



ปีที่ 22 ฉบับที่ 84 ตุลาคม 2562 - มกราคม 2563

วิทยุสราภรณ์มัย





วารสารวิทยุสราญรมย์

กระทรวงการต่างประเทศ

www.mfa.go.th

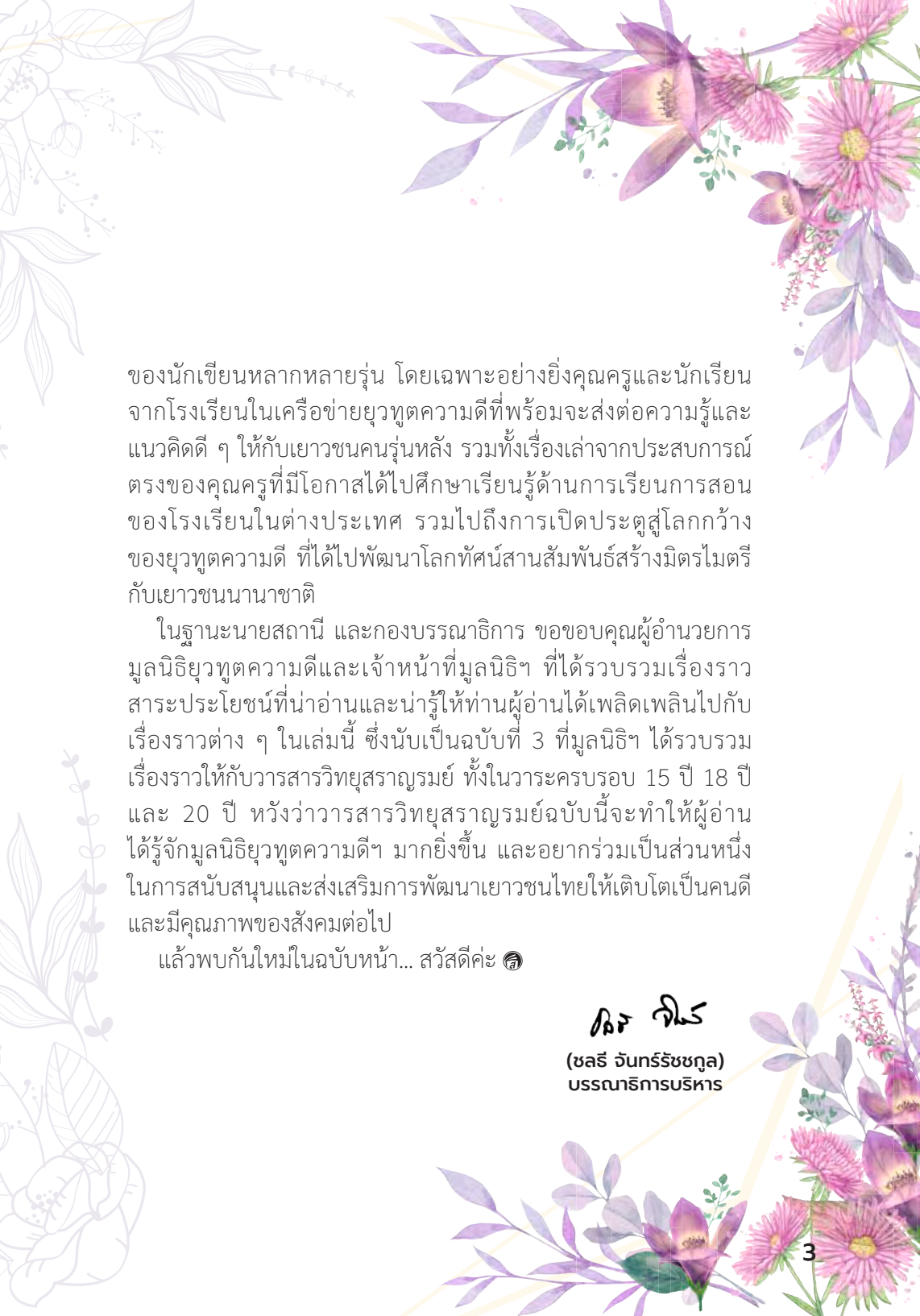


บทบรรณาธิการ

ยวทูตความดี คือ ตัวแทนของเยาวชนที่ทำหน้าที่เป็น ‘ต้นแบบของเยาวชนคนดี’ หรือ ‘ต้นกล้าแห่งความดี’ ที่จะพัฒนาและเติบโตเพื่อเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของสังคมและประเทศชาติ ควบคู่ไปกับการมีคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะนำพาทุกสังคมไปสู่ความเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน กระทรวงการต่างประเทศเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาเยาวชนให้เป็นกำลังสำคัญของชาติจึงได้ก่อตั้งโครงการยวทูตความดีเฉลิมพระเกียรติขึ้นเมื่อปี 2542 เพื่อถวายเป็นราชสักการะในโอกาสที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงมีพระชนมายุครบ 72 พรรษา

ในโอกาสครบรอบ 20 ปี ของมูลนิธิยวทูตความดีในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารีวารสารวิทยุสราญรมย์ฉบับนี้จึงตั้งใจนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับการเดินทางในช่วง 20 ปีที่ผ่านมาของยวทูตความดี ซึ่งจะพาท่านผู้อ่านไปสัมผัสการดำเนินงานของมูลนิธิยวทูตความดีฯ ในมิติต่าง ๆ พร้อมกับการประมวลภาพบรรยากาศภายในงานครบรอบ 20 ปี ยวทูตความดี ที่จัดขึ้น ณ วิเทศสโมสร กระทรวงการต่างประเทศ เมื่อวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562 จากนั้นขอเชิญท่านผู้อ่านเพลิดเพลินไปกับเรื่องเล่าจากประสบการณ์





ของนักเขียนหลากหลายรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณครูและนักเรียน
จากโรงเรียนในเครือข่ายยุทธศาสตร์ที่ดีที่พร้อมจะส่งต่อความรู้และ
แนวคิดดี ๆ ให้กับเยาวชนคนรุ่นหลัง รวมทั้งเรื่องเล่าจากประสบการณ์
ตรงของคุณครูที่มีโอกาสได้ไปศึกษาเรียนรู้ด้านการเรียนการสอน
ของโรงเรียนในต่างประเทศ รวมไปถึงการเปิดประตูสู่โลกกว้าง
ของยุทธศาสตร์ ที่ได้ไปพัฒนาโลกทัศน์สานสัมพันธ์สร้างมิตรไมตรี
กับเยาวชนนานาชาติ

ในฐานะนายสถานี และกองบรรณาธิการ ขอขอบคุณผู้อำนวยการ
มูลนิธิยุทธศาสตร์ดีและเจ้าหน้าที่มูลนิธิฯ ที่ได้รวบรวมเรื่องราว
สาระประโยชน์ที่อ่านและนำไปให้ท่านผู้อ่านได้เพลิดเพลินไปกับ
เรื่องราวต่าง ๆ ในเล่มนี้ ซึ่งนับเป็นฉบับที่ 3 ที่มูลนิธิฯ ได้รวบรวม
เรื่องราวให้กับวารสารวิทยุสราญรมย์ ทั้งในวาระครบรอบ 15 ปี 18 ปี
และ 20 ปี หวังว่าวารสารวิทยุสราญรมย์ฉบับนี้จะทำให้ผู้อ่าน
ได้รู้จักมูลนิธิยุทธศาสตร์ดีมากยิ่งขึ้น และอยากเป็นส่วนหนึ่ง
ในการสนับสนุนและส่งเสริมการพัฒนาเยาวชนไทยให้เติบโตเป็นคนดี
และมีคุณภาพของสังคมต่อไป

แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้า... สวัสดีค่ะ 🍀

ผอ. ชลธิ์

(ชลธิ์ จันตรีรัชกุล)
บรรณาธิการบริหาร

12



สารบัญ

6 พระราชดำรัส สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี

8 คำกล่าวถวายรายงาน 20 ปี ยุวทูตความดี

12 งานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี

24 20 ปี มูลนิธิยุวทูตความดี...สู่ความดีที่ยั่งยืน

8



26 นวัตกรรมจากพ่อ ศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

30 มาสะสมพลังจิต กันดีกว่า

38 เมืองสร้างสรรค์ พัฒนานักคิด



70 ท่องดินแดน
แห่งวัฒนธรรมริมน้ำโขง

76 บอกกล่าวเล่าเรื่อง
3 เมืองในเมียนมา

82 นมัสเต อินเดีย

88 ออกุณเจริญ
ก็อมปูเจีย

94 Facebook Fan Club

100 เมืองไทย
ยินดีที่ได้รู้จัก

110 YAVF Check In

44 Wawasan Brunei 2035
การศึกษาแนวใหม่
ใส่ใจเยาวชน

50 การเสริมสร้างเยาวชน
ให้เป็นหลักที่เข้มแข็ง
ของสังคม

56 ตะลุยแอฟริกา

64 ก้าวสู่ดินแดนมังกร





พระราชดำรัส

สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า

กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ในพิธีเปิดงานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี
ณ กระทรวงการต่างประเทศ วันที่ 1 พฤศจิกายน 2562

“ข้าพเจ้ารู้สึกยินดี ที่ได้เห็นโครงการยุวทูตความดีเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่กระทรวงการต่างประเทศริเริ่มขึ้นเมื่อปี 2542 ก้าวเข้าสู่ปีที่ 20 ในปีนี้ และยังคงดำเนินงานต่อไป ด้วยปณิธานมุ่งมั่นที่จะพัฒนาเยาวชนให้มีคุณภาพ คุณธรรมและจริยธรรม ตามแนวพระราชดำริ

ขอชื่นชมความมุ่งมั่นและพร้อมใจกันของกระทรวงการต่างประเทศ สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ สถานเอกอัครราชทูตต่างประเทศประจำประเทศไทย หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ตลอดจนโรงเรียน ในการที่จะสร้างยุวชนคนรุ่นใหม่ที่มีคุณสมบัติอันพึงประสงค์ คือ มีความรู้ ความสามารถ มีทักษะความชำนาญในงานต่าง ๆ มีโลกทัศน์กว้างขวาง ก้าวทันโลก พร้อมทั้งมีคุณธรรมและจริยธรรมในตน โดยเริ่มกล่อมเกลาลักษณะนิสัยความคิด และทัศนคติต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัวให้เป็นไปในทางที่เหมาะสมตั้งแต่เยาว์วัย เพื่อให้เยาวชนที่เข้าร่วมโครงการเจริญเติบโตขึ้นไปเป็นกำลังของชาติที่แข็งแกร่ง มีสติปัญญา มีจิตสำนึกเรื่องหน้าที่ต่อสังคม จะได้ร่วมกันสร้างสรรค์สังคมและประเทศชาติให้เจริญงอกงาม พัฒนาก้าวหน้าไปอย่างมีเสถียรภาพ

ในโอกาสที่มูลนิธิยุวทูตความดีก่อตั้งมาครบ 20 ปี ขออวยพรให้มูลนิธิมีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น ทั้งขอให้ผู้ร่วมดำเนินการทุกฝ่ายทุกคน มีความสุขสวัสดิ์ ประสพแต่สิ่งอันเป็นสิริมงคล มีกำลังใจ กำลังใจ ที่จะปฏิบัติงานให้บรรลุจุดหมายสูงสุดร่วมกันสืบต่อไป”



คำกล่าวถวายรายงาน 20 ปี ยุวทูตความดี

โดย...นายดอน ปรมัตถ์วินัย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ

มูลนิธิยุวทูตความดีฯ เริ่มจากโครงการที่กระทรวงการต่างประเทศจัดตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2542 เพื่อเฉลิมพระเกียรติและทูลเกล้าฯ ถวายเป็นราชสักการะในวโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงเจริญพระชนมพรรษา 72 พรรษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาเยาวชนไทยให้เป็นผู้มีพื้นฐานที่ดีทั้งคุณธรรมและจริยธรรม อันเป็นปัจจัยเบื้องต้นในการพัฒนาบุคคลให้เป็นคนมีคุณภาพ

20 ปีที่ผ่านมา การดำเนินงานของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ นับว่าประสบความสำเร็จเป็นที่น่าพอใจ ดังจะเห็นได้จากจำนวนโรงเรียนในเครือข่ายที่ได้เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากแรกเริ่มจำนวน 76 แห่ง มาเป็น 2,154 แห่ง และได้ปรับตัวเองตามสภาพ 998 โรงเรียนในปัจจุบัน โดยครอบคลุมโรงเรียนในทุกจังหวัดทั่วทุกภูมิภาคของประเทศไทย รวมทั้งการสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับหน่วยงานและสถาบันต่าง ๆ ทั้งของไทยและต่างประเทศ โดยเฉพาะประเทศเพื่อนบ้านกลุ่ม CLMV ประเทศสมาชิกอาเซียน ไปจนถึง

ประเทศนอกภูมิภาค เช่น อินเดีย จีน ญี่ปุ่น เยอรมนี บราซิล ชิลี สะท้อนถึง ความต่อเนื่องและความมุ่งมั่นตั้งใจของมูลนิธิฯ ที่จะเสริมสร้างหุ้นส่วน ของการพัฒนาเยาวชนกับภาคส่วนต่าง ๆ

มูลนิธิยุวทูตความดีฯ ได้ยึดหลักการพัฒนาเยาวชนให้มีทั้งความรู้ ควบคู่ไปกับการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และความมีจิตอาสา เพื่อหล่อหลอมให้ เยาวชนไทยเป็น ‘ต้นกล้าแห่งความดี’ เพราะเชื่อมั่นว่า การสนับสนุน ด้านวิชาการควบคู่ไปกับคุณธรรมจะทำให้เยาวชนเติบโตขึ้นเป็นพลังที่เข้มแข็ง ของชาติอย่างยั่งยืน ที่ผ่านมา มูลนิธิยุวทูตความดีฯ จึงได้ดำเนินการปลูกฝัง ต้นกล้าแห่งความดีผ่านโครงการเหย้า - เยือนระหว่างโรงเรียนในเครือข่าย การฝึกปฏิบัติในรูปแบบของการเข้าค่ายฝึกอบรมในสถานที่ที่เหมาะสม เอื้อต่อการพัฒนาทางสติปัญญาและจิตใจ เช่น ‘ธรรมะคือแสงสว่างแห่งปัญญา’ ที่ศูนย์วิปัสสนาสากลไร่เชิงยุตะวัน จังหวัดเชียงราย ‘รักษะโลก-รักแผ่นดิน’ ที่อุทยานสิ่งแวดล้อมนานาชาติสิรินธร จังหวัดเพชรบุรี ‘สามัคคี ฉลาดรู้ เสริมสร้างสันติสุข’ ที่ศูนย์ประวัติศาสตร์ พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ จังหวัด สงขลา ‘ทรัพย์ในดินกับวิถีเกษตรไทย’ ที่พิพิธภัณฑ์เกษตรเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดปทุมธานี โดยมีครูและนักเรียนเข้าร่วมในกิจกรรมนับพันคนต่อปี

นอกเหนือจากการส่งเสริมการเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติจริงแล้ว กระทรวง การต่างประเทศมีนโยบายสนับสนุนให้เยาวชนไทยได้เปิดโลกทัศน์ในด้าน การต่างประเทศผ่านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนเยาวชนจากสถาบัน การศึกษาอื่น ๆ ทั้งในและต่างประเทศ โครงการเปิดโลกทัศน์จึงถือกำเนิดขึ้น โดยความร่วมมือระหว่างมูลนิธิยุวทูตความดีฯ กับสถานเอกอัครราชทูตและ สถานกงสุลใหญ่ของไทยในต่างประเทศเพื่อให้เยาวชนไทยได้มีโอกาสเปิดโลกทัศน์ และสานสัมพันธ์แลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้กับนักเรียนระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาโดยที่ผ่านมา มูลนิธิยุวทูตความดีฯ ได้นำนักเรียนไปเยี่ยมเยือน และศึกษาเรียนรู้ที่ประเทศต่าง ๆ หลายแห่ง เช่น จีน เวียดนาม อินเดีย ฟิลิปปินส์ เมียนมา ญี่ปุ่น คุเวต กัมพูชา มาเลเซีย และอินโดนีเซีย ทำให้ยุวทูตได้รับ ประสบการณ์ ได้เรียนรู้ในสิ่งใหม่ ๆ ช่วยหล่อหลอมให้มีวิสัยทัศน์และมุมมอง ที่กว้างไกลขึ้น



ประเทศไทยสามารถพัฒนาก้าวหน้าท่ามกลางกระแสโลกาภิวัตน์และความไม่แน่นอนของสถานการณ์การเมืองและเศรษฐกิจของโลกได้จนถึงทุกวันนี้ เพราะเราได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร มาเป็นแนวทางในการพัฒนาประเทศ ซึ่งหลักปรัชญานี้ได้รับการยอมรับจากนานาประเทศด้วยว่า เป็นแนวทางการพัฒนาที่สนับสนุนการบรรลุเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนของสหประชาชาติและนำไปสู่การเติบโตอย่างสมดุลในทุกมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม ขณะเดียวกันการส่งเสริมให้เยาวชนได้เปิดโลกทัศน์และมีความพร้อมที่จะก้าวสู่โลกกว้าง มีความเข้าใจและสามารถเชื่อมโยงประเด็นระดับโลกเข้ากับบริบทของชุมชนและสังคมของตนก็เป็นสิ่งที่มีมูลนิธียุททศาคณาจารย์ และกระทรวงการต่างประเทศให้ความสำคัญด้วยเช่นกัน

นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560 มูลนิธียุททศาคณาจารย์ ได้ดำเนินโครงการส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน ซึ่งเป็นโครงการระยะยาว ดำเนินการในรูปแบบของการจัดค่ายตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เช่น ‘ค่ายศาสตร์พระราชา ก่อเกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน’



‘ค่ายต้นกล้าความดี ก้าวสู่สากล ตามวิถีพอเพียง’ ‘ค่ายสร้างสรรค์วิชาชีพ หล่อเลี้ยงชีวิต ด้วยวิถีพอเพียง’ โดยได้รับความร่วมมือจากศูนย์ศึกษาการพัฒนา อันเนื่องมาจากพระราชดำริในแต่ละภาคของประเทศ ซึ่งโครงการนี้สอดคล้องกับ นโยบายของกระทรวงการต่างประเทศที่ประสงค์จะสร้างหุ้นส่วนความร่วมมือ เพื่อส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อการพัฒนา อย่างยั่งยืนในระดับเยาวชนไทยกับต่างประเทศ โดยมีครูและนักเรียนเข้าร่วม จำนวน 1,166 คน จาก 133 โรงเรียนทั่วประเทศ

การดำเนินงานของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ ตลอด 20 ปีที่ผ่านมาได้แสดงให้เห็น เป็นที่ประจักษ์แล้วว่าภารกิจของมูลนิธิฯ มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้าง อนาคตของชาติ เพราะการสร้างคนจำเป็นต้องอาศัยการให้ความรู้ ควบคู่ไปกับการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม จิตสำนึก และความมีจิตอาสา มูลนิธิยุวทูตความดีฯ จึงยึดมั่นในปณิธานที่จะสร้างเยาวชนให้เป็นอนาคตของชาติที่มีทั้งความรู้ ความสามารถ มีคุณธรรม มีความแข็งแกร่งทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นการเตรียม ความพร้อมให้แก่เยาวชนไทยที่จะก้าวขึ้นเป็นกำลังสำคัญให้กับประเทศชาติ และเป็นตัวแทนเยาวชนในการเสริมสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของประเทศไทยไปสู่ สายตาของชาวโลกต่อไป 🙏



งานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี

ในโอกาสที่ ‘โครงการยุวทูตความดีเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว’ ที่กระทรวงการต่างประเทศริเริ่มเมื่อปี 2542 เพื่อทูลเกล้าฯ ถวายเป็นราชสักการะในวโรกาสพระชนมายุ 72 พรรษา ที่มุ่งพัฒนาเยาวชน ให้เป็นผู้มีคุณภาพ คุณธรรม และจริยธรรม ตามแนวพระราชดำรัส ของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เพื่อให้เป็นอนาคตที่เข้มแข็งของสังคมและประเทศชาติ

เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2558 สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงรับมูลนิธิไว้ในพระราชูปถัมภ์ โดยดำรงสถานะเป็นมูลนิธิยุวทูตความดี ในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ในการดำเนินโครงการและกิจกรรมที่ผ่านมาถึง 20 ปี มูลนิธิยุวทูตความดีฯ ได้จัดงานครบรอบ 2 ครั้ง คือ ครบรอบ 15 ปี ‘เส้นทางสร้างคนดี 15 ปี ยุวทูตฯ ไทย’ ในปี 2557 และงานครบรอบ 20 ปี ‘20 ยุวทูตความดี ก้าวไกล ท้นโลก’ ในปี 2562 เป็นวาระพิเศษในการจัดงานรำลึกถึง และร่วมภาคภูมิใจในโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ดำเนินมา

งานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี ภายใต้ชื่อ ‘20 ปี ยุวทูตความดี
ก้าวไกล ทันโลก’ เมื่อวันศุกร์ที่ 1 พฤศจิกายน 2562 ที่กระทรวงการต่างประเทศ
นำเสนอผลงานในการปลูกฝังจิตสำนึก ฝึกจิตอาสา และการพัฒนาโลกทัศน์
ให้เยาวชนยุวทูตฯ เป็นต้นกล้าความดี ตามวิถีพอเพียง โดยได้กราบบังคม
ทูลเชิญสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี องค์อุปถัมภ์มูลนิธิยุวทูตความดีฯ เสด็จฯ เป็นองค์ประธาน



ในพิธีเปิดงานวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562 มีโรงเรียนในเครือข่ายของมูลนิธิฯ จากทั่วประเทศมาร่วมรับเสด็จและร่วมภาคภูมิใจในโครงการและกิจกรรมต่างๆ ที่ผ่านมา รวมทั้งตระหนักถึงบทบาทของกระทรวงการต่างประเทศในการร่วมสร้างพลังแห่งการให้ สร้างสรรค์กิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

พิธีเปิดงานและการเฝ้ารับเสด็จ

สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้เสด็จฯ มาเป็นองค์ประธานในงานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี ในวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562 เวลา 08.51 น. โดยมีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ กรรมการบริหารมูลนิธิยุวทูตความดีฯ ผู้อำนวยการมูลนิธิฯ และตัวแทนยุวทูตความดี รับเสด็จ

นายดอน ปรมดีรัตน์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ และประธานโครงการยุวทูตความดีเฉลิมพระเกียรติฯ ถวายรายงานพัฒนาการ การดำเนินงานของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ ที่ดำเนินมาอย่างต่อเนื่องเป็นปีที่ 20 รวมทั้ง เด็กหญิงธนกร เล่นวารี และเด็กชายภุชริต จิตปัญญา ผู้แทนยุวทูตความดี ถวายรายงานความภาคภูมิใจในการเป็นยุวทูตความดี

จากนั้นคณะยุวทูตความดี จำนวน 156 คน จาก 116 โรงเรียน ใน 68 จังหวัด ที่เข้าร่วมโครงการ ตันกล้าความดี ตามวิถีพอเพียง และได้รับคัดเลือกไปพัฒนาโลกทัศน์ใน 6 ประเทศ คือ ราชอาณาจักรกัมพูชา สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมา สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว สาธารณรัฐประชาชนจีน และสาธารณรัฐฟิลิปปินส์ ได้ร่วมกล่าว ปณิธานยุวทูตความดีและแสดงการขับร้องเพลงภาษาไทย เวียดนาม กัมพูชา เมียนมา ลาว อินдия จีน และฟิลิปปินส์

ในการนี้ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้พระราชทานโล่เกียรตินิยมแก่คณะบุคคล สถานเอกอัครราชทูต ประจำประเทศไทย ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้อุปถัมภ์ หัวหน้าส่วนราชการ ที่ประกอบคุณความดีแก่มูลนิธิยุวทูตความดีฯ รวมทั้งกลุ่มผู้บริหารโรงเรียนที่เป็นแบบอย่างปฏิบัติที่ดี จำนวนรวม 28 ราย ดังนี้



กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ

1. นายดอน ปรมดีถวินัย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ
2. คุณหญิงเกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา กรรมการบริหารมูลนิธิยุวทูตความดี
3. นายกิตติ วะสีนนท์ สมาชิกวุฒิสภา
4. นายอภิชาติ ชินวรรณ อธิบดีปลัดกระทรวงการต่างประเทศและกรรมการบริหารมูลนิธิ
5. นายชัยสิริ อนะมาน ที่ปรึกษารัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ
6. นายภาสกร ศิริยะพันธุ์ รองปลัดกระทรวงการต่างประเทศ



กลุ่มผู้อุปถัมภ์ฯ และหน่วยงาน

7. H.E. Mrs. Ana Lucy Gentil Cabral Petersen เอกอัครราชทูต
สหพันธ์สาธารณรัฐบราซิล
8. H.E. Mr. Christian Rehren Argetto เอกอัครราชทูตสาธารณรัฐชิลี
9. H.E. Mr. Lyu Jain เอกอัครราชทูตสาธารณรัฐประชาชนจีน
10. นายอำนาจ วิชยานุวัติ เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ
11. นายตฤชา สีนธวานนท์ เลขาธิการสำนักงานคณะกรรมการพิเศษ
เพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (สำนักงาน กปร.)
12. นางสาวบุษฎี สันติพิทักษ์ อธิบดีกรมสารนิเทศ
13. นายดุสิต เมนะพันธุ์ อธิบดีกรมเอเชียใต้ ตะวันออกกลางและแอฟริกา
14. นายศศิวัฒน์ ว่องสินสวัสดิ์ อธิบดีกรมยุโรป
15. นายนิธิ ภัทรโชค บริษัท ปูนซิเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน)
16. นายวิบูลย์ ฤกษ์ศิระทัย ผู้ว่าการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย
17. นางปิยดา จงพยุหะ บริษัท ปตท. จำกัด (มหาชน)



กลุ่มโรงเรียนที่เป็นแบบอย่างปฏิบัติที่ดี

18. นางจินดา สรรประสิทธิ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ กรุงเทพมหานคร
19. นางจำเริญ สีมารัตน์ ผู้อำนวยการโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล จังหวัดนครปฐม
20. นางอำไพ เหลืองอรุณโรจน์ รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนวัดดอนทอง จังหวัดฉะเชิงเทรา
21. นายกัมพล ผลพฤษา ผู้อำนวยการโรงเรียนสฤชดิเดช จังหวัดจันทบุรี
22. นายสมชาย เสมากุล ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลวัดหนองขุนชาติ (อุทิศพิทยาคาร) จังหวัดอุทัยธานี
23. นายอัครเดช ยมภักดี ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลเชียงของ จังหวัดเชียงราย
24. นางพันธ์ทิwa จางคพิเชียร ผู้อำนวยการโรงเรียนธัญญสิทธิศิลป์ จังหวัดปทุมธานี
25. นางปราณี ทัยคุปต์ ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลราชบุรี จังหวัดราชบุรี
26. นายปรีชา จิรพันธ์พงศ์กร ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลนครพนม จังหวัดนครพนม
27. นายอภิชาติ แก่นน้อย ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี
28. นายสมชาย อรุณโรจน์ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโนนเหมือง จังหวัดชุมพร





สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี ทรงมีพระราช
ดำรัสแก่คณะผู้เข้าเฝ้าฯ และทรงวาด
ภาพการ์ตูนฝีพระหัตถ์ ‘ช้างออมสิน
หยอดเหรียญออมความดี’ พระราชทาน
แก่มูลนิธิฯ และเสด็จฯ ทอดพระเนตร
นิทรรศการ 20 ปี ยุวทูตความดี ก้าวไกล
ทันโลก ประกอบด้วยความเป็นมาในการ
ดำเนินโครงการ/กิจกรรม ตั้งแต่ปี 2542 -
ปัจจุบัน โครงการรณรงค์เสริมสร้าง
คุณธรรมและต้นกล้าความดีในกลุ่มเยาวชน
ยุวทูตความดี โครงการค่ายอบรม โครงการ
เหย้า – เยือน เพื่อพลังแผ่นดิน โครงการ
พัฒนาโลกทัศน์ และโครงการผู้อุปถัมภ์





ในโอกาสนี้ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พระราชทานพระราชานุญาต ให้ฉายพระฉายาลักษณ์ ร่วมกับคณะผู้บริหารมูลนิธิยุวทูตความดีฯ ผู้บริหารกระทรวงการต่างประเทศ ผู้บริหารโรงเรียน คณะครู และนักเรียนยุวทูตความดี ทั้งนี้ได้ทรงมีพระปฏิสันถาร กับ นาง Ana Lucy Gentil Cabral Petersen เอกอัครราชทูตบราซิล นาย Christian Rehren Argetto เอกอัครราชทูตชิลี และนาง Mary Jo A. Bernardo-Aragon เอกอัครราชทูตสาธารณรัฐฟิลิปปินส์ ซึ่งเป็นคณะทูตที่ร่วม โครงการและกิจกรรมของมูลนิธิฯ และได้มาตั้งนิทรรศการเกี่ยวกับประเทศของตนภายในงาน รวมทั้ง ทรงมีพระปฏิสันถารกับศิษย์เก่ายุวทูตความดี ก่อนเสด็จพระราชดำเนินไปทอดพระเนตรนิทรรศการสมทบฯ ภายในวิเทศสโมสร ส่วน 3 และบริเวณลานน้ำพุ จากนั้นเสด็จพระราชดำเนินกลับ เมื่อเวลา 11.45 น.



งานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี ในวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562
มีคณะผู้บริหารโรงเรียน ครู และนักเรียน จาก 128 โรงเรียน จำนวนทั้งสิ้น
675 คน จาก 77 จังหวัด ทั่วประเทศ คณะทูตานุทูต ผู้ทรงคุณวุฒิ หัวหน้า
ส่วนราชการที่เกี่ยวข้องและองค์กรเอกชน จำนวน 200 คน รวมทั้งสิ้น 875 คน
เข้าร่วมงานในครั้งนี้





บทสรุป

• การที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จมาเป็นองค์ประธานในงานครั้งนี้ นับว่าเป็นสิริมงคล และขวัญกำลังใจให้กับคณะผู้บริหาร ครู และนักเรียนโรงเรียนในเครือข่ายมูลนิธิ ยุวทูตความดีฯ ที่มุ่งมั่นร่วมแรงร่วมใจสร้างเยาวชนของชาติให้เป็นคนดี มีคุณภาพ ให้เป็นกำลังสำคัญของชาติบ้านเมืองในอนาคต พระราชดำรัสที่พระราชทานให้กับคณะในวันที่ 1 พฤศจิกายน 2562 มูลนิธิฯ และคณะยุวทูตความดีที่เข้าเฝ้า ทูลละอองพระบาทรับเสด็จฯ จะน้อมนำไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต และปรับใช้ในชีวิตประจำวันให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและประเทศชาติต่อไป

• งานครบรอบ 20 ปี ยุวทูตความดี นับเป็นโอกาสให้นักเรียน คณะครู และผู้บริหารโรงเรียน ได้มาพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้การดำเนิน โครงการและกิจกรรมภายใต้กรอบของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ ประสบการณ์ที่ได้ร่วม พัฒนาโลกทัศน์ในต่างประเทศกับมูลนิธิฯ ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ในการสร้าง ยุวทูตความดีให้เป็นคนดีของสังคมและสร้างความรู้รักสามัคคีระหว่างกันด้วย

• ความสำเร็จของงานนี้เป็นผลมาจากความร่วมมือและสนับสนุนของ หน่วยงานภายในกระทรวงและมิตรภาคีของมูลนิธิฯ เช่น สำนักงาน กปร. และ สถานเอกอัครราชทูตต่างประเทศประจำประเทศไทย รวมทั้งความสนับสนุนจาก โรงเรียนเครือข่ายฯ คณะผู้บริหารโรงเรียน ครู และนักเรียนยุวทูตฯ ร่วมกัน

20 ปี มูลนิธิยุวทูตความดี... สู่ความดีที่ยั่งยืน

20 ปี ที่ก้าวอย่าง อย่างสร้างสรรค์
มูลนิธิยุวทูตฯ นำทิศทาง
ฝึกกล้าคิด กล้าทำกล้า นำสมัย
พร้อมเรียนรู้ คู่คุณธรรม นำพาตน

ค่ายความรู้ ค่ายคุณธรรม ปลุกความคิด
ผ่านการสอน ร่วมกิจกรรม ฝึกอบรม
ต้นกล้าแห่งความดี งามสะพรั่ง
ต้นกล้าใหญ่ งามสร้างสม อุดมการณ์

20 ปี ยุวทูต ความดีสร้าง
ไฟเรียนรู้ ความดีน้อม ร่วมพร้อมเพรียง
ก้าวต่อไป ด้วยดวงจิต คิตรีเริ่ม
รัตนตรัย สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ก้าวสากล

เสริมसानฝัน เด็กไทย สู่โลกกว้าง
เป็นแบบอย่าง พัฒนาเด็ก สู่สากล
ด้วยจิตใจ มุ่งมั่นสร้าง หมั่นฝึกฝน
เพื่อเป็นคน ทรงคุณค่า แห่งสังคม

รับผิดชอบ รู้ถูกผิด อย่างเหมาะสม
ค่านิยม สัมผัสใน จิตวิญญาณ
รากลึกหยั่ง แผ่นดินไทย ในทุกสถาน
สืบสานงาน ตามรอยพ่อ อย่างพอเพียง

วางแนวทาง เสริมเด็กไทย นำชื่อเสียง
คุณธรรมเคียง คู่ปัญญา สู่สากล
ร่วมส่งเสริม ศักยภาพเด็ก ทุกแห่งหน
บันดาลผล ให้สูงล้ำ นิรันดร์กาล

ถาวร คำเที่ยง
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านโคกทะเทียม (ราษฎร์ดำริราษฎร์)
คณะครู และนักเรียนของโรงเรียนขยายผลรุ่นที่ 1

ร้อยกรอง



นวัตกรรมจากพ่อ ศาสตร์พระราช สู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน

ศาสตร์พระราชฯ ถือว่าเป็น ตำราแห่งชีวิต เพราะบันทึกจากประสบการณ์จากการทรงงานที่ทำให้ประเทศไทยสามารถผ่านวิกฤตการณ์ต่าง ๆ มาได้ทุกมิติ ขอชื่นชมสื่อทุกแขนงที่ได้นำเสนอในรูปแบบต่าง ๆ สู่สายตาประชาชน และเยาวชนคนรุ่นใหม่ให้รับรู้เข้าใจได้ลึกซึ้งและถ่องแท้มากยิ่งขึ้น เพื่อสามารถน้อมนำไปสู่การปฏิบัติได้เป็นอย่างดี

ศาสตร์พระราชฯ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงให้ความสำคัญอย่างมากในด้านการพัฒนาคน ด้วยการศึกษทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน แม้แต่ผู้ที่ด้อยโอกาส และอยู่ ณ สถานที่ห่างไกล พระองค์ได้พระราชทานพระราชทรัพย์ร่วมสร้างโรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนเจ้าพ่อหลวงอุปถัมภ์ โรงเรียนร่มเกล้า โรงเรียนราชประชาสวัสดิ์ เป็นต้น

พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้ทรงเจริญรอยตามเบื้องพระยุคลบาท โดยทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับโรงเรียนมัธยมศึกษาในถิ่นทุรกันดาร 6 แห่ง ไว้ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้แก่ โรงเรียนมัธยมพัชรกิตติยาภา ในจังหวัดนครพนม กำแพงเพชร และสุราษฎร์ธานี และโรงเรียนมัธยมสิริวัณวรี ในจังหวัดอุดรธานี สงขลา และฉะเชิงเทรา

ศาสตร์พระราชฯ สอนให้เรารู้ว่า การพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น นอกจากเราจะต้องรักษาสมดุลทั้งในมิติเศรษฐกิจและสังคม มิติสิ่งแวดล้อม สิ่งสำคัญอีกประการ คือ การสร้างความเข้มแข็งให้กับฐานรากเหมือนเสาเข็ม ถึงแม้ไม่มีไครมองเห็น อาจถูกกลืน แต่เป็นโครงสร้างพื้นฐานเริ่มแรกที่มีความสำคัญต่อโครงสร้างโดยรวมเป็นอย่างดี

ทั้งนี้ ในการสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชน ซึ่งเป็นฐานรากของประเทศนั้น พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงกำชับว่าบทเรียนบทแรกก็คือ ให้ชาวบ้านเป็นครู ให้ประชาชนเป็นศูนย์กลาง

โดยเน้นการระเบิดจากข้างในไม่ใช่การยึดเยียดจากภายนอกแต่เพียงอย่างเดียว

รัฐบาลได้น้อมนำศาสตร์พระราชามีหลักการครอบคลุมจากนภา ผ่านภูผา สู่มหานที ไปประยุกต์ใช้อย่างจริงจัง เพื่อรักษาสมดุลและสร้างความยั่งยืน มีผลการดำเนินงานที่เป็นรูปธรรม

การน้อมนำศาสตร์พระราชาสู่การขับเคลื่อนในสถานศึกษา โดยมีจุดเน้นเชิงนโยบาย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการน้อมนำแนวพระราชดำริสืบสานพระราชปณิธานและพระบรมราโชบายด้านการศึกษาของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร และพระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว มาขับเคลื่อนงานด้านการศึกษาให้เกิดเป็นรูปธรรม

1. พระบรมราโชบายด้านการศึกษาของพระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว มีใจความสำคัญว่าการศึกษาต้องมุ่งสร้างพื้นฐานให้แก่ผู้เรียนใน 2 ด้านคือ

- ส่งเสริมให้นักเรียนมีทัศนคติที่ถูกต้อง
- มุ่งสร้างพื้นฐานชีวิตหรือการสร้างบุคลิกและอุปนิสัยที่ดีงาม (Character Education)

2. สืบสานพระราชปณิธานด้านการศึกษาของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่ทรงมีแนวพระราชดำริพระราชทานไว้ในโอกาสต่าง ๆ เกี่ยวกับนักเรียน ครูและการศึกษา

ครู	การศึกษา
✓ ต้องคัดเลือกครูและพัฒนาครู	✓ ครูต้องสอนให้เด็กนักเรียนมีน้ำใจ
✓ ตั้งฐานะในสังคมของครูให้เหมาะสม	✓ ปลูกฝังความดีให้นักเรียน
✓ ปลูกจิตสำนึกโดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	✓ อบรมบ่มนิสัยให้เป็นพลเมืองดี
✓ การให้ทุนและอบรมให้มีความรู้ทางวิชาการในสาขาที่เหมาะสมที่จะสอน	✓ ฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นกลุ่ม เป็นหมู่คณะ มีความสามัคคี
✓ ต้องอบรมวิธีการสอนให้มีประสิทธิภาพ	✓ ดูแลช่วยเหลือกันและกัน
✓ มีความเป็นครูที่แท้จริงคือมีความรักความเมตตาต่อเด็ก	✓ เป็นตัวอย่างที่ดีให้นักเรียน
✓ การสอนหนังสือต้องถือว่าเป็นความดีความชอบ	✓ นักเรียนรักครู ครูรักนักเรียน

หลักการทรงงานของ

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

1

ศึกษาจัดมูลอย่างเป็นระบบ
ศึกษาจัดมูลอย่างเป็นระบบ ศึกษาจัดมูลอย่างเป็นระบบ ศึกษาจัดมูลอย่างเป็นระบบ



2

ระเบิดจากข้างใน
ระเบิดจากข้างใน ระเบิดจากข้างใน ระเบิดจากข้างใน



3

แก้ปัญหาที่จุดเล็ก
แก้ปัญหาที่จุดเล็ก แก้ปัญหาที่จุดเล็ก แก้ปัญหาที่จุดเล็ก



4

พัฒนาคนเป็นขั้น
พัฒนาคนเป็นขั้น พัฒนาคนเป็นขั้น พัฒนาคนเป็นขั้น



5

ภูมิสังคม
ภูมิสังคม ภูมิสังคม ภูมิสังคม



6

สังเคราะห์
สังเคราะห์ สังเคราะห์ สังเคราะห์



7

ไม่ติดตำรา
ไม่ติดตำรา ไม่ติดตำรา ไม่ติดตำรา



8

ประหยัด เรียบง่าย
ประหยัด เรียบง่าย ประหยัด เรียบง่าย



9

ทำให้ง่าย
ทำให้ง่าย ทำให้ง่าย ทำให้ง่าย



10

การมีส่วนร่วม
การมีส่วนร่วม การมีส่วนร่วม การมีส่วนร่วม



11

ประโยชน์ส่วนรวม
ประโยชน์ส่วนรวม ประโยชน์ส่วนรวม ประโยชน์ส่วนรวม



12

บริการรวมที่จุดเดียว
บริการรวมที่จุดเดียว บริการรวมที่จุดเดียว บริการรวมที่จุดเดียว



13

ใจจริงมาจับบริบทมาจัด
ใจจริงมาจับบริบทมาจัด ใจจริงมาจับบริบทมาจัด ใจจริงมาจับบริบทมาจัด



14

ใจจริงมาจับบริบทมาจัด
ใจจริงมาจับบริบทมาจัด ใจจริงมาจับบริบทมาจัด ใจจริงมาจับบริบทมาจัด



15

ปลูกป่าในใจคน
ปลูกป่าในใจคน ปลูกป่าในใจคน ปลูกป่าในใจคน



16

ขาดทุนคือกำไร
ขาดทุนคือกำไร ขาดทุนคือกำไร ขาดทุนคือกำไร



17

การพึ่งพาตนเอง
การพึ่งพาตนเอง การพึ่งพาตนเอง การพึ่งพาตนเอง



18

พลบปากกิน
พลบปากกิน พลบปากกิน พลบปากกิน



19

เศรษฐกิจพอเพียง
เศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียง



20

ซื้อสต็อกถูกซื้อมา จ้างใจเจตกรัน
ซื้อสต็อกถูกซื้อมา จ้างใจเจตกรัน ซื้อสต็อกถูกซื้อมา จ้างใจเจตกรัน



21

ทำงานอย่างมีความสุข
ทำงานอย่างมีความสุข ทำงานอย่างมีความสุข ทำงานอย่างมีความสุข



22

ความเพียร
ความเพียร ความเพียร ความเพียร



23

รู้จัก สามัคคี
รู้จัก สามัคคี รู้จัก สามัคคี รู้จัก สามัคคี





การขับเคลื่อนหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงด้านการศึกษา

หนึ่งในผลงานอันเป็นรูปธรรมของรัฐบาลที่มีต่อการส่งเสริมการขับเคลื่อนหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงด้านการศึกษา และได้ผลผลิตคือ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ซึ่งมีการยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็น 1 ใน 5 เป้าหมายของหลักสูตร มีการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตลอดจนการพัฒนาโรงเรียนให้ประเมินผ่านเป็น ‘สถานศึกษาพอเพียง’

กรอบเนื้อหาในการจัดกิจกรรมเรียนรู้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบไปด้วยหลักความพอประมาณ มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี บนพื้นฐาน 2 เงื่อนไข ได้แก่ การใช้ความรู้อย่างรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง และมีคุณธรรม เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะรับการเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และมีวัฒนธรรมเป้าหมาย คือ นักเรียนอยู่อย่างพอเพียง สมดุล และมีความพร้อมที่จะรับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ

การนำคำสอนมาปรับใช้ในชีวิต

1. สถานศึกษา นำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการบริหาร สถานศึกษา จัดการศึกษาและดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน/สังคม
2. ผู้บริหาร ครู และบุคลากรทางการศึกษาที่เกี่ยวข้อง มีความรู้ ความเข้าใจ และปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
3. นักเรียนมีความรู้ ทักษะ ปฏิบัติตนและดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ‘อยู่อย่างพอเพียง’
4. ผู้ปกครอง ชุมชน ดำเนินชีวิตและมีการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง 

มาสะสม พลังจิตกันดีกว่า

พลังจิตเป็นพลังพื้นฐานที่ช่วยเกื้อหนุนให้คนเราดำเนินชีวิตได้อย่างมีสติและสงบร่มเย็น ฉะนั้น พลังจิตจึงเปรียบเสมือนพลังชีวิตเปรียบเสมือนขวัญกำลังใจที่ช่วยส่งเสริมให้คนใช้ชีวิตได้อย่างมีสติรอบคอบ คนที่เคยมีร่างกายแข็งแรงแต่เมื่อประสบปัญหาชีวิตทำให้ท้อแท้หมดหวังในชีวิตก็อาจจะล้มป่วยหรือหันไปหาอบายมุข เช่น การดื่มสุราหรือใช้ยาเสพติดเพื่อดับความทุกข์ นักเรียนหรือวัยรุ่นที่มีปัญหาความเครียดเนื่องมาจากการเรียน การปรับตัวเข้าสู่สังคม



โดยต้องการให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ หากไม่มีพลังจิตที่สะสมไว้อย่างเพียงพอก็อาจจะตัดสินใจเดินตามเพื่อนไปในทางผิดอาทิ การมั่วสุม เที่ยวเตร่ การใช้ยาเสพติด การติดเกม การเล่นพนัน คนที่มีพลังจิตที่สะสมไว้อย่างเพียงพอ จะช่วยดึงรั้งให้มีสติในการวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ที่เข้ามาเผชิญหน้าได้โดยไม่ใช้อารมณ์ชั่ววูบเพียงอย่างเดียวไม่ว่าคนนั้นจะอยู่ในวัยใด ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่หรือคนสูงอายุ

เด็กก็มีปัญหาของเด็ก ผู้ใหญ่วัยทำงาน วัยมีครอบครัว ก็จะต้องเผชิญปัญหาของคนในวัยทำงาน ในขณะที่ผู้สูงอายุก็มีปัญหาในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ ฉะนั้น จะเห็นได้ว่าทุกเพศทุกวัยล้วนต้องการพลังจิตเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกที่ควรทั้งสิ้น





พลังจิตเกิดขึ้นได้อย่างไร พลังจิตเกิดจากสมาธิ สมาธิมี 2 ประเภท คือ

1. สมาธิที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เช่น เกิดจากการนอนหลับโดยร่างกายผ่อนคลายอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ ลงจนหมดไปแล้วจิตเข้าสู่ภวังค์ แล้วหลับลงเมื่อตื่นขึ้นร่างกายคนเราจะรู้สึกกระปรี้กระเปร่ามีพลังพร้อมที่จะทำงานต่อไป แต่พลังจิตเช่นนี้ใช้แล้วหมดไป ถ้าอดนอนแคว้นเดียวร่างกายคนเราก็ขาดประสิทธิภาพ ขาดสมาธิในการทำงาน เกิดอาการเบลอเพราะร่างกายพักผ่อนไม่เพียงพอ อย่างไรก็ตามพลังจิตที่เกิดสมาธิธรรมชาติ เช่น การนอนหลับอาจจะไม่เพียงพอต่อการดำเนินชีวิตที่เคร่งเครียดในแต่ละวัน

นอกจากนั้นสมาธิที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติอาจจะเกิดขึ้นได้จากการทำงานเช่นงานช่างฝีมือ การแกะสลัก การเย็บปักถักร้อยต่าง ๆ หรืองานประเภทอื่น ๆ เป็นสมาธิที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติอันทำให้เกิดความสุขสงบในขณะที่ทำงานนั้น ๆ หากเป็นงานที่ผู้ทำชื่นชอบ

2. สมาธิที่สร้างขึ้นจากการทำสมาธิ ประเทศไทยนับว่าโชคดีที่บรรพบุรุษหลายชั่วอายุคนได้สืบทอดการนับถือศาสนาพุทธ มีพระภิกษุสงฆ์เป็นทายาทสืบพระพุทธศาสนามาจนถึงปัจจุบัน

หัวใจสำคัญของพระพุทธศาสนา คือ 1. ละชั่ว 2. ทำดี 3. ทำจิตใจให้ขาวสะอาดเบิกบานผ่องใสการที่จะชำระจิตใจให้ขาวสะอาดเบิกบานผ่องใสได้ก็ต้องอาศัยการทำสมาธิเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นพื้นฐานเท่านั้น พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้และสั่งสอนเรื่องอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ตามที่เราทราบกันดีอยู่แล้ว มรรค คือ ทางแห่งการพ้นทุกข์ ทรงแสดงไว้ว่า มรรคมรรค 8 และสัมมาสมาธิ หรือสมาธิที่ถูกต้อง ถือว่าเป็นองค์ประกอบที่ 8 ของมรรค

การทำสมาธิไม่ได้มีแค่ในศาสนาพุทธ แต่มีในศาสนาอื่น ๆ ด้วย อาทิ ศาสนาฮินดู ศาสนาเชน ทั้งนี้ ต่างประจักษ์กันดีว่า การทำสมาธิก่อให้เกิดพลังจิตที่สามารถสะสมไว้ที่จิตได้ เป็นพลังที่ทำให้เกิดความสงบร่มเย็นให้แก่ผู้ทำสมาธิแต่ศาสนาพุทธต่างจากศาสนาเหล่านี้ตรงที่ว่ามีการทำสมาธิหรือที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ‘สมณะกรรมฐาน’ เพื่อสะสมพลังจิต เมื่อสะสมพลังจิตจนเพียงพอแล้วจะยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐานเพื่อพิจารณาให้รู้แจ้งตามกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาของรูปและนาม จนจิตเกิดความเบื่อหน่ายในความไม่เที่ยง ความทุกข์ และความไม่มีตัวตนของรูปและนาม เลิกการยึดถือในอุปาทาน จนตัดกิเลสได้หมดสิ้น





ในปัจจุบันผู้คนต่างชาติดั้งศาสนาได้พากันสนใจเรียนทำสมาธิกันมากขึ้น นักกีฬาจะทำสมาธิก่อนฝึกซ้อมหรือลงแข่งขันเพื่อฝึกให้จิตสงบ มีสติในระหว่างการแข่งขัน การฝึกสมาธิของคนเหล่านี้มีจุดประสงค์หลักเพื่อความสงบและสะสมพลังจิต เพราะสมาธิเป็นสมบัติของมวลมนุษยชาติ มิได้เจาะจงว่าเป็นของศาสนาหนึ่งศาสนาใดโดยเฉพาะ ผู้ใดปฏิบัติก็จะสามารถรับผลของความสงบร่มเย็นได้ด้วยตัวเอง การทำสมาธิมิได้ขัดแย้งกับหลักการของศาสนาใด ๆ อีกทั้งสมาธิยังเหมาะแก่ทุกเพศทุกวัย มิใช่เฉพาะสำหรับผู้สูงวัยที่หันหน้าเข้าวัดเท่านั้น เพราะประโยชน์อันชัดเจนประการแรกของสมาธิคือ ช่วยลดความเครียด ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ช่วยให้นอนหลับง่ายขึ้น และลดความดันโลหิต หากปฏิบัติเป็นประจำต่อเนื่องสม่ำเสมอ

ท่านพระอาจารย์พระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร) ประธานสถาบันพลังจิตตานุภาพ (ซึ่งท่านเป็นศิษย์ของหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ที่องค์การยูเนสโกยกย่องให้เป็นบุคคลสำคัญของโลก) ท่านมีประสบการณ์การสอนสมาธิมายาวนานมากกว่า 50 ปี กล่าวว่า ประโยชน์ของสมาธิมี 12 ประการ ดังนี้ คือ 1. ทำให้หลับสบายคลายกังวล 2. กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ

3. ทำให้สมองปัญญาดี 4. ทำให้รอบคอบก่อนทำงาน 5. ทำให้ระงับความร้ายกาจ
6. บรรเทาความเครียด 7. มีความสุขพิเศษ 8. ทำให้จิตใจอ่อนโยน 9. กลับใจได้
10. เวลาจะสิ้นลม พบทางดี 11. เจริญวาสนาบารมี 12. เป็นกุศล ประโยชน์
เหล่านี้เกิดจากสมาธิเท่านั้น ไม่สามารถหาจากสิ่งอื่นใดได้ นอกจากจะเกิดเป็น
พลังจิตแล้วยังเป็นบุญกุศลที่ติดอยู่กับจิตใจของเรา ไม่สูญหายไปไหน
และยังสามารถสั่งสมให้เพิ่มพูนมากขึ้นได้ตลอดเวลา

พลังจิตที่เราสะสมจากสมาธิจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ การทำสมาธิเป็นประจำ
สม่ำเสมอจะช่วยพัฒนาระดับจิตของเราให้สูงขึ้น พลังจิตที่สะสมไว้มากพอ
จะเปรียบเสมือนก้อนหินที่ทับหญ้าคือ กิเลสไม่ให้เจริญงอกงามขึ้น
เราจะสามารถรู้เท่าทันต่อกิเลสอย่างหยาบได้ ทำให้มีสติระงับ ยับยั้งได้
ต่อสิ่งยั่วยวนในเรื่องอบายมุข หรือการล่อลวงละเมิดศีล 5

หากประสงค์จะเริ่มต้นทำสมาธิ ควรทำเช่นไร คำตอบ คือ ควรฝากตัวเข้าเป็น
ศิษย์กับสำนักสอนสมาธิที่มีครูผู้เชี่ยวชาญในการสอนทำสมาธิ ดังเช่น
สถาบันพลังจิตตานุภาพ เป็นต้น เพราะการทำสมาธิผู้เริ่มต้นควรจะได้รับ
การสั่งสอนถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการทำสมาธิอย่างละเอียด จะได้เรียนรู้
การอธิษฐานจิต ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา ครูบาอาจารย์
ก่อนเริ่มทำสมาธิ เรียนรู้ถึงท่าการนั่งสมาธิ และการเดินจงกรม การบริหาร
กิริยาอาการของจิต (เพื่อไม่ให้เกิดความไขว้เขว หวาดกลัว และหลงผิด)
พัฒนาการของจิตโดยลำดับและการแผ่เมตตาหลังการทำสมาธิ อีกทั้งมีครู
คอยชี้แนะหากมีปัญหาติดขัด แต่หากยังไม่มีเวลาที่จะไปรับการศึกษา
ในเรื่องสมาธิอย่างละเอียด ก็สามารถลองทำสมาธิชั่วระยะเวลา 5 นาที ดังนี้คือ

1. หายใจเข้า-ออก 5 ครั้ง หรือ 10 ครั้ง
2. นิ่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย หรือนั่งบนเก้าอี้
หลังตรงไม่พิงพนัก เท้าวางบนพื้น
3. เริ่มการบริกรรม โดยการนึกถึงคำบริกรรมในใจไม่เปล่งเสียงออกมา
อาจใช้คำใด ๆ ก็ได้ เช่น คำว่า 'พุทโธ' หรือ คำอื่นใดก็ได้ที่ควรมีความหมาย
ในทางที่ดี หรือ ให้กำหนดจิตระลึกไว้ที่ลมหายใจเข้าออกก็ได้
4. ให้วางคำบริกรรมไว้ที่ฐานจิตหรือที่ใดที่หนึ่งที่เราหนดขึ้นมา ไม่ว่าจะเป็น
หน้าผาก ปลายจมูก ขวหน้า ยอดอกซ้าย หรือสะดือ ให้เลือกเอาหนึ่งฐานเท่านั้น

5. เริ่มบริการให้จิตอยู่กับคำบริกรรม หรือพุทโธ เท่านั้น ไม่คิดเรื่องอื่นใด การบริการเป็นอุบายที่จะกรองอารมณ์ต่าง ๆ ให้หมดไป ให้จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียวกับคำบริกรรม หรือที่เรียกว่า ‘one pointedness’ เมื่อจิตกำจัดอารมณ์อื่นออกไปหมด จิตอยู่ที่คำบริกรรมเท่านั้น จิตจะเริ่มผลิตพลังจิต

6. หากจิตเผลอไปนึกถึงเรื่องอื่นก็ให้ดึงจิตกลับมาที่คำบริกรรม จิตที่ไม่เคยถูกฝึกอาจจะยังไม่เชื่อ

7. หากมีอาการเจ็บคันโดยไม่มีสาเหตุ ก็ไม่ต้องใส่ใจ ให้มุ่งอยู่ที่คำบริกรรม แล้วอาการดังกล่าวจะหายไปเอง เพราะนี่คือการที่ร่างกายและจิตต่อต้านการฝึก

เริ่มการบริการเมื่อใด จิตก็จะผลิตพลังจิตเมื่อนั้น ถ้านั่งสมาธิ 5 นาที ก็จะได้พลังจิต 5 นาทีสำหรับผู้ที่ไม่มีความชำนาญท่านพระอาจารย์พระพรหมมงคลญาณ วิ. (หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร) กำหนดให้ทำสมาธิครั้งละ 5 นาที ในเวลาเช้า กลางวัน เย็น ต่อ 1 วัน รวมแล้วจะได้สมาธิ วันละ 15 นาที สถานที่ที่จะเป็นห้องนั่งสมาธิก็ได้สุดแต่ความสะดวก ท่านเรียกการทำสมาธินี้ว่า ‘วิทิสมาธิ’ หากทำทุกวัน ๆ ละ 15 นาที 1 เดือน จะได้ 450 นาที มากกว่า 6 ชั่วโมง เพราะการทำสมาธิเมื่อบริการก็ถือว่าจิตเป็นสมาธิ แล้วเริ่มผลิตพลังจิต

พระอาจารย์ท่านกล่าวว่า จุดประสงค์ของวิทิสมาธิ คือต้องการให้ทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอ เพื่อสะสมพลังจิต เมื่อพลังจิตมีเพียงพอก็จะไม่ทำความชั่วร้าย ปัจจุบันคนเราใช้พลังจิตจนหมดไป ไม่เคยสร้างพลังจิตเพิ่มเติมให้เพียงพอ จึงเกิดความเครียด และความวุ่นวายในสังคมเป็นอย่างมาก

จึงเห็นได้ว่า การทำสมาธิเพื่อสะสมพลังจิต เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างสงบ สันติของมนุษย์ มิใช่เรื่องยากเกินความสามารถของปุถุชนคนธรรมดา สมาธิขั้นพื้นฐานเป็นความจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกคน เพราะสมาธิจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อมีสติสัมปชัญญะเป็นตัวกำกับ เมื่อมีสติก็จะเกิดความยังคิด ความรอบคอบในการคิด พ่อแม่ผู้ปกครองควรแนะนำให้บุตรหลานรู้จักการทำสมาธิขั้นพื้นฐานแบบวิทิสมาธิ เด็กจะไม่มีปัญหาเรื่องสมาธิสั้น เกเร ติดเกม หลงตามเพื่อนไปทำในสิ่งที่ผิด ในขณะนี้ไม่มีโรงเรียนประถมศึกษา บางแห่งในประเทศอังกฤษเริ่มบรรจุวิชาพุทธศาสนาไว้ในหลักสูตรการเรียน และสอนให้เด็กนักเรียนรู้จักการทำสมาธิ



เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น หากทำสมาธิเป็นประจำสม่ำเสมอก็จะเป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบต่อสังคม และอาจสนใจเรียนสมาธิระดับก้าวหน้าต่อไป เมื่ออย่างเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้สูงอายุจะมีเวลาว่างมากพอที่จะศึกษาธรรมะ และทำสมาธิอย่างต่อเนื่องเพื่อความสงบร่มเย็นของบ้านปลายชีวิต ผู้สูงอายุนั้น นอกจากต้องการบริการทางด้านสุขภาพแล้ว ควรจะต้องมีสุขภาพจิตที่ดี มีพลังจิตที่เพียงพอต่อการใช้ชีวิตในช่วงที่ร่างกายเสื่อมโทรมลง และอาจจะต้องใช้ชีวิตอยู่ตามลำพัง เพื่อจะได้ไม่หมดกำลังใจ เห็นว่าชีวิตไร้ค่าหมดประโยชน์ และอาจเกิดอาการซึมเศร้าได้

ปัจจุบัน ขณะที่โลกต้องเผชิญภาวะวิกฤต มนุษย์ยังต้องการพลังจิต ในการรับมือกับสถานการณ์ทางเศรษฐกิจที่ตกต่ำทั่วโลก และรับมือต่อการแพร่ระบาดของโรค นับเป็นโชคดีที่ประเทศไทยนับถือศาสนาพุทธ จึงเป็นเวลาที่เหมาะสมควรหันมาพิจารณาถึงการใช้ชีวิตที่ผ่านมา และหันเข้าหาศึกษาธรรมะให้ลึกซึ้ง ให้เข้าใจถึงความเป็นจริงของชีวิตว่าไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แน่นอน และสนใจทำสมาธิสะสมพลังจิต เพื่อให้เกิดความสงบร่มเย็นในจิตใจ และพร้อมที่จะรับมือและแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นและบริหารความไม่แน่นอนของชีวิตอย่างมีสติ และไม่ตั้งอยู่ในความประมาท 🕐

เมืองสร้างสรรค์ พัฒนานักคิด



สิงคโปร์ เป็นประเทศที่มีพื้นที่ประมาณ 697 ตารางกิโลเมตร (ขนาดเท่ากับ จังหวัดภูเก็ตของไทย) โดยจะเป็นเกาะใหญ่หนึ่งเกาะ และเกาะเล็ก ๆ อีก 63 เกาะ มีประชากรจำนวน 5,567,301 คน ประกอบด้วยหลากหลายชาติพันธุ์ ได้แก่ คนเชื้อสายจีน อินเดีย เป็นต้น สิงคโปร์เป็นประเทศเล็กที่มีศักยภาพสูงเนื่องจาก มีทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพและรู้จักจัดการการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ ปัจจุบันประเทศสิงคโปร์เป็นศูนย์กลางด้านการเงินและด้านการค้า

รัฐบาลสิงคโปร์ให้ความสำคัญกับการศึกษาเป็นอย่างมาก โดยถือว่า ประชาชนเป็นทรัพยากรที่สำคัญและมีค่าที่สุดของประเทศ ในการนี้รัฐบาล



ได้ให้การสนับสนุนด้านการศึกษา โรงเรียนในระดับประถมและมัธยมล้วนเป็นโรงเรียนของรัฐบาลหรือกึ่งรัฐบาล สถานศึกษาของเอกชนในสิงคโปร์มีเฉพาะในระดับอนุบาลและโรงเรียนนานาชาติเท่านั้น จุดมุ่งหมายทางการศึกษาในระบบโรงเรียนของสิงคโปร์ เพื่อพัฒนาเยาวชนให้มีทักษะความรู้ความสามารถเพื่อการดำรงชีพ มีคุณธรรมจริยธรรม มีความรับผิดชอบและเป็นพลเมืองดีของชาติ กระบวนการพัฒนาการศึกษามุ่งให้เด็กแต่ละคนสามารถพัฒนาศักยภาพให้ได้สูงสุด การศึกษาของสิงคโปร์กำหนดการศึกษาขั้นพื้นฐาน 10 ปี เป็นการศึกษภาคบังคับเพื่อให้เด็กทุกคนต้องอยู่ในระบบโรงเรียนอย่างต่ำ 10 ปี (ประถมศึกษา 6 ปี และมัธยมศึกษา 4 ปี) ก่อนออกไปสู่การทำงาน เด็กต้องเข้าเรียนเมื่ออายุ 6 ปี ผู้ที่จะเข้าศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยจะต้องศึกษาชั้นเตรียมมหาวิทยาลัย อีก 2 ปี การศึกษาภาคบังคับของสิงคโปร์จะส่งเสริมให้ใช้ภาษาอังกฤษอย่างมีคุณภาพ โดยต้องเรียนรู้ 2 ภาษาควบคู่กันไป ได้แก่ ภาษาอังกฤษเป็นภาษาหลัก และเลือกเรียนภาษาแม่ (Mother Tongue) ของแต่ละเชื้อชาติอีก 1 ภาษา คือ จีน (แมนดาริน) มลายู หรือทมิฬ (ฮินดี)

ระบบการศึกษาของสิงคโปร์ทำให้ประเทศตนเองเจริญรุดหน้าประเทศต่าง ๆ ในเอเชียเป็นอย่างมาก ดร. วิชาวพัฒน์ อิศรภักดี ผู้ช่วยรัฐมนตรีประจำกระทรวงการต่างประเทศและนางสาวจันทร์ทิพา ภู่ตระกูล ผู้อำนวยการมูลนิธิยุวทูตความดี



ได้นำคณะยุวทูตเข้าเยี่ยมชม
2 โรงเรียน คือ **Ahmad Ibrahim
Primary School** และ **Jing Shan
Primary School** ความแตกต่างของ
ทั้งสองโรงเรียนนี้ คือ การแต่งกาย
เช่น ครูใส่เสื้อแขนกุด ครูพละหญิง
ใส่กางเกงขาสั้นทำการสอนได้ สิ่งโคปร
ยังมีมาตรการความปลอดภัยของ
นักเรียนที่ยอดเยี่ยมมาก และมีแนวคิด
เกี่ยวกับการจัดการศึกษาที่ทันสมัย
โดยมุมมองการสอนสมัยใหม่ต้องสอน
การใช้ Facebook ให้กับเด็กกว่า
การโพสต์ต่าง ๆ นั้น เพื่อความทรงจำที่ดี
ของตัวเองไม่ใช่เพื่อความพึงพอใจ

ของผู้อื่น ท่านรองอธิบดีฝ่ายวางแผนและความร่วมมือระหว่างประเทศ กระทรวงศึกษาธิการ นาย Foo Cexiang ได้เล่าว่า ประเทศสิงคโปร์ เราไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง ให้โอกาสทุกคนเท่ากัน (No student left behind, don't leave everyone behind, and bring everyone together)

นอกจากนั้น ชาวสิงคโปร์ยังได้รับการสอนว่า ให้คนในชาติสามัคคีกัน คนเรามีน้อยอยู่แล้ว ถ้ามีวแต่มาทะเลาะกัน แล้วประเทศชาติจะพัฒนารุดหน้าไปได้อย่างไร คำสอนนี้ได้นำมาเป็นส่วนหนึ่งในการจัดแสดงงานภายใน ArtScience Museum (พิพิธภัณฑสถานศิลปะวิทยาศาสตร์) โดยมีการจัดแต่ง วงกลมประมาณ 4-5 วง เมื่อไปยืนในวงกลมคนเดียวจะไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงใดๆ เกิดขึ้น แต่เมื่อมีหลายคนยืนจับมือกันจะมีการเปลี่ยนแปลงที่น่าอัศจรรย์ ต้นไม้บนผนังภายในห้อง จะเปลี่ยนเป็นสีชมพูแล้วค่อยกลายเป็นสีเข้มขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งทำให้เข้าใจคำสอนมากยิ่งขึ้น

แม้ว่ามูลนิธิฯ จัดอบรมให้ความรู้มิติต่าง ๆ เกี่ยวกับสิงคโปร์ก่อนออกเดินทาง เป็นการเปิดหน้าต่างแห่งการเรียนรู้ก่อนได้มาพบกับของจริง แต่เมื่อมาถึง การได้เรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ผ่านโรงเรียนที่ได้ไปเยี่ยมชมทำให้ได้พบรายละเอียดที่น่าสนใจคือ การสอนคณิตศาสตร์ผ่านกระบวนการแก้ปัญหา การสอนเรื่องการสร้างสังคม 'Our Ideal Community' ผ่านการใช้ตัวต่อเลโก้การสอนการแสดง



พฤติกรรมของตนเองต่อสถานการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ ผ่านสถานการณ์จำลอง เป็นการคุ้นชินในกรอบสั้น ๆ ว่าเหตุการณ์จะเป็นอย่างไรต่อการเลือกกระทำในรูปแบบต่าง ๆ (How would you react in these situations? With mindfulness or without mindfulness) หรือเรื่อง Mind in a Jar ที่จะทำให้นักเรียนรวบรวมสมาธิผ่านอุปกรณ์ง่าย ๆ มีขวดพลาสติกขนาดเล็กสูงประมาณ 10 ซม.บรรจุน้ำเกือบเต็ม และมีกากเพชรปิดฝาด้วยเทปใสผูกกับขี้ผึ้งสองสีสวยงาม เขย่าแล้วมองดูกากเพชรตกตะกอนนิ่ง ขวดน้ำใสกากเพชรนี้เปรียบเสมือนสมาธิของคน หากมีสมาธิจะเหมือนน้ำใสที่กากเพชรตกตะกอนนิ่ง แต่เมื่อไม่มีสมาธิเราจะมองไม่เห็นอะไรเลยเหมือนน้ำที่เต็มไปด้วยกากเพชรลอยวนอยู่

การได้ศึกษาและเยี่ยมชมสถานที่ที่น่าสนใจที่มูลนิธิฯ จัดให้ทุกอย่างล้วนน่าสนใจ ขวนขวายคิดและเรียนรู้ ทั้งยังท้าทายให้ค้นหาเพิ่มเติมและเทียบเคียงกับสิ่งที่เรารู้ เริ่มด้วยการเยี่ยมชมสถานเอกอัครราชทูตไทยที่ตั้งอยู่ที่ถนน Orchard การบรรยายสรุปจากท่านอุปทูตฯ ทวีเกียรติ เจนประจักษ์ ทำให้เราเริ่มเข้าใจประเทศจิวแต้แจ้วแห่งนี้ดีขึ้น การเรียนรู้ประวัติความเป็นมาของประเทศที่เริ่มจากหมู่บ้านชาวประมง กลายมาเป็นประเทศที่ก้าวหน้าด้วยนวัตกรรมจากพิพิธภัณฑ์การเดินเรือ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ พิพิธภัณฑ์ ArtScience Museum ทั้งยังได้ตื่นตาตื่นใจกับจินตนาการความคิดสร้างสรรค์ที่ Jewel





Changi Airport และสวนพฤกษศาสตร์ Garden by the Bay ที่มีโครงสร้างสถาปัตยกรรมผสมธรรมชาติที่น่าตื่นตา และอาหารที่ได้ลิ้มชิมรสจากร้านระดับดาวมิชลินหลายแห่ง

การไปครั้งนี้ล้วนเพิ่มพูนประสบการณ์ได้อย่างมากมาย สามารถประยุกต์ใช้และเปลี่ยนแปลงการบริหารงานในโรงเรียนและขยายผลต่อได้ คุณครูและเด็กได้พัฒนาการใช้ภาษาอังกฤษ อีกทั้งทางโรงเรียนได้นำความรู้ที่ได้จากการไปสิงคโปร์ครั้งนี้มาปรับใช้ในการเรียนการสอนโดยให้ครูใช้ภาษาอังกฤษให้มากขึ้น ครูที่สอนภาษาอังกฤษต้องเพิ่มกิจกรรมที่กระตุ้นการใช้ภาษา ให้รางวัลนักเรียนที่ใช้ภาษาอังกฤษและกล้าแสดงออก ให้มีการจัดอบรมครูและบุคลากรทุกฝ่าย เพื่อพัฒนาการใช้ภาษาอังกฤษในระดับที่สื่อสารได้ การสื่อสารการสอนเพื่อสร้างแนวคิดมีความสำคัญอย่างยิ่ง รวมถึงความคิดสร้างสรรค์และความสำคัญของเทคโนโลยี เพื่อให้นักเรียนมีความรู้และความคิดสร้างสรรค์ แก้ปัญหาได้ และใช้ชีวิตในโลกปัจจุบันได้อย่างรู้เท่าทัน 🌐



Wawasan Brunei 2035

การศึกษาแนวใหม่ ใส่ใจเยาวชน

ครู เป็นอาชีพที่อุทิศตนเพื่อให้
ความรู้ สร้างอาวุธทางปัญญาให้กับ
นักเรียน ด้วยอาชีพครูไม่ว่าจะอยู่ที่ใด
ก็ล้วนแสดงออกถึงความสนใจ ใส่ใจ
ในแนวทางการจัดการเรียนรู้ให้กับ
นักเรียนของตนเอง ดิฉันได้รับโอกาส
จากทางมูลนิธิยุวทูตความดี ในการ
ให้ร่วมในคณะยุวทูตความดีเยือน
บรูไนดารุสซาลาม ระหว่างวันที่
17 - 23 พฤศจิกายน 2562

สิ่งที่เป็นที่สุดของการเยือนในครั้งนี้
คือ การได้เรียนรู้เกี่ยวกับระบบการ
ศึกษาของบรูไน ซึ่งท่านทูตวันทนี
พุทธวงศ์สกุล เอกอัครราชทูตไทย
ณ บันดาร์เสรีเบกาวัน ได้กล่าวว่า
กระทรวงศึกษาธิการของบรูไน
ใช้ระบบการศึกษาแบบเดียวกับ
สหราชอาณาจักร และเน้นเพิ่มเติม
เรื่องอิสลามศึกษา บรูไนมีนโยบาย
มุ่งให้ประชากรทุกคนมีการศึกษา



มีทักษะความรู้สูง มีคุณภาพชีวิตที่ดี
 บนฐานเศรษฐกิจที่เข้มแข็งและมั่นคง
 จึงเน้นพัฒนาหลักสูตรอาชีวศึกษา
 และอุดมศึกษา รวมทั้งโครงการวิจัย
 ต่าง ๆ เพื่อสนับสนุนธุรกิจปิโตรเคมี
 การเกษตร และอาหารฮาลาล
 ท่านทูตได้นำคณะเข้าเยี่ยมคารวะ
 นาย Aliuddinbin Haji Abdul
 Rahman รักษาการปลัดกระทรวง
 ศึกษาธิการบรูไน ทำให้ได้ทราบข้อมูล
 เพิ่มเติมเกี่ยวกับระบบการศึกษา
 ของประเทศบรูไน دارุสซาลามว่า
 ไม่มีการศึกษาภาคบังคับ
 แต่การศึกษาเป็นสากลและ
 จัดให้ฟรีสำหรับประชาชน

ทั่วไป การศึกษาของบรูไนแบ่งออก
 เป็นระดับก่อนประถมศึกษา 1 ปี
 ระดับประถมศึกษา 6 ปี ระดับมัธยม
 ศึกษา 7 - 8 ปี ซึ่งแบ่งเป็นระดับ
 มัธยมศึกษาตอนต้น 3 ปี และระดับ
 มัธยมศึกษาตอนปลาย 2 - 3 ปี หรือ
 สายอาชีวะ 2 ปี และเตรียมอุดมศึกษา
 2 ปี และระดับมหาวิทยาลัย 3 - 4 ปี
 รัฐบาลบรูไนมีนโยบายพัฒนา
 ระบบการศึกษาให้สอดคล้องกับแผน
 พัฒนาประเทศระยะยาว Wawasan
 Brunei 2035 หรือวิสัยทัศน์บรูไน





2578 โดยวางแนวทางระบบการศึกษาใหม่ เรียกว่า ระบบการศึกษาของศตวรรษที่ 21 เป็นระบบการศึกษาแนวใหม่ที่ให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ทั้งยังมีการบรรจุหลักสูตรศาสนา ได้แก่ การศึกษาระบบราชาธิปไตยอิสลามมลายู และความรู้เกี่ยวกับศาสนาอิสลาม ในหลักสูตรวิชาบังคับ ทำให้เห็นว่าศาสนาอิสลามเป็นศาสนาประจำชาติของบรูไนอย่างแท้จริง เนื่องจากมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรม ด้วยความยึดมั่นและศรัทธาในศาสนา จึงทำให้



เด็กบรูไนอยู่ในกรอบ กฎระเบียบ เชื่อฟังผู้ใหญ่ และดำเนินชีวิตอย่างราบเรียบตามหลักศาสนา นักเรียนบรูไนจะเรียนวิชาภาคบังคับในช่วงเช้า และเรียนวิชาศาสนาในช่วงบ่าย ซึ่งแผนการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ มีเป้าหมาย 3 เป้าหมาย และสอดคล้องกับแผนพัฒนาประเทศระยะยาว Wawasan Brunei 2035 คือ

1. ส่งเสริมให้ทุกคนมีความเท่าเทียมกันในการเข้าถึงการศึกษาในทุกระดับโดยไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง เปิดโอกาสให้เด็กทุกคนมีส่วนร่วม โดยเฉพาะกลุ่มเด็กพิเศษทางร่างกาย



และการเรียนรู้ กลุ่มเสียงของเด็กที่มีโอกาสจะไม่ได้เรียนหนังสือ ทางการจะติดตามและออกข้อกฎหมายบังคับ เพื่อให้ผู้ปกครองต้องส่งลูกมาเรียนหนังสือ ดังนั้นเราจึงไม่พบเด็กเร่ร่อนตามสถานที่ต่าง ๆ

2. สนับสนุนการพัฒนาองค์ความรู้ การศึกษาอย่างองค์รวม ทั้งหลักสูตร คุณภาพครูและภาวะผู้นำในผู้บริหาร โดยศึกษาแนวแบบอย่างของฟินแลนด์ แคนาดา ออสเตรเลีย และสิงคโปร์ เพื่อให้ทรัพยากรบุคคลในด้านนี้มีประสิทธิภาพเต็มที่

3. พยายามสนับสนุนทุกภาคส่วน ให้มีบทบาทร่วมในการส่งเสริมพัฒนา การศึกษาที่มีคุณภาพ มีเป้าหมาย และทิศทางการพัฒนาอย่างชัดเจน

นักเรียนบรูไนที่โดดเด่นในด้าน วิชาการมักจะทำให้ความสำคัญกับภาษา อังกฤษและวิทยาศาสตร์ เพื่อก้าวสู่ การเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยี หรือเชี่ยวชาญเฉพาะทาง ทั้งนี้รัฐบาล สามารถสนับสนุนให้นักเรียนได้ศึกษา ต่อในระดับที่สูงขึ้นตามความถนัด

โดยไม่มีค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการเรียน เพราะประชากรของบรูไน มีประมาณ 420,000 คน จึงทำให้ รัฐบาลสามารถดูแลคุณภาพชีวิตของ คนในประเทศได้เป็นอย่างดี

ในการเยือนบรูไนครั้งนี้ มูลนิธิ ยุวทูตความดีได้นำคณะผู้บริหาร โรงเรียน ครูและนักเรียนไปเยือน โรงเรียน 3 แห่ง ได้แก่ โรงเรียน ประถมศึกษา ลัมบัก กานัน จาลัน 49 โรงเรียนประถมศึกษา ฮัจญี ตาริฟ และโรงเรียนประถมศึกษา ยายาซัน สุลต่าน ฮัจญี ฮัสซานัล โบลเกียห์

ในฐานะครู ได้เห็นว่าโรงเรียน ทั้ง 3 แห่งมีการเรียนการสอนที่ แตกต่างกันได้ซึ่งก็ได้พบเพื่อนร่วม อาชีพชาวบรูไน และได้แลกเปลี่ยน





ประสบการณ์การสอนระหว่างกัน โดยได้ทราบว่าอาชีพครูในบรูไน เป็นอาชีพที่ทำงานสอนในช่วงเช้า และช่วงบ่ายเป็นช่วงเวลาทำงาน เตรียมการสอนในวันต่อไปหรือ ทำการประชุมคณะครู เพื่อเตรียม จัดกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน เพราะระบบการศึกษาของโรงเรียน ในบรูไนจะมี 2 ส่วน คือ โรงเรียน ทัวไปและโรงเรียนศาสนาซึ่งโรงเรียน ทัวไปจะทำการสอนวิชาทั่วไป เช่น คณิตศาสตร์ ภาษามาเลย์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศิลปะ สุขศึกษา และ พลศึกษา เป็นต้น ส่วนโรงเรียนศาสนา จะทำการสอนภาษาอาหรับ (ภาษา อารบิก) และการอ่านคัมภีร์อัลกุรอาน โดยหลักสูตรการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ อ้างอิงจากหลักสูตรที่กระทรวง ศึกษาธิการ กรมการศึกษาระดับ ประถมศึกษาจัดทำ โดยเน้นการ อ่านออกเขียนได้ คิดคำนวณเป็น ฉะนั้น กิจกรรมการสอนจึงมีรูปแบบ นำเข้าบทเรียนอย่างง่ายใช้เทคโนโลยี

ช่วยเสริมการสอน สร้างสรรค์ชิ้นงาน ด้วยวัสดุง่าย ๆ ที่พบในชีวิตประจำวัน เพื่อนครูบรูไนที่โรงเรียนลัมบัก กานันจาแล้น 49 ได้บอกเล่าโครงการเด่น ของโรงเรียนที่เน้นความเท่าเทียม ทางการศึกษาที่จัดให้กับเด็กพิเศษ โดยมีศูนย์การเรียนรู้รวมไว้อย่าง น่าสนใจว่า โรงเรียนให้ความสำคัญ กับการศึกษาของทุกคน อีกทั้งเป็น โรงเรียนต้นแบบที่ผู้อำนวยการ โรงเรียนเป็นผู้บริหารโรงเรียนที่มี ความเชี่ยวชาญในการบริหารการศึกษา และจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาครู ด้านการศึกษาพิเศษ ซึ่งได้รับรางวัล สมเด็จพระเจ้าฟ้ามหจักรี ปี 2562

ครูหลายคนในบรูไนที่สอนในระดับ ประถมศึกษาถึงระดับอุดมศึกษา ทุกคนต้องเรียนจบปริญญาตรี ทางด้านการศึกษาเช่นเดียวกับ ประเทศไทยแต่ต่างกันตรงที่กว่าจะได้ เป็นครูบรรจุเข้าทำงาน ต้องสอบผ่าน การคัดเลือกจากการเข้าสอบบรรจุ หลักสูตรการเป็นครู โดยต้องประเมิน



คุณสมบัติพื้นฐานทางการศึกษา
ความสามารถในการถ่ายทอดความรู้
จิตวิทยาการสอน ทักษะคิดที่มุ่งมั่น
ตั้งใจในการเป็นครู และยังต้องได้รับ
การประเมินอยู่ในระดับ 3 ขึ้นไป
จึงจะมีสิทธิ์ได้รับคัดเลือก สำหรับทุน
การอบรมเพิ่มศักยภาพจากทางรัฐบาล
โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ จากสวัสดิการ
ที่จัดให้ครูผู้สอน กระตุ้นให้ครูพัฒนา
นักเรียนในองค์กรวม และดูแลอย่าง
เท่าเทียมกันทุกคน ครูผู้สอนชาวบรูไน
ล้วนมุ่งมั่นแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ
มาพัฒนาการเรียนการสอนของตนเอง
ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้อย่าง
ต่อเนื่องและประสบความสำเร็จ

ครูชาวบรูไนมีความสุขกับการสอน
ผลงานนักเรียนที่ได้จัดแสดง และ
ความสามารถของนักเรียนที่ได้ต้อนรับ
แขกผู้มาเยือน ทำให้มีการแลกเปลี่ยน
ความรู้ทางวิชาการ ประสบการณ์
การสอน วิธีการดำเนินงานวิชาชีพ
ที่แตกต่างกัน แต่ผลลัพธ์สุดท้าย
ที่จะได้กลับมามีจุดหมายเดียวกัน คือ
การได้เห็นความสำเร็จของนักเรียน
ในองค์กรวมทุกด้าน เชื่อมโยงอย่างยิ่งว่า
อาชีพครู ล้วนสามารถปั้นเด็กให้เป็น
ผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์และพลเมืองโลกที่มี
ศักยภาพในการขับเคลื่อนสังคมโลก
ให้ก้าวหน้าต่อไปร่วมกัน 🌐



การเสริมสร้าง เยาวชนให้เป็น พลังที่เข้มแข็ง ของสังคม

รัฐคูเวต เป็นประเทศในภูมิภาคเอเชีย ตะวันออกกลาง ตั้งอยู่ที่ริมชายฝั่ง อ่าวเปอร์เซีย เมืองหลวงคือ กรุงคูเวตซิตี มีพรมแดนทางทิศใต้ติดกับประเทศ ซาอุดีอาระเบีย และพรมแดนทาง ทิศเหนือติดกับประเทศอิรัก มีประชากร 4,420,110 คน ส่วนใหญ่นับถือศาสนา อิสลาม ปกครองด้วยระบอบกษัตริย์ ภายใต้รัฐธรรมนูญ คูเวตจัดอยู่ใน กลุ่มประเทศกำลังพัฒนาที่ร่ำรวยจาก ทรัพยากรน้ำมันดิบและก๊าซธรรมชาติ มีศักยภาพทางเศรษฐกิจ ทั้งทางด้านการค้า และการลงทุน





การที่ได้มาเยือนคูเวต ระหว่างวันที่ 7 - 14 มกราคม 2562 นับว่าเป็นโชคของครูผู้รับผิดชอบโครงการยุวทูตฯ ที่ได้เดินทางมากับคณะยุวทูตฯ กลุ่มเล็ก (5+1 คน) และได้รับเกียรติไปพำนักที่ท่าเนียบท่านทูตดุสิต เมนะพันธุ์ เอกอัครราชทูต ณ คูเวตที่ใจดีมอบโอกาสให้คณะได้มาเรียนรู้และมูลนิธิฯ ได้ส่งเสริมให้คณะได้นำสิ่งที่ได้พบเห็นมาเผยแพร่และแบ่งปัน ซึ่งเป็นที่มาของเรื่องการเสริมสร้างเยาวชนให้เป็นพลังที่เข้มแข็งของสังคม โดยมีระบบการศึกษาเป็นพื้นฐานเกี่ยวพัน ดังนี้





ระบบการศึกษาในคูเวตให้ความสำคัญและลงทุนด้านการศึกษา เรียนฟรี ตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย การศึกษาตั้งแต่ระดับชั้นอนุบาล จนถึงปริญญาเอกไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย ทั้งรัฐบาลยังจ่ายค่าเดินทางและ ค่าตำราเรียนให้ด้วย ผู้ที่มีความต้องการไปศึกษาต่อต่างประเทศ ทางรัฐบาล ก็มีทุนสนับสนุนและการรู้หนังสือของประชาชนชาวคูเวตนั้นอยู่ที่ร้อยละ 96.06

การศึกษาเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานตามรัฐธรรมนูญของพลเมืองคูเวตตั้งแต่ ปี 2508 เด็กอายุระหว่าง 6 - 14 ปี ต้องได้รับการศึกษาภาคบังคับ นอกจากนั้น การเพิ่มขึ้นของการผลิตน้ำมันและรายได้ของรัฐบาลคูเวต ทำให้มีการลงทุน เป็นเงินจำนวนมากในการบริการสังคมรวมถึงการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ได้เตรียมกลยุทธ์การศึกษาระยะยาว โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อจัดระเบียบ วิธีการสอนให้สอดคล้องกับความต้องการในปัจจุบันให้สำเร็จภายในปี 2568

คูเวตมุ่งมั่นที่จะพัฒนาเด็กทุกเพศ ทุกวัย กระทรวงศึกษาธิการคูเวตยังเน้น ให้ผู้หญิงภายในประเทศหันมาทำงาน โดยมีการเปิดโรงฝึกอาชีพ มีการเปิด คลินิกให้กับผู้หญิงที่สนใจในวิทยาลัย เพื่อกระตุ้นให้เด็กมีความอยากรู้ สนใจที่จะเรียน รัฐบาลส่งเสริมการศึกษาแก่เยาวชนทุกคนในทุกชั้นชั้น ของสังคม รวมถึงผู้พิการ การศึกษาระดับอุดมศึกษามีมหาวิทยาลัยของรัฐ



ที่ใหญ่ที่สุดในประเทศซึ่งเปิดสอนฟรีสำหรับชาวคูเวต คือ **Kuwait University** ซึ่งมีวิทยาเขต 6 แห่ง มหาวิทยาลัยเปิดสอนทั้งหมด 16 คณะ ปัจจุบันมีนักศึกษารวมกว่า 40,000 คน

ขณะเดียวกันก็มีมหาวิทยาลัยเอกชนหลายแห่ง ส่วนใหญ่เป็นของต่างชาติ เช่น **American University of Kuwait**, **Gulf University of Science and Technology** และ **Australian University of Kuwait** นอกจากนี้รัฐบาลยังสนับสนุนทุนการศึกษาระดับอุดมศึกษาแก่นักศึกษาที่ได้รับการตอบรับจากมหาวิทยาลัยในสหรัฐฯ สหราชอาณาจักร แคนาดา ออสเตรเลีย และประเทศอื่น ๆ รวมกว่า 10,000 คน

คูเวตมุ่งพัฒนาเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่ให้เป็นคนเก่ง ฉลาด ก้าวทันเทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ยังไม่พอ สิ่งที่สังคมคูเวตต้องการมากที่สุด ในตอนนี้ คือ จะต้องสร้างคนดี มีคุณธรรมจริยธรรมควบคู่ไปด้วย เพื่อช่วยกันเป็นแรงผลักดันขับเคลื่อนประเทศชาติ ซึ่งในสังคมคูเวต จะเห็นว่าเด็กส่วนหนึ่ง

มาจากครอบครัวที่มีต้นทุนชีวิตสูงและสิ่งแวดล้อมที่อบอุ่น จนสามารถพัฒนา
เพิ่มทุนเป็นทุนที่เข้มแข็งเรื่อย ๆ ในขณะที่เด็กบางส่วนมาจากครอบครัวที่มี
ต้นทุนชีวิตต่ำ พิกัด ด้อยโอกาส ปัญหาครอบครัว แต่คูเวตมีหน่วยงาน
ที่ช่วยเหลือดูแล สนับสนุนส่งเสริมเด็ก ๆ กลุ่มนี้อย่างดี มีการจัดครอบครัว
อุปถัมภ์ให้ดูแล และส่งเสริมศักยภาพอย่างเต็มที่เท่าเทียมกันทุกคน

นอกจากคูเวตจะส่งเสริมระบบการศึกษาให้กับเด็กและเยาวชนคูเวตอย่างดี
รัฐบาลคูเวตยังได้จัดสรรทุนการศึกษาแก่นักเรียนไทยเป็นประจำทุกปี
โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ **ทุนการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ
คูเวตในสาขาต่าง ๆ** อาทิ นิติศาสตร์ นิติศาสตร์อิสลาม อิสลามศึกษา
อักษรศาสตร์ ครุศาสตร์ สังคมศาสตร์ และ**ทุนการศึกษาของกระทรวง
ศาสนสมบัติและกิจการอิสลามคูเวต** ซึ่งมอบให้แก่แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
โดยทุนดังกล่าวครอบคลุมค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ได้แก่ บัตรโดยสารเครื่องบิน
ไปศึกษา ณ รัฐบาลคูเวต บัตรโดยสารเครื่องบินไป - กลับระหว่างประเทศ
ปีละ 1 ครั้ง ค่าที่พัก ค่าอาหาร ค่ารักษาพยาบาล ค่าใช้จ่ายรายเดือน
ค่าเครื่องแต่งกาย อุปกรณ์การเรียน ตลอดจนค่าพาหนะระหว่างที่พัก
และสถานศึกษา





ทั้งนี้ นักเรียนไทยส่วนใหญ่ที่ไปศึกษาที่คูเวตจะได้รับทุนการศึกษาจากกระทรวงศาสนาสมบัติและกิจการอิสลามคูเวต ปัจจุบันมีนักเรียนไทยมุสลิมที่ได้รับทุนการศึกษาจากรัฐบาลคูเวต ศึกษาในคูเวตรวม 50 คน

เด็กไทยกลุ่มนี้มีความมุ่งมั่นตั้งใจ มีความมานะเพียรพยายาม เป็นคนเก่ง ฉลาดและเป็นคนดี จึงได้รับคัดเลือกรับทุนการศึกษา ซึ่งจะเป็นพลังที่เสริมสร้างสังคมไทยให้แข็งแกร่ง และเป็นอนาคตที่ดีของชาติต่อไป

ระบบการศึกษาที่เสริมสร้างเยาวชนให้เป็นพลังที่เข้มแข็งของสังคม ไม่ใช่แค่เรียนเก่งอย่างเดียว หากสามารถพัฒนาเด็กให้มีความรู้ ความสามารถ มีคุณธรรมจริยธรรมนั้น ย่อมส่งผลให้เขาสามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เป็นคนดี เป็นที่ยอมรับของสังคม และจะมีส่วนช่วยพัฒนาประเทศชาติให้ยั่งยืนสืบไป 🌟



ตะลุยแอฟริกา

แอฟริกา ทวีปที่มีขนาดใหญ่ที่สุดเป็นอันดับ 2 ของโลกรองจากทวีปเอเชีย ประกอบด้วย 54 ประเทศ มีศักยภาพด้านการส่งออกน้ำมัน ก๊าซธรรมชาติ แร่ธาตุ และผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร กระทรวงการต่างประเทศ โดยกรมเอเชียใต้ ตะวันออกกลางและแอฟริกา ซึ่งดูแลความสัมพันธ์ระหว่างไทยกับกลุ่มประเทศแอฟริกา จึงจัดงาน The Colours of Africa 2019 เมื่อวันที่ 6 - 8 กันยายน 2562 เพื่อส่งเสริมการสร้างความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับภูมิภาคแอฟริกาให้กับสาธารณชนไทย แสวงหาโอกาสด้านการค้าการลงทุนและการท่องเที่ยวในแอฟริกา ตลอดจนส่งเสริมการแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรมและความเข้าใจอันดีระหว่างประชาชนชาวไทยกับชาวแอฟริกา กิจกรรมนี้จัดร่วมกับสถานเอกอัครราชทูตประเทศในภูมิภาคแอฟริกาประจำประเทศไทย 7 ประเทศ ได้แก่ อียิปต์ เคนยา ลิเบีย โมร็อกโก ไนจีเรีย ซูดาน โดยเชิญชวนเยาวชนระดับประถมศึกษาจากโรงเรียนเครือข่ายมูลนิธิยุวทูตความดีให้เข้าร่วม

กิจกรรมที่สำคัญของงาน คือ **กิจกรรมตะลุยแอฟริกา** ซึ่งเป็นการแข่งขันตอบปัญหาเกี่ยวกับภูมิภาคแอฟริกาสำหรับเยาวชน การแข่งขันแบ่งเป็น

3 ช่วง ได้แก่ การเปิดภาพปริศนา การตอบคำถามความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับภูมิภาคแอฟริกา ในเวลาจำกัด 60 วินาที น้อง ๆ ยุวทูตความดี ได้เตรียมตัวกันมาเป็นอย่างดี มีความรู้เกี่ยวกับภูมิภาคแอฟริกาอย่างครบเครื่อง ไม่ว่าจะเป็นด้านภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ สังคมและวัฒนธรรม สามารถร่วมตอบคำถามได้อย่างสนุกสนาน ลับสมอง ประลองปัญญากันอย่างแท้จริง โดยนายวิชาวัฒน์ อิศรภักดี ผู้ช่วยรัฐมนตรีประจำกระทรวงการต่างประเทศ ได้มอบรางวัลให้กับนักเรียนจากโรงเรียนเครือข่ายมูลนิธิยุวทูตความดี ทั้ง 4 แห่ง ผู้ได้รับรางวัลจากกิจกรรมดังกล่าว ได้แก่

- โรงเรียนธัญญสิทธิศิลป์ รางวัลชนะเลิศ ได้รับทุนการศึกษา 10,000 บาท พร้อมกับ Book Corner รู้อรอบแอฟริกา (มูลค่า 60,000 บาท) ซึ่งติดตั้งให้ที่ห้องสมุดโรงเรียน
- โรงเรียนอนุบาลสามเสน (สำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาลอุปถัมภ์) รองชนะเลิศอันดับหนึ่ง ได้รับทุนการศึกษามูลค่า 5,000 บาท
- โรงเรียนอนุบาลนครสวรรค์ รางวัลรองชนะเลิศอันดับสอง ได้รับทุนการศึกษามูลค่า 3,000 บาท
- โรงเรียนวัดดอนทอง (สุวณະศรี ตันติกุล ราษฎร์ศึกษาลัย) รางวัลรองชนะเลิศอันดับสาม ได้รับทุนการศึกษามูลค่า 2,000 บาท



ความรู้เกี่ยวกับแอฟริกาที่น้อง ๆ ยุวทูตความดีได้ประลองปัญญาแข่งขันกัน
ในงาน The Colours of Africa 2019 จะน่าสนใจแค่ไหนขอเชิญมาตะลุยแอฟริกา
ด้วยคำถามรู้รอบ รอบรู้ ร่วมตอบคำถามในใจและท่องไปในแอฟริกาด้วยกัน

1. ใครคือประธานาธิบดีหญิงคนแรกในทวีปแอฟริกา

ก. เอลเลน ซีร์ลีฟ

ข. อมินาห์ คูริบ-ฟาгим

ค. จูเลีย กิลลาร์ด

ง. เมกาวาตี ชูการ์โนบุตรี

ตอบ ก. เอลเลน ซีร์ลีฟ

เอลเลนซีร์ลีฟเป็นชาวไลบีเรียเกิดเมื่อวันที่ 29 ตุลาคม ค.ศ. 1938 ได้รับเลือกตั้งเป็นประธานาธิบดีคนที่ 24 ของสาธารณรัฐไลบีเรีย โดยดำรงตำแหน่งระหว่างปี ค.ศ. 2006 - 2018 ถือเป็นประธานาธิบดีหญิงคนแรกของแอฟริกา นอกจากนี้ ยังได้รับเลือกให้ดำรงตำแหน่งประธานหญิงของ Economic Community of West African States (ECOWAS) คนแรกอีกด้วย

2. แม่น้ำใดเป็นแม่น้ำที่ยาวที่สุดในทวีปแอฟริกา

ก. แม่น้ำไนล์

ข. แม่น้ำแซมบีสี

ค. แม่น้ำเจ้าพระยา

ง. แม่น้ำไนล์

ตอบ ง. แม่น้ำไนล์

มีความยาว 6,650 กิโลเมตร ไหลจากใต้ขึ้นเหนือไปยังปากแม่น้ำบริเวณทะเลเมดิเตอร์เรเนียน ผ่านประเทศอียิปต์ ซูดาน เซาท์ซูดาน เอธิโอเปีย ยูกันดา คองโก เคนยา แทนซาเนีย รวันดา บุรุนดี และเอริเทรีย มีความกว้างประมาณ 2.8 กิโลเมตร





3. อดีตผู้นำประเทศท่านใดได้รับการเลือกตั้งเป็นประธานาธิบดีผิวสีคนแรกของแอฟริกาใต้และได้รับรางวัลโนเบลสาขาสันติภาพ ประจำปี พ.ศ. 2536

ก. นายโคฟี อันนัน

ข. นายโจโม เคนยัตตา

ค. นายเนลสัน แมนเดลา

ง. นายโรเบิร์ต มูกาเบ

ตอบ ค. นายเนลสัน แมนเดลา

เนลสัน โอลิห์ลาลา แมนเดลา (Nelson Rolihlahla Mandela) เป็นผู้นำในการต่อต้านการเหยียดสีผิวในแอฟริกาใต้ เนื่องจากมีการแบ่งแยกคนผิวสีออกจากคนผิวขาว และถูกจำคุกเป็นเวลา 27 ปี ในข้อหาเป็นผู้ก่อการร้าย กระนั้นท่านก็ไม่เคยลดละความตั้งใจที่จะนำความเสมอภาคมาสู่สังคม และท่านก็ทำได้สำเร็จ เนลสัน แมนเดลา เป็นแรงผลักดันให้เกิดสันติภาพขึ้นในอีกหลาย ๆ ประเทศในเวลาต่อมา ท่านได้รับรางวัลโนเบลสาขาสันติภาพ ในปี พ.ศ. 2536 ได้รับการเลือกตั้งเป็นประธานาธิบดีผิวสีคนแรกของแอฟริกาใต้

4. ทะเลสาบใดมีขนาดใหญ่ที่สุดในทวีปแอฟริกา

ก. ทะเลสาบมาลาวิ

ข. ทะเลสาบคิวกู

ค. ทะเลสาบวิกตอเรีย

ง. ทะเลสาบแทนกันยิกา

ตอบ ค. ทะเลสาบวิกตอเรีย

อยู่ในเขตติดต่อสามประเทศ ได้แก่ เคนยา แทนซาเนีย และยูกันดา เป็นทะเลสาบที่ใหญ่ที่สุดในทวีปแอฟริกา มีเนื้อที่ 68,800 ตารางกิโลเมตร เป็นหนึ่งใน African Great Lakes ประกอบด้วยเกาะเล็ก ๆ จำนวน 985 เกาะ ทะเลสาบวิกตอเรียมีชื่อเดิมว่า Nyanza (อินยานซา) ก่อนจะได้รับการเปลี่ยนชื่อเป็นวิกตอเรียโดยนาย John Hanning Speke นักสำรวจ ตามพระนามของสมเด็จพระราชินีวิกตอเรีย

5. ส่วนใดที่อยู่ใต้สุดของทวีปแอฟริกา

- ก. แหลมกู๊ดโฮป ข. แหลมอะกัลลัส
ค. แหลมแฮฟุน ง. แหลมเวอร์ด

ตอบ ข. แหลมอะกัลลัส

Cape Agulhas หรือแหลมอะกัลลัส ตั้งอยู่ในประเทศแอฟริกาใต้ เป็นจุดใต้สุดของทวีปแอฟริกา โดยเป็นจุดแบ่งระหว่างมหาสมุทรอินเดียและแอตแลนติก เมื่อวันที่ 27 เมษายน พ.ศ. 2229 เรือโปรตุเกสที่ส่งออกขุนชำนาญ (Occun Chamnan) กับคนสยามรวมสิบคนที่สมเด็จพระนารายณ์ฯ ส่งไปเจริญสัมพันธไมตรีกับฝรั่งเศสอับปางที่แหลมอะกัลลัส

6. ประเทศใดในทวีปแอฟริกาที่มีพีระมิดมากที่สุด

- ก. ซูดาน ข. อียิปต์
ค. โมร็อกโก ง. ชาด

ตอบ ก. ซูดาน

ซูดานตั้งอยู่ทางตอนใต้ของประเทศอียิปต์ โดยมีพีระมิดที่นักโบราณคดีค้นพบแล้วทั้งหมดจำนวนมหาศาลถึง 255 องค์





9. คำว่า ‘ซาฮารา’ (Sahara) ในภาษาอาหรับแปลว่าอะไร

- | | |
|------------------|------------|
| ก. ดันกระบองเพชร | ข. อุฐ |
| ค. ทะเลทราย | ง. พีระมิด |

ตอบ ค. ทะเลทราย

เป็นรากศัพท์ในภาษาอาหรับที่มีความหมายว่า ‘ทะเลทราย’ อาณาเขตของทะเลทรายซาฮาราครอบคลุมในหลายประเทศ เช่น อียิปต์ ลิเบีย ชูดาน ตูนิเซีย อัลจีเรีย

10. กองกำลังเฉพาะภารกิจ 980 ไทย - ดาร์ฟร์เข้าไปปฏิบัติการรักษาสันติภาพ (Peace Keeping) ที่ประเทศใด

- | | |
|-----------|-------------|
| ก. ชูดาน | ข. รวันดา |
| ค. จิบูตี | ง. ไสปีเรีย |

ตอบ ก. ชูดาน

กองทัพไทยเคยจัดกองกำลังเฉพาะกิจ 980 ไทย - ดาร์ฟร์ (กองพัน) เข้าร่วมในการรักษาสันติภาพในดาร์ฟร์ (AU/UN Hybrid Operation in Darfur - UNAMID) ระหว่างปี 2548 - 2554 (ค.ศ. 2005 - 2011) จำนวน 812 นาย และเจ้าหน้าที่รายบุคคล 126 นาย ปัจจุบันมีข้าราชการทหารปฏิบัติการกิจ UNAMID จำนวน 7 คน (เป็นผู้ชายทั้งหมด) และข้าราชการตำรวจจำนวน 4 คน (เป็นสตรี 2 คน)



11. สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารีเสด็จฯ เยือนกรุงอันตานานาริโวเป็นเมืองหลวงของประเทศไค (เมื่อวันที่ 9 - 10 กุมภาพันธ์ 2560)

ก. แอฟริกาใต้

ข. แองโกลา

ค. กานา

ง. มาดากัสการ์

ตอบ ง. มาดากัสการ์

สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพบนายเอรี รายาโอนารีมัมเปียนินา ประธานาธิบดีแห่งสาธารณรัฐมาดากัสการ์ ณ พระราชวังหลวงเอียโวโลฮา กรุงอันตานานาริโว ในโอกาสเสด็จพระราชดำเนินเยือนเป็นการส่วนพระองค์เพื่อทอดพระเนตรสถานที่สำคัญต่าง ๆ ณ สาธารณรัฐมาดากัสการ์

12. ผลิตภัณฑ์ความงามใดสกัดจากต้นไม้ที่อยู่มริอกโก

ก. เกลือทะเล

ข. น้ำมันมะพร้าว

ค. น้ำมันอาร์แกน

ง. โคลนภูเขาไฟ

ตอบ ค. น้ำมันอาร์แกน

ต้นอาร์แกนเป็นพืชที่เติบโตท่ามกลางทะเลทราย มีรากที่ยังลึก และใบมีขนาดเล็ก ลำต้นเต็มไปด้วยหนามคดเคี้ยว การเจริญเติบโตในสภาพแวดล้อมที่พิเศษของต้นอาร์แกนนี้นำมาซึ่งน้ำมันบริสุทธิ์ 



ก้าวสู่ ดินแดนมังกร

สาธารณรัฐประชาชนจีน เป็นประเทศที่มีประชากรมากที่สุดในโลก เมืองหลวงคือปักกิ่ง จีนแบ่งการปกครองออกเป็น 23 มณฑล 5 เขตการปกครองตนเอง 9 เทศบาลนคร และเขตบริหารพิเศษ (ฮ่องกงและมาเก๊า) ผมได้รับโอกาสคัดเลือกเป็นหนึ่งในยุวทูตความดีจากค่ายอบรมศาสตร์พระราชา ก่อเกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน ที่ศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานฯ จังหวัดสกลนคร ไปเปิดโลกทัศน์ที่มณฑลกว่างตง (วันที่ 28 พฤษภาคม - 6 มิถุนายน 2561) และได้พัฒนาต่อยอดไปเปิดโลกทัศน์ที่มณฑลยูนนาน (วันที่ 8 - 14 ตุลาคม 2561) ผมขอแบ่งปันประสบการณ์พัฒนาโลกทัศน์ครั้งนี้กับเพื่อน ๆ ดังนี้

กวางตุ้ง หรือ กว่างตง เป็นมณฑลที่ตั้งอยู่ใต้สุดของจีน มีเมืองเอกคือ กว่างโจว ตั้งอยู่ใกล้กับเกาะฮ่องกงและมาเก๊า เป็นประตูสู่เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เป็นมณฑลที่ประชากรส่วนใหญ่อพยพไปตั้งถิ่นฐานในต่างประเทศกว่าร้อยละ 10 มาแล้ว

ผมกับเพื่อนอีก 5 คน (อู๋บ๊อบ ดินสอ แพรวรา หิมิงเซียน และมาสเตอร์) ได้รับการต้อนรับดูแลอย่างดีจาก **ท่านกงสุลใหญ่วุ้นคิน** **เรื่องประทับใจ** ตลอดระยะเวลาที่ได้ไปเยือนมณฑลกวางตุ้ง ได้เข้าพักที่บ้านพักของท่าน และมีโอกาสเยี่ยมชมและเข้าร่วมกิจกรรมกับนักเรียนที่ **โรงเรียนมัธยมสาธิต ชงซานหูตงก่วน** **โรงเรียนประถมเมืองวิทยาศาสตร์ เขตหวงฝู่** และนักศึกษา **ภาควิชาภาษาไทย มหาวิทยาลัยภาษาและการค้าต่างประเทศกวางตุ้ง** โดยผมและเพื่อน ๆ ได้นำเสนอประเทศไทย และวิถีพอเพียงตามรอยพ่อ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนภาษาและวัฒนธรรม การแลกเปลี่ยนความรู้กับ นักเรียนจีนทำให้ได้รู้ว่า นักเรียนที่นั่นมีความขยันหมั่นเพียรกับการศึกษาเล่าเรียน อย่างจริงจัง ดังสุภาษิตจีนที่ว่า ผู้มีความเพียรอย่างแรงกล้า เท่ากับสำเร็จ



ไปแล้วครั้งหนึ่ง ทั้งมีน้ำใจคอยช่วยเหลือแนะนำโรงเรียนให้พวกเรา ได้รู้จักมากขึ้นด้วย

การที่จะรู้จักประเทศจีนและชาวจีน คงไม่มีทางใดดีไปกว่าการเยี่ยมชมสถานที่ต่าง ๆ สถานที่ที่น่าประทับใจคือ

พิพิธภัณฑ์ทางด่วน จัดแสดงประวัติความเป็นมาของแผ่นดินจีน และมณฑลทางด่วน ผ่านวิถีชีวิต ศิลปวัฒนธรรม

พิพิธภัณฑ์ทหาร จัดแสดงเกี่ยวกับอาวุธเครื่องแต่งกาย ยานพาหนะทางทหารของจีนในแต่ละช่วงสมัย

พิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์ นับเป็นศูนย์วิทยาศาสตร์ที่ใหญ่ที่สุดในโลก ภายในมีการจัดแสดงเกี่ยวกับแนวคิดผลงานทางวิทยาศาสตร์ในรูปจำลองให้ผู้เข้าชมได้ทดลองด้วยตัวเอง สะท้อนให้เห็นชัดเจนถึงความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีของจีน

ห้องสมุดสาธารณะกว้างโจว เป็นห้องสมุดขนาดใหญ่มีความทันสมัยมากที่สุดในเมือง ทั้งยังมีจุดให้บริการหลากหลายรูปแบบ ทั้งอินเทอร์เน็ตและคอมพิวเตอร์ที่ทันสมัย นอกจากนี้พวกเรายังได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมฉลองวันเด็กสากลกับเด็กจีนที่หอสมุดเด็กกว้างโจว





อนุสรณ์สถาน ดร. ชุน ยัต เซ็น
สถานที่สร้างขึ้นเพื่อเป็นการระลึกถึง
ดร. ชุน ยัต เซ็น ผู้ที่ได้รับการยกย่อง
ให้เป็นบิดาของชาติจีนและ อนุสาวรีย์
แพะ 5 ตัว สร้างจากหินแกรนิตแกะสลัก
และประกอบกันเป็นรูปแพะ 5 ตัว
มีเรื่องเล่าในอดีตว่า เมืองกว่างโจว



มีความอดอยากแร้นแค้นมากจนกระทั่ง
วันหนึ่งได้มีเทวดา 5 องค์ ชีแพะ 5 ตัว
คาบรวงข้าวลงมาจากสวรรค์ มอบให้
ชาวเมือง เพื่อช่วยให้พ้นจากความ
อดอยาก พร้อมอวยพรให้เมืองนี้
พ้นจากความอดอยากเต็มไปด้วย
ความอุดมสมบูรณ์ตลอดเวลา
หลังจากนั้นกว่างโจวก็เจริญรุ่งเรือง
เป็นอย่างมากจนถึงปัจจุบัน ทำให้
ชาวเมืองกว่างโจวซาบซึ่งในบุญคุณ
และได้สร้างอนุสาวรีย์แพะ 5 ตัว
ขึ้นเพื่อเป็นการรำลึกถึงเรื่องราวนี้
ดังคำสอนของจีนที่มีมานานว่า 百善
孝为先 ไป่ซันเซี่ยวเหว่ยเซิน หมายถึง
กตัญญูรู้คุณ คือคุณธรรมอันดับแรก
อันบุญกุศลทั้งหลาย กตัญญูต้องมาก่อน

มณฑลยูนนาน หรือ หยุนนาน
ตั้งอยู่ทางตะวันตกเฉียงใต้ของ
ประเทศจีน เมืองเอกคือ Kunming
เป็นมณฑลที่อยู่ใกล้กับประเทศไทย





มากที่สุด โดยมี สปป. ลาวและเมียนมา กั้นระหว่างกลาง โดยมีมณฑลยูนนานนั้น อยู่ติดกับประเทศเวียดนาม สปป. ลาวและเมียนมา เป็นมณฑลที่มี คนเผ่ามากมายถึง 25 กลุ่มชาติพันธุ์ ลักษณะเด่นของมณฑลนี้คือ ภูมิอากาศ เย็นสบาย เพราะอยู่สูงเหนือระดับน้ำทะเลถึง 1,891 เมตร ทำให้ผู้มาเยือนอาจ มีอาการแพ้ที่สูง ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย หายใจไม่สะดวก คุณหมิงได้รับสมญาว่า เป็นเมืองแห่งฤดูใบไม้ผลิของจีน ยูนนานมีแหล่งทรัพยากรธรรมชาติที่ อุดมสมบูรณ์ทั้งพันธุ์ไม้และสัตว์นานาชนิด ผลผลิตทางการเกษตรที่สำคัญ ได้แก่ ยาสูบ ดอกไม้ ชา กาแฟ วอลนัท และเห็ดป่า

ผมอยู่ในคณะที่มีทั้ง ผอ. โรงเรียน ครูและนักเรียน รวม 42 คนได้เยี่ยมชมระวะ ท่านนิธิวิทย์ มานิตกุล กงสุลใหญ่ ณ นครคุนหมิง จากนั้นคณะของเราได้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้ และสานสัมพันธ์กับนักเรียนระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาจำนวน 3 แห่ง คือ โรงเรียนประถมศึกษาคุนหมิง หมิงทง โรงเรียนประถมสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยยูนนาน นอร์มอล และโรงเรียนภาษา ต่างประเทศคุนหมิง ซึ่งในการเข้าร่วมกิจกรรมได้มีการทำความรู้จัก แลกเปลี่ยน ของที่ระลึกกันระหว่างนักเรียนจีน และร่วมกันร้องเพลงสานสัมพันธ์ ทั้งสองประเทศ

ผมได้รับความรู้ ประวัติความเป็นมาของมณฑลยูนนาน จากการเข้าเยี่ยมชมสถานที่สำคัญ เช่น **พิพิธภัณฑสถานยูนนาน** ซึ่งแสดงถึงวิถีชีวิต ลักษณะบ้านเมืองของคนยูนนานตั้งแต่สมัยก่อนจนถึงปัจจุบัน

วัดหยวนทอง วัดที่เก่าแก่มียาวรวมถึง 1,200 ปี สร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถังโดยตั้งอยู่ใจกลางเมืองคุนหมิง อาคารภายในวัดสวยงาม มีเอกลักษณ์ ตั้งอยู่บริเวณเชิงเขาต่างจากวัดทั่วไปของจีนที่มักตั้งในที่สูง

หมู่บ้านชนเผ่ายูนนาน สถานที่รวบรวมวิถีชีวิต และวัฒนธรรมของชนเผ่าต่าง ๆ ที่อยู่ในมณฑลยูนนาน ที่แตกต่างทั้งความเป็นอยู่ การแต่งกาย ความเชื่อ ศรัทธา โดยมีชนเผ่าทั้งหมด 25 ชนเผ่า



อุทยานป่าหิน ตั้งอยู่ตอนใต้ของเมืองคุนหมิง มีภูเขาสูง ๆ ต่ำ ๆ ทอดตัวยาวสุดสายตา มียอดหินและเสาหินใหญ่น้อยตั้งเรียงรายอยู่ตามเนินเขา ป่าหินแห่งนี้จัดว่าเป็นป่าหินที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในโลก

การเปิดโลกทัศน์ในประเทศจีนทั้งสองครั้ง ทำให้ผมได้รับความรู้ทั้งทางวิทยาศาสตร์ ภาษา และศิลปวัฒนธรรมของประเทศจีน ซึ่งมีสัมพันธ์ไมตรีที่ดีกับประเทศไทย ผมจะนำความรู้จากประสบการณ์ครั้งนี้มาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์กับส่วนรวม รักษาสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนเยาวชน และจะเผยแพร่ความรู้ที่ได้มาต่อไปครับ ดังคำสอนของจีนที่กล่าวไว้ว่า 自强不息 จื้อเจียง ปู้ ซี คือ ไม่หยุด ไม่ย่อท้อที่จะพัฒนาตนเอง ๑



ท่องดินแดน แห่งวัฒนธรรมริมน้ำโขง

สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว (สปป. ลาว) ดินแดนแห่งวัฒนธรรมริมน้ำโขงที่หนูได้ไปเปิดโลกทัศน์ มีแม่น้ำสายสำคัญคือ แม่น้ำโขง ซึ่งไหลผ่านเป็นระยะทาง 1,835 กิโลเมตร แม่น้ำสายนี้หล่อเลี้ยงเกษตรกรรม ประมง ผลิตพลังงานไฟฟ้า และเป็นเส้นทางคมนาคมจากลาวเหนือไปจนถึงลาวใต้ เป็นพรมแดนธรรมชาติกับประเทศเพื่อนบ้าน สปป. ลาว เมืองหลวงเดิมคือ หลวงพระบาง ปัจจุบัน คือ เวียงจันทน์ มีวัฒนธรรมและประเพณีที่เป็นเอกลักษณ์ของตน วิถีชีวิตของชาวลาวได้รับอิทธิพลจากศาสนาพุทธมาก ทำให้ชาวลาวเป็นผู้มีความอดทนและยอมรับการเปลี่ยนแปลงได้ดี

คณะยุวทูตเริ่มการเยือน สปป. ลาว ระหว่างวันที่ 16 - 23 กันยายน 2561 จุดแรกที่แวะเยือนคือ เวียงจันทน์ เมืองหลวงปัจจุบัน คณะเราได้เข้าเยี่ยมชมกระบวนการทอผ้าทอเกียรติก่อนชาติประเสริฐที่ทำเนียบและจำได้ไม่ลืมว่าท่านทูตให้อวาทว่า





ขอให้ยวทูตความดีสานไมตรีและเชื่อมสัมพันธ์กับเยาวชนลาวอย่างจริงจัง และสร้างความไว้วางใจ ให้มองจุดดีของผู้อื่น หากผู้ใดมีจุดด้อยก็ให้ช่วยเหลือเขา และให้เอาใจเขามาใส่ใจเรา ท่านทูตและภริยาได้เสียดอาหารไทยรสชาติแสนอร่อยมากมายหลายอย่าง ทำให้หายคิดถึงบ้าน

หลวงพระบาง เมืองหลวงเก่าที่ได้รับการขึ้นทะเบียนให้เป็นแหล่งมรดกโลก ด้วยเหตุว่ามีวัดวาอารามเก่าแก่มากมาย ตัวเมืองตั้งอยู่ริมน้ำโขงและน้ำคาน ซึ่งไหลบรรจบกันท่ามกลางธรรมชาติอันงดงาม ชาวหลวงพระบาง ยิ้มง่าย เป็นมิตร และมีขนบธรรมเนียมวัฒนธรรมที่ดีงาม ประเพณีท้องถิ่นที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ คือ การตักบาตรข้าวเหนียว

ภายหลังเมืองหลวงพระบางได้รับการขึ้นทะเบียนทางสถาปัตยกรรม การสืบสานและรักษาอนุสรณ์สถาน ประติมากรรม และภูมิทัศน์ ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตและเป็นที่ยอมรับของชาวบ้าน มิใช่เรื่องง่าย





และต้องใช้เวลา ดังที่ นายเสวยสีละวัน หัวหน้าห้องการมรดกโลกหลวงพระบาง ได้บรรยายให้คณะของเราฟัง พวกเราได้ไปแลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้ กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเวียงจันทน์ และนครหลวงพระบาง จำนวน 3 แห่ง ได้แก่

- โรงเรียนมัธยมสมบูรณ์เวียงจันทน์ มีนักเรียนจำนวน 3,200 คน เป็นโรงเรียนชั้นนำ มีการจัดห้องเรียนพรสวรรค์สำหรับวิชาวรรณคดี คณิตศาสตร์ เคมี และฟิสิกส์ คณะยุวทูตความดีและนักเรียนลาวได้ร่วมทำ กิจกรรมระหว่างกันคือ การละเล่นพื้นบ้าน การเต้นบาสโลปของนักเรียนลาว และการขับร้องเพลงภาษาไทย - อังกฤษ - ลาว ของนักเรียนยุวทูตา

- โรงเรียนมัธยมสมบูรณ์สันติภาพ เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่อันดับ 1 ของหลวงพระบาง มีนักเรียนจำนวน 3,400 คน คณะนักเรียนยุวทูต



ได้นำเสนอ ‘ตามรอยพ่อ ด้วยวิถีพอเพียง’ โดยน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน ร่วมแข่งขันในเกมพื้นบ้าน และกิจกรรมแลกเปลี่ยนทางวัฒนธรรม

• โรงเรียนมัธยมสมบูรณ์ทองคำ เป็นโรงเรียนมิตรภาพลาว - เวียดนาม มีนักเรียนจำนวน 800 คนโดดเด่นในด้านวิชาการ มีศิษย์เก่าดำรงตำแหน่งสำคัญระดับประเทศ นักเรียนยูวทูตได้นำเสนอโครงการปลูกจิตสำนึกฝึกจิตอาสาที่ยูวทูตมุ่งมั่นตั้งใจทำความดีมีจิตอาสา จึงได้รับการคัดเลือกมาสานสัมพันธ์กับนักเรียนที่ สปป. ลาว และทั้งสองฝ่ายได้มีการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมอาหารไทย - ลาว



เรียนรู้และลิ้มรสขนมลาว - หวานของแต่ละประเทศ ฝ่ายไทยนำเสนอขนมปังสอดไส้สับปะรด ข้าวแต่น้ำแดงโม ขนมอาลัว ปั่นสับไส้ปลาและนมอัดเม็ดจิตรลดา ขณะเดียวกันเพื่อนชาวลาวได้จัดเตรียมขนมครกร้อน ๆ ให้พวกเราได้ชิมกันอย่างอร่อย

นอกจากการเดินทางที่สนุกสนานกับการเรียนรู้แล้ว หนูยังได้มิตรภาพ



เพิ่มขึ้นมากมาย คือ หนูได้รู้จัก
เพื่อนใหม่ 3 คน ฝนนา รัตนาพร
และแอนนี่ จากการไปเยี่ยมโรงเรียน
ทั้ง 3 แห่ง พวกเราสนิทกันภายในเวลา
ไม่นานเพราะเรามีภาษาที่ใกล้เคียงกัน
เวลาพูดคุยกันจึงเข้าใจกันได้ง่าย
หนูรู้สึกประทับใจเพื่อนใหม่ชาวลาว
ที่นุ่งผ้าซิ่นดูน่ารัก เรียบร้อยและยิ้มเก่ง
สถานที่ให้ความรู้ด้านการปศุสัตว์

ที่พวกเราไปคือ **ฟาร์มควาย Laos Buffalo Dairy**

เป็นฟาร์มควายแห่งแรกและแห่งเดียวในประเทศ

ผู้ก่อตั้งคือ มิส ซูซี มาร์ติน (Susie Martin) โดยมีการบริหารจัดการ
ที่น่าสนใจ คือ ทางฟาร์มจะเช่าควายตัวเมียพันธุ์มูราห์จากชาวบ้านในราคา
วันละ 20 บาท เพื่อช่วยสร้างรายได้ให้กับเกษตรกรท้องถิ่นที่เลี้ยงควาย
ให้ความรู้แก่ชุมชน และกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของการบริโภคนมควาย
ภายในมีพื้นที่กว้างขวาง มีการจัดสรรพื้นที่ต่าง ๆ เป็นสัดส่วน ฟาร์มมีควาย
เลี้ยงอยู่กว่า 200 ตัว เพื่อนำมารีดนมแล้วทำเป็นชีส โยเกิร์ต ไอศกรีม และ
ผลิตภัณฑ์จากนมอื่น ๆ แต่ผลิตภัณฑ์ที่ขึ้นชื่อคือ มอสซาเรลล่าชีส มีวิธีการเลี้ยงดู
โดยการเช่าควายเพศเมียที่ท้องประมาณ 8 เดือน มากักโรคประมาณ
30 - 40 วัน เพื่อตรวจหาโรคที่สามารถติดต่อไปยังควายตัวอื่นหรือคนได้
หลังจากที่กักโรคเสร็จแล้วจะมีขั้นตอนการดูแลต่าง ๆ เมื่อควายออกลูก
เรียบร้อยก็จะเข้าสู่ช่วงที่รีดนมได้ โดยจะรีดวันละ 1 ครั้ง ปริมาณน้ำนม
ที่ได้จะอยู่ที่ประมาณ 2 - 3 ลิตรต่อตัว ซึ่งถือว่าน้อยกว่าวัวที่สามารถรีดนมได้
4 - 8 ลิตรต่อตัวต่อวัน แต่หากเทียบคุณภาพของนม น้ำนมควายจะมีไขมันดี
ประมาณ 8 - 10 เปอร์เซ็นต์ขณะที่น้ำนมวัวจะอยู่ที่ 3 - 4 เปอร์เซ็นต์ นอกจากนี้
ฟาร์มจะผสมพันธุ์ควายเพศเมียกับพ่อพันธุ์ที่ดีก่อนส่งคืนให้กับชาวบ้าน
พร้อมทั้งส่งลูกควายที่สุขภาพแข็งแรงกลับไปเมื่อได้เวลาที่จะเข้าสู่ฟาร์มอีกครั้ง
ก็จะเป็นวงจรหมุนเวียนอยู่เช่นนี้ หนูตื่นเต้นมากที่ได้สัมผัสควายตัวเป็น ๆ
ได้อาบน้ำให้ควายและป้อนอาหารให้ควาย ซึ่งทางฟาร์มดูแลควายแต่ละตัว

เป็นอย่างดี และหนูได้ลองรีดนมควายโดยใช้มือ
ทำให้หนูได้รับประสบการณ์และความรู้ใหม่ ๆ
มากมาย

นอกจาก สปป.ลาว จะมีความล้ำค่าทางด้าน
วัฒนธรรมแล้ว ยังเป็นประเทศที่มีความงดงาม
ทางธรรมชาติเป็นอย่างมาก แหล่งธรรมชาตินี้
มีเอกลักษณ์และความสวยงามแตกต่างกันไป
หนูได้ไปชมธรรมชาติของน้ำตกตาดกวาสี
ซึ่งอยู่ห่างจากตัวเมือง 32 กิโลเมตร ได้ชื่อว่า
เป็นน้ำตกที่สวยงามที่สุดของหลวงพระบาง น้ำตกตาดกวาสีมี 4 ชั้น มีความสูง
75 เมตร เป็นน้ำตกหินปูน น้ำในน้ำตกจึงมีสีเขียวมรกต บรรยากาศเย็นสบาย
มีสะพานทอดข้ามลำธาร น้ำตกชั้นบนสุดเป็นวิวที่ทุกคนที่มาเที่ยวชอบถ่ายภาพ
เก็บไว้เป็นที่ระลึก

ความรู้ ประสบการณ์ และความสวยงามทางธรรมชาติที่ได้รับจาก
การมาเยือน สปป.ลาว ครั้งนี้ หนูจะนำไปเล่าให้ครอบครัวและเพื่อน ๆ ได้ฟัง
หนูจะรักษามิตรภาพกับเพื่อน ๆ ชาวลาวที่จะมีร่วมกันต่อไปในวันข้างหน้า
และประจักษ์แก่ใจว่า เมื่อเราทำความดีก็จะได้รับสิ่งดี ๆ ตอบแทน เหมือนที่หนู
ได้รับโอกาสจากมูลนิธิฯ ให้มาเปิดโลกทัศน์ที่ สปป.ลาว เพราะหนูชอบ
ช่วยเหลือเพื่อน มีจิตอาสา หนูจึงจะยึดมั่นการเป็นคนดี คิดดี พูดดี ทำดี ตลอดไป ๕





บอกกล่าว เล่าเรื่อง 3 เมืองในเมียนมา

สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมา มีพรมแดนติดกับอินเดีย บังกลาเทศ จีน ลาว และไทย มีแนวชายฝั่งติดทะเลอันดามันและอ่าวเบงกอล เมียนมามีเขตแดนติดกับไทยยาว 2,114 กิโลเมตร และมีขนาดพื้นที่ 676,578 ตารางกิโลเมตร ประชากร 53 ล้านคน เมียนมาและไทยมีความสัมพันธ์ทางการทูตยาวนานถึง 70 ปี

การเดินทางในประเทศเมียนมาเริ่มขึ้นระหว่างวันที่ 5 - 12 สิงหาคม 2561 เมืองแรกที่เราไปเยือนคือ ย่างกุ้ง (Yangon) เดิมชื่อ ดากอน (Dagon) เมื่อพระเจ้าอลองพญาเข้ามายึดครองในปี 2187 จึงเปลี่ยนชื่อเมืองเป็น ย่างกุ้ง (Yangon) คำว่า 'Yan' หมายถึง ศัตรู และคำว่า 'Gon' หมายถึง หมดสั้น รวมกันแล้วหมายถึง เมืองที่หมีดสั้นศัตรู

ในการเยือนครั้งนี้คณะยุวทูตได้เข้าเยี่ยมคารวะท่านทูตจักร บุญ-หลง ที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงย่างกุ้ง โอวาทที่ท่านให้กับคณะยุวทูต คือ

ขอให้ตระหนักรู้ในบทบาทหน้าที่ของตนเอง มุ่งมั่นตั้งใจกับสิ่งที่ทำอยู่ และให้พยายามพัฒนาเพื่อความก้าวหน้าต่อไป

การสานสัมพันธ์และสร้างมิตรไมตรีกับเยาวชนเมียนมาเป็นหนึ่งในเป้าหมายสำคัญของการเดินทาง ด้วยเหตุนี้ โรงเรียนแรกที่ไปคือ **No. 1 Basic Elementary Middle School** โรงเรียนแห่งนี้มีนักเรียนจำนวน 2,396 คน มีชื่อเสียงด้านการแข่งขันงานศิลปะที่ได้รับรางวัลระดับประเทศมากมาย พวกเราได้ชมงานศิลปะของโรงเรียนแห่งนี้ และร่วมกิจกรรมแข่งขันวาดภาพ จากนั้นนำมาแลกเปลี่ยนกันเพื่อเป็นที่ระลึก

กรุงเนปีดอ คณะได้เข้าเยี่ยมคารวะ **ดร. เมียว เต็ง จี (H.E. U Myo Thein Gyi)** รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการเมียนมา พร้อมทั้งอธิบดีกรมประถมศึกษาและผู้บริหารระดับสูงด้านการศึกษาของเมียนมา ทำให้คณะได้เรียนรู้ว่า รัฐบาลเมียนมาจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานแบบ 5:3:3 เรียนฟรีรวม 11 ปี สนับสนุนการเรียนภาษาถิ่นของชนกลุ่มน้อย





และการเรียนด้านอาชีพศึกษา พวกเราตื่นเต้นมาก เพราะนอกจากจะได้พูดคุยกับท่านแล้ว ยังได้จับมือกับท่านอีกด้วย

คณะฯ ได้ไปเยี่ยมชม**โรงเรียนมิตรภาพไทย - เมียนมา** มีนักเรียนจำนวน 200 คน ก่อตั้งเมื่อปี 2536 และต่อมาในปี 2556 ได้เป็นโรงเรียนมิตรภาพในโอกาสครบรอบ 65 ปี การสถาปนาความสัมพันธ์ทางการทูตไทย - เมียนมา สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้เสด็จเยือน และทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับโรงเรียนดังกล่าวไว้ในพระราชูปถัมภ์ภายใต้โครงการโรงเรียนตามพระราชดำริเมื่อเดือนตุลาคม ปี 2558 ปัจจุบัน รัฐบาลไทยได้สร้างอาคารเรียนให้ 2 หลัง และสนามเด็กเล่น 1 แห่ง ซึ่งได้ส่งมอบ



อย่างเป็นทางการให้แก่โรงเรียน โดยท่านดอน ปรมัตถ์วินัย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ เมื่อวันที่ 14 สิงหาคม 2561

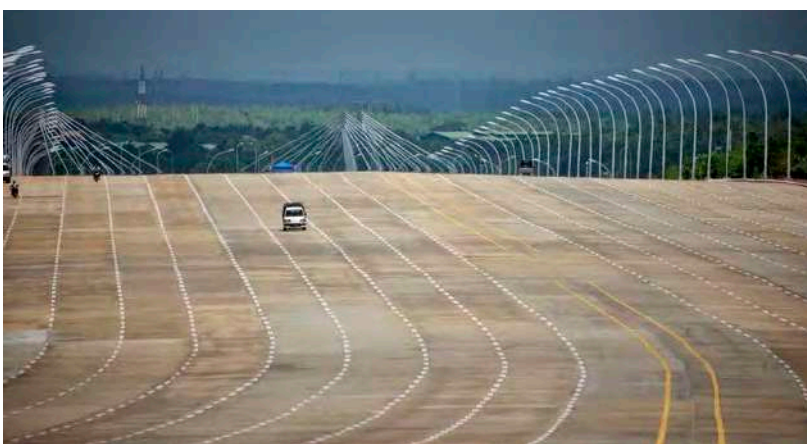
เมืองสุดท้ายที่พวกเราไปคือ **มันตะเลย์** พวกเราเดินทางไปโรงเรียนชั้นนำอีกแห่งหนึ่ง นั่นคือ **No.7 Basic Elementary Middle School** โรงเรียนแห่งนี้มีนักเรียน 1,032 คน นักเรียนจากทั้งสองประเทศได้ร่วมทำกิจกรรมการวาดภาพ ‘ความสัมพันธ์ทางการทูต 70 ปี ไทย - เมียนมา’ และแลกเปลี่ยนรูปวาดกัน

คณะยุวทูตความดียังได้ร่วมทำกิจกรรมกับพี่นักศึกษาเมียนมาที่ **Mandalay University of Foreign Languages** มหาวิทยาลัยชั้นนำที่มีนักศึกษากว่า 2,000 คน ภาควิชาภาษาไทยเปิดสอนถึงระดับปริญญาตรี ปัจจุบัน มีนักศึกษาจำนวน 200 คน พวกเราได้ทำกิจกรรมถอดรหัสภาษาผ่านบทเพลงและเกมไขคำ รวมทั้งการละเล่นพื้นบ้าน สนุกและประทับใจในความสามารถพูดภาษาไทยได้อย่างแตกฉานของพี่ ๆ นักศึกษา



พวกเรายังได้ศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม ความศรัทธา ในพระพุทธศาสนาผ่านโบราณสถานและพิพิธภัณฑ์ที่สำคัญ อาทิ **พระมหาเจดีย์ชเวดากอง** ซึ่งเป็นมหาเจดีย์คู่บ้านคู่เมืองของเมียนมา ตั้งอยู่ที่เมืองย่างกุ้งชื่อ ‘ชเวดากอง’ มาจากคำว่า ‘ชเว’ ที่หมายถึงทองและคำว่า ‘ดากอง’ คือชื่อเมืองเก่าของเมียนมานำมารวมกันก็คือ ‘ชเวดากอง’ หมายถึง เมืองแห่งทองคำ โดยพระมหาเจดีย์ชเวดากองมีความสูงประมาณ 320 ฟุต ด้านในเจดีย์มีพระเกศาของพระพุทธเจ้า 8 เส้น **วัดมхамมยุมนี** ภายในวิหาร เป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปองค์ใหญ่ และจะมีการล้างพระพักตร์เวลาตี 4 ของทุกวัน **วัดกุโสดอ** ภายในวัดมีพระไตรปิฎกที่แกะสลักด้วยหินอ่อน ทั้งหมด 729 แผ่น มีการสลักข้อความในพระไตรปิฎกเป็นภาษาพม่า ถอดมาจากภาษาบาลี แบ่งออกเป็นพระธรรมขันธ์ 84,000 ข้อ อีก 1 แผ่น สลักประวัติและเรื่องราวการทำสังคายนา รวมทั้งสิ้น 730 แผ่น **พิพิธภัณฑ์ แห่งชาติกรุงย่างกุ้ง และกรุงเนปยีดอ** ที่รวมเอาเมียนมาที่ควรรู้จักในทุกมิติ มาไว้ด้วยกัน **พระราชวังไม้สักทอง ชเวนันดอร์** และ **พระราชวังมณฑะเลย์** ที่มีศิลปะไม้แกะสลักแบบพม่าที่ฉลุรายละเอียดบนเนื้อไม้ในรูปทรงต่าง ๆ อย่างวิจิตรบรรจง ทำให้ได้เห็นว่า ช่างฝีมือชาวพมามีความสามารถไม่แพ้ใคร





ถนนที่ใหญ่ที่สุดในเมียนมาคือ **ถนน 20 เลน** ที่กรุงเนปยีดอ ถนนเส้นนี้ผ่านเข้าสู่เมืองราชการใหม่ของเมียนมาที่มีอาคารรัฐสภาใหญ่โต ที่ทำการกระทรวงต่าง ๆ ท่ามกลางบรรยากาศที่เงียบสงบ

หนูชอบการไปเปิดโลกทัศน์ที่ประเทศเมียนมาในครั้งนี้มาก เพราะเป็นโอกาสที่ไม่ได้หาได้ง่าย ๆ หนูจะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปเล่าต่อ กับเพื่อน ๆ หนูขอขอบคุณมูลนิธิยุวทูตความดีที่ได้คัดเลือกหนูให้เป็นตัวแทน จากจังหวัดเชียงใหม่ไปในโครงการครั้งนี้ แม้การเดินทางในเมียนมาจะจบลง แต่ประสบการณ์ ความรู้ ความสนุก และมิตรภาพดี ๆ ครั้งนี้ จะอยู่ใน ความทรงจำของหนูตลอดไป 🇇🇵

นมัสเต อินเดีย



“การศึกษาของอินเดียสอนให้คิดอย่างเป็นระบบและมีเหตุผล รักที่จะสงสัย ชอบที่จะตั้งคำถาม” คำกล่าวข้างต้นเป็นคำที่ท่านพุทธทศเดชาวัตรได้บอกกับพวกเราคณะยุวทูตความดีที่ไปเยือนสาธารณรัฐอินเดียระหว่างวันที่ 27 - 31 มกราคม 2562 ในการอบรมเตรียมความพร้อมก่อนการเยือนอินเดีย ท่านได้มาให้ความรู้เราในหัวข้อ ‘อินเดียยุคใหม่ที่ไม่เคยเหลียวหลัง’ และได้กล่าวว่าอินเดียเป็นประเทศที่เด็กนักเรียนคิดเก่ง ตั้งคำถามเก่ง ครูอินเดียไม่สอนให้นักเรียนหาคำตอบ แต่สอนให้ตั้งคำถามสืบค้นต่อยอดความรู้ไปเรื่อย ๆ ส่งผลให้นักเรียนมีนิสัยช่างสงสัย

ช่างซักถาม เรียนรู้นอกห้องเรียน และครูเป็นแรงบันดาลใจให้นักเรียนแสวงหาความรู้ ท่านจึงขอให้พวกเราคณะยุวทูตฯ เปิดใจให้กว้าง เรียนรู้อย่างเต็มที่และมีอิสระในการเรียนรู้หมั่นตั้งคำถาม ความไม่รู้ไม่ใช่เรื่องน่าอาย ให้ตั้งใจฟัง ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ เพื่อจะได้จดจำทุกอย่างได้

การเยี่ยมชมโรงเรียนในการเยือนอินเดียทำให้หนูได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนนักเรียนอินเดียที่ โรงเรียนวัดสันต์วัลเลย์ (Vasant Valley School) ซึ่งเป็นโรงเรียนนานาชาติชั้นนำในกรุงนิวเดลีที่มีการเรียนการสอนที่เน้นวิทยาศาสตร์และวิทยาศาสตร์มีนักเรียน 1,200 คน เปิดสอนตั้งแต่



ระดับอนุบาลถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 โดยมีนายอรุณ คาปุ เป็นผู้อำนวยการทางโรงเรียนได้จัดให้คณะยุวทูตฯ ร่วมทำกิจกรรมกับนักเรียนอินเดีย คือ การทำผ้ามัดย้อม ซึ่งหนูได้คิดและเลือกหารูปแบบที่ชอบและสามารถออกแบบการมัดย้อมผ้าลายต่าง ๆ ด้วยตนเอง การเล่นโยคะ ทำให้มีสมาธิและผ่อนคลาย

โรงเรียนอีกแห่งที่หนูได้ไปเยือนคือ โรงเรียนชิฟ นาดาว (Shiv Nadar School) มีนางสาวโมนิกา ซาการ์ เป็นผู้อำนวยการ มีนักเรียน 2,000 คน เปิดสอนตั้งแต่ระดับอนุบาลถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนี้มีความโดดเด่นด้านวิทยาการไอทีและการเรียนรู้แบบ STEM ผสมผสานกับการพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิต ส่งเสริม

จินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ผ่านกิจกรรมในวิชาต่าง ๆ เช่น คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ พลศึกษา และศิลปะ ทางโรงเรียนต้อนรับพวกเราด้วยมาลัยดาวเรืองและแตรมัจจุรงค์ที่หน้าผากแบบคนอินเดีย พร้อมด้วยการรำ Manipuri รำพื้นเมืองของอินเดีย และโรงเรียนได้จัดให้พวกเราปั่นดินเผา ส่วนคณะยุวทูตความดีได้นำเสนอเรื่องราวกับทั้งสองโรงเรียนที่ไปเยือนเกี่ยวกับเมืองไทยเมืองยิ้ม ความสุขกับเศรษฐกิจพอเพียง การทำความดีของยุวทูตความดีและการขับร้องเพลงภาษาไทย - อังกฤษ - ฮินดี และร่วมทำกิจกรรมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมอาหารและขนมที่คณะยุวทูตได้นำไป



ได้แก่ ขนมหิง อาลัว ข้าวแต่น นมอัดเม็ดจิตรลดา

การเยือนทั้งสองโรงเรียนทำให้เห็นว่า อินเดียเป็นประเทศที่ส่งเสริมการรักการอ่านของนักเรียน โดยที่โรงเรียนวัดสัน วัลเลย์ ในช่วงเช้าขณะที่เราเดินเยี่ยมชมโรงเรียน ได้เห็นนักเรียนเข้าห้องเรียน ทุกคนไปหยิบหนังสือที่ตะกร้าที่ครูเตรียมไว้คนละ 1 เล่ม แล้วครูก็มี 1 เล่ม นักเรียนเปิดดูหนังสือพร้อมครูแล้วสนทนากันเกี่ยวกับหนังสือเล่มนั้น หนูคิดว่าเป็นเรื่องที่ดีมาก เพราะหนังสือเป็นแหล่งความรู้ที่ดีที่สุด ทุกวันจะมีการฝึกเขียนเรียงความสั้นภาษาอังกฤษด้วยหัวข้อที่ไม่ซ้ำกันในแต่ละวันสิ่งที่หนูประทับใจที่สุดคือมีการทำโยคะบริหารร่างกายซึ่งทำให้อารมณ์ดี ช่วยอบอุ่นร่างกาย ทำให้เราได้ยืดเส้นยืดสายทำให้สุขภาพทั้งจิตใจและร่างกายดีขึ้นด้วย ส่วนที่โรงเรียนชิพ นาดาว มีวิชาที่เสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน เช่น ในคาบเรียนวิชาศิลปะจะมีดินเหนียวให้นักเรียนปั้นและสร้างสรรค์ผลงานขึ้นมาจากดินเหนียว นอกจากจะฝึกความคิดสร้างสรรค์แล้ว ยังฝึกกล้ามเนื้อข้อมือและทำให้ข้อแข็งแรงขึ้นอีกด้วย



วิชาดนตรีที่สนุก ซึ่งมีฝึกการหายใจให้ถูกต้องเพื่อให้ร้องเพลงได้นานขึ้น

หนูมีข้อสังเกตว่า นักเรียนอินเดียมีการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์และหลากหลาย ไม่ว่าจะเรียนภายในห้อง ด้วยสื่อการเรียนรู้อิเล็กทรอนิกส์จากหนังสือ หรือจากการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ซึ่งลักษณะนิสัยโดยปกติของคนอินเดียเป็นคนช่างสงสัยและเมื่อสงสัยจะถาม รักการอ่านและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี โดยส่วนมากคนอินเดียสามารถฟังและพูดภาษาอังกฤษได้คล่องแคล่วและชัดเจน ทำให้เราสามารถสื่อสารกับเขาได้เข้าใจอย่างรวดเร็ว

เส้นทางการเรียนรู้ที่สร้างความประทับใจยิ่งในการเยือนอินเดียของหนูเริ่มจากในวันแรกของการเดินทางคือ วันอาทิตย์ที่ 24 มกราคม 2562 หนูได้ไปรายงานตัวที่กระทรวงการต่างประเทศ ท่าน ผอ. จันทรทิพา ภูตระกูล ผู้อำนวยการมูลนิธิยุวทูตความดี กล่าวต้อนรับและให้โอวาทกับคณะ โดยขอให้ยุวทูตฯ ทุกคนใฝ่เรียนรู้ ใฝ่เรียน มุ่งมั่นค้นคว้าหาความรู้ รู้จักฟัง คิด ถาม จดตามหลักหัวใจนักปราชญ์ ซึ่งเป็นกุญแจสำคัญที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ และที่สำคัญต้องรู้จักตั้งคำถาม จากนั้นท่าน ผอ.



ได้นำพวกเราไปเยี่ยมคารวะ ท่านทูตสุจิตรา คูไร เอกอัครราชทูตอินเดียประจำประเทศไทยที่ได้บรรยายสรุปเกี่ยวกับอินเดีย ประเทศกว้างใหญ่ มีอารยธรรมเก่าแก่ ต้นกำเนิดของศาสนาหลายศาสนา สถาปัตยกรรมงดงามสืบทอดมาหลายยุคหลายสมัย มีความสัมพันธ์และมิตรไมตรีกับประเทศไทยมาอย่างยาวนาน ท่านขอให้ยุวทูตฯ นำความรู้และประสบการณ์ที่จะได้พบเห็นไปบอกเล่าให้กับเพื่อนที่ไม่มีโอกาสมาเยือนได้รับรู้ ท่านทูตดูใจดี พูดคุยกับคณะอย่างอบอุ่น กล่าวทักทายเป็นภาษาไทยได้อย่างชัดเจนยิ่งไปกว่านั้นยังช่วยอำนวยความสะดวกเรื่องวีซ่าให้กับคณะของเราด้วย

วันที่ 29 มกราคม 2562 พวกเราคณะยุวทูตฯ ได้เข้าเยี่ยมคารวะ

ท่านทูตชุดินทร์ คงศักดิ์ เอกอัครราชทูต
 ณ กรุงนิวเดลีที่ทำเนียบเอกอัครราชทูตฯ
 ท่านได้กล่าวให้อิโหวาท ขอให้ทุกคน
 รู้จักสังเกตสิ่งรอบข้าง หากพบเห็น
 อะไรที่ไม่ถูกใจต้องรู้จักปรับและเปิดใจ
 ยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้น และให้เยาวชนทูต
 ทุกคนใช้เวลาให้คุ้มค่า ไม่ประมาท
 ยึดมั่นในศีลธรรมและทำคุณประโยชน์
 ตอบแทนคุณแผ่นดิน ท่านทูตยังได้
 ให้เกียรติเลี้ยงอาหารค่ำให้แก่คณะ
 พร้อมนำชมสถานเอกอัครราชทูต
 หลังใหม่ที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
 กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
 สยามบรมราชกุมารี เสด็จฯ มาเปิด
 เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2561
 อาคารที่ทำการสูง 3 ชั้น มีพื้นที่ใช้สอย
 5,500 ตารางเมตร เป็นรูปแบบไทย
 ผสมผสานกับอินเดียมีการย่ำตราครุฑ
 ที่มีน้ำหนักถึง 900 กิโลกรัม มาจาก
 อาคารหลังเก่า เพื่อเป็นสัญลักษณ์
 และเป็นจิตวิญญาณที่แสดงถึงความ

เป็นราชอาณาจักรไทย นอกจากนี้
 อาคารแห่งใหม่ยังสะท้อนถึงความ
 สัมพันธ์ไทย - อินเดีย ที่สถาปนา
 ความสัมพันธ์ทางการทูตกันมากกว่า
 70 ปี และรองรับการขยายการติดต่อ
 ระดับประชาชนของทั้งสองประเทศ
 ทำให้ชาวไทยในอินเดียและชาวอินเดีย
 ติดต่อกับราชการไทยได้สะดวกมากยิ่งขึ้น



เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2562
 คณะเยาวชนทูตฯ ได้รับเกียรติให้เข้าเยี่ยม
 คารวะผู้บริหารระดับสูงของอินเดีย
 คือ **นางศุขมาสวราช รัฐมนตรีว่าการ**
กระทรวงการต่างประเทศอินเดีย
 และร่วมถ่ายภาพที่ระลึกกับท่าน
 พร้อมเข้าคารวะ **นายมานิช อธิบดี**
กรมใต้ และนายราวิช กุมาร์ โฆษก
กระทรวงการต่างประเทศ หนูได้
 เรียนรู้โดยสังเกตเกี่ยวกับระบบการ
 ทำงานทางด้านการทูตของอินเดียที่มี
 ความสัมพันธ์ทางการทูตกับมากกว่า



180 ประเทศทั่วโลกในมิติความมั่นคง เศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา และได้รับทราบว่า อินเดียมีโครงการฝึกอบรมนักการทูตโดยให้กลับไปเยี่ยมบ้านเกิดแล้วไปพูดเรื่องนโยบายด้านการต่างประเทศให้นักเรียนในโรงเรียน โดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจน และปฏิสัมพันธ์กับคนในท้องถิ่น โดยเฉพาะเยาวชน

ในวันที่ 31 มกราคม 2562 พวกเรา กลับถึงประเทศไทย ได้เข้าเยี่ยมคารวะ ท่านดอน ปรมัตถวินัย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศและรายงานผลการเรียนรู้จากการเยือนอินเดีย ท่านรัฐมนตรีได้มอบของที่ระลึกและถ่ายภาพร่วมกับพวกเรา หนูรู้สึกประทับใจเป็นอย่างมากในความเป็นกันเองและความเอาใจใส่ของท่านรัฐมนตรีฯ

การได้มีโอกาสมาเปิดโลกทัศน์ที่สาธารณรัฐอินเดียในครั้งนี้ทำให้หนูได้เปิดใจกว้างขึ้นกว่าเดิมได้เรียนรู้วัฒนธรรม ภาษาและวิถีชีวิตที่ไม่เคยทราบมาก่อน รวมถึงอุปนิสัยของเยาวชนอินเดียที่ช่างคิด ช่างถาม และรักการอ่าน ทำให้ได้รู้ว่า แม้ว่าอินเดียจะมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ ศาสนา ภาษาและวัฒนธรรม แต่ก็อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข รวมทั้งยังได้รับข้อคิดและโอวาทจากผู้ใหญ่ใจดีหลายท่าน ทั้งฝ่ายไทยและฝ่ายอินเดีย นับเป็นประสบการณ์ที่หาได้ยากยิ่ง ที่แม้มีเงินก็ไม่อาจซื้อเส้นทาง การเรียนรู้แบบนี้ได้ หนูภูมิใจมาก ๆ ที่ได้เข้าร่วมโครงการพัฒนาโลกทัศน์ของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ 🇮🇳



ออกขุนเจริณ ก้อมปุเจีย

กัมพูชา หรือ ก้อมปุเจีย หรือชื่ออย่างเป็นทางการว่า ราชอาณาจักรกัมพูชา มีอาณาเขตติดกับไทย ลาว และเวียดนาม มีพื้นที่ 181,035 ตารางกิโลเมตร ประชากร 16 ล้านคน และเป็นสมาชิกอันดับ 10 ของอาเซียน

คณะยุวทูตความดีจาก 27 โรงเรียนใน 18 จังหวัด รวม 46 คน นำโดย ผอ. มูลนิธิยุวทูตความดีได้มาพัฒนาโลกทัศน์ที่กัมพูชาวันที่ 7-14 กรกฎาคม 2561 กิจกรรมสำคัญแรกของคณะคือการเข้าเยี่ยมคารวะ **ท่านทูตปณณรุักษ์ พูลทรัพย์** เอกอัครราชทูต ณ กรุงพนมเปญ ซึ่งท่านทูตได้ให้โอวาทกับคณะความว่า “ขอให้ยุวทูตเก็บเกี่ยวประสบการณ์ที่มาพบเห็นและเป็นประโยชน์ของชาวกัมพูชา เช่น ความอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ให้คณะยุวทูตนำไปปฏิบัติให้สมกับเป็นยุวทูตที่ดี และการเป็นผู้รู้คุณ กตัญญูต่อพ่อแม่และผู้มีพระคุณ” และเปิดโอกาสให้ถามคำถามได้คนละ 1 ข้อ คณะเราทั้ง 32 คนได้ถามคำถามท่านทูตทุกคน คำตอบของท่านทูตทำให้เราได้เรียนรู้มากมายเกี่ยวกับประเทศกัมพูชา ความสัมพันธ์กับประเทศไทย ความเป็นอยู่ของผู้คน รวมถึงงานในหน้าที่ของท่านทูต และอาชีพนักการทูต เป็นช่วงเวลาเปิดโลกของการเรียนรู้ที่ไม่อาจหาได้จากหนังสือเล่มไหน จากนั้น ท่านทูตได้เลี้ยงอาหารคณะอย่างเป็นทางการ





โดยทุกคนต้องเข้าแถว เพื่อคู่มือและที่นั่งของตัวเองจากฝั่งที่นั่ง ก่อนเดินเข้าโต๊ะซึ่งมีบัตรชื่อของเราตั้งอยู่มีเมนูอาหารจัดพิมพ์อย่างสวยงามวางอยู่กลางโต๊ะจานอาหารของเราเป็นจานใหญ่ขอบสีน้ำเงินเข้ม มีครุฑสีทองอยู่ขอบจานด้านบนอาหารเป็นการเดินไปตักที่โต๊ะยาว ซึ่งวางอาหารมากมายหลายชนิดส่วนน้ำจะมีคนมาเสิร์ฟที่โต๊ะ สำหรับหนูอาหารมือนี่เหมือนฝันไป เมื่อรับประทานเสร็จพวกเราขับร้องเพลง **ส้มตำ** เพื่อขอบคุณแม่ครัวที่ทำอาหารสุดอร่อยให้เรากลายคิดถึงบ้าน ส่วนพี่ๆแม่ครัวน้ำตาซึมไม่ทราบว่าซาบซึ้งหรือคิดถึงส้มตำนอกจากนี้ พวกเราจัดการแสดงฉบับย่อเป็นการขอบคุณท่านทูตสำหรับอาหารมื้อสุดพิเศษนี้ ก่อนกลับท่านทูตยังให้เราเซ็นสมุดเยี่ยมของสถานทูตฯ ด้วย นับเป็นเกียรติอย่างยิ่งสำหรับเด็กจากสุรินทร์อย่างหนู





การเยือนประเทศที่เต็มไปด้วยการเรียนรู้ครั้งนี้ พวกเราได้สานสัมพันธ์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับนักเรียนในกรุงเทพมหานครและเสียมราฐจำนวน 3 แห่ง ได้แก่ **โรงเรียนประถมศึกษาบ๊ยะตุ** เป็นโรงเรียนรัฐบาลมีนักเรียน 3,100 คน ซึ่งต้อนรับพวกเราเป็นอย่างดี นักเรียนโรงเรียนนี้แต่งกายหลากหลาย ชอบส่งยิ้มเป็นมิตรกับพวกเรา และชวนเราเล่นเกมกีฬาและเกมสนุก ๆ ภาษาที่พูดกันต่างจากภาษาเขมรในจังหวัดของหนู จึงฟังกันไม่ค่อยรู้เรื่อง เพราะแม้หนูจะพูดพอได้บ้าง แต่สำเนียงไม่ตรงกัน



โรงเรียนแห่งที่ 2 คือ **โรงเรียนมัธยมพระสีสุวตถ์** เป็นโรงเรียนเก่าแก่ที่สุดในกัมพูชา มีนักเรียน 679 คน เป็นโรงเรียนที่เก่งที่สุดของประเทศ นักเรียนส่วนใหญ่พูดภาษาอังกฤษได้ดี ครูเป็นชาวกัมพูชา ไม่มีครูชาวต่างชาติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวกัมพูชามีความขยันเพียรพยายามในการฝึกพูดภาษาอังกฤษได้อย่างดีเยี่ยมโดยไม่ต้องพึ่งพาชาวต่างชาติ



โรงเรียนสุดท้ายที่พวกเราได้เยี่ยมชม คือ **โรงเรียนประถมวัดโบ** มีนักเรียน 6,408 คน นักเรียนทุกวัยทุกระดับชั้นมีความตรงต่อเวลา มีสมาธิ และระเบียบวินัยเป็นอย่างมาก ในเวลา 5 นาที นักเรียนภาคเช้าจำนวน 3,204 คน สามารถมารวมกันตั้งแถวต้อนรับพวกเราได้อย่างพร้อมเพรียง ซึ่งเป็นสิ่งที่น่าประทับใจเป็นอย่างยิ่ง

โรงเรียนในกัมพูชาจะแบ่งการเรียนการสอนเป็น 2 รอบ คือ รอบเช้าและรอบบ่าย โรงเรียนไม่ได้รับเงินสนับสนุนด้านการศึกษามากนัก นักเรียนกัมพูชาจึงต้องเดินทางกลับบ้านเพื่อไปรับประทานอาหารกลางวัน แล้วค่อยกลับมาเรียนรอบบ่าย ทำให้เห็นว่านักเรียนกัมพูชามีความกระตือรือร้น มุมานะและเพียรพยายามในการเรียนมาก ซึ่งเป็นสิ่งที่เราควรดูเป็นแบบอย่าง



คณะของเราได้ไปเยี่ยมชมภาควิชาภาษาไทย สถาบันการต่างประเทศ
มหาวิทยาลัยภูมิทรพมเปญ ซึ่งเป็นโครงการภายใต้ความร่วมมือทางวิชาการ
ไทย - กัมพูชา โดยกรมความร่วมมือระหว่างประเทศ (TICA) กระทรวง
การต่างประเทศ การเปิดสอนวิชาภาษาไทยเริ่มจากชั้นพื้นฐานถึงหลักสูตร
ปริญญาตรี และหลักสูตรระยะสั้นสำหรับบุคคลภายนอก ปัจจุบันมีนักศึกษารวม 500 คน

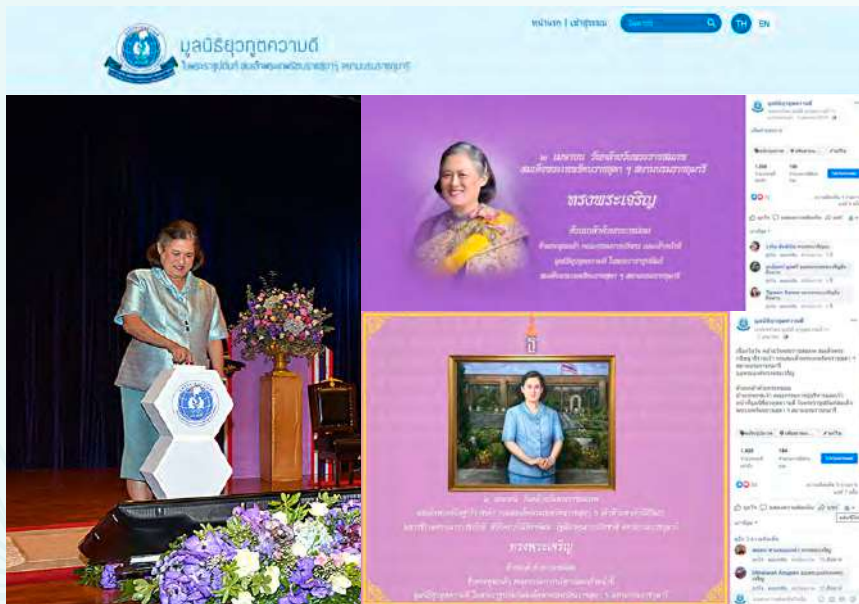
คณะของเรายังได้ศึกษาอารยธรรมขอมโบราณที่เมืองอูด เมืองหลวงเก่า
และโบราณสถานที่เป็นหนึ่งในสิ่งมหัศจรรย์ของโลกและเมืองมรดกโลก
ด้านวัฒนธรรม เช่น นครวัด หรือที่ฝรั่งเศสเรียกว่า อังกอร์วัด ซึ่งเป็นศาสนสถาน
ที่ใหญ่ที่สุด สร้างขึ้นโดยพระเจ้าชัยวรมันที่ 2 เพื่อบูชาพระวิษณุ
นครวัดแห่งนี้มีความสวยงามมาก สร้างจากสถาปัตยกรรมเขมรแบบดั้งเดิม
และเป็นสัญลักษณ์ที่ปรากฏอยู่บนธงชาติของประเทศกัมพูชา นครธม ในภาษา
กัมพูชา ‘ธม’ แปลว่า ‘ใหญ่’ สร้างในสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 เป็นศิลปะ
แบบบาเยน เป็นเมืองที่เข้มแข็งที่สุดของอาณาจักรเขมรและเป็นนครที่มี



ความสวยงามมาก มีประวัติความเป็นมาที่น่าภาคภูมิใจ ทั้งนครวัดและนครธม ตั้งอยู่ที่เมืองเสียมราฐ เมืองที่เต็มไปด้วยวัด สถูป และประติมากรรมในสมัยโบราณ พวกเรายังได้ศึกษาประวัติศาสตร์ศิลปะ และโบราณวัตถุ ผ่านพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติกัมพูชา และพิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติอังกอร์

เพื่อน ๆ ชาวกัมพูชาเป็นคนที่ขยัน ใฝ่เรียนรู้ มีความเพียรพยายาม มุ่งมั่นจะกระตือรือร้นพัฒนาตนเองในการพูดภาษาอังกฤษให้ดีขึ้น ถือว่าพวกเราได้เปิดมุมมองใหม่ ๆ ในประเทศที่น่าสนใจแห่งนี้ ‘ออกขุนเจริญ ก็อมปูเจีย’ ขอบคุณกัมพูชาที่ทำให้พวกเราได้รับประสบการณ์และได้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ที่สามารถนำไปพัฒนาตนเองต่อไป 🙏





FACEBOOK FAN CLUB

นับตั้งแต่วันที่ 3 มกราคม 2557 ที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงกดปุ่มเปิดเว็บไซต์มูลนิธิยุวทูตความดี www.yavf.or.th เสมือนเปิดประตูบ้านมูลนิธิฯ สู่อวกออนไลน์ เพื่อให้ยุวทูตความดีและผู้ที่มีสนใจได้เข้ามาทำความรู้จักกับมูลนิธิยุวทูตความดีมากขึ้น ตลอดระยะเวลา 6 ปี ที่ผ่านมามียอดการเข้าชมเว็บไซต์จำนวนกว่า 13 ล้านครั้ง ขณะที่มูลนิธิฯ ดำเนินงานอย่างแข็งขันต่อเนื่องในการทำให้เว็บไซต์ยุวทูตความดีเป็นสื่อทันสมัยอย่างแท้จริง ทั้งในด้านเนื้อหาและการออกแบบ โดยเน้นการนำเสนอข้อมูลใหม่ ทันเหตุการณ์ เพื่อเป้าหมายสูงสุดในการเป็นพื้นที่ให้ผู้สนใจได้เข้าไปเยี่ยมชมโครงการและเรียนรู้ร่วมกับเยาวชนยุวทูต รวมถึงศึกษาเกร็ดความรู้ที่ทางมูลนิธิฯ คัดสรรมาอย่างดี และเป็นอีกช่องทางหนึ่ง

ในการเป็นสื่อการเรียนการสอนที่สร้างสรรค์และน่าสนใจให้กับครูและนักเรียนยุคทูตฯ ที่จะเข้ามาสืบค้นสาระความรู้ที่แตกต่างกับแหล่งข้อมูลออนไลน์อื่น ๆ

ต่อมา มูลนิธิ เล็งเห็นว่า ควรพัฒนาช่องทางการสื่อสารระหว่างมูลนิธิยุคทูตความดี โรงเรียนเครือข่าย ตลอดจนภาคีพันธมิตรต่าง ๆ ให้มีความทันสมัยและเชื่อมโยงกับโลกในยุคสังคมออนไลน์ หรือยุค Social Media ที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างรวดเร็วและทั่วถึง ทั้งเยาวชนยุคทูตฯ คณะครูและผู้บริหาร ตลอดจนภาคีพันธมิตรต่าง ๆ นอกจากเว็บไซต์แล้ว



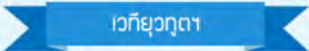
มูลนิธิ จึงหันมาใช้ช่องทาง Social Media อื่น ๆ ที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายในปัจจุบัน ได้แก่ เฟซบุ๊ก (Facebook) และยูทูบ (Youtube) ในการนำเสนอข่าวสาร แบ่งปันสาระความรู้และเป็นช่องทางในการประสานสัมพันธ์กับสมาชิก โดยใช้ชื่อเพจว่า ‘มูลนิธิยุวทูตความดี’ หรือ www.facebook.com/yavFThailand

Facebook Fanpage ‘มูลนิธิยุวทูตความดี’ ปัจจุบันมีผู้ติดตามทั้งหมดกว่า 1 หมื่นคน กลายเป็นอีกช่องทางการสื่อสารที่สำคัญของมูลนิธิยุวทูตความดี โดยมูลนิธิฯ มองว่าเป็นสื่อเชิงสังคมที่เป็นช่องทางที่จะเข้าถึงข่าวสารของมูลนิธิฯ ได้อย่างรวดเร็ว ทันสมัย และสะดวกในสังคมยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะ



ในกลุ่มของยุวทูต ครู ผู้อำนวยการ และผู้ปกครองจากโรงเรียนเครือข่าย ที่มักแสดงความคิดเห็น (comment) และแบ่งปัน (share) เนื้อหาออกไปในพื้นที่ของตนเองอย่างสร้างสรรค์ ทั้งการชื่นชมและติดตามโครงการต่าง ๆ อย่างใกล้ชิด

อีกเป้าหมายสำคัญของการใช้พื้นที่สื่อเชิงสังคมที่มูลนิธิฯ พยายามให้เกิดขึ้นคือ การแบ่งปันข้อมูลข่าวสาร





งาน 20 ปี ยุวทูตความดี ชาวไทย

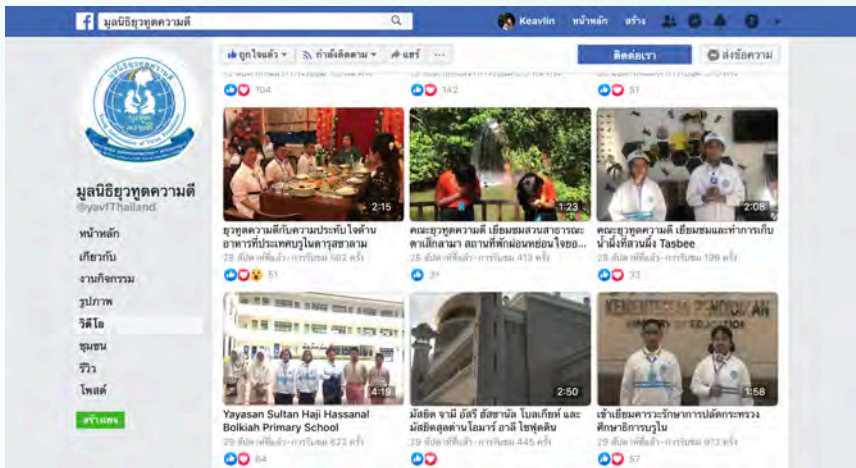
งาน 20 ปี ยุวทูตความดี ชาวไทย ประจำปี วันศุกร์ที่ 1 พฤศจิกายน พ.ศ. ผู้เข้าชม 4

งาน 20 ปี ยุวทูตความดี ชาวไทย ประจำปี วันศุกร์ที่ 1 พฤศจิกายน พ.ศ. ผู้เข้าชม 8

20 ปี ยุวทูตความดี ก้าวไกล ทั่วโลก ผู้เข้าชม 7



โครงการดี ๆ ระหว่างภาคีเครือข่ายที่มีส่วนร่วมกับมูลนิธิฯ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับโรงเรียนเครือข่าย เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมหรือปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างมูลนิธิฯ กับเครือข่ายยุวทูตความดี รวมถึงเพื่อสร้างแรงบันดาลใจ และเป็นต้นแบบให้กันและกัน เพื่อนำไปสู่การเกิดเป็นกิจกรรม



จิตอาสา ทำความดี หรือการดำเนินโครงการและกิจกรรมเพื่อเยาวชนตามกำลังเหมาะสมในแต่ละพื้นที่

เนื้อหาที่มูลนิธินำเสนอผ่านทาง Facebook Fanpage เป็นเนื้อหาที่ทันเหตุการณ์และรวดเร็วที่สุด โดยจะเน้นเนื้อหาที่กระชับ เพื่อไปอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมในเว็บไซต์ หรือการโพสต์ภาพนิ่งและภาพเคลื่อนไหวที่น่าสนใจ นอกจากนี้ สิ่งที่เป็นเครื่องมือสำคัญในการนำเสนอข้อมูลคือการถ่ายทอดสด (Facebook Live) ภาพบรรยากาศขณะดำเนินโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ ของมูลนิธิ ซึ่งทำให้ผู้สนใจติดตามข่าวสารของมูลนิธิ ได้เห็นภาพความประทับใจได้ในทันที แม้จะเป็นโครงการในต่างประเทศ



หรือโครงการที่จัดในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย แต่ผู้ติดตามก็สามารถเข้าถึงและปฏิสัมพันธ์ภายใต้เนื้อหาที่สนใจได้ทันที โดยมุ่งเน้นให้เด็ก ๆ ยุวทูตเป็นตัวหลักในการนำเสนอเรื่องราวของกิจกรรมนั้น ๆ แสดงให้เห็นถึงความสามารถรอบด้านของยุวทูตที่มูลนิธิฯ ฝึกฝนมาเป็น

อย่างดี เช่น การไลฟ์จากสาธารณรัฐอินเดียภายใต้โครงการคณะยุวทูตความดีเยือนสาธารณรัฐอินเดีย มีผู้เข้าเข้าชมภาพแห่งความประทับใจของการเยือนฯ และคลิปกว่า 80,000 ครั้ง แสดงให้เห็นว่าเรื่องราวน่ารู้ที่ถ่ายทอดออกมาผ่านยุวทูตความดีในการเยือนสาธารณรัฐอินเดีย เช่น การเยี่ยมชมโรงเรียน Vasant Valley School และโรงเรียน Shiv Nadar ซึ่งได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากสาธารณรัฐอินเดียเป็นประเทศแห่งการเรียนรู้ และเป็นประเทศชั้นนำด้านการนำเทคโนโลยีมาบูรณาการการเรียนการสอน เหมาะสมที่จะเผยแพร่ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับต่อไป



คณะยุวทูตความดีเยือน
บูรในคารุสชาลามยังสร้าง
ความสนใจให้กับผู้เข้าชม
ด้วยยอดการเข้าชมกว่า
39,000 ครั้ง การเยือนบูรใน
เต็มไปด้วยความแปลกตา
คณะยุวทูตฯ เข้าเยี่ยมชม
พิพิธภัณฑ์แสดงเครื่องราช



กฤษฎภัณฑ์ (Royal Regalia Museum) ที่จัดแสดงพระราชประวัติ
และของประกอบพระราชพิธีสำคัญของสมเด็จพระราชาธิบดีอัสซานัลโบลเกียห์
สุลต่านองค์ปัจจุบันของบูรใน ภาพความทรงจำจากกิจกรรมเรียนรู้เสริมสร้าง

ศักยภาพของยุวทูตฯ และกิจกรรม
แลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อสานสัมพันธ์
สร้างมิตรไมตรีกับเยาวชนบูรใน



นอกจากนี้ การสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วม
โครงการ ครู ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ว่าราชการ
จังหวัด ประธานเปิดโครงการฯ ที่ถ่ายทอด
ความประทับใจ และประโยชน์ที่นักเรียน
จะได้รับจากการเข้าร่วมโครงการต่าง ๆ
เช่น โครงการรณรงค์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรม
ในกลุ่มเยาวชนยุวทูตฯ โครงการค่ายอบรม
ทำให้ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง ทั้งนี้
ข้อมูลที่น่าสนใจแบบถ่ายทอดสดในเพจนั้น
ยังสามารถบันทึกเนื้อหาไว้เป็นหลักฐาน
อ้างอิงของมูลนิธิฯ ได้อีกทางหนึ่งด้วย 



ผู้สนับสนุน :



เมืองไทย... ย่นดีที่ได้รู้จัก

พวกเรายุทธพาความดีจากจังหวัดต่าง ๆ ได้เข้าค่ายอบรมเสริมสร้างต้นกล้าความดี ที่ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริและการเรียนรู้ทั่วประเทศ จัดโดยมูลนิธิยุทธพาความดีฯ มีความภาคภูมิใจนำเสนอจังหวัดของเรา บอกเล่าประวัติศาสตร์ โบราณสถาน ประเพณีที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ และแหล่งธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ของแต่ละพื้นที่ เพื่อเชิญชวนให้เพื่อน ๆ ได้มาเยือน และขอแบ่งปันเรื่องราวกับท่านผู้อ่านที่ยังไม่มีโอกาสได้เยี่ยมชมจังหวัดของพวกเขา

1 กาญจนบุรี สะพานมอญ เป็นสะพานที่ชาวมอญอำเภอสังขละบุรี ร่วมแรงร่วมใจกันสร้างขึ้นเพื่อข้ามลำน้ำซองกาเลียในอำเภอสังขละบุรี โดยมีหลวงพ่ออุตตมะ เจ้าอาวาสวัดวังกัวเรการามเป็นหัวเรี่ยวหัวแรงในการสร้าง จึงมีอีกชื่อหนึ่งว่า สะพานอุตตมานุสรณ์ สะพานแห่งนี้เชื่อมสัมพันธ์ชนชาติมอญของทั้งสองประเทศเข้าไว้ด้วยกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และเป็นสะพานไม้ที่ยาวที่สุดในประเทศไทย ด้วยความยาว 850 เมตร



2 จับบุรี วังสวนบ้านแก้ว

ตั้งอยู่ภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี ตำบลท่าช้าง เป็นที่ประทับของสมเด็จพระนางเจ้ารำไพพรรณี พระบรมราชินีในรัชกาลที่ 7 ระหว่างปี 2493 - 2511 รวม 18 ปี พระองค์ทรงใช้ที่แห่งนี้เป็นที่ทรงงาน

ปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ เพื่อเป็นตัวอย่างแก่พสกนิกรในพื้นที่นำไปใช้ประโยชน์ต่อไป นอกจากนี้พระองค์ทรงพัฒนาการทอเสื่อจันทบูรซึ่งเป็นหัตถกรรมพื้นบ้านของชาวจันทบุรีให้เจริญก้าวหน้ากว่าเดิม โดยการจัดตั้งโรงทอเสื่อขึ้นอีกทั้งทรงออกแบบกระเป๋าลือและผลิตภัณฑ์ที่ทำด้วยเสื่อกก



3 ชลบุรี สมเด็จพระศรีสวรินทิราบรมราชเทวี พระพันวัสสาอัยยิกาเจ้า (พระนามเดิมคือ พระเจ้าลูกเธอ พระองค์เจ้าสว่างวัฒนา)

พระบรมราชเทวีในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงพระราชทานกำเนิด โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา เมื่อวันที่ 10 กันยายน 2445 เนื่องจากระหว่างที่สมเด็จพระนางเจ้าสว่างวัฒนาประทับอยู่ที่ตำหนักแห่งนี้ มีข้าราชการบริพารและเจ้าหน้าที่รักษาพระองค์ป่วยเป็นจำนวนมาก ด้วยพระทัยที่เต็มไปด้วยการกุศลสาธารณะ จึงทรงมีดำริให้สร้างสถานพยาบาลขึ้นในบริเวณใกล้เคียงพระตำหนักของพระองค์ ปัจจุบันโรงพยาบาลแห่งนี้เปิดให้บริการด้านสาธารณสุขแก่ประชาชนทั่วไป



4 เชียงใหม่ สี่แจ่ง ห้าประตู คำว่า แจ่ง เป็นภาษาเหนือ แปลว่า มุม ตัวเมืองเชียงใหม่มีลักษณะเป็นสี่เหลี่ยมและมีถนนล้อมรอบ จึงทำให้เกิดเป็นมุม 4 มุม หรือ 4 แจ่ง แต่ละแจ่งมีชื่อและเรื่องราวทางประวัติศาสตร์แตกต่างกันไปได้แก่ ‘แจ่งศรีภูมิ’ เป็นจุดแรกในการสร้างเมืองเชียงใหม่ ‘แจ่งกัะตั่ว’ มาจากชื่ออุปกรณ์จับปลา เนื่องจากบริเวณนี้มีปลาชุกชุม ‘แจ่งกู่เฮือง’ มาจากชื่อผู้คุมพระโอรสของพญามังราย และ ‘แจ่งหัวลิน’ ‘หัว’ แปลว่า แรกเริ่ม ‘ลิน’ แปลว่า สายน้ำ จึงมีความหมายว่า จุดเริ่มต้นของสายน้ำเนื่องจากบริเวณนี้เป็นแหล่งรับน้ำ ประตูเมืองเชียงใหม่ในปัจจุบันมี 5 ประตู ได้แก่ ประตูช้างเผือก ประตูท่าแพ ประตูเชียงใหม่ ประตูแสนปุง และประตูสวนดอก

5 ตรา อนุสรณ์สถานยุทธนาวีที่เกาะช้าง สร้างขึ้นเพื่อรำลึกถึงวีรกรรมของทหารหาญแห่งราชนาวีไทยทั้ง 36 นาย ที่ได้สละชีพเพื่อรักษาเอกราชของชาติไทย เมื่อวันที่ 17 มกราคม 2484 เป็นวันที่มีการรบทางเรือระหว่างไทยกับฝรั่งเศส ในครั้งนั้นฝรั่งเศสส่งกองกำลังเข้ารุกรลำน่านน้ำไทยบริเวณเกาะช้าง



จำนวน 7 ลำ ขณะที่กองทัพไทยมีเรือรบ 3 ลำ ไทยจึงเสียเปรียบด้านกำลังรบอย่างมากแต่นายทหารไทยยังคงปฏิบัติหน้าที่ด้วยความกล้าหาญจนกระทั่งเรือหลวงของไทยทั้ง 3 ลำ จมลงสู่ท้องทะเลตราดพร้อมกับนายทหารที่เสียชีวิตไปถึง 36 นาย กองทัพเรือจึงถือวันที่ 17 มกราคม เป็นวันสวดดีวีรชนกองทัพเรือ



6 นครปฐม คลองมหาสวัสดิ์

เป็นคลองสำคัญของจังหวัด นครปฐม ขุดขึ้นในสมัยพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เพื่อเชื่อมแม่น้ำนครชัยศรีกับแม่น้ำเจ้าพระยา และใช้เป็นเส้นทางเสด็จพระราชดำเนินไปนมัสการองค์พระปฐมเจดีย์ เมื่อขุดคลอง

แล้วเสร็จเจ้าพระยาทิพากรวงศ์มหาโกษาธิบดี (ขำ บุนนาค) ผู้ว่าราชการกรมท่าในสมัยนั้น ได้สั่งการให้สร้างศาลาสำหรับประชาชนพักเป็นระยะไปตามริมคลองจำนวน 7 ศาลา ทำให้เป็นที่มาของชื่อศาลาต่าง ๆ ในปัจจุบัน เช่น ศาลาที่ 1 - 4 เขียนตำรายารักษาโรคต่าง ๆ ติดไว้เป็นการกุศล ต่อมาเรียกกันว่า ‘ศาลายา’ ได้กลายเป็นชื่อตำบลและสถานีรถไฟ ศาลาที่ 5 สร้างในการกุศลปลงศพคนของเจ้าพระยาทิพากรวงศ์ เรียกกันว่า ‘ศาลาทำศพ’ ปัจจุบันกลายเป็น ‘ศาลาธรรมสพน์’ และเป็นชื่อแขวงกับสถานีรถไฟในเขตทวีวัฒนาของกรุงเทพมหานคร และศาลาที่ 6 - 7 เรียกกันว่า ‘ศาลาดิน’

7 นราธิวาส วัดชลธาราสিংเห

อำเภอตากใบ เริ่มสร้างในสมัยรัชกาลที่ 4 มีความสำคัญทางประวัติศาสตร์พรมแดนไทย - มาเลเซีย เนื่องจากสยามใช้เป็นสถานที่อ้างอิงในการปักปันเขตแดนในปี 2411 ในอดีตเมื่อมลายูตกเป็นเมืองขึ้นของอังกฤษและพยายามผนวกจังหวัดนราธิวาส



เข้าเป็นส่วนหนึ่งของอาณาจักรม แต่ด้วยกุศโลบายอันแยบยล สยามอ้างว่า วัดชลธาราสিংเหเป็นวัดคู่บ้านคู่เมืองของชาวอำเภอตากใบ มีถาวรวัตถุแบบไทยที่สร้างอย่างวิจิตรพิสดาร ทำให้ไทยไม่ตกเป็นอาณานิคมของอังกฤษ จึงได้สมญานามว่า **วัดพิทักษ์แผ่นดินไทย**

8 **ปัตตานี** เดิมชื่อ ‘โกตามะลิขัย’

หมายถึง ปราสาทราชวัง มีสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ คือ **มัสยิดกลางจังหวัดปัตตานี** สร้างขึ้นเมื่อปี 2497 เป็นสถาปัตยกรรมแบบตะวันตก รูปทรงคล้ายกับทัชมาฮาล



ของอินเดีย มัสยิดแห่งนี้สร้างขึ้นเพื่อเป็นศูนย์กลางการประกอบศาสนกิจของชาวไทยมุสลิมในภาคใต้

9 **พะเยา** **กว๊านพะเยา** มีลักษณะเป็นบึงน้ำขนาดใหญ่รูปพระจันทร์เสี้ยว เป็นแหล่งน้ำสำคัญที่หล่อเลี้ยงชีวิตชาวพะเยา บึงน้ำขนาดใหญ่แห่งนี้รวบรวมลำห้วยต่าง ๆ เป็นทะเลสาบน้ำจืด และแหล่งประมงน้ำจืดใหญ่ที่สำคัญที่สุดของภาคเหนือ มีพันธุ์ปลาน้ำจืดกว่า 48 ชนิด อีกทั้งยังเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ปลาชนิดต่าง ๆ เช่น ปลากราย ปลาสรวย



ปลาเทโพ ปลาจิ้น ปลาโน และปลานิล คำว่า ‘กว๊าน’ เป็นภาษาพื้นเมือง หมายถึง หนองน้ำหรือบึงน้ำขนาดใหญ่ คำนี้มีใช้ในท้องถิ่นล้านนา เฉพาะที่จังหวัดพะเยา แห่งเดียวเท่านั้น



10 แพร่ แพร่แพร่เบิด ในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 นายหลง มโนมูล คนงานรถไฟที่พบระเบิดที่เครื่องบินฝ่ายพันธมิตรได้ทิ้งลงมาเพื่อระเบิดสะพานห้วยแม่ต้าเพื่อสกัดทหารญี่ปุ่น นายหลงกับคนงานรถไฟได้ช่วยกันขุดขึ้นมาจากหลุมทราย เมื่อชาวบ้านทราบข่าวจึงตั้งขบวนแห่ลูกกระเบิดเข้าวัดด้วยกลองยาว ช้อง ฉิ่ง และฉาบเพื่อใช้เป็นระฆัง ระเบิดลูกที่ 1 เก็บอยู่ที่วัดแม่ลาน

เหลือระเบิดลูกที่ 2 เก็บอยู่ที่วัดศรีดอนคำ และระเบิดลูกที่ 3 เก็บไว้ที่วัดนาตุ้ม วัดทั้งสามสร้างหอระฆังไว้รองรับอย่างสวยงาม และได้กลายเป็นหลักฐานสำคัญสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2

11 มุกดาหาร ในอดีตเมืองมุกดาหารเป็นเมืองชายแดนติดกับ สปป. ลาว เคยถวายต้นไม้ทอง

ต้นไม้เงินเป็นเครื่องราชบรรณาการตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 4 เป็นต้นมา เมืองมุกดาหารเคยมีอาณาเขตครอบคลุมสองฝั่งแม่น้ำโขงจรด

แดนญวน หรือแขวงสะหวันเขตของ สปป. ลาว ต่อมาสูญเสียดินแดนทางฝั่งขวาของแม่น้ำโขง ชาวมุกดาหารจึงมีชาติพันธุ์ดั้งเดิมถึง 8 ชนเผ่า ก่อนที่จะมารวมเป็นจังหวัดมุกดาหารในปัจจุบัน ได้แก่ **ไทยอีสาน ภูไท ไทข่า ไทกะโซ่ ไทกะเลิง ไทแสก ไทญ้อ และไทกุลา** ซึ่งแต่ละชนเผ่าล้วนมีวิถีชีวิตและศิลปวัฒนธรรมของตนเอง



12 ยะลา เดิมทีจังหวัดยะลา ชื่อว่า ‘ยาลอ’ เป็นสำเนียงภาษามลายูพื้นเมืองซึ่งแปลว่า แห เนื่องจากมีภูเขาลูกหนึ่งลักษณะเหมือนแห จีบปลา ยะลามีการวางผังเมืองแบบใยแมงมุมที่สวยงามที่สุดในประเทศไทย

มีวงเวียนซ้อนกัน 3 วง โดยออกแบบให้ถนนทุกสายไปรวมกันที่วงเวียนหลักเมือง มีการแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วนชัดเจน อีกส่วนหนึ่งตัดกันเป็นตารางหมากรุก ส่งผลให้เมืองยะลามีความเป็นระเบียบเรียบร้อยและสวยงาม



13 ร้อยเอ็ด จังหวัดร้อยเอ็ดอยู่ในเขต

ของอาณาจักรขอมโบราณ จึงมีปรางค์กู่จำนวนมาก **ปรางค์กู่** คือ กลุ่มอาคารที่มีลักษณะแบบเดียวกันกับอโรคยาศาลาที่เชื่อกันว่า เป็นโรงพยาบาลในสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 ตามที่ปรากฏในจารึก

ปราสาทตาพรหม ประกอบด้วยปรางค์ประธาน บรรณาลัย กำแพง พร้อมซุ้มประตูและสระน้ำนอกกำแพง ปรางค์กู่เป็นโบราณสถานที่มีฐานสี่เหลี่ยมสร้างด้วยศิลาแดงวางซ้อนกันจากฐานถึงยอด ภายในบรรจุพระพุทธรูปดินเผา พบมากในอำเภอธวัชบุรีและอำเภอเกษตรวิสัย

14 สงขลา เมืองสามน้ำ สงเล

ชื่อ 'สามน้ำ' มาจากทะเลสาบสงขลา ซึ่งเป็นทะเลสาบที่อยู่ติดกันถึง 3 จังหวัด ได้แก่ นครศรีธรรมราช พัทลุง และสงขลา น้ำที่มารวมกันในทะเลสาบมี 3 ประเภท คือ น้ำจืด น้ำกร่อยและน้ำเค็ม 'สงเล' หมายถึงทางตะวันออก คือ ทะเลอ่าวไทย

ทางตะวันตกคือ ทะเลสาบสงขลา โดยมีจุดเชื่อมต่อทะเลทั้งสองตรงบริเวณที่ประดิษฐานอนุสาวรีย์กรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ พระบิดาแห่งราชนาวีไทย ทำให้สงขลาเป็นจังหวัดที่มีความสวยงามทางธรรมชาติรอบด้าน



15 สมุทรสงคราม วัดบางกุ้ง

สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ของจังหวัดสมุทรสงคราม เนื่องจากพระเจ้าเอกทัศกษัตริย์โปรตเกสซ่าให้ยกกองทัพเรือมาตั้งค่ายที่ค่ายบางกุ้ง โดยสร้างกำแพงล้อมวัดบางกุ้งให้เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและที่เคารพบูชาของทหาร ภายในวัดจะมีโบสถ์ปรกโพธิ์



ซึ่งเป็นอุโบสถที่สร้างตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาเป็นราชธานี ตัวอุโบสถถูกปกคลุมด้วยรากของต้นโพธิ์ ต้นไทร ต้นไกรและต้นกร่างมอ รากไม้เหล่านี้ช่วยให้โบสถ์คงรูปร่างอยู่ได้ ภายในมีพระพุทธรูปประดิษฐาน ชาวบ้านเรียกว่า หลวงพ่อโบสถ์น้อย หรือหลวงพ่อนิลมณี พระพุทธรูปปางมารวิชัย

16 สมุทรสาคร สุขาภิบาลท่าฉลอม ตำบลท่าฉลอม จังหวัดสมุทรสาคร

เป็นสุขาภิบาลแห่งแรกในประเทศไทยที่พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว มีพระบรมราชโองการให้จัดตั้งขึ้นในปี 2448 ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเริ่มแรกเพื่อบำรุงชุมชนให้สะอาดและเป็นระเบียบ โดยรัฐได้จัดสรรเงินภาษีโรงงานในเขตสุขาภิบาลจากราชการไทยสำหรับเป็นเงินทุนในการบำรุงซ่อมแซมและรักษาความสะอาดภายในเขตสุขาภิบาล ปัจจุบันชาวท่าฉลอมจัดงาน



วันท้องถิ่นไทยเป็นประจำทุกปี ถือเป็นต้นแบบของการกระจายอำนาจ การปกครองให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมอย่างแท้จริง

17 **สระแก้ว** ปราสาทสด๊ก ก๊กอม

ตั้งอยู่ที่บ้านหนองเสม็ด ตำบลโคกสูง สันนิษฐานว่า สร้างขึ้น ในพุทธศตวรรษที่ 14 เพื่อใช้ประดิษฐาน รูปเคารพและใช้ประกอบพิธีกรรม ตามคติความเชื่อของศาสนาฮินดู คำว่า ‘สด๊กก๊กอม’ หมายถึง เมืองที่มีต้นกก

ขึ้นรกในหนองน้ำใหญ่ มีการค้นพบศิลาจารึก 2 หลัก จารึกด้วยอักษรขอมโบราณ เป็นหลักฐานสำคัญที่บ่งบอกถึงอายุการสร้างปราสาทแห่งนี้ ปราสาทสด๊กก๊กอม แสดงให้เห็นถึงสภาพการปกครองของอาณาจักรขอมโบราณและร่องรอย อารยธรรมขอมในผืนแผ่นดินจังหวัดสระแก้ว



18 **สิงห์บุรี** พระนอน พระยืน พระนั่ง พระพุทธรูปประจำจังหวัดสิงห์บุรี

ทั้ง 3 อริยาบถซึ่งประดิษฐานอยู่ภายในวัดทั้งสามแห่ง ได้แก่ วัดพระนอนจักรสีห์วรวิหาร ที่ประดิษฐานพระนอนจักรสีห์ พระพุทธรูปไสยาสน์ หรือพระนอนขนาดใหญ่ เนื่องจากมีตำนานเกี่ยวกับสิงห์พาหุ ผู้มีพ้อเป็นสิงห์ เกิดความอับอายที่มีพ้อเป็นสัตว์เดรัจฉาน จึงฆ่าพ้อตัวเองเสีย ภายหลังสำนึกผิดจึงไปสร้างพระนอนจักรสีห์ไว้ที่วัดสละบาปเพื่อเป็นการไถ่บาป แต่ด้วยความกลัวว่า บาบนั้นจะไม่เบาบางลง จึงได้มาสร้างวัดประชดขึ้นอีกแห่ง ปัจจุบันคือ วัดประโชติการาม โดยสร้างพระพุทธรูปยืนปางห้ามญาติขึ้น 2 องค์



นามว่า หลวงพ้อทรัพย์ และหลวงพ้อสิน และวัด สุดท้ายคือ วัดพิบูลทอง ที่ประดิษฐานพระพุทธรูป สุวรรณมงคลมหาโมหิ พระพุทธรูปปางประทานพร หรือพระนั่งองค์ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย

19 สุรินทร์ กลุ่มปราสาท

ตาเมื่อน ตั้งอยู่ในช่องเขา
ตาเมื่อนเทือกเขาพนมดงรัก
โบราณสถานกลุ่มนี้อยู่ใกล้
ชายแดนไทย - กัมพูชา
ประกอบด้วยปราสาทหิน
สามหลังที่สร้างด้วยศิลาแดง
สถาปัตยกรรมแบบขอม
กลุ่มปราสาทตาเมื่อน
เรียงลำดับจากขนาดใหญ่
ไปขนาดเล็ก คือ ปราสาท



ตาเมื่อนธม ปราสาทตาเมื่อนโต๊ต และปราสาทตาเมื่อน พระเจ้า
ชัยวรมันที่ 7 โปรดให้สร้างขึ้นเพื่อเป็นธรรมศาลาหรือที่พักคนเดินทาง
ราวปีพุทธศตวรรษที่ 16 - 18 สถานที่นี้ยังแสดงให้เห็นว่าในอดีตเส้นทาง
ช่องเขาตาเมื่อนคงจะมีชุมชนหรือเป็นเส้นทางผ่านช่องเขาที่สำคัญ
ของภูมิภาค



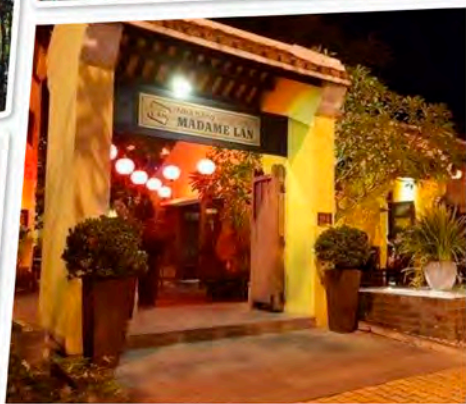
20 หบองบัวลำภู ประเพณี บุญข้าวเจี้ยกัษ

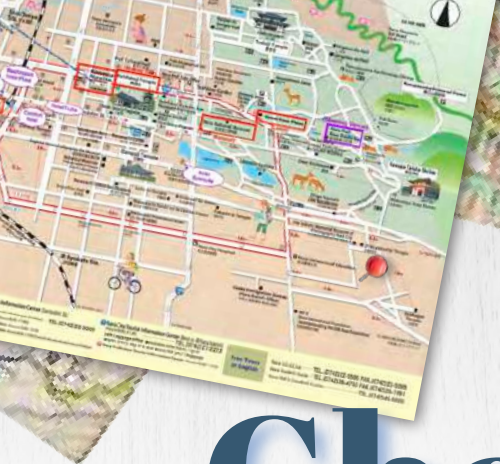
เป็นการทำบุญ
หลังจากที่ได้ข้าวใหม่ จัดขึ้นตาม
ความเชื่อฮิตสิบสอง คลองสิบสี่ของ
ชาวอีสาน ‘ฮิตสิบสอง’ คือ ประเพณี
12 เดือนของชาวอีสาน ‘คลองสิบสี่’
คือ แนววิถีที่ต้องปฏิบัติ 14 ประการ
ชาวบ้านจะนำข้าวจี โดยใช้ข้าวเหนียว

นึ่งใหม่จนสุก เคล้ากับเกลือแล้วย่างไฟจนหอม ก่อนนำมาตากกับไขไก่
ที่ตีไว้จนทั่ว แล้วย่างต่อจนสุก จากนั้นชาวบ้านจะนำข้าวจีไปรวมกันที่วัด
แล้วนำไปถวายพระ ก่อนที่จะนำกลับมาแจกลูกหลาน การทำบุญข้าวจีนี้
ทำกันมาอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในวัดถ้ำสุวรรณคูหา ซึ่งอยู่ในอำเภอสวรรคคูหา



YAVE





Check In



YAVF Check In ขอแบ่งปันเรื่องราว ประสบการณ์ของมูลนิธิยุวทูตความดีฯ (YAVF) ที่ไปดำเนินโครงการตาม โรงเรียนในจังหวัดต่าง ๆ มาแล้วกว่า 40 จังหวัด การเดินทางไปต่างจังหวัด แต่ละครั้งทำให้มีโอกาสได้ไปลิ้มลอง อาหารหลากหลายแนวและขึ้นชื่อ ของแต่ละจังหวัดด้วย วันนี้ขอเลือกร้านอาหารแสนอร่อยที่สุดประทับใจ มาแนะนำให้ท่านผู้อ่านได้ไปลิ้มลอง หากมีโอกาสไปเยือนจังหวัดเหล่านี้



ร้านแรกที่จะขอแนะนำ เป็นร้านอาหารที่อยู่ในจังหวัดที่เดินทางไปบ่อยที่สุด คือ จังหวัด**สกลนคร** เพราะเป็นที่จัดค่ายอบรมที่ศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริให้กับนักเรียนยุวทูตฯ เป็นประจำทุกปีและร้านอาหารที่ต้องแวะเวียนทุกครั้งเป็นร้านอาหารชื่อ

ไพเราะว่า**บ้านฟ้าโปร่ง** เป็นร้านอาหาร กึ่งคาเฟ่ขนมหวานบรรยากาศดีใกล้ชิดธรรมชาติ มีอาหารหลากหลายแนว ขอแนะนำแกงพื้นบ้านหาทานยาก เช่น แกงหอย แกงอ่อม แกงผักหวานป่า แกงเลียง อาหารของร้านไม่ใส่ผงชูรส แต่ปรุงได้รสชาติกำลังดี ของหวาน และเครื่องดื่มก็อร่อยไม่แพ้กัน Lemon Meringue Pie, Macadamia Toffee Cake, Choux Cream เสิร์ฟพร้อม น้ำมะนาวอัญชันที่ให้ความสดชื่น ลงตัวและมีประโยชน์

หากเดินทางไปอำเภอประโคนชัย จังหวัด**บุรีรัมย์** ขอแนะนำ **บ้านพิท** เป็นร้านที่อยู่ริมบึงน้ำ บรรยากาศดี อาหารอร่อยเริ่มด้วยเมนูกะพงพุดตก เป็นปลากะพงทอดตัวใหญ่ราดด้วย เครื่องยำเข้มข้น แกงควัหอยขมใบชะพลู หอมพริกแกงกะทิสด รสชาติอร่อย กลมกล่อมยำเปิดกรอบเนื้อเปิดล้วนๆ รสชาติน้ำยากำลังดี ต้มแซ่บกระดูกอ่อน



รสชาติจัดจ้านถึงใจ สดเต๋อโคนุนเนื้อนุ่ม
ชั้นใหญ่ ราดน้ำซอสสูตรเฉพาะ และ
หอยนางรมกระทะร้อน แป้งหนานุ่ม
หอยนางรมสดตัวใหญ่ หากไปอำเภอ
ประโคนชัย ห้ามพลาดร้านบ้านพิท
เพราะอาหารอร่อย ใช้วัตถุดิบมีคุณภาพ
จานใหญ่ และราคาไม่แพง



จังหวัดยอดนิยมทางภาคเหนือ
คือ จังหวัด**เชียงใหม่** ที่มีร้านอาหาร
อร่อยมากมาย แต่ขอแนะนำร้าน
อาหารที่เหมาะสมกับคนรักสุขภาพ คือ
ร้าน **The Salad Concept** เป็นร้านสลัด
และเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพอยู่กลางเมือง
หัวมุมถนนนิมมานเหมินท์ 13
มีน้ำผลไม้สดให้เลือกมากมายถ้าเลือก
ไม่ถูกแนะนำ Rainbow Shot เพราะจะ
เสิร์ฟมาในแก้วช็อต 7 รสชาติ ได้แก่
ปื้ทรูท แครอท มะเขือเทศ น้ำต้นอ่อน
ข้าวสาลีฝรั่ง แอปเปิ้ล สับปะรด เมื่อดื่ม

ครบช็อตจะรู้สึกสดชื่นขึ้นมาทันที
ส่วนสลัดก็มีให้เลือกหลากหลายแต่ขอ
แนะนำสลัดเต้าหู้ออ์แกนิกทอด
น้ำมันจากร้านนี้จะใช้ผัก Hydroponics
สด ๆ พร้อมกับเต้าหู้ทอดขึ้นโต
เสิร์ฟพร้อมน้ำสลัดงารสเลิศ และยังมี
สลัดที่อุดมไปด้วยคุณค่า สลัดควินัว
เต้าหู้เจซอสมะขามสำหรับคนที่ไม่ชอบ
ผักล้วน ขอแนะนำสลัดโรลไข่ม้วน
ร้านนี้คนรักสลัดต้องไปลิ้มลอง

จังหวัดเล็ก ๆ ที่หลายคนคงยังไม่
เคยไปเยือน เช่น จังหวัด**หนองบัวลำภู**
ร้านแนะนำคือ **ร้านขวัญข้าว** เป็นร้าน
อาหารอบอุ่นแนวครอบครัวที่ตั้งใจ
ทำเสิร์ฟในทุกจาน เมนูแนะนำ คือ
แกงคั่วพริกกระดุกหมูอ่อนที่เนื้อหมูนุ่ม
ติดกระดูกรสชาติเข้มข้นด้วยเครื่องแกง
ปลาหมึกผัดไข่เค็ม รสชาติกลมกล่อม
ด้วยไข่เค็มมันกำลังดี ต้มแซ่บกระดูก
หมูอ่อน รสชาติแซ่บ เผ็ดกลาง ๆ
ร้านขวัญข้าวบริการลูกค้าเป็นอย่างดี



เหมือนคนในครอบครัวสามารถสั่งเมนูที่อยากทานได้ หากอยากทานอะไรก็สามารถบอกได้เลย

ร้านขนมหวานสไตล์มิวเซียมที่จังหวัดอุบลราชธานี ชื่อร้าน **คำปูนมิวเซียม คาเฟ่** สถานที่สวยงามโอ่อ่าด้วยอาคารแบบทรงไทยโบราณ ด้านในจัดแสดงเป็นพิพิธภัณฑ์ผ้า และด้านหน้าเปิดเป็นคาเฟ่ มีเค้กและเครื่องดื่มแสนอร่อย ขอแนะนำเค้กทุเรียน เค้กมะตูม Black Forest, Blackberry Chocolate Fudge,

Red Velvet และ Banoffee Pie เค้กเหล่านี้ใช้วัตถุดิบอย่างดี เนื้อนุ่มหวานพอเหมาะ และบรรยากาศของร้านร่มรื่น เหมาะแก่การแวะชมและแวะชิมเป็นอย่างมาก



นอกจากร้านอาหารกลางวันและเย็นแล้ว ยังมีอาหารเช้าของโรงแรมที่ประทับใจ 2 แห่งแห่งแรกขอแนะนำอาหารเช้าของ**โรงแรมอัมรินทร์ จังหวัดหนองคาย** เป็นอาหารเช้าแบบบุฟเฟต์ที่มีอาหารให้เลือกหลากหลายด้วยรสฝีมือจากแม่ครัวเป็นหนึ่งไม่รองใคร ตั้งแต่แนวพื้นบ้านประจำถิ่น อาหารไทยภาคกลาง จนถึงอาหารฝรั่งที่แนะนำคือ น้ำพริกเห็ดฟาง น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อนรับประทานกับผักพื้นบ้าน ไข่กระทะ ไก่ทอด พร้อมข้าวเหนียวร้อน ๆ และยังมี



ของหวานพื้นบ้านเป็นข้าวโชนลูกเต๋อย
กับถั่วชนิดต่าง ๆ โรยด้วยน้ำตาล
ให้ได้ลิ้มลอง

อาหารเช้าแห่งที่ 2 ที่แนะนำคือ
อาหารเช้าที่ **กนกรัตนารีสอร์ท** จังหวัด
สมุทรสงคราม เป็นอาหารเช้าแบบไทย
โบราณที่พิถีพิถันด้วยเมนูไทย ๆ เช่น
น้ำพริกกะปิ ปลาทุทอด น้ำพริกหนุ่ม
กับผักพื้นบ้านหลากหลายชนิด
ข้าวผัดน้ำพริกลงเรือ ห่อหมกปลา
ย่ำส้มโอ ปลาหมึกผัดกะปิ กว๋ยเตี๋ย
ต้มย่ำรสชาติดีเข้มข้นแบบไทย
อร่อยต้องไปลิ้มลองเพื่อไม่ให้พลาด
สิ่งดี ๆ ในชีวิต และยังมีกาแฟ
ชาโบราณที่ชงกันร้อน ๆ ประกอบกับ
บรรยากาศในบริเวณที่รับประทาน
อาหารเช้าอยู่ริมแม่น้ำแม่กลอง
บรรยากาศดีริมริมน้ำมาก

นอกจากโครงการในจังหวัด
ต่าง ๆ แล้ว มูลนิธิได้ดำเนินโครงการ
พัฒนาโลกทัศน์ในต่างประเทศด้วย
โดยมูลนิธิจะพาคณะนักเรียนยุวทูต
ความดีที่ผ่านการคัดเลือกไปเปิด
ประสบการณ์ที่มีคุณค่าในต่างประเทศ
ทำให้มีโอกาสดลิ้มลองอาหารใน
ต่างแดนที่แสนอร่อย และแน่นอน
มืออาหารไทยที่อร่อยที่สุดคือ อาหารที่
ทำเนียบทานทูต แต่ร้านอาหารพื้นเมือง
ที่สุดประทับใจหากมีโอกาสได้ไปเยือน
ต้องไปลิ้มลอง ขอแนะนำ ดังนี้

ขอเริ่มจากประเทศเพื่อนบ้าน
เมียนมา ขอแนะนำร้าน **Golden Duck**
มีหลายสาขา แต่ที่ไม่ควรพลาดคือ
สาขามัณฑะเลย์ ร้านตั้งอยู่ฝั่งตรงข้าม
พระราชวังมัณฑะเลย์ บรรยากาศ
สวยงาม เป็นภัตตาคารอาหารจีน
เมนูแนะนำคือ เป็ดย่าง สมกับชื่อร้าน
เป็ดย่างร้านนี้ตัวใหญ่ หนึ่งกรอบ
เนื้อนุ่ม มาพร้อมน้ำจิ้มซอสพริกหวาน
กับซอสเปรี้ยว และยังมีเมนูอื่น
อีกมากมาย เช่น ไก่ขอมทาน เต้าหู้



ผัดเต้าซี่ ปลาหนึ่งซีอิ้ว ยำกระเพาะปลา ผัดผักบุ้งเต้าเจี้ยว หากจะหาอาหารจีน ในมณฑลเหลียว닝ประทาน ห้ามพลาด ร้านอาหารจีนขึ้นชื่อของเมียนมาร์ร้านนี้

ใน **สปป. ลาว** ขอแนะนำร้าน **Carpe Diem** (คาเพ เดียม) มาจาก ภาษาละติน หมายถึง การหยุดเวลา ลงที่ตรงนี้ ตั้งอยู่ที่หลวงพระบาง อยู่ติดกับน้ำตกตาดกวาสี ที่สัมผัสได้ถึงไอจากละอองน้ำตกที่มากระทบ กับตัวเรา อุดมไปด้วยธรรมชาติ ที่สมบูรณ์ ม่านน้ำตกมีความสวยงาม เมื่อนั่งรับประทานอาหารจะได้สัมผัส กับธรรมชาติอย่างใกล้ชิด **Carpe Diem** เป็นร้านอาหารสไตล์ฝรั่งเศส อาหารแบบฟิวชั่น มีเมนูแนะนำ คือ ข้าวอกเปิดซอสส้ม สด็กหมูราวิโอลี่กุ้ง หมูตะไคร้ ลาบเปิด ข้าวตั้งหน้าหมู

ทั้งหมดปรุงโดยเชฟชาวฝรั่งเศส หากได้ไปหลวงพระบาง ห้ามพลาด เพราะอาหารหลากหลาย บรรยากาศดี เหมาะกับวันพักผ่อนที่ต้องการ ความสดชื่น



ในการเยือน**สิงคโปร์** ที่อยู่ใกล้บ้าน และมีร้านอร่อยมากมาย แต่ร้านที่คนไทยรู้จักเป็นอย่างดีและเป็นร้านที่ต้องไปลิ้มลองคือร้าน **Song Fa Bak Kut Teh** สาขา New Bridge Road ความอร่อยนี้เริ่มต้นมาตั้งแต่ปี 2512 ร้านนี้ยังได้รับรางวัลความอร่อยระดับ Michelin Bib Gourmand เมื่อปี 2559 - 2562 ติดต่อกัน 4 ปี ซอนเมนูที่พลาดไม่ได้คือ กระดูกหมูตุ๋น บักกุดเต้ (Pork Ribs Soup) กระดูกหมู ถูกดัมจนนุ่ม น้ำซุพหอมเครื่องยาจีน



ที่เคียวมาอย่างดี รับประทานคู่กับ
ปาต่องโก๋ที่ทอดใหม่ ๆ ร้อน ๆ
นอกจากนี้ ยังมีอาหารอื่น ๆ อีก
คือ ขาหมูพะโล้ ฟองเต้าหู้ตุ๋น
และผักคะน้าลวกราดน้ำมันหอย
ที่กรอบและนุ่ม แถมสีเขียวสด
ผักกาดดองเค็ม ๆ และถั่วงอกต้มเม็ดโต

ร้าน **Jumbo Seafood** สาขา
Riverside Point เป็นร้านอาหารที่มี
ชื่อเสียงเป็นอย่างมากของสิงคโปร์
มานานกว่า 30 ปี โดดเด่นในเรื่อง
ของปูทะเลที่นำเข้ามาจากศรีลังกา
ปูตัวใหญ่มากและเนื้อปูมีรสชาติหวาน
เมนูแนะนำคือ ปูจัมโบ้ผัดซอสพริก
(Chili Crab) ปูสดก้ามโตราดซอส
รับประทานคู่กับหมั่นโถวทอดจิ้มซอส
ปูผัดพริกไทยดำ กุ้งซอสไข่เค็ม
กุ้งทอดซีเรียล ผัดผักบุ้งใส่กุ้ง ข้าวผัด

กระเทียมปลาเงิน ชุปข้าวโพดปู
พร้อมซิมของหวาน คือ พุดดิ้งมะม่วง
สาคุส്മโอ ซึ่งแปลกใหม่และน่าลิ้มรส
เป็นอย่างยิ่ง



เมื่อมาสิงคโปร์ก็ต้องกินข้าวมันไก่
สิงคโปร์ ร้านข้าวมันไก่ที่ขึ้นชื่อมาก
ของสิงคโปร์ คือ ร้าน **Boon Tong Kee**
สาขา Whampoa West ที่เปิดมา
ตั้งแต่ ค.ศ. 1979 ไก่นุ่มขึ้นหนา
น้ำจิ้มสูตรเฉพาะ รับประทานกับ
ข้าวมันร้อน ๆ หอม ๆ เข้ากันเป็นอย่างดี
และเมนูร่อยอื่น ๆ อีก เช่น เต้าหู้ทอด
ผัดผักบุ้งน้ำพริกเผา และซุปรกแพะ
ปลาเนื้อปู





ร้านที่เด็กทุกคนจะต้องขึ้นขอบ คือ ร้าน **DC COMICS SUPER HEROES CAFÉ** ตั้งอยู่ที่ Marina Bay Sands ร้านตกแต่งด้วยหุ่นและภาพการ์ตูนของเหล่าซูเปอร์ฮีโร่ทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นซูเปอร์แมน วันเดอร์วูแมน แบทแมน ฯลฯ มีทั้งอาหาร เครื่องดื่ม และเบเกอรี่สไตล์อเมริกันที่ตกแต่งออกมาตามสไตล์ของฮีโร่จาก DC Comics เมนูแนะนำคือ ปีกไก่สไปซี่ ทอดกรอบชุ่มด้วยซอสรสเผ็ด เฟรนช์ฟรายส์ราดด้วยซอสผงกระหรี่และโรยด้วยหมูหยอง Chicken Katsu Waffles ไก่ทอดเสิร์ฟมาพร้อมกับวaffle เฝิลและหอมหัวใหญ่ทอดจิ้มกับซอสหลายรสชาติ ส่วนเมนูห้ามพลาดคือ Pizza Cheese พิซซ่าที่มีชีสรูปแบทแมน ปะอยู่บนตัวพิซซ่า หอมชีสแน่น ๆ ยืด ๆ รับประทานร้อน ๆ อร่อยมาก

ที่นครคุนหมิง สาธารณรัฐประชาชนจีน ขอแนะนำภัตตาคารอาหารจีนระดับพรีเมียมของโรงแรม Crown Plaza คุนหมิง ที่ห้องอาหาร **Camellia Chinese Restaurant** เมนูที่ห้ามพลาด คือ ชุดติ่มซำ กระเพาะปลาผัดหมึกยักษ์ ไก่คั่วพริกแห้ง เป็ดปักกิ่ง เต้าหู้ราดซอสเสิร์ฟเป็นโต๊ะหมูนกลมขนาดใหญ่ และหากชอบรับประทานร้อน ๆ ขอแนะนำสุกี้หม้อไฟที่มีน้ำซุปรสให้เลือก มีทั้งน้ำซุปรสจัดจ้าน น้ำซุปรสจืด พร้อมเมนูเครื่องจิ้มหลากหลาย เช่น หมู กุ้ง ปลาหอยทะเลสด ๆ เต้าหู้ และผักต่าง ๆ มากมายให้ได้ลงต้มในหม้อรับประทานกับน้ำจิ้มสุกี้สูตรเด็ดที่ปรุงได้เอง ทำให้เป็นที่ประทับใจไม่รู้ลืม หากได้ไปลิ้มลอง





ที่เมืองดานัง **เวียดนาม** ขอแนะนำร้าน **Madame Lân** เป็นร้านอาหารเวียดนามแบบดั้งเดิม ตกแต่งร้านสไตล์ฝรั่งเศสผสมกับแบบเฉพาะของดานัง เป็นร้าน 2 ชั้น ให้เลือกจะนั่งในอาคารหรือในสวนเมนูแนะนำคือ Goi cuon (ก๋วยเตี๋ยว) หน้าตาคล้ายกับก๋วยเตี๋ยวลุยสวน นั่นคือจะนำหมูสับ ผักต่าง ๆ รวมถึงกุ้งไปห่อกับแป้งรับประทานกับน้ำจิ้มถั่วลิสง Banh xeo (บ๊วยแซ่ว) หรือขนมเบื้องญวน แป้งกรอบอร่อย สอดไส้ด้วยกุ้ง หมู ถั่วงอก Bun cha (บุนจ๋า) เป็นขนมจีนนิยมรับประทานคู่กับหมูย่าง และผักนานาชนิดราดน้ำจิ้มหวานเข้ากันเป็นอย่างดี และอีกเมนูที่แนะนำเป็นเมนูมังสวิรัตคือ สลัดหัวปลีความอร่อยอยู่ที่น้ำจิ้มมะนาวกับพริกสดลงไปเป็นความอร่อยที่ลงตัวสุดๆ

ส่วนที่ **อินเดีย** ขอแนะนำร้าน **Moti Mahal Delux** ในกรุงนิวเดลี เป็นร้านอาหารเล็กๆ แบบอินเดียดั้งเดิมเมนูแนะนำคือ Butter Chicken จะเป็น

แกงไก่หมักครีมและโยเกิร์ต โดยหมักไก่เอาไว้หลายชั่วโมงเพื่อให้ไก่นุ่ม ใส่เครื่องแกงแบบอินเดียผสมกับเนยอย่างเข้มข้นรับประทานคู่กับแผ่นโรตีสื่อหรือที่เรียกว่า ‘น่าน’ มีแบบธรรมดาและแบบกระเทียม และ Tandoori Chicken ที่ห้ามพลาด ไก่หมักกับเครื่องเทศมาซาล่าและนมเปรี้ยว



ก่อนนำไปย่าง เนื้อไก่ที่สุกแล้วจะเป็นสีแดง มีรสชาติเปรี้ยวเผ็ดร้อน แม้จะเป็นเมนูที่ทุกร้านมี แต่หากได้ไปลิ้มลองที่ร้านนี้จะหลงรักอาหารอินเดียตลอดไป

YAVF Check In ขอแนะนำร้านอาหารในต่างจังหวัดและในต่างประเทศไว้เพียงเท่านี้ หากมีโอกาสได้ไป ขอให้ได้ไปลิ้มลอง เพราะจะไม่ผิดหวังในความอร่อย แม้เซลล์จะไม่เคยไปชิม แต่ YAVF ชิมมาแล้ว 🍴

วารสารวิทยุสรณมย์

ISSN 1513-105X

ปีที่ 22 ฉบับที่ 84

เดือนตุลาคม 2562 – มกราคม 2563

วารสารที่มุ่งให้ความรู้เกี่ยวกับการต่างประเทศในหลากหลายมิติ
ผ่านการบอกเล่าเรื่องราวและประสบการณ์ตรงจากนักการทูต
และบุคคลในแวดวงต่าง ๆ ที่มาร่วมแบ่งปันมุมมองของตน
เกี่ยวกับการต่างประเทศในมิติต่าง ๆ

ที่ปรึกษา บุษฎี สันติพิทักษ์

จันทร์ทิพา ภูตระกูล

รญาภรณ์ สุคนธรทรัพย์

ณัฐภาณุ นพคุณ

บรรณาธิการบริหาร ชลธิ์ จันทร์รัชชกุล

คณะผู้จัดทำ สุภัททา ลำบ้านหลวง กรรณิการ์ น่องรัก

ฉันทพิชญา พูลสุข หิรัญ สุวรรณเทศ พรธมา บุญยะกลิ่นพ

จัดทำโดย กองประชาสัมพันธ์การทูตสาธารณะ กรมสารนิเทศ

กระทรวงการต่างประเทศ

443 ถนนศรีอยุธยา แขวงทุ่งพญาไท

เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร 10400

โทรศัพท์ : 0 2203 5000 โทรสาร : 0 2643 5093

ออกแบบ นิติกร เอี่ยมกลิ่น ณัฐกร มหารักษ์

พิสูจน์อักษร กรองทอง สุจอร่าม

จัดพิมพ์โดย บริษัท ยูโทเปีย มีเดีย อินเตอร์เนชันแนล (ประเทศไทย) จำกัด



ผังรายการของสถานีวิทยุสุราษฎร์

วิทยุสุราษฎร์

AM 1575 KHz



www.mia.go.th



@MFAThai



MFA Thailand Channel



ns:กรมการต่างประเทศ



mia_thailand



@mia_thailand



วันจันทร์

วันอังคาร

วันพุธ

วันพฤหัสบดี

วันศุกร์

05.30 – 06.00 u.

วัฒนธรรม
สัมพันธ์

รอบรู้
เศรษฐกิจ

คุยกับ
วันพุธ

สัพพาท
รับอรุณ

หลายคน
อยากรู้

06.00 – 06.30 u.

รอบบ้านเรา

รอบบ้านเรา

รอบบ้านเรา

รอบบ้านเรา

รอบบ้านเรา

06.30 – 07.00 u.

TICA
พัฒนาทั่วโลก

ดาวดวงน้อย

ดาวดวงน้อย

ดาวดวงน้อย

ดาวดวงน้อย

17.30 – 18.00 u.

SDGs
สร้างด้วยกัน

ก้าวทัน
เทคโนโลยี

ปกิณกะ
รอบวัน

เราคือ
อาเซียน

ยุวทูต
ออบแอร์

18.00 – 18.30 u.

News &
Views

Discover
Latin
America

หน้าต่าง
โลกกว้าง

หน้าต่าง
โลกกว้าง

หน้าต่าง
โลกกว้าง

22.00 – 22.30 u.

สาระปารู้
งานทางไกล

เรียนภาษา
แบบบ้านกะ

กินโลกกีฬา

รอบรู้วงแก้ว

รู้กฎหมาย
สบายใจ