชน์ของกลุ่ม G-7

คราวนี้มาดูว่าเรื่องของเศรษฐกิจไทยก่อนที่เราจะเข้าโปรแกรม IMF นี้มีภาวะอย่างไร จริงๆ แล้วประเทศไทยได้อยู่ในภาวะลูกโป่งมาเป็นเวลานาน โตโดยอาศัยทุนของคนอื่น และโตโดยที่ไม่มั่นคง ประเทศไทยมีดุลบัญชีเดินสะพัดขาดดุลขาดดุลแปลว่าเราส่งออกไปน้อย ซื้อเข้ามาเยอะ คือมีคนเอาเงินมาให้เราๆ เขาเอาเงินมาให้เราๆ เพื่อให้เราไปซื้อของเขา ภาคการก่อสร้าง มันมีจำนวนมากมายมหาศาล และก็มีความเหลือเฟือคือ ไม่ได้ใช้ ทุกๆ ดึกมันมีเนื้อของเงินดอลลาร์ทั้งนั้น เพราะมันมีเหล็ก มันมี imported content มีสี มีพลังงาน มีอะไรต่างๆ เรามาสร้างโรงแรม เราเอามาสร้างโรงพยาบาล การลงทุนหลายอย่างนี้ที่เห็นเป็นรายการของซึ่งไม่สามารถส่งออกไปขายต่างประเทศได้

คนไทยนี้เป็นคน very economize ไปต่างประเทศทั้งที่ชอบมีของฝากคนอื่นโดยเหตุนี้เองเมืองไทยจึงมีคนซื้อไวน์ขวดละแสนยกลังได้ ชาวรอยเตอร์บอกว่าสถิติโลกออกมาแล้วว่าเรื่องผลิตไวน์ ต้องฝรั่งเศส แต่ถ้า Wine consumption เรื่องกินไวน์แล้วต้อง Thailand ปี 1996 การขาดดุลบัญชีเดินสะพัดของไทยก็ยังดำรงอยู่ที่ 8% ถ้าคิดเป็นเงินไทยแล้วเท่ากับ 3 แสนกว่าล้านบาท ต้องสองกรมสรรพสามิตคงจะไปอุดหนุน สองกรมยังไม่พอเพราะปีที่แล้วเราเก็บภาษีได้มากได้หนึ่งแสนแปด

คุณสองเข้าไปได้สามแสนหกหมื่นยังไม่พอสามแสนเจ็ดหมื่น เพราะฉะนั้นการขาดดุลขนาดนี้แปลว่าเราต้องไปกู้เงินเขามา

ขณะนี้หนี้ระยะสั้นของภาคธุรกิจไทยที่กู้จากต่างประเทศนั้นมีประมาณถึงเกือบ 40 Billion U.S.\$ ในขณะที่ทุนสำรองมีประมาณ 39.5 Billion U.S.\$ บัดนี้หนี้ระยะสั้นมีมากกว่าทุนสำรองแล้ว เพราะฉะนั้น MOODY จะ put Thai under watch for possible down grade แปลว่าจะจ้องมองดูประเทศไทย และติดป้ายไว้ว่าขณะนี้กำลังจ้องมองดูเพื่อลดเกรด เพื่อลด credit rating

การที่มีหนี้ระยะสั้นมากกว่าทุนสำรองก็เป็นปัญหา นักเล่นเงิน (speculator) ทั้งหลายเขาวิเคราะห์ว่าฐานะดุลบัญชีเดินสะพัดของประเทศไทยขาดดุลในระดับสูงหลายปีติดต่อกัน และหนี้ได้เพิ่มสูงขึ้น เขาเรียกภาวะนี้เป็นภาวะที่ไร้เสถียรภาพแล้วค่าเงินบาทจะอยู่ตรงนั้นไม่ได้เขาจึงแก๊งกำไร คาดว่าค่าเงินบาทจะต้องเสื่อมค่า จะต้องลดค่า เขาจึงมา attack มาโจมตีเงินบาทพอเขาโจมตีเราก็ออกไปสู้เพื่อปกป้องค่าเงินของเรา ที่นี้พอไปสู้แล้วเราก็ประสพชัยชนะ สามารถทำลายเขาได้ แต่การที่เราชนะครั้งนี้แล้วไม่ใช่ว่าเขาจะไม่กลับมาอีก เขากลับมาอีกเดือนพฤษภาคม เราก็ออกไปสู้ด้วยความอดทน ทรหด สู้ตายสู้แล้วเราก็ตายจริงๆ คือ We won in a battle แต่ We lost in a war เราแพ้สงครามเพราะว่าเพื่อที่จะชนะเขา ครั้งนี้เราทุ่มสุดตัวเพื่อที่จะปราบเขาทำให้เราเสียหายมากเราจึงล้มเลย เราประกาศเมื่อวันที่ 2 ก.ค. 2540 สู้เมื่อเดือน พ.ค. อยู่ได้เดือน

กว่าจึงมาประกาศให้เงินบาทลอยตัว

ภาระกิจที่สำคัญที่สุดก็คือว่าต้องแสดงออกถึงความจริงใจที่จะยอมรับความขมขื่นและความเจ็บปวดและปฏิบัติการอย่างรวดเร็วอย่างสม่ำเสมอ แล้วสิ่งที่ช่วยอันหนึ่งก็คือว่าเพราะความที่ปรับเปลี่ยนเร็วของคนไทยก็คือการที่ลดการบริโภค ลดการนำเข้าได้อย่างรวดเร็ว จึงทำให้ดุลบัญชีเดินสะพัดเวลานี้ได้เกินดุลมาแล้วเป็นเวลา 4 เดือน นี่ก็คือความสำเร็จ แน่แน่นอนความสำเร็จอันนี้มาพร้อมกับความเจ็บปวด การล้มละลาย การว่างงาน การลดลงของเศรษฐกิจ การตกต่ำของรายได้ การถูกตัดงบประมาณ

ประเทศไทยเป็นประเทศที่ได้ชื่อว่าดำเนินนโยบายการคลังที่ดี นี่เป็น economic fundamental ตัวหนึ่งของเราที่ประสบความสำเร็จตลอดเวลา 9 ปีที่ผ่านมา ยกเว้นปี 40 ซึ่งเพิ่งจบไปนี้ ปี 31-39 ดุลการคลังของไทยเกินดุลมาตลอด ซึ่งเป็นที่รำลือไปทั่วโลก เพิ่งมาเริ่มขาดดุลเมื่อปี 40 นี้เอง ขาดดุล 59,000 ล้านบาท ปีนี้ 41 เราถูกตั้งเป้าหมายให้ต้องเกินดุล 1% ของ GDP ซึ่งเท่ากับ 69,000 ล้านบาท กรมสรรพสามิตต้องหารรายได้เพิ่ม 10,000 ล้านบาท ต้องทำอย่างไรอย่างหนึ่งในสองอย่างนี้คือ ต้องลดรายจ่าย ต้องตัดงบประมาณ ถ้าไม่ตัดก็ต้องเพิ่มรายได้ การเพิ่มรายได้ก็ยากเพราะว่าเศรษฐกิจเปราะบางเหลือเกิน อย่างรถยนต์ลดลงไป 75% จำนวนคันลดลง ภาษีก็ยอมลดลง ทั้งเหล้าทั้งบุหรี่ บุหรี่ลดไป (คิดเป็นมวณ) 26%

ถ้าคิดเป็นมูลค่าแล้วลดลงไป 9% เงินไหลออกอาทิตย์ละหมื่นกว่าล้าน ออกจากระบบธนาคารเราก็ต้องเอาเงินกองทุนฟื้นฟูไปอุด และเงินซึ่งไปช่วย Finance อีก 4,300,000 ล้าน มากกว่า 3 เท่า ของกรมสรรพสามิต เมื่อภาวะการณ์หลังเล็ดเป็นทั้งด้านเงินตราต่างประเทศ และด้านเงินบาทที่ไหลออกนอกระบบขนาดนี้อยู่ไม่ได้จึงต้องอาศัยความช่วยเหลือจากต่างประเทศคือ IMF

ทั้ง Moody และ S&P เข้ามาทำประเมินสถานะความน่าเชื่อถือของประเทศไทย put Thai on watch ในเดือนพฤษภาคม ปี 2539 พอเดือน กันยายน เขาก็ down grade เราลง คือ จาก P1 มาเป็น P2 เวลา นี้ จาก grade ซึ่งเคยอยู่ในระดับ A เป็น prime instrument เป็นตราสารที่อยู่ในระดับที่แนะนำให้ลงทุน เดียวนี้เราเลยมาอยู่ที่ว่าเรามีความเสี่ยงสูงเป็น noninvestment grade ไม่แนะนำให้ลงทุนแล้วก็จะขายยาก ทำให้ประเทศไทยซึ่งเป็นการรุ่งจึงตกลงได้รวดเร็ว เหตุผลที่เป็นปัจจัยพื้นฐานนั้น อันแรกคือการใช้จ่ายเกินตัว ลงทุนมากเกินไป อันที่สองคือว่านอกจากลงทุนเยอะ การลงทุนของเรายังไม่ productive การลงทุนนี้ด้วยเงินทุนที่ไม่ได้สมดุลกันกับโครงการ โครงการลงทุนระยะยาวด้วยเงินกู้ระยะสั้น

มาตรการที่ก่อให้เกิดความเสียหายเป็นการซ้ำเติมก็คือเรื่องการออกไปสูเงินบาทจนกระทั่งทุนสำรองเสียไป 24 billion U.S.S ส่วนในด้านภายในนี้เราใช้เงินกองทุนฟื้นฟูไปอุด finance

company เพราะฉะนั้นการทรุดตัวจึงเกิดรวดเร็วมาก

ภาพทางด้าน real sector แบ่งเป็น 3 ภาค ภาค  
อุตสาหกรรม ภาคเกษตร และภาคบริการ

ภาคอุตสาหกรรมนี้คาดว่าจะหดตัวเป็นติดลบอยู่ประมาณ  
5-6% บางคนบอก 10% แต่ภาคเกษตรจะดีมาก

เพราะว่าเกษตรนี่คือการส่งออกที่แท้จริง value ส่งออก  
คอมพิวเตอร์นี่เราส่งออกไป 100,000 บาท อาจจะมีของไทยเพียง  
15,000 บาท เท่านั้นอีก 85,000 บาท นี่ import เข้ามา ซื้อเขา  
มาแล้วมาส่งออก แต่การส่งออกข้าวนี้จะตรงกันข้ามถ้าส่งออก  
ข้าวไป 100 บาท จะมีของไทย แรงงานไทย กล้วยไทย น้ำไทย  
ดินไทย แดดไทย อยู่ประมาณ 85% อีก 15% คือค่าน้ำมัน ค่า  
ยาปราบศัตรูพืช ค่า tractor ค่าอะไรต่างๆ เพราะฉะนั้นข้าวหรือ  
สินค้าเกษตรนี่จะเป็นตัวที่ได้ประโยชน์จากการตกต่ำคราวนี้  
และก็จะเป็โอกาสอันดีของประเทศไทยที่จะแก้ปัญหารากฐาน  
อันหนึ่งซึ่งไม่เคยแก้ได้ในภาวะปกติก็คือปัญหาการกระจายรายได้  
(income distribution) คนที่ถูกกระทบ คนที่เดือดร้อนมากๆ ก็คือ  
คนรวย พวกนี้จะเสียหายมากเพราะมีหนี้ต่างประเทศมาก ชาว  
นามีรายได้มากขึ้น รายได้จะตกต่อชาวนามากขึ้น จะตกต่อนัก  
อุตสาหกรรม นักการเงิน ตกต่อคนเมืองน้อยลง จะเปลี่ยนภาพ  
ของการกระจายรายได้ ในภาคเกษตรจะดี ธุรกิจขนาดย่อมจะดี  
ธุรกิจที่ไม่อาศัยเงินธนาคารไม่อาศัยการกู้เงินต่างประเทศจะดี  
สิ่งที่เป็นห่วงอยู่ก็คือว่าในเวลาที่ยบรยากาศภายนอกเป็น

ประโยชน์ต่อชาวนาชาวไร่อย่างนี้ ชาวนาชาวไร่จะสามารถได้  
ประโยชน์จากตรงนั้นหรือเปล่านั้นมีสองประเด็น ประเด็นหนึ่งก็คือ  
ในเรื่องคนกลาง การส่งผ่านให้ทั่วถึง ประเด็นที่สองคือธรรมชาติ  
จะมีภัยแล้งหรือเปล่านั้นถ้ามีภัยแล้งเวลาที่ข้าวราคาดีก็ปลูกข้าวไม่ได้  
ปัญหาก็เลยไม่ได้แก้ เพราะฉะนั้นการที่จะมีอ่างเก็บน้ำให้พอ  
เพียงเป็นสิ่งจำเป็น

service sector ภาคบริการ บริการที่เกี่ยวกับ luxury  
ทั้งหลายจะเป็นบริการบันเทิง ภัตตาคารที่หรูหรา โรงพยาบาล  
เอกชนที่มีราคาแพง พวกนี้จะถูกกระทบกระเทือนอย่างหนัก  
แต่พวกที่เกี่ยวกับ tourism เกี่ยวกับการท่องเที่ยว เกี่ยวกับโรง  
แรม จะได้ประโยชน์จากอันนี้ เพราะฉะนั้นการที่ค่าเงินตกนี่คือ  
การได้ประโยชน์ และเสียประโยชน์ของคนภายในประเทศ แต่  
ครั้งหลังเชื่อว่าความเชื่อมั่นน่าจะกลับมา ดุลยภาพน่าจะกลับมา  
แม้จะเป็นดุลยภาพในระดับต่ำ เชื่อว่าเราสามารถจะ stabilize ได้  
และหลังจากนั้นปัจจัยพื้นฐานของประเทศไทยยังดีอยู่มาก เชื่อ  
มั่นว่าเศรษฐกิจไทยจะกลับมาเติบโตในระดับปกติได้ แต่ไม่ใช่  
ความสำเร็จอย่างที่เคยมีมา ความหวังที่จะโต 9-10% นั้นเล็ก  
หวังได้ อย่าไปหวังว่าราคาอสังหาริมทรัพย์จะ shoot ฟุ้งขึ้นมา  
อีก อย่าไปหวังว่าหุ้นจะ boom อีก แต่หวังได้ว่าการเจริญเติบโต  
ตามปกติด้วยอัตราปกติ ด้วยผลตอบแทนปกติน่าจะกลับคืน  
มา ด้วยภาพในอนาคตที่เป็นอย่างนี้ก็เชื่อมั่นว่าเราจะเห็นภาพ  
ที่แท้จริงว่า ความยากลำบากยังมี ปัญหา ยังมีอีกมาก การ

เรียกร้องให้อดทน มุมานะยังมีอยู่ แต่ขณะเดียวกันอนาคตก็ยัง  
มีความหวัง



## วิทยุสราญรมย์

เพื่อไทย ก้าวไกล ทันโลก

วิทยุสราญรมย์



ท่านทูตศักดิ์ทิพย์ และ ม.ร.ว. เบญจมาภรา ไกรฤกษ์  
เฝ้าภักษัตริย์สีหหนุและมเหสีที่ถัมพูชา



ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธ์ แสดงละคร "อิเหนา-จรงกา"



# สัมภาษณ์

หลากหลายบทบาทชีวิตของ ม.ร.ว. มาลินี จักรพันธ์ และ  
ม.ร.ว. เบญจมาภา ไกรฤกษ์  
□ □ □ □ □ □ □ □

ประภัสสร เสวิกุล

**โ**ดยทั่วไปแล้ว ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธ์ และ  
ม.ร.ว.เบญจมาภา ไกรฤกษ์ จะเป็นที่รู้จักกันดีใน  
ฐานะสุภาพสตรีซึ่งมีบทบาททางสังคมหลาก  
หลาย แต่ในความเป็นจริงแล้วทั้งสองท่านยังมีบทบาทในด้าน  
อื่นอีกมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสามารถทางด้านศิลปะ  
และความเป็นนักเขียน

ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธ์ เป็นทั้งคอลัมนิสต์ และนักแสดง

วิทยุสารานุกรมย์

ซึ่งมีผลงานทางเวทีและโทรทัศน์ รวมทั้งมิวสิกวิดีโอ ส่วน ม.ร.ว.เบญจมาภา ไกรฤกษ์ นอกจากจะมีภาระหน้าที่ในฐานะภริยาของคุณศักดิ์ทิพย์ ไกรฤกษ์ รองปลัดกระทรวงการต่างประเทศ แล้ว ยังมีความสามารถในทางการเขียนสารคดี และร้องเพลงด้วย

โดยที่ชีวิตในวัยเยาว์เป็นรากฐานของชีวิตในวัยปัจจุบัน  
จึงขอทราบวัยเยาว์ของคุณหญิงทั้งสอง

ม.ร.ว.เบญจมาภา ตอนเด็กๆ ดิฉันมีความสุขจริงๆ ตั้งแต่จำความได้ ที่บ้านจะกระหึ่มไปด้วยเสียงเพลง เพราะท่านพ่อ (พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าจักรพันธ์เพ็ญศิริ) เป็นคนตั้งวงดนตรี มหาวิทยาลัยเกษตร ซึ่งเป็นวง บิ๊ก แบนด์ วงแรกของประเทศไทย ก็มีการซ้อมกันทุกวันอาทิตย์ อาทิตย์ละ 2 ครั้ง แล้วพวกเราก็จะวิ่งวนอยู่รอบๆ วงดนตรี เพื่อจะได้ฟังเสียงเพลง แล้วก็ร้องตามเล่นอะไรกันไปอย่างนี้ พ่อเขาเริ่มตั้งเสียงกันคือเทียบเสียงให้ตรงคีย์ เราก็เริ่มคึกคักในหัวใจแล้วละ

ม.ร.ว.มาลินี ขอเสริมนิดนะคะ คือ คุณน้องนี่เธอมีแววด้านร้องเพลงมาตั้งแต่ 4 ขวบแล้ว เวลาร้องจะต้องปีนลังเป็ปซี่ เพราะสูงไม่ถึงไมโครโฟน แต่ก็ร้องเพลงได้ดีมาตั้งแต่เด็ก

คุณหญิงน้องเคยแสดงความสามารถด้านการร้องเพลงทางรายการโทรทัศน์ด้วย

ม.ร.ว.เบญจมาภา เคยได้รับเชิญไปออกรายการ “TOP POP” ทางช่อง 7 ยุคชาวดำ หลังจากนั้นก็เป็นรายการของคุณแมนรัตน์ ศรีกรานนท์ กับวงดนตรี ม.ส. และก็มีรายการคีตลีลา

ทางช่อง 5 เพลงที่ร้องนี้ ดิฉันถนัดเพลงฝรั่ง เพลงไทยไม่ค่อยถนัดหรอกค่ะ ทั้งๆ ที่ท่านพ่อแต่งออกเยอะนะคะ

แล้วคุณหญิงหมัดละครับ

ม.ร.ว.มาลินี ตอนเด็กๆ นี่ไม่น่าเชื่อว่าเป็นคนขี้อาย ไม่ค่อยได้เรื่องซักเท่าไร แต่ดนตรีจะมีอยู่ในหัวตลอดเวลา แต่ก็ไม่กล้าแสดงออกจนกระทั่งโต ก็รู้สึกว้า เอ๊ะ เราก็พอร้องได้ แต่ไม่เพราะเท่าไร เสียงไม่เพราะ

มีคำพูดว่า คนที่มีพื้นฐานทางศิลปะแขนงหนึ่งแล้วสามารถก้าวไปสู่ศิลปะแขนงอื่นได้ เนื่องจากมีพื้นฐานอันเดียวกัน

ม.ร.ว.เบญจมาภา อันนี้เป็นเรื่องจริงเลยนะคะ สามารถจะทำอย่างอื่นต่อเนื่องไปได้

ก็ต้องมาถึงเรื่องการเขียนเรื่อง “เนาขแมร์”

ม.ร.ว.เบญจมาภา ความจริงการเริ่มเขียนหนังสือของดิฉันเป็นเรื่องของความบังเอิญแท้ๆ เลย คือ เมื่อท่านรองปลัดศักดิ์ทิพย์ฯ ไปเป็นทูตที่เขมร ความรู้สึกครั้งแรกของดิฉันทันทีที่ทราบข่าวก็คือว่า ประเทศนี้อยู่ใกล้ แต่ทำไมหัวใจเรากลับรู้สึกห่างกัน พอไปถึงแล้วอยากเจาะให้ลึก อยากดูอะไรให้มากที่สุดเลย อยากรู้ไปหมดทุกอย่าง แล้วก็รู้ว่าอะไรหลายๆ อย่างของไทย คือ พวกศิลป วัฒนธรรม แม้แต่ภาษานี้ก็มีความเกี่ยวข้องกัน และ บางอย่างเขาจะเก่าแก่กว่าเราด้วยซ้ำ ก็เลยสนใจมาก

เมื่อไปถึงตอนแรกๆ ก็รู้สึกตื่นเต้น แต่พออยู่ไปได้สัก 5-6 เดือนถึงได้คิด เอ๊ะ เราก็ไปงานนั้น งานนี้ พบเห็นอะไรแปลกๆ

ทำไมเราถึงไม่จดบันทึกเอาไว้ ก็เลยเริ่มจดค่ะ กลับมาเมืองไทยแล้วถึงได้ลงมือเขียน

แต่จากลักษณะงานเขียนที่มีรายละเอียด ดูคล้ายกับผู้เขียน เขียนเป็นตอนๆ ไป ระหว่างที่ยังอยู่ในเขมร

ม.ร.ว.เบญจามา เปล่าเลยค่ะ แต่ก็บอกกับคนที่รู้จัก แม่ แต่สมเด็จพระเจ้าสีหนุ ยังทรงทราบว่า ดิฉันจะเขียนเรื่องนี้และประทานพรให้ประสบความสำเร็จ

นับว่าเป็นเรื่องน่าทึ่ง เพราะสถานการณ์ในกัมพูชาขณะนั้นยังไม่เรียบร้อยและมีปัญหาภายในอยู่มาก แต่คุณหญิงก็มีความอดสาหะคันคว้า และบันทึกสิ่งต่างๆ เหล่านี้ไว้

ม.ร.ว.เบญจามา พุดจริงๆ นะคะว่า ทั้งๆ ที่เขายังวุ่นวายกันเองนี้ แต่เมื่อดิฉันไปตามหน่วยงานต่างๆ อย่างรัฐมนตรี สารนิเทศ อธิบดีกรมศิลปากร อะไรพวกนี้ ทุกคนจะตั้งใจมาก และพูดคุยด้วยความสนใจ ทำให้เขารู้สึกว่าเรามีความปรารถนาดีต่อเขา และต้องการที่จะส่งเสริมความสัมพันธ์

คุณหญิงได้กล่าวว่า ทั้งที่ไทยและกัมพูชาเป็นประเทศที่ใกล้กัน แต่ใจกลับไกลกัน ขอเรียนถามว่า แล้วความรู้สึกของคนกัมพูชาต่อไทยเป็นเช่นไร

ม.ร.ว.เบญจามา ความจริงนี่นะคะ เขามีความรู้สึก 2 ความรู้สึกในขณะเดียวกัน ความรู้สึกแรกที่แสดงออกมาก็คือความรู้สึกสนิท สนิท กับเรา เพราะฉะนั้นเวลาที่เขาริเริ่มรู้จักคนไทยนี่นะคะ เขาจะรู้สึกดีและสนิทได้เร็ว แต่เวลาเดียวกันเขาก็

จะพยายามผลักดันตัวเองออกห่างไว้ ดิฉันคิดว่ามันอาจเป็นเรื่องของประวัติศาสตร์ก็ได้ ที่ทำให้เขาไม่อยากจะยอมรับความรู้สึกบางอย่างของตัวเองกับคนไทย คือมันมีทั้งความรัก ความซึ้ง ความหวาน ความขมขื่น

ส่วนมากคนมักจะเข้าใจกันว่า แม่บ้านนักการทูตจะอยู่แต่กับงานสังคม งานต้อนรับ หรือเรื่องของความหุรหุรา

ม.ร.ว.เบญจามา ชีวิตของพวกเราไม่ได้อยู่อย่างหุรหุราเหมือนละครโทรทัศน์แบบที่คนทั่วไปปิดทรอกนะคะ เพราะความลำบากหรือความอดทนต้องมีมาก อย่างดิฉันตอนไปกัมพูชาก็ต้องพยายามสร้างความสัมพันธ์กับฝ่ายสตรีของกัมพูชา ทั้งที่เป็นภรรยาผู้หลักผู้ใหญ่ และภรรยานักการทูตด้วยกัน

นอกจากนั้น ก็ยังต้องคอยดูแลคนไทยที่เข้าไปอยู่ในกัมพูชาด้วย อย่างกรณีที่เกิดเหตุการณ์ทางการเมืองในพนมเปญ เมื่อเดือนกรกฎาคม 2537 มีคนไทยถูกจับไป 14 คน ตอนแรกก็เพียงแต่กักตัวไว้ในโรงแรม แต่ตอนหลังส่งเข้าคุกไปเลย คุณนี้มีชื่อว่า T 3 เราผลิตกันไปเยี่ยม ท่านทูตก็ฝากข่าวของไปให้คุณหญิงหมัดก็เคยไปด้วยกัน

ม.ร.ว.มาลินี ค่ะ นำสงสารคนที่ต้องไปอยู่ที่นั่นมาก ทานปลาเน่าๆ มีข้าวต้มให้ถ้วยหนึ่ง

นอกเหนือจากอาหารแล้ว คิดว่าส่วนสำคัญก็คือ กำลังใจ ซึ่งคนทั้ง 14 คนไทยนั้นคงมีขวัญและกำลังใจขึ้นมา

ม.ร.ว.เบญจามา เขาตั้งใจกันมากค่ะ ร้องให้กันใหญ่

นอกจากจะเอาอาหารไปให้แล้ว ก็มีพวกของใช้ซึ่งเขาไม่มีกันเลย อย่างแปรงสีฟัน ยาสีฟัน สบู่ กระดาษม้วน แล้วก็บุหรี่ยาสูบฝิ่น ที่ละคาร์ตัน บางคนก็ไม่ได้สูบบุหรี่แต่เอาไปแลกเปลี่ยนเป็นอย่างอื่นหรือแจกเพื่อสร้างความสัมพันธ์ในคุก

### ปัญหาด้านชาวประมงไทย

ม.ร.ว.เบญจามา ก็มีคะ เรือประมงที่ไปจับปลาแล้วถูกจับ บางทีโดนยึดเรือไปด้วยทั้งแถวเกาะกงและทะเลด้านนอก ท่านทูตไปติดต่อกับคนขอเรือคืน แต่ดิฉันไม่ได้ไปด้วย

คุณหญิงได้มีโอกาสใช้ความสามารถพิเศษในทางศิลปะ ช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์กับกัมพูชาหรือไม่

ม.ร.ว.เบญจามา ตอนนั้น ช่วงปี 2536-2538 มีเหตุการณ์ที่ไทยกับกัมพูชาไม่ค่อยจะแฮปปี้กันอยู่ ก็เลยหันมาใช้วัฒนธรรมเป็นเครื่องส่งเสริมความสัมพันธ์ ตามแนวทางในพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เราดำเนินตามรอยพระบาทท่าน โดยจัดวงบางกอกซิมโฟนีไปแสดง งานใหญ่มาก สมเด็จพระเจ้าสีหนุเสด็จ

ม.ร.ว.มาลินี เป็นงานฉลองกาญจนาภิเษก คุณหญิงน้องร้องเพลงภาษาเขมร ที่สมเด็จพระเจ้าสีหนุแต่งตั้งด้วย

ม.ร.ว.เบญจามา แล้วก็จัดงานแสดงอาร์ตแอนด์ครีฟต์เฉลิมฉลองสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ มีงานที่กรมประชาสัมพันธ์ ส่งตึก ซีโร้ ไป โอ้โฮ คนฟังประตูกันเลย คนเขมรรู้จักตึก ซีโร้ มาก

ถ้าเปรียบเทียบกับประเทศอื่นที่คุณหญิงเคยอยู่มาก่อนหน้านี้กับการอยู่ที่กัมพูชา

ม.ร.ว.เบญจามา ประเทศแรกที่ท่านรองปลัดไปประจำการคือ สหรัฐฯ ซึ่งมีความแตกต่างกันมาก เพราะประเทศหนึ่งเป็นประเทศที่พัฒนาแล้วใช้ไหมคะ ส่วนอีกประเทศเป็นประเทศกำลังพัฒนา บรรยากาศของความสัมพันธ์หรือบรรยากาศต่างๆ ของประชาชนหรือคนในชาตินั้นต่อคนต่างชาติ หรือนักการทูตต่างกันอย่างสิ้นเชิง ประเทศที่พัฒนาแล้วอย่างสหรัฐฯ เขาจะมองอะไรสั้นๆ เร็วๆ ง่ายๆ แล้วก็ไม่จำเป็นต้องสนิทกันมาก ไม่ค่อยมีเวลาให้กัน ความสัมพันธ์กับนักการทูตก็เหมือนกัน คือมีกันอย่างสั้นๆ แล้วแยกกันไป ส่วนทางประเทศกำลังพัฒนา โดยเฉพาะประเทศเพื่อนบ้านนี้จะมีความละเอียดอ่อนมาก แล้วก็ได้รับชาติ - ตกลงว่า จะต่างกันไป ในสหรัฐฯ เราจะเกาะกลุ่มกันระหว่างประเทศอาเซียน เราต้องเป็นกลุ่มถึงจะทำให้พูดเสียงดังขึ้นได้ คล้ายๆ ต้องมีสะพานหน่อหนึ่ง แต่ที่เขมรนี้เราจะตรงไปหาใครได้เลย เพราะสนิทสนมกันง่าย

คำพูดไทยที่ว่า “สตรีเป็นช้างเท้าหลัง” ก็เป็นจริง คือทั้งสามีและภรรยาต้องเดินไปด้วยกัน งานถึงจะไปได้ดี

ม.ร.ว.เบญจามา คะ แล้วก็สหรัฐฯ นี้ ภรรยาสำคัญนะคะ รู้สึกว่าจะเดินเคียงข้างหรือบางครั้งก็นำหน้าด้วยซ้ำไปแต่กัมพูชานี้นะคะ จะต้องไปอยู่ข้างหลังจริงๆ เป็นช้างเท้าหลังตลอด

ตอนอยู่สหรัฐฯ ดิฉัน ใช้ความสัมพันธ์สนมคุ้นเคย

กับภรรยาซีเนเตอร์บางคน สร้างความเข้าใจ ความใกล้ชิด เข้าไปถึงจุดๆ หนึ่งได้ สำหรับสตรีในกัมพูชาจะไม่ค่อยแสดง ตัวออกหน้าสามี แต่เมื่อสามารถจะเข้าไปได้ ผลก็จะออกมา เหมือนกัน เพราะในที่สุดฝ่ายหญิงก็จะมีสิทธิ มีเสียง มีอิทธิพล ต่อสามีเช่นเดียวกัน

อยากให้คุณหญิงหมัดได้เล่าถึงประสบการณ์งานเขียน และการแสดง

ม.ร.ว.มาลินี เป็นเหตุบังเอิญ คุณชูลิตาฯ บก.ดิฉัน (ในตอนนั้น) เป็นคนชวนเขียนคอลัมน์ข่าวสังคม ใช้นามปากกา “จิมกรุ่น” ซึ่งเป็นชื่อเล่นที่ท่านพ่อตั้งให้

เล่นละครก็เป็นเหตุบังเอิญอีกเหมือนกัน เล่นที่โรงละคร ในโรงแรมมณเฑียร เรื่องแรกเล่นเป็นคนบ้า ต้องไปดูจากคนที่ เป็นบ้าจริงๆ ยอมรับว่าน่ากลัวมาก ที่ไปเพราะใครก็แนะนำเรา ไม่ได้ แม้แต่ผู้กำกับก็ไม่เคยเป็นคนบ้า เลยต้องไปเอง-หลังจากนั้นก็เล่นมาเรื่อยบางทีก็เล่นทั้งคืนได้ปลอกหมอน 4 โยทวิก็มี “วิก 07” ที่ช่อง 7 ละคร “สองมือแม่ที่สร้างโลก” แล้วก็ “แผ่นดินของเรา” เรื่องนี้เล่นเป็นท่านหญิง เป็นหม่อมเจ้าโก้เขียว แต่บางเรื่องก็เป็นคนไข้ ก็อยากให้ทุกท่านถือว่าเป็นการแสดง ไปตามบทนะคะ ที่เห็นนะไม่ใช่ตัวหญิงหมัดแต่เป็นหน้าหญิงหมัดเท่านั้น

คุณหญิงใช้เวลาไหนในการเขียนหนังสือ

ม.ร.ว.มาลินี ดิฉันต้องเขียนกลางคืน แรกๆ นั่งคิดแบบ

หลังฟังผ่าว่า จะเขียนอย่างไร บางทีก็บูบขึ้นมา แต่เดี๋ยวนี้จะ คล่องขึ้น

ม.ร.ว.เบญจามา สำหรับดิฉันใช้เวลาที่ว่างเว้นจากการ เป็นแม่และภรรยา ลูกๆ สามีไม่อยู่บ้าน

นอกเหนือจากเรื่อง “เนาขแมร์” ในมติชนสุดสัปดาห์แล้ว คุณหญิงน้องมีงานเขียนชิ้นใหม่ๆ ที่ไหนอีก

ม.ร.ว.เบญจามา ก็มี “แลวังหลังดำหนัก” ที่ลงใน นิตยสารแพรว เป็นสารคดีเชิงประวัติศาสตร์เกี่ยวข้องกับตระกูล ไกรฤกษ์

ส่วนเรื่องที่กำลังจะเขียนก็มี ชีวประวัติของ ดร.ถนัด คอมันตร์ และเรื่องเกี่ยวกับเจ้านาย คือ พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าอินทุรัตนา พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสุขุมภาภินันท์ และพระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าวิมลฉัตร

คนเราแต่ละคนย่อมมีบทบาทที่มากมายและแตกต่างกัน ไป แต่สำหรับบทบาทของ ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธ์ุ์ และ ม.ร.ว.เบญจามา ไกรฤกษ์ นั้น แม้จะมีอยู่มาก และแต่ละบทจะมีความ ผิดแผกออกไป แต่ทั้ง ม.ร.ว.มาลินี และ ม.ร.ว.เบญจามา ต่าง ก็ทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ และกำลังความสามารถอย่างเต็มที่ ในทุกๆ บทบาทที่ได้รับ ไม่ว่าจะในฐานะนักเขียน ศิลปิน นักแสดง รวมทั้งชีวิตส่วนตัว จนประสบความสำเร็จอย่างงดงามยิ่ง

เป็นผลดีแก่ศิษย์ที่จะศึกษาเล่าเรียนต่อไป นักเรียนก็เช่นเดียวกัน ต้องมีการไหว้ครูด้วย

การไหว้ครูจะกระทำกันในวันพฤหัสบดีซึ่งถือว่าเป็นวันครู และนิยมกระทำกันในตอนเช้า เดือนที่นิยมทำมักเป็นเดือน มิถุนายน ซึ่งนักเรียนเพิ่งเปิดภาคเรียนใหม่ ในเดือนนี้จึงมักจะ ได้ยินบรรดานักเรียนนักศึกษาพูดกันถึงเรื่องของที่จะนำไปใช้ ไหว้ครูกันอยู่เสมอ ในปัจจุบันนี้ ความนิยมได้เปลี่ยนแปลงไปมาก เราคงเห็นว่าในที่บางแห่ง มีการใช้กระเช้าดอกไม้ไหว้ครูกันทีเดียว ซึ่งนอกจากจะไม่ถูกต้องตามประเพณีแล้ว ยังเป็นการไม่ประหยัด อีกด้วย ในสมัยก่อนนี้ เมื่อถึงวันไหว้ครูผู้ปกครองของนักเรียน ก็จะจัดหารูปเทียนดอกไม้ให้ลูกหลานของตนนำไปไหว้ครูคน ละมัด ดอกไม้ก็เป็นดอกไม้ธรรมดาๆ นีเอง ได้แก่ ดอกเข็ม ดอกมะเขือและก็มีหญ้าแพรกแซมไปด้วย ซึ่งของเหล่านี้เป็น ของที่มีอยู่แทบทุกบ้าน

**ดอกเข็ม** เรียกตามลักษณะของดอกที่ยังตูมอยู่ มี ลักษณะคล้ายเข็มดอกที่บ้านจะมี 4 กลีบ คนไทยสมัยโบราณ นิยมปลูกตามวัด ใ้บูชาพระ ในพิธีไหว้ครู เป็นเครื่องอธิษฐาน ว่า ขอให้ปัญญาหลักแหลมเหมือนเข็ม

ในบาทลมีเข็มดอกสีแดงใ้บูชาในพิธีกรรมต่างๆ และ เรียกดอกเข็มว่า “โศกะ” กล่าวกันว่าเรียกตามพระนามของ พระเจ้าโศกมหาราช

ดอกเข็มนี้ถือเป็นยาสมุนไพรไทยโบราณเช่นกัน พระ

บาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงเชื่อในสรรพคุณของ ดอกเข็มป่าสีขาวว่า ใช้เกลือต้มได้ดีนัก ทรงใช้ได้ผลมาแล้ว

**ดอกมะเขือ** เป็นดอกไม้พิเศษที่นำมาใช้ไหว้ครูจะมีมา แต่ครั้งใดไม่แน่ชัดแต่มีหลักฐานว่า ในรัชกาลพระบาทสมเด็จพระ จอมเกล้าเจ้าอยู่หัว มีใช้กันแล้ว เป็นดอกไม้อธิษฐานคือ “ขอให้มีความรู้มากเหมือนเมล็ดมะเขือ”

**หญ้าแพรก** และดอกหญ้าแพรกมีใช้ในพิธีไหว้ครูมา นานแล้ว และใช้เป็นของอธิษฐาน “ให้รู้รวดเร็วเหมือนหญ้า แพรกขึ้น” ในคำไหว้ครูของเก่าครั้งเจ้าพระยาพระเสด็จสุเรน ทราธิบดี (ม.ร.ว.เปีย มาลากุล) มีกล่าวไว้ในตอนทำว่า “ขอ เดชะปุษนียาธิษฐานนี้ จงบันดาลให้สติปัญญาของข้าพเจ้าแตก ประดุจหญ้าแพรก ดอกมะเขือ แล้วให้งอกงามเจริญขึ้นเจริญขึ้น โดยเร็วพลันนับแต่กาลวันนี้ ให้การศึกษาของข้าพเจ้าเป็นผล สำเร็จอันดีดุจคำอธิษฐานฉะนี้เทอญ”

นักเรียนในสมัยก่อนเพียงนำดอกเข็ม ดอกมะเขือ และ หญ้าแพรกมามัดรวมกับรูปเทียนเพียงเท่านั้นก็ใช้ไหว้ครูได้ ถูก ทั้งประเพณี และถูกทั้งสตาจค์ด้วย

ในบรรดาสิ่งของที่ใช้ไหว้ครูนี้ มักจะมีผู้สงสัยตั้งคำถาม ว่าทำไมจึงใช้หญ้าแพรกในพิธีไหว้ครูด้วย มีเหตุผลอะไร และใคร เป็นผู้แนะนำให้ใช้ คำถามนี้ออกจะตอบยากสักหน่อย แต่จาก ที่อ่านหนังสือเกี่ยวกับพิธีกรรมต่างๆ ของพราหมณ์ ก็เห็นว่ามิ ใช้หญ้าแพรกในพิธีอยู่เสมอ จึงเข้าใจว่าคนไทยเราคงจะได้

แบบอย่างมาจากพราหมณ์นี้เอง คือในอินเดียเขานับถือกันว่า พระคเณศเป็นครู เป็นเทพเจ้าแห่งความรู้ และใช้หญ้าแพรกในการบูชาพระคเณศ เราก็คงจะได้แบบอย่างนี้มาเป็นแน่ นอกจากนี้ในพิธีอื่นๆ ก็มีการใช้หญ้าแพรกด้วยเหมือนกัน อย่างเช่น ในหนังสือเรื่องกุมารสมภพของกาลิทาส ตอนที่ว่าด้วยการวิวาทะของพระอุมา ซึ่งกล่าวว่าเวลานั้นทรงพวงมาลัยร้อยด้วยหญ้าแพรก และในพิธีครอบละครของไทยเราเอง ครูก็จะเอาใบเงิน ใบทอง หญ้าแพรก ดอกมะเขือ มัดเป็นข้อทัดหูให้ศิษย์ หรือบางตำราก็ระบุให้ใช้ใบมะตูม หญ้าแพรก ใบเงินใบทอง ก็พอจะสรุปได้ว่าหญ้าแพรกเป็นของมงคลเราก็น่าจะมารู้จักหญ้าแพรกกัน

ก่อนอื่นก็มาดูตำนานของหญ้าแพรกก่อน มีตำนานเกี่ยวกับหญ้าแพรกหลายเรื่อง ตำนานแรกระบุว่าหญ้าแพรกเป็นหญ้าของพระนารายณ์ คือในสมัยที่พระนารายณ์อวตารมาเป็นพระราม ตอนพระรามเข้าโกศเพื่อลงนางสีดา กล่าวว่าพระรามได้ใช้ให้เสนาไปบอกนางสีดาว่าพระรามสิ้นพระชนม์แล้ว นางสีดาหลงกลนี้กว่าเป็นจริงก็รีบมา แต่พอเปิดโกศก็เห็นว่าพระรามยังไม่สิ้นพระชนม์ นางสีดาจึงอธิษฐานแทรกแผ่นดินหนีไป พระรามรีบคว้าจับไว้แน่น และเข้าพระทัยว่าได้ยึดผมนางสีดาไว้ได้แล้ว แต่ที่จริง คว่าเอาหญ้าแพรกไว้เต็มกำ ตั้งแต่ นั้นมาจึงนับถือกันว่าหญ้าแพรกเป็นของศักดิ์สิทธิ์อีกตำนานหนึ่งกล่าวว่า หญ้าแพรกคือหนวดของพญาอนันตนาคราช ซึ่งเป็นอาสนะที่บรรทมของพระนารายณ์ กล่าวกันว่าหนวดของพญา

อนันตนาคราชได้หลุดลอยขึ้นมาบนฝั่ง และได้กลายเป็นหญ้าแพรก แต่อีกตำนานหนึ่งบอกว่า หญ้าแพรกคือเกศาของพระนารายณ์ซึ่งหลุดออกมาตอนกวนเกษียรสมุทร และเมื่อเทวดาเอาน้ำอมฤตมาวางบนสนามหญ้าแพรก ก็เลยทำให้หญ้าแพรกกลายเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ไปด้วย ส่วนอีกตำนานกล่าวว่า หญ้าแพรกเป็นภาคหนึ่งของราหู

หญ้าแพรกคงจะเป็นหญ้าที่ไทยเรารู้จักเรียกชื่อมานานแล้ว ในหนังสือไตรภูมิพระร่วง ซึ่งเป็นวรรณคดีสมัยสุโขทัย ได้กล่าวถึงหญ้าแพรกในไตรจกานภูมิไว้ว่า “เมื่อไฟไหม้กลับแล้ว แลตั้งแผ่นดินใหม่ บมมิได้ตั้งทุกแห่ง บมมิเป็นธรรมชาติ แต่ก่อนมีที่เปล่า ยังมีลางแห่งเปล่าโดยกว้างโดยสูง ได้แล 300 โยชน์ก็ยังมีลางแห่งโดยกว้าง โดยสูง แลได้ 500 โยชน์ก็มี ลางคาบ ลางแห่งโดยกว้าง โดยสูงได้ 700 โยชน์ก็มี แลที่นั่นกลายเป็นแผ่นดินเสมอกันทุกแห่ง เลื่อมขาวงามตั้งแผ่นดินยวงมีหญ้าแพรก เขียวมันเหมือนดามกัน โดยสูง 4 นิ้วมือเขี้ยวงาม 3 นิ้วมืองตั้งแผ่นดินแก้วไพฑูรย์ฉนั้นแล ฯ”

ในหนังสือพุทธประวัติมีเรื่องเกี่ยวกับหญ้าแพรกอยู่ตอนหนึ่ง คือในคืนวันขึ้น 14 ค่ำ เดือน 6 ก่อนที่พระพุทธองค์จะตรัสรู้ พระพุทธองค์ทรงหลับไป และทรงพระสุบิน 5 ข้อ ซึ่งพระสุบินข้อหนึ่งกล่าวว่า หญ้าแพรกเส้นหนึ่งออกจากพระนาภีสู่ขึ้นไปจนถึงท้องฟ้า ซึ่งมีอรรถาธิบายว่าพระองค์จะได้ประกาศสังขารมเผยมรรคผล นิพพาน แก่เทพยดา และมนุษย์ทั้งมวล

หนังสือคำให้การชาวกรุงเก่าได้กล่าวถึงเหตุการณ์ตอนที่พระเจ้าอู่ทองทรงสร้างกรุงศรีอยุธยาว่า มีการใช้หญ้าแพรกในการเสียดาย โดยจัดในพานทอง 8 พาน เวลาผ่านไปหลายวันหญ้าแพรกก็ยังคงสดชื่นเป็นปกติ ทั้งที่ไม่มีคนพรมน้ำ

มีสำนวนโวหารซึ่งเปรียบหญ้าแพรกเป็นประชาชน ซึ่งคงจะมีการใช้กันมาแต่ครั้งโบราณ ในวรรณคดีเรื่องขุนช้างขุนแผนกล่าวไว้ว่า “เหมือนเขาปล่อยเราไว้อย่างไร เมื่อเขากลับจับจำ ก็จวนเจียน จะหลบลี้หนีไปข้างไหนพัน ต้องผ่อนปรนดับความหนามเสี้ยน อย่าให้เราหญ้าแพรกนี้แหลกเดียน เจ้าตั้งหนึ่งเทียน ประทีปตาม”

หญ้าแพรกมีชื่อพื้นเมืองเรียกในภาคพายัพว่า “หญ้าเบ็ด” ในตำราสมุนไพรบางเล่มเรียกว่า หญ้ายอนหู ใช้ตำผสมกับสุราทาภายนอกทำให้เย็น ถอนพิษ เจ็บปวดแถมวนอักเสบได้ดี ใช้ตำและปิดแผลห้ามเลือดได้ดี ใช้รับประทานเป็นยาปิดห้ามเลือดของหญิงที่ตกโลหิตระดูมากเกินไป แก้อาการไข้ ไข้มาเลเรีย ไข้หัว เช่น หัด สุกใส ดำแดง แก้มืด แก้มืดสภาวะเป็นเลือด หากชงกินอย่างน้ำชาแต่ดื่มเย็นๆ แก้อาการปวดจากริดสีดวงอกได้ดี หญ้าแพรกชนิดที่มีลำต้นขาวซึ่งเป็นหญ้ามีโรคใช้แก้อาการคลื่นเหียนอาเจียน



# สุขภาพ

สมุนไพรเพื่อสุขภาพ



ในยุคปัจจุบัน ประชาชนส่วนใหญ่เริ่มหันมาดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการไปพบแพทย์ และเช่นเดียวกันจึงมีการ

หันมาใช้ยาจากสมุนไพรกันมากขึ้นด้วย

สมุนไพรในประเทศไทยมีด้วยกันมากมายจนนับไม่ถ้วน หากแบ่งออกเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ก็เช่น สมุนไพรกับโรค สมุนไพรกับความงาม สมุนไพรสดและสมุนไพรแห้ง

สมุนไพรกับโรค กลุ่มนี้ขอยกตัวอย่างสมุนไพรที่ใช้ด้าน มะเร็ง ผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็งควรทานผักและผลไม้ให้ได้มากที่สุด เพราะผักผลไม้หลายชนิดจะมีคุณสมบัติเป็นตัวกำจัดอนุมูลอิสระ (แอนติออกซิแดนท์) และมีสารที่ฆ่าเซลล์มะเร็งได้ ซึ่งในหนึ่ง วันควรรับประทานผักให้ได้ 30% ผลไม้ 10% เนื้อปลาหรือถั่ว 10% ส่วนอีก 50% ที่เหลือควรเป็นข้าวกล้อง หรือเผือก มัน ผัก และผลไม้ควรปรุงธรรมชาติ เช่น ตำ ลวก แกง หรือรับประทานดิบๆ ไม่ควรเติมน้ำตาล น้ำผึ้ง จนมากเกินไปจนเกินความจำเป็น เพราะจะทำให้ร่างกายได้รับน้ำตาลมากเกินไป อาจลุกลามจนเกิดเป็นโรคเบาหวานขึ้นมาอีกโรคจะรักษายากขึ้น

สมุนไพรที่มีสารต้านเซลล์มะเร็ง ได้แก่ มะกรูด ผักขมขี้เหล็ก คื่นช่าย บัวบก ผักชีฝรั่ง กระชาย ข่าใหญ่ มันเทศ ใบมะม่วง มะกอก เบญจมาศ แขนงกะหล่ำ แดงกวา พริกไทย ดีปลี โหระพา กะเพรา ตะไคร้ ถั่ว ผักขวง เพกา ข่าพลู ลูกผักชี เร่ว เหงือกปลาหมอ ขมิ้นอ้อย หัวหอมแดง หอมหัวใหญ่ กระเทียม แครอท ฯลฯ

สมุนไพรที่มีสารแอนติออกซิแดนท์สูง คือมี วิตามินเอ ซี และอีสูง มีดังนี้

วิตามินเอ ได้แก่ ใบยอ ใบย่านาง ตำลึง ผักกูด มะระ กระสัง ผักแพว ผักชีลาว ผักแว่น ผักบุ้ง เหียง กระเจี๊ยบแดง แมงลัก ชะอม พริกชี้ฟ้าแดง แพงพวย ชีเหล็ก ฯลฯ

วิตามินซี ได้แก่ มะขามป้อม ฝรั่ง มะปราง ขนุน ละมุด

มะละกอ มะกอก ส้ม มะขาม ลูกหว้า พุทรา ฯลฯ

วิตามินอี ได้แก่ ธัญพืชต่างๆ เช่น งาดำ ข้าวซ้อมมือ จมูกข้าว ข้าวโพด

เบต้าแคโรทีน ได้แก่ แครอท ฟักทอง แคน กะเพรา แพนชั่นฝรั่ง ชีเหล็ก ผักเชียงดา ยอดผักข้าว ผักติ้ว ผักแต้ว

นอกจากนี้ผลการศึกษาของสถาบันวิจัยมะเร็งของสหรัฐฯ ได้วิจัยพบว่า ผู้ที่ไม่รับประทานกระเทียมเลย มีโอกาสที่จะเป็นมะเร็งในกระเพาะอาหารมากกว่าผู้ที่รับประทานกระเทียมในปริมาณมากอยู่เสมอถึง 1,000 เท่า สาเหตุก็เนื่องจากว่า ในกระเทียมมีสารสำคัญที่จะไปช่วยยับยั้งกระบวนการเปลี่ยนแปลงของสารไนเตรตที่ก่อให้เกิดมะเร็ง ซึ่งคนได้รับจากอาหารและผักบางชนิด

ตอนนี้มาถึงสมุนไพรกับความงามกันบ้าง ซึ่งจะแนะนำเฉพาะที่เห็นกันบ่อยๆ เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย และหาง่าย เราเริ่มต้นกันที่...

ทองพันชั่ง หรือในบางถิ่นอาจเรียกว่า ทองพันชูลย์ ทองคันชั่ง หรือหญ้ามันไก่ มีรสเมาเบื่อ สรรพคุณ ใช้ใบรักษาโรคผิวหนัง กลากเกลื้อน ผื่นคัน ได้ผลดีทีเดียว

บัวบก หรือที่ภาคเหนือเรียกว่า ผักหนอก ภาคใต้เรียก ผักแว่น มีรสหอมเย็น สรรพคุณ ใช้ทั้งต้น มีฤทธิ์ลดการอักเสบ ยับยั้งเซลล์มะเร็ง สมานแผล ลบรอยแผลเป็น ฆ่าเชื้อรา เชื้อแบคทีเรีย ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อวัณโรค

มะกรูด ภาคใต้เรียก ส้มม่วงผี ที่หนองคายเรียก มะพูด  
สรรพคุณใช้ลูกบั้งไฟให้สุก ฝาคึ่งลูกใช้สระผม ทำให้ผมดกดำ  
เป็นเงางาม นิมสลวย แก้กันศีรษะ แก้วรังแค วิธีใช้ คือ เอามะกรูด  
เผาไฟหรือจะใช้สดก็ได้ ฝาลูกมะกรูดออกเป็น 2 ชั้น ผสมกับ  
น้ำอุ่น เมื่อสระผมเสร็จแล้วเอามะกรูดสระซ้ำ โดยใช้มะกรูด  
ครึ่งซีกขยี้ไปบนผม น้ำมะกรูดเป็นกรดจะช่วยทำให้ผมสะอาด  
ส่วนผิวของมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหย ช่วยให้ผมชุ่มชื้นเป็นเงางาม  
และดกดำ และจะทำให้ผมเส้นจัดทรงได้ง่าย

ก่อนจบขอฝากข้อแนะนำ 5 ใช้ในการใช้สมุนไพรที่ถูกต้อง  
ไว้เป็นแนวข้อคิดดังนี้

ใช้ให้ถูกต้น สมุนไพรมีชื่อพ้องหรือซ้ำกันมาก และบาง  
ท้องถิ่นก็เรียกไม่เหมือนกัน ดังนั้นจึงต้องทำความรู้จักให้ดีก่อนใช้

ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก  
ผล เมล็ด จะมีฤทธิ์ทางยาที่ไม่เท่ากัน บางทีผลแก่กับผลอ่อนมี  
ฤทธิ์ที่แตกต่างกันมาก จึงต้องดูให้ดีว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้

ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรใช้ว่าจะไม่มีโทษ หากใช้น้อยไป  
รักษาโรคไม่ได้ผล แต่ถ้าใช้มากเกินไปก็เป็นอันตรายหรือเกิด  
พิษได้เช่นกัน

ใช้ให้ถูกวิธี ก่อนใช้ต้องรู้วิธีใช้สมุนไพรให้ดี ว่าชนิด  
ไหนใช้ต้ม ชนิดไหนใช้กินสด หรือชนิดไหนต้องใช้ผสมกับเหล้า

ใช้ให้ถูกกับโรค เช่น ท้องผูกต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยา  
ที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกหนักยิ่งขึ้น



เจดีย์ชเวดากอง



พระราชวังที่มัณฑะเลย์



# ท่องเที่ยว

เที่ยวเมืองบรูไน

□ □ □ □ □ □ □ □ □

เบญจภาคี ทับทอง

**พ**ม่ามีชื่อเต็มๆว่าสหภาพพม่า ชื่อภาษาอังกฤษคือ The Union of Myanmar หรือแต่เดิมว่า The Union of Burma ที่เปลี่ยนชื่อเห็นจะเป็นเพราะ คำว่าเบอร์มาแปลว่าชนชาติพม่าซึ่งหมายถึงชนชาติกลุ่มเดียว แต่คำว่าเมียนมาร์คือประเทศที่ประกอบไปด้วยหลายเชื้อชาติ และเผ่าพันธุ์ ชนชาติหลักมีอยู่ 8 เชื้อชาติ คือ พม่า (ร้อยละ 69 ของประชากร) กะเหรี่ยง มอญ ฉิ่น คะฉิ่น คะยา ยะไข่ และ

วิทยุกระจายเสียง

ไทยใหญ่ นอกจากนี้ยังมีชนชาติเล็กๆ อีก 135 กลุ่ม พม่าเป็นประเทศที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ คือมีพื้นที่ถึง 676,577 กม. มีพรมแดนติดต่อกับจีน อินเดีย บังกลาเทศ ไทยและลาว พรมแดนไทยกับพม่ายาวถึง 2,000 กว่า กิโลเมตร สภาพภูมิประเทศล้อมรอบไปด้วยเทือกเขา ทางตอนบนของประเทศเป็นรูปเกือกม้า ด้านใต้เป็นที่ราบ ซึ่งพื้นที่ทำการเกษตร มีคนอาศัยอยู่หนาแน่น แม่น้ำสายสำคัญได้แก่ อิระวดี ชินวิน สะโดง และสาละวิน ปัจจุบันเรียกตันลวิน เป็นเส้นทางคมนาคมสายสำคัญ

พม่านั้นเป็นที่ทราบกันดีอยู่ว่าเป็นเมืองขึ้นของอังกฤษ ตั้งแต่ปี 2429 ได้รับเอกราชเมื่อปี 2491 โดยมีการปกครองในระบอบประชาธิปไตย ต่อมาในปี 2505 นายพล เนวิน ได้ยึดอำนาจการปกครองและนำประเทศไปสู่ระบบการปกครองระบอบสังคมนิยมพม่าซึ่งเป็นยุคที่พม่าปิดประเทศโดยสิ้นเชิง กองทัพพม่าได้เข้ายึดอำนาจการปกครองและจัดตั้งสภาฟื้นฟูกฎหมายและระเบียบแห่งรัฐ The State Law and Order Restoration Council ขึ้น ซึ่งปัจจุบันเปลี่ยนชื่อเป็น SPDC - State of Peace and Development Council หรือสภาสันติภาพและการพัฒนาแห่งรัฐ

พม่าแบ่งการปกครองเป็น 7 ภาค ได้แก่ สะกาย ตะนาวศรี อิระวดี พะโคหรือหงสาวดี มะเกอง มณฑลทะเลย์ และย่างกุ้ง มี 7 รัฐ ได้แก่ รัฐคะฉิ่น รัฐคะยา คะยิ่น ฉิ่น มอญ ยะไข่ และฉาน ทั้ง

7 รัฐและ 7 ภาคมีฐานะเท่าเทียมกัน นอกจากนี้ มีเขตอำนาจการปกครองตนเอง สำหรับชนเชื้อชาติต่างๆ โดยการแบ่งอำนาจไปยังองค์กรบริหารต่างๆ ในระดับส่วนภูมิภาค ระดับรัฐ และระดับเขตการปกครองตนเอง ประมุขของประเทศซึ่งเป็นหัวหน้าฝ่ายบริหารด้วยคือ นายกรัฐมนตรี เงินตราของพม่าคือเงินจัต อัตรากาแลกเปลี่ยนทางการ 1 ดอลลาร์สหรัฐ เท่ากับ 6 จัต แต่ในตลาดเสรีอัตราต่างกันมาก 1 ดอลลาร์สหรัฐ แลกได้ 160 จัต นอกจากนั้น ยังมีอัตราแลกเปลี่ยน 1 ดอลลาร์สหรัฐ เท่ากับ 100 จัต สำหรับการคำนวณของภาษีสินค้าที่นำเข้าและส่งออก นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปพม่าจะต้องแลกเงิน 300 ดอลลาร์ เป็นเงินสด FEC หรือ Foreign Exchange Currency ซึ่งมีอัตราแลกเปลี่ยนพิเศษ กุดูท่องเที่ยวที่เหมาะสมที่สุดได้แก่ ช่วงเดือนตุลาคม-มีนาคม เมืองสำคัญๆ ที่เป็นที่รู้จักคุ้นเคยสำหรับชาวไทย ได้แก่ พุกาม มณฑลทะเลย์ แปร เมาะลำเลิง หงสาวดี และตองยี

พม่าเป็นประเทศที่มีวัดมากและตาชเดินไปด้วยเจดีย์ อาจเป็นเพราะพุทธศาสนามีอิทธิพลอย่างมากต่อชาวพม่า ทำให้ประชาชนพม่ายังคงอนุรักษ์ธรรมเนียมแบบพุทธเอาไว้ได้ ผู้คนจะทำบุญตักบาตรถือศีลในวันพระ มีการบวชพระและบวชเณร ทำบุญประเพณีสงกรานต์ ตามวัดต่างๆ นิยมการทำบุญปิดทอง แต่ทองพม่าจะแผ่นใหญ่กว่าทองไทยมาก ความยาวเป็นฟุตทีเดียว ชาวพม่าส่วนมากจะไม่รับประทานเนื้อสัตว์ใน

วันที่ตนเกิด

วัดที่คนไทยนิยมไปเที่ยวคือเจดีย์ชเวดากอง ซึ่งเจดีย์เป็นสีทองอร่าม มีพระประจำวันเกิดอยู่รายรอบเจดีย์ แต่วัดพม่าไม่เหมือนวัดไทย คนไปเที่ยวต้องถอดรองเท้าไว้ที่รถหรือหัวเข้าไปที่ชเวดากองมีบันไดเลื่อนให้ขึ้นไปด้วย สบายกว่าเดิน บันไดธรรมดามาก พื้นเจดีย์เป็นหินอ่อนแต่อย่างนี้ก็จะเย็น ยิ่งถ้าไปช่วงใกล้เที่ยง ฝ่าเท้าท่านผู้ฟังจะเป็นฝ่าเท้าผู้ตีดินแดงในบัดดล คนส่วนใหญ่จึงชอบเที่ยววัดในช่วงเช้าหรือไม่กี่หลังสามโมงเย็น ช่วงเที่ยงถึงบ่ายสามโมงจึงสมควรนอนแอ้เต่อยู่ในโรงแรม ประเด็นที่ทานาคาหรือกระแจะจันทร์ แล้วนอนพักเอาแรงจะดีกว่า ในร่างกึ่งยังมีวัดอีกหลายแห่ง เช่นกาบาเอย์ แต่ไม่ใช่ว่าจะมีแต่วัด ยังมีตลาด ที่เรียกว่า Scot Market ให้เดินซื้อของพื้นเมือง เช่น พวงเครื่องเงิน โสร่ง ผ้าถุง พลอยหลากสี ให้เลือกซื้อ ทางที่ดีควรชำระเงินเป็นสกุลที่แลกมาเมื่อตอนมาถึงที่สนามบิน ไม่แนะนำให้จ่ายเป็นดอลลาร์ เพราะว่าจะเสียเปรียบ และเวลาเลือกซื้อเครื่องเงินต้องดูดีๆ ไม่งั้นอาจจะเป็นเครื่องประดับที่เลาะมาจากหูกะทะได้ ผังตรงข้าม Scot Market เป็นตลาดคล้ายๆ สำหรับคนพื้นเมืองมีแป้งกระแจะจันทร์ขาย ชาวพม่านิยมใช้กันมาก ทั้งกันแดดและบำรุงผิวในชั้นตอนเดียวเลยจากตลาดนั้นไปไม่ไกล จะมีร้านอาหารมากมายแต่พม่าไม่นิยมร้านอาหารแบบตะวันตก ร้านแฮมเบอร์เกอร์หรือร้านฟาสต์ฟู้ดอื่นๆ จะหาพบไม่ได้ เพราะชาวพม่าส่วนใหญ่รับประทานขนมจีน ที่

เรียกว่า โมฮองก่า (Mohinga) คู่กับการต้มน้ำชา หรืออาจรับประทานแผ่นแป้งโรตีสวยคู่กับถั่วหนึ่งเป็นอาหารเช้า ส่วนอาหารกลางวัน โดยทั่วไปจะเป็นก๋วยเตี๋ยว ที่เรียกว่า “ข้าวซอย” ซึ่งเป็นอาหารของชาวไทยใหญ่ ลักษณะเหมือนกับขนมจีนน้ำเงี้ยวทางภาคเหนือของไทย และข้าว กับข้าวได้แก่แกง คล้ายแกงมัสมั่น ใส่น้ำเนื้อ หมู ไก่ กุ้ง หรือปลา นอกจากนั้น อาจมีสลัดและยำ มีน้ำพริก (ปลาร้าหรือกะปิ) กับผักสด ผักลวก ในหม้อ คนมีรายได้น้อย มักรับประทานน้ำพริก ประกอบด้วย น้ำปลาร้า ต้มกับผักสด/ลวก เป็นอาหารประจำ คนพม่าส่วนใหญ่นิยมรับประทานอาหารมังสวิรัต

ท่านที่เดินขอบปิ้งอย่างกุ่ม อาจจะชินตากับผู้ชายชาวพม่าหนุ่มโสร่งสวมรองเท้ายึด และสะบัดโสร่งไปมาทางถนนเพราะโสร่งนั้นไม่มีเข็มขัดหรือเชือกใดๆ มามัดให้อยู่กับตัว แม้ว่าจะไม่ได้มัดปมไปทางเดียวกันก็ตาม ผู้ชายพม่าส่วนใหญ่สวมโสร่งเป็นสองชายและมุ่นลงตรงเอว และเสียบกระเป๋าสตางค์ไว้ด้านหลัง ก็ยังไม่เห็นเคยตกหาย หมิงพม่าดูจะแต่งตัวสวย เก๋ล้ำมวยทัดผมด้วยดอกไม้ เพื่อบูชาขวัญนศิระชะ นอกจากนี้ ลายผ้าถุงนั้นก็แปลกพิเศษ เนื่องจากผู้หญิงพม่าไม่สามารถบวชเป็นพระหรือขึ้นเขาพระสุเมรุได้จึงทำลายผ้าถุงเป็นลายลุนตยาอะฉิกเป็นหยักคล้ายเจดีย์เพื่อให้มีเขาสัตตบริภัณฑ์ล้อมรอบพระสุเมรุคือศิระชะของตัวเอง เจดีย์นี้ลายสีขาวที่เป็นต้นกำเนิดผ้าถุงนี้อยู่ที่วัดเขียนพิวเหมเมืองมณฑลทะเลย์ นอกจากทำลายคลื่นแล้วยังมี

ลายดอกไม้แทนป่าหิมพานต์ที่อยู่บนเขาสดตบrikภัทด้วย

ไม้ไผ่ไล่ไม้ไผ่จากเมืองย่างกุ้งมีเมืองน่าเที่ยวที่มีเจดีย์  
อยู่กลางน้ำที่เขาว่าศักดิ์สิทธิ์นัก น้ำท่วมอย่างไรก็ไม่เคยท่วมถึง  
เจดีย์ เมืองนี้พม่าเรียกจ้าวต้า คนไทยเรียกสิริเยม เขาไปจะผ่าน  
สะพานที่จีนสร้างให้สมัยสงครามโลก พอไปถึงเจดีย์กลางน้ำ  
จะต้องนั่งเรือข้ามไปไหว้ คนไทยเชื่อว่าได้บุญเพราะข้ามน้ำข้าม  
ทะเลไปไหว้พระ

ในพม่าเขายังเชื่อกันว่ามีเทวดาอยู่หลายองค์เรียกกันว่า  
ผีแนต เทวดาหลายองค์นี้มีพระอินทร์ เทวดาผู้เป็นใหญ่ปกครอง  
คนพม่าให้ความเคารพกับผีแนตมาก ในช่วงสงกรานต์ ก็ไปรด  
น้ำมนต์ที่ศาลผีแนตเพื่อความเป็นสิริมงคลด้วย

ไม่ใช่พม่าจะมีเมืองน่าเที่ยวแต่เพียงเท่านั้น ยังมี พุกาม  
เมืองทะเลเจดีย์ มีเจดีย์ทรงต่างๆ มากมาย มีถ้ำที่ผู้คนมักไป  
นั่งสวดมนต์และวิปัสสนากันตอนกลางคืนด้วย พม่ามีเมือง  
มณฑลเยเมืองประวัติศาสตร์ที่มีพระราชวังของเจ้าสีป่อ กษัตริย์  
องค์สุดท้ายก่อนถูกอังกฤษยึดครอง พม่ามีเมืองพะโคซึ่งมีเจดีย์  
มูเตา มีพระราชวังของบุเรงนอง และพระพุทธรูปงามๆ ให้ชมอยู่  
ในพิพิธภัณฑสถานอีกด้วย แต่ถ้าจะถามว่าทองที่หลอมไปจากอยุธยา  
ครั้งนั้นไปไหน ก็สุดปัญญาจะเดา แต่เห็นมีคนเขาว่าไปปะอยู่ที่  
เจดีย์ในมณฑลเยคะ



# สิ่งแวดลอม

วันโอโซนโลก



**ส**ภาพแวดล้อมในปัจจุบันไม่ว่าจะเป็นประเทศไทย  
หรือประเทศใดๆ ในโลกใบนี้ นับวันจะยิ่งเลวร้าย  
ลงทุกที ปรากฏการณ์ธรรมชาติที่เกิดขึ้นแล้ว  
แต่ส่งผลกระทบซ้ำเติมสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ ปรากฏการณ์  
เอล นินโญ และ ลา นินญา ที่เป็นต้นเหตุทำให้เกิดฤดูกาลต่างๆ เปลี่ยน  
แปลงไป จากที่เคยร้อนแบบปกติก็กลับร้อนมากยิ่งขึ้นกว่าเดิมอีก  
หลายเท่า

สิ่งมีชีวิตต่างๆ ได้เกิดขึ้นบนโลกนี้ และมนุษย์ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้เปลี่ยนแปลง และพยายามหาทางเอาชนะธรรมชาติมาตลอด โดยเริ่มตั้งแต่โลกได้ก่อกำเนิดขึ้น มนุษย์รู้จักนำเอาหนังสือสัตว์มาเป็นเครื่องนุ่งห่ม เพื่อปกป้องความหนาวเย็น จากอดีตจนถึงปัจจุบัน วิวัฒนาการต่างๆ ได้พัฒนามาจนถึงการใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ติดต่อสื่อสารกันแบบไร้พรหมแดน

ชีวิตมนุษย์ทุกคนอยู่บนโลกนี้ได้ด้วยอากาศ ซึ่งนอกจากจะใช้หายใจแล้ว อากาศยังช่วยป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ตจากดวงอาทิตย์ ที่เป็นอันตรายต่อโลกด้วยการกั้นกรองและดูดซึมเอาไว้ แล้วจึงปล่อยให้แสงแดดส่วนที่ปลอดภัยส่องลงมาถึงพื้นโลก เพื่อให้เป็นอาหารแก่พืชและสัตว์

แต่ในปัจจุบันนี้ มนุษย์ทุกคนกำลังเปลี่ยนแปลงอากาศของโลก ด้วยการทำร้ายธรรมชาติ ไม่ว่าจะด้วยความตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม การใช้สารเคมีบางชนิดที่สามารถทำลายเกราะป้องกันโลก คือ บรรยากาศชั้นโอโซนให้ลดน้อยลงไป จนเป็นเหตุที่ก่อให้เกิดทุกภิกขภัยขึ้นได้ในอนาคต

ด้วยเหตุนี้เอง เมื่อวันที่ 16 กันยายน 2530 “พิธีสารมอนทรีออล” จึงได้เริ่มต้นขึ้นโดยความพยายามของนานาประเทศเป็นการลงนามในอนุสัญญาร่วมกัน เพื่อควบคุมการใช้สารเคมีให้อยู่ในระดับที่ไม่ทำลายบรรยากาศชั้นโอโซน โดยมีโครงการสิ่งแวดล้อมขององค์การสหประชาชาติเป็นตัวประสาน ดังนั้นทุกประเทศที่เข้าร่วมจึงถือว่า ในวันที่ 16 กันยายน ของทุกปี เป็น

วัน “โอโซนโลก” แต่สำหรับประเทศไทยนั้น ได้เข้าร่วมลงนามในพิธีสารมอนทรีออลนี้ในวันที่ 15 กันยายน 2531

พิธีสารฉบับนี้เป็นตัวบทสำคัญ ที่ว่าด้วยการลดหรือกำจัดการใช้สารเคมีตระกูลคลอโรฟลูโอโรคาร์บอนส์ หรือ CFCs ที่มีคุณสมบัติทำลายบรรยากาศโอโซนของโลก ทำให้โลกร้อนขึ้น และได้รับรังสีอัลตราไวโอเล็ตจากดวงอาทิตย์มากขึ้นด้วย

ได้เคยมีนักวิทยาศาสตร์เตือนไว้เมื่อต้นปี พ.ศ. 2513 ว่าบรรยากาศชั้นโอโซนกำลังถูกทำลายด้วยไนโตรเจนออกไซด์จากเครื่องบินเจ็ต และในปี พ.ศ. 2517 พบว่า สารคลอโรฟลูโอโรคาร์บอน หรือ CFCs เป็นตัวทำลายบรรยากาศชั้นโอโซนอันสำคัญที่มีประสิทธิภาพสูงที่สุด

ในปัจจุบันนี้ มีบางประเทศห้ามใช้สาร CFCs ในกระป๋องสเปรย์ แต่ก็ได้มีการใช้สารอื่นทดแทนเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ในช่วงที่มีนักวิทยาศาสตร์ออกมาเตือนนั้น ก็ไม่มีใครคาดคิดว่าสิ่งที่พวกเขาเหล่านั้นออกมาเตือนกำลังจะเกิดขึ้นจริง และมีความรุนแรงเฉียบพลันเช่นนี้

เวลาได้ผ่านไปจนกระทั่งปี พ.ศ. 2528 ผลปรากฏออกมาดังความคาดหมาย นักวิจัยชาวอังกฤษได้ตีพิมพ์ผลการตรวจวัดค่าที่แสดงให้เห็นว่า บรรยากาศในชั้นโอโซนเหนือทวีปแอนตาร์กติกบริเวณขั้วโลกใต้ลดลงอย่างมากและมีความต่อเนื่องมาเรื่อยๆ

ในปี พ.ศ. 2530 เหลือโอโซนเพียงครึ่งเดียวของระดับโอโซนปกติ นักวิทยาศาสตร์ต่างมีความเห็นว่า สาเหตุของ

ปรากฏการณ์ดังกล่าวเกิดจากสารที่มีคลอรีนและโบรมีนเป็นองค์ประกอบที่มนุษย์สังเคราะห์ขึ้น ซึ่งก็คือ CFCs ที่มีสารประกอบของคลอรีน ฮาลอน และโบรมีน ผสมอยู่

ผลการตรวจสอบข้อมูลความเข้มข้นของสารคลอรีนในบรรยากาศของโลก พบว่า ในปี พ.ศ. 2513 มีคลอรีนอยู่ 2 ส่วนในพันล้านส่วนของอากาศ และเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จนกระทั่งทุกประเทศต้องลดการใช้ CFCs ลงครึ่งหนึ่งตามวิธีของอนุสัญญาสารมอนทรีออล แต่คลอรีนในชั้นบรรยากาศก็ยังคงสูงขึ้นอย่างทวีคูณ หากไม่กี่ปีก่อนหน้านี้ถ้าสถานการณ์เช่นนี้ยังเกิดขึ้น บนท้องฟ้าที่เราเป็นเป็นสีฟ้า ก็คงจะมีแต่ "รอยรั่วในท้องฟ้า" อย่างถาวรเกิดขึ้นให้เห็นแน่นอน

เมื่อต้นปี พ.ศ. 2532 นักวิทยาศาสตร์ได้ให้ความสนใจกับบรรยากาศเหนือทวีปอาร์กติกบริเวณขั้วโลกเหนือมากขึ้น เพราะเชื่อว่าน่าจะมีการทำลายบรรยากาศชั้นโอโซน ซึ่งในส่วนนี้ได้พบว่า ในขั้วโลกเหนือมีการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิมากกว่าขั้วโลกใต้

สำหรับสารคลอโรฟลูโอโรคาร์บอนส์ หรือ CFCs เป็นสารประกอบที่สังเคราะห์ขึ้นในทศวรรษ 1930 เป็นสารที่มีความคงตัวเป็นอย่างยิ่ง ไม่ค่อยติดไฟและไม่ค่อยเป็นพิษ คุณสมบัติเช่นนี้ทำให้เหมาะสมสำหรับนำไปใช้ในโรงงานอุตสาหกรรมเป็นอย่างยิ่ง แต่ด้วยความคงตัวของสารนี้ ทำให้คงอยู่ในบรรยากาศโดยไม่เสื่อมสลายเป็นเวลานานมาก จนในที่สุดได้แผ่กระจาย

ขึ้นไปจนถึงบรรยากาศชั้นสตราโตสเฟียร์ และสุดท้ายสารนี้ก็จะถูกทำลายด้วยรังสีอัลตราไวโอเล็ตและปล่อยคลอรีนออกมาแทน จากนั้นคลอรีนจะเข้าไปทำปฏิกิริยากับโอโซน และสามารถทำลายโอโซนได้เป็นพันๆ โมเลกุลเลยทีเดียว

นอกจากสาร CFCs จะมีคลอรีนเป็นองค์ประกอบแล้วยังมีสารอื่นๆ เช่น เมทิลคลอโรฟอร์ม และคาร์บอนเตตระคลอไรด์ คลอรีนธรรมชาติจากภูเขาไฟและน้ำทะเล แต่สารเหล่านี้ไม่ได้มีความสำคัญต่อสาร CFCs แต่อย่างใด

สำหรับสารอีกชนิดหนึ่งที่ทำลายชั้นบรรยากาศได้ดีกว่าสาร CFCs ก็คือ ฮาลอน ซึ่งมีโบรมีนเป็นส่วนประกอบ และใช้เป็นน้ำยาดับเพลิง สารเคมีเหล่านี้ส่วนใหญ่ดูดรังสีความร้อนได้ดี ทำให้บรรยากาศของโลกร้อนขึ้น ซึ่งก็เป็นปัญหาอีกอย่างหนึ่งที่สำคัญไม่แพ้กันเลยทีเดียว

เมื่อบรรยากาศของโอโซนลดลง รังสีอัลตราไวโอเล็ตชนิดบีจะเข้าสู่โลกได้มากขึ้น เป็นอันตรายต่อสิ่งมีชีวิต ถ้าได้รับในปริมาณที่น้อย ก็จะเป็นประโยชน์ต่อผิวหนังของคนที่ต้องการรังสีนี้เพื่อนำไปสร้างไวตามินดี แต่ถ้าได้รับในปริมาณที่มากเกินไปจะทำให้ผิวหนังไหม้ ดวงตาพร่า ตาเป็นต้อ ผิวหนังเหี่ยวย่นก่อนวัย และเป็นมะเร็งผิวหนังได้

เกี่ยวกับการเกิดโรคมะเร็งผิวหนังนั้น เชื่อกันว่า รังสีนี้จะเข้าไปก่อบบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย และโรคติดเชื้อบางชนิดซึ่งพบว่าจะมีโรคที่เกิดมากขึ้นหรือรุนแรงขึ้นอีกครั้ง คือ โรคหัด

อีสุกอีใส เริม และโรคจากเชื้อไวรัสต่างๆ

นอกจากโรคที่กล่าวมาแล้ว ยังมีผลต่อสารกรรมพันธุ์หรือ ดีเอ็นเอในเซลล์ของมนุษย์ ซึ่งจะถูกทำลายโดยรังสีอัลตราไวโอเล็ตเช่นเดียวกัน ทำให้เซลล์ตายหรือกลายเป็นมะเร็งได้ในที่สุด

ผลเสียต่างๆ ที่เกิดขึ้นไม่เฉพาะแต่กับมนุษย์เท่านั้น หากแต่ยังจะเกิดกับพืชและสัตว์ อันจะทำให้หยุดการเจริญเติบโต และมีผลต่อระบบนิเวศวิทยาสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและชีวภาพด้วย

แม้ว่าในปัจจุบันนี้ยังไม่มีใครอธิบายถึงสาเหตุที่บรรยากาศชั้นโอโซนเหนือขั้วโลกใต้ถูกทำลายได้อย่างชัดเจน แต่ในวันนี้สิ่งที่ทุกคนกำลังประสบอยู่ก็คือ ผลของสาร CFCs และสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ทุกคนไม่อาจที่จะรอดไปอีกต่อไป ถึงแม้ว่านานาชาติได้ร่วมตกลงในการลดการใช้สารเหล่านี้ก็ตาม แต่หากทุกคนไม่ให้ความร่วมมือ อนุสัญญาที่ร่วมลงนามนั้นก็คงจะไม่เป็นผลสำเร็จ

ดังนั้นทุกคนควรตระหนักถึงความสำคัญของบรรยากาศชั้นโอโซนที่ต้องสูญเสียไปอย่างต่อเนื่อง ไม่ช่วยกันรณรงค์ป้องกันให้ลดหรือเลิกการใช้สารเคมีต่างๆ ตั้งแต่วันนี้ ในอนาคตข้างหน้าโลกใบนี้จะเป็นอย่างไร หรือให้ใครมาสร้างแผนที่โลกใบใหม่ให้ดู สิ่งเหล่านี้ก็คงขึ้นอยู่กับจิตสำนึกของทุกคนที่จะต้องช่วยกันเพื่อชีวิตของทุกคนจะอยู่ในโลกใบนี้ต่อไป



หมู่บ้านไดล้อ



NO-MAN LAND ชายแดนลาว-จีน



# สารคดี

บันทึกการเดินทางขับรถไปเล่นสงกรานต์ที่เชียงราย

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

ธัน อนุমানราชธน

**เ**มีต้นปี 2541 ผมได้มีโอกาสร่วมขบวนคาราวานไปลาว จีน พม่า ในช่วงสงกรานต์ ซึ่งเป็นการเดินทางประมาณ 1,000 กิโลเมตรเศษๆ เป็นวงกลม คือ จากไทย ข้ามไปลาว ขึ้นจีน และกลับลงมาทางพม่าครบ “สี่เหลี่ยมเศรษฐกิจ” ประกอบกับเป็นช่วงสงกรานต์ ทำให้มีโอกาสสัมผัสกับประเพณีสงกรานต์ของชาวลาว หรือ ไทยกลุ่มต่างๆ ที่อาศัยอยู่แถบนี้ โดยการเดินทางใช้เวลาทั้งสิ้น 6 วัน

วิทยุสจจญรมย์

โดยเริ่มกันตั้งแต่...

**วันศุกร์ที่ 10 เมษายน 2541**

ช่วงบ่ายแก่ๆ ของวันศุกร์ที่ 10 เมษายน 2541 ผมและคณะผู้เดินทาง ได้นัดพบกันที่รีสอร์ทแห่งหนึ่งริมแม่น้ำโขง งามเมืองอำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย เพื่อเตรียมตัวเดินทางเข้าไปยังประเทศลาวในวันรุ่งขึ้น

ช่วงรับประทานอาหารเย็น ผมและทุกๆ คนในคณะก็ได้ทำความรู้จักกัน มีการบรรยายสรุปถึงลักษณะเส้นทางและสถานที่ต่างๆ ที่จะแวะเยี่ยมชมในวันรุ่งขึ้น สรุปได้ว่า คณะมีรถเข้าร่วมขบวนทั้งหมด 14 คัน ทั้งหมดเป็นรถขับเคลื่อนสี่ล้อ และสมาชิกอีก 39 คน

สมาชิกที่ร่วมเดินทาง ก็มาจากที่ต่างๆ กัน มีทั้งกรุงเทพฯ กาญจนบุรี นครปฐม ลำปาง และเชียงใหม่ หลายคนไม่รู้จักกันมาก่อน แต่ก็ยิ้มแย้ม โอภาปราศรัย ทักทายกันดี ที่เป็นอย่างนี้เห็นจะเป็นเพราะว่า แต่ละคนมีความรู้สึกร่วมกันว่าจะต้องเผชิญกับความไม่แน่นอนข้างหน้าด้วยกันอีกหลายวันทีเดียว

**วันเสาร์ที่ 11 เมษายน 2541**

เวลา 8.30 น. หลังรับประทานอาหารเช้า รถทุกคันต่างทยอยกันเคลื่อนที่ออกจากที่พักไปยังท่าเรือเชียงของ เพื่อรอข้ามแพขนานยนต์ไปเมืองห้วยทราย แขวงบ่อแก้ว ประเทศลาว เรา

ใช้เวลารอแพซึ่งมีอยู่ลำเดียวกว่าหนึ่งชั่วโมง แพขนานยนต์เที่ยวหนึ่งจุดยนต์ได้ไม่เกิน 10 คัน ดังนั้นจึงต้องใช้สองเที่ยวเพื่อลำเลียงรถของคณะทั้งหมด แพเหล่านี้ใช้สำหรับลำเลียงรถบรรทุกถ่านหินลิกไนต์จากลาว ส่งไปขายให้กับบริษัทปูนซีเมนต์ไทย และการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

แพขนานยนต์ใช้เวลาประมาณ 15 นาที วิ่งทวนน้ำทะเลแยงขึ้นไปยังท่าเรือห้วยทราย ที่นี่เจ้าหน้าที่ด่านตรวจคนเข้าเมืองของลาวค่อนข้างเข้มงวดกับรถยนต์ที่คณะนำเข้ามา จึงเสียเวลาตรวจหมายเลขเครื่องยนต์และเลขตัวถังรถกันนานหน่อย

การมาห้วยทรายเมื่อสิบปีก่อนนั้นยังเป็นเมืองเล็กๆ มีชาวบ้านนำสินค้าหนีภาษีมาขายแถวท่าเรืออยู่บ้าง แต่เดี๋ยวนี้ห้วยทรายทันสมัยขึ้นมากมีถนนคอนกรีตสภาพดีกว่าฝั่งเชียงของ มีรถยนต์วิ่งหลายคัน ดิกรามบ้านช่องก็โอโถง แคมยังมีไฟฟ้าใช้ ก็เป็นไฟฟ้าส่งข้ามแม่น้ำโขงมาจากฝั่งไทย โดยสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ เป็นผู้ทรงริเริ่มขอให้การไฟฟ้าส่วนภูมิภาคของไทยจ่ายกระแสไฟฟ้าให้กับเมืองห้วยทราย ก็นับว่าพระบารมีของพระองค์ท่านแผ่ไปยังเพื่อนบ้านของเราด้วย

จุดหมายปลายทางของคณะในวันนี้ก็คือ เมืองน้ำทา แขวงหลวงน้ำทา ซึ่งติดกับชายแดนจีนทางตอนใต้ ระยะทางจากห้วยทรายไปน้ำทาวราว 190 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 9 ชั่วโมง ลักษณะเส้นทางแบ่งออกเป็นสองช่วง คือ ช่วงแรกจาก

ห้วยทรายไปเวียงภูคา ระยะทาง 120 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมง สภาพถนนค่อนข้างกว้าง มีฝุ่นหนาสลับกับหินและลูกรังเป็นระยะๆ และขึ้นเขาสูงกว่า 1,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล ทราบว่าบริษัทเวียงภูคาลิกไนต์จำกัดของคนไทยไปขยايไว้เพื่อลำเลียงถ่านหินมาขายฝั่งไทย

วิทยุสื่อสารที่รถทุกคันจะต้องมี เริ่มเป็นประโยชน์ โดยรถหมายเลข 01 คำนำหน้าป้อนข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะเส้นทางให้กับรถที่ตามในขบวนตลอดเวลา ทำให้การเดินทางมีความปลอดภัยยิ่งขึ้น

เส้นทางช่วงนี้ ชาวบ้านตัดไม้เผาป่าเป็นระยะๆ เข้าใจว่าคงเตรียมทำไร่ปลูกผักกันในช่วงหน้าฝนที่กำลังจะมาถึง เห็นสภาพป่าไม้ถูกทำลายแล้วนึกเป็นห่วงว่า หากรัฐบาลลาวไม่เร่งแก้ไขปัญหานี้ อีกหน่อยจะคล้ายไทย จริงๆ แล้ว ป่าในลาวช่วงนี้นับว่ายังสมบูรณ์มาก มีพรรณไม้บางอย่างที่ไม่เคยพบเห็นในป่าตอนเหนือของเมืองไทย เช่น ปาล์มชนิดหนึ่งซึ่งลำต้นสูงและใบใหญ่มาก ขึ้นอยู่ตามสันตามสองข้างทาง

ขบวนคาราวานหยุดพักให้คณะทำธุระส่วนตัวที่สำนักงานของบริษัทเวียงภูคาลิกไนต์ ซึ่งตั้งอยู่กลางป่า ห่างจากตัวอำเภอเวียงภูคาสักเกือบ 5 กิโลเมตร หลังจากนั้นก็แวะไปเยี่ยมชมบริเวณเหมือง ซึ่งก็ไม่ต้องใช้เทคโนโลยีการผลิตอะไรกันมากมาย เพียงแค่ขุดเอาหน้าดินประมาณ 5-6 เมตรออก ก็สามารถตักเอาถ่านหินมาใช้ประโยชน์ได้

ระยะทางช่วงที่สอง จากเวียงภูคาไปน้ำทา ยาวประมาณ 70 กิโลเมตร ใช้เวลา 5 ชั่วโมง เส้นทางช่วงนี้ไม่ต้องขึ้นเขาสูง แต่ก็โหดเอาการ บางช่วงนอกจากจะแคบมากจนรถสวนกันไม่ได้แล้วยังเป็นโคลนเลน หรือต้องลงลำธารเพราะไม่มีสะพานข้าม จำเป็นต้องใช้เกียร์ขับเคลื่อนสี่ล้อโลว์กันหลายครั้ง นับว่าเป็นที่ถูกต้องใช้เกียร์ขับเคลื่อนสี่ล้อโลว์กันหลายครั้ง นับว่าเป็นที่ถูกต้องถูกอกถูกใจชาว 4 WD กันพอสมควร ความเร็วเฉลี่ยที่ทำได้ในช่วงนี้ไม่เกิน 20 กิโลเมตร/ชั่วโมง ระหว่างทางคณะแวะพักล้างหน้าล้างตาในลำธารหนึ่ง น้ำใสบริสุทธิ์เสียจนถ่ายรูปลูกออกมา มองไม่เห็นน้ำ เห็นแต่ดินทรายที่ท้องลำธาร

วันนี้เดินทางถึงที่พักเกือบสองทุ่ม ซ้ำกว่ากำหนดเดิมไปถึงสองชั่วโมง เป็นโรงแรมเล็กๆ สองชั้น ขนาด 30 ห้อง เป็นแห่งเดียวของเมืองนี้ สภาพโรงแรมไม่เลวจนเกินไปนัก ส่วนผม ได้กางเต็นท์นอนอยู่คนเดียวบนสนามหญ้าหน้าอาคารที่พัก เพราะอากาศข้างนอกบริสุทธิ์ และพระจันทร์ยังเต็มดวง

วันอาทิตย์ที่ 12 เมษายน 2541

เมืองหลวงน้ำทากกลางเดือนเมษายนมีหมอกลงหนาที่บดบังทัศนียภาพน้ำค้างจมนุ่ม แสดงว่าความชื้นในอากาศยังสูงอยู่ ซึ่งก็หมายความว่า ป่าไม้บนเทือกเขาแถบนี้ยังคงอุดมสมบูรณ์อยู่นั่นเองอากาศเย็นสดชื่นจนต้องคว้าเสื้อกันหนาวมาใส่

จุดหมายปลายทางของเราในวันนี้คือเมืองเชียงรุ่ง ประเทศจีน ระยะทางจากหลวงน้ำทาไปเชียงรุ่งประมาณ 220

กิโลเมตร ต้องขับรถกันอีกทั้งวันเช่นกัน แน่เมื่อเทียบกับการเดินทางวันแรกแล้วสบายกว่ามาก ทั้งนี้เพราะถนนในจีนลาดยางตลอด

ประมาณ 9.00 น. เศษ ขบวนคาราวานเริ่มออกเดินทางจากหลวงน้ำทามาถึงด่านบ่อหาน ชายแดนลาวจีน ระยะทาง 55 กิโลเมตร ก็เกือบ 11 โมง ขณะใช้เวลาขณะรอพิธีการตรวจสอปรดและคนที่จะออกจากเมืองด้วยการเดินเล่น และซื้อป๊อปปิ้งในบริเวณนั้น เห็นมีร้านเล็กๆ ชายของปลอดภาษีอยู่หลายร้าน สินค้าจำพวกเหล้า บุหรี่ ไวน์ ซ็อกโกแลต จากเมืองฝรั่ง รวมทั้งของใช้ประจำวันจำพวกสบู่ ผงซักฟอก และยาสีฟันจากไทยและจีนวางขาย

ติดกับที่ทำการด่านตรวจคนเข้าเมืองลาวไปทางฝั่งจีนมีลานโล่ง กว้างประมาณ 4-5 ไร่ เห็นผู้คนนำสินค้าการเกษตรบรรทุการถอีแต่นมาขายกันมาก ส่วนใหญ่ก็เป็นแดงโมลุกใหญ่เอากาฬ ส่วนราคาคิดเป็นเงินไทยก็เพียงลูกละ 5 บาท

ลานโล่งที่ว่านี้ เป็นพื้นที่ที่มีไซของจีนหรือลาว ซึ่งก็คงเป็นความตกลงระหว่างทั้งสองประเทศ ดังนั้นการค้าขายตรงนี่จึงเป็นอิสระ

ข้ามมาฝั่งจีน เห็นได้ชัดว่าด่านบ่อหานของจีนเจริญมาก มีตึกกรมบ้านช่องร้านรวงทันสมัยรถราวิ่งขวักไขว่ผู้คนแต่งกายดีหลายคนพกโทรศัพท์มือถือและนั่งรับประทานอาหารในภัตตาคาร ผมใช้เวลาขณะรอพิธีการตรวจคนเข้าเมือง ทำความรู

จักกับทีมไกด์ชาวพม่า และจีนที่ขับรถมาคอยรับ ณ ด่านบ่อหาน ไกด์สาวชาวไตลื้อเอวบางร่างน้อย หน้าตาทำทาน่ารักน่าเอ็นดู ทุ่งขึ้น และใส่เสื้อรัดรูปสีชมพูตามประเพณีของเขา

การเดินทางในจีนสะดวกสบายยิ่งขึ้น เพราะนอกจากถนนจะดีมาก แม้จะมีเพียงสองเลน เรายังมีตำรวจทางหลวงจีนนำขบวนอีกด้วย

การขับรถบนไฮเวย์ในจีนต้องระวังตกถนนให้ดีเพราะถนนของเขาไม่มีไหล่ถนนเหมือนบ้านเรา วิธีการก่อสร้างไฮเวย์แบบจีนก็คือก่ออิฐถือปูนสูงประมาณหนึ่งเมตรขึ้นมาเป็นขอบสองข้างถนน เทหินเทดินใส่เข้าไป แล้วลาดยางมะตอยทับ ถนนจึงกลายเป็นแห่งลอยอยู่เหนือพื้นดิน

เส้นทางจากชายแดนไปถึงเชียงรุ่งประมาณ 160 กิโลเมตร เป็นภูเขาสลับกับพื้นราบเป็นระยะๆ คนจีนแถวแคว้นสิบสองปันน่านี่ปลูกยางพารากันมาก บางแห่งใช้ภูเขาทั้งลูก นำเป็นท่วงระบบนิเวศอยู่เหมือนกัน ส่วนพืชล้มลุกก็ได้แก่ผักข้าว และแดงไม้ นับว่าอุดมสมบูรณ์ดี สมกับเป็นอยู่ข้าวอยู่น้ำของประเทศ ขณะแวะพักรับประทานอาหารกลางวันที่เมืองลาห่างจากชายแดนประมาณ 40 กิโลเมตร ก็บ่ายโมงกว่าเข้าไปแล้ว ดังนั้นกว่าจะถึงเชียงรุ่งก็เย็น

ผมและคณะเข้าพักที่โรงแรมไทเกอร์เด็น เรามีกำหนดการพักที่นี้สองคืน แต่จริงๆ แล้วมีเวลาทำความรู้จักกับเชียงรุ่งเพียงวันเดียว คือวันที่ 13 เมษายนเท่านั้น เพราะวันรุ่งขึ้นก็

ต้องตื่นแต่เช้าเดินทางต่อไปยังประเทศพม่า

ที่โรงแรมตอนเย็นวันนั้น ผมได้มีโอกาสสนทนาด้วยภาษาล้านนา กับบริกรชายคนหนึ่ง ถามชื่อแกว่าชื่ออย่างไร แกดตอบว่าชื่อ อั้ง แล้วก็ถามต่อว่า อั้งแปลว่านกชนิดหนึ่งคล้ายเหยี่ยวกินปลาใช่หรือไม่ เพราะในคำเมืองมีคำว่าอั้ง ซึ่งหมายถึงเหยี่ยวกินปลาในภาษากลาง สมัยผมเป็นเด็กยังเคยเห็นบินอยู่ตามชานเมืองเชียงใหม่ แต่เดี๋ยวนี้ไม่มีแล้ว แกว่าไม่ใช่ อั้งแปลว่านกยูง

วันจันทร์ที่ 13 เมษายน 2541

เมืองเชียงรุ่ง หรือเจียงฮังในภาษาไทยล้านนา หรือจิ่งหงในภาษาจีนซึ่งถือเป็นจุดสำคัญของการเดินทาง ตั้งอยู่บนสองฝั่งแม่ข่าดง เชียงรุ่งอาจนับได้ว่าเป็นเมืองหลวงแห่งแคว้นสิบสองปันนาของไตลื้อ อันเป็นส่วนหนึ่งของมณฑลยูนนาน ซึ่งมีคุนหมิงเป็นเมืองหลวง มณฑลยูนนานมีประชากรราว 60 ล้านคน พอก ๆ กับประเทศไทยทั้งประเทศ ส่วนสิบสองปันนานั้นประมาณการว่ามีชาวไตลื้ออยู่เกือบสองล้านคน

โปรแกรมแรกของเราในวันนั้นคือไปชมสวนสาธารณะโจวเอินไห่ลกลางเมืองเชียงรุ่ง โจวเอินไห่ล คืออดีตนายกรัฐมนตรีนครและอดีตรัฐมนตรีนครว่าการกระทรวงการต่างประเทศของจีน สมัยที่เหมา เจ๋อ ตง เป็นประธานประเทศ อยู่หน้าสวนสาธารณะมีรูปปั้นของลุงโจวเอินไต้ระหง่าน

ภายในสวนสาธารณะมีกรงนกยูงขนาดใหญ่ที่เปิดให้ประชาชนเข้าไปสัมผัสได้อย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ยังมีการแสดงพีชพรรณไม้ต่างๆ เจกเช่นสวนสาธารณะโดยทั่วไป และเนื่องจากวันนี้เป็นวันสงกรานต์ ซึ่งตามธรรมเนียมของชาวไตทุกหนแห่งถือเป็นวันขึ้นปีใหม่ สวนสาธารณะแห่งนี้จึงคลาคล่ำไปด้วยผู้คน ส่วนใหญ่เป็นหญิงชาวไตลื้อ ที่นิยมมาเช่าชุดเครื่องแต่งกายเป็นนกยูง ซึ่งทางสวนจัดไว้บริการ เพื่อถ่ายรูปเก็บไว้เป็นที่ระลึก

ผมมานึกถึงบทสนทนาจบกับพนักงานเสิร์ฟที่โรงแรมเมื่อคืนนี้ เจียงฮังก็คือ เมืองแห่งนกยูงนั่นเอง แสดงว่า ณ ดินแดนแห่งนี้ในอดีตต้องมีนกยูงอาศัยอยู่จำนวนมากเป็นแน่

ใกล้ๆ กับสวนสาธารณะมีวัดไตลื้อ พวกเรามีโอกาสเข้าไปทำบุญไหว้พระ หลวงพ่อท่านก็ให้ศีลให้พรเป็นภาษาบาลี สำเนียงไม่ผิดแผกแตกต่างไปจากพระในล้านนาเท่าใดนัก แต่ที่น่าสนใจก็คือ บริเวณกุฏิพระซึ่งมีลักษณะเป็นเรือนไม้ยาวขนาดสองชั้น มีชาวอาวูโซอยู่ 4-5 คน กำลังบรรเลงดนตรีด้วยฆ้อง กลองยาวและฉาบอยู่ ลักษณะเครื่องดนตรีเหมือนที่เชียงใหม่ไม่มีผิด แต่ท่วงทำนองการเล่นแตกต่างไปมาก ผมไม่เคยได้ยินทำนองเช่นนี้มาก่อน เสียดยที่ไม่มีเทปบันทึกเสียงไว้เนื่องจากฟังเพราะไปอีกแบบ

รูปร่างหน้าตาผิวพรรณของนักดนตรีไม่เหมือนคนจีนเลยแม้แต่น้อย แต่กลับไปเหมือนคนในชนบทที่บ้านผมเสีย

มากกว่า นี่ถ้าบอกว่าบ้านอยู่อำเภอสันป่าตอง หรือแมริม ตัวผมเองคงเชื่อสนิทใจ ในโอกาสขึ้นปีใหม่ที่จะมีในวันรุ่งขึ้น การฉลองสงกรานต์ของชาวไตลื้อที่นี่ มีสามวันเหมือนบ้านเรา คือตั้งแต่วันที่ 13-15 เมษายน วันแรกช่วงบ่ายจะมีการแข่งเรือยาวในแม่น้ำโขงกลางเมืองเชียงรุ่ง วันที่สองเป็นวันไปวัด และวันที่สามเพียงวันเดียวเท่านั้นที่มีการสาดน้ำ ของไทยเราคงสนุกกว่าเพราะสาดกันเป็นอาทิตย์

ประเพณีการแข่งขันเรือในแม่น้ำโขงดึงดูดผู้คนได้มาก หมู่บ้านใดส่งเรือเข้าแข่งขันก็จะมีกองเชียร์ตามมาเป็นร้อยเป็นพัน ทำให้ถนนในเมืองเชียงรุ่งซึ่งกว้างขวางแคบไปถนัด พวกเราหาที่ชมการแข่งขันเรือได้เหมาะ บริเวณท่าเรือขนาดมหึมาที่ทางรัฐบาลจีนสร้างไว้กลางเมืองเชียงรุ่ง เพื่อรองรับการขยายตัวของสี่เหลี่ยมเศรษฐกิจผ่านแม่น้ำโขง แต่ก็ชมได้ไม่นานเพราะอากาศร้อนเหลือทน พวกเราบางคนจึงเสนอแนะว่า ควรใช้เวลาช่วงบ่ายที่เหลือออกไปนอกเมือง เพื่อเยี่ยมชมหมู่บ้านชาวไตลื้อกันจะดีกว่า เพราะพรุ่งนี้เช้าตรู่ก็จะเดินทางต่อไปยังเชียงตุงประเทศพม่ากันแล้ว

นอกเมืองเชียงรุ่งไปไม่กี่ชั่วโมง ชุมชนชาวไตลื้อยังคงรักษาเอกลักษณ์ของตนไว้เป็นอย่างดี ตั้งแต่วิถีชีวิตประจำวัน เครื่องแต่งกาย ภาษาพูด และลักษณะที่อยู่อาศัย ผมมาติดใจรูปทรงบ้านชาวไตลื้อเป็นที่สุด เพราะไม่เคยเห็นที่ไหนมาก่อน ลักษณะเป็นบ้านไม้สองชั้น ใต้ถุนโล่งคล้ายๆ กับบ้านชาวล้าน

นาในชนบททั่วไป แต่ที่ผิดแปลกไปก็คือหลังคาและเสาบ้าน

หลังคาทำด้วยกระเบื้องดินขอ มีสองชั้น ชั้นบนทรงสูงใช้คลุมตัวบ้านทั้งหมด และชั้นล่างลักษณะคล้ายกันสาดสำหรับกันฝนให้ตัวบ้านชั้นล่าง แต่กลับยื่นสอดเข้าไปใต้หลังคาชั้นบน ดังนั้นขอบเขตของหลังคาจึงกว้างมาก เรียกว่าคลุมตัวบ้านเกือบมิดดูจากที่ไกลมองตัวบ้านแทบไม่เห็นเห็นแต่หลังคาเข้าใจว่าคงใช้กันลมในหน้าหนาวได้เป็นอย่างดี

ส่วนเสาบ้านนั้นเขาไม่ขุดหลุมฝังอย่างบ้านเรา แต่ใช้หินแบนๆ ก้อนขนาดเขื่องรองไว้ที่ตีนเสา ซึ่งดูเหมือนว่าไม่น่าจะมั่นคงแข็งแรง แต่เท่าที่คะเนดู บ้านที่พวกเราเข้าไปเยี่ยมชมอายุไม่น่าจะต่ำกว่า 50 ปี

ความรู้อีกอย่างที่ว่า “อี” อันเป็นสรรพนามใช้เรียกผู้หญิงในภาษาไตลื้อ ซึ่งก็เป็นคำเดียวกับคำว่า “อี” ในภาษาไทยล้านนา หรือ “อี” ในภาษาไทยกลางนั้น ในภาษาไตลื้อไม่ถือว่าเป็นคำไม่สุภาพแต่อย่างใด เพราะฉะนั้น เมื่อถามว่าผู้หญิงคนนั้นชื่ออะไรแล้ว ก็จะมีอีนำหน้าอยู่เสมอ ไม่ว่าจะอายุมากน้อยเพียงใด

อาหารเย็นที่ภัตตาคารวันนี้จัดไว้บริการนักท่องเที่ยวรูปแบบการบริการคล้ายๆ กับชั้นโถกดินเนอร์ที่เชียงใหม่ คือกินไปดูการแสดงพื้นเมืองไทย แต่อาหารที่ร้านนี้ไม่น่าจะเป็นแบบฉบับของชาวไตลื้ออย่างแท้จริง เพราะไม่มีชนิดใดที่คล้ายกันกับอาหารเมืองเหนือของเราเลย น่าเสียดายอยู่เหมือนกัน

ที่มาถึงที่นี่แล้วไม่มีโอกาสลิ้มรสอาหารไต้ลื้อ

หลังอาหารและการแสดง ปรากฏว่าเหล่าสาว ๆ นางรำ นักแสดงทั้งหลายก็แยกย้ายไปตามโต๊ะอาหารต่าง ๆ แล้วก็แปรสภาพเป็นหมอนวดแผนโบราณ นวดแขน นวดหลังอยู่พักใหญ่ โดยคิดค่าตอบแทน 20 หยวน ก็คงประมาณ 100 บาท ค่ะเนตุ แล้วก็นับว่าเป็นรายได้ดีทีเดียว เพราะนางรำคนหนึ่งใช้เวลาไม่ถึงชั่วโมง นวดแขกได้ไม่ต่ำกว่า 5 คน

วันอังคารที่ 14 เมษายน 2541

พวกเราออกเดินทางจากเซียงรุ่งด้วยความเสียดายเพราะมีเวลาไม่พอที่จะทำความรู้จักมากกว่านี้

ลักษณะเส้นทางจากเซียงรุ่งไปต้าล่อ เมืองชายแดนของจีนติดกับเมืองหล้าของพม่าราว ๆ 180 กิโลเมตร คล้าย ๆ กับจากบ่อหาน ชายแดนลาวจีนมายังเซียงรุ่ง คือเป็นภูเขาสลับกับที่ราบ มีเมืองเล็กเมืองน้อยไปตลอดทาง มีอยู่เมืองหนึ่งชื่อเมืองฮาย ห่างจากเซียงรุ่งไปประมาณ 50 กิโลเมตร เข้าใจว่าเป็นคำเดียวกับ “เจียงฮาย” หรือเชียงรายของไทยเรา

ใช้เวลาขับรถจากเซียงรุ่งไม่ถึงสามชั่วโมงดี ขบวนคาราวานก็มาถึงด่านต้าล่อซึ่งต้องผ่านพิธีการตรวจคนออกจากเมืองตามธรรมเนียม แต่ก็ใช้เวลาไม่นานนักก็ข้ามพรมแดนมายังเมืองหล้าของพม่าจากชายแดนเราสามารถมองเห็นสัญลักษณ์ของศาสนาพุทธได้แต่ไกล นั่นคือเจดีย์ขนาดใหญ่สีทองอร่าม

ตั้งตระหง่านอยู่บนยอดเขา แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของศาสนาสำหรับชาวพม่า

เศรษฐกิจเมืองหล้านับว่าใช้ได้ สำหรับเมืองเล็กๆ ชายแดนอย่างนี้ที่หาบนแผนที่ยังไม่เจอ ก่อนเข้าเมืองมีถนนคอนกรีตขนาดสี่เลน แม้จะไม่ค่อยมีรถราวิ่งนัก ในตัวเมืองก็มีตึกอยู่หลายหลัง ร้านขายของเครื่องใช้อุปโภคบริโภคประจำวันมีอยู่หลายแห่ง และก็เปิดกิจการกันตามปกติแม้จะเป็นวันสงกรานต์

ชาวเมืองหล้าเล่นสาดน้ำกันประปราย แต่ส่วนใหญ่จะเป็นเด็กเสียมากกว่า รวมทั้งเด็กรองค์น้อยๆ ที่ชอบยืนฉีดย้ำอยู่ข้างถนน นานๆ จะเห็นรถปิกอัพบรรทุกผู้ใหญ่พร้อมถังใส่น้ำผ่านมาสักคัน บรรยากาศการเล่นสงกรานต์ไม่สนุกเหมือนบ้านเรา

ลักษณะทางสถาปัตยกรรมของวัดและบ้าน แสดงเอกลักษณ์ของชาวไตใหญ่ได้เป็นอย่างดี สังเกตได้จากรูปลักษณะของหลังคา หากเป็นวัด หลังคา也会有หลายชั้นคล้ายฉัตร โครที่สนใจไปดูได้ที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ถ้าเป็นบ้าน หลังคา ก็จะมีชั้นเดียว อันนี้แตกต่างจากรูปลักษณะของหลังคาของชาวไตลื้อที่เซียงรุ่ง

ผมถือโอกาสแบ่งอาหารแห้งที่ติดรถมาไปถวายพระที่วัดแห่งหนึ่งซึ่งป้ายชื่อวัดมีทั้งภาษาพม่าภาษาไทยและภาษาจีนด้วยความประหลาดใจ ทั้งพระทั้งเณรและศิษย์วัด เกือบสิบคน กำลังดูรายการทีวีช่อง 7 สี จากบ้านเรากันอย่างตั้งอกตั้งใจ

เรียกกันอยู่นานถึงจะยอมขานรับ

กว่าพวกเราจะออกเดินทางจากเมืองหล้าได้กับพายสอง  
โมงกว่าเข้าไปแล้ว

ระยะทางจากเมืองหล้าไปเชียงตุงประมาณ 80 กิโลเมตร  
เป็นภูเขาสูงไปโดยตลอด วิวถนนเป็นลูกรังสลับกับฝุ่นขนาด  
กว้างพอที่จะให้รถบรรทุกใหญ่สวนกันได้สบาย แต่ก็มีโค้งแคบๆ  
อยู่มาก เหมือนกับทางบนเขาโดยทั่วไป หลายช่วงมีลักษณะอย่าง  
ที่เรียกกันว่า “กิวหลังหมา” คือถนนอยู่บนสันเขาแคบๆ สอง  
ข้างถนนเป็นไหล่เขาสูง การขับรถต้องใช้ความระมัดระวังเป็น  
พิเศษ หากพลาดพลั้งตกลงไปแล้วเป็นเรื่องใหญ่ทีเดียว

ขบวนคาราวานมาถึงเชียงตุงก็หกลมโหมงเย็น จะไปเที่ยวดู  
อะไรก็ได้ไม่มากนัก นอกจากขับรถวนไปมาอยู่ในเมือง ที่พักของ  
คณะคีนีคือโรงแรมสามยอด ที่จริงน่าจะเรียกว่าเกสท์เฮ้าส์หรือ  
บังกาโลมากกว่า เจ้าของโรงแรมและพนักงานที่นี่ “อู้กำเมือง”  
กับพวกเราได้อย่างสบาย เลยชวนให้เข้าใจว่าภาษาไตใหญ่ใกล้  
เคียงกับคำเมืองมากกว่าภาษาไตลื้อที่สิบสองปันนา

วันพุธที่ 15 เมษายน 2541

เช้าตรู่ของวันสุดท้ายในการเดินทาง ผมปลุกนาฬิกาตื่น  
ตั้งแต่ตีห้าเพื่อใช้เวลาที่เหลืออยู่น้อยนิดนี้ทำความรู้จักกับเมือง  
เชียงตุงให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งก็คงไม่มีอะไรดีไปกว่าขับ  
รถไปเที่ยวตลาดเช้ากลางเมือง และเยี่ยมชมวัดรวมทั้งสถานที่

สำคัญอื่นๆ

ตลาดเช้าที่นี้ยังมีความเป็นชนบทให้เห็นอยู่มาก แม้คำ  
พ่อคำ ส่วนใหญ่ยังหาบกระบุงใส่ของมาวางขายแบบแบกกับดิน  
ในลานโล่งกันอยู่ ไม่ได้เปิดเป็นร้าน หรือจัดเป็นช่องอย่างตลาด  
สดที่บ้านเรา บรรยากาศในตลาดคึกคัก มีผู้คนมาจับจ่ายซื้อ  
ข้าวซื้อของกันมาก ข้าวปลาอาหารอุดมสมบูรณ์ แม้แต่ทุเรียน  
จากเมืองไทยก็ยังมีขาย และส่วนราคาก็สอดคล้องกับสภาพ  
เศรษฐกิจของคนที่นี่ นอกจากนี้เช่นเดียวกับที่ประเทศลาว ที่นี่  
เงินบาทของไทยยังพอมีอิทธิพลหลงเหลืออยู่ไม่น้อย

อุโบสถวัดหลวงที่มีลักษณะเฉพาะอย่างหนึ่งคือ ตั้งอยู่  
กลางสี่แยกใจกลางเมืองเชียงตุงเลยทีเดียว นอกจากนี้ยังทำ  
หน้าที่เป็นวงเวียนให้รถยนต์ที่ผ่านมาละแวกนั้นจะต้องวิ่งอ้อม  
พูดถึงสถาปัตยกรรมก็เป็นแบบไทยใหญ่โดยแท้ คือมีหลังคา  
เป็นชั้นๆ ที่น่าสนใจคือเชิงชายทำด้วยโลหะแบบฉลุลายดูแล้ว  
แปลกตาดี

ไม่ไกลจากวงเวียนวัดหลวง เป็นคุ่มเก่าของเจ้าผู้ครอง  
นครเชียงตุงที่ถูกรัฐบาลพม่ายึดไปเมื่อกว่าสี่สิบปีที่แล้ว เดิมนี่  
กลายเป็นโรงแรมทันสมัย ส่วนเชื้อสายเจ้าเชียงตุงเท่าที่ทราบ  
ก็อพยพลี้ภัยไปอยู่ต่างประเทศ รวมทั้งประเทศไทยทั้งหมด

กว่าขบวนคาราวานของพวกเราจะพร้อมออกเดินทาง  
กลับเมืองไทยก็เข้าไปเกือบสิบโมงเช้าแล้ว เราได้รับข้อมูลจาก  
ไกด์ชาวพม่าว่า เส้นทางช่วงแรกจากเชียงตุงไปถึงเมืองพะเยาค

ประมาณ 85 กิโลเมตรนั้นลำบากมาก เพราะนอกจากทางแคบ ขึ้นเขาสูงแล้ว ก็ยังอยู่ในระหว่างการก่อสร้างอีกหลายช่วงจะต้องจอดรถรอแบ็คโฮที่คนไทยชอบเรียกว่า แม็คโคร ขนถ่ายดินให้แล้วเสร็จเสียก่อน

ระยะทาง 85 กิโลเมตร ใช้เวลาเกือบ 5 ชั่วโมง กว่าที่เราจะถึงเมืองพระยาเพื่อรับประทานอาหารมื้อกลางวันก็บ่ายสามโมงแล้ว และเป็นมื้อกลางวันที่รีบเร่งมากเป็นพิเศษ เพราะยังเหลือระยะทางจากพระยามาถึงด่านท่าซี้เหล็กฝั่งตรงข้ามอำเภอแม่สายของเราอีก 80 กิโลเมตร และคณะจะต้องถึงด่านก่อนหกโมงเย็น มิฉะนั้นด่านนี้จะปิดทำการ ซึ่งหมายความว่าต้องค้างเต็งอยู่ในฝั่งพม่าอีกหนึ่งคืน ดังนั้นการขับรถในช่วงนี้ซึ่งถนนส่วนใหญ่เป็นลูกรังค่อนข้างกว้าง และอยู่บนพื้นราบพวกเราจึงกดคันเร่งกันสุดๆ เท่าที่กำลังเครื่องยนต์จะไปได้ และก็มาทันเวลาพอดี

ที่ด่านแม่สาย ผมได้รำลาเพื่อนๆ ที่ร่วมผจญภัยด้วยกันมาเป็นเวลา 4 คืน 5 วัน เกือบ 1,000 กิโลเมตร เพื่อเดินทางต่อเข้าเชียงใหม่ ส่วนที่เหลือตกลงพักกันที่เชียงใหม่อีกหนึ่งคืน รถทุกคันและและสมาชิกทุกคนอยู่ในสภาพอิดโรย แต่ก็กลับมาถึงบ้านเราโดยสวัสดิภาพ



# เศรษฐกิจ

จอร์จ ไชรอส : พ่อมดเงินตรา

□ □ □ □ □ □ □ □

ประภัสสร เสวิกุล

ช

อของจอร์จ ไชรอส เป็นที่กล่าวขานกันอย่างกว้างขวางในระยะเวลา 2-3 ปีที่ผ่านมา และเป็นผู้ที่ถูกกล่าวหาว่าทำให้เศรษฐกิจของเอเชียโดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มประเทศอาเซียนที่กำลังรุ่งโรจน์พังทลายลงอย่างราบคาบ คำตามที่ติดตามมาก็คือ จอร์จ ไชรอสเป็นใคร มีประวัติความเป็นมาอย่างไร และมีอิทธิฤทธิ์สมกับฉายาที่ว่า พ่อมดเงินตราจริงหรือไม่

จอร์จ โซรอส เป็นคนยิว เกิดในฮังการี หลังจากผ่านชีวิตลำบากในวัยเด็กซึ่งเป็นช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 และชาวยิวในยุโรปถูกกองทัพนาซีกวาดล้างอย่างขนานใหญ่มาได้ เขาก็ตัดสินใจเดินทางออกจากฮังการีไปแสวงโชคในประเทศอังกฤษ และดิ้นรนทำงานเลี้ยงชีพด้วยการเป็นพนักงานเสิร์ฟในภัตตาคาร เป็นคนงานในฟาร์ม ช่างทาสี และงานเล็กๆ น้อยๆ อีกหลายอย่าง ที่นั่นเขาได้สมัครเรียนต่อใน London School of Economic (LSE) กล่าวกันว่า บุคคลที่มีอิทธิพลต่อความคิดของโซรอสเป็นอย่างมาก ได้แก่ คาร์ล ป็อบเปอร์ ซึ่งเขียนหนังสือ ชื่อ "The Open Society and Its Enemies" ที่พูดถึงสังคมมนุษย์สองแนวทาง คือ สังคมปิด และ สังคมเปิด-สังคมปิด เป็นสังคมที่มนุษย์ถูกบีบบังคับให้มีความเชื่อไปในทิศทางเดียวกัน แต่ในสังคมเปิด มนุษย์จะมีอิสระภาพทางความคิด และแก้ไขข้อขัดแย้งต่างๆ ด้วยการประนีประนอม

หลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจาก LSE โซรอส ได้ทำงานเป็นพนักงานขายสินค้า และต่อมา ได้เป็นค้ำหุ้นในบริษัทซิงเกอร์ แอนด์ ฟรีดแลนเดอร์ ซึ่งแม้จะไม่ประสบความสำเร็จมากนัก แต่ก็ทำให้เรียนรู้เรื่องของการซื้อ-ขายหุ้น และการดำเนินธุรกิจในด้านนี้เป็นอย่างดี

จุดเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญของโซรอสมาถึงเมื่อเขาออกเดินทางจากลอนดอนไปสู่นิววยอร์ก และเริ่มงานในตำแหน่งนักค้าหลักทรัพย์ และก้าวขึ้นมาเป็นนักวิเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญ

ตลาดหลักทรัพย์ในยุโรป ซึ่งในช่วงทศวรรษ 1950 ตลาดหลักทรัพย์ในอเมริกา และยุโรปแทบจะไม่มี การติดต่อสัมพันธ์กัน แต่ก็ยังเป็นช่องทางของโซรอสในการสร้างความยิ่งใหญ่ให้แก่ตัวเขาเอง

ในปี 1959 จอร์จ โซรอส ได้ย้ายไปทำงานกับบริษัทเวิร์ทไฮม์ แอนด์ โก ซึ่งเป็นบริษัทอเมริกันยิวที่ทำการซื้อขายหลักทรัพย์ในต่างประเทศ ความล้มเหลวครั้งหนึ่งของเขาได้แก่ การแนะนำให้บริษัทหลักทรัพย์ในอเมริกันลงทุนในการซื้อหุ้นของบริษัทประกันภัยของเยอรมันบริษัทหนึ่งซึ่งประสบปัญหาทางการเงิน ซึ่งปรากฏว่า คำแนะนำของเขาถูกต้อง ราคาหุ้นของบริษัทดังกล่าวเพิ่มสูงขึ้นถึงสามเท่า

โซรอสเข้าทำงานที่บริษัทด้านหลักทรัพย์ต่างประเทศของอเมริกาชื่อ อาร์นโฮลด์ แอนด์ เอส เบลคชโรเดอร์ ในปี 1963 ในตำแหน่งนักวิเคราะห์ และได้เลื่อนขั้นเป็นผู้อำนวยการฝ่ายวิจัยในอีก 4 ปีต่อมา

ในปีเดียวกันนี้ โซรอสได้ชักจูงให้ผู้บริหารของอาร์นโฮลด์ แอนด์ เอส เบลคชโรเดอร์ เห็นดีด้วยในการจัดตั้งกองทุนต่างประเทศขึ้น มีชื่อเรียกว่า เฟิร์สต์ อีเกิ้ล ฟันด์ หรือ ลอง ฟันด์ (long fund) ซึ่งลูกค้าสามารถเลือกถือหุ้นการลงทุนในปริมาณมากกว่าที่มีการลงทุนซื้อขายในขณะหนึ่งด้วยความหวังว่าราคาหุ้นจะสูงขึ้น หรือทำกำไรในอนาคต และถัดมาอีก 2 ปี เขาก็ได้ชักจูงให้มีการจัดตั้งกองทุนดับเบิล อีเกิ้ล ฟันด์ หรือ กองทุนป้องกัน

ความเสี่ยง (hedge fund) โดยสามารถใช้หุ้นและพันธบัตรเป็นหลักประกันการกู้ยืมในการซื้อหุ้น พันธบัตร และเงินตราต่างประเทศ โดยไชรอสลงทุนเป็นประเดิมด้วยเงินจำนวน 250,000 ดอลลาร์ และในเวลาเพียงไม่นานก็สามารถระดมทุนได้เป็นจำนวนถึงหกล้านดอลลาร์

กองทุนป้องกันความเสี่ยงริเริ่มขึ้นโดยอเล็กซานเดอร์ วินโลว์ โจนส์ เมื่อปี 1949 จากการเฝ้าสังเกตความเคลื่อนไหวของเศรษฐกิจโลกซึ่งมีความขึ้น-ลง ไม่เท่ากัน และแสวงหาสัดส่วนที่เหมาะสมสำหรับการลงทุนขึ้นมา อย่างไรก็ตาม ไชรอสได้ชื่อว่าเป็นผู้พัฒนากองทุนป้องกันความเสี่ยงให้มีความคล่องตัวและทำผลกำไรอย่างสูง รวมทั้งการเพิ่มมาตรการให้เกิดความมั่นคงแก่เงินที่ลงทุนมากขึ้น

จอร์จ ไชรอส ยังได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของเงินทุนอสังหาริมทรัพย์ (Real estate investment trust : REIT) ว่าเป็นดัชนีทางการลงทุนที่ควรจับตามอง วัฏจักรของ REIT จะเริ่มต้นด้วยภาวะขยายตัว-ขยายตัวเกินตัว-และล่มสลาย

ในปี 1970 ไชรอส ได้ร่วมมือกับจิมมี โรเจอร์ส ผู้เชี่ยวชาญเรื่องหุ้น และได้ชื่อว่าเป็นทีมนักลงทุนที่ดีที่สุดของตลาดหุ้น โดยในครั้งแรกบริษัทของคนทั้งสองมีพนักงานเพียง 2 คน คือ ไชรอส กับ โรเจอร์ส และเลขานุการอีกหนึ่งคน ในปี 1971 กองทุนของไชรอส กับ โรเจอร์ส มีมูลค่าสูง 12.5 ล้านดอลลาร์ จะเพิ่มขึ้นเป็น 20.1 ล้านดอลลาร์ ถึงสิ้นปี 1980 มีมูลค่าถึง 381

ล้านดอลลาร์ หรือมีอัตราความเจริญเติบโต 3,365%

ไชรอสและโรเจอร์ส ทำการเลือกสรรหุ้นอย่างชาญฉลาด เช่นในปี 1972 มีรายงานลับของกระทรวงพาณิชย์ฉบับหนึ่งระบุว่าอเมริกาต้องพึ่งพิงทรัพยากรพลังงานต่างประเทศมากขึ้น ดังนั้นกองทุนไชรอสจึงเข้าซื้อหุ้นในบริษัทขุดเจาะน้ำมัน บริษัทผู้ผลิตอุปกรณ์ในการขุดเจาะ และบริษัทถ่านหิน หนึ่งปีต่อมา คือปี 1973 เกิดวิกฤติการณ์น้ำมันจากปัญหาสงครามยิว-อาหรับ ทำให้มีการคว่ำบาตรกลุ่มประเทศอาหรับ และส่งผลให้หุ้นกลุ่มพลังงานทะยานขึ้นทันที นอกจากนี้ ในปี 1972 ไชรอสและโรเจอร์ส ยังได้คาดการณ์ว่าจะเกิดวิกฤติการณ์ด้านอาหาร และหลังจากซื้อหุ้นในกลุ่มผู้ผลิตปุ๋ย อุปกรณ์การเกษตรและบริษัทแปรรูปธัญพืช ปรากฏว่ากองทุนของพวกเขามีกำไรจากการลงทุนดังกล่าวอย่างน่าประทับใจทีเดียว

ในช่วงเดียวกันนี้เอง ไชรอสและโรเจอร์ส เล็งเห็นว่าอุตสาหกรรมการป้องกันของสหรัฐ เป็นแหล่งลงทุนที่สามารถให้ผลกำไรอย่างมหาศาลอีกแห่งหนึ่ง

ในเดือนตุลาคม ปี 1973 อิสราเอลถูกกองกำลังอียิปต์ และซีเรียจู่โจมแบบสายฟ้าแลบในช่วงแรกๆ อิสราเอลเป็นฝ่ายตั้งรับ และต้องสูญเสียกำลังพล เครื่องบินและรถถังจำนวนมาก สถานการณ์บ่งชี้ว่าเทคโนโลยีของอิสราเอลล้ำสมัยซึ่งทำให้ไชรอสเห็นว่าเทคโนโลยีการทหารของสหรัฐฯ ก็ล้ำสมัยเช่นกัน เพราะอาวุธยุทโธปกรณ์ของอิสราเอลส่วนใหญ่มาจากสหรัฐฯ ด้วยเหตุนี้

เขาจึงมั่นใจว่า กระบวนการใหม่จะต้องทุ่มงบประมาณจำนวนมาก เพื่อปรับปรุงเทคโนโลยีการทหารของตน

ดังนั้น ในต้นปี 1975 กองทุนโซรอส จึงเริ่มลงทุนในบริษัทที่ผลิตอุปกรณ์สงครามอิเล็กทรอนิกส์ ความสูญเสียของกองทัพอากาศอิสราเอล ในสงคราม ยมคิปปูร์ส่วนใหญ่เป็นเพราะขาดมาตรการในการตอบโต้ การโจมตีด้วยระบบอิเล็กทรอนิกส์ที่ทันสมัยสำหรับการต่อกรกับอาวุธยุทธภัณฑ์ที่กลุ่มอาหรับซื้อจากสหภาพโซเวียต โซรอสและโรเจอร์ส สังเกตเห็นข้อเท็จจริงนี้ นอกจากนี้ พวกเขา ยังสังเกตเห็นว่า สมรรถุสมบัติใหม่กำลังเปลี่ยนแปลงอย่างหนัก อุปกรณ์ปืนใหญ่รุ่นใหม่ล่าสุด ใช้เทคโนโลยีที่กำลังเป็นที่นิยมอยู่ในปัจจุบัน นั่นคือ ปืนใหญ่นำวิถีด้วยเลเซอร์และเซ็นเซอร์ และ “สมาร์ท บอมบ์” ซึ่งเป็นสิ่งที่โซรอสและโรเจอร์สคิดไว้และเป็นไปตามการคาดหมายของพวกเขา ส่งผลให้กองทุนมีรายได้อย่างมหาศาล

ในปี 1973 โซรอส และโรเจอร์ส ได้จัดตั้งกองทุน Soros Fund Management (SFM) ขึ้น ในนิวยอร์กซึ่งเปลี่ยนชื่อเป็นควันตัม ฟันด์ ในปี 1979 เพื่อเป็นเกียรติแก่ไฮเซนเบิร์ก ผู้ตั้งกฎเกี่ยวกับความไม่แน่นอนในด้านกลศาสตร์เกี่ยวกับระบบอะตอมและนิวเคลียสซึ่งตรงกับ แนวคิดของโซรอสเกี่ยวกับตลาดหุ้นว่าอยู่ในภาวะที่ไม่แน่นอนมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

อย่างไรก็ตามความสำเร็จได้นำความเดือดร้อนมาสู่โซรอส โดยในช่วงปลายทศวรรษ 1970 เขาถูกกล่าวหาว่าปั่นหุ้น

บริษัทคอมพิวเตอร์แห่งหนึ่ง ซึ่งโซรอสมิได้ยอมรับหรือตอบโต้ข้อกล่าวหาแต่อย่างใด

เมื่อถึงสิ้นปี 1980 หรือ 10 ปี หลังจากการก่อตั้งกองทุนมูลค่าของกองทุนเพิ่มขึ้นเป็น 391 ล้านดอลลาร์ แต่ก็เป็นการสิ้นสุดของความสัมพันธ์ระหว่างโซรอส กับโรเจอร์ส ซึ่งเริ่มสั่นคลอนมาตั้งแต่ตอนที่กองทุนถูกกล่าวหาว่าปั่นหุ้น จอร์จ โซรอส ได้หาคนมาแทนที่โรเจอร์สได้ในปี 1982 คือ จิม มาร์เกวซ ผู้ดูแลกองทุนรวม ไอดีเอส โปรเกรสซีฟ ฟันด์ทั้งคู่ไปกันได้ด้วยดี และทำให้มูลค่าของกองทุนควันตัมเพิ่มขึ้นเป็น 1.5 พันล้านดอลลาร์ ในปี 1986

ผลงานที่ทำให้โซรอสมีชื่อเสียงก้องโลกในฐานะนักเก็งกำไรมือหนึ่ง ได้แก่ การคาดเดาสถานการณ์เงินปอนด์ของอังกฤษในปี 1992 ซึ่งเริ่มจากการที่อังกฤษลงนามในสนธิสัญญามาสตริชท์ อันมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างระบบเงินตราและเศรษฐกิจยุโรปสกุลเดียว โดยมีการกำหนดกลไกอัตราแลกเปลี่ยนหรือ REM ขึ้น เพื่อควบคุมอัตราแลกเปลี่ยนและนำไปสู่การสร้างระบบเงินสกุลเดียวของยุโรปต่อไป แต่โซรอสทำนายว่า REM ไม่อาจดำเนินการได้โดยสะดวก ตราปอนด์ที่อัตราแลกเปลี่ยนยังมีความแตกต่างและเงินบางสกุลมีความแข็งเกินความเป็นจริง โซรอสมองเห็นว่า อังกฤษจะต้องลดอัตราดอกเบี้ยลง ซึ่งจะทำให้เงินปอนด์อ่อนตัวลงไปด้วย

แม้ว่านายกรัฐมนตรีจอห์น เมเจอร์ และรัฐมนตรีคลัง

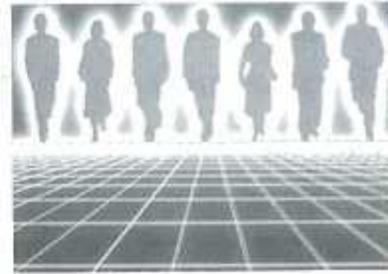
นอร์มัน ลามอนต์ จะยื่นกรานไม่ถอนตัวจาก ERM หรือลดค่าเงินปอนด์รวมทั้งลดอัตราดอกเบี้ยตามที่มีเสียงเรียกร้องแต่จอร์จ โซรอส ก็มั่นใจว่าอังกฤษจะไปไม่รอด โซรอส เทขายเงินปอนด์ประมาณ 7 พันล้านดอลลาร์ และหันมาถือเงินมาร์กเยอรมันประมาณ 6 พันล้านดอลลาร์ ขณะเดียวกันก็มาลงทุนซื้อหุ้นในตลาดอังกฤษไว้ 500 ล้านดอลลาร์ โดยเชื่อว่าหุ้นจะถีบตัวขึ้นหลังจากมีการลดค่าเงิน นอกจากนี้ยังซื้อพันธบัตรเยอรมันและฝรั่งเศสไว้อีกจำนวนหนึ่ง และในเที่ยงวันพุธที่ 15 กันยายน 1992 ซึ่งเรียกกันภายหลังว่าวันพุธมหิพ ธนาคารกลางอังกฤษได้เข้าแทรกแซงตลาดการเงินอย่างสุดตัวเพื่อพยุงค่าเงินปอนด์โดยใช้เงินสำรองอัตราแลกเปลี่ยนถึง 15,000 ล้านปอนด์หรือประมาณ 26,900 ล้านดอลลาร์ จากที่มีอยู่ทั้งหมด 44,000 ล้านปอนด์ หรือ 78,800 ล้านดอลลาร์ เหตุการณ์วันพุธมหิพทำกำไรให้โซรอสเกือบ 2 พันล้านดอลลาร์ คือ 1 พันล้านจากค่าเงินปอนด์และอีก 1 พันล้านจากวิกฤติการณ์ค่าเงินในอิตาลี สวีเดน และตลาดหุ้นญี่ปุ่นซึ่งได้รับผลกระทบจากอังกฤษและ ERM ว่ากันว่าอังกฤษใช้เงินไปในการปกป้องค่าเงินปอนด์ในครั้งนี้นั้นมากกว่าที่ใช้สงครามอ่าวเปอร์เซียและผู้ชนะมีเพียงจอร์จ โซรอส เพียงผู้เดียว

จอร์จ โซรอส ถูกเชื่อมโยงกับเหตุการณ์ทางเศรษฐกิจหลายๆ กรณีทั้งในอเมริกา ลาตินอเมริกา แอฟริกา ยุโรป และเอเชีย สำหรับอาเซียนนั้น ความเฟื่องฟูของเศรษฐกิจในอาเซียนเมื่อ 4-5 ปีก่อน ส่งกลิ่นหอมหวานให้โซรอสและบรรดานัก

เก็งกำไรต่างๆ จับตามอง เนื่องจากค่าเงินของประเทศต่างๆ ในกลุ่มนี้ ถูกกดให้ต่ำกว่าความเป็นจริงเพื่อสนับสนุนการส่งออก ขณะเดียวกันก็มีจุดอ่อนหลายประการในระบบโครงสร้างและนโยบายการเงิน เงินบาทของไทยเป็นที่รู้กันว่าสูงเกินความเป็นจริงมานานแล้ว แต่ยังคงรักษาอัตราแลกเปลี่ยนไว้ที่ประมาณ 25 บาทต่อ 1 ดอลลาร์ และสิ่งที่ติดตามมากก็คือขีดความสามารถในการส่งออกลดลง การขาดดุลบัญชีเดินสะพัดและปัญหาหนี้เสียหนี้สูญของสถาบันการเงิน การไม่ยอมรับความจริงและการไม่แก้ไขปัญหานั้นพื้นฐานของความเป็นจริง ทำให้ธนาคารชาติของไทย มาเลเซีย ฟิลิปปินส์ และอินโดนีเซีย ทุ่มเงินสำรองหลายพันล้านดอลลาร์เข้าไปพยุงค่าเงินของตนในตลาดโลก ซึ่งเป็นปฏิบัติการที่ผิดพลาดอย่างมหันต์ อย่างไรก็ตาม จอร์จ โซรอส ได้ยืนยันว่า ตนเองไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการขายเงินริงกิตและเงินบาท ในช่วงเวลาก่อนเกิดวิกฤติการณ์ แต่ก็ยอมรับว่ากองทุนของเขาได้กำไรจากการค้าเงินบาทภายหลังเกิดวิกฤติการณ์แล้ว ในวงเงินประมาณ 10 ล้านดอลลาร์ ไม่ใช่ 4,000 ล้านดอลลาร์ อย่างที่รำลือกัน

แม้ว่าจะถูกประนามว่าเป็นนักฉวยโอกาส โจรสลัด และหัวขโมยระดับโลก จอร์จ โซรอส เคยกล่าวไว้ว่า ตลาดเงินมีข้อบกพร่อง เกิดภาวะไร้เสถียรภาพขึ้นได้ตลอดเวลา โซรอสสามารถจับกระแสความเปลี่ยนแปลงได้รวดเร็วกว่าใคร การเข้าเก็งกำไรจึงเป็นเหมือนการส่งสัญญาณเตือนภัย แล้วทำไมผู้ส่ง

สัญญาจนถึงต้องถูกลงโทษ ขณะเดียวกันเมื่อถูกโจมตีว่าได้รับผลประโยชน์จากการโจมตีระบบเศรษฐกิจเสรีมาโดยตลอด ไชรอสตอบโต้ข้อกล่าวหาที่ว่า “การที่ผมทำเงินได้มาก คือ ข้อพิสูจน์ว่า ตลาดไม่สมบูรณ์ ผมเล็งเห็นมันและใช้มันสร้างความร่ำรวย”



# ศิลปวัฒนธรรม

พระภูมิเจ้าที่ : ความเชื่อแห่งภูมิปัญญา



**ใ**นประเทศไทย เมื่อเวลาเดินเข้าบ้านไหนๆ ก็ตาม สิ่งแรกที่จะพบเห็นในอาณาบริเวณของบ้าน ก็คงหนีไม่พ้นจากศาลพระภูมิ ซึ่งเป็นเทพผู้พิทักษ์รักษา เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำบ้านเรือน

ความเชื่อในการนับถือพระภูมิของคนไทยเรานั้นมีมานานแล้ว ในศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหงมหาราช สมัยกรุงสุโขทัย ก็ได้กล่าวถึง พระขฟุงผี ซึ่งหมายถึงผีประจำเมือง

ในพงศาวดารล้านช้างเองก็มีการกล่าวถึงผีฟ้าที่เรียกว่า พระยาแถน ในสมัยรัตนโกสินทร์ ในกฎหมายตราสามดวงก็ยัง มีพระราชกำหนดกล่าวถึงความเชื่อในการนับถือผีสาม เทวดา และพิธีกรรมต่างๆ โดยเฉพาะเรื่องของพระภูมิไว้ด้วย

**ความเป็นมาของพระภูมิเจ้าที่**

ตามตำนานกล่าวว่า ครั้งหนึ่งมีกษัตริย์องค์หนึ่งพระนามว่า ท้าวทศราช หรือบางแห่งเรียกว่าท้าวโสกราช หรือท้าว กายทัตต์ ครองกรุงพาลี มีมเหสีชื่อนางสังหนาทุฑ์ หรือนางมัน ทาทุฑ์ธิดีครั้งนั้น พระพุทธองค์เสวยพระชาติเป็นพระโพธิสัตว์ กำลังบำเพ็ญญาณอยู่ใต้ต้นนิโครธา ครั้นเวลามีตพระเจ้ากรุง พาลีได้มาแสดงอภินิหารขับไล่พระโพธิสัตว์ไปให้พ้นจากธรณี พระโพธิสัตว์ก็ทรงขอพื้นที่ต่อพระเจ้ากรุงพาลีเพียง 3 ก้าว่าง พระบาทสำหรับเป็นที่บำเพ็ญญาณของพระองค์พระเจ้ากรุงพาลี เห็นว่าเป็นที่ดินเพียงเล็กน้อย จึงอนุญาต แต่ด้วยอำนาจบุญ ญาภิหารของพระโพธิสัตว์ พระองค์ย่างเพียง 2 ก้าวพระบาท ก็พ้นประเทศเขตธรณีของพระเจ้ากรุงพาลี เป็นเหตุให้พระเจ้า กรุงพาลีเดือดร้อน ไม่มีที่อยู่ ต้องไปอยู่นอกฟ้าป่าหิมพานต์ ไม่ได้รับความสำราญเช่นแต่ก่อน จึงให้คนใช้ชื่อนายจันตี นาย จันตีศ กับจ่าสพพระเชิงเรือน มาทูลขอพื้นที่คืนจากพระโพธิสัตว์ พระโพธิสัตว์มีเมตตา และรู้แจ้งด้วยญาณว่าในภายหน้า พระเจ้า กรุงพาลีจะกลับตัวได้ จึงทรงคืนที่ดินให้ และให้บำเพ็ญตัวอยู่ในทางสุจริต มันคงอยู่ในศีลธรรม แต่ในเรื่องนารายณ์สิบปาง

กล่าวว่า ครั้งหนึ่งพระเจ้ากรุงพาลีประพุดิผิตขัดตียราชประเพณี ไม่อยู่ในทศพิชราชธรรม ทำความเดือดร้อนไปทุกหย่อมหญ้าเมื่อ ทราบไปถึงพระนารายณ์ จึงทรงจำแลงกายเป็นพราหมณ์น้อย เข้าไปขอพื้นที่เพียง 3 ก้าวเท่า เพื่อบำเพ็ญพรตพระเจ้ากรุงพาลี ไม่ทันพิจารณา ก็ลั่นวาจาอนุญาตให้ พระศุภร์ผู้เป็นพระอาจารย์ รู้แจ้งว่าเป็นพระนารายณ์แปลงจึงคัดค้าน แต่พระเจ้ากรุงพาลีก็ ไม่อาจถอนคำพูดได้ และหิบบน้ำเต้าจะหลั่งน้ำอุทิศให้ พระศุภร์ จึงแปลงเป็นเขียดน้อยเข้าไปอุดรูน้ำเต้าเพื่อไม่ให้น้ำไหลออก ฝ่ายพระนารายณ์แปลงรูที่อยู่จึงเอาหม้อคาแยงเข้าไปในรูน้ำเต้า ถูกตาเขียดน้อยแตก ได้รับความเจ็บปวดก็กระโดดออกมา น้ำ จึงไหลออกมาสู่พื้นดินได้ และทันใดนั้น พราหมณ์น้อยก็แสดงตน เป็นพระนารายณ์ 4 กร แผลงฤทธิ์ย่างเท้าเพียง 2 ก้าว ก็ครอบคลุม ถึงโลกมนุษย์ สวรรค์ และนรก พระเจ้ากรุงพาลีหมดทางแก้ไข ก็ทูลขอโทษต่อพระนารายณ์ และให้คำสัตย์ว่าจะตั้งอยู่ในสุจริต ธรรมต่อไป พระนารายณ์แจ้งในพระญาณแล้วจึงทรงอนุญาต นับตั้งแต่นั้นมา พระเจ้ากรุงพาลีก็ครองตนอยู่ในศีลธรรม

พระเจ้ากรุงพาลีมีโอรส 9 องค์ มีหน้าที่รักษาประจำอยู่ ตามสถานที่ต่างๆ กัน ดังนี้

1. พระชัยมงคล รักษา เคสสถาน บ้านเรือน โรงต่างๆ
2. พระนครราช “ ทวารเมือง ป้อมค่าย และ บ้านไฉ
3. พระเทวเดร “ คอกสัตว์ โรงช้าง ม้า วัว ควาย

4. พระชัยสพ “ ยุงฉาง คลังเสบียง
5. พระคนธรรพ์ “ โรงพิธีแต่งงานเรือนหอบัวสาว
6. พระธรรมโหรา “ ภูเขา ป่า นา และท้องทุ่ง
7. พระวัยทัต “ วัด โบสถ์ วิหาร และปูชนียสถาน
8. พระธรรมิกราช “ อุทยาน สวน พืชพันธุ์ต่างๆ
9. พระทาสชารา “ ห้วย หนอง คลอง บึง ต่างๆ

ทั้ง 9 องค์นี้ เชื่อกันมาแต่โบราณว่าเป็นพระภูมิเจ้าที่ ซึ่งมีหน้าที่รักษาสถานที่ต่างๆ แตกต่างกันไป โดยพระภูมิเจ้าที่ทั้ง 9 นี้ จะมีบริวารอีก 3 คน เป็นชายทั้งสิ้น ได้แก่ นายจันทิศ นายจันตี และจำสพเชิงเรือน

แต่เนื่องจากพระภูมิมียังถึง 9 องค์ ดังนั้นการทำพิธีบูชาหรือสังเวยเพื่อการทำงานใดๆ ก็ตาม ต้องเอ่ยชื่อพระภูมิให้ถูกต้องกับสถานที่ที่พระภูมิมองคั้นั้น มีหน้าที่รักษาด้วย เช่น เมื่อจะสังเวยบูชาพระภูมิบ้านก็ต้องเอ่ยนามถึงพระชัยมงคลถ้าจะสังเวยยุงฉางข้าว ก็ต้องเอ่ยนามพระชัยสพ เป็นต้น

แต่ในปัจจุบัน เราคุ้นเคยกับพระชัยมงคล พระภูมิเจ้าที่ประจำบ้านเท่านั้น ส่วนพระภูมิมองค้ออื่น เราแทบไม่รู้จักกันอีกแล้ว หรืออย่างพระชัยสพ พระภูมิผู้มีหน้าที่รักษาทุ่งฉาง ก็มีแม่โพสพมาทำหน้าที่แทน

### พิธีกรรมอัญเชิญพระภูมิเจ้าที่

คนในสมัยก่อนมีความเชื่อที่เล่าขานสืบต่อกันมาว่า

พระภูมิเป็นเทวดาที่ไม่ได้อยู่ในสวรรค์ แต่จะล่องลอยอาศัยอยู่ในอากาศ เวลาไปไหน ก็จะไปเหนื่อพื้นดิน การที่พระภูมิมองค้อใดจะอยู่ในที่ใด ก็ขึ้นอยู่กับเจ้ากรุงพาลีผู้เป็นใหญ่ในจุดโลกบาล ซึ่งจะเป็นผู้กำหนดให้เท่านั้น พระภูมิมิมีหน้าที่รักษาอาณาเขตที่ดินที่เจ้าของผู้ประกอบพิธีอัญเชิญให้มาสิ่งสถิตบนศาลที่ได้จัดไว้ให้

ศาลพระภูมิประจำบ้านเรือนนิยมตั้งขึ้นตามประเพณีของไทยเรา เพื่อแสดงความเคารพต่อเจ้าที่ผู้อารักขาอยู่ ณ ที่นั้น และขอความคุ้มครองป้องกันสรรพภัยทั้งปวงให้แก่ผู้ที่อยู่อาศัย แต่ก็ไม่ได้มีการบังคับไว้ว่าจะต้องตั้งศาลพระภูมิเสมอไป จะไม่ตั้งก็ได้ แต่ถ้าจะตั้งก็ต้องทำให้ถูกพิธีจึงจะไม่มีโทษ ควรหาฤกษ์ยามยามดีเช่นกัน ซึ่งมีข้อกำหนดไว้ว่า ถ้าปีใด วันพฤหัสบดีไม่ใช่วันอุบาทว์โลกาวินาศ ก็ทำได้ในวันนั้น แต่ถ้าต้องการให้พระภูมิเข้มแข็งศักดิ์สิทธิ์ ก็ต้องเลือกหาวันอังคาร ที่ตรงกับวันขึ้นหรือแรม 4 ค่ำ เป็นวันตั้งศาล ดิถีควร ใช้ดิถีนคร คือวันขึ้นหรือแรม 2, 4, 6, 9 หรือ 11 ค่ำ ส่วนเดือนก็ควรใช้เดือน 1, 2, 4, 6, 9 หรือ 12 เช่นเดียวกับการปลูกเรือน

ทิศสำหรับการตั้งศาลพระภูมินั้น ท่านให้ตั้งทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือ หรือตะวันออกเฉียงใต้ บางตำราอนุโลมให้ตั้งทางทิศเหนือได้ แต่ถึงจะมีที่ตั้งใน 4 ทิศนี้ก็ตาม ก็ต้องหลบ อย่าตั้งในทิศที่เป็นกาลกิณีต่อวันเกิดของเจ้าของบ้านด้วย ศาลพระภูมิควรหันหน้าไปสู่ทิศเดช ศรี หรือมนตรี ของเจ้าบ้าน แต่อย่าหันหน้าตรงเข้าบ้านเรือน หรือตรงกับประตูบ้าน

การตั้งศาลพระภูมินี้ต้องตั้งศาลโดยปักเสาลงที่พื้นดิน เพราะเป็นพระภูมิเจ้าที่ ไม่ใช่ตั้งศาลบนเรือนหรือบนหลังคาตึก ถ้าไม่มีที่ตั้งก็อย่าตั้งดีกว่าส่วนสูงของศาลกำหนดให้พื้นศาล หรือปลายเสาสูงเพียงตาของเจ้าของบ้าน หรือเลยขึ้นไป อย่าให้ต่ำลงมา ส่วนใหญ่นิยมตั้งศาลพระภูมิทางหน้าบ้าน ใกล้เคียง ประตู หรือรั้วบ้าน โดยให้ห่างประมาณ 1 วาหรือ 1 เมตร และต้องดูว่า สถานที่นั้นต้องสะอาด ไกลจากครัวพอสมควร ไม่อยู่ใกล้ส้วม หรือที่ทิ้งขยะ ที่สำคัญที่สุดต้องอย่าให้เงาบ้านทับศาลพระภูมิ เพราะจะเป็นการดูหมิ่นพระภูมิเจ้าที่ กลายเป็นเรื่องอัปมงคลไป และต้องระวังไม่ให้เงาศาลพระภูมิทับบ้านด้วย

เมื่อเลือกทิศและสถานที่ได้แล้ว ก็เป็นการจัดเตรียม สถานที่ ซึ่งจะต้องใช้พื้นที่ประมาณ 2 ตารางเมตร จัดการพูนดิน ให้สูงจากพื้นเดิมประมาณ 1 คืบ เกลี่ยดินและทุบดินให้แน่น และ ขุดหลุมที่จะปักเสาศาลพระภูมิเตรียมไว้ให้เรียบร้อย ซึ่งตอนนี้ ท่านผู้รักกล่าวว่าจะเตรียมน้ำมนต์เอาไว้เพื่อประพรมบริเวณหลุม เพื่อขับไล่ภูมิจีปีศาจและสิ่งชั่วร้ายทั้งหลายให้หมดสิ้นไปจาก บริเวณนั้นด้วย ตั้งเสาตรงกลางและต้องตั้งให้ตรง เสร็จแล้ว ก็ต้อง ติดต่อหาอาจารย์ พราหมณ์ หรือผู้รู้มาตั้งศาลพระภูมิให้

ในกรณีที่ไม่มีที่ตั้งศาลพระภูมิมบนพื้นดิน และประสงค์ จะตั้งศาลบนบ้านเรือนให้ได้ก็ต้องตั้งแบบศาลเพียงตา คือศาล เทวดาชนิดที่ไม่มีหลังคาไว้กลางแจ้งบนตึกหรือบ้านแทนศาล พระภูมิ

คราวนี้ก็มาถึงที่สำคัญที่สุดที่จะลืมไม่ได้ ไม่อย่างนั้นก็ ตั้งศาลพระภูมิไม่ได้อย่างแน่นอน สิ่งนั้นก็คือตัวศาล ซึ่งเจ้าของ บ้านสามารถเลือกซื้อหาจากที่เขาทำสำเร็จรูปเอาไว้ได้ตามใจชอบ ทั้งที่ทำด้วยไม้เป็นแบบธรรมดา หรือทำเป็นเรือนไทยอย่างสวยงาม หรืออาจจะทำด้วยปูนหล่อ ส่วนสีของตัวศาลพระภูมินั้นจะเป็นสีอะไรก็ได้ตามใจชอบของเจ้าของบ้านซึ่งบางรายก็จะเลือกใช้ สีประจำวันเกิดของตัวเองมาเป็นสีของศาลพระภูมิก็มี เมื่อมีศาล พระภูมิแล้ว ก็ต้องมีเครื่องประดับและตกแต่งศาลได้แก่ เจว็ด ซึ่ง ถือเป็นตัวแทนของพระภูมิ มีลักษณะเป็นรูปเคราพ มือขวาถือ พระขรรค์ มือซ้ายถือสมุด แต่ปัจจุบันเปลี่ยนเป็นถือถุงเงินถุงทอง แทนสมุด เพราะเชื่อว่าพระภูมิจะคอยประทานเงิน-ทองให้แก่เจ้าของบ้าน เจว็ดควรทำด้วยไม้สักหรือไม้รัก นอกจากนี้ก็มีบริวาร ของพระภูมิ ซึ่งประกอบด้วยตุ๊กตาชาย-หญิง อย่างละ 1 คู่ ช้าง 1 คู่ ม้า 1 คู่ แจกกันไล่ดอกไม้ 1 คู่ เข็มเทียน 1 คู่ กระจ่างรูป 1 ใบ และผ้าพันศาลสีชมพู 1 ผืน

เมื่อทุกอย่างเรียบร้อย ก็เตรียมตั้งศาลกันได้แล้ว ใครที่ยังไม่ได้ตั้งศาลพระภูมิประจำบ้านของตนก็อาจจะคิดทำได้ เพราะ ของอย่างนี้ ถึงจะไม่เชื่อ ก็อย่าลบหลู่

## จดหมายจากผู้ฟัง

ชอบรายการรู้รอบโลก เพราะให้สาระความรู้แก่ครอบครัวเรามาก ทำให้มีความรู้ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เหมาะกับประชาชนทั่วโลกทุกระดับชั้น โดยเฉพาะครอบครัวที่มีรายได้น้อยอย่างเรา ซึ่งไม่มีโอกาสได้ไปเที่ยวหรือทัศนศึกษาในต่างประเทศ แต่ก็รู้เรื่องราวและอารยธรรมของประเทศต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

ร.ต.ยศพร เข้มทอง

กองพันทหารม้าที่ 22 สระบุรี

เขียนมาชมว่ารายการ “คุยกับสุรพลหลังข่าว” นี้ ฟังแบบภาษาชาวบ้านเข้าใจง่าย ไม่ใช่ศัพท์ยากๆ เหมือนบางรายการในสถานีอื่นๆ อยู่ อ.ท่าชนะ ฟังชัดเจบดี ให้สาระมาก ความบันเทิงมีบ้าง เมื่อฟังคุณสุรพลพูดเรื่องค่าเงินบาทถูกโจมตี แรงงานถูกหลอกไปสวีเดน ผมเข้าใจกว่าเดิม

อนุชิต จริตรัมย์

อ.ท่าชนะ สุราษฎร์ธานี

## คำพูน บุญทวี

นักเขียน บ.รางวัลซีไรท์ คนแรกของไทย

คำพูน ผมเป็นคนจังหวัดชัยภูมิ ก่อนนี้เป็นอำเภอขึ้นกับจังหวัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ 20 มิถุนายน 2471 ตอนหัวรุ่งเรียนจบชั้นมัธยม 6 ก็มุ่งหน้าเข้ามาหางานทำในกรุงเทพฯ ตอนนั้นก็ปี 2488-2489 ทำงานดินตึบปากกัดมันทุกอย่าง ทั้งหมดล้มเหลวที่สุดท้าย สมัครเป็นครูที่โรงเรียนสตรีบุตรบำรุง แต่เขาไม่บรรจุเสียที เลยไปเช่าสามล้อมาซื้ออยู่พักใหญ่ แต่เหนื่อยมากเลยเลิก หันไปขายผลไม้บ้าง รับจ้างแขกเลี้ยงวัวบ้างแต่ไม่ได้ค่าจ้าง ได้กินแต่นมวัว แล้วก็หาบของขาย อยู่อย่างนี้

ไปทำงานที่ภาคใต้ตอนไหน

คำพูน ก็หลังจากนั้น มาให้ลงไปด่วนเพราะจะมีกหนังสืออยู่แค่ครึ่งเดือน โชคดี

เป็นครูอยู่นานไหม

คำพูน 9 ปี - 9 ปีก็ เพราะตอนนั้นเขาบอกว่าต้องทะเลือปีเดียวเท่านั้น แต่มันไม่เกิดเขาก็ไม่ให้ พ่อก็บอกว่าปีหน้าช่วยให้ลูกได้กลับมาแน่ พูดแบบ





# สัมภาษณ์

คำพูน บุญทวี

ซีไรต์คนแรกของไทย

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

ประภัสสร เสวิกุล

**ใ** นววรรณกรรมบ้านเรา เรื่องหนึ่งซึ่งเป็นที่พูดถึงกันอยู่เสมอก็คือ รางวัลวรรณกรรมแห่งประเทศไทย ตะวันออกเฉียงใต้ หรือ ซีไรต์ (Southeast Asian Writers Award : S.E.A. WRITE) และแทบทุกครั้งที่พูดถึงรางวัลนี้ ชื่อของคำพูน บุญทวี ก็มักจะถูกหยิบยกมาอ้างอิงด้วยเป็นประจำในฐานะผู้ครองรางวัลซีไรต์คนแรกจากผลงานเรื่อง “ลูกอีสาน” ในปี พ.ศ. 2521 หรือเมื่อ 20 ปีที่แล้วมา แต่หลัง

จากที่ได้อ่านบทสัมภาษณ์ของเขาในหนังสือวิทยุสราญรมย์แล้วหลายคนอาจบอกว่า “ลูกอีสาน” เป็นเพียงเลี้ยวเดียวของชีวิตจริงที่สนุกยิ่งกว่านวนิยายของเขา

### ขอเรียนถามถึงประวัติสั้นๆ

คำพูน ผมเป็นคนจังหวัดชัยโสธร ก่อนนี้เป็นอำเภอขึ้นกับจังหวัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ 20 มิถุนายน 2471 ตอนหัวรุ่งเรียนจบชั้นมัธยม 6 ก็มุ่งหน้าเข้ามาหางานทำในกรุงเทพฯ ตอนนั้นก็ปี 2488-2489 ทำงานดินตึบปากกัดมันทุกอย่าง ทั้งหมดล้มคณะร่าง สุดท้าย สมัครเป็นครูที่โรงเรียนสีตบุตรบำรุง แต่เขาไม่บรรจุเสียที เลยไปเช่าสามล้อมาซื้ออยู่พักใหญ่ แต่เหนื่อยมากเลยเลิก หันไปขายผลไม้บ้าง รับจ้างแขกเลี้ยงวัวบ้างแต่ไม่ได้ค่าจ้างได้กินแต่นมวัว แล้วก็หาบของขาย อะไรต่อมิอะไรหลายอย่าง

### ไปทำงานที่ภาคใต้ตอนไหน

คำพูน ก็หลังจากนั้น เพื่อนที่อยู่ทางโน้นมันมีจดหมายมาให้ลงไปด่วนเพราะจะมีการสอบคัดเลือกครูประชาบาล ก็ดูหนังสืออยู่แค่ครึ่งเดือน โชคดีสอบได้ เขาส่งไปสอนที่สตูลทางใต้สุด

### เป็นครูอยู่นานไหม

คำพูน 9 ปี - 9 ปีก็ลาออกไม่ได้รับบำเหน็จบำนาญเลย เพราะตอนนั้นเขาบอกว่าต้องทำงานครบ 10 ปีถึงจะได้ โอ้เราก็เหลือปีเดียวเท่านั้น แต่มันไม่ไหว ขอย้ายไปอีสานอยากกลับบ้านเกิดเขาก็ไม่ให้ พ่อก็บอกว่าปีหน้าได้แน่ พุดกับ ส.ส.แล้ว เขาจะช่วยให้ลูกได้กลับมาแน่ พุดแบบนี้เป็น 4 ปีก็ยังไม่ได้ย้าย และ

นั่งเรือจากอำเภอสะงูเข้ามาจังหวัดสตูลแต่ละที่เจอคลื่นหลายครั้งหลายหนกลัวตายไม่อยากเป็นเหยื่อปลาในทะเล ก็เลยตัดสินใจลาออก

### หลังจากลาออกจากครูแล้วไปทำงานอะไรต่อ

คำพูน ก็กลับไปอยู่บ้านภรรยาที่พัทลุง ตกงานอยู่ 2 ปีมีแจ้งมีประกาศรับสมัครผู้คุมเรือนจำพัทลุง บังเอิญเขาต้องการผู้มีความรู้ทางครูเพื่อสอนผู้ต้องขังในเรือนจำ ไปสมัครก็เลยได้ คงเพราะเขาเห็นว่าเคยเป็นครูมาแล้ว

### ชีวิตความเป็นครูกับผู้คุมแตกต่างกันคนละทาง

คำพูน ต่างกันมาก ถ้าเป็นครูก็สอนแต่เด็กนักเรียนตอนกลางวัน แต่ผู้คุมกลางวันสอนหนังสือนักโทษ กลางคืนก็ยังคงเข้าเวรยามดูแลนักโทษที่เจ็บไข้ และป้องกันไม่ให้นักโทษแหกคุกด้วย

เป็นผู้คุมอยู่ 9 ปี เรือนจำแรก คือ เรือนจำจังหวัดพัทลุง สมัยก่อนเขาเรียกว่าคุก เรียกผู้คุมว่าขมบาล เรียกพัสดิว่า หัวหน้าขมบาล เพราะสภาพคุกสมัยนั้นทารุณโหดร้ายมากเหมือนนรกเหมือนโรงฆ่าสัตว์ จากพัทลุงก็ย้ายไปอยู่บางขวางเป็นนักเรียนราชทัณฑ์ เพื่อจะได้เลื่อนตำแหน่งเป็นผู้ช่วยพัสดิและพัสดิ แต่เรียนไม่จบเพราะภรรยาป่วยหนักเป็นมะเร็งกับลมบ้าหมูเลยต้องลาออกกลางคัน กลับไปเรือนจำจังหวัดพัทลุงอีก 2 ปี สอบบรรจุเป็นข้าราชการสามัญได้ ต้องไปกินตำแหน่งที่ปากพนัง นครศรีธรรมราช ช่วงเกิดวาทภัยที่แหลมตะลุมพุกพอดี ขนของ

ขึ้นรถบรรทุกแล้ว ลมหวิว ๆ ก็ต้องหยุด คอยอยู่ 7-8 วันถึงไปได้ ไปคนเดียว ลูกเมียให้อยู่ที่เก่า ไปอยู่เรือนจำปากพนัง 3 หรือ 4 ปี ก็ย้ายจากปากพนังไปเรือนจำสุราษฎร์ฯ เหตุที่ย้ายไม่ใช่การเลื่อนตำแหน่ง แต่เขาอ้างว่าเพื่อความเหมาะสม เขาว่าคำพูนมันชอบอ่านหนังสือ เขียนหนังสือ เขียนอะไรยุก ๆ มีอยู่ไม่สุข ความจริงเราก็ชอบอ่านหนังสือมาตั้งแต่สมัยตีบสามล้ออยู่กรุงเทพฯ แล้วเห็นนั่นเห็นนี่ก็อยากเขียนตลกไปกฮาไปตามเรื่อง ที่นั่นมันมีบัตรสนเท่ห์ไปถึงกรมราชทัณฑ์ลงชื่อผู้ต้องขังปลอม บอกว่ากับข้าวในเรือนจำนี้หมาไม่แตก ผู้คุมปล้นท้องนักโทษ เช่น ไบสังของเจ้าหน้าที่บอกวันนี้มีแกงเนื้อใช้เนื้อปนพังผืด 5% กับยอดผักคะน้า แต่แทนที่จะเป็นเนื้อปนพังผืดน้อย ๆ ก็กลับเป็นเอ็นหรือเนื้อติดกระดูก แทนที่จะเป็นผักคะน้าก็เป็นผักบุ้ง ราชทัณฑ์ก็ส่งคนไปสอบสวนโดยไม่บอกล่วงหน้าทางเรือนจำเขาก็ว่าจะมีใครที่ไหน ใครคนชอบเขียนก็มีแต่ นายคำพูน เพราะนักโทษส่วนใหญ่ไม่รู้หนังสือหรือเรียนไม่จบ ป.4 ด้วยซ้ำ

ไปอยู่สุราษฎร์ฯ ได้ 2-3 ปี ก็เกิดเรื่องอีก กับข้าวนักโทษ เลวร้ายพอ ๆ กันเกิดบัตรสนเท่ห์กับข้าวหมาไม่แตกอีก เขาก็หาว่า นายคำพูนอีกแล้ว ทั้ง ๆ ที่เรือนจำสุราษฎร์ธานีมีข้าราชการ ทหาร ตำรวจ ต้องคดีเยอะ มีความรู้มีการศึกษาทั้งนั้น แต่คำพูนมีประวัติ 'ไม่ดี' มาจากปากพนัง ก็เลยถูกย้ายไปเป็นผู้คุมเรือนจำสามัญที่ เรือนจำจังหวัดระนอง โดยอ้างความเหมาะสม ผมยังเคยเขียนใน "ฟ้าเมืองทอง" ว่า ขอบคุณสำหรับคำว่าความเหมาะสมของ

กรมราชทัณฑ์ ที่ทำให้ได้มาเป็นนักเขียนพเนจรกับเขาในชีวิตนี้  
เริ่มเขียนหนังสือเมื่อไหร่

คำพูน เริ่มตอนอยู่เรือนจำจังหวัดสุราษฎร์ธานี เขียนให้หนังสือพิมพ์เสียงดาปี เป็นเรื่องตลกขบขัน 2-3 เรื่อง ย้ายไปอยู่ระนองถึงได้เกิดความอยากเป็นนักเขียนจริง ๆ จัง ๆ

แรงบันดาลใจที่ทำให้เป็นนักเขียน

คำพูน แรงบันดาลใจอันแรกเกิดจากการที่ภรรยาป่วยหนัก เป็นมะเร็งที่เต้านมและลมบ้าหมู ตั้งแต่อยู่ที่เรือนจำสุราษฎร์ฯ แล้วเงินทองก็ไม่มีจะรักษาพ่อตาแม่ยายต้องขายที่นาเอาเงินมาแบ่งให้ ก็ใช้ไปจนหมดอีกกลุ่มใจหนักเข้าก็หันไปหาเหล่าเข้าบ่อนการพนัน โต๊ะบิลเลียด มีหนี้สินล้นพ้นตัวอยู่ 4-5 ปี ถึงมาสำนึกได้ว่าถ้าเป็นแบบนี้ต่อไปลูกเราเกิดมาโตขึ้นคงต้องเป็นขอทานคงจะลำบาก เราควรจะเลิกดีกว่าก็เลยเลิก หยุดเข้าสโมสร หยุดเป็นคนเสเพล ขี้เหล้าเมายาหมกตัวอยู่ในห้องสมุดของเรือนจำตะลุมอ่านหนังสือ ในนั้นทั้งวรรณคดีต่าง ๆ เรื่องสั้น-นิยายของต่างประเทศที่แปลเป็นภาษาไทย นักเขียนทุกคนอ่านหมด ไม่ว่าจะเป็นของสุวรรณณี สุคนธา "เสก ดุสิต" "พนมเทียน" ของหลวงวิจิตรวาทการ ของใครต่อใครในยุคนั้นล่ะนะ อ่านมาก ๆ เข้าทำให้เกิดความคิดขึ้นมาว่า เอ๊ะ เราอ่านของนักเขียนเขามากแล้วน่าจะเป็นนักเขียนกับเขาบ้าง จะลองเป็นนักเขียนดู ทั้ง ๆ ที่ภรรยาบอกว่าอย่าเป็นเลย นักเขียนไปหาปูหาปลามาให้ลูกกินดีกว่า กระดากก็ไม่มี ก็เอากระดากหลวงของเรือนจำนั้นแหละ เพราะเขาให้เราเป็นครูอยู่แล้ว

ก็แอบเอากระดาษใส่แฟ้มออกมาเขียนในตอนกลางคืน เมื่อกินนอนป่วยอยู่นั้นจะว่าไปแล้วเราก็คอร์ปชั่นเหมือนกัน คอร์ปชั่นกระดาษหลวง

คุณคำพูนเคยเขียนไว้ในหนังสือ “ฟ้าสั่งให้เกิดมาสู” ว่า “ผมบอกเมียว่า ตอนนี้น้ำมันเข้าตาจนแล้ว ขอทำบาปสักครั้งเพื่อหาเงินมาใช้หนี้ คือ เอาเงินครึ่งแสนมารักษาโรคเมีย จะแกล้งทำเป็นหลับยามตอนกลางคืน ตอนตีสี่ปล่อกให้นักโทษหลบหนีออกจากห้องขังไป แล้วให้ญาติเอาเงินมาให้สักห้าหมื่นบาท แต่ภรรยาคัดค้านว่า พ่ออย่าคิดสั้นนะ พ่อต้องถูกสอบสวน หรือไม่ก็ถูกไล่ออกจากงาน แล้วแม่กับลูกจะทำยังไงต่อไป” อยากจะขอให้เล่าถึงเหตุการณ์ตอนนี้

คำพูน ตอนนั้นรู้สึกจนตรอกจริง ๆ ถึงวันรับเงินเดือน เจ้าหนี้มา 2-3 ราย เดือนก่อนยังไม่ได้จ่าย เจ็มนอบฉันทะ 2-3 เจ้า พอถึงวันเงินเดือนออกก็มาแย่งกันขี้นี้ เจ้าหน้าทีการเงินไม่รู้จะจ่ายให้ใครดี เป็นหนี้เป็นสินเขาแบบนี้ เมียก็ไม่สบายเหมือนตคนรกทั้งเป็น ลูก ๆ บางครั้งก็ต้องไปขอข้าวแดงนักโทษที่เขาไปทำงานข้างนอก ความคิดฝ้ายดำมันก็เข้ามาครอบงำมา บอกว่ามีทางเดียวที่จะได้เงินมารักษาเมีย ช่วยพยุงฐานะให้ดีขึ้น ตอนนั้นมึนนักโทษคดีถูกฉกฉกรวจถึงขั้นประหารชีวิตอยู่หลายคนญาติพี่น้องก็มาเสนอ ทางไหนที่จะให้นาย ก. นาย ข. คนนี้ออกจากคุกได้ ฉันทะจะให้แสนหนึ่งหรือห้าหมื่นหกหมื่น ข้างในเขาก็จะร่วมมือกันให้ผู้คุมที่เข้าเวรเปิดทางให้นักโทษหนี เราได้รับข้อ

เสนอมาก็คิดหนัก เมียก็สงสัยถามว่าทำไมพ่อไม่กินข้าวกินปลา ตอนกลางคืนก็ไม่เขียนหนังสือ ลูกขึ้นมาตหนึ่งก็นั่งเฉย เมียเดินกระช่องกระช่งมาถาม พ่อคิดอะไรนะ พ่อเล่าให้ฟัง เมียว่าพ่อเอ๊ยเป็นบาปเป็นกรรมอย่าไปทำดีกว่า ถ้าเขาจับได้หรือเขาขัดทอดถึงพ่อจะทำยังไง พ่อถูกไล่ออกหรือติดคุกละ ลูกกับเมียกำลังป่วยจะทำยังไง ลืมเสียเดอะ ก็เลยเลิกเลยเพราะคำพูดของเมียแท้ ๆ

ก็เลยทำให้เกิดนักเขียนที่ชื่อคำพูน บุญทวี ขึ้น

คำพูน ครับ เพราะคำเตือนของเมียทำให้กลายมาเป็นนักเขียนจนทุกวันนี้

เรื่องแรกที่เขียน

คำพูน เป็นเรื่องสั้น ให้นักโทษนี้แหละกัดด้วยบรรจงเต็มบรรทัดบ้าง ครึ่งบรรทัดบ้าง ใครลายมือดีก็เกณฑ์มาหมด ชื่อเรื่อง “รักในเหวลึก” เสร็จแล้วก็ไปตรวจหนังสือตามแผงเห็นว่า “ฟ้าเมืองไทย” นี้รับเรื่องสั้นอยู่ก็ส่งไปให้ บก. อาจินต์ บัญจพรค์ มีจดหมายแนบไปด้วยว่า ลายมือที่เขียนเรื่องสั้นไม่ใช่ลายมือผมหรือให้นักโทษเขียนให้ เล่าประวัติว่า อดีตเคยเป็นครูประจำบารักการขีด ๆ เขียน ๆ ก็เลยส่งมาให้ท่านพิจารณา อาจินต์ฯ ก็ตอบไปทันทีว่าได้รับแล้ว อ่านแล้วเอาลงทันทีเลย เมื่อลงแล้วให้พยายามเขียนส่งมาอีก และเขียนในลีลาของตัวเองไม่ต้องไปตามนักเขียนคนไหน เพราะนักเขียนนั้นมองโลกไม่เหมือนกัน คุณอาจจะเห็นแสงอาทิตย์เป็นสีขาว คนอื่นเขาอาจจะเห็นเป็นสี

แดงหรือสีเหลืองก็ได้ แต่ต้องอ่านงานของนักเขียนทุกคนที่ผ่าน มาเพื่อจะได้เกิดความคิด ได้ไอเดีย ส่วนวนแปลก ๆ ของเขา อ่าน ของเขาแต่อย่าไปเอาเขียงอย่างเขา ต้องแปลกออกไปทำนองนั้น

พอลงเรื่องเขาก็ส่งค่าเรื่องมาให้ 250 บาท ดิอกดีใจหนัก หนาเอาเงินอวดแม่เด็กว่านี่ฉันเป็นนักเขียนแล้วนะ ได้ค่าเรื่อง 250 บาท ชื่อขาลมมาให้แม่ แล้วก็ซื้อหนังสือ “ฟ้าเมืองไทย” แจกพวก ผู้คุมกับนักโทษที่คุกนั้นแหละ

เมื่อมองย้อนกลับไปแล้ว ระหว่างเงิน 250 บาท ที่ได้ จากการเขียนหนังสือ กับสมมติว่า ปลอญนักโทษไปคนหนึ่งแล้ว ได้เงินห้าหมื่นบาทมา เงินจำนวนไหนจะน่าภูมิใจกว่ากัน

คำพูน 250 บาท นี่น่าภูมิใจกว่า ถ้าได้ 50,000 บาทแล้ว เงินนั้นอาจจะทำให้มีจิตใจอีกเหิม เห็นกงจักรเป็นดอกบัว อาจช่วย นักโทษคดีอุกฉกรรจ์ที่ปล้นฆ่าเจ้าทรัพย์โดยเจตนาออกจากเรือน จำไปอีกก็ได้ ลงท้ายก็อาจจะต้องติดคุกอย่างที่เมียเดือนแต่แรก

แล้วเขียนเรื่อง “ลูกอีสาน” คอนไหน

คำพูน ตอนนั้นเขียนเรื่องสั้นลง “ฟ้าเมืองไทย” ได้ซักร 2 ปีก็ลาออกจากผู้คุมแล้ว แต่ยังอยู่ที่ระนอง ไป ๆ มา ๆ ระหว่าง ระนองกับกรุงเทพฯ ที่นั่นมันเกิดความรู้สึกหมดเรื่องที่จะเขียนก็ ไปบอกกับอาจินต์ฯ ว่าผมไม่มีไอเดียแล้ว อาจินต์ฯ ก็บอกให้ เอาชีวิตของชาวอีสานมาเขียน เอาเรื่องของตัวเองนั่นแหละ ให้ ไปหาหนังสือแปลเรื่อง “บ้านเล็กในป่าใหญ่” ของ “สุคนธรส” มาอ่านเป็นแนวทาง ก็กลับไปทำตาม พออ่านหนังสือเล่มนั้น

แล้วก็เกิดความบังคาลใจ ภาพเหตุการณ์ต่างๆ สมัยก่อนก็หลัง ไหลออกมาจากความทรงจำ เขียนส่งไปให้อาจินต์ฯ ดู เขาก็ลง “ฟ้าเมืองไทย” ให้ทันที บอกให้เขียนส่งมาอาทิตย์ละ 2 ตอน เขียนอยู่ปีกว่าถึงจบ

ตอนแรก จะตั้งชื่อว่า “ชีวิตของลูกผู้ชายชื่อคำพูน บุญทวี” แต่อาจินต์ฯ บอกเราเป็นคนอีสานเขียนเรื่องเกี่ยวกับอีสานใช้ชื่อ “ลูกอีสาน” ไปเลย เพื่อเป็นที่ระลึกถึงถิ่นกำเนิดพอลงไป ตอนนั้นก็ยังมีเพื่อนๆ ชาวอีสานมาพูดว่า เอ็งไม่อายเขาหรือที่เขา เรื่องคนอีสานมาเขียน เรื่องจับเขียดจับกระปอมกิน ก็ตอบว่าไม่ อายเพราะมันเป็นความจริง พอจบใน “ฟ้าเมืองไทย” ก็มีสำนัก พิมพ์ชื่อไปรวมเล่ม ส่งประกวดสมาคมผู้พิมพ์และจัดจำหน่าย หนังสือ ได้รับรางวัลดีเด่น

และได้รับรางวัลซีไรต์ปีแรก

คำพูน เรื่องซีไรต์นี้ไม่รู้เรื่องเลย รู้ตอนเขาประกาศผลแล้ว แจ้ว (สง่า อารัมภีร์) เป็นคนบอก ไปเจอนรนิติฯ (รศ.นรนิติ เศรษฐบุตร) ที่ธรรมศาสตร์ ถามเขา เขาก็บอกว่า ใช่ ยังบอกเขา ว่า “ลูกอีสาน” เป็นสารคดีชีวิต เพราะมีความจริงอยู่ในนั้น 95% อีก 5% เป็นผงซุรส เขาก็บอกมันเป็นนิยายทำนองนิยายฝรั่ง

จากวันที่ได้รับรางวัลซีไรต์ถึงวันนี้เป็นเวลา 20 ปีเต็มแล้ว แต่ชื่อของคำพูน บุญทวี ยังคงครองใจผู้อ่านมาโดยตลอด ผลงานส่วนใหญ่ของเขาอุทิศแด่แผ่นดินอีสาน ไม่ว่าจะเป็น “นาย ฮ้อยทมพิพ” “เลือดอีสาน” “อีสานพเนจร” “ลูกค้าน้ำโขง”

“มนต์รักแม่น้ำชี” “เกร็ดประวัติศาสตร์อีสาน” และอื่นๆ และ  
แม้วัยจะล่วงเลยมาถึง 70 ปี และถูกรบกวนด้วยโรครุมะตอยด์  
(ไขข้ออักเสบ) แต่เขาก็ยังทำงานเขียนหนังสือที่เขารักอย่างไม่  
เลิกลา



น้ำตกทีลอซู ตาก  
ภาพจากอนุสาร อ.ส.ท.



น้ำตกกรุงชิง นครศรีธรรมราช  
ภาพจากอนุสาร อ.ศ.ท.



# ท่องเที่ยว

เที่ยวน้ำตก

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

**6** เมื่อเข้าหน้าฝน หลายๆ สิ่งในป่า ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ ไบโหญา หรือดอกไม้ จะดูสวยงามสดงงาม มีชีวิตชีวาไปหมด แม้แต่พืชที่ปกคลุมมาตลอดฤดูแล้งก็พอได้เงยหน้าแตกยอดอ่อนขึ้นมาใหม่เช่นกัน และเป็นที่ตระหนักกันดีว่าการเที่ยวป่าหน้าฝนนั้น สิ่งหนึ่งที่ต้องระวังที่สุดคือ น้ำป่าหรือน้ำไหลบ่า เพราะมักจะเกิดขึ้นแบบกะทันหัน และบริเวณที่มักจะเกิดน้ำป่าไหลทะลักได้ง่ายก็คือบริเวณหุบหรือริมลำธาร

น้ำป่านั้นเกิดจากฝนที่ตกอย่างหนักในบริเวณที่สูงหรือยอดเขา แล้วไหลทะลักลงมายังบริเวณที่ต่ำกว่าอย่างรวดเร็ว ซึ่งขั้นตอนการเกิดน้ำป่านั้น เป็นช่วงหนึ่งของวัฏจักรของน้ำในโลก โดยจะเริ่มจากน้ำที่อยู่ตามพื้นดิน เช่น ห้วย หนอง คลอง บึง มหาสมุทร ทะเล ไม่ว่าจะป็นน้ำจากการคายน้ำของพืชในป่า ความชื้นจากการหายใจของสิ่งมีชีวิต และน้ำจากร่างกายของพืชและสัตว์เมื่อตายลง น้ำเหล่านี้จะระเหยกลายเป็นไอลอยขึ้นไปในบรรยากาศ น้ำฝนเหล่านี้จะถูกพื้นดิน รากไม้ และต้นไม้ ซึมซับเอาไว้ เหมือนกับฟองน้ำที่ดูดซับน้ำ แต่น้ำบางส่วนจะถูกกักอยู่ตามโพรงหิน โพรงถ้ำใต้ดิน โดยเฉพาะบริเวณที่เป็นเทือกเขาหินปูนซึ่งจะมีโพรงเล็กโพรงน้อยจำนวนมากแทรกอยู่ตามเนื้อหิน

เมื่อเกิดฝนตกติดต่อกันเป็นเวลาหลายๆ วัน ปริมาณน้ำที่ตกลงมาจะมีมากเกินไปที่พื้นดินและต้นไม้จะกักเก็บไว้ได้ ก็จะไหลลงมาตามพื้นที่ลาดเอียงกลายเป็นร่องน้ำเล็กๆ มากมายจากนั้นก็รวมกันเป็นสายใหญ่ขึ้นๆ อย่างรวดเร็ว และเชื่อมรากลากมากขึ้น พัดพาเอาก้อนหิน กิ่งไม้ หรือแม้กระทั่งซุงต้นไม้ใหญ่ไหลลงมาพร้อมกัน

ความรุนแรงของสายน้ำนี้เอง ที่ทำให้หลายต่อหลายคน เช็ดขยาด และไม่กล้าเผชิญหน้ากับเหตุการณ์เหล่านั้น แต่เมื่อน้ำป่าไหลลงมาสู่ที่ราบหรือไหลลงสู่แหล่งน้ำเดิมที่มันเคยจากมาแล้ว ความรุนแรงและความเชื่อมรากลากทั้งหลายเหล่านั้นก็จะลดน้อยลง

เป็นที่น่าสังเกตอยู่อย่างหนึ่งว่า เมื่อถึงฤดูน้ำป่า หรือฤดูน้ำหลาก น้ำในลำธารจะเริ่มเปลี่ยนสี จากที่เคยใสจะกลายเป็นขุ่นขึ้นอย่างช้าๆ บางแห่งอาจจะมีสีแดงหรือขาวขุ่น อันเป็นสีจากดินตะกอนที่ถูกพัดพามา ซึ่งเป็นสัญญาณอย่างหนึ่งที่บ่งบอกให้รู้ว่าน้ำป่ากำลังจะตามมาในไม่ช้า

นอกจากสีของน้ำในลำธารหรือตามตาน้ำแล้ว แหล่งน้ำต่างๆ ในป่าจะเป็นสัญญาณบอกเหตุ อีกทั้งระดับและปริมาณน้ำก็เป็นสัญญาณอีกตัวหนึ่งที่จะบอกให้ทราบว่าน้ำป่าจะเกิดขึ้นเมื่อใด เมื่อระดับน้ำค่อยๆ สูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องรีบออกไปจากบริเวณนั้นให้เร็วที่สุด เพราะนั่นคือสัญญาณอันตราย

สำหรับคนที่ชอบเที่ยวป่าส่วนใหญ่มักจะไม่ค่อยตั้งแคมป์บริเวณริมลำห้วย หรือบริเวณที่เป็นร่องหุบเขาในหน้าฝน เพราะโอกาสที่จะเกิดน้ำป่ามีได้ง่ายเนื่องจากเป็นทางไหลผ่านของน้ำป่า แต่ถ้าจำเป็นจะต้องตั้งแคมป์บริเวณนั้นแล้วละก็ คงต้องเพิ่มความระมัดระวังคอยฟังเสียงน้ำเอาไว้ และมองหาเส้นทางหนีขึ้นที่สูงไว้ก่อน

อันที่จริงแล้ว น้ำป่าใช้ว่าจะน่ากลัว และเป็นอันตรายเสมอไป สำหรับในระบบนิเวศน์ของป่าฝนแล้ว น้ำป่าไม่ได้เป็นอันตรายแต่อย่างใด แต่กลับตรงกันข้าม นับเป็นปรากฏการณ์ที่มีประโยชน์ต่อระบบนิเวศน์ คือจะเป็นตัวพาเอาสิ่งสกปรกออกไปจากผืนป่า และเป็นตัวการนำพาเอาความอุดมสมบูรณ์

และแร่ธาตุต่าง ๆ จากยอดเขาลงไปสู่ที่ราบหรือตามหุบเขาต่าง ๆ ในป่า ช่วยทำให้ต้นไม้ พรรณไม้ต่าง ๆ อุดมสมบูรณ์ตามไปด้วย

หยดน้ำหรือน้ำจากแหล่งสะสมน้ำใต้ดิน เมื่อรินไหลรวมตัวกันเป็นสายน้ำ เป็นลำธาร จากลำธารเล็กๆ เมื่อหลากไหลมารวมกันจากหลายพื้นที่ก็รวมเป็นสายธารขนาดใหญ่ หลังไหลลงสู่ผืนแผ่นดินที่ลุ่มต่ำกว่า เมื่อสายน้ำจากแหล่งต้นน้ำซึ่งมักเป็นภูเขาสูงหรือเทือกเขาสลับซับซ้อน ไหลลงสู่ผืนแผ่นดินที่ต่ำกว่า ซึ่งธารน้ำในบริเวณต้นน้ำที่เป็นภูเขาสูงชันนั้น จะมีพลังการไหลที่รุนแรง การกัดเซาะในแนวตั้งที่เกิดขึ้นสูง เมื่อสายน้ำไหลผ่านความต่างระดับของผืนแผ่นดินของผาหินนี้เอง จึงก่อให้เกิดเป็นน้ำตกขึ้นมาท่ามกลางป่าเขา การก่อเกิดน้ำตกบนผืนโลก ยังมีผลจากการที่สายน้ำไหลผ่านพื้นที่ซึ่งเป็นผืนดินและแผ่นหินที่มีความแข็งแกร่งไม่เท่ากัน โดยพื้นดินจะถูกกัดเซาะออกไปก่อน จากนั้นพื้นหินที่มีโครงสร้างอ่อนกว่าก็จะถูกกัดเซาะให้สึกกร่อนเป็นร่องลึกกว่าพื้นหินที่มีโครงสร้างแข็ง เมื่อผ่านกาลเวลานั้นนานนับร้อยนับพันปีจึงเกิดเป็นผาน้ำตกที่สูงชันหรือลุ่มลึก โดยบริเวณตอนล่างของน้ำตกมักเกิดเป็นแอ่งลึกที่เรียกว่า แอ่งฐานน้ำตก ซึ่งมีลักษณะแอ่งคล้ายกับสระว่ายน้ำ

ความงดงามและความแตกต่างกันของน้ำตกแต่ละแห่งนั้น จะขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการด้วยกัน เช่น เกิดจากโครงสร้างของผาหินที่แตกต่างกัน เช่น น้ำตกที่เกิดขึ้นบริเวณลานหินหรือผาหินแกรนิต มักจะมีลักษณะสูงใหญ่ ไหลตกลงมาจากผา

ดิ่งชัน ผาหินมักมีความมันวาว เช่น น้ำตกแม่ยะ น้ำตกวชิรธาร น้ำตกแม่กลาง บนดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่ น้ำตกคลองจ่าน จังหวัดกำแพงเพชร เป็นต้น

ส่วนน้ำตกที่เกิดจากผาหินที่มีโครงสร้างเป็นหินปูน มักเป็นน้ำตกขนาดกลางและน้ำตกขนาดเล็ก เนื่องจากน้ำตกที่มีโครงสร้างหินปูนนั้นจะมีการพอกพูนของแคลเซียมคาร์บอเนต ก่อเกิดเป็นคราบหินปูนจับเกาะ และเพิ่มขนาดขึ้นเรื่อยๆ ตามชั้นน้ำตก น้ำตกที่มีโครงสร้างจากหินปูนนี้จึงมักเป็นน้ำตกที่มีชั้นสั้นๆ มากมายหลายชั้น และมีลีลาที่อ่อนช้อย แผ่กว้างออกไปด้านข้าง เช่น น้ำตกห้วยขม้น น้ำตกไทรโยค น้ำตกเอราวัณ จังหวัดกาญจนบุรี หรือน้ำตกทีลอซู จังหวัดตาก

นอกจากนี้ ยังมีโครงสร้างของผาน้ำตกที่มีลักษณะเป็นหินทราย ซึ่งมักเป็นสายธารน้ำตกที่มีลักษณะราบกว้าง มีลานหิน หลุมหิน หรือโพรงหินที่เรียกว่า กุ่มลักษณะนี้ อันเกิดจากก้อนกรวดที่ไหลมากับสายน้ำหมุนวนกลายเป็นตัวขุดเจาะอย่างดี น้ำตกลานหินทรายนี้มักอยู่ทางภาคอีสาน ซึ่งมีภูมิประเทศเป็นหินทราย เช่น น้ำตกตาดโตน จังหวัดชัยภูมิ น้ำตกสร้อยสวรรค์ จังหวัดอุบลราชธานีหรือน้ำตกแก่งโสภา จังหวัดพิษณุโลก เป็นต้น

นอกจากโครงสร้างของผาหินน้ำตกที่ทำให้เกิดรูปร่างและความงามที่แตกต่างกันแล้ว สภาพผืนป่ารอบข้างก็ยังเป็นตัวช่วยให้เกิดน้ำตกเกิดความงามที่แตกต่างกัน เช่น น้ำตกที่รินไหลลงมาท่ามกลางผืนป่าดงดิบที่ปกคลุม สภาพของน้ำตกก็

จะชุ่มชื้นเขียวขจี มีพืชเล็กๆ ที่อาศัยละอองไอน้ำตกก่อเกิด ปกคลุม เช่น พืชจำพวกมอส เฟิร์น ส่วนผืนป่ารอบข้างน้ำตก ที่มีลักษณะเป็นป่าผลัดใบ หรือป่าเต็งรัง อย่างเช่นน้ำตกตาม ลานหินทราย ก็จะมีบรรยากาศแตกต่างออกไปอีกแบบ มักมี ลานหินราบเรียบกว้างใหญ่อยู่ริมสองข้างน้ำตก เหมาะแก่การ พักผ่อนหย่อนใจอย่างยิ่ง

สำหรับการเตรียมตัวในการเดินทางเที่ยวน้ำตกนั้น สิ่งแรกต้องศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับน้ำตกที่จะเดินทางไปเที่ยวในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นการเดินทาง สภาพของน้ำตก ที่ตั้ง และพื้นที่ ว่าอยู่ในพื้นที่ประเภทไหน เช่นอุทยานแห่งชาติ วนอุทยาน เขต รัักษาพันธุ์สัตว์ป่า หรือพื้นที่การดูแลของจังหวัด นักเดินทาง จะต้องทราบข้อมูลตั้งแต่เริ่มออกเดินทางจนถึงพื้นที่ และการ เข้าถึงน้ำตก ซึ่งบางแห่งรถยนต์เข้าถึง บางแห่งต้องเดินเท้าต่อ บางแห่งต้องเดินป่า และบางแห่งอาจต้องล่องแก่งเข้าไป หรือ จำเป็นต้องพักค้างแรมในป่า เพื่อจะได้เตรียมตัวติดต่อประสาน งานและเตรียมอุปกรณ์ไปให้พร้อม

การวางแผนการเดินทาง โดยนำข้อมูลมาจัดโปรแกรม ในบางพื้นที่อาจจะมีน้ำตกอยู่ใกล้เคียงกันหลายแห่ง บางพื้นที่ อาจมีจุดสนใจใกล้เคียง จะต้องจัดโปรแกรมการเดินทางเป็นวันๆ ตลอดจนถึงสิ้นสุดการเดินทาง จะต้องติดต่อประสานงานล่วงหน้า เท่าที่จะทำได้ เพื่อความแน่นอน ไม่ว่าจะเป็นพาหนะ การจองตัว ล่องหน้า จองที่พัก โดยเฉพาะในพื้นที่อุทยานแห่งชาติ หรือหาก

เป็นเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าอาจต้องทำหนังสือขออนุญาตเข้าไป ศึกษาธรรมชาติก่อนจึงจะเข้าไปในพื้นที่ได้ แต่เขตรักษาพันธุ์ สัตว์ป่าบางแห่งอาจอนุโลมให้เข้าไปเยี่ยมชมได้ อย่างเช่น น้ำตก โตนงาช้าง น้ำตกทีลอซู

ขั้นต่อไปก็ต้องเตรียมพาหนะให้พร้อม หากเป็นรถที่ขับ ไปเองต้องตรวจเช็คสภาพเส้นทางในช่วงนั้น เช็คความพร้อมของ พาหนะให้สมบูรณ์ หากเป็นรถที่เช่าเหมาไปต้องบอกข้อมูลกับ คนขับให้ทราบเพื่อการเตรียมตัวสิ่งสำคัญอีกอย่างก็คือการเตรียม พิตรร่างกายให้แข็งแรงให้สมกับการเข้าไปพักผ่อนในธรรมชาติ

## ยาฆ่าแมลงปลอดสารพิษ

### ยาฆ่าแมลงจากพริก

พริก เป็นพืชที่ขึ้นได้ดีในเขตร้อนหรือกึ่งร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปอเมริกาใต้ ส่วนของพริกที่มีฤทธิ์ในการกำจัดแมลงคือผลสุก พริกมีสารที่ให้ผลต่างกันคือส่วนของผิวและเมล็ดมีสารฆ่าเชื้อรามาก ส่วนใบและดอกจะมีสารยับยั้งการขยายตัวของเชื้อไวรัส

วิธีเตรียม โขลกพริก 100 กรัมให้ละเอียด ละลายน้ำ 1 ลิตร คนแรงๆ นานประมาณ 10 นาที แล้วกรองเอาแต่น้ำใส่เติมน้ำสบู่เล็กน้อย สารละลายที่ได้นี้ หากเข้มข้นเกินไปจะทำให้ใบไหม้ ดังนั้น จึงควรทดลองฉีดพ่นในกระถางก่อน คูณผลแล้วจึงค่อยฉีดในแปลง

ศัตรูพืชที่พริกให้ผลในการป้องกันกำจัด ได้แก่ ตัวงวงข้าว เพลี้ยอ่อน มด แมลงศัตรูพืชในโรงเก็บ หนอนผีเสื้อกะหล่ำ และหนอนอีกหลายชนิด ถ้าเป็นโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส ควรพยายามสังเกตอาการที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ควรฉีดยาทันทีที่สังเกตเห็นโรคปรากฏ เพราะถ้าปล่อยให้เป็นมากถึงขั้นลุกลามทั่วทั้งแปลงแล้วจะใช้น้ำนี้ไม่ได้ผล



# สิ่งแฉดล้อม

## ฤดูกาลปลูกป่า

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

**ท**ากมองภาพรวมในระยะสิบปีที่ผ่านมา คนไทยมีทัศนคติต่อป่าดีขึ้นมากทั้งองค์กรและบุคคลจะสังเกตเห็นถึงความสำคัญของความเขียวข่มู่ว่าสามารถเป็นเกาะป้องกันที่สำคัญในการดำรงอยู่ของมนุษยชาติ และเริ่มการสร้างมันขึ้นมาทดแทนส่วนที่ถูกทำลายไป

สิ่งนี้เองที่ทำให้คนที่ทำมาหากินจากการทำลายป่าถูกมองว่าเป็นศัตรูของสังคม จึงต้องแอบทำแบบซ่อนเร้นถึงจะได้

มาซึ่งความร่ำรวยแต่ก็ไร้ศักดิ์ศรีและความภาคภูมิใจ

จึงเป็นข้อกำหนดของสังคมใหม่ ซึ่งเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เพราะพลังของการสร้างสรรค์เริ่มเติบโตกล้าแข็งขึ้นตามลำดับ และน่าเชื่อว่าในที่สุดแล้วพลังของการสร้างสรรค์ย่อมต้องบรรลุเป้าหมายจนได้ ซึ่งเป็นเป้าหมายสำหรับคนในชาติทุกๆ คน ไม่ใช่เป้าหมายของใครคนหนึ่งหรือบริษัทใดบริษัทหนึ่ง เพราะทุกคนย่อมได้รับประโยชน์ที่มีค่านันต์ของป่าโดยเท่าเทียมกัน

ทุกวันนี้รัฐบาลไม่สามารถดำเนินการปลูกป่าได้อย่างเต็มที่ เนื่องจากมีข้อจำกัดหลายๆ ด้าน แต่องค์กรเอกชนและชาวบ้านยังคงร่วมกันดำเนินการปลูกป่าต่อไปตามเจตนารมณ์ของตนอย่างไม่ลดละหรือท้อถอย และเมื่อเข้าหน้าฝนปีนี้ก็เช่นกัน กิจกรรมปลูกป่าก็กำลังเริ่มขึ้นในภูมิภาคทั่วประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปลูกป่าเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์สมเด็จพระบรมราชาธิราชองค์ที่ ๑๖ ในวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษา ๑๒ สิงหาคม เพื่อเป็นการร่วมใจสร้างสรรค์สังคมอย่างไม่ย่อท้อ และการปลูกป่าก็ต้องอาศัยความอดทนเป็นเวลานานถึงจะมองเป็นรูปเป็นร่างได้แต่ด้วยความมุ่งมั่นและมีศุนย์รวมใจตรงกัน กิจกรรมที่เป็นประโยชน์สูงสุดอย่างนี้ก็ยังเดินทางต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง

การปลูกป่าคือการสร้างสรรค์ธรรมชาติขึ้นมาใหม่ ซึ่งเราจำเป็นต้องมีการดูแลอย่างต่อเนื่องในระยะหนึ่ง ต่อจากนั้นก็คือการรักษาอย่าให้ถูกทำลายอย่างที่แล้วๆ มา นับเป็นภารกิจของสังคม ทำแล้วก่อให้เกิดความสบายใจ

นอกจากการร่วมกันปลูกป่าเพื่อสร้างสรรค์ธรรมชาติแล้ว

ก็ยังมีกลุ่มอนุรักษ์ธรรมชาติอีกกลุ่มหนึ่งที่ร่วมกันรณรงค์และสร้างวัฒนธรรมการท่องเที่ยวขึ้นโดยกลุ่มรักษ์เขาใหญ่และองค์กรเอกชนรวมทั้งประชาชนทั่วไป ได้ร่วมกันจัดงานแสดงความไว้อาลัยแก่ช้างแม่ลูกจำนวน ๘ ตัว ที่ได้ตกลงในน้ำตกเหวนรกเมื่อต้นเดือนสิงหาคม ๒๕๓๕ ที่ผ่านมา โดยทุกครั้งของการร่วมกิจกรรมนี้ ทางองค์กรได้นำประเด็นใหม่เข้ามาเสริมการรณรงค์ อันเป็นประเด็นที่สอดคล้องกับเหตุการณ์ของในแต่ละปี

สำหรับในปีนี้ เนื่องจากเป็นปีที่ทางรัฐบาลได้ประกาศให้เป็นปีแห่งการท่องเที่ยวไทย และได้ร่วมกันรณรงค์ให้คนไทยหันมาเที่ยวประเทศไทยในจุดต่างๆ กันมากขึ้น และในจุดของการท่องเที่ยวเหล่านั้น ในพื้นที่ที่เป็นธรรมชาตินับว่าได้รับความสนใจเป็นกรณีพิเศษ โดยเฉพาะอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ ซึ่งอยู่ไม่ห่างไกลจากชุมชนเมืองอย่างกรุงเทพมหานครมากนัก

จากเหตุผลดังกล่าวก็เข้ามาเป็นผลให้การท่องเที่ยวในพื้นที่ธรรมชาติดังกล่าวค่อนข้างจะมีจำนวนผู้คนมากขึ้น ตลอดจนทำให้เกิดการกระทบต่อสิ่งแวดล้อมเพิ่มมากขึ้น ส่วนการจะออกมารณรงค์เพื่อปกปิดพื้นที่ไม่ให้ผู้คนเข้าไป ก็เป็นไปไม่ได้ เพราะพื้นที่ตรงนี้เป็นของส่วนรวม ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันในการเดินทางเข้าไปเที่ยวชม

ตลอดเวลาที่ผ่านมา ปรากฏว่าได้ก่อให้เกิดปัญหาให้กับสถานที่ท่องเที่ยวพอสมควรนับตั้งแต่ชีวิตของสัตว์ป่า อย่างเช่นลิงที่มักจะถูกกรณย์ของเหล่านักท่องเที่ยวที่ขมขื่นและพิการไปก็มาก หรือแม้แต่กวางที่ต้องตายไปด้วยการกินเศษอาหารที่

นักท่องเที่ยวทั้งไว้ภายในถุงพลาสติกก็มีเกิดขึ้น จึงนับได้ว่าเป็น ปัญหาใหญ่ปัญหาหนึ่งในปัจจุบันของอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่

ทางกลุ่มองค์กรดังกล่าวซึ่งเป็นองค์กรที่จะมีกิจกรรม ร่วมกันในทุกปี โดยใช้ชื่องานว่า ช้างเขาใหญ่ และในปีนี้ได้หันมา ทำการรณรงค์ในเรื่องของขยะในพื้นที่ท่องเที่ยวอุทยานแห่งชาติ เขาใหญ่ขึ้น

สำหรับเป้าหมายในการรณรงค์ครั้งนี้มีอยู่ด้วยกัน 3 ประเด็นอันประกอบด้วย การรณรงค์ให้นักท่องเที่ยวมีความรับผิดชอบต่อขยะที่หลีกเลี่ยงการบริโภคของตนเองเพื่อให้เกิดการศึกษา แก่เยาวชนในการบริโภคและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการบริโภค รอบอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ และเพื่อให้เกิดการศึกษาแก่ผู้คนทั่วไป ให้ตระหนักและให้ความสำคัญต่อพื้นที่อุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ ในแง่ของป่าที่เป็นแหล่งสะสมพลังงานของสังคมอย่างยั่งยืน

กิจกรรมในครั้งนี้มีผู้เข้าร่วมหลายองค์กร เป็นจำนวน ไม่น้อยกว่า 1,400 คน โดยมีกิจกรรมกันอย่างต่อเนื่องนับตั้ง แต่การแจกถุงดำที่ใช้สำหรับใส่ขยะให้กับเยาวชนออกไปทำ การเก็บขยะแล้วนำมาแลกเอาของที่ระลึกจากคณะที่ทีมงานมีการ จัดตั้งกลุ่มอาสาสมัครจากเยาวชนเป็นตำรวจขยะ คอยจัดเก็บ ขยะที่เหล่านักท่องเที่ยวทิ้งเรียกราดไม่เป็นที่มาไว้ในที่ที่กำหนด ตลอดถึงการจัดนิทรรศการเกี่ยวกับการจัดการขยะของกลุ่ม เยาวชนรักษ์เขาใหญ่เป็นต้น

นอกจากนี้ก็ยังมีการดำเนินการจัดตั้งกลุ่มเยาวชนอาสาสมัครรับจัดการขยะจากนักท่องเที่ยวที่สนใจให้เยาวชนเหล่านี้

เป็นผู้ดำเนินการภายใต้หลักการที่ว่าผู้ก่อมลพิษเป็นผู้รับผิดชอบ ค่าใช้จ่ายในการจัดการมลพิษ โดยเริ่มต้นที่ขยะ 1 กิโลกรัมที่ ราคาค่าจัดการ 1 บาท จากนั้นกลุ่มเยาวชนจะจัดการแยกขยะ เป็นขยะเปียกและขยะแห้ง โดยขยะเปียกจะทำการฝังกลบพร้อม ปลูกต้นไม้ขึ้นมาทดแทนบริเวณที่ฝัง และเขียนป้ายแสดงจำนวน ขยะที่เกิดขยะ ณ จุดดังกล่าวด้วย ส่วนขยะแห้งจะแยกออกเช่น กันโดยแยกเป็นขยะที่สามารถนำกลับไปใช้ได้ใหม่อย่างเช่น ขวดแก้ว ขวดพลาสติก โดยการติดต่อกับทางโรงงานที่รับซื้อ เพื่อนำกลับไปใช้ใหม่ แล้วนำเงินทั้งหมดที่ได้มาจากกิจกรรมนี้ เข้าสมทบกองทุนเยาวชนต่อไป

และที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่งซึ่งดูจะเป็นประเด็นที่สถานที่ อื่นๆ สามารถนำไปปฏิบัติได้ด้วยก็คือการรณรงค์ให้นักท่องเที่ยว แต่ละคนรู้จักการจัดการขยะที่เกิดจากการกระทำของแต่ละ คนด้วยตนเอง ก่อนการนำกลับไปยังบ้านของแต่ละคน คือ ให้ทุกคนที่เข้าไปท่องเที่ยวไม่ว่าสถานที่แห่งนั้นจะเป็นจุดไหนของ ประเทศไทยก็ตาม ขยะทั้งหมดที่เกิดขึ้นจะต้องนำกลับออกมา พร้อมกับตัวเองที่กลับออกมาจากแหล่งท่องเที่ยวนั้นๆ ด้วย

กิจการดังกล่าวนับว่าเป็นเรื่องที่ควรแก่การส่งเสริม เนื่อง จากสถานที่ท่องเที่ยวของประเทศเราหลายต่อหลายแห่งที่ค่อนข้างจะเป็นที่นิยมของผู้คนและเป็นสถานที่ที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ มักจะมีสิ่งแปลกปลอมที่ถูกนำเข้าไปจากคนเราแล้วทิ้งฝากไว้ เป็นที่ระลึกต่อธรรมชาติจนสถานที่บอบช้ำเสียหายมากก็มากต่อ มากแล้ว หากโครงการนี้ได้รับการยอมรับในวงกว้าง โอกาสดีต่อ

ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวก็คงจะเบาบางลงไปบ้างอย่างน่าดีใจทีเดียว

นอกจากการรณรงค์และส่งเสริมสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติจากกลุ่มรักษ์เขาใหญ่ องค์กรเอกชน และประชาชนทั่วไปแล้วก็ยังมีโครงการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืนเกิดขึ้นอีก ซึ่งรัฐบาลเดนมาร์ก โดย Danish Cooperation for Environment and Development หรือ DANCED เห็นว่าการสร้างพลังชุมชนเป็นสิ่งสำคัญและจะต้องมีการสานต่ออย่างต่อเนื่องเพื่อให้ไปสู่เยาวชน โครงการพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืนจะทำให้เด็กในรุ่นหลังรู้สึกหวงแหนทรัพยากรธรรมชาติของตนตั้งชีวิตจิตใจ

จึงได้เกิดโครงการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืนขึ้น เป็นโครงการที่มีวัตถุประสงค์ที่จะยกระดับคุณภาพชีวิตของชุมชน ให้มีการพัฒนาอย่างยั่งยืนโดยการผสมผสานกิจกรรมและเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่องค์กรชุมชนในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ โดยมีสมมติฐานว่าชุมชนและป่าสามารถอยู่ร่วมกันได้ และชุมชนท้องถิ่นมีความสามารถในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติได้อย่างยั่งยืนโดยการประสานงานกับหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้อง

โครงการได้ดำเนินการสนับสนุนองค์กรชุมชนและเครือข่ายให้มีขีดความสามารถในการอนุรักษ์ฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งในรูปการรักษาป่าชุมชน ดันน้ำลำธาร ความหลากหลายทางชีวภาพ และทรัพยากรชายฝั่ง ช่วยส่งเสริมบทบาทหญิงและชาย

ให้มีส่วนร่วมในการจัดการทรัพยากร รวมทั้งการใช้ที่ดินอย่างยั่งยืนด้วยการปรับปรุงระบบไร่นา ทำการเกษตรในเชิงอนุรักษ์ และการพัฒนาอาชีพทางเลือก รวมทั้งการส่งเสริมความร่วมมือระหว่างเกษตรกรผู้ผลิตและผู้บริโภคในเมือง เพื่อสร้างให้เกิดผลต่อความร่วมมือในการพัฒนานโยบาย

DANCED ได้ให้การสนับสนุนโครงการในระยะแรกเป็นจำนวนเงินกว่า 62 ล้านบาท โดยมีระยะเวลาดำเนินการแบ่งเป็น 2 ช่วง ระยะเวลาที่ 1 เริ่มตั้งแต่มกราคม 2539-มิถุนายน 2541 และระยะเวลาที่ 2 ตั้งแต่กรกฎาคม 2541-มิถุนายน 2545

ประกอบด้วยโครงการพัฒนาลุ่มน้ำภาคเหนือโดยองค์กรชุมชนโครงการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืนภาคอีสานโครงการจัดการทรัพยากรโดยองค์กรชุมชนในพื้นที่ลุ่มน้ำภาคใต้โครงการจัดการทรัพยากรชายฝั่งภาคใต้โดยองค์กรชุมชน

ขณะนี้ได้เกิดองค์กรชุมชนและเครือข่ายในรูปของเครือข่ายอนุรักษ์ป่า เครือข่ายป่าชุมชนในภาคอีสานและภาคเหนือ เครือข่ายลุ่มน้ำในภาคเหนือและภาคใต้ รวมทั้งสมาพันธ์ประมงพื้นบ้านซึ่งเป็นการรวมตัวของชมรมประมงพื้นบ้านใน 12 จังหวัดภาคใต้ ที่มีการร่วมกันดำเนินกิจกรรมรูปแบบต่าง ๆ ในด้านการอนุรักษ์ ฟื้นฟูและรักษาทรัพยากรธรรมชาติในระดับชุมชน และกิจกรรมอื่นเพื่อยกระดับฐานะความเป็นอยู่

เพื่อสร้างรูปแบบการใช้ความรู้พื้นบ้านและวิทยาการที่เหมาะสมในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืนในพื้นที่เป้าหมายหลัก องค์กรชุมชนมีบทบาทในการวางแผนการจัดการ

ทรัพยากรและสร้างกฎระเบียบในการอนุรักษ์และฟื้นฟูของชุมชน รวมทั้งการใช้ประโยชน์จากป่ากำหนดเขตป่าชุมชนจัดทำแนวเขตป่า และการปลูกป่า การจัดการทรัพยากรชายฝั่งได้ อนุรักษ์ป่าชายเลน และจัดทำเขตอนุรักษ์ชายฝั่ง

ปรับเปลี่ยนรูปแบบการใช้ที่ดินจากระบบเกษตรเชิงเดี่ยว มาสู่ระบบการเกษตรอย่างยั่งยืนเกิดกองทุนเกษตรทางเลือกรวม 71 ชุมชนในภาคเหนือ 21 ชุมชนในภาคใต้ รวมทั้งกลุ่มออมทรัพย์ในทุกภูมิภาค โดยมีกิจกรรมการแปรรูปเกษตร การแปรรูปสัตว์น้ำ และเชื่อมโยงกับผู้บริโภคเพื่อสร้างความร่วมมือในด้านการตลาด และเกิดการประสานความร่วมมือกับหน่วยงานรัฐ และองค์กรทางสังคมในการพัฒนานโยบายที่สอดคล้องกับการจัดการทรัพยากรที่ยั่งยืนโดยองค์กรชุมชน เช่น การร่วมร่างกฎหมายป่าชุมชน การร่วมกำหนดแผนและนโยบายด้านการเกษตรยั่งยืน การสร้างความยอมรับในเรื่องสิทธิชุมชน การกำหนดมาตรการรักษาชายฝั่ง

นี่เป็นอีกบทเรียนหนึ่งที่ได้พิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า ศักยภาพขององค์กรชุมชนสามารถจัดการทรัพยากรธรรมชาติได้อย่างยั่งยืนได้อาจจะมากกว่าที่องค์กรของรัฐเคยทำมาหลายสิบปีก็เป็นได้



# ปกิณกะ

ต้นกำเนิดแห่งไอศกรีม

๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐ ๐

**ไ**ศกรีมได้กำเนิดขึ้นมาบนโลกกลมๆ โใบนี้ เมื่อประมาณ 4,000 ปีมาแล้ว ด้วยฝีมือและความคิดของชนชาติจีนด้วยการนำเอาน้ำนมที่ได้จากสัตว์เลี้ยงในฟาร์มไปฝังไว้ในหิมะ เพื่อให้กลายเป็นนมแช่แข็ง ดังนั้น ไอศกรีมในยุคแรกๆ ที่กำเนิดขึ้น จึงเป็นเพียงนมแช่แข็งเท่านั้น แต่ในสมัยของพระนางคลีโอพัตรา ชาวโรมันได้ลองนำไวน์และน้ำผลไม้ไปแช่แข็งให้เป็นไอศกรีมดูบ้าง ก็ประสบความสำเร็จ

สำเร็จ ซึ่งเป็นการจุดประกายแห่งการประยุกต์รูปแบบของไอศกรีมที่ทำจากนม มาเป็นไอศกรีมที่ทำจากน้ำผลไม้

ตั้งแต่วันนั้น...จนถึงวันนี้ ความเอร็ดอร่อยของไอศกรีมในยุคนั้นก็เริ่มแพร่หลายและมีชื่อเสียงขจรกระจายไปทั่วทุกมุมโลก

ในสมัยศตวรรษที่ 14 ได้มีนักสำรวจผู้หนึ่งคือ “มาร์โค โปโล” ได้มีโอกาสลิ้มรสของไอศกรีมเป็นครั้งแรก ที่ราชสำนักกุบไลข่าน และติดอกติดใจในรสชาติเป็นยิ่งนัก ถึงกับออกปากขอสูตรการทำไอศกรีมกลับไปทำที่นครเวนิสแห่งประเทศอิตาลีอีกด้วย

และมีผู้กล่าวขานกันว่า...ในงานเฉลิมฉลองพระราชพิธีอภิเษกสมรสระหว่าง แคเธอรีน เดอ เมดิซี แห่งเวนิส กับว่าที่กษัตริย์เฮนรี่ ที่ 2 แห่งฝรั่งเศส เมื่อปี ค.ศ.1533 ได้มีของหวานกึ่งน้ำแข็งที่ทำจากครีมข้นหวาน ซึ่งมีลักษณะคล้ายไอศกรีมในปัจจุบัน ได้รับการคัดเลือกให้เป็นอาหารหวานจานพิเศษขึ้นโต๊ะเสวยในครั้งนั้นด้วย

เนื่องจากการนำน้ำนมที่ผสมครีมมาทำให้เย็นจัด จนกลายเป็นไอศกรีมนั้น เป็นเรื่องที่ยากลำบากพอสมควร ด้วยเหตุนี้เอง เจ้าไอศกรีมจึงเป็นขนมหวานที่นิยมแต่เฉพาะในกลุ่มผู้ที่มีเงินเท่านั้น

จนกระทั่งนายแพทย์ชาวสเปนผู้หนึ่งที่อาศัยอยู่ในกรุงโรม ได้ค้นพบเทคนิคพิเศษในการทำไอศกรีมที่ง่ายขึ้นกว่าแต่ก่อน โดยการเติมดินประสิวหรือเกลือลงไปในหิมะหรือน้ำแข็งที่อยู่

รอบๆ ถึง ก็ด้วยเทคนิคและวิธีการทำที่ง่าย ๆ เพียงเท่านั้นเอง...เจ้าไอศกรีมก็ได้กลายเป็นของโปรดของผู้คนทั่วไป

หลังจากนั้นมาไม่นาน ก็ได้มีผู้พยายามคิดค้นดัดแปลงสูตรผสมไอศกรีมขึ้นใหม่ จนในที่สุดชาวฟลอเรนซ์ก็ได้ริเริ่มผลิตของหวานแช่แข็งที่ทำจากครีมล้วนๆ จากวันนั้นเป็นต้นมาชื่อเสียงด้านความอร่อยของไอศกรีมก็เริ่มแพร่กระจายไปอย่างรวดเร็ว และได้รับการต้อนรับจากทุกประเทศเป็นอย่างดี

เมืองฟิลาเดเฟีย แห่งประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นแหล่งผลิตและดัดแปลงไอศกรีมที่สำคัญ จนได้รับการขนานนามว่าเป็นเมืองหลวงของไอศกรีม เพราะที่นั่นมีการผลิตไอศกรีมเป็นจำนวนมาก และยังถือว่าเป็นบ้านเกิดของไอศกรีมโซดา หรือไอศกรีมโพลทที่เรารู้จักกันดีในปัจจุบัน

ส่วนหน้าตาและชื่อเสียงของไอศกรีมชั้นเดย์ ก็เกิดขึ้นเมื่อประมาณกลางทศวรรษที่ 1880 สาเหตุก็เพราะว่า แต่เดิมนั้นเป็นไอศกรีมที่ขายกันเฉพาะในวันอาทิตย์นั่นเอง

สำหรับไอศกรีมโคน ก็ว่ากันว่า เกิดขึ้นจาก นายอาร์โนลด์ ฟอร์นาโซ คนขายไอศกรีมที่ไปออกร้านจัดงานในมลรัฐมิสซูรี เกิดขาดแคลนจานกระดาษสำหรับใส่ไอศกรีม จึงได้นำเอาแผ่นวอฟเฟิลจากร้านข้างเคียงมาม้วนพับเข้าด้วยกันเป็นกรวยแล้วตักไอศกรีมใส่ลงไป จากงานวันนั้นเอง หน้าตาของไอศกรีมโคนจึงเป็นที่รู้จักกันเรื่อยมา

จนมาถึงปี 1912 นายเฟรเดอริก บร็อคแมน ได้ทำการ

คิดค้นประดิษฐ์เครื่องจักรสำหรับทำเป็นโคนใส่ไอศกรีมโดยเฉพาะได้สำเร็จ

ในส่วนของกำเนิดไอศกรีมในประเทศไทยนั้น ไม่มีหลักฐานใดปรากฏไว้อย่างชัดเจน แต่จากหนังสือจดหมายเหตุรายวันของสมเด็จพระบรมราชปิตุลาธิบดี เจ้าฟ้ามหาวชิรุณหิศ ทรงบันทึกเรื่องราวที่เกี่ยวกับไอศกรีมไว้ว่า

...วันพุธ วันที่ 25 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2427 ...สองโมงทูลหม่อมมบนเสด็จประทับที่ตำหนักแพ เลี้ยงพระแล้วทอดพระเนตรแห่งหนังสือของทูลหม่อมมยา ซึ่งแห่ขึ้นไปวัดปรมย์

แห่งหมดกระบวนแล้วทูลหม่อมมจึงได้ออกเรือพระที่นั่งเวสา-ตรี มาประทับที่เรือชื่อว่า ทูลหม่อมมบางกอก แล้วรับสั่งให้เราขึ้นไปบนเรือเราได้กินไอศกรีมเราดีใจนักเพราะเราเจ็บอดมาหลายวันแล้ว...

ความอีกตอนหนึ่งได้บันทึกไว้ว่า

...วันพุธ วันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2428 ...ป้ายสมเด็จพระแม่ประทมตื่น เราไปเล่นบนโน้นให้ป่าโสมทำไอศกรีมน้ำมะพร้าวอ่อน...

จากบันทึกและข้อความที่ได้ยกมากล่าวทำให้ทราบว่ากำเนิดของไอศกรีมในประเทศไทย ได้มีมาตั้งแต่ พ.ศ. 2427 ซึ่งเป็นเพียงของหวานของเจ้านายในวัง ข้าราชการชั้นสูง แต่ประชาชนทั่วไปยังไม่มีโอกาสได้ลิ้มรสชาติ

จวบจนกระทั่งเวลาผ่านไปจนถึงตอนปลายรัชกาลที่ 5

ห้างร้านต่างๆ เริ่มนำไอศกรีมเข้ามาจำหน่าย เจ้าของกิจการไอศกรีมรายแรกก็คือ พระยาภักตินรเศรษฐ หรือที่รู้จักกันในชื่อของ นายเลิศ เศรษฐบุตร เจ้าของบริษัทกรมเมลซ์ชาว

แต่ส่วนใหญ่แล้ว ในสมัยก่อนมักจะขายไอศกรีมกันโดยใช้รถสามล้อถีบเป็นพาหนะ ไอศกรีมที่ขายก็มีอยู่ 3 รส คือ กะทิ โโกโก้ และกาแฟ และยังสามารถเลือกใส่เครื่องต่างๆ จำพวกข้าวเหนียว ลูกชิต หรือถั่วลิสงเพิ่มเติมรสชาติได้อีกด้วย นอกจากนี้ ก็ยังมีไอศกรีมที่เป็นแท่ง มีรสมะพร้าว ถั่วดำ โโกโก้ และกาแฟ ไว้ขายให้แก่เด็กๆ

ซึ่งบางครั้ง พ่อค้าหัวใส มีการจูงใจลูกค้าด้วยการทำไอศกรีมไม้แดง หากใครซื้อไปแล้วได้ไม้ที่ปลายมีสีแดงแต้มไว้ก็สามารถที่จะนำไม้ นั้นมาแลกไอศกรีมได้ฟรีอีกหนึ่งอัน แต่ส่วนใหญ่พ่อค้ามักจะทำไม้แดงไว้ไม่มากนัก จึงทำให้ทุกคนต้องซื้อไอศกรีมกันคนละหลายแท่งเพื่อให้ได้ไม้สีแดง

จากวันวานจวบจนวันนี้ ไอศกรีมก็ได้ถูกแต่งเติมรูปร่างหน้าตา รสชาติและสีสันทัน ให้แปลกไปจากไอศกรีมในสมัยก่อนมากมาย แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ประวัติของไอศกรีมจะมีมาอย่างไร แต่วันนี้ทุกคนก็ได้ลิ้มลองรสชาติของไอศกรีมกันเกือบจะครบทุกรูปแบบ โดยเฉพาะเด็กๆ จะมีความหลงใหลในรสชาติของไอศกรีมมากที่สุด

อ้างอิงจากหนังสือมาสุก

## ยาฆ่าแมลงปลอดสารพิษ

### ยาฆ่าแมลงจากมะเขือเทศ

มะเขือเทศ เป็นไม้ล้มลุก ต้นมะเขือเทศมีสารชื่อโทมาทิน ซึ่งมีฤทธิ์ยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อราและเชื้อแบคทีเรีย บางชนิดที่เป็นสาเหตุของโรคพืชและโรคในคนได้

สำหรับแมลงศัตรูพืชที่มะเขือเทศให้ผลในการป้องกันกำจัดได้แก่ ตัวง หนัดผัก ตัวงหน่อไม้ฝรั่ง หนอนใยผัก หนอนผีเสื้อ หนอนผีเสื้อกะหล่ำ หนอนเจาะลำต้น ไรแดง แมลงวัน และแมลงสาบ

วิธีที่ 1 ใช้ใบสด 2 กรัม ต่อน้ำ 5 ลิตร หรือใบสด 2 กำมือพูนๆ ต่อน้ำอุ่นหรือน้ำร้อน 2 ลิตร ฉีกใบให้ละเอียดแช่ลงในน้ำนานประมาณ 5 ชั่วโมง กรองแล้วนำไปฉีด วิธีนี้ใช้ได้ผลดีกับหนอนผีเสื้อกะหล่ำ ควรฉีดทุกๆ 2 วัน

วิธีที่ 2 ใช้ใบแห้ง 20 กรัม ต้มในน้ำ 1 ลิตร จนเกือบคล้ายๆ น้ำเชื่อม ทิ้งไว้ให้เย็น แล้วจึงเอาไปทาต้นไม้ เช่นลำต้น หรือกิ่งก้าน สำหรับป้องกันแมลง

วิธีที่ 3 ใช้ลำต้น ใบ และผล บดหรือตำให้ละเอียด ผสมขี้เถ้า เติมน้ำเล็กน้อย ตั้งทิ้งไว้สักครู่ กรองแล้วนำไปฉีด

วิธีที่ 4 ใช้วิธีปลูกแซมหรือปลูกกระหว่างแถวร่วมกับกะหล่ำปลี เมื่อขยี้ใบมะเขือเทศ จะมีกลิ่นฉุนออกมาซึ่งมีฤทธิ์ช่วยขับไล่หนอนผีเสื้อกะหล่ำ



## เศรษฐกิจ

ญี่ปุ่นกับปัญหาเศรษฐกิจไทย

□ □ □ □ □ □ □ □ □

พิชยพันธ์ุ ชาญภูมิถล

ญ

มิหลังของปัญหา : ข้อตกลงพลาซ่า (Plaza Accord) กับกระแสโลกาภิวัตน์

- ตั้งแต่ปี 1985 ที่ได้มีการจัดทำข้อตกลงพลาซ่า อันเป็นผลให้ค่าเงินเยนของญี่ปุ่นแข็งค่าขึ้นจาก 240 เยน เป็น 122 เยน ต่อดอลลาร์สหรัฐฯ ประกอบกับกระแสกดดันจากสหรัฐฯ และประเทศพัฒนาแล้วในช่วงครึ่งหลังทศวรรษ 1980 ที่ส่งเสริมให้ญี่ปุ่นดำเนินนโยบายผ่อนปรนการเงิน (ลดอัตราดอกเบี้ย)

ท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์ ทำให้สถาบันการเงินญี่ปุ่นให้สินเชื่ออย่างไม่ระมัดระวัง (easy credit) แก่ธุรกิจต่างๆ รวมทั้ง อสังหาริมทรัพย์ ซึ่งนำไปสู่การเกิดเศรษฐกิจฟองสบู่ในญี่ปุ่น และค่าเงินเยนที่แข็งขึ้น ได้ช่วยผลักดันให้บริษัทญี่ปุ่นส่วนใหญ่ ย้ายฐานการผลิตไปยังประเทศต่างๆ ในเอเชีย นำเงินไปลงทุน เพื่อใช้ประโยชน์จากปัจจัยการผลิตที่ใช้แรงงานมากและใช้ต้นทุนการผลิตต่ำเพราะค่าแรงถูก ประกอบกับภายในญี่ปุ่นเองก็เกิดการเก็งกำไรในที่ดินและเกิดหนี้เสียติดตามมาเป็นจำนวนมาก จนเศรษฐกิจฟองสบู่แตกในปี 1990 และไม่สามารถแก้ไขให้เศรษฐกิจญี่ปุ่นกลับฟื้นขึ้นได้มาเป็นเวลามากกว่า 7 ปีแล้ว แม้ว่าจะมีแผนการปฏิรูปการเงินขนาดใหญ่ (Big Bang) และใช้เงินรัฐในการกระตุ้นเศรษฐกิจต่างๆ อย่างต่อเนื่องจนขาดดุลงบประมาณจำนวนมหาศาลก็ตามแต่ก็ยังไม่เห็นแนวโน้มว่าญี่ปุ่นจะฟื้นคืนชีพทางเศรษฐกิจได้ในเร็วๆ นี้

- สถานการณ์ค่าเงินเยนแข็งตัวในช่วงปลายทศวรรษ 1980 ได้ช่วยกระตุ้นให้เกิดการลงทุนของญี่ปุ่นในไทยเป็นจำนวนมากในช่วงปลายทศวรรษ 1980 ถึงต้นทศวรรษ 1990 (ระหว่างปี 1986-1990 ญี่ปุ่นลงทุนมากเป็นอันดับ 1 โดยเฉพาะปี 1988-1989 มีมูลค่ารวม 3 พันล้านและ 3.5 พันล้านดอลลาร์ ตามลำดับ และในปี 1993 ลงทุนรวม 2.7 พันล้านดอลลาร์) อันเป็นสาเหตุหนึ่งที่ผลักดันให้เกิดเศรษฐกิจฟองสบู่ขึ้นในไทย โดยเฉพาะการที่รัฐบาลไทยได้ดำเนินนโยบายส่งเสริมการลงทุนจากต่าง

ประเทศ ผลักดันความเจริญเติบโตด้วยการส่งออก (Exported Growth model) เปิดเสรีการเงินมากขึ้นภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ โดยเริ่มกิจการวิเทศธนกิจ (BIBF) ในปี 1993 ทำให้มีเงินทุนจำนวนมากจากต่างประเทศไหลเข้าในประเทศเพื่อส่งเสริมการผลิตเพื่อส่งออก ขณะเดียวกันก็เกิดการลงทุนระยะสั้นเพื่อเก็งกำไรในตลาดหลักทรัพย์ของไทย ตลอดจนการที่ไทยคงอัตราแลกเปลี่ยนคงที่โดยผูกไว้กับดอลลาร์ฯ ไว้เป็นเวลานานเพื่อประโยชน์ในการส่งออก แต่มีผลเสียทำให้ไม่สามารถปรับเปลี่ยนค่าเงินได้ตามความเป็นจริงทำให้มีค่าแข็งเกินไป จนกระทบความสามารถในการส่งออกของไทยเพราะประเทศคู่แข่งชั้นขายสินค้าในราคาถูกกว่า เกิดปัญหาเศรษฐกิจซบเซา ตลอดจนเงินทุนที่ไหลเข้าส่วนใหญ่ได้ถูกนำไปใช้ในกิจการที่ไม่ให้ผลประโยชน์หรือไม่เพิ่มประสิทธิภาพในการผลิตของไทย โดยเฉพาะการให้สินเชื่อในกิจการอสังหาริมทรัพย์จำนวนมากที่ไม่ได้ผลกำไรจนเป็นผลให้สถาบันการเงินต่างๆ ประสบปัญหาหนี้เสียจำนวนมาก อันทำให้รัฐบาลต้องแก้ไขปัญหากการเก็งกำไรค่าเงินบาทและปล่อยให้ค่าเงินบาทลอยตัว ในปี 2540 และรับความช่วยเหลือทางการเงินจาก IMF เป็นเงิน 17.2 พันล้านดอลลาร์ฯ รวมทั้งต้องดำเนินการปฏิรูปทางการเงินอย่างต่อเนื่องเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว

## การลงทุนต่างประเทศของญี่ปุ่นในไทย : ผลกระทบต่อโครงสร้างการผลิต การค้าและค่าเงินบาทของไทย

การลงทุนต่างประเทศของญี่ปุ่นในไทยได้ก่อให้เกิดผลกระทบสำคัญ 3 ประการ ดังนี้ คือ

1. เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างการผลิตกลายเป็นการแข่งขันการผลิตตามความถนัดหรือความได้เปรียบในการแข่งขัน (comparative advantage) ในเอเชียที่เน้นให้ญี่ปุ่นผลิตสินค้าคุณภาพสูง ขณะที่ไทยและประเทศอื่นๆ ในเอเชียผลิตสินค้ามูลค่าเพิ่มต่ำ (low value-added) และเน้นการผลิตเพื่อส่งออกสินค้าบางชนิดแทนญี่ปุ่น เช่น สินค้าอิเล็กทรอนิกส์ โดยนำเข้าสินค้าทุน เครื่องจักร และสินค้าขั้นกลางจากญี่ปุ่นเข้ามาผลิตเพื่อส่งออกหรือขายในประเทศ ทำให้เกิดปัญหาขาดดุลการค้าและดุลการชำระเงินต่างประเทศของไทย แต่กระบวนการนี้ได้ช่วยส่งเสริมการส่งออก เพิ่มความเจริญเติบโตและเชื่อมโยงเศรษฐกิจไทยเข้ากับระบบเศรษฐกิจโลก ในทางกลับกันเมื่อเศรษฐกิจไทยและเอเชียซบเซาก็จะเป็นผลกระทบกลับไปยังบริษัทญี่ปุ่นที่จะไม่สามารถส่งออกสินค้าทุนและวัตถุดิบถึงสำเร็จรูปให้เอเชียใช้ผลิตได้อีกต่อไป ทำให้เศรษฐกิจญี่ปุ่นต้องซบเซาตามไปด้วย

2. เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างการค้าที่ทำให้ประเทศในเอเชีย รวมทั้งไทยส่งออกสินค้านี้ระหว่างกันมากขึ้นและส่งออกไปยังสหรัฐฯ มากขึ้นด้วย ซึ่งส่วนหนึ่งเพื่อแทนที่การส่งออกของญี่ปุ่น และในทางอ้อมได้ช่วยญี่ปุ่นเบี่ยงเบนปัญหาการ

ถูกสหรัฐฯ กดดันให้ญี่ปุ่นลดการส่งออกสินค้าไปยังสหรัฐฯ แต่ในทางตรงกันข้ามกลับทำให้ไทยถูกลดหรือตัดสิทธิประโยชน์ทางการค้า (GSP) มากขึ้น เพราะมีอัตราความเจริญเติบโตสูงและมีมาตรฐานความเป็นอยู่ดีขึ้น แต่เมื่อเศรษฐกิจของไทยและเอเชียประสบปัญหาหรือซบเซาลงก็จะมีผลทำให้การค้าและการลงทุนในเอเชียของญี่ปุ่นกระทบกระเทือนด้วยเพราะบริษัทสาขาในเอเชียไม่ได้รับผลกำไรจากการขายสินค้าหรือมีเงินไหลกลับไปจนเกือบบริษัทแม่ในญี่ปุ่น ซึ่งได้ส่งผลให้เศรษฐกิจญี่ปุ่นฝืดเคืองตามไปด้วย

3. เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการผลิตซึ่งแม้ว่าจะมีได้เกิดขึ้นเพราะการลงทุนจากญี่ปุ่นโดยตรง แต่ระบบเศรษฐกิจฟองสบู่ที่เกิดขึ้นจากการลงทุนต่างๆ และนโยบายการเปิดเสรีการเงินของไทยทำให้เกิดการไหลเข้าของเงินทุนระยะสั้นเพื่อลงทุนในกิจการที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อภาคเศรษฐกิจที่แท้จริง เกิดการเก็งกำไรค่าเงินบาท จากการได้รับสินเชื่อจากต่างประเทศในราคาถูกและได้รับผลตอบแทนจากดอกเบี้ยในประเทศ ที่สูงกว่าดอกเบี้ยในต่างประเทศ รวมทั้งนโยบายรัฐบาลในการรักษาค่าเงินบาทให้มีอัตราคงที่เพื่อดึงดูดการลงทุนและส่งเสริมการส่งออกของไทย ทั้งนี้ เพื่อส่งเสริมอัตราความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ทำให้นักเก็งกำไรและนักลงทุนได้รับความเสี่ยงที่เกิดจากการลงทุนค่อนข้างน้อย อาทิ การลงทุนระยะสั้นดังกล่าวที่ไม่ได้เพิ่มคุณภาพและประสิทธิภาพ

การผลิตให้ดีขึ้น แต่กลับทำให้เงินบาทมีค่าแข็งเกินความเป็นจริงและเป็นผลกระทบกระเทือนความสามารถในการแข่งขันของสินค้าไทย ขณะเดียวกันการให้สินเชื่อของสถาบันการเงินญี่ปุ่นแก่สถาบันการเงินไทยซึ่งประสบปัญหาหนี้เสียจากการลงทุนที่ไม่เกิดประโยชน์ ได้ส่งผลให้สถาบันการเงินญี่ปุ่น ไม่สามารถเรียกคืนเงินกู้จากสถาบันการเงินไทยได้ ทำให้ยิ่งซ้ำเติมภาวะหนี้เสียทั้งของไทยและญี่ปุ่นให้ทวีคูณมากขึ้นด้วย ทั้งนี้จะเห็นได้ว่าเมื่อสิ้นเดือนมิถุนายน 1998 ญี่ปุ่นให้ไทยกู้ 25.26 พันล้านดอลลาร์ หรือประมาณ 50.17% ของหนี้ภายนอกทั้งหมดของภาคเอกชนไทย (คาดว่าในปี 2540 ไทยมีหนี้เสียประมาณ 400,000-800,000 ล้านบาท หรือประมาณ 30% ของหนี้ทั้งระบบ) ขณะที่ปัจจุบันคาดว่าญี่ปุ่นมีหนี้เสียเพิ่มขึ้นถึง 1.1 ล้าน ดอลลาร์หรือประมาณ 30% ของ GDP

### การแก้ไขวิกฤตการณ์เศรษฐกิจของเอเชียเพื่อป้องกันภาวะเศรษฐกิจถดถอยทั่วโลก

- จะเห็นได้ว่าต้นตอของเศรษฐกิจฟองสบู่และวิกฤตการณ์เศรษฐกิจของไทยส่วนหนึ่ง อาจเกิดจากสถานการณ์เศรษฐกิจฟองสบู่ของญี่ปุ่น และการดำเนินนโยบายที่ไม่รัดกุม ทั้งของญี่ปุ่นและไทยในการส่งเสริมความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ในช่วงต้นทศวรรษ 1990 ดังนั้นการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจไทย จึงไม่สามารถดำเนินได้ แต่เพียงลำพัง โดยไม่ได้พยายามแก้ไขฟื้นฟูเศรษฐกิจญี่ปุ่น

อย่างเป็นระบบด้วยการผลักดันการปฏิรูปการเงินภายในญี่ปุ่น และสนับสนุนให้ญี่ปุ่นช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจของเอเชียไปพร้อมๆ กัน

- ภายใต้โครงสร้างการค้า การลงทุนและการเงินที่ทั้งไทยและญี่ปุ่นเกี่ยวพันและมีความพึ่งพาซึ่งกันและกันดังที่ได้อธิบายข้างต้นนั้น ได้แสดงให้เห็นว่าเศรษฐกิจที่ถดถอยในไทยและในญี่ปุ่นได้ก่อให้เกิด spill-over effects ไปยังจุดต่างๆ และเกี่ยวพันกับเศรษฐกิจโลกทั้งระบบประกอบกับการที่ประเทศต่างๆ ทั้งในเอเชีย รัสเซีย และลาตินอเมริกา ประสบภาวะเศรษฐกิจถดถอยมากขึ้นเรื่อยๆ จากการเก็งกำไรค่าเงินทำให้นักลงทุนเพิ่มความไม่มั่นใจในระบบการเงินระหว่างประเทศ อันจะเป็นผลให้เกิดการชะลอการลงทุนและทำให้เกิดภาวะเศรษฐกิจหดตัวอย่างรุนแรงได้ ดังที่ได้เกิดขึ้นแล้วในญี่ปุ่น ไทย มาเลเซีย ฯลฯ

- การฟื้นฟูเศรษฐกิจและสร้างความมั่นใจในระบบการเงินโลกให้กลับคืนมา นอกจากจะต้องอาศัยความร่วมมือประสานกันระหว่างนานาประเทศอย่างเป็นทางการแล้ว (เช่น การลดหนี้หรือพักชำระหนี้ให้เอเชีย การเพิ่มวงเงินประกันสินเชื่อเพื่อการส่งออก การให้ความช่วยเหลือฟื้นฟูสภาพคล่องและการเข้าร่วมเป็น strategic partners กับสถาบันการเงินที่ประสบปัญหา) ยังต้องอาศัยความเป็นผู้นำของประเทศเศรษฐกิจสำคัญของโลก เช่น สหรัฐฯ เยอรมนี และญี่ปุ่น ที่จะช่วยกันสร้างหรือปรับปรุงระบบกลไกและมาตรการดำเนินการค้าและ

ธุรกรรมการเงินระหว่างประเทศให้มีความเสรี ยุติธรรม โปร่งใส และมีเสถียรภาพมากขึ้นด้วย

- โดยที่วิกฤตการณ์เศรษฐกิจในเอเชียได้ขยายตัวกลายเป็นวิกฤตการณ์ของโลก และการที่จะหวังให้เอเชียฟื้นฟูเศรษฐกิจได้อย่างจริงจัง คงต้องอาศัยญี่ปุ่นเป็นผู้นำในการผลักดันแก้ไขเพราะเป็นต้นตอของปัญหาส่วนหนึ่ง ประกอบกับเศรษฐกิจญี่ปุ่นในปัจจุบันส่วนใหญ่ขับเคลื่อนโดยเศรษฐกิจเอเชีย (ญี่ปุ่นทำการค้ากับเอเชียมากถึง 40% และลงทุนในเอเชียถึง 30%) แต่ญี่ปุ่นอาจจะไม่สามารถดำเนินการแก้ไขดังกล่าวได้ตามลำพัง โดยไม่ได้รับความสนับสนุนและส่งเสริมโดยประเทศมหาอำนาจทางเศรษฐกิจของโลก (สหรัฐฯ อังกฤษ และเยอรมนี) โดยประเทศเหล่านี้ควรร่วมมือกันให้มากขึ้นในการช่วยส่งเสริมการฟื้นฟูเศรษฐกิจของญี่ปุ่น (เช่น รักษาอัตราแลกเปลี่ยนของเงินเยนให้มีเสถียรภาพเพื่อส่งเสริมการส่งออก) เน้นส่งเสริมการเปิดตลาดเสรีของญี่ปุ่น และที่สำคัญคือ สนับสนุนให้ผู้นำญี่ปุ่นใช้ความเป็นผู้นำในการตัดสินใจที่เด็ดขาดในการแก้ไขปฏิรูประบบเศรษฐกิจการเงินภายในประเทศให้เกิดผลเป็นรูปธรรมอย่างจริงจัง

- อย่างไรก็ดี ภายใต้ภาวะปัจจุบันที่รัฐบาลของนายโอบุจียังไม่มีความแข็งแกร่งทางการเมืองเท่าที่ควร ก็คงจะเป็นการยากที่จะผลักดันให้ญี่ปุ่นเปิดตลาดและกระตุ้นอุปสงค์ภายในประเทศเพื่อรองรับสินค้าจากเอเชียได้มากนัก กอปรกับประชาชนญี่ปุ่นส่วนใหญ่ก็ยังไม่มีความมั่นใจว่าเศรษฐกิจญี่ปุ่น

จะฟื้นตัวได้ตามที่คาดการณ์ไว้ ดังนั้น ทางออกประการหนึ่งของเอเชียและประชาคมเศรษฐกิจโลกโดยส่วนรวมนอกเหนือจากการร่วมมือกันในระดับโลกแล้ว อาจจะขึ้นอยู่กับมาตรการต่างๆ ในระดับภูมิภาคที่ญี่ปุ่นจะผลักดันเพื่อช่วยเหลือเอเชีย (เช่น การจัดตั้งกองทุนช่วยเหลืออาเซียน 30,000 ล้านดอลลาร์ของมียาซาวา หรือการออกพันธบัตรลักษณะ Brady Bonds เพื่อแปลงหนี้ของญี่ปุ่นในเอเชียให้เป็นหุ้นและการให้ความช่วยเหลือเพื่อแก้ไขปัญหาผลกระทบทางสังคม) ที่จะประสบผลสำเร็จสามารถนำพาประเทศต่างๆ ในเอเชียรวมทั้งไทยให้รอดพ้นวิกฤตการณ์เศรษฐกิจครั้งประวัติศาสตร์ของโลกนี้ไปได้หรือไม่

## จดหมายจากผู้ฟัง

รายการของวิทยุสุราธรรม์จัดรายการได้ดี มีเนื้อหาสาระ ได้ทั้งความรู้ ข่าวสารบ้านเมือง ทันเหตุการณ์ เข้าถึงประชาชน ดีใจที่กระทรวงการต่างประเทศได้จัดวิทยุสุราธรรม์ขึ้นมาเพื่อประชาชน ได้รับข่าวสารที่แท้จริงเป็นแก่นสาร กระทรวงการต่างประเทศทำแบบนี้ถูกต้องแล้ว การจัดสื่อสารทางวิทยุเป็นจุดหนึ่งซึ่งเข้าหาประชาชนได้ดี

เที่ยง แสนวงศ์

อ.ผาง เชียงใหม่

ชอบรายการเพื่อนประมง จัดได้ถูกใจมาก เวลา 4 ทุ่มถึง 4 ทุ่มครึ่ง เป็นเวลาที่เหมาะสม เพราะไม่เร็วเกินไปและไม่ช้าเกินไป ชุ่มเสียงของผู้จัดเป็นเสียงที่ฟังแล้วเข้าใจง่าย และที่สำคัญ คือ มีรายงานข่าวพยากรณ์อากาศให้ทราบทุกวัน และยังมีเพลงลูกทุ่งที่ผมชอบฟังด้วย อยากให้รายการจัดอย่างน้อย 1 ชั่วโมง

นิยม กุมกาญจนะ

อ.ถกลาง ภูเก็ต

วิทยุสุราธรรม์



## สุขภาพ

เป็บเพื่อสุขภาพกับ 9 โภชนบัญญัติ

□ □ □ □ □ □ □ □ □

นี้

บตั้งแต่มีการผลิตอาหารเพื่อสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็น น้ำผักปั่น หรือน้ำ อาร์.ซี. ขณะนี้ทางกระทรวง สาธารณสุข ร่วมกับสถาบันวิจัยเพื่อโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล ในนามคณะทำงานจัดทำข้อปฏิบัติการกิน เพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย ก็ได้ประกาศ 9 โภชนบัญญัติหรือคู่มือการกิน 9 ประการ ให้ประชาชนได้ใช้ยึดถือก่อนเลือกบริโภค เพื่อนำมาซึ่งสุขภาพที่ดี ป้องกันการเจ็บป่วยจากโรคร้ายด้วยต้น

วิทยุสุราธรรม์

ทุนต่ำ เพื่อให้ทราบถึงรายละเอียดดังกล่าวจึงขอแนะนำเนื้อหาที่คณะทำงานชุดดังกล่าวจัดทำขึ้นมาเสนอ ดังนี้

**ข้อ 1. กินอาหารครบ 5 หมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลาย และหมั่นดื่มน้ำหนักตัว**

การกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ นั้นคือการกินอาหารหลายๆ ชนิด เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆ ครบในปริมาณที่เพียงพอกับความต้องการ ถ้ากินอาหารไม่ครบทั้ง 5 หมู่ หรือกินอาหารซ้ำซากเพียงบางชนิดทุกวันอาจทำให้ได้รับสารอาหารบางประเภทไม่เพียงพอหรือมากเกินไป

อาหารแต่ละชนิดประกอบด้วยสารอาหารหลายประเภท ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน แร่ธาตุ วิตามิน น้ำ และยังมีสารอื่นๆ เช่น โยอาหารซึ่งมีประโยชน์ต่อร่างกาย ทำให้อวัยวะต่างๆ ของร่างกายทำงานได้ตามปกติ ในอาหารแต่ละชนิดจะประกอบด้วยสารอาหารต่างๆ ในปริมาณที่มากน้อยต่างกันโดยไม่มีอาหารชนิดใดชนิดหนึ่งที่จะมีสารอาหารต่างๆ ครบในปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ดังนั้น ในวันหนึ่งๆ เราต้องกินอาหารหลายๆ ชนิด เพื่อให้ได้สารอาหารครบตามที่ร่างกายต้องการ

**ข้อ 2. กินข้าวเป็นอาหารหลักสลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ**

ข้าวเป็นอาหารหลักของคนไทย เป็นแหล่งอาหารสำคัญที่ให้พลังงานสารอาหารที่มีมากในข้าว ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต

และโปรตีน โดยเฉพาะข้าวกล้อง หรือข้าวซ้อมมือ ซึ่งเป็นข้าวที่ขัดสีแต่น้อยนั้นถือว่าเป็นข้าวที่มีประโยชน์มากกว่าที่ขัดสีจนขาว เนื่องจากมีสารอาหารโปรตีน ไขมัน โยอาหาร แร่ธาตุ และวิตามิน ในปริมาณที่สูงกว่า เรากินข้าวควบคู่ไปกับอาหารอื่นๆ ซึ่งประกอบด้วยเนื้อสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง ผัก ผลไม้ และไขมันจากพืชและสัตว์ จึงทำให้ร่างกายมีโอกาสดูได้รับสารอาหารอื่นๆ เพิ่มเติมและหลากหลายในแต่ละมื้อ

ผลิตภัณฑ์จากข้าวและธัญพืชอื่นๆ มีมากมาย เช่น ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน บะหมี่ เป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานเช่นเดียวกัน และสามารถจัดให้บริการอาหารอย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นอาหารจานด่วนหรืออาหารจานเดียวแบบไทยๆ ทั้งยังมีโยอาหารจากผักประเภทต่างๆ มากกว่าอาหารจานด่วนหรืออาหารจานเดียวแบบตะวันตก

ควรคำนึงถึงปริมาณอาหารประเภทข้าวและแป้งที่กินในแต่ละวัน เพราะถ้าร่างกายได้รับเกินความต้องการแล้วจะถูกเปลี่ยนเป็นไขมันเก็บไว้ตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เมื่อสะสมมากขึ้นจะทำให้เกิดโรคอ้วนได้

การกินข้าวเป็นอาหารหลักสลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อพร้อมด้วยอาหารที่หลากหลายนครบ 5 หมู่ ในสัดส่วนเหมาะสมและปริมาณที่เพียงพอ จึงเป็นสิ่งพึงปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การมีภาวะโภชนาการที่ดีและสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์

**ข้อ 3 กินพืชผักให้มากและกินผลไม้เป็นประจำ**

พืชผักและผลไม้ เป็นแหล่งสำคัญของวิตามินและแร่ธาตุ รวมทั้งสารอื่นๆ ล้วนแต่มีความจำเป็นต่อร่างกายที่จะนำไปสู่สุขภาพที่ดี เช่น โยอาหารจะช่วยให้การขับถ่าย และน้ำคอกเลส เตอรอลและสารพิษที่ก่อโรคมะเร็งบางชนิดออกจากร่างกายทำให้ลดการสะสมสารเหล่านั้น

นอกจากนั้น พืช ผัก ผลไม้ หลายอย่างให้พลังงานต่ำ หากกินให้หลากหลายเป็นประจำจะไม่ก่อให้เกิดโรคอ้วนและไขมันอุดตันในเส้นเลือด ในทางตรงกันข้าม กลับลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งและโรคหัวใจ

ผลการวิจัยล่าสุดพบว่า สารแคโรทีนและวิตามินซีในพืชผักและผลไม้มีผลป้องกันไม่ให้ไขมันไปเกาะที่ผนังหลอดเลือด และป้องกันมะเร็งบางประเภทได้ด้วย

ประเทศไทยมีผักและผลไม้ตลอดทั้งปี จึงควรส่งเสริมให้กินเป็นประจำทุกวัน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นที่ร่างกายต้องการวิตามินและแร่ธาตุเพื่อใช้ในการเจริญเติบโตและเสริมสร้างให้ร่างกายทุกระบบทำงานได้เป็นปกติ

พืชผักมีหลายประเภทและกินได้แทบทุกส่วน ประเภทผักกินใบ ยอดและก้าน เช่น กระถิน ผักบุ้ง ตำลึง คะน้า สายบัว บอน ผักกูด ผักแว่น ประเภทกินดอก เช่น ดอกกระเจียว ดอกกะหล่ำ ดอกโสน ดอกแค ประเภทกินผล เช่น บวบ ฟักทอง ถั่วฝักยาว มะเขือเทศ มะเขือยาว มะเขือเปราะ กระเจี๊ยบ

ประเภทกินราก เช่น หัวผักกาด แครอท กระชาย ขมิ้นขาว ซึ่งอ่อน พืชผักต่างๆ โดยเฉพาะผักสีเขียวเป็นแหล่งวิตามินหลายชนิด โดยเฉพาะกลุ่มวิตามินซี วิตามินเอ แร่ธาตุ และโยอาหาร

ผลไม้ที่มีทั้งที่กินดิบและกินสุก มีรสหวานและรสเปรี้ยว ซึ่งให้ประโยชน์แตกต่างกันไป ผลไม้ที่กินดิบ เช่น ฝรั่ง มะม่วงมัน ชมพู่ กล้วย สับปะรด ส้มเขียวหวาน ส้มโอ ซึ่งมีวิตามินซีสูง ผลไม้ที่กินสุกและมีสีเหลือง เช่น มะละกอ มะม่วงสุก มีวิตามินเอสูง สำหรับผู้มีภาวะโภชนาการเกิน ควรจำกัดปริมาณการกินผลไม้ที่มีรสหวานจัด เช่น ทูเรียน ละมุด ลำไย และขนุน เพราะมีน้ำตาลสูง

เพื่อการมีสุขภาพที่สมบูรณ์และแข็งแรง จึงควรกินพืชผักทุกมื้อให้หลากหลายชนิดสลับกันไป ส่วนผลไม้ควรกินเป็นประจำสม่ำเสมอโดยเฉพาะหลังกินอาหารแต่ละมื้อ และกินเป็นอาหารว่าง และควรกินพืช ผัก ผลไม้ตามฤดูกาล

**ข้อ 4. กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ ถั่ว เมล็ดแห้งเป็นประจำ**

ปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี โปรตีนเป็นสารอาหารที่ร่างกายจำเป็นต้องได้รับอย่างเพียงพอทั้งคุณภาพและปริมาณเพื่อนำไปเสริมสร้างร่างกายให้เจริญเติบโต และซ่อมแซมเนื้อเยื่อซึ่งเสื่อมสลายให้อยู่ในสภาพปกติ เป็นส่วนประกอบของสารสร้างภูมิคุ้มกันโรคติดเชื้อ และให้พลังงานแก่ร่างกาย แหล่งอาหารที่ให้โปรตีนที่สำคัญได้แก่

ปลา ซึ่งเป็นแหล่งอาหารโปรตีนที่ดี ย่อยง่าย มีไขมันต่ำ หากกินปลาแทนเนื้อสัตว์เป็นประจำจะช่วยลดปริมาณไขมันในโลหิต ในเนื้อปลามีฟอสฟอรัสสูง และถ้ากินปลาเล็กปลาน้อย รวมทั้งปลากระป๋องจะได้แคลเซียม ซึ่งทำให้กระดูกและฟันแข็งแรง นอกจากนี้ในปลาทะเลทุกชนิดมีสารไอโอดีน ป้องกันไม่ให้เป็นโรคขาดสารไอโอดีน

เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน เนื้อปลาทุกชนิดให้โปรตีนแก่ร่างกาย แต่การกินเนื้อปลาไม่ติดมันเป็นประจำไม่เพียงแต่จะทำให้ร่างกายได้รับโปรตีนอย่างเพียงพอเท่านั้น แต่จะทำให้ลดการสะสมไขมันในร่างกายและโลหิต ซึ่งจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ไขมันในเนื้อสัตว์มีทั้งที่สังเกตเห็นได้ เช่น หมูสามชั้น เนื้อสัตว์ที่มีมันแปลว ซึ่งควรหลีกเลี่ยงการกินเป็นประจำ นอกจากนี้ยังมีไขมันที่แทรกอยู่ในเนื้อสัตว์โดยเฉพาะในเนื้อหมูจะมีไขมันแทรกอยู่มากกว่าเนื้อสัตว์ทุกชนิด

ไข่ เป็นอาหารอีกชนิดหนึ่งที่มีโปรตีนสูง มีแร่ธาตุและวิตามินที่จำเป็น และเป็นประโยชน์ต่อร่างกายมากมายหลายชนิด ไข่เป็นอาหารโปรตีนราคาถูกหาซื้อได้ง่าย ปรุงและกินง่าย ในเด็กควรกินไข่สัปดาห์ละ 2-3 ฟอง ที่สำคัญคือควรกินไข่ที่ปรุงให้สุกทั้งไข่เป็ดและไข่ไก่มีคุณค่าทางโภชนาการไม่แตกต่างกัน

ถั่วเมล็ดแห้ง เป็นแหล่งอาหารโปรตีนที่ดี หาง่าย ราคาถูก และมีหลากหลายชนิด ได้แก่ ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ถั่วดำ ถั่วแดง ถั่วลิสง รวมไปถึงผลิตภัณฑ์ที่ทำจากถั่วเหลืองหรือน้ำ

เต้าหู้ และอาหารที่ทำจากถั่ว เช่น ถั่วกวน ขนมใส่ถั่วต่างๆ ควรกินถั่วเมล็ดแห้งสลับกับเนื้อสัตว์เป็นประจำจะทำให้ร่างกายได้สารอาหารครบถ้วนยิ่งขึ้น นอกจากนี้ถัวยังให้พลังงานแก่ร่างกายได้ดีอีกด้วย

งา เป็นอาหารที่มีคุณประโยชน์ทางโภชนาการที่ให้ทั้งโปรตีน ไขมัน วิตามิน โดยเฉพาะวิตามินอี แคลเซียม จึงควรกินงาเป็นประจำ

ข้อ 5. ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย

นม เป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ ประกอบไปด้วยแร่ธาตุที่สำคัญคือแคลเซียม และฟอสฟอรัส ซึ่งช่วยให้กระดูกและฟันแข็งแรง นอกจากนี้ยังมีโปรตีน น้ำตาล แลคโตส และวิตามินต่างๆ โดยเฉพาะวิตามินบี 2 ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต และทำให้เนื้อเยื่อต่างๆ ทำหน้าที่ปกติ นมมีหลายชนิดมีทั้งนมรสจืดและนมปรุงแต่งชนิดต่างๆ ซึ่งให้คุณค่าอาหารใกล้เคียงกัน

หญิงตั้งครรภ์ เด็กวัยเรียน วัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ควรดื่มนมวันละ 2 แก้ว ควรคู่ไปกับการออกกำลังกาย จะทำให้กระดูกแข็งแรงและชะลอการเสื่อมสลายของกระดูก

ก่อนซื้อนมทุกครั้ง ควรสังเกตวันเดือนปีที่ข้างกล่องว่าหมดอายุหรือไม่ ควรเลือกเฉพาะนมที่บรรจุในภาชนะที่ปิดสนิท นมบางชนิด เช่น นมพาสเจอร์ไรซ์ หรือโยเกิร์ต ต้องเก็บไว้ในตู้เย็นที่มีอุณหภูมิไม่เกิน 10 องศาเซลเซียส

นมที่ไม่ควรบริโภค ได้แก่ นมที่หมดอายุ นมที่ไม่ได้ผ่านการฆ่าเชื้อโรคใดๆ ด้วยความร้อน นมที่กล่องชำรุดหรือนมพาสเจอร์ไรซ์ที่ไม่ได้เก็บในตู้เย็น เมื่อเปิดกล่องกระดาษหรือถุงบรรจุนมแล้วควรบริโภคให้หมด ถ้าไม่หมดให้ใส่ภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด และเก็บในตู้เย็น

กรณีที่ซื้อนมเปรี้ยวชนิดดื่ม ควรเลือกชนิดที่ทำจากนมที่มีเนื้อมนมในปริมาณสูง โดยให้ดูที่ข้างกล่องหรือขวด จะทำให้ได้คุณค่าอาหารใกล้เคียงนมสด ผู้ใหญ่บางคนไม่สามารถดื่มนมสดได้เนื่องจากดื่มแล้วเกิดปัญหาท้องเดินหรือท้องอืด เพราะร่างกายไม่สามารถย่อยน้ำตาลแลคโตสในนมได้จึงอาจปรับเปลี่ยนวิธีการโดยให้ดื่มนมครั้งละน้อยๆ เช่น 1/4 แก้ว แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้น ดื่มนมหลังอาหารหรือดื่มนมถั่วเหลือง หรือเปลี่ยนเป็นกินโยเกิร์ตชนิดครีม ซึ่งจัดเป็นนมเปรี้ยวชนิดหนึ่ง นมเปรี้ยวมีจุลินทรีย์ไม่เป็นอันตรายต่อคนและสามารถย่อยน้ำตาลแลคโตสในนม ช่วยลดปัญหาท้องเดินหรือท้องอืดดังกล่าว

สำหรับนมถั่วเหลืองหรือน้ำเต้าหู้เป็นผลิตภัณฑ์ที่ทำจากถั่วเหลือง ให้โปรตีน วิตามิน และแร่ธาตุ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย จึงดื่มได้เป็นประจำเช่นกัน

#### ข้อ 6. กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร

ไขมันเป็นอาหารที่จำเป็นต่อสุขภาพ ให้พลังงานและความอบอุ่น อาหารแทบทุกชนิดมีไขมันเป็นส่วนประกอบมากน้อยแตกต่างกันไป ไขมันจากพืชและสัตว์เป็นแหล่งพลังงานที่สูง ให้

กรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกายช่วยการดูดซึมของวิตามินที่ละลายในไขมัน คือวิตามินเอ ดี อี และเค

ไขมันในอาหารมีทั้งประเภทไขมันอิ่มตัว และไขมันไม่อิ่มตัว การได้รับไขมันอิ่มตัวและคอเลสเตอรอลมากเกินไป จะทำให้ระดับคอเลสเตอรอลในเลือดสูง เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ ควรจำกัดปริมาณไขมันอิ่มตัวและคอเลสเตอรอล ไขมันอิ่มตัวได้จากเนื้อสัตว์หนังสัตว์ไขมันพืช เช่น น้ำมันพืชจะมีปริมาณไขมันอิ่มตัวน้อยกว่า สำหรับคอเลสเตอรอลมีในอาหารเนื้อสัตว์ทุกชนิด และมีมากในไข่แดง เครื่องในสัตว์โดยเฉพาะตับ อาหารทะเลบางชนิด เช่น ปลาหมึก หอยนางรม

วิธีประกอบอาหารมีส่วนทำให้ปริมาณไขมันในอาหารเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอาหารทอด ชุบแป้งทอด ทอดน้ำมัน ผัด และอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ถือว่าเป็นอาหารที่มีไขมันสูง จึงควรกินแต่พอควร แต่ไม่ควรงดอย่างเด็ดขาดเพื่อไม่ให้ขาดน้ำมัน รวมทั้งของกินเล่น เช่น มันฝรั่งทอดกรอบ จะมีไขมันสูงและมีสารอาหารอื่นน้อยมาก จึงควรประกอบอาหารโดยใช้วิธีต้ม นึ่ง ปิ้งย่าง จะมีไขมันน้อยกว่า

ดังนั้น การรู้ชนิดของอาหารที่มีไขมันสูง โดยเฉพาะปริมาณไขมันอิ่มตัวและคอเลสเตอรอลและรู้จักวิธีประกอบอาหารที่จะลดปริมาณไขมันในอาหารจะทำให้สามารถควบคุมหรือจำกัดปริมาณไขมันในอาหารได้ ทั้งยังเลือกคุณภาพของไขมันจากอาหารได้อย่างเหมาะสม และเป็นผลดีต่อสุขภาพ

ข้อ 7. หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสหวานจัดและเค็มจัด ปัจจุบันคนไทยนิยมกินอาหารรสจัดและใช้เครื่องปรุงรสกันมาก เครื่องปรุงรสทำให้อาหารอร่อย มีรสชาติ เกิดความพึงพอใจต่อผู้บริโภค แต่ถ้ากินอาหารรสจัดมากจนเกินไปจะทำให้เกิดโทษต่อร่างกายได้ รสอาหารที่มักเป็นปัญหาและก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายมาก คือรสหวานจัดและเค็มจัด รสหวานเป็นรสที่คนทั่วไปชอบ แม้อาหารคาวก็ยังมี การเติมรสหวานทั้งๆ ที่มีโอกาสที่จะได้รับสารอาหารจากผลไม้และขนมหวานอื่นๆ ซึ่งมิให้เลือกมากมายหลายชนิดอาหารที่กินประจำวันไม่ว่าจะเป็นกับข้าวหรือขนมก็ใส่น้ำตาลเพื่อเพิ่มรสให้อาหารอยู่แล้ว และยังมีน้ำตาลแฝงมากับอาหารฟุ่มเฟือยอื่นๆ ที่ไม่ให้ประโยชน์อะไรแก่ร่างกายด้วย คือน้ำหวาน น้ำอัดลม ลูกอม ลูกกวาด ท็อฟฟี่ เยลลี่ น้ำเชื่อม ตลอดจนการใช้น้ำตาลเติมน้ำชา กาแฟ โอวัลติน ทำให้ได้รับพลังงานเพิ่มขึ้นนอกเหนือจากพลังงานที่ได้จากอาหารในแต่ละมื้อ การได้รับความหวานจากอาหารดังกล่าวอีกก็จะได้รับพลังงานเพิ่มขึ้นโดยไม่จำเป็น ในเด็กหากกินรสหวานมาก จะทำให้ความอยากอาหารลดลง เบื่ออาหาร ถ้าได้รับน้ำตาลจากท็อฟฟี่ ลูกกวาด เยลลี่ จะทำให้ฟันผุเร็วขึ้น ดังนั้นจึงควรระมัดระวังการกินน้ำตาลอย่าให้พร่ำเพรื่อ ควรจำกัดพลังงานที่ได้จากน้ำตาลในแต่ละวันอย่างมากที่สุดไม่เกินร้อยละ 10 ของพลังงาน ที่ได้รับจากอาหารทั้งหมด และไม่ควรงินน้ำตาลเกินวันละ 40-55 กรัม หรือมากกว่า 4 ช้อนโต๊ะต่อวัน เพราะพลัง

งานที่ได้จากน้ำตาลส่วนเกินจะไปเก็บสะสมไว้ในร่างกาย หากได้รับเป็นประจำมีแนวโน้มว่าจะเป็นโรคอ้วนได้

รสเค็มในอาหารไทยได้จากการเติมน้ำปลาและการใช้เกลือโซเดียมหรือเรียกกันทั่วๆ ไปว่าเกลือแกง เกลือแกงเป็นตัวหลักของสารที่ให้ความเค็มเครื่องปรุงรสที่ให้รสเค็มที่นิยมใช้กันคือ น้ำปลา ซอสถั่วเหลือง ซีอิ๊วขาว ซีอิ๊วดำ เต้าเจี้ยว และยังใช้ในการถนอมอาหาร ประเภทหมักดอง ทำให้เก็บอาหารไว้กินได้นานขึ้น เช่น ผักดอง ผลไม้ดอง ไข่เค็ม ปลาจ๋า ปลาเค็ม เนื้อเค็ม เต้าเจี้ยว เป็นต้น นอกจากนี้ เกลือโซเดียมยังแฝงมากับอาหารอื่นอีก เช่น ขนมอบกรอบ ขนมขบเคี้ยว ขนมอบฟูแบบฝรั่ง และผงชูรสที่ใช้ในการปรุงอาหาร การกินอาหารรสเค็มจัดที่ได้จากเกลือโซเดียม หรือเกลือแกง มากกว่า 6 กรัมต่อวัน หรือมากกว่า 1 ช้อนชาขึ้นไปจะมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดความดันโลหิตสูงซึ่งจะยิ่งสูงขึ้นเมื่อมีอายุมากขึ้น

ดังนั้น การกินอาหารรสไม่จัดจึงเป็นผลดีต่อสุขภาพ ควรลดการเติมเครื่องปรุงรสที่ไม่จำเป็นและหันมากินอาหารแบบไทยเดิมของเราที่มีรสกลมกล่อมละมุนละไม มีผักสมุนไพรและกับข้าวที่เป็นเครื่องเคียงทั้งที่ทำจากเนื้อสัตว์ และผักต่างๆ ทำให้ได้รับอาหารสมดุลไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

### ข้อ 8. กินอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน

สภาพสังคมเมืองทำให้ต้องเปลี่ยนพฤติกรรมจากการปรุงประกอบอาหารภายในครัวเรือนมาเป็นการซื้อหาอาหาร

ปรุงสำเร็จ อาหารพร้อมบริโภค หรือซื้ออาหารพร้อมปรุงที่มีการจัดเตรียมส่วนประกอบมาปรุงในครัวเรือน อาหารเหล่านี้มักจะมีสารปนเปื้อนและไม่สะอาด เป็นสาเหตุของอาหารเป็นพิษและเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคระบบทางเดินอาหาร

อาหารปนเปื้อนได้จากหลายสาเหตุ คือจากเชื้อโรคและพยาธิต่างๆ สารเคมีที่เป็นพิษ หรือสารปนเปื้อนหรือโลหะหนักที่เป็นอันตราย ทั้งนี้เกิดจากกระบวนการผลิต ปรุงประกอบ และจำหน่ายอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะหรือจากการที่มีสิ่งแวดล้อมไม่เหมาะสม

หลักการในการเลือกกินอาหารที่สะอาดปราศจากการปนเปื้อน ได้แก่ เลือกกินอาหารที่สด สะอาด ผลิตจากแหล่งที่เชื่อถือได้ มีเครื่องหมายรับรองคุณภาพ มีกลิ่น รส และสีสดตามธรรมชาติ เลือกอาหารที่ผ่านกระบวนการปรุงประกอบให้สุกโดยใช้ความร้อน โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์สำหรับผักผลไม้ ควรเลือกกินเฉพาะที่ผ่านการล้างให้สะอาดเท่านั้น

#### ข้อ 9. งดหรือลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หมายถึง สุรา เบียร์ ไวน์ บรั่นดี กระแช่ ตลอดจนเครื่องดื่มทุกชนิดที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่ การดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นประจำ จะมีโทษและเป็นอันตรายต่อสุขภาพ และสูญเสียชีวิตและทรัพย์สินอย่างมากมาย มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคตับแข็ง โรคแผลในกระเพาะอาหาร ลำไส้ และโรคมะเร็งของ

หลอดอาหาร ในรายที่เป็นโรคพิษสุราเรื้อรังส่วนมากจะลงท้ายด้วยโรคตับแข็ง และโรคติดเชื้อ เช่น ปอดบวมและวัณโรค

ดังนั้น ในรายที่ดื่มเป็นประจำจะต้องลดปริมาณการดื่มให้น้อยลงและถ้าหากงดดื่มได้จะเป็นผลดีต่อสุขภาพ ส่วนในรายที่เริ่มดื่มและดื่มเป็นบางครั้ง ควรงดดื่ม และที่สำคัญต้องไม่ขับชี่ยานพาหนะขณะมีเมามาจากการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ สำหรับในรายที่ไม่เคยดื่มเลยไม่ต้องริเริ่มดื่มเพราะท่านคือผู้ที่โชคดีที่สุดแล้ว

สรุปแล้วสุขภาพที่ดีเริ่มได้จากตัวท่าน จากคุณภาพการอยู่การกินที่เราควรเลือกนั่นเอง

## บ/ท/ก/วี

ขอ

ประยอม ของทอง

เธอประดับดวงตาเต็มฟ้ากว้าง  
ไม่ว่าเท้าฉันจะย่างไปทางไหน  
เธอเปล่งแสงแรงหวังปลั่งใจ  
เป็นเปลวไฟในฝันอันงดงาม

เธอพรหมจวบจูบไล่ละไมละม่อม  
เคลียริ้วหอมหวานพริ้วแผ่วหวิวหวาม  
เธอกระซิบกล่อมสุขทุกโมงยาม  
รินเพลงรักหักห้ามเหวทุกขัธธาร

เธอ นั่นคือธรรมชาติพิลาสนัก  
ปลอบชีวิตด้วยรักไม่หักหาญ  
หัวใจจึงแจ่มขวัญฝันตระการ  
เป็นไม้บานกล่อมเห่ทะเลทราย

เป็นหยาดสรวงร่วงฟ้ากลางหน้าแล้ง  
เป็นไฟแรงตาละมุนอุ่นหนาวหาย  
ปลอบปลิดทุกข์ปลุกฝันเพริศพรรณราย  
นิรันดรรายไปนิรันดร์กัลปา

ลิมเนตรเกิดคนดีคู่ที่โลก  
คนทุกข์โศกไทยหิวยังโยทยา  
ขอคนดีพลีแสงแห่งเมตตา  
ลบทุกข์ที่มีทาประชาชน

จากหนังสือ "สุดสงวน" 2532



กัลปิงหาและปะการังอ่อน  
อุทยานแห่งชาติหมู่เกาะสิมิลัน จังหวัดพังงา  
วินิจ รั้งผึ้ง บันทึกภาพ  
จากหนังสือ โลกใต้ทะเลไทย



ประการังด้วย อุทยานแห่งชาติหมู่เกาะสุรินทร์ จังหวัดพังงา  
นัท สุมนเดมิย์ บันทึกภาพ  
จากหนังสือ โลกใต้ทะเลไทย



# สิ่งแวดล้อม

ปะทะเลสากล.....

เรามาช่วยกันอนุรักษ์สัตว์น้ำในทะเลไทยกันเถอะ

□ □ □ □ □ □ □ □ □

**ปี** 2541 นี้ องค์การสหประชาชาติได้ประกาศให้เป็นปีสมุทรสากล และกำหนดให้วันที่ 5 มิถุนายน 2541 เป็นวันเริ่มต้นศักราชแห่งการพิทักษ์ทะเลสากล โดยกำหนดคำขวัญไว้ว่า “เพื่อทุกชีวิตที่ยั่งยืนบนผืนโลก ช่วยกันปกป้องท้องทะเลเรา” ทั้งนี้เพราะทะเลคือเกือบทุกอย่างของโลก นั่นก็หมายถึงว่า มีความเชื่อกันว่าทุกชีวิตบนโลกเริ่มต้นขึ้น ณ ห้วงน้ำสีน้ำเงิน อันเปรียบได้ตั้งมารดาของสิ่งมีชีวิต

วิทยุสราญรมย์

ทุกชีวิต ตั้งแต่ขนาดเล็กๆ ที่ไม่อาจมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า ไปจนถึงชีวิตที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในโลก ด้วยความหลากหลายทางชีวภาพ ผนวกกับจำนวนอันมากมายมหาศาลซึ่งอาศัยอยู่ร่วมกันในผืนน้ำที่ครอบคลุมพื้นที่ 3 ใน 4 ของโลก ท้องทะเลจึงเป็นแหล่งรวมธรรมชาติอันยิ่งใหญ่และทรงคุณค่าที่สุดของมนุษย์

สำหรับความจำเป็นที่ต้องประกาศให้ปีนี้เป็นปีทะเลสากล เพราะจากการสำรวจพบว่า 15 ใน 17 แหล่งผลิตประมงสำคัญที่สุดในโลกเกิดปัญหาของการใช้ทรัพยากรแบบย่ำยี แทนที่จะเป็นแบบยั่งยืน และเป็นที่น่าเสียดายที่เมืองไทยก็เป็น 1 ใน 15 แหล่งนั้นด้วย

ด้วยเหตุนี้เอง องค์การสหประชาชาติจึงมีความหวังเป็นอย่างยิ่งว่าปีทะเลสากลจะช่วยทำให้เกิดกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับเรื่องทะเล ช่วยกระตุ้นเตือนพลเมืองโลกว่าโลกสีครามแห่งนี้มีความสำคัญ มิใช่เป็นเพียงจุดกำเนิดและสิ่งหล่อเลี้ยงทุกชีวิต แต่ยังเป็นทรัพยากรที่กำหนดอนาคตของเราและของลูกหลานในอนาคต

ในส่วนของประเทศไทยก็ได้มีโครงการรักโลกใต้ทะเลเกิดขึ้นมาหลายปี โดยเริ่มจากโครงการจัดทำสมุดบันทึกธรรมชาติดวงใจแห่งไพรพฤกษ์ทะเลไทย ร้อยป่าพรรณไม้ และโลกใต้ทะเลไทย โดยเริ่มกันมาตั้งแต่ปี 2534

ก็อย่างที่เกริ่นกันมาบ้างแล้วว่า ทะเลนับเป็นแหล่งทรัพยากรที่ยิ่งใหญ่ที่สุดแหล่งหนึ่งของมนุษย์ และนับเป็นโชค

ดีของประเทศไทยที่มีชายฝั่งทะเลถึง 2 ฝั่ง คือ ฝั่งอ่าวไทยที่ติดกับมหาสมุทรแปซิฟิก และด้านทะเลอันดามันที่เชื่อมโยงกับมหาสมุทรอินเดีย ประกอบด้วยหมู่เกาะมากมายหลายร้อยเกาะ จึงรายล้อมไปด้วยโลกใต้ทะเลซึ่งมีที่ตั้งอยู่ใกล้เคียงกับเส้นศูนย์สูตร อันเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และความอุดมสมบูรณ์ให้กับโลกใต้ทะเลไทย โดยเฉพาะที่หมู่เกาะสิมิลัน ซึ่งได้รับการยอมรับในคุณค่าของความงามให้เป็น 1 ใน 10 ของโลก ปัจจุบันมีนักท่องเที่ยว นักดำน้ำ ทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ เดินทางไปเที่ยวที่หมู่เกาะสิมิลันเป็นจำนวนมาก ทำให้พื้นที่อุทยานฯ ต้องรองรับจำนวนนักท่องเที่ยวมากเกินไปจนขีดจำกัด ธรรมชาติและแนวปะการังจึงเสื่อมโทรมลงทุกที หากปล่อยให้เหตุการณ์เป็นเช่นนี้หมู่เกาะสิมิลันจะต้องสูญเสียความงดงามและความอุดมสมบูรณ์ลงไปไม่ช้า อาณาจักรใต้ทะเลอันยิ่งใหญ่ซึ่งเป็นทั้งป่อเกิดชีวิต แหล่งผลิตอาหาร ซึ่งเมืองไทยก็ได้ส่งผลิตภัณฑ์สัตว์น้ำเป็นอันดับ 1 ใน 10 ของโลกติดต่อกันมาเป็นเวลาหลายปีเช่นกัน การประมงเหล่านี้ทำรายได้ให้ประเทศเป็นอันดับ 1 ใน 5 ของรายได้สูงสุด เป็นแหล่งพลังงาน เป็นเส้นทางคมนาคมขนส่งระหว่างประเทศและที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็ยังเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญ ซึ่งนำรายได้อันมหาศาลมาสู่ประเทศไทย ดังนั้น เราจึงควรตระหนักไว้เสมอว่า นี่คือแหล่งทรัพยากรที่มีอาจนับค่าได้ และมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเก็บรักษาไว้ให้ยั่งยืน เมื่อเราต้องการที่จะมีความก้าวไกลเราก็จะต้องมีการเรียนรู้และการ

อนุรักษ์ไว้ด้วยกันด้วย

แต่ทว่าในสภาวะปัจจุบันท้องทะเลไทยกำลังตกอยู่ในสภาพที่น่าห่วงใยเป็นอย่างยิ่ง เพราะการใช้ประโยชน์ส่วนใหญ่จะเป็นการตัดทอนมากเกินไปจนความจำเป็นจึงส่งผลความเสื่อมโทรมมาสู่โลกใต้ทะเลดังนั้นก็จะมีผู้ที่เก็บภาพและเรื่องราวของความงามความงามน่ามหัศจรรย์ และชีวิตสัตว์ที่น่าพิศวงของโลกใต้ทะเลที่หาชมได้ยากยิ่ง มารวบรวมไว้เป็นภาพชุดใต้ทะเลไทย เพื่อเป็นการถ่ายทอดถึงความรักและความเข้าใจกับโลกใต้ทะเล อันอาจส่งผลไปสู่ความร่วมมือร่วมใจกันในการปกป้องรักษาทรัพยากรธรรมชาติที่ทรงคุณค่านี้ไว้ให้ยาวนานที่สุดก็เป็นได้

ดังที่ได้กล่าวไปแล้วว่าประเทศไทยมีชายฝั่งติดต่อกับมหาสมุทรที่สำคัญของโลกที่สำคัญถึง 2 แห่งด้วยกัน ซึ่งเป็นแหล่งที่มีภูมิอากาศเหมาะสมที่ธรรมชาติได้ใช้เวลานานนับล้านๆ ปี ในการสร้างแนวปะการังอันอุดมสมบูรณ์ เพื่อให้เป็นแหล่งอาหารของสัตว์ทะเลและมวลมนุษย์

ปะการังเป็นสัตว์ในกลุ่มเดียวกันกับดอกไม้ทะเล กัลปังหา ปะการังอ่อนและแมงกะพรุน ตัวปะการังส่วนใหญ่จะมีลักษณะเป็นเนื้อเยื่อบางๆ รูปทรงกระบอกขนาดเล็ก เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1-3 มิลลิเมตร ปลายด้านหนึ่งเกาะติดอยู่กับโครงสร้างประเภทหินปูนที่ตัวปะการังสกัดขึ้นมาเป็นฐานและปลอกรองรับ และห่อหุ้มลำตัวอันบอบบางของมัน ส่วนปลายมีหนวดจำนวน 6 เส้น หรือทิวคูน ซึ่งประกอบไปด้วยเข็มพิษและต่อม

เมือก เพื่อโบกพัดและจับแพลงตอนกินเป็นอาหาร ปะการังส่วนใหญ่จะอยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก หรือที่เรียกว่าเป็นโคโลนิ การที่ปะการังอยู่รวมกันเป็นจำนวนมากทำให้โครงสร้างหินปูนที่มันสร้างจึงมีขนาดใหญ่ตามขึ้นไป และสะสมขึ้นเรื่อยๆ จนกลายเป็นหินปะการัง หรือแนวหินปะการัง

แม้ว่าปะการังจะมีหนวดใช้โบกพัดจับอาหาร แต่ความจริงแล้ว อาหารส่วนใหญ่ของปะการังได้มาจากการสังเคราะห์แสงของสาหร่ายเซลล์เดี่ยวเล็กๆ ที่แทรกตัวอยู่ในเนื้อเยื่อของปะการังนั่นเอง

แนวปะการังเป็นระบบนิเวศหนึ่งที่มีความหลากหลายทางชีวภาพสูงมาก เพราะเป็นทั้งที่อยู่อาศัย แหล่งอาหาร แหล่งเพาะขยายพันธุ์และวางไข่ของสัตว์ทะเลนานาชนิด ถึงกับมีคำกล่าวที่ว่า “หากทะเลใดไม่มีแนวปะการัง ทะเลนั้นแทบจะไม่มีสัตว์ทะเลอาศัยอยู่เลย”

นอกจากนี้ปะการังยังเป็นเกราะป้องกันกัลดินและพังทลายของชายฝั่งได้เป็นอย่างดีอีกด้วย แบคทีเรียและสิ่งมีชีวิตในแนวปะการังยังช่วยย่อยสลายของเสียจากอาคารบ้านเรือนจากกิจกรรมการเกษตรที่ปล่อยทิ้งลงทะเลในจำนวนที่ไม่มากเกินไปอีกด้วย

ปะการังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้เป็นอย่างดีในแหล่งน้ำค่อนข้างใส แสงจากดวงอาทิตย์ส่องผ่านได้อย่างทั่วถึง ไม่มีการตกทับถมของตะกอนมากเกินไป มีอุณหภูมิที่เหมาะสม

ประมาณ 20-30 องศาเซลเซียส มีปริมาณออกซิเจนและสารอาหารเพียงพอ ปรากฏจากมลภาวะ สำหรับในน้ำหน้าไทยเราพบว่า มีปะการังไม่ต่ำกว่า 200 ชนิด และมีแนวปะการังกระจายอยู่ทั่วไปทั้งในอ่าวไทยและทะเลอันดามัน แต่ก็เป็นที่น่าเสียดายที่แนวปะการังบริเวณอ่าวไทยต้องเสื่อมโทรมไปเนื่องจากปัญหามลภาวะ

ปะการังมีการสืบพันธุ์ได้สองแบบ คือ แบบอาศัยเพศและไม่อาศัยเพศ การสืบพันธุ์แบบอาศัยเพศนั้น ปะการังจะพ่นเซลล์สืบพันธุ์ออกมาทางช่องปาก แล้วเกิดการปฏิสนธิกลายเป็นตัวอ่อน เรียกว่า พลาเนูลา ซึ่งจะล่องลอยไปในน้ำ ดำรงชีวิตเป็นแพลงตอนอยู่ช่วงเวลาหนึ่งแล้วจึงลงไปเกาะบนผิวพื้นที่เหมาะสม สร้างโครงสร้างหินปูนขึ้นมารองรับ และเจริญเป็นปะการังที่โตเต็มวัยต่อไป การสืบพันธุ์แบบนี้อาจเกิดต่อเนื่องกันไปหรือเกิดปีละครั้งก็ได้แล้วแต่ชนิด

ส่วนการสืบพันธุ์แบบไม่อาศัยเพศก็ได้แก่การแตกหน่อ ซึ่งทำให้เกิดการขยายขนาดของปะการังหรือหินปะการังให้ใหญ่ขึ้น ตัวปะการังเล็ก ๆ เหล่านี้ใช้เวลานานแสนนานกว่าจะสร้างเป็นแนวปะการังอันกว้างใหญ่ขึ้นมาได้

การสูญเสียชีวิตปะการังเกิดได้จากหลายสาเหตุ เช่น เกิดจากภัยธรรมชาติ บางทีก็เป็นผลพวงจากการกระทำของมนุษย์ อาทิ การตัดไม้ทำลายป่า การทำลายหน้าดิน ซึ่งทำให้แผ่นดินไม่สามารถเก็บน้ำไว้ได้ ทำให้มีปริมาณน้ำจืดไหลลงทะเลเป็น

จำนวนมาก และทำให้เกิดความเสียหายแก่แนวปะการัง บางครั้งธรรมชาติเองก็มีส่วนทำลายปะการังได้เหมือนกัน โดยเกิดจากพายุหมุนหรือคลื่นลมแรง เช่น แนวปะการังที่บริเวณเกาะเต่า เกาะนางยวน จังหวัดสุราษฎร์ธานี หรือถูกทำลายโดยดาวมงกุฎหนาม ซึ่งเป็นสัตว์กลุ่มเดียวกับเม่นทะเล ปลิงทะเล หรือมีน้ำจืดจากแผ่นดินไหลลงทะเลทำให้ความเค็มของน้ำทะเลลดลงจนทำให้ปะการังตาย

แต่ทั้งนี้และทั้งนั้น ตัวการทำลายแนวปะการังที่แท้จริงก็คือมนุษย์ ผู้ซึ่งนอกจากจะได้ตัดดวงอาหารจากผลผลิตของแนวปะการังแล้วยังใช้ประโยชน์จากแนวปะการังอีกมากมาย เช่น ใช้เป็นสถานที่ท่องเที่ยวศึกษาธรรมชาติอันสวยงาม แต่น่าเสียดายที่มนุษย์เรายังตั้งหน้าทำลายแนวปะการังทั้งที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ โดยไม่สนใจว่าการกระทำนั้นจะเป็นการสร้างบาดแผลให้กับแนวปะการังเพียงใด การระเบิดทำลายแนวปะการังเพียงเพื่อจับปลาเล็กปลาน้อยไปทำอาหารสัตว์ การใช้ยาพิษจับปลาสวยงามตามแนวปะการังเพื่อจะได้เข้าไปชื่นชมกับความงามของแนวปะการังสะดวกขึ้นตลอดจนการทิ้งขยะมูลฝอยลงในทะเลที่กล่าวมาล้วนเป็นการกระทำที่สร้างความเสียหายไว้กับท้องทะเล

แนวปะการังที่ธรรมชาติบรรจงสร้างขึ้นวันละเล็กวันละน้อย จนกระทั่งเวลาผ่านไปหลายล้านปี จนกลายเป็นความงามอันวิจิตร เป็นขุมสมบัติอันประมาณค่ามิได้ของท้องทะเล ต้องกลับมาย่อยยับไปเพียงชั่วพริบตา คงถึงเวลาแล้วที่ทุกคน

จะต้องยอมรับในความผิดพลาดที่เกิดขึ้นร่วมกัน ช่วยกันรักษาแนวปะการัง และใช้ผลผลิตจากแนวปะการังอย่างคุ้มค่าและยั่งยืนสืบไป

ปัจจุบันชาวโลกเริ่มตระหนักว่า ทะเลคือทรัพยากรอันแสนสำคัญ ต้องเข้าใจ รู้จักใช้ รู้จักรักษา สำหรับชาวไทยทุกคนแล้วตอนนี้ทะเลมีความสำคัญยิ่งกว่าสิ่งใด เพราะในยามที่ประเทศเรากำลังประสบกับปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ การท่องเที่ยวคือหนทางเดียวที่จะนำเงินเข้าประเทศได้อย่างรวดเร็วที่สุด และทะเลก็คือหนึ่งในแหล่งดึงดูดในอันดับแรกๆ ที่ช่วยให้ชาวต่างชาติเข้ามาในเมืองไทย

การอนุรักษ์ทะเลในปัจจุบันไม่ใช่เป็นเรื่องที่ควรทำเพราะเป็นสิ่งที่ดีหรือเป็นเพราะกระแสคนรุ่นใหม่ที่สงสารเพื่อนร่วมโลก แต่เราต้องรักษาทะเลไว้เพื่อประโยชน์ของชาวไทยทุกคน และเพื่อประโยชน์ของบ้านเมืองเรา



# สุขภาพ

## การป้องกันพิษภัยจากอาหาร



**ใ**นยุคที่ผู้คนกำลังตื่นตัวเรื่องสุขภาพและมักมีข่าวเกี่ยวกับสารพิษที่ปนเปื้อนในอาหารหลายชนิดแน่นอนว่าผู้บริโภคคงเกิดความรู้สึกหวาดระแวงไม่กล้าซื้อสินค้า แต่ถ้าจะให้เลิกซื้อทุกอย่างก็คงเป็นไปได้

อาหารพวกเนื้อสัตว์ อาหารทะเล หรือผัก เมื่อวางขายนานๆ จะทำให้อาหารดูไม่สด ขายได้น้อยลง พ่อค้าแม่ค้าจึงต้องนำวิธีการต่างๆ มาใช้เพื่อปกปิดความเก่าและทำให้อาหาร

เหล่านั้นดูสดอยู่เสมอ โดยการนำโซดาไฟที่ใช้ในอุตสาหกรรม มาใช้กับพวกปลาหมึกสด ปลาหมึกกรอบ เพื่อให้ปลาหมึกดูสด กรอบอยู่ตลอดเวลา หรือใช้สารเส้นดอล ซึ่งเป็นยาแก้โรคหอบ หืดในคน ฉีดหรือฝังเข้าไปในตัวสัตว์ก่อนที่จะฆ่า จะทำให้เนื้อสัตว์ คงความแดงได้นาน เมื่อวางขายจะทำให้ดูเหมือนของใหม่

สารอีกชนิดหนึ่งที่ได้ยินกันอยู่เสมอก็คือน้ำยาดองศพ หรือที่เรียกกันว่าฟอร์มาลีนมักใช้กับอาหาร เช่น อาหารทะเล หรือ ฉีดพ่นในผัก เพื่อให้ดูสด และใช้ผงซัก กับถั่วงอก ชิงชอย และ น้ำตาลปึก ทำให้มีความขาวผิดปกติ ส่วนอาหารบางประเภท เช่น แหนม ไส้กรอก กุนเชียง จำเป็นต้องใช้สารกันบูด หรือดินประสิว ลงไปเพื่อป้องกันมิให้เกิดแบคทีเรีย และสารเหล่านี้อาจทำให้ผู้บริโภคนั้นเป็นอัมพาตได้

การที่เราจะทราบว่ามีสารปนเปื้อนของสารเคมีในอาหาร หรือไม่ ก็คงต้องใช้วิธีสังเกตว่าอาหารนั้นมีลักษณะผิดปกติหรือไม่ เช่นอาหารทะเลจะต้องมีกลิ่นของทะเลติดอยู่ แต่ถ้ามีกลิ่นแปลกๆ ไป อาจจะมีการปนเปื้อนของฟอร์มาลีนอยู่ ดูจากภายนอกอาจจะดูสด แต่ข้างในจะเน่าเพราะภายนอกมีการเคลือบสารฟอร์มาลีนอยู่ ถ้าเป็นกุ้งหรือปลาหมึก เนื้อจะต้องดูไม่แดงตึงหรือแดงผิดปกติ ตามธรรมชาติถ้าไม่โดนความเย็น เนื้อจะเสีย ถ้าเป็นผักต้องดูว่าใบสวยงามผิดปกติหรือไม่ ควรจะต้องมีรอยกัดกินของแมลงบ้าง หรือแม้แต่ผักบางชนิด เช่น ชะอม คื่นช่าย ผักชี ผักเหล่านี้จะเหี่ยวง่ายเมื่อวางหลายวัน แต่ถ้าไม่เหี่ยวเลย และ

แลดูสดตลอดเวลา แสดงว่าอาจจะมีการใส่ฟอร์มาลีน หรืออาจ ฉีดยาฆ่าแมลงก็ได้

อาหารบางชนิดมีสีผิดธรรมชาติไป เช่น ถั่วงอก ชิง น้ำตาลปึก มีสีขาวมากเกินไปก็ไม่ควรซื้อ อย่างชิงเมื่อนำมา ชอยจะออกเป็นสีคล้ำ อันนั้นจะเป็นธรรมชาติ ผลไม้ไม่ควรมีสี เข้มหรือกรอบผิดปกติแสดงว่าจะมีการผสมสารบอแรกซ์หรือ ขัณฑสกร หรือแม้แต่ลูกชิ้นเนื้อของลูกชิ้นอาจจะแดงๆ เพราะมี สารเคมีผสมอยู่ สารพวกนี้ถ้ารับประทานเข้าไปไม่มากนัก หรือ ไม่บ่อยก็จะเป็นอันตรายแต่ควรระวังในเด็กเพราะปริมาณ นิดหน่อยก็ทำให้เป็นอันตรายได้

สำหรับวิธีป้องกัน ชั้นแรกเมื่อพบอาหารที่ผิดปกติไป จากธรรมชาติก็ไม่ควรซื้อ มา หรือถ้าสังเกตไม่ได้ก็ควรจะนำมา แช่น้ำประมาณ 1 ชั่วโมง ถ้าสารพิษเป็นสารที่ละลายน้ำก็จะ สลายออกมากับน้ำ แม้ว่าในแง่ของนักโภชนาการอาจจะมองว่า คุณค่าหายไป แต่วิตามินบางอย่างที่ละลายกับน้ำ เช่น วิตามินบี วิตามินซี เราอาจรับประทานได้จากแหล่งอื่น เช่น ผลไม้ หรือเสริมวิตามินเม็ด ส่วนวิตามินที่ละลายไขมัน ก็ยังคงได้รับอยู่

นอกจากการแช่น้ำแล้วอาหารควรผ่านความร้อนเพราะ สารบางอย่างจะสลายตัวเมื่อถูกความร้อน อย่างเช่นฟอร์มาลีน เมื่อผ่านความร้อนจะระเหยออกไปได้ ส่วนหนึ่งจะเป็นการ ป้องกันสารพิษได้อย่างหนึ่ง

สารปนเปื้อนประเภทโลหะหนัก โลหะหนักที่ปนเปื้อน

ในอาหาร เช่น อาหารทะเล สัตว์น้ำต่างๆ เกิดจากบริเวณน้ำที่ปลาอาศัยอยู่ใกล้กับโรงงานที่มีการทิ้งกากของเสียไป อย่างเช่นครั้งหนึ่งในอ่าวไทย เราพบว่าปริมาณของแคดเมียมสูง ปลาหมึกที่มีการส่งออกไปมีปริมาณแคดเมียมสูงและห้ามส่งออก จะเห็นได้ว่า จะมีโอกาสที่โลหะหนักไปปนเปื้อนกับพวกสัตว์น้ำได้

หอยแมลงภู่ หอยกะพง จะมีส่วนรกซึ่งมีการสะสมของสารพิษอยู่หรือแม้แต่เนื้อหอยที่มีสีดำก็ต้องระวัง นอกจากสัตว์ทะเลแล้วอาหารกระป๋องอาจจะมีโลหะปนเปื้อนได้ เพราะกระป๋องซึ่งเป็นโลหะจะสัมผัสเนื้ออาหารโดยตรง ถ้าผลิตนานแล้วจะทำให้เป็นอันตรายได้

ขามก้วยเตี่ยวหรือจานขามที่มีลวดลายและซ้อนซ้อนตะเกียบพวกนี้อาจมีสารตะกั่วปนเปื้อนเพราะตามร้านขายอาหารโรงอาหารต่างๆ จะมีสีป้ายซ้อนเพื่อให้รู้ว่าเป็นของร้านนั้นๆ หากสีที่ป้ายซ้อนหรือขามนั้นหลุดแล้วปนกับพวกอาหาร คนรับประทานอาหารก็จะได้รับสีซึ่งมีโลหะหนักปนอยู่

สัตว์ทะเลที่อยู่ในแหล่งน้ำบริเวณแหล่งอุตสาหกรรมที่มีการปล่อยสารพิษลงไป หรือพวกเรือที่มีการชนกันในทะเล ก็จะมีการปล่อยของเสียลงไป เมื่อปลามากินสัตว์เล็กสัตว์น้อยที่อยู่ในบริเวณนั้น เช่น หอยต่างๆ ซึ่งเป็นสัตว์ที่สามารถสะสมสารพิษได้ดี เพราะหอยกินอาหารตามหน้าดิน จึงทำให้พิษไปสะสมในตัว เมื่อคนกินปลา หรือกุ้ง หอยต่างๆ ก็จะได้รับสารพิษเข้าไปสะสม ดังนั้นต้องเลือกดูให้ดี

มีงานวิจัยพบว่าปริมาณสารตะกั่วที่พบในอาหารบาทวิถีไม่แตกต่างไปจากปริมาณสารตะกั่วที่พบในอาหารซึ่งจำหน่ายอยู่ในร้านไกลจากถนนเท่าใดนัก แสดงว่าสารตะกั่วที่เกิดจากท่อไอเสียรถยนต์นั้น คงไม่สะสมในอาหาร แต่สิ่งที่ต้องระวังในการบริโภคอาหารที่ขายตามข้างถนน คือความสะอาด เพราะอาหารมักจะปรุงเสร็จแล้ว หรือยังไม่ได้ปรุงอาหารนั้นอาจจะไม่ได้ผ่านความร้อนหรือผ่านความร้อนมานานแล้วนำมาวางขายโดยไม่มีตู้หรือภาชนะปกปิด ดังนั้นเชื้อแบคทีเรียตลอดจนฝุ่นละอองต่างๆ อาจจะไปปนเปื้อนในอาหารได้

การบริโภคอาหารอย่างไรจึงจะปลอดภัย คงจะต้องแบ่งเป็นประเภท อย่างอาหารทะเล ก็ต้องมีกลิ่นของทะเล มีสีที่เป็นธรรมชาติ ถ้าเป็นกุ้งก็ต้องไม่มีสีขุ่น แดง และเต่งตึงผิดปกติ ส่วนหอยจะมีพิษมากที่สุด เมื่อจะกินควรเอากรอกก่อน และหลีกเลี่ยงการกินหอยที่มีเนื้อสีดำ เพราะมีการสะสมของพิษบริเวณลำไส้ เวลานำมาประกอบอาหารจะต้องล้างให้ดี พวกเนื้อสัตว์ เมื่อไปซื้อต้องสังเกตว่าเนื้อแดงผิดปกติหรือไม่ ควรซื้อจากแหล่งที่เชื่อถือได้ ไม่ใช่มีการชำแหละกันตามข้างถนน ควรซื้อสัตว์ที่มั่นใจได้ว่ามาจากโรงฆ่าสัตว์ เพราะตามกฎหมายจะมีสัตวแพทย์หรือพนักงานตรวจโรคสัตว์ก่อนฆ่า จะเชื่อถือได้ดีกว่า ถ้าซื้อตามตลาดนั้น ควรมีตู้เย็นเก็บเนื้อไว้ เพราะจะช่วยหยุดการเจริญเติบโตของแบคทีเรียได้

ส่วนผักก่อนที่จะนำมาปรุงอาหารควรล้างน้ำร้อนก่อน

เพราะสารพวกยาฆ่าแมลงจะละลายได้ดีในน้ำร้อน ส่วนผักที่ปนเปื้อนฟอร์มาลีนก็ควรนำมาแช่น้ำหรือว่าใช้ล้างต่างทับทิมเพื่อฆ่าเชื้อโรค แต่ต้องล้างต่างทับทิมออกให้หมดโดยล้างน้ำสะอาดอีกครั้ง เพราะถ้ามีการตกค้างของต่างทับทิมอยู่ก็เป็นอันตรายได้ ส่วนผักกะหล่ำปลี ผักกาด หรือผักที่มีลักษณะเป็นกาบใบ ควรแยกออกเป็นใบๆ ขณะที่ล้าง ผลไม้จำพวกองุ่น จะมียาฆ่าเชื้อราติดอยู่ สังเกตจากฝ้าขาวๆ ติดอยู่ล้างไม่ออก เมื่อรับประทาน ควรปอกเปลือก วิธีที่ดีที่สุดในการบริโภคอาหารให้ปลอดภัยจากสารพิษคือ ถ้าเลี้ยงอาหารที่คาดว่าจะมีสารพิษปนเปื้อนได้ ก็ควรเลี้ยง ไม่กินอาหารที่ซ่าซาก กินอาหารที่ผ่านความร้อนในการปรุง กินผลไม้บ้าง เพื่อให้ใยอาหารไปขัดขวางการดูดซึมสารพิษและมีการขับถ่ายออกมา จะทำให้คนเราปลอดภัยจากสารพิษได้

ข้อมูลจากโภชนาการนำรู้ สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล



# ปักหมุด

นักเรียกฉลามแห่งทะเลใต้

□ □ □ □ □ □ □ □ □

**ป** ระเทศหมู่เกาะต่างๆ ในแถบทะเลแปซิฟิกตอนใต้มีสิ่งแปลกๆ และสิ่งสวยงามให้น่าหลงใหลและเชิญชวนให้นักท่องเที่ยวผู้รักการผจญภัยเดินทางไปเยี่ยมชม นอกจากความสวยงามตามธรรมชาติในหมู่เกาะต่างๆ แล้ว นักท่องเที่ยวยังสามารถสัมผัสวัฒนธรรม ชีวิตความเป็นอยู่ในแบบดั้งเดิมของชาวเกาะได้อีกด้วย

เป็นที่ทราบกันดีว่า ชนพื้นเมืองที่อาศัยอยู่ตามหมู่เกาะ

ต่าง ๆ มีเชื้อสายโพลีนีเซียนซึ่งเป็นนักเดินเรือที่เดินทางข้ามน้ำข้ามทะเลมาจากดินแดนไกลโพ้นและเข้ามาตั้งหลักแหล่งอยู่ตามเกาะต่าง ๆ เป็นเวลานานนับปีมาแล้ว ชนกลุ่มนี้มีความเป็นอยู่และสืบทอดวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์เป็นของตัวเอง ชีวิตของชาวเกาะผูกพันอยู่กับธรรมชาติ ป่าเขาและมหาสมุทรอันกว้างใหญ่ไพศาล มีเรื่องแปลกประหลาดที่เล่าขานสื่อกันฟังอย่างต่อเนื่องเกี่ยวกับความสามารถพิเศษของชาวเกาะเหล่านี้

สำหรับประเทศตองกาซึ่งเป็นประเทศหนึ่งในหมู่เกาะแปซิฟิก ก็มีเรื่องเล่าขานเกี่ยวกับตำนานการเรียกปลาฉลามกินคนของชาวเกาะแห่งนี้ให้ขึ้นมาปรากฏตัวที่ผิวน้ำ ซึ่งดึงดูดความสนใจจากนักผจญภัยทั่วโลกให้เข้าไปพิสูจน์หาความจริง ผู้คนพากันเดินทางมาเยือนดินแดนอันห่างไกลของอาณาจักรตองกาแห่งนี้เพื่อดูชาวเกาะเรียกฉลามกินคนจากกันสมุทรโดยชาวเกาะเชื่อว่า เวทมนตร์คาถาที่ได้รับการถ่ายทอดมาเป็นเวลาหลายชั่วอายุคนมีจริงและความขลังของคาถาอาคมดังกล่าวสามารถสะกดให้ฉลามที่ดุร้ายขึ้นมาปรากฏตัวให้เห็นได้จริง นอกจากที่ตองกาแล้ว ยังมีเรื่องเล่าขานถึงการเรียกฉลามในประเทศวานูอาตู ฟิจิ หมู่เกาะโซโลมอนและเกาะอื่นๆ อีกหลายเกาะ

ประเทศตองกาประกอบด้วยหมู่เกาะทั้งสิ้นรวม 171 เกาะ กระจัดกระจายครอบคลุมผืนน้ำกว่า 70,000 ตารางกิโลเมตรของมหาสมุทรแปซิฟิก ซึ่งเป็นถิ่นของปลาฉลามร้ายกาจหลาย

พันธุ์ อย่างไรก็ตามสถานที่ที่ได้รับการกล่าวขวัญถึงการเรียกปลาฉลามมากที่สุดนั้นอยู่ที่เกาะปะการังเอวาอิกิในมหาสมุทรแปซิฟิกตอนใต้ฝั่งเกาะนี้อยู่ห่างจากกรุงนูกูอะโลฟาเมืองหลวงของตองกาไปประมาณ 40 กิโลเมตร สำหรับผู้ที่นึกไม่ออกว่าประเทศตองกาอยู่ที่ใดแน่ อาจเทียบจากประเทศออสเตรเลีย เกาะนี้อยู่ทางด้านตะวันออกเฉียงใต้ของออสเตรเลีย ห่างจากนครซิดนีย์ เมืองท่าที่สำคัญของประเทศออสเตรเลียประมาณ 4,000 กิโลเมตร เกาะแห่งนี้เป็นเกาะเล็กๆ ซึ่งมีประชากรเพียง 60 คน สภาพโดยทั่วไปของเกาะก็เหมือนเกาะอื่นๆ โดยทั่วไปมีต้นมะพร้าวขึ้นทั่วเกาะ

สำหรับการเรียกปลาฉลามนั้น นายจอห์น เวสต์ นักชีววิทยาทางทะเลผู้มีชื่อเสียงระดับโลกและผู้เชี่ยวชาญด้านปลาฉลาม ประจำอยู่ที่สวนสัตว์ดารองกาในนครซิดนีย์เคยกล่าวไว้ว่า เกาะบางแห่งในแถบทะเลใต้มีประเพณีเรียกปลาฉลามมานานหลายศตวรรษ แต่คนส่วนใหญ่มั่นใจว่าศิลปะนี้สูญหายไปหมดแล้ว ศาสตราจารย์เอเปลิ ฮาอู โอฟา นักมานุษยวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยเซาท์แปซิฟิก กล่าวว่า ชาวเกาะอาจใช้เทพนิยายและเวทมนตร์อาชนะความกลัวปลาฉลามโดยผูกเรื่องราวเหล่านี้ไว้ในบทเพลง ระบายและตำนานของตน

นักเรียกฉลามที่มีชื่อเสียงของเกาะแห่งนี้มีประมาณสองถึงสามคน เป็นชายสูงอายุสองสามคนและชายหนุ่มวัย 20 กว่าปีอีกหนึ่งคน ผู้ที่มีชื่อเสียงมากที่สุดคือ เฟวันกา อีฟาอิมาดา

ชายชราวัย 67 ปี บรรดาชาวเกาะเอวาอิกียกย่องให้เขาเป็นนักเรียกฉลามเก่งกาจที่สุด

พิธีเรียกปลาฉลามเป็นประเพณีเก่าแก่หลายร้อยปีและการเรียกปลาฉลามของเกาะเอวาอิกิถือเป็นศิลปะที่มีต้นกำเนิดมาจากตำนานของเกาะเมื่อหลายร้อยปีก่อนโดยชาวเกาะมีความเชื่อว่าพิธีนี้มีต้นกำเนิดมาจากเรื่องราวความรักของชายหนุ่มหญิงสาวคู่หนึ่งที่ไม่สมหวังในความรัก โดยเล่าต่อๆ กันมาว่า มีเด็กสาวคนหนึ่งตกจากเรือและหายสาบสูญไป เธอกลายเป็นปลาฉลามชื่อ “อิโนะ” ตั้งแต่นั้นมา ชาวเกาะเอวาอิกิจะออกสู่ทะเลเรียกเธอกลับบ้าน และเพื่อให้มีโชค ผู้เรียกฉลามจะสมมติตัวเองเป็นชินิลากู คนรักของอิโนะในเทพนิยาย ในช่วงสัปดาห์ฉลองวันประสูติของกษัตริย์ชินิลากูจะจับและฆ่าปลาฉลามที่เรียกได้เพื่อนำไปถวายกษัตริย์ แม้จะเชื่อกันว่า ปลาฉลามเป็นร่างของอิโนะ แต่ชาวเกาะก็ไม่ตั้งใจเรื่องการฆ่าปลาฉลาม เพราะถือว่าอิโนะจะกลับมาเกิดใหม่อีกเรื่อยๆ นิทานทำนองนี้มีอยู่ทั่วไป

สำหรับการออกเรือไปดูการเรียกฉลามนั้น ตามความเชื่อของชาวเกาะ ผู้สังเกตการณ์จะต้องตีเครื่องตีประจำท้องถิ่นที่เรียกว่าคาวาก่อนหนึ่งวัน และก่อนออกเดินทางจริงอีกหนึ่งครั้ง เพื่อเป็นการเอาใจอิโนะปลาฉลามที่จะถูกเรียกขึ้นมา คาวาเป็นเครื่องตีที่ทำจากรากของพุ่มพริกไทยมีสีคล้ายน้ำโคลนรสชาติค่อนข้างขมเหมือนยา มักใส่แป้งไม้สีดำ คาวามีส่วนผสมสำคัญ 12 ชนิด ซึ่งล้วนมีสรรพคุณเป็นยา เช่น เป็นยาสลบ

และบรรเทาปวด ถือเป็นเครื่องเช่นไหว้ในพิธีฉลองของตองกานั่งเรือแล่นห่างจากฝั่ง

เคล็ดลับอีกประการหนึ่งสำหรับผู้ที่จะออกไปดูฉลามนั้นจะต้องสมมติตัวเองเป็นชินิลากูชายคนรักของอิโนะ และชาวเกาะเชื่อว่า ผู้ที่จะเดินทางไปดูฉลามห้ามตั้งข้อสงสัยใดๆ ทั้งสิ้น มิเช่นนั้นอาจทำให้ปลาฉลามไม่พอใจ

ในวันเดินทาง ผู้ที่จะออกไปสังเกตการเรียกปลาฉลามจะนั่งเรือออกจากฝั่งไปประมาณหนึ่งกิโลเมตร นักเรียกฉลามจะนำกะลามะพร้าวร้อยเป็นพวงจำนวน 3 พวงติดตัวไป ซึ่งพวงกะลานี้จะใช้สำหรับเรียกปลาฉลาม เมื่อถึงที่หมายเฟวันกาจะสั่งให้คนบังคับเรือดับเครื่องยนต์ เขายืนที่ท้ายเรือเขย่าพวงกะลากัมศีระลงแล้วหย่อนพวงกะลาลงน้ำ จากนั้นก็เขย่าอย่างแรงพร้อมกับเปล่งเสียงทุ้มต่ำเหมือนกำลังร้ายเวทมนตร์ เรียกปลาฉลาม ฟังได้ความว่า “อิโนะ โอโไฟ” ซึ่งมีความหมายว่า “อิโนะจงปรากฏตัว” หลังจากนั้นจะมีบางสิ่งบางอย่างเคลื่อนไหวเป็นเงาร่างๆ ในน้ำลึกประมาณ 2-3 เมตรซึ่งนักเรียกปลาฉลามเชื่อว่าเป็นอิโนะ ปลาฉลามที่มาตามเสียงเรียกของเฟวันกา

สำหรับการเรียกปลาฉลามนั้น ยังนิยมกระทำกันในวงเฉลิมฉลองวันพระราชสมภพของกษัตริย์ ซึ่งถือเป็นเหตุการณ์สำคัญในรอบปี โดยเมื่อเรียกปลาฉลามแล้วก็จะฆ่าและนำไปถวายกษัตริย์ ในสมัยก่อนครั้งยังมีนักเรียกปลาฉลามมากกว่านี้ ชาวเกาะได้ออกไปล่าปลาฉลามได้มากมาย แต่ในปัจจุบัน ผู้

คนพากันอพยพออกจากเกาะ ยังมีเพียงคนชราไม่กี่คนที่ปรารถนาที่จะอนุรักษ์ประเพณีนี้ไว้และได้ปลุกให้กลับมาเฟื่องฟูอีกครั้ง โดยการฝึกวิธีเรียกฉลามให้เด็กหนุ่มจำนวนหนึ่ง แต่ดูจะไม่ได้ได้รับความสนใจจากเด็กรุ่นใหม่เท่าใดนัก

สำหรับเรื่องการเรียกปลาฉลามที่ดุร้ายนั้น ก็ยังเป็นสิ่งที่หลายคนต้องการพิสูจน์และยังคงถกเถียงกันอยู่บ้างว่าเป็นเรื่องของคาถาอาคมที่มีจริงบ้างว่าเป็นเรื่องของธรรมชาติที่ปลาฉลามจะพุ่งขึ้นมาเล่นน้ำหรือหายใจเหนือผิวน้ำอย่างไรก็ตาม ชาวเกาะก็ยังคงยึดถือประเพณีนี้สืบไปและเชื่อว่า ฮีนาจะมาปรากฏกายให้เห็นเมื่อชีนาลาอุเว้าวอน



## 2. ถ่ายเล่ม

**ก**อนจะเปิดมาถึงหน้านี้ ผมเชื่อว่าคุณคงจะได้พบกับเรื่องราวหลากหลายในหนังสือวิทยุสราญรมย์ มาโดยตลอดแล้ว อันที่จริงยังมีบทความ บทสัมภาษณ์ และสารคดีที่น่าสนใจซึ่งเคยออกอากาศในรายการต่างๆ ของวิทยุสราญรมย์อยู่อีกเป็นจำนวนมาก แต่ไม่สามารถที่จะนำลงในหนังสือฉบับนี้ได้ครบถ้วนด้วยข้อจำกัดของจำนวนหน้ากระดาษ อย่างไรก็ตาม ผมและคณะผู้จัดทำพยายามรวบรวมเรื่องในแนวต่างๆ เพื่อครอบคลุมประเด็นที่น่าสนใจ และให้ทั้งสาระและความบันเทิงต่อท่านอย่างกว้างขวาง ทั้งในด้านศาสนา เศรษฐกิจ สารคดี วรรณกรรม ศิลปวัฒนธรรม สุขภาพ ท่องเที่ยว สิ่งแวดล้อม และปกิณกะ

เพื่อความเข้าใจถึงปัญหาเศรษฐกิจที่เกิดขึ้น หนังสือวิทยุสาราณรมย์ได้เรียนขออนุญาต ดร.สมชัย ฤชุพันธุ์ อธิบดีกรมสรรพสามิต นำสรุปคำบรรยายพิเศษเรื่อง “IMF กับทางรอดของเศรษฐกิจไทย” มาลงพิมพ์ พร้อมด้วยเรื่องราวของพ่อมดเงินตรา-จอร์จ โซรอส ในสภาพทางเศรษฐกิจเช่นที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ การประหยัด ฟังตนเอง และดำเนินชีวิตแบบเรียบง่ายตามวิถีไทยแต่เดิมมานับเป็นสิ่งที่มีความเหมาะสมกับยุคสมัยและเป็นหนทางหนึ่งซึ่งจะช่วยแก้ไขปัญหาของประเทศชาติให้ทุเลาลงได้ ดังนั้น หนังสือวิทยุสาราณรมย์จึงนำเสนอเรื่องราวของสมุนไพรไทยทั้งในแง่ของอาหารและสิ่งบำรุงสุขภาพ รวมทั้งวิธีทำและใช้ยาฆ่าแมลงอย่างปลอดภัยจากพิษพิษพันธุ์ไม้ในครัวเรือน ขณะเดียวกันก็มีวิธีการดูแลสุขภาพและรับประทานอาหารตามโภชนบัญญัติแนวใหม่ ในส่วนของการท่องเที่ยว เรามีทั้งการท่องเที่ยวไทยดังเช่น “เที่ยวหน้าดก” และเยี่ยมเยือนประเทศเพื่อนบ้าน คือ พม่า หรือเมืองบุเรงนอง

โดยที่นับวันปัญหาสิ่งแวดล้อมจะทวีความรุนแรงขึ้น และส่งผลกระทบต่อโลกของเราโดยตรง หนังสือวิทยุสาราณรมย์จึงคัดสรรบทความเรื่อง “วันโอโซนโลก” “ฤดูกาลปลูกป่า” และ “ปีทะเลสาagal...เรามาช่วยกันอนุรักษ์สัตว์น้ำในทะเลไทยกันเถอะ” มาเผยแพร่ความรู้และความรักในสิ่งแวดล้อม

เป็นเวลานับร้อยปีมาแล้วที่เรื่องราวการเดินทางของคณะราชทูตไทยชุดหนึ่งซึ่งเดินทางไปเจริญสัมพันธไมตรีกับ

ฝรั่งเศสและเข้าเฝ้าพระสันตปาปาอินโนเซนต์ ที่ 11 ได้หายไปจากประวัติศาสตร์ แต่เมื่อกลางปีนี้เองทางสำนักวาติกันได้นำภาพวาดของราชทูตไทยดังกล่าวมามอบให้กระทรวงการต่างประเทศ รายละเอียดในเรื่องนี้ พิษณุ จันทรวิทัน บันทึกไว้ในสารคดีเรื่อง “ภาพขุนนางไทยสมัยกรุงศรีอยุธยา กลับเมืองไทย” ส่วนท่านที่ชอบการผจญภัยที่มีกลิ่นอายของวัฒนธรรมคงจะพอใจกับ “บันทึกการเดินทาง ขับรถไปเล่นสงกรานต์ที่เชียงใหม่” ของธัน อนุมานราชชน

สำหรับคณากรรมการ บทสัมภาษณ์พิเศษ “คำพูน บุญทวี ซีไรต์คนแรกของไทย” และ “หลายบทบาทชีวิตของ ม.ร.ว.มาลินี จักรพันธุ์ และ ม.ร.ว.เบญจจาภา ไกรฤกษ์” คงจะให้ทั้งรสชาติและอีกแง่มุมหนึ่งของคนเขียนหนังสือ

เมื่ออ่านหนังสือวิทยุสาราณรมย์จบแล้ว มีความคิดเห็นหรือข้อติชมประการใด โปรดเขียนจดหมายมาคุยกันบ้าง และอย่าลืมติดตามรับฟังรายการต่างๆ ของสถานีวิทยุสาราณรมย์ต่อไปนะคะ

*ประภัสสร เสวิกุล*

(ประภัสสร เสวิกุล)

บรรณาธิการ

# ตารางการออกอากาศรายการภาษาไทย/อังกฤษ

## สถานีวิทยุสุราษฎร์

วัน/เวลา	05:30-06:00	06:00-06:30	06:30-07:00	17:30-18:30	19:00-19:30	22:00-22:30
จันทร์	เกษตรน่ารู้	รู้รอบโลก	กินหัวไทย	ข่าว ค่ายหลังข่าวกับสุรพล	English	เพื่อประมงไทย
อังคาร	ห้องเที่ยวไทย	รอบบ้านเรา	ข่าว	ค่ายเพื่อส่งเสริมเศรษฐกิจ	English	เพื่อประมงไทย
พุธ	วงวรรณกรรม	รอบบ้านเรา	ข่าว	ค่ายหลังข่าวกับสุรพล	English	เพื่อประมงไทย
พฤหัสบดี	สุขภาพพร้อมคุณ	รอบบ้านเรา	ข่าว	น่านาสาระ	English	เพื่อประมงไทย
ศุกร์	มรดกไทย	เล่าเรื่องเก่า	ข่าว	ค่ายหลังข่าวกับสุรพล	English	เพื่อประมงไทย