

วารสารเพื่อชาวไทยในสวีตเซอร์แลนด์ ปีที่ 25

รวงข้าว

RUANG KHAO



สิงหาคม 2566
August 2023



success



งาน ประชุม สามัญประจำปี

ของสมาคมหญิงไทยฯ
ที่ Pfrundhaus Kirchlindach

เมื่อวันอาทิตย์ที่ 7 พฤษภาคม
ค.ศ. 2023



ปีนี้คณะกรรมการชุดเก่าหมดวาระ และ
เลือกตั้งคณะกรรมการชุดใหม่
มาทำงานในปี ค.ศ. 2023-2025
สมาชิก และผู้สนใจเดินทางมาจากซูริค
ได้รับฟังการให้ข้อมูลความรู้จากคุณศักดา
บัวลอย จากสมาคม NTO Switzerland
เรื่องการทะเบียนราษฎรของสวิสเซอร์
แลนด์ และคุณจารีย์ เคลเลอร์ คิริโต
ที่ปรึกษาสมาคมหญิงไทยฯ ให้ความรู้เรื่อง
กฎหมายมรดก ฉบับปรับปรุงใหม่ และผู้สนใจ
ที่เดินทางมาไกล ก็ตัดสินใจเป็นสมาชิกใหม่
ของสมาคม 5 คน
ขอบคุณที่ช่วยสนับสนุนการทำงาน
ของสมาคมนะคะ



รวงข้าว



ปีที่ 25 ฉบับเดือนสิงหาคม

2566/2023

สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย สวิตเซอร์แลนด์
Verein Thai Frauen für Thai Frauen
Postfach 11, 3038 Kirchlindach

Tel. +41 79 649 34 32

PC-Konto: 87- 677365 -7

IBAN: CH26 0900 0000 8767 7365 7

<https://www.thaifrauenverein.ch>

E-Mail: vorstand@thaifrauenverein.ch

เฟสบุ๊ก สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทย:

facebook.com/thaifrauen.swiss

คณะกรรมการสมาคมฯ

ประธาน : กุหลาบ ไทโรโพธิ์

รองประธาน และทะเบียน : กุวลยา รีเตอร์

เหรัญญิก : กัลยา พิงค์

ประชาสัมพันธ์ : มณฑา คุณซ์- บุญจริง

เลขาฯ : พัฒน์สุนี ไสเลอร์

ฝ่ายศิลป : ชาลิสสา ศรีสุทัศน์ เมารเรอร์

เว็บมาสเตอร์ : Dr. Hans Rieder

ที่ปรึกษา : สมบัติ มากลั่น-เรอปีเย /

จาร์รี่ เคลเลอร์ คีร์โต

บรรณาธิการ : กุหลาบ ไทโรโพธิ์

จัดทำปกและรูปเล่ม : ชาลิสสา ศรีสุทัศน์ เมารเรอร์

ช่างภาพ : กุวลยา รีเตอร์

กองบรรณาธิการ : กุวลยา รีเตอร์ /

จาร์รี่ เคลเลอร์ คีร์โต

พิสูจน์อักษร : จาร์รี่ เคลเลอร์ คีร์โต

นักเขียน : พจนารถ ชีบังเกิด Jimi The Coach /

ลำดวน / ป้าแก้ว / มดเอ็กซ์ / เมียฝรั่ง นอกรอบ /

โยทะกา / แอมน้อย /คนปรุงชา /

คุณแม่กับสองวัยรุ่น / อาจารย์โส / และพี่หญิงไทย

นักแปล : _เฟราฮิโรชิ / ก.ไตรคำ

ขอขอบคุณ

ภาพประกอบในเล่มจากกูเกิ้ล / www.pexels.com

สารบัญ

เรื่องจากปก

- 5 ความสำเร็จ....ใครๆ ก็ต้องการ
6 ว่าจะถึงวันนี้ของ คุณ JAN SOMIN

เรื่องจากเมืองไทย

- 10 เจ้าบ้าน กับเจ้าของบ้าน แตกต่างกันอย่างไรร

กฎหมายน่ารู้

- 11 สิทธิพนักงานหลังแยกอยู่ หย่าร้าง หรือเสียชีวิตของคู่สมรส
12 เมื่อเป็นหม้าย จากคู่สมรสเสียชีวิต
13 การรับบุตรบุญธรรม
14 ตัววันแบบใหม่
16 บันได 3 ชั้น

สรรหามาเล่า

- 17 สำเร็จแล้ว ที่หาตัวเองเจอ
19 ล้มเหลว คือ อีกขั้นของบันไดไปสู่ชัยชนะ

พิมพ์เขียวชีวิต

- 20 เส้นชัยชีวิต

สุขภาพกายใจ

- 22 5 เครื่องดื่มที่ควรขึ้นหิ้งในหน้าร้อน

สาระน่ารู้

- 24 ดอกกะหล่ำ Blumenkohl ทำไม่มีสี
24 เมื่อลูกใช้ ChatGPT
26 หมอนวดเขาคุยกัน “นวดไทยกับการเบิกประกันสุขภาพ
ในสวิตเซอร์แลนด์”
30 สุภาษิตคำพังเพยเยอรมัน (มัน มัน)

หญิงไทย

- 4 บทบรรณาธิการ

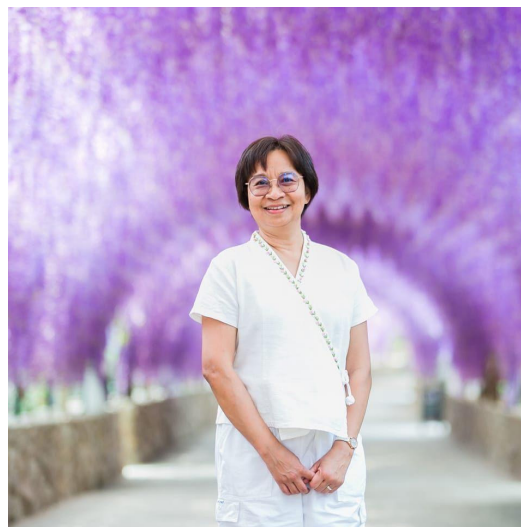
บทบรรณาธิการ

สวัสดีค่ะ เพื่อนสมาชิก
และผู้อ่านวารสารรวงข้าวทุกท่าน

สมาคมหญิงไทยฯ ก่อตั้งขึ้นอย่างเป็นทางการ เมื่อวันที่ 22 ตุลาคม พ.ศ. 2541 (ค.ศ. 1998) ปีนี้ สมาคมจะมีอายุครบ 25 ปี ถือว่าเป็น 25 ปี แห่งการเดินทางจากก้าวแรกๆ ของวัยเตาะแตะ สู้ภัยเบญจเพส ที่นับว่าประสบความสำเร็จ ตามวัตถุประสงค์ที่รุ่นพี่ๆ สร้างไว้ พวกเราคณะกรรมการชุดปัจจุบัน เตรียมการเฉลิมฉลองวาระสำคัญนี้ไว้ในวันอาทิตย์ที่ 3 กันยายน ตามขนบธรรมเนียม ประเพณี ไทย เราจะทำบุญร่วมกัน และในวันเสาร์ที่ 28 ตุลาคม เราจะจัดเสวนา เรื่อง “เรียนรู้จากอดีต เห็นปัจจุบัน เพื่อสร้างอนาคต” โดยได้รับเกียรติจากพี่ศรีสมร ไมเยอร์ ผู้ริเริ่มก่อตั้งสมาคมฯ และพี่ๆ รุ่นก่อตั้งอีกหลายท่าน รวมทั้งพวกเราหนุ่มสาวยุคปัจจุบัน ผู้อยู่ในวงการ จิตอาสา หรือทำอาชีพ ที่พบ เห็นปัญหาที่เปลี่ยนแปลงไป มาร่วม พูดคุย แลกเปลี่ยน หาแนวทางกัน ในโอกาสนี้ขอเรียนเชิญพี่ๆ น้องๆ มาร่วมงานกันด้วยนะคะ

“เชื่อว่าคนที่แข็งแรงที่สุด หรือคนที่ฉลาดที่สุดหรอกนะ ที่ จะอยู่รอด แต่เป็นคน ที่รู้จักปรับตัวได้ดี ต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง หาก” (ชาลส์ ดาร์วิน)

เช่นเดียวกับพวกเรา ที่ย้ายถิ่นฐานมาอยู่ที่นี่ คนที่มีชีวิตที่ ประสบความสำเร็จตามแบบฉบับของตนเอง ล้วนแล้วแต่ผ่านการปรับตัวกับทุกสิ่งที่ผ่านมาในชีวิตอย่างโชกโชน ขึ้นอยู่กับว่า แต่ละคนคิด เชื่อ และทำอะไร จึงเป็นที่มาของรวงข้าวฉบับนี้ ที่ว่าด้วยความ สำเร็จ มาเป็นประเด็นหลักในเล่มค่ะ เริ่มจากเรื่องจากปก ความสำเร็จ....ใครๆ ก็ต้องการ จากโค้ชจิมมี และขอแจ้งข่าวว่า เรายกเลิกของบประมาณ จัด โครงการปันความสุขที่จะเชิญโค้ชจิมมี มาให้ความรู้ไป เพราะเราไม่สามารถทำตามที่คณะกรรมการ พม. ขอมมาได้ค่ะ และความสำเร็จของ บุคคลที่เราสัมภาษณ์ชีวิตและงานของเจ้าของร้านเครื่องสำอางค์ Yours Parfümerie คุณจันทร์ สมอินทร์ กว่าจะถึงวันนี้คุณเขาผ่านอะไรมา มี วิธีคิด และเชื่ออย่างไร เชิญติดตามอ่านกันนะคะว่า



เมียฝรั่ง นอกกรอบ มีกรอบแนวทางเดินชีวิต อย่างไร ที่ทำให้เธอมาเย็น ณ ปัจจุบันได้ตามที่เธอต้องการ ส่วนมดเอ็กซ์ บอกว่า หากความสำเร็จคือเป้าหมาย เครื่องมือ คือ ความเชื่อ ความมุ่งมั่น ขยัน ตั้งใจ เรียนรู้ การจัดการวางแผน การลงมือทำอย่างทุ่มเท แต่สิ่งหนึ่งที่ เราควรเพิ่มลงไปอีกหนึ่งเครื่องมือของการเดินทางไป สู่ความสำเร็จก็คือ เปิดโอกาสให้ได้ล้มเหลวผิดพลาดบ้าง เอ๊ะ...เป็นอย่างไรงั้นนะ และการหาตัวเองเจอ ถือว่าสำเร็จ แล้ว เพื่อนสมาชิกจะเชื่อตามที่โยทะกากล่าวไว้ไหมคะ

ปิดท้ายด้วย แนวคิดแบบเติบโต หรือ Growth Mindset ที่คุณ Carol Dweck นักวิจัยแห่งมหาวิทยาลัย สแตนฟอร์ด ศึกษาไว้มาแล้วสู่กันฟังว่า เป็นความเชื่อว่า สิ่ง ที่เรามี หรือเราเป็น เป็นแค่จุดเริ่มต้นของการพัฒนา เชื่อ ว่าเราสามารถพัฒนาได้ ด้วยการให้คุณค่ากับความท้าทาย ความพยายาม และการเรียนรู้ แนวคิดนี้จะนำไปสู่ความ สำเร็จแบบยั่งยืนได้ จริงหรือไม่ ลองนำไปปรับใช้กันดูนะคะ

ด้วยความปรารถนาดี และอยากเห็นเพื่อนสมาชิก ประสบ ความสำเร็จในแบบของตัวเองกันทุกคนค่ะ

กุหลาบ ไทรโพร้ญ์ (ป้าแมว)

Kulap Sarporn



ความสำเร็จ

โดย พจนารถ ชีบังเกิด Jimi The Coach

ในขณะที่ทุกชีวิตกำลังมุ่งสู่ความสำเร็จในแบบของตน วันนี้เรามาลองใช้เวลาไตร่ตรองเรื่องความสำเร็จกันสักนิดดีไหม เพื่อว่าเราจะค้นพบความสำเร็จของเราในแบบของตนเองที่ง่ายขึ้น เร็วขึ้น หรืออย่างน้อยก็ชัดเจนขึ้น

ความสำเร็จ เป็นคำที่มีการตีความ หรือมีการให้ความหมายในหลายรูปแบบ ที่สำคัญคือ ความสำเร็จต้องมาพร้อมการมีเป้าหมายที่ชัดเจน และเมื่อบรรลุเป้าหมายนั้น จึงเรียกได้ว่าประสบความสำเร็จ บางคนถูกเรียกว่าเป็นผู้ประสบความสำเร็จโดยคนอื่น เป็นเพราะเขาได้บรรลุเป้าหมายบางอย่างที่คนอื่นใฝ่ฝันและสังคมทั่วไปมองว่าสิ่งนี้เรียกว่าความสำเร็จ แต่เจ้าตัวยังมีรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จก็มีมากมาย ในขณะที่คนบางคนพึงพอใจกับความสำเร็จ ณ วันนั้นของตนเองแล้ว แต่คนรอบข้างยังพยายามเชียร์ ส่งเสริม และคาดหวังว่าเขาควรจะไปได้ไกลกว่านี้ ตกลงความสำเร็จเป็นของใคร ???

ถ้าเป็นองค์กร ความสำเร็จต้องเป็นความสำเร็จขององค์กรของหน่วยงาน หรือของทีมงาน แล้วแต่สมาชิกขององค์กรนั้นๆ จะระบุหน้าตาของความสำเร็จที่สื่อสารออกมาแล้วเข้าใจ ตรงกัน ยอมรับร่วมกันและมุ่งสู่เป้าหมายเดียวกัน แต่หากเป็น ความสำเร็จของปัจเจกบุคคลแล้ว ผู้ที่จะระบุหรือประกาศ ความสำเร็จนั้นได้ต้องเป็นบุคคลคนนั้นเท่านั้น

บางคนนิยามความสำเร็จว่าเป็นการได้มาซึ่งความมั่งคั่ง ร่ำรวย ในขณะที่บางคนเชื่อว่าความสำเร็จคือการได้รับความสุขและความพอใจในชีวิต อย่างไรก็ตาม ความสำเร็จที่แท้จริง ควรจะเป็นสถานะที่บุคคลมีความเข้าใจความต้องการของตนเอง มีความเข้าใจความหมายของการมีชีวิตและการดำรงอยู่ของตน และพึงพอใจเมื่อได้มีและได้ใช้ชีวิตในแบบนั้น ๆ ซึ่งมีใช้เพียงแค่การสะสมทรัพย์สินทางวัตถุ เงินทองเพียงเท่านั้น แต่เป็นการเติมเต็มในทุกด้านของสิ่งที่เรียกว่า **“ชีวิต”** อย่างมั่นคง อาทิ การมีความสัมพันธ์ที่ดี การมีความสุขในกิจกรรมประจำวัน ความพึงพอใจในหน้าที่การงาน การมีโอกาสได้พัฒนาตนเอง การมีสุขภาพที่ดี เป็นต้น

ใคร ๆ ... ก็ต้องการ

เพื่อให้ประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างมีความสุข เราต้องสามารถระบุได้ว่า ในแต่ละด้านของชีวิต ภาพแห่งความสำเร็จที่เป็นแบบของเรานั้น หน้าตาเป็นอย่างไร โดยไม่ต้องเปรียบเทียบกับความสำเร็จของคนอื่น เพราะวัตถุประสงค์ในการมีชีวิตอยู่ของเรากับของคนอื่น ๆ นั้น ไม่มีใครเหมือนใคร ดังนั้นสิ่งที่ควรต้องพิจารณาเป็นสิ่งแรกคือ ตอบตัวเองให้ได้ว่า วัตถุประสงค์ในการมีชีวิตอยู่ของเรา (Higher Purpose) คืออะไร อะไรสำคัญในชีวิตของเรา และอะไรสำคัญรองลงมา รวมถึงอะไรไม่ใช่เรื่องสำคัญในชีวิตของเรา เมื่อสิ่งเหล่านี้ชัดเจน การตั้งเป้าหมายในแต่ละด้านของชีวิตจะง่ายขึ้น ชัดเจนขึ้น การใช้เวลาและทรัพยากรในชีวิตในทุกย่างก้าว ก็จะเป็นไปอย่างชาญฉลาด สร้างสรรค์ และมีจุดมุ่งหมาย ปราศจากความเคลือบแคลงสงสัยในการตัดสินใจของตนเอง และไม่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของกระแสสังคมหรือความคาดหวังของบุคคลที่ไม่เกี่ยวข้อง

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งของการประสบความสำเร็จอย่างมีความสุข คือการเรียนรู้สรรพสิ่งรอบตัวที่เปลี่ยนแปลงไป และปรับตัวให้สอดคล้อง รักษาทัศนคติเชิงบวก รวมถึงเพิ่มพูนความสามารถในการมองเห็นโลกอย่างเป็นจริง มีความรักให้กับทุกสิ่งรอบตัวที่มีใช้เพียงมนุษย์ แต่รวมถึงธรรมชาติแวดล้อม สรรพสิ่งที่ประกอบขึ้นเป็นโลก เป็นสังคมของเรา ซึ่งมุมมองแบบนี้จะทำให้จิตใจเปิดกว้าง สร้างกัลยาณมิตรที่จะพาให้เราประสบความสำเร็จในแบบของเราได้อย่างราบรื่น ถึงแม้จะมีอุปสรรคบ้างระหว่างทาง เราก็จะมีพลัง มีแรงบันดาลใจ และมีทรัพยากรเพียงพอที่จะก้าวข้ามอุปสรรคเหล่านั้นไปได้อย่างมั่นคง

โดยสรุป การประสบความสำเร็จ เป็นเรื่องปัจเจก และเป็นเรื่องของเรานั้นที่รับรู้ได้ ซึ่งคำว่าเรานั้น ได้รวมเอาทุกสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตเราไว้ในนั้นเรียบร้อยแล้ว และได้ตั้งเป้าหมายที่สอดคล้องกับเป้าหมายสูงสุด เป็นจริง และมีความหมายกับชีวิต อันจะนำมาซึ่งความสำเร็จพร้อมความสุขที่อิ่มเอม (Success and Fulfilled)

.....ขอให้ทุกท่านประสบความสำเร็จที่แท้จริงในชีวิตนะคะ.....



ก อ ั ๑ ๕ ๖ ัน นั

๖๖ คุณ JAN SOMIN

โดย ลำดวน

ทุกความสำเร็จล้วนมีที่มา
ลำดวนขอนำสมาชิกรู้จักกับบุคคล
ที่ลำดวนรู้จักมานานเกือบสิบปี จากการ
ทำงานจิตอาสาในสมาคม เพราะ
คุณจันทร์ สมอินทร์ (JAN SOMIN)
หรือคุณต้น เจ้าของร้านน้ำหอม และ
เครื่องสำอางค์ Yours Parfumerie
ในเมือง Bern



ลำดวน : สวัสดี
และขอบคุณคุณต้น
มากๆ นะคะ ที่ยินดีนำ
เรื่องราวชีวิตมาแบ่งปัน
กัน ก่อนอื่นขอถามก่อน
ว่า ประสบความสำเร็จ
ในความหมาย และใน
ความคิดของคุณต้น
เป็นอย่างไร และคิดว่า
ตัวเองประสบความสำเร็จ
แล้วหรือยังคะ

เป็นสมาชิกที่สนับสนุนการ
ทำงานของสมาคมมา
ยาวนาน รวมทั้งเป็นสปอน
เซอร์ของขวัญ ของรางวัล
เวลาสมาคมจัดงาน คุณต้น
เป็นอีกบุคคลตัวอย่าง ที่
ประสบความสำเร็จในชีวิต

และการทำงาน ไปติดตามกันว่า เส้นทางกว่าจะสำเร็จจนถึงทุกวันนี้
คุณต้นผ่านอะไรมาบ้าง มีหลักคิด หลักทำอย่างไร เพื่อเพื่อนๆ
สมาชิก เลื่อนนำไปใช้ เป็นแรงบันดาลใจในการดำเนินชีวิต และ
การทำงาน หรือเป็นกำลังใจให้กับใครที่วันนี้ทำไม่ถูกใจจนจะ

Rouge verleiht dem Gesicht ein strahlendes Aussehen, speziell an der
Wangenpartie. Je nach seiner Färbung kann es dazu dienen, Gesichtslinien
hervorzuheben.
Puderrouge, beliebteste Form: leicht aufzutragen, matt oder mit Perlglanz. Im-
mer auf abgepolierte Haut auftragen, sonst wird es fleckig.
Cream Rouge: sehr natürlich, wenn nur ein Hauch von Farbe ge-
wünscht wird, matt oder mit Perlglanz. Immer
unter dem Gesichtspuder auftragen, sonst wird es fleckig.



คุณต้น : ความ
สำเร็จสำหรับผม คือ สิ่ง
ที่เราได้ทำ และทำแล้ว
เรามีความสุข ผมจะไม่
ตั้งเป้าหมาย แต่จะทำ
สิ่งที่อยู่ ณ ตอนนี้อย่างดีที่สุด เพราะถ้าตั้งเป้าหมาย แล้วไปไม่
ถึง ความเสียใจ หรือความท้อแท้จะตามมาผมจึง ไม่ตั้ง
เป้าหมายดีกว่าครับ ถ้าผมประสบความสำเร็จ ห รื อ
ยังนั้น ก็ถือว่ามีความสำเร็จในจุดหนึ่งของชีวิต เพราะ ผมไม่
เคยคิดเลยว่าจะมาถึงจุดนี้ครับ



คำฉวน : อย่างที่เกริ่นไว้แต่แรกว่า ทุกความสำเร็จ ล้วนมีที่มา ขอให้คุณค้นเล่าชีวิต ก่อนย้ายมาอยู่สวีเดนแลนด์ให้พวกเรารู้จักหน่อยคะ

คุณฉวน : ผมเกิดวันจันทร์ที่ 18 พฤศจิกายน ค.ศ. 1964 แม่ผมจึงตั้งชื่อให้ว่า จันทร ผมเกิดที่บ้านผาผาง ต. เมืองพะไล อ.บัวลาย จ. นครราชสีมา ผมเกิดและเติบโต มาในครอบครัวชาวนา ชาวไร่ ทำสวน ฐานะทางบ้านปานกลาง มีพี่น้องทั้งหมด 7 คน ผมเป็นลูกชายคนสุดท้อง มีพี่ชายเป็นตำรวจ พี่สาวค้าขายและทำไร่ ทำนาครับ

ชีวิตวัยเด็กก็เรียนจนจบภาคบังคับในโรงเรียนประจำหมู่บ้าน จบมัธยมปลายที่โรงเรียนรัตนโกสินทร์ จังหวัดนครราชสีมา และเรียนจบปริญญาตรีที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง คณะรัฐศาสตร์ครับ ไม่ได้ทำงานรับราชการ แต่อยากเรียนแต่งหน้า แต่ไม่มีเงิน แม่ขายที่ดินให้เป็นค่าเรียน และค่าอุปกรณ์ต่างๆ ให้ผมได้เรียนครับ

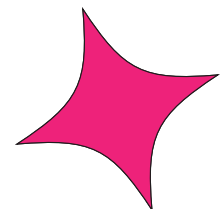
ผมสนใจเรียนการแต่งหน้า คือ ช่วงเรียนมหาวิทยาลัยรามคำแหง มีพี่คนหนึ่งแนะนำให้ผมไปเทสหน้ากล้อง กับบริษัทโมเดิร์นริง เขากำลังต้องการนายแบบนางแบบ ผมทำตามที่เขาแนะนำ จึงเป็นจุดเริ่มต้นได้พบกับช่างแต่งหน้า **คือ พี่ต๋อ ชลภาส โอภาสพันธุ์** พี่เขาเป็นคนแต่งหน้าให้ผมตอนนั้น และพี่เขาเป็นช่างแต่งหน้าส่วนตัวของพี่เบิร์ด ธงไชยด้วยครับ ผมได้คุยกับพี่เขา แล้วเกิดความ

ประทับใจ และชอบงานแต่งหน้า อยากเป็นช่างแต่งหน้าขึ้นมาทันที ประกอบกับตอนนั้นผมตัวผอม บริษัทแนะนำให้ไปเข้าฟิตเนส และออกกำลังกาย เพื่อให้ร่างกายเหมาะสมกับการเป็นนายแบบ แต่ผมไม่ชอบหุ่นบิกบิน จึงไม่ได้เป็นนายแบบ แต่ตัดสินใจเรียนการแต่งหน้าครับ โดยเริ่มเรียนตั้งแต่ขั้นพื้นฐาน และเรียนเพิ่มเทคนิคต่างๆ กับสถาบันโอเลียร์ คัพเวอร์มาร์ค (สมัยนั้น) 1 ปี และเรียนทำผมที่สถาบันประเสริฐศักดิ์ พอเรียนจบก็ทำงานหาประสบการณ์ประมาณ 1 ปี เพราะมีใจรักในสายงาน ก็ไปได้ดี และอยากจะมีกิจการเป็นของตัวเอง ก็พยายามทำงานๆ และเก็บเงินพอสะสมเงินได้ก้อนหนึ่ง ก็ไปหาสถานที่ อยู่หลายจังหวัด และไปถูกใจที่ โรงแรมดิเอ็มเพรสเชียงใหม่ ถนนช้างคลาน เจ้าของโรงแรม ให้ผมเช่าสถานที่ เปิดชาลอน ทำสัญญาตกแต่ง โยกย้ายทันที มาเป็นคนเชียงใหม่เต็มตัว



เปิดร้านได้ประมาณ 1 ปี ก็เข้าประกวดชิงแชมป์แต่งหน้าแห่งประเทศไทย Pias Now How 2000 ผมเป็นแชมป์จากเชียงใหม่ เป็นตัวแทนภาคเหนือ ไปชิงแชมป์ประเทศไทยที่กรุงเทพฯ ในปี ค.ศ. 1995 ผมเตรียมพร้อมทั้งนางแบบ ทั้งชุดทำเองด้วยฝีมือตัดเย็บเอง ในงานมีผู้หลัก ผู้ใหญ่ มาเป็นประธานเป็นกรรมการตัดสิน เช่น เจ้ากอแก้ว ประกายกาลิณ เชียงใหม่ (ท่านเสียชีวิตแล้วเมื่อ 13 มีนาคม พ.ศ. 2548) และผมก็คว้าแชมป์การแต่งหน้าแห่งประเทศไทยมาครอง ผมปลื้มสุดๆ รับโล่เกียรติยศ รางวัลมากมาย และรางวัลไปเรียนแต่งหน้าที่ประเทศญี่ปุ่น 3 เดือนด้วยครับ ช่วงนั้นค่อนข้างมีชื่อเสียง มีนักข่าว วารสาร หนังสือ รายการต่างๆ มาขอสัมภาษณ์ ผู้ใหญ่หลายท่าน ทาบตามให้เป็นช่างแต่งหน้าประจำตัว มีงานเข้ามาเยอะมากๆ ครับ ช่วงนั้นผมเฟื่องฟู และมีพลังมาก งานหนักงานนอกสถานที่ ต่างจังหวัด รับหมด สู้งาน ทุ่มใจ และมีความสุขกับการทำงาน ได้รู้จักผู้คนมากมาย ทำมาหากินคล่องมาก ร้าน

ก็ให้พนักงานดูแล ช่วงนั้นผมเก็บเงินได้ก้อนโต และสร้างบ้านหลังใหม่ให้แม่ เป็นความภาคภูมิใจที่ได้จากน้ำพักน้ำแรง และมีโอกาสรับใช้ถวายงานแต่งหน้าในวังเป็นบางครั้งด้วยครับ



คำฉวน : โอ้โฮ เป็นปลื้มไปกับคุณฉวนด้วยจริงๆ ค่ะ กับความสำเร็จขั้นแรก ที่มาจากความพยายามแท้ๆ สู้ไม่ถอยกับอาชีพที่รัก แล้วคุณฉวนย้ายมาอยู่ประเทศสวีเดนแลนด์ได้อย่างไรคะ

คุณฉวน : เรื่องนี้ต้องขอย้อนเวลาไปหาอดีตหน่อยครับ คือผมรู้จักกับคุณ Rene Piller เมื่อปี ค.ศ. 2004 คุณ Rene มาร่วมงานแต่งงาน ลูกชายของเพื่อน ซึ่งมาแต่งงานกับสาวไทย ส่วนผมไปเป็นช่างแต่งหน้าและทำผม ให้กับเจ้าสาวครับ เขามีแขกมาจากสวีทประมาณ 30 คน ผมได้คุย กับคุณ Rene เราก็คุยกันไปเรื่อย แลกเปลี่ยน E-Mail กัน และก่อนแยกย้ายกันไป ผมมอบพระองค์เล็กๆ ให้คุณ Rene เป็นของที่ระลึก แล้วเราก็เขียนอีเมลติดต่อกัน 3 เดือนหลังจากได้เจอกันที่งานเลี้ยง และติดต่อกันทางอีเมล เราต่างรู้จัก และเรียนรู้กันมากขึ้น คุณ Rene ก็มาเที่ยวหาผมที่เมืองไทย แล้วในปี ค.ศ. 2005 เขาก็เชิญผมไปเที่ยวสวีทเซอร์แลนด์ ช่วงนั้น คุณ Rene ก็ต้อนรับดี พาเที่ยว พาไปดูกิจการ



ที่เขาทำ คือ ร้านขายน้ำหอม และเครื่องสำอางค์ YOURS Parfumerie Rene Piller ซึ่งก่อนหน้านี้ เขาไม่เคยบอกอะไรเราเลยว่า เขาทำธุรกิจอะไร เซอร์ไพรส์จริงๆ ครับ และตั้งแต่ มีนาคม ค.ศ. 2006 ผมก็ย้ายมาอยู่ที่เมืองเบิร์น จดทะเบียนเป็นคู่ชีวิตเพศเดียวกันกับ คุณ Rene ครับ และก็อยู่ที่นั่นมาตลอดครับ

ลัดวน : คู่กันแล้ว ก็ไม่แคร์กันไปได้นะคะ พอย้ายมาอยู่สวิสแล้ว ในช่วงแรกคุณดันทำอะไรคะ และต่อๆ มาทำอะไรจนเป็นที่รู้จัก และได้ไปเป็นครูสอนในสถาบันการศึกษาในสวิส และเป็นเจ้าของกิจการร้านขายน้ำหอมคะ

คุณตัน : ช่วงแรกที่มาถึงสวิตเซอร์แลนด์ ได้ใบอนุญาตพำนัก B แล้ว ก็เรียนภาษาเยอรมันที่ Migros klubschule เรียนตั้งแต่เริ่มต้น อดทนสุดๆ ครับ บางวันถึงกับร้องไห้ ทำไม่มันยากเย็นขนาดนี้ แต่ร้องไห้ไม่ไห้ใครเห็นนะครับ ให้กำลังใจตัวเองว่า คนอื่นทำได้ เราก็ต้องทำได้ ช่วงนั้นก็ทั้งเรียนภาษา และศึกษางานที่ร้านควบคู่กันไป พอเรารู้หลักการใช้ภาษาจากการเรียน ก็นำมาใช้ที่ทำงาน การได้ฝึกพูดคุย ทำให้มั่นใจ และใช้ภาษาได้คล่องขึ้นจริงๆ ครับ พอเรียนจบ B1 ก็หยุดเรียน ทำงานเต็มเวลา 100% ตอนนั้นคุณ Rene ก็ให้ผมทำ และบริหารร้านเอง คุณ Rene อยู่เบื้องหลัง ช่วยงานเอกสารที่ผมยังไม่เข้าใจ ก็ค่อยๆ เรียนรู้กันไปครับ

ส่วนการได้ไปเป็นครูสอนแต่งหน้านั้น อยู่มาวันหนึ่งมีงานจัดแฟชั่นโชว์ ทีมงานหาช่างแต่งหน้า และมีคนแนะนำให้มาหาผมที่ร้าน และเสนอให้ไปทำงานร่วมกับช่างแต่งหน้าท้องถิ่น ผมรู้สึกดีใจ แต่ก็ไม่มั่นใจว่าจะทำได้ แต่เมื่อโอกาสเดินทางมาหา และเป็นงานที่ผมรัก ผมจึงรับงานนี้ หลังจากนั้นก็ถูกทาบทามจาก สถาบัน Ausbildungs und Prüfungsbranche Parfumerie Verkäuferinnen Switzerland ให้ไปเป็นครูสอนเทคนิคการแต่งหน้า ตอนแรกไม่กล้ารับ เพราะกลัวทำไม่ได้ แต่ขอเขาไปว่า ถ้าให้คุณ Rene ไปด้วย ผมจะรับงาน และได้ไปสาธิตการแต่งหน้า ให้นักเรียนที่กำลังจะจบปีที่ 2 และปีที่ 3 เพราะนักเรียนที่เรียนสายอาชีพนี้ต้องมีพื้นฐานการเรียนแต่งหน้า และต้องสอบ เหมือนการเรียนวิชาอื่นๆ ครับ ผมร่วมงานกับทางสถาบันมาประมาณ 10 กว่าปีแล้ว ส่วนคุณ Rene เกษียณหลายปีแล้ว ไม่ต้องไปกับผมแล้ว ผมฉายเดี่ยวแล้วครับ

ลัดวน : น่าภาคภูมิใจกับคุณตันจริงๆ การได้มาเป็นครูสอน คนในสวิสไม่ใช่เรื่องง่ายเลยนะคะ แต่คุณก็ทำได้ และได้ทำในงานที่รักซะด้วย ต่อไปอยากให้เล่า ความรู้สึก ความคิด การใช้ชีวิตกับเพศเดียวกันในสวิสบ้างคะ

คุณตัน : สำหรับการใช้ชีวิตคู่ของเพศเดียวกันนั้น สำหรับผมก็เหมือนการใช้ชีวิตคู่ทั่วไปครับ เพียงแต่เราเป็นเพศเดียวกัน ทุกวันนี้สังคมก็เปิดรับมากขึ้น สวิสให้เพศเดียวกันแต่งงานกันได้แล้วด้วยเมื่อ กรกฎาคม ปี ค.ศ. 2022 ผมว่าไม่ว่าจะเป็นการใช้ชีวิตคู่เพศเดียวกัน หรือชีวิตคู่ชายหญิง ถ้าเราปรับตัว ปรับความเข้าใจ ต้องการที่จะใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน มีอะไรก็ต้องปรึกษาหารือกัน

ตั้งแต่ใช้ชีวิตคู่ร่วมกันมา ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2006 จนถึงนี้ 17 ปีแล้ว มีความสุขกันดี ไม่เคยมีปากเสียงทะเลาะเบาะแว้งกันเลยครับ จะไม่หันหลังให้กัน จะนั่งคุยกันมองตากันตลอด ปรับความเข้าใจกัน ก่อนผมจะตัดสินใจมาใช้ชีวิตคู่ก็นานเหมือนกันครับ เพราะตอนเราอยู่เมืองไทย เราคล่องตัว การงานทุกอย่าง เราพร้อมลุย ชีวิตวิ่งเดี่ยวเพื่อนๆ หลายคน ก็บอกตัดสินใจให้ตืนะ การไปอยู่เมืองนอก ไม่ได้ง่ายดายนะ ผมก็คิด



แล้วคิดอีก หลายตลบ และก็มาจบที่ “หลายๆ คน อยากจะมีคู่ครองเป็นต่างชาติ หลายๆ คน ต่อกู้สินธรเงินเสียทอง เพื่อจะไปทำงานต่างประเทศ” ส่วนตัวผม มีคนมาเสนอให้มาอยู่ต่างประเทศ อย่างถูกต้อง จึงตัดสินใจ “เออวะ ลองดูสักตั้ง ยังไงเราก็มีฝีมือ ถ้าไม่มีอะไรดีขึ้น ก็หอบเสื้อผ้ากลับไทย สร้างหลักใหม่ได้” จนบัดนี้ชีวิตคู่ของเรา ก็อยู่กันได้ดีมาถึงทุกวันนี้ครับ

ลัดวน : และคุณตันคิดว่า สิ่งใด ที่ทำให้เรามาเดินมาถึง ณ จุดนี้ ในวันนี้ได้คะ

คุณตัน : ที่ผมมาถึงจุดนี้ได้ ผมคิดว่า เพราะผลงานที่ได้สร้างไว้ บวกกับประสบการณ์ที่ดี สอนให้ผม รู้จักการปรับตัว รู้จักแก้ไขปัญหา และการทำงานอย่างตั้งใจ จริงจัง จริงใจกับทุกงาน ยอมรับทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อดทน คนที่เขาให้งานเรา เขาเห็นเองครับ จึงทำให้ผมอยู่ได้จนถึงวันนี้ครับ

ลำดับ : แล้วภาษา สำคัญขนาดไหน คุณต้น ได้สัญชาติสวิสหรือยังคะ การได้มาถือเป็นคน สำเร็จชนิดหนึ่งไหมคะ

คุณต้น : ภาษาของประเทศที่เราอาศัย
อยู่ สำคัญมากครับ การสื่อสาร เป็นตัวบ่งบอก
ถึงตัวตนของเรา ก็มีบ้างแหละครับ พูดผิด พูด
ถูก ผสมผสานกันบ้าง เพราะไม่ใช่ภาษาที่เรา
ใช้มาแต่ตอนเกิด เราเพิ่งจะมาเริ่มเรียนตอน
อายุ 30 กว่าแล้ว ตอนนี้อย่างได้สัญชาติสวิส
ครับ ยังใช้ใบอนุญาตถาวร C ครับ เมื่อปี ค.ศ.
2018 เตรียมเอกสารเกือบพร้อมที่จะยื่นขอ
สัญชาติแล้ว พอเตรียมตัวพร้อม เกิดโรค
ระบาดช่วง ค.ศ. 2019 ทุกอย่างจึงหยุดชะงัก
ไป ตอนนี้อย่างมีครบแล้วครับ สอบผ่าน
ภาษาเยอรมันระดับ B1 แล้ว จาก 2 สถาบัน
ทั้ง SDS (Schweizerischer Digitaler
Sprachtest) และ ISA-Bildungszentrum
ตอนนี้ก็รอสอบ Einbürgerungstest ตอน
แรกไม่อยากขอสัญชาติสวิส เพราะไม่มีญาติที่
น้องอยู่ที่นี่ แต่คิดอีกทีมีไว้ก็ดี ไม่เสียหายครับ
ตอนนี้เป็นผู้บริหารธุรกิจที่คุณ Rene มอบให้
ด้วย การได้เป็นคนสวิส ก็น่าจะเป็นเรื่องที่ดี
นะครับ



ลำดับ : จนถึงตอนนี้ จากช่างแต่งหน้าผู้คว่ำแชมป์แห่งประเทศไทย
จนได้มาเป็นครูสอนแต่งหน้าในสถาบันของสวิส เป็นผู้บริหารร้าน คุณต้น
คิดว่า สิ่งใดเป็นความภาคภูมิใจสูงสุดในชีวิต ที่สามารถนำไปเล่าขาน ให้
ลูกหลานได้ฟัง

คุณต้น : ความภูมิใจ คือ ผมเกิดมาเป็นเด็กบ้านนอก ที่บ้านไม่มีแม่ทีวี
ดู บางครั้งเห็นของ ในร้านขายของชำ ก็ไม่มีปัญญาจะซื้อกิน สมัยก่อนเงิน
บาท เงิน 50 สตางค์ มีค่ามาก อยากได้รองเท้านักเรียน ก็ต้องไปรับจ้างดำนา
เกี่ยวข้าว ถอนมัน สารพัดจะทำ เพื่อให้ได้เงินมา แล้วผมเป็นได้อย่างทุกวัน
นี่ คือที่สุดของผมแล้วครับ ผมตั้งปณิธานว่า เวลากลับไทย จะไปเลี้ยงอาหาร
นักเรียนชนบท หรือโรงเรียนที่บ้านเกิด เพราะคิดถึงตอนเราเป็นเด็ก อาหาร
ส่วนมากก็ได้จากธรรมชาติ จากท้องไร่ ท้องนา ริมรั้ว ข้าวก็ไม่ต้องซื้อ ผัก
ก็ไม่ต้องซื้อ ปลุกเอง ไล่ปุ๋ยข้าว ข้าวที่เราได้อยู่แล้ว สิ่งนี้ทำให้ผมรู้จัก
คำว่า อดทน ต่อสู้ ฝ่าฟันมาถึงจนทุกวันนี้ครับ และเป็นความภูมิใจ ที่ได้เลี้ยง
ดูตอบแทนคุณพ่อแม่ตอนที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ และมีส่วนร่วมส่งหลานสาว
หลานชาย สำเร็จการศึกษาที่ดี มีงานทำที่ดี สิ่งที่เราได้ทำต่างๆ คือ เป็นความ
ภาคภูมิใจของหมู่บ้านๆ อย่างผม และอีกอย่างคือ รู้สึกภูมิใจที่เราเป็นคน
ไทยมาอยู่ต่างแดน แล้วสถาบันการศึกษาของสวิส เพื่อนร่วมงาน นักเรียนที่
มาเรียนกับผม เขายอมรับในความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์
ที่ผมมีครับ

ลำดับ : ลำดับที่ภาคภูมิใจไปกับคุณต้นด้วยจริงๆ ค่ะ ก่อนจบคุณต้น
อยากฝากอะไรถึงคนไทยในสวิสบ้างคะ

คุณต้น : อยากจะฝากถึง ทุกคนที่ใช้ชีวิตในต่างแดน ให้ทุกคนต่อสู้
เรียนรู้สิ่งรอบด้าน ค้นคว้าสิ่งที่เรายังไปไม่ถึง สิ่งที่เรายังไม่รู้ ศึกษาเข้าใจไม่
เสียหาย รักษาและทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ และความเป็นไทยในต่างแดน ให้
เขายอมรับเราให้ได้ ไม่ว่าจะสายงานอะไรที่เราทำอยู่ ไม่ว่าจะเจออุปสรรค
อะไร ขอให้อย่าท้อ อย่าอ่อนแอ ถ้าเรารู้สึกท้อ ขอให้มองถึงคนที่ลำบากกว่า
เรา ยังมีอีกเยอะ ส่วนตัวผมเอง ทุกวันนี้ก็ยังสู้อยู่นะครับ งานที่ร้าน ผมจะ
ไปถึงร้านก่อนพนักงานประมาณครึ่ง ถึงหนึ่งชั่วโมง ก่อนร้านเปิด จะไป
สำรวจความเรียบร้อย ทำความสะอาด ส่วนที่เราลงมือทำเองได้ พนักงานที่
สวิส เขาจะมา และกลับ ตรงเวลาเป๊ะ ฉะนั้นสิ่งไหนที่ผมทำได้ ผมจะทำเอง
ไม่เคยคิดว่าเป็นเจ้านาย แล้วจะคอยชี้แนะใช้ครับ การทำเอง เรียนรู้เอง คือ
จุดที่เราได้เปรียบ และขอบคุณมากนะครับ ที่ให้ผมมาเล่าแบ่งปัน
ประสบการณ์ที่ถือว่าสำเร็จ ในชีวิตทั้งด้านการงาน และชีวิตความเป็นอยู่
แต่ผมก็ยังต้องทำงานอยู่นะครับ ไม่ได้สบาย แต่ก็ไม่น่าเบื่อ มีชีวิตที่แบ่งปัน
ได้แล้วครับ

ลำดับก็ขอขอบคุณ คุณต้น หรือ คุณจันทร์ สมอินทร์ (JAN
SOMIN) มากๆ สำหรับเรื่องราวที่น่าจะเป็นแรงบันดาลใจ และให้
กำลังใจกับพวกเราได้ดี เพราะคุณต้นได้แสดงให้เห็นแล้วว่า ความ
สำเร็จไม่ได้มาด้วยโชคกำเริบ แต่เกิดจากการกระทำของเราจริงง
นะค่ะ....

เจ้าบ้าน กับ เจ้าของบ้าน

แตกต่างกันอย่างไร

รวบรวมโดย ป้าแมว

การมีบ้านเป็นของตัวเอง สำหรับบางคน ถือเป็นหนึ่งความสำเร็จในชีวิต พวกเราหนุ่มสาวไทย ที่ย้ายมาอยู่สวีต หลายคนทำงาน เก็บเงินไป ซื้อที่ดิน สร้างบ้าน ซื้อบ้าน ซื้อคอนโดมิเนียม เพื่อความมั่นคงในชีวิต ว่าวันหนึ่งหากต้องย้ายกลับไปอยู่บ้านเกิด ก็มีที่อยู่ เป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐาน ในปัจจัย 4 ซึ่งบางคนอาจซื้อไว้เก็งกำไร บางคนซื้อไว้หลายที่ แล้วซื้อในทะเบียนบ้าน หรือคอนโด ที่เราซื้อไว้ใครเป็นเจ้าของบ้านกัน ป้าแมวเห็นว่าน่าสนใจ จึงไปค้นหา นำมาแบ่งปันให้เข้าใจไปด้วยกันค่ะ มาดูความหมายตามพระราชบัญญัติการทะเบียนราษฎร พ.ศ. 2538 กัน เขาอธิบายไว้ว่า

เจ้าของบ้าน คือ ผู้มีกรรมสิทธิ์ในบ้าน เป็นเจ้าของบ้าน เจ้าของกรรมสิทธิ์ที่มีชื่อในโฉนดที่ดิน สัญญาซื้อขาย มีสิทธิใช้สอย จำหน่าย จ่ายโอน ปล่อยเช่า ได้ดอกผลจากการติดตามและเอาคืน ซึ่งทรัพย์สินของตน รวมถึงขัดขวางมิให้ผู้อื่นเข้ามาเกี่ยวข้องกับทรัพย์สินนั้น โดยมีขอบกฎหมาย ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1336

เจ้าบ้าน ในทะเบียนบ้าน คือ คนที่มีชื่อ ทางทะเบียนราษฎร ว่าเป็น เจ้าบ้าน ซึ่งอาจเป็นเจ้าของ บ้านด้วยก็ได้ มีไว้ใช้ เพื่อความสะดวกในทางทะเบียน ราษฎร เช่น การย้ายเข้า หรือย้ายออกจากทะเบียน จำต้อง ได้รับความยินยอมจากเจ้าบ้าน กรณีที่ไม่ปรากฏเจ้าบ้าน หรือไม่อยู่ ตาย สูญหาย สาบสูญ หรือไม่สามารถปฏิบัติ กิจการได้ ให้ถือว่าบุคคลผู้มีหน้าที่ดูแลบ้านในขณะนั้นเป็น เจ้าบ้าน

แล้วคนหนึ่งคน จะเป็นเจ้าบ้านได้กี่หลังกันนะ
คนหนึ่งคน เป็นเจ้าของบ้าน และที่ดิน คอนโดมิเนียม ก็แห่ง ก็หลังก็ได้ แต่เป็นเจ้าบ้าน ได้ทีเดียว

ตามที่ทะเบียนราษฎร กำหนดไว้ว่า บุคคลคนหนึ่ง สามารถมีภูมิลำเนาได้เพียงภูมิลำเนาเดียวเท่านั้น นี่คือเหตุผล ที่เจ้าของบ้าน สามารถมีชื่อเป็น เจ้าบ้านได้เพียงทีเดียว ส่วนบ้าน ที่เหลือ ผู้เป็นเจ้าของบ้าน จะต้องแต่งตั้ง เจ้าบ้านขึ้นมา เพื่อให้ มีหน้าที่ 5 อย่าง ของผู้อยู่อาศัยภายในบ้านนั้นๆ ซึ่งหน้าที่ของ เจ้าบ้าน ในทะเบียนบ้าน ตาม พ.ร.บ.การทะเบียนราษฎร พ.ศ. 2534 กำหนดให้ผู้เป็นเจ้าบ้าน มีหน้าที่ ต้องแจ้งต่อนายทะเบียน ดังต่อไปนี้

- แจ้งคนเกิดในบ้าน
- แจ้งคนตายในบ้าน
- แจ้งคนย้ายเข้า-ย้ายออก
- สร้างบ้านใหม่หรือรื้อถอน
- ขอเลขที่บ้าน

การแจ้งเกิด ย้ายเข้า-ออก สร้างบ้านใหม่หรือรื้อถอน และขอเลขที่บ้าน ต้องแจ้งภายใน 15 วัน ส่วนการแจ้งตายต้อง แจ้งภายใน 24 ชั่วโมง นับแต่เวลาตาย หรือพบศพ และถ้าไม่ ปฏิบัติจะต้องเสียค่าปรับ 1,000 บาท

แต่ถ้าเจ้าบ้านมีกิจธุระ ไม่สามารถมาแจ้งด้วยตนเองได้ ก็สามารถมอบอำนาจ ให้สมาชิกภายในบ้าน แจ้งกับเจ้าหน้าที่ได้ ซึ่งเจ้าหน้าที่ ก็จะระบุว่าบุคคลที่ได้รับมอบหมาย เป็นผู้ดูแลบ้าน แทนเจ้าบ้านค่ะ

เจ้าบ้าน ในทะเบียนบ้าน สามารถทำกิจการใดๆ ได้ อย่างเต็มที่ ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับทะเบียนราษฎรเท่านั้น แต่จะ ไม่มีสิทธิครอบครองบ้าน (ถ้าไม่ใช่เจ้าของบ้าน)



วันดีคืนดี เจ้าบ้านหายตัว
หรือ เสียชีวิต กรรมสิทธิ์เป็นของใคร

หากเกิดเหตุการณ์เจ้าบ้าน ที่มีชื่อ
ในทะเบียนบ้าน หายตัว หรือตายไป มากกว่า
180 วัน สามารถแจ้งสำนักงานเขต เพื่อแก้ไข
โดยสามารถคัดชื่อเจ้าบ้านไปทะเบียนกลาง
ได้ พร้อมคัดชื่อเจ้าบ้านใหม่ จากความเห็น
ชอบของสมาชิกในบ้านค่ะ

มีชื่อในทะเบียนบ้านหลายหลังได้
หรือไม่

คำตอบ คือ ไม่ได้ สำหรับคนที่มีบ้านหลาย
หลัง โดยเฉพาะกลุ่มนักลงทุนสั่งหาทรัพย์สิน
แน่นอนว่าคนเหล่านี้จะมีทะเบียนบ้านหลาย
ฉบับ แต่ทางกฎหมาย เป็นเจ้าบ้านได้กี่หลัง
จำเป็นต้องมีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านได้เพียง
ฉบับเดียวเท่านั้น

โดยสามารถใช้ชื่อฐานะเจ้าบ้าน
หรือผู้ดูแลบ้านได้ เนื่องจากตามกฎหมายไม่
อนุญาตให้บุคคลเดียวกันมีชื่ออยู่ในทะเบียน
บ้านมากกว่าหนึ่งฉบับในเวลาเดียวกัน เพราะ
จะกระทบต่อบัญชีรายชื่อผู้มีสิทธิเลือกตั้ง
ดังนั้นนักลงทุนสั่งหาทรัพย์สิน หรือกลุ่มคน
ทำงานที่ซื้อบ้าน ซื้อคอนโด สามารถใช้วิธีนำ
ชื่อของญาติ พ่อแม่ พี่น้อง มาใส่ในทะเบียน
บ้านหลังอื่นๆ ได้

แล้วชื่อในทะเบียนบ้าน ปลอมว่า
ได้หรือไม่

ถ้าเราไม่สามารถหาชื่อญาติ พ่อแม่
พี่น้อง มาใส่ในทะเบียนบ้านได้ เราสามารถ
ปลอมทะเบียนให้ว่างไว้ได้ แต่ถ้าเกิดวันหนึ่ง
อยากขายบ้าน ขายคอนโดขึ้นมา แล้วเราถือ
ครองอสังหาริมทรัพย์นั้นยังไม่ถึง 5 ปี เรา
จะต้องเสียภาษีธุรกิจเฉพาะตามที่กฎหมาย
กำหนดค่ะ

...ป้าแม่วางว่า พวกเราได้รับประโยชน์กัน
บ้างไม่มากนักนะคะ ส่วนตัวป้าแม่วาง
ได้รู้ และเข้าใจมากขึ้นเลยแหละค่ะ...

กฎหมายน่ารู้

สิทธิพำนักรหลัง แยกอยู่ หย่าร้าง หรือเสียชีวิตของ คู่สมรส

แปลโดย เฟราฮิรี

ไม่ว่าจะจดทะเบียนสมรสที่ไทย แล้วย้ายตามคู่สมรส
มาอยู่สวิตเซอร์แลนด์ หรือทำเรื่องเดินทางมาจดทะเบียนสมรส
และอยู่อาศัยในสวิส

เราก็จะได้ใบอนุญาตพำนักรชั่วคราวปี ต่ออายุปีต่อปี
จนครบ 5 ปี ถึงจะมีสิทธิขอใบอนุญาตพำนักรถาวร
และถ้าคุณได้ใบอนุญาตพำนักรถาวรแล้ว

(Niederlassungsbewilligung C)

คุณสามารถอยู่ในสวิตเซอร์แลนด์ได้ทั้งสามกรณีทีกล่าวมา
แต่ถ้าคุณถือใบอนุญาตพำนักรชั่วคราว B ซึ่งเราอยู่ได้
เพราะมีครอบครัว หรืออยู่กับคู่สมรส แล้วเกิดกรณี ต้องแยกกันอยู่
หรือหย่าร้าง หรือคู่สมรสเสียชีวิต

เรา仍将อยู่อาศัยในสวิสได้หรือไม่
สิ่งที่เราต้องทำคือแจ้งกับหน่วยงานการย้ายถิ่นฐานในรัฐ
ที่เราอยู่ และเราจะสามารถอาศัยอยู่ในสวิสต่อได้
ในกรณีไหนบ้างไปติดตามกันค่ะ

ในกรณีที่คุณไม่มีบุตรกับคู่สมรส คุณสามารถขอต่อ
อายุใบอนุญาตพำนักรได้หาก:

1. คุณจดทะเบียน เป็นคู่สมรสของชาวสวิส หรือชาวต่างชาติอื่น
และอยู่ด้วยกันอย่างน้อยสามปี
2. คุณปรับตัวเข้ากับประเทศสวิตเซอร์แลนด์ได้ดี (เคารพ และ
ปฏิบัติตามกฎระเบียบ มีทักษะการใช้ภาษาที่ดี การพูดอยู่ใน
ระดับ เอหนึ่ง (A1) และคุณมีงานทำ หรือกำลังศึกษาอยู่)
3. ด้วยเหตุผลส่วนตัวที่สำคัญ เช่น ในกรณี แยกอยู่ หรือหย่าร้าง
เพราะคุณได้รับความรุนแรงในชีวิตสมรส

ที่มา: <https://www.ch.ch/de/ausweise-und-dokumente/aufenthaltsbewilligungen/#nach-einer-trennung-einer-scheidung-oder-dem-tod-des-partners-in-der-schweiz-bleiben>



แม่เป็นหม้าย

โดย เฟราฮิรี

จากคู่สมรสเสียชีวิต

ไม่มีใครอยู่คำฟ้า เป็นคำพูดที่จริงแท้ และแน่นอน การที่เราสมรสกับชาวสวิส ขอเล่าแก่กับชาวสวิส เพราะไม่รู้จักกฎหมายประเทศอื่นดีพอ กฎหมายสวิสให้ความคุ้มครองกรณี คู่สมรสเสียชีวิตไว้ว่าอย่างไรไปติดตามกันค่ะ

ก่อนอื่นให้พวกเราทราบว่า เงินหม้าย และเงินบุตรกำพร้า มาจาก กองทุน 2 แห่ง คือ

1. กองทุนประกันสวัสดิการผู้สูงอายุและเด็กกำพร้า (เสาที่ 1) เป็นหน่วยงานของรัฐ
 - (AHV: Altes- und Hinterlassenenversicherung)
 - (AVS: Assurance-veillesse et survivants)
 - (AVS: Assicurazione vecchiaia e superstiti) และ
2. กองทุนเงินสะสมจากบริษัทที่ผู้เสียชีวิตทำงาน BVG/PK (เสาที่ 2) และประกันอุบัติเหตุ (UVG) ในกรณีเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ

สิทธิการขอรับเงินบำนาญแม่หม้าย (รับทุกเดือน)

คู่สมรสหญิงที่ยังมีชีวิต มีสิทธิรับเงินสวัสดิการนี้ ต้องอยู่ในเงื่อนไขต่อไปนี้

1. ในขณะที่เป็นหม้าย มีบุตรร่วมกันกับผู้ตาย หรือ
2. ณ ช่วงเวลาที่เป็นแม่หม้าย ต้องมีอายุครบ 45 ปี และจดทะเบียนสมรสกับผู้ตาย อย่างน้อย 5 ปี
3. ในกรณีที่ฝ่ายหญิงหย่าร้างกับผู้ตายแล้ว มีสิทธิขอรับเงินแม่หม้ายได้ ถ้า
 - + มีบุตรร่วมกัน กับผู้ตาย และได้จดทะเบียนสมรสกับผู้ตาย อย่างน้อย 10 ปี ก่อนหย่า หรือ
 - + ณ ตอนที่หย่ากับผู้ตาย ฝ่ายหญิงอายุ 45 ปี และจดทะเบียนสมรสกับผู้ตาย อย่างน้อย 10 ปี

หากฝ่ายหญิงมีคุณสมบัติไม่ครบตามเงื่อนไขดังกล่าว ก็จะมีสิทธิได้รับเงินแม่หม้าย จนบุตรคนสุดท้ายอายุครบ 18 ปีบริบูรณ์เท่านั้น

กรณีฝ่ายหญิงไม่มีลูก และอายุต่ำกว่า 45 ปี จะได้บำนาญจากกองทุนเสาที่ 2 จากเงินสะสมจากบริษัทที่ผู้เสียชีวิตทำงาน คิดให้จำนวน 3 ปี ได้เท่าไร ก็ให้เป็นเงินก้อนครั้งเดียว (ถ้าเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ ก็จะได้รับเงินบำนาญ)

รับเงินบำนาญหม้ายได้ และถึงเมื่อไหร่

- เริ่มตั้งแต่วันที่ 1 ของเดือนหลังจากเสียชีวิต
- หมดสิทธิ วันสุดท้ายของเดือนที่ขาดคุณสมบัติ
- สมรสใหม่
- ลูกกำพร้า จะได้รับเงินสวัสดิการ จนถึงอายุ 25 ปี ถ้ายังไม่จบการศึกษา

ขอรับเงินบำนาญหม้าย และลูกกำพร้าได้ที่ไหน

- **เสาที่ 1** เข้าไปที่เว็บ <https://www.ahv-iv.ch/>

+ กรอกแบบฟอร์มให้ครบถ้วนและถูกต้อง แล้วพิมพ์แบบฟอร์มออกมา แล้วลงลายมือชื่อ หรือ

+ พรี้นท์แบบฟอร์มออกมา แล้วกรอกข้อมูลด้วยมือ

ส่งเอกสารตามที่เขาขอ แนบส่งพร้อมแบบฟอร์ม ไปที่สำนักงาน AHV ที่ผู้เสียชีวิตชำระเงินประกันสังคมครั้งสุดท้าย

สามารถค้นหาที่อยู่ได้ที่ www.ahv-iv.ch หรือ ไปขอข้อมูลที่สำนักงาน AHV ในเขตที่อยู่อาศัย สำหรับใครที่ไม่ถนัดใช้อินเทอร์เน็ตนะค่ะ

- **ส่วนเสาที่ 2** ติดต่อกับกองทุน ของบริษัทที่ทำงานของผู้เสียชีวิต

นี่คือสิ่งที่เราต้องรู้ไว้ ว่าคู่สมรสของเรา เรามีเสาที่ส่องอยู่กับบริษัทอะไร หรือถ้าไม่รู้ อย่างน้อยก็ขอให้รู้ว่า เขาทำงานที่บริษัทอะไร แล้วเราก็ไปติดต่อที่นั่น ส่วนเอกสารต้องใช้อะไรบ้าง ทางบริษัทจะบอกเรามาจะค่ะ เพราะแต่ละบริษัทอาจแตกต่างกันไปบ้าง แต่ที่แน่ๆ คือ เอกสารรับรองการเสียชีวิตค่ะ

.....ชีวิตเป็นสิ่งไม่แน่นอน รู้ไว้ เมื่อเกิดเหตุ เรายังพอมีทางไปนะค่ะ ระหว่างนี้ ดูแลรักษาสุขภาพกายใจ ของกันและกัน อยู่ด้วยกันด้วยความรัก ความเอาใจใส่ เอื้ออาทร คิดถึงใจเขา ใจเรา และขอให้ทั้งคู่อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุขทุกกลม หายใจนะค่ะ.....

การรับบุตร บุญธรรม

แปลโดย เฟราฮิรี

มีหลายคนเขียนมาถามถึงเรื่องการรับลูกติด
ของสาวไทย เมื่อแต่งงานใหม่กับหนุ่มสวิส
ว่ามีเงื่อนไขอะไรบ้าง วันนี้ไปค้นหา
จึงนำมาบอกต่อกันค่ะ

ในสวิตเซอร์แลนด์ ทั้งคนที่เป็นคู่สามี ภรรยา หรือเป็นโสด ก็
สามารถรับเด็กมาเป็นบุตรบุญธรรมได้ แต่เส้นทางกว่าจะได้เด็กมาเป็น
บุตรบุญธรรมนั้น ใช้เวลาหลายปี ซึ่งหัวใจสำคัญของกระบวนการรับ
เด็กมาเป็นบุตรบุญธรรมนั้น คือ ความสุขของเด็ก และตั้งแต่วันที่ 1
กรกฎาคม ค.ศ. 2022 เป็นต้นมา คู่รักเพศเดียวกัน สามารถแต่งงาน
กันได้ และรับบุตรบุญธรรมด้วยกันได้

**เพราะฉะนั้น หากคุณต้องการรับเด็กมาเป็นบุตรบุญธรรม
ซึ่งมีอยู่ 2 กรณี คือ**

กรณีแรก คือ รับเด็กในสวิตเซอร์แลนด์เป็นบุตรบุญธรรม ให้ติดต่อ
หน่วยงานกลางในเขตที่คุณอาศัยอยู่ (die Zentralbehörde Ihres
Wohnkantons) เจ้าหน้าที่จะแจ้งเกี่ยวกับขั้นตอนให้คุณดำเนินการ

กรณีที่ 2 คือ คุณต้องการรับเด็กจากต่างประเทศมา
เป็นบุตรบุญธรรม (กรณีของพวกเราที่พ่อแม่ชาวสวิส
ต้องการรับลูกติดแม่ มาเป็นบุตรบุญธรรม) ให้ติดต่อ
หน่วยงานที่ได้รับการอนุมัติจากรัฐบาลกลาง เพราะ
มีขั้นตอนที่ยุ่งยาก และซับซ้อน ทั้งในสวิตเซอร์แลนด์
และต่างประเทศ (หาข้อมูลหน่วยงานได้ที่ [https://
www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/
adoption.html](https://www.bj.admin.ch/bj/de/home/gesellschaft/adoption.html))

**ข้อกำหนดพื้นฐานสำหรับการรับเด็กมาเป็น
บุตรบุญธรรม มีดังนี้**

1. คุณและเด็ก ที่จะขอมาเป็นบุตรบุญธรรม อายุ
ต่างกันอย่างน้อย 16 ปี และไม่เกิน 45 ปี
2. คุณต้องมีสุขภาพที่ดี ทั้งร่างกาย จิตใจ และกำลัง
ทรัพย์ เพื่อสามารถดูแล และให้การศึกษาแก่เด็ก
ได้อย่างต่อเนื่อง และเหมาะสม ซึ่งจะมีผู้
เชี่ยวชาญในงานสังคมสงเคราะห์ หรือนัก
จิตวิทยา จะมาพบปะ พูดคุย กับคุณหลายครั้ง
เพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูล
3. การรับเด็กเป็นบุตรบุญธรรมต้องเป็นไปเพื่อ
ประโยชน์สูงสุดของเด็ก ต้องคำนึงถึงความเป็น
อยู่ที่ดีของลูกคนอื่น ๆ ของคุณด้วย
4. ต้องได้รับความยินยอมจากเด็กด้วย ถ้าเด็ก
สามารถตัดสินใจได้เองแล้ว
5. คุณต้องดูแล และเลี้ยงดูเด็ก อยู่บ้านเดียวกัน มา
แล้วอย่างน้อยหนึ่งปี
6. หากพ่อแม่ผู้ให้กำเนิดของเด็กยังมีชีวิตอยู่ ต้อง
ได้รับความยินยอมจากเขา เว้นแต่ไม่สามารถ
ติดต่อพ่อแม่ได้ โดยไม่ทราบที่อยู่ หรือเป็นผู้
ไร้ซึ่งความสามารถอย่างถาวร ถ้าเด็กเกิดในสวิต
เซอร์แลนด์ พ่อแม่ ผู้ให้กำเนิด สามารถยกลูกให้
เป็นบุตรบุญธรรมของคนอื่น ได้ตั้งแต่เด็กอายุ 6
สัปดาห์หลังคลอด และภายใน 6 สัปดาห์ หลัง
จากที่คุณยินยอม แล้วคุณเกิดเปลี่ยนใจ ก็
สามารถเพิกถอนความยินยอมนั้นได้

ถ้าคู่สมรส ต้องการรับเด็กมาเป็นบุตรบุญธรรมร่วมกัน

ทั้งสามี และภรรยา ต้องมีอายุอย่างต่ำ 28 ปี และแต่งงานจดทะเบียนสมรสแล้วอย่างน้อย 3 ปี และต้องอาศัยอยู่ในสวิตเซอร์แลนด์ และมีข้อกำหนดพื้นฐานดังกล่าวข้างต้น

กรณี รับบุตรบุญธรรมของคู่สมรส (ในกรณีของพวกเราชาวไทย/หนุ่มไทย ที่มีลูกติด)

คุณสามารถรับเลี้ยงบุตรบุญธรรมของคู่สมรสได้ หากมีคุณสมบัติตรงตามข้อกำหนดขั้นพื้นฐานสำหรับการขอบุตรบุญธรรมทั้งหมด และเพิ่มเติมกับคู่ของคุณ คือ คุณแต่งงานจดทะเบียนสมรสกัน หรือจดทะเบียนเป็นคู่ชีวิตเพศเดียวกัน หรือเป็นคู่ชีวิตที่อยู่ด้วยกัน แบบไม่ได้จดทะเบียนสมรส ทั้งสามกรณี ต้องอยู่ด้วยกันมาอย่างน้อย 3 ปี

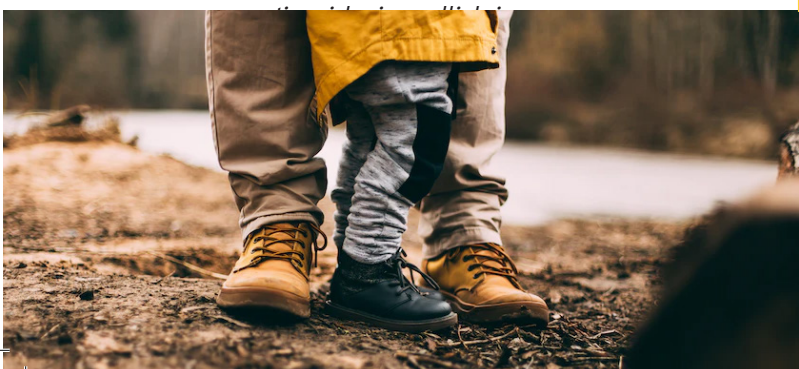
การรับเด็กที่บรรลุนิติภาวะแล้ว มาเป็นบุตรบุญธรรม ทำได้ในกรณี ต่อไปนี้

1. บุคคลนั้น อาศัยอยู่กับคุณเป็นเวลาอย่างน้อย 1 ปี ตั้งแต่เขายังเป็นผู้เยาว์ หรือ
2. บุคคลนั้น ได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง และอาศัยอยู่กับคุณเป็นเวลาอย่างน้อย 1 ปี (แม้ว่าพวกเขาจะบรรลุนิติภาวะแล้ว) หรือ
3. ด้วยเหตุผลอื่นๆ และบุคคลนั้น อาศัยอยู่กับคุณแล้วอย่างน้อย 1 ปี

อื่นๆ ใช้ข้อกำหนดเดียวกันกับ การรับเด็กเป็นบุตรบุญธรรม (ยกเว้นไม่ต้องได้รับความยินยอมจากผู้ปกครอง)

หวังว่าพวกเราจะได้รับความกระจ่างขึ้น แต่หากมีข้อสงสัยก็เขียนมาถามกันเพิ่มเติมนะคะ

ที่มา: <https://www.ch.ch/de/familie-und-partnerschaft/adoption/adoption/#wie-adop>



ตัววัน แบบใหม่

Die neue Spartageskarte Gemeinde (F: La nouvelle carte journalière dégriffée Commune)

โดย ก.ไตรคำ

ตัววันแบบใหม่ ชื้อได้จาก Gemeinde (F: Commune) oder Stadtverwaltung (F: Villes) เท่านั้นนะคะ

เริ่มใช้เดินทางได้ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ค.ศ. 2024 ปีหน้านี้แล้ว

เริ่มราคา 39 ฟรังก์ ใช้กับ Halbtax (F: demi-tarif)

เริ่มราคา 52 ฟรังก์ สำหรับคนไม่มี Halbtax ใช้เดินทางได้ทั่วประเทศสวิตเซอร์แลนด์ รถไฟ รถราง รถเมล์ เรือ

Spartageskarte (F: carte journalière dégriffée) มีขายทั้งชั้น 1 และ ชั้น 2 ยิ่งซื้อล่วงหน้า นาน ราคา ก็จะยิ่งถูก



ช่องทางการซื้อตั๋ว ผ่านเว็บไซต์
“Spartageskarte-Shop” จำนวนตั๋วที่มีจำหน่าย
 จะมีให้เห็นตาม Gemeinde ทั่วประเทศสวิส ตั๋วแบบ
 ใหม่นี้ ใครก็ซื้อได้ แม้จะไม่ได้อาศัยอยู่ใน Gemeinde
 นั้นๆ

เริ่มซื้อได้ตั้งแต่วันที่ 11 ธันวาคม 2023 แต่จะใช้เดินทางได้ในวันที่ 1 มกราคม 2024

Klasse und Segment	Preisstufe 1 bis maximal 10 Tage vor dem Reisetag erhältlich ซื้อล่วงหน้า 10 วันก่อนเดินทาง	Preisstufe 2 bis maximal 1 Tag vor dem Reisetag erhältlich ซื้อล่วงหน้า 1 วันก่อนเดินทาง
2. Klasse mit Halbtax มี Halbtax	39.00	59.00
2. Klasse ohne Halbtax ไม่มี Halbtax	52.00	88.00
1. Klasse mit Halbtax มี Halbtax	66.00	99.00
1. Klasse ohne Halbtax ไม่มี Halbtax	88.00	148.00

ซื้อได้ 6 เดือนล่วงหน้า

แต่ละ Gemeinde จะจัดการเองว่า จะให้ซื้อผ่าน
 ช่องทางใด รวมทั้งการจ่ายค่าตั๋วด้วย เช่น ทาง
 โทรศัพท์ ทางอีเมล หรือไปรับตัวเอง

ใครบ้างมีสิทธิซื้อตั๋วนี้

- ใครก็ซื้อได้ แม้จะไม่ได้อาศัยอยู่ใน Gemeinde นั้นๆ ถ้า
 ตัวในวันที่ท่านต้องการเดินทางยังมีเหลืออยู่ ให้ดูใน
 อินเทอร์เน็ต เช่น ผู้อาศัยอยู่ Interlaken แต่ตัวในวันที่
 ท่านต้องการจะเดินทางไม่มีแล้ว แต่ยังมีตัววันที่ Chur
 ท่านก็สั่งซื้อที่นั่นได้
- คนเดียวจะซื้อตั๋วหลายใบก็ได้ หรือซื้อเพื่อหลายวันก็ได้
- ตัวแต่ละใบ จะต้องประกอบไปด้วย ชื่อ นามสกุล วันเดือน
 ปีเกิด ให้ตรงกับเอกสารที่ใช้ในการเดินทาง
- ถ้าเดินทางเป็นกลุ่มเกิน 10 คน เขาแนะนำให้อัปโหลดรูป
 จะได้ลดราคา 30 เปอร์เซ็นต์

ผู้ที่ใช้ Spartageskarte Gemeinde เป็นส่วนบุคคล
 เท่านั้น เนื่องจากมีชื่อ นามสกุล วัน เดือน ปีเกิด ของผู้ใช้ตัว
 ตรงกับเอกสารที่แสดงตัวตนของบุคคลผู้นั้น จึงไม่สามารถให้
 บุคคลที่ 3 ใช้ตัวนี้ได้

ตัวนี้จะมีแบบ E-Ticket im PDF Format
 หรือ Mobile Ticket QR-Code ใน Smartphone

ในกรณีที่ตัวรถไฟหาย ให้รีบแจ้ง Gemeinde ก่อน

วันเดินทาง เพื่อจะได้ออกตั๋วใหม่ให้ทันเวลา

**ทุกครั้งที่คุณซื้อตั๋วรถไฟนี้ ให้ตรวจสอบให้เรียบร้อย ว่ากรอก วัน
 เดือน ปีเกิด และวันเดินทางได้ถูกต้อง**

สำหรับผู้ที่ไม่อยากขับรถเอง ใน
 ปีหน้านี้ คงจะสะดวกมากขึ้นที่จะ
 ซื้อตั๋ววัน โดยราคาที่เท่ากันในทุก
 Gemeinde ทั่วประเทศสวิส

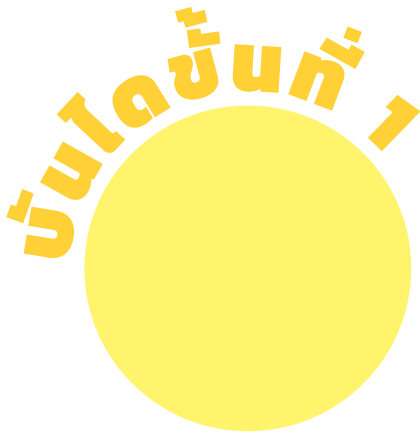
เราจะได้ขึ้นรถลงเรือ ไปเหนือล่อง
 ได้ โดยใช้ตั๋วใบเดียว สะดวกจริงๆ
 ค่ะ...

2024



บันได 3 ขั้น

โดย ก.ไตรคำ



คือ ใบอนุญาตพำนักระเภท B



คือ ใบอนุญาต
พำนักระเภท C



บทความนี้จะกล่าวถึงการขอสัญชาติสวิส
ซึ่งจะยากขึ้นเรื่อยๆ

ถึงแม้รัฐบาลกลาง (Bund; F: Confederation) จะบัญญัติกฎหมายไว้ว่า ผู้ที่จะขอสัญชาติสวิส จะต้องมีความสัมพันธ์ตามที่กฎหมายกล่าวไว้ (หาอ่านได้ในเว็บไซต์ มีรายละเอียด <https://www.thaifrauenverein.ch> แต่มีบางรัฐที่เพิ่มคุณสมบัติของผู้ขอสัญชาติสวิสให้ยากขึ้น เช่น Aargau ภาษาเยอรมันให้พูดได้ในระดับ B2 ถึงแม้ Bund กำหนดให้พูดได้ B1 ก็ตาม) ภาษาเขียนระดับ A2

และยังมีเรื่องรับเงินสังคมสงเคราะห์เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย หลายๆ รัฐจะดูว่าในระยะเวลา 3 ปี จนถึงวันยื่นเรื่องขอสัญชาติสวิสนั้นไม่ได้รับเงินสังคมสงเคราะห์ แต่มีในบางรัฐที่ดูย้อนหลังไปถึง 10 ปี ก่อนยื่นเรื่องขอสัญชาติสวิส เช่น Kantone Aargau, Bern, Graubünden เป็นต้น

บางครั้งเรานั่งลืมนานๆ ส่วนมากเราก็จะถือหลักกฎหมายที่รัฐบาลกลางกำหนดไว้ แต่ในความเป็นจริงแล้วแต่ละรัฐจะเพิ่มหลักการพิจารณาอย่างมากขึ้น เพราะฉะนั้นถ้าท่านใดพร้อมที่จะขอสัญชาติสวิส ให้ติดตามเว็บไซต์การขอสัญชาติสวิสในรัฐที่ท่านอาศัยอยู่

การได้มาซึ่งสัญชาติสวิส จะทำให้เราได้ประโยชน์อีกมากมาย เดินทางไปได้เกือบทั่วโลก โดยไม่ต้องเสียเวลาในการขอวีซ่า นอกจากนั้นถ้าเราอยากจะทำมาหากินในอเมริกา คานาดา ออสเตรเลีย และประเทศอื่นๆ ก็ย่อมทำได้ สัญชาติสวิสจะเป็นใบเบิกทางให้โอกาสเราได้มากขึ้น ถ้าอายุยังน้อยก็ไปเรียนต่อที่อเมริกา และประเทศอื่นๆ ได้ง่ายขึ้น

ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนที่กำลังเตรียมตัวขอสัญชาติสวิส ประสบความสำเร็จนะคะ...





สำเร็จแล้ว ที่หาตัวเองเจอ

โดย โยทะกา

การสอบจบการศึกษาชั้นมัธยมปลาย
(Matura) ของนักเรียนที่นี่ (เมืองที่เราอยู่)
ค่อนข้างจะหนักหน่วง เพราะมีทั้งสอบข้อเขียน
และสอบปากเปล่า

โดยจัดสอบข้อเขียนหนึ่งอาทิตย์ หยุดพักหนึ่งอาทิตย์ จึงสอบปากเปล่าอีกหนึ่งอาทิตย์ การสอบปากเปล่านั้น นักเรียนที่เลือกเรียนโปรแกรมสองภาษา เช่น เยอรมัน-อังกฤษ หรือ เยอรมัน-ฝรั่งเศส ต้องอ่านหนังสือทั้งหมดสิบสองเล่ม รวมบทกวีอีกหนึ่งเล่ม เพื่อเตรียมสอบ 3 วิชา 3 ภาษา (เยอรมัน-ฝรั่งเศส-อังกฤษ) โดยสอบเพียงเล่มละหนึ่งวิชา+บทกวี พวกเขาจะไม่รู้ล่วงหน้าเลยว่า จะจับฉลากได้สอบหนังสือเล่มใด การอ่านหนังสือและเตรียมตัวสอบในเทอมสุดท้าย หากไม่ได้เตรียมตัวให้ดีแต่เนิ่นๆ จะค่อนข้างเคร่งเครียดและเหนื่อยหนัก ซึ่งไม่ได้มีเพียงแต่การสอบที่รออยู่ แต่กิจกรรมก่อนจบมัธยมปลายก็มีอีกมากมาย ไม่เว้นแต่ละวัน ดูวุ่นวาย สับสน และเร่งรีบตลอดเวลา ทำให้นึกถึงคำพูดของบรรดาเพื่อนๆ ของลูกที่ไม่ยอมเรียนต่อมัธยมปลายด้วยเหตุผลว่ากลัวจะเรียนหนักเกินไป และจะเรียนไม่ไหว เพราะตนเองก็ไม่ได้ชอบการเรียนมากขนาดนั้น

ข่าวสารที่ได้รับทราบจากผู้ปกครองท่านอื่นๆ จากอาจารย์ในโรงเรียน รวมถึงจากลูก และเพื่อนๆ ของลูก ว่ามีนักเรียนที่จบมัธยมปลายโรงเรียนเดียวกัน (ปี ค.ศ. 2023) จะไปเข้าเรียนต่อในมหาวิทยาลัยเพียง 20% และเท่าที่ทราบน่าจะเป็นสถิติต่ำที่สุด หลังจากสถานการณ์โควิด 19 เพื่อนร่วมชั้นเรียนของลูก จะไปเรียนต่อเพียงสองคนเท่านั้น ผู้ชายจะไปเข้าฝึกทหารตามที่กฎหมายระบุ (อายุ 18 ปี) หลังจากฝึกทหารแล้ว ค่อยคิดว่าจะไปทำอะไรต่อ ส่วนคนอื่น ๆ มีทั้งขอพักเพื่อหาตนเองก่อน เพราะยังไม่รู้ว่าทำอะไรดี บางคนจะหาที่ฝึกงาน และบางคนจะหางานทำ



คำถาม คือ

ทำไม จึงมีนักเรียนที่จบมัธยมปลาย (จากโรงเรียนนี้) ไปเรียนต่อในมหาวิทยาลัยจำนวนน้อยมาก โดยส่วนตัวคิดว่าเหตุผลหลักๆ เหตุผลหนึ่งของคนที่นี้ คือ ไม่ได้ให้ความสำคัญกับใบปริญญาบัตรมากไปกว่าประสบการณ์การทำงาน หรือความชำนาญในงานด้านนั้นๆ ทุกคนที่ประกอบอาชีพสามารถเลี้ยงดูตนเองได้ ส่วนมากมักจะพอใจในสิ่งที่ตนเองทำ อาชีพในตลาดแรงงานมีให้เลือกมากมาย แถมช่องทางในการศึกษาต่อ หรือศึกษาเพิ่มเติมเพื่อเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง ในอาชีพนั้นๆ ก็สามารถทำได้ตลอด แต่การที่มีจำนวนนักเรียนเข้าเรียนต่อในมหาวิทยาลัยน้อยลง ตลาดแรงงานระดับสูง ก็น่าจะขาดแคลนมากขึ้นเช่นกัน

จากคำพูดของอาจารย์ท่านหนึ่งที่เอยถึงคนรุ่นนี้ คือ คนรุ่นนี้มีความกลัวสูงมาก กลัวเรื่องของการ “ตกข่าวสารในโลกโซเชียล” ทำให้พวกเขาต้องออนไลน์ตลอดเวลา ข่าวสารข้อมูลที่เราได้รับนั้นรวดเร็ว และมากมายเกินไป จนไม่มีเวลาแยกแยะวิเคราะห์และย่อยข้อมูล พวกเขาจึงต้องการ “เวลา” ในการตัดสินใจ และหาตัวตนที่แท้จริงของตนเอง

จากความเห็นในมุมมองนี้ ทำให้มีผู้ปกครองหลายคนตั้งคำถามกลับไปว่า แล้ว “ต้องใช้เวลา” หรือ “ต้องใช้เวลา” นานขนาดไหน เขาเหล่านั้นจึงจะค้นพบตนเองว่าชอบอะไร และจะเลือกเดินไปในทิศทางใด...คำตอบที่ได้รับคือ คงต้องแล้วแต่คนคนนั้น รวมไปถึงครอบครัวนั้นด้วยว่าจะจัดการและแก้ไขกับปัญหาเหล่านั้นอย่างไร

โยทะกาเห็นด้วยเป็นอย่างมากกับคำตอบนั้น “การใช้เวลา” เท่ากับ “เป็นการเสียเวลา” หรือไม่ คงไม่มีใครตัดสินแทนใครได้ เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับมารยาทประสบการณ์ รวมไปถึงการใช้ชีวิตของแต่ละคน และแต่ละครอบครัว “การใช้เวลา” หรือ “ไม่ใช้เวลา” อาจจะเกี่ยวข้อง หรือไม่ได้เกี่ยวข้อง ความสำเร็จในอนาคตก็เป็นได้

กลับมาดูที่ผลการสอบมัธยมปลายที่ประกาศออกมา ผลสอบในมือทำเอาสาวน้อยน้ำตาาร่วง เพราะคาดหวังไว้มากกว่าจะได้เกรดดีมากในวิชาที่ทุ่มเทเต็มที่ เขาเข้ามากอดแม่ และร้องไห้ เขาไม่เข้าใจว่าทำไมคะแนนออกมาไม่ได้อย่างที่ตนเองคิด ทั้งๆ ที่ทำข้อสอบได้ แม่ต้องปลอบโยนกันอยู่สักพักทีเดียวจึงสงบลง...

โยทะกาอาจจะนึกไปถึงตนเองสมัยเรียนมัธยมปลายไม่ได้ สมัยโน้นตัวโยทะกาไม่ได้มีความโดดเด่นอะไรสักเรื่อง เป็นเด็กใหม่ที่ย้ายไปเรียนแบบไม่มีเพื่อน ไม่รู้จักใคร เป็นเด็กหลังห้อง ที่แทบจะไม่มีใครสนใจเลยด้วยซ้ำ เมื่อต้องทำงานกลุ่ม เพื่อนร่วมห้องจะเรียกไปเข้ากลุ่มด้วยก็ต่อเมื่อขาดคน หรือเวลาจับกลุ่มทำงานก็จะอยู่ในกลุ่มกับพวกที่ไม่มีตัวตนเหมือนกัน ตนเองเรียนจบมัธยมปลายมาด้วยผลการเรียนแบบเอาตัวรอดไม่ตก แต่ก็ไม่ได้ดีขนาดที่มหาวิทยาลัยเห็นเกรดแล้วจะเรียกไปสัมภาษณ์เลย การเข้า

เรียนต่อในมหาวิทยาลัยจึงต้องอาศัยความสามารถส่วนตัว และโซคยังเข้าข้างที่สามารถหาที่เรียนได้ตามที่ใจอยากจะเรียน ปัจจุบันนี้เมื่อมองย้อนกลับไป มักจะรู้สึก ว่า ตนเอง โซ คติ ที่ ผ่าน ประสบการณ์ทั้งดี และแย่เหล่านั้นมาได้ นั่นก็นับว่าเป็นความสำเร็จอย่างหนึ่งของชีวิตเช่นกัน

โยทะกาอดปอดลูกและบอกเขาไปว่า แม้ว่าเกรดที่ได้จะไม่ดีอย่างที่หวัง แต่วันนี้ก็เรียนสำเร็จแล้ว จบมัธยมปลายได้แบบไม่ตกสักรวิชา ไม่ต้องเรียนซ้ำชั้น แถมมหาวิทยาลัยที่สมัครไป ก็ตอบรับมาแล้วว่าได้เรียนในสาขาที่อยากจะเรียนแน่นอน เป็นเรื่องที่น่าจะดีใจ ไม่ใช่ร้องไห้ ควรก้าวไปต่อสู่กับสิ่งที่รออยู่ข้างหน้า มากกว่าจะเสียใจกับสิ่งที่ผ่านไปแล้ว เขาตอบว่า “ก็มันทำไม่สำเร็จอย่างที่คิด มันก็ต้องเสียน้ำตาบ้างแหละแม่” แม่เลยตอบไปว่า แม่ก็มีน้ำตา แต่น้ำตาของแม่ คือความดีใจ “ดีใจที่วันนี้หนูหาตัวเองเจอ”

เขาจะต้องการเวลาหรือไม่ ในวันนั้นเขายังไม่ได้ “ร้องขอเวลา” ส่วนวันข้างหน้า เวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์ต่อไป



ล้มเหลว

คืออีกขั้น ของบันได ไปสู่ชัยชนะ

โดยมดเอ็กซ์

เมื่อต้นเดือนมีข่าวการให้สัมภาษณ์ของนักบาสชื่อดังของอเมริกาคนหนึ่ง ซึ่งเป็นข่าวดังในแวดวงธุรกิจทั่วโลก คลิปสัมภาษณ์นั้น ถูกแชร์ไปจนกลายเป็นไวรัล นั่นก็คือ การตอบคำถามของ “ยานนิส อันเตโตคุมเป้” นักบาสจากทีม มิลวอกี้ บัคส์

เนื่องจากทีมนี้ไม่สามารถคว้าแชมป์ได้ตามคาดหวัง ซึ่งยานนิส เป็นผู้เล่นตัวหลัก ตัวทำคะแนนของทีม จึงถูกนักข่าวถามว่า “คุณมองว่าฤดูกาลนี้ล้มเหลวหรือไม่” และนี่คือคำตอบบางส่วนที่กลายเป็นไวรัลจับใจคนทั่วโลก **“ผมอยากถามว่า ในอาชีพของคุณ คุณได้เลื่อนตำแหน่งทุกๆ ปีหรือไม่ ก็คงไม่ใช่ ถูกต้องหรือไม่ เพราะฉะนั้น ในปีที่คุณไม่ได้เลื่อนตำแหน่ง คุณจะบอกว่าปีนั้น เป็นปีที่คุณล้มเหลวไหม ทุก ๆ ปีที่คุณตั้งใจทำงานเพื่อเป้าหมายในอาชีพของคุณ เพื่อความฝันของคุณ แต่ถ้าปีนั้น คุณไปไม่ถึงฝัน มันไม่ใช่ความล้มเหลว แต่มันคืออีกขั้นของบันไดไปสู่ความสำเร็จต่างหาก”**

ไมเคิล จอร์แดน เล่นในลีกนี้มา 15 ปี ได้แชมป์ 6 ครั้ง คุณจะบอกว่าอีก 9 ครั้ง มันคือความล้มเหลวหรือ บางครั้งจังหวะชีวิตทำให้คุณโดดเด่น และบางครั้งคนอื่นก็โดดเด่น นั่นคือกีฬา คุณไม่มีทางชนะเสมอไป สำหรับผม ช่วง 50 ปี ระหว่าง ค.ศ. 1971 ถึง ค.ศ.2021 มิลวอกี้ ไม่เคยได้แชมป์เลยสักครั้ง คุณจะเรียกว่าเป็น 50 ปีของความล้มเหลวหรือไม่ ไม่ใช่ มันคือขั้นบันไดสู่ความสำเร็จต่างหาก ที่ผ่านมาระหว่างแชมป์มาได้หนึ่งครั้งแล้ว และหวังว่าอนาคตเราจะทำได้อีก”

ต่อให้ไม่ใช่สายกีฬา เมื่อได้ฟังคำสัมภาษณ์ของยานนิสแล้ว เชื่อว่าทุกคนสามารถเชื่อมโยงประโยคต่างๆ นั้น เข้ากับชีวิตตัวเองได้ ไม่มีมนุษย์คนไหนเกิดมาแล้วยิ่งใหญ่ได้ชัยชนะเลย หากตามดูเส้นทางของผู้ประสบความสำเร็จทุกคน จะพบว่า กว่าจะถึงปลายทางของความสำเร็จ ทุกคนผ่านขวากหนาม และอุปสรรคต่างๆ มากมาย ร้อยพันประการมาแล้วทั้งนั้น และนักธุรกิจเก่งๆ ทั่วโลก มักจะสรุปเป็นเสียงเดียวกันว่า ขอขอบคุณ

ทุกความล้มเหลวในชีวิต เพราะนี่คือประสบการณ์ นี่คือการสะสมทักษะ นี่คือนั่นบันไดอีกขั้นที่จะนำเราขึ้นไปสู่ยอดภูเขาแห่งชัยชนะ หากไม่เคยพบพานกับข้อผิดพลาดต่างๆ หรือความกดดันใดๆ เลย ในชีวิต เราจะได้เรียนรู้เส้นทางที่ผิด จะไม่ได้เรียนรู้วิธีการแก้ไขปัญหา การจัดการวางแผนที่ดีขึ้น

ในยุคใหม่ คำสอนของผู้ที่ผ่านร้อนผ่านหนาวมาในชีวิต มักจะบอกคนรุ่นใหม่ว่า เริ่มให้เร็ว ล้มให้เร็ว ลุกให้เร็ว และล้มให้บ่อย ที่สำคัญคือ ล้มไปข้างหน้า หมายความว่า ทุกครั้งที่ล้ม ควรที่จะก้าวหน้า หาจุดผิดพลาดให้เจอทุกครั้งที่ล้ม แล้วสร้างเครื่องมือใหม่มาปิดป้องจุดรั่วรั้นเสีย การล้มครั้งใหม่ ต้องไม่ใช่เพราะเหตุเดิม ต้องล้มด้วยข้อผิดพลาดใหม่ๆ แล้วทุกการล้ม จะมีความหมายยิ่งใหญ่มหาศาลให้เราได้เรียนรู้

เรามักด้อยค่าตัวเองเมื่อเกิดความผิดพลาด ผิดแผน ทุกอย่างล้มครืน แต่ลืมไปว่า เส้นทางของความผิดพลาดนั้น ก่อบทเรียนอะไรให้เราบ้าง ไม่ใช่เรื่องการทำงานอย่างเดียว แต่หมายรวมถึงทุกอย่างในชีวิตของเรา การเลี้ยงลูก ชีวิตครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อน การเริ่มธุรกิจใหม่ การประกอบอาชีพ การเรียนหลายอย่างเหล่านี้เราสามารถเดินไปในเส้นทางที่ผิดพลาดได้ ล้มเหลวได้ แต่ไม่มีอะไรเป็นนิรันดร์ ล้มได้ก็ลุกขึ้นมาใหม่ได้ ทุกชีวิตที่เติบโตคือ การลอกคราบตัวเองซ้ำแล้วซ้ำเล่า

หากความสำเร็จคือเป้าหมาย เครื่องมือ คือ ความเชื่อ ความมุ่งมั่น ขยัน ตั้งใจ เรียนรู้ การจัดการวางแผน การลงมือทำอย่างทุ่มเท แต่สิ่งหนึ่งที่เรไม่ควรเพิ่มลงไปอีกหนึ่งเครื่องมือของการเดินทางไปสู่ความสำเร็จก็คือ เปิดโอกาสให้ได้ล้มเหลวผิดพลาดบ้าง และใช้ประโยชน์จากมันให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ แล้วกลับไปตั้งมั่นทำสิ่งที่เชื่อต่อ ขั้นบันไดที่จะก้าวขึ้นสู่ชัยชนะ มักจะมีหนามแหลม คมหิน ให้เราจำต้องเหยียบย่ำผ่านไปเสมอ

เมื่อเราล้มเหลว และทุกอย่างไม่เป็นไปตามฝัน อย่าลืมหันไปมองว่า เราผ่านมันมาขึ้นแล้ว การล้มเหลวครั้งนี้ ก็เป็นเพียงอีกหนึ่งขั้นบันไดของชีวิตเท่านั้น ขอส่งกำลังใจให้กับทุกคนที่กำลังอาจจะอยู่ในสถานการณ์ชีวิตที่หนักหน่วงสาหัส ไม่ว่าเรื่องอะไรก็ตาม บอกตัวเองนะคำว่า ชีวิตกำลังให้ประสบการณ์ชีวิตกับเราเท่านั้น เพื่อให้เราได้เติบโต ลอกคราบ และกลายเป็นคนใหม่ที่แข็งแกร่งยิ่งกว่าเดิม...



เส้นชัยชีวิต

โดย เมียฝรั่ง นอกกรอบ

เส้นชัยไม่จำเป็นต้องไปหามัน รางวัลมี
ไว้ให้คนตั้งใจ ขวากหนามที่มึนแทง
ก่อนผ่านพ้นไป โลกนี้ไม่มีอะไรได้
มาง่ายดาย...



เคยถามตัวเองไหม เราเกิดมาบนโลกใบนี้เพื่ออะไร
เส้นชัยชีวิตความเป็นมนุษย์อยู่ที่ไหน อัจฉริยะที่รู้จักคำถาม
นี้ และเริ่มค้นหาคำตอบ ค้นหาเส้นชัยให้กับชีวิต ตั้งแต่ยัง
เยาว์วัย

ต้นทุนชีวิต ต้นทุนทางสังคมมีไม่มาก แม่ทวีปสอน
อฉันว่า...ถ้าต้องการมีชีวิตที่ดี มีเกียรติ มีเงินทอง ต้องตั้งใจ
เรียน ขยัน ประหยัด อดทน สอบให้ได้คะแนนดี การศึกษา
เป็นใบเบิกทางชีวิต นำไปสู่หน้าที่การงานที่ดี รายได้ทั้งงาม การ
ศึกษาจะช่วยยกระดับมาตรฐานชีวิตให้ดีขึ้นกว่าชีวิตของพ่อแม่
และเพื่อนบ้าน และช่วยให้มีวิถีชีวิตแบบที่ฝันได้

ตลอดเส้นทางเดินของชีวิตที่ผ่านมา เมื่อชีวิตเจอ
อุปสรรคปัญหา มีทุกข์ มีขวากหนามมาขวางกั้น อฉันจะ
หันกลับมาถามตัวเองเสมอ อฉันเกิดมาเพื่ออะไร เส้นชัยความ
เป็นมนุษย์ของอฉันอยู่ที่ไหน หน้าที่ขณะนี้ของอฉันคืออะไร
เส้นทางชีวิตของมนุษย์ทุกคน มีอุปสรรค มีปัญหา มีทุกข์กาย
มีทุกข์ใจ ต้องรู้วิธีประคองชีวิต ปรับแต่งแก้ไขชีวิตให้สมดุล
ให้ตั้งอยู่บนทางสายกลาง ทั้งร่างกายและจิตวิญญาณ

กรอบแนวทางเดินชีวิตที่ทำให้อฉันมา ถึง ปัจจุบันได้ มีดังนี้

1. รับผิดชอบหน้าที่ในทุกช่วงเวลาชีวิตให้ดีที่สุด

เป็นเด็ก...มีหน้าที่ศึกษาเล่าเรียน ตั้งใจเรียนเพื่อใช้วิชา
ความรู้ เพื่อเป็นพื้นฐานที่แข็งแกร่งให้กับชีวิต ช่วยเหลือแบ่งเบา
ภาระหน้าที่พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ช่วยทำงานบ้าน งานเรือน

เป็นวัยรุ่น...รับผิดชอบชีวิตตัวเองไม่ให้เดินไปทิศทาง
ที่ลากชีวิตตัวเองและผู้อื่นให้ต่ำตม ป้องกันระวังไม่ให้ชีวิตผิดพลาด
เข้าคุกเข้าตะราง หรือต่ำศีลธรรม ทำให้ชีวิตไม่มีโอกาส
กลับตัวกลับใจได้อีกต่อไป อย่าทำให้ชีวิตสูญเสียเกียรติ สูญเสีย
ความสง่างาม ในการมีชีวิตอยู่

เป็นผู้ใหญ่...รับผิดชอบชีวิตตัวเอง ไม่ให้เป็นภาระ
ของสังคม และคนรอบตัว ดูแลเลี้ยงชีพด้วยสัมมาอาชีพะ ช่วย
เหลือแบ่งปันให้บุคคล คนในครอบครัว ญาติ พี่น้อง เพื่อนๆ
และสังคมตามกำลังทรัพย์ กำลังร่างกาย และกำลังสมองของ
ตัวเอง



- ใช้ชีวิตสอนชีวิต ผิดพลาดไม่ดีตรงไหน ปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น
ไม่หยุดเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง เรียนรู้วิถีชีวิตของคนดี
เพื่อนมาเป็นแบบอย่าง เป็นแรงบันดาลใจให้ชีวิต เรียนรู้
วิถีชีวิตของคนที่ไม่ดี เพื่อให้รู้เท่าทัน รู้วิธีการ ปกป้องชีวิต
ตัวเองให้พ้นภัยจากคนไม่ดี เปรียบเทียบชีวิตตัวเองกับอดีต
ที่ผ่านมา เพื่อให้การเดินทางไปสู่เส้นชัยของชีวิตเร็วขึ้น มี
ความสุขมากขึ้น เปรียบเทียบชีวิตตัวเอง กับคนรอบข้าง
เพื่อให้เห็นมาตรฐานของสังคม ที่เราใช้ชีวิตอาศัยอยู่ เพื่อ
ใช้ปรับวิถีชีวิตให้ถูกต้องตรงตามที่ถูกสังคม ชีวิตพัฒนา
เจริญก้าวหน้า อยู่ผิดที่ ผิดสังคม ชีวิตพัฒนาไปได้ไม่ไกล
- อยู่กับปัจจุบัน ไม่นำอดีตมากริดหัวใจ ไม่นำอนาคตมา
รันทดหัวใจ ปัจจุบัน (Present) คือของขวัญ นำมาซึ่งความ
สุข เราต้องชัดเจนในตัวตน ชื่อสัตย์กับความรู้สึกของตัวเอง
เพื่ออนุญาตให้ตัวเอง มีความสุขกับปัจจุบัน และช่วย
คิดแยก ช่วยพิสูจน์ตัวตนของคนที่เราล้อมรอบตัวเรา
ทำให้ชีวิตไม่เสียเวลาไปกับบุคคล ที่นำพลังงานลบ เพิ่ม
พลังงานร้ายให้กับชีวิตเรา

มีเวลาใช้ชีวิตกับปัจจุบัน มีเวลาแบ่งปันช่วงเวลาดีๆ
ที่มีคุณภาพ กับคนที่เห็นคุณค่าในตัวเรา มีเวลาดูแลสุขภาพ
จิตให้ดี มีเวลาดูแลสุขภาพกายให้ดี มนุษย์ไม่สามารถ กลับไป
แก้ไขอดีตได้ แต่สามารถเริ่มต้นทำให้อดีต เป็นอดีตที่ดีได้ โดย
ทำปัจจุบันให้ดี

เพราะปัจจุบัน คือ อดีตของอนาคต

ถ้าทำปัจจุบันดี ในอนาคตเราจะมีอดีตที่ดี

อดีตนำพาเรามาอยู่ ณ ปัจจุบัน

ปัจจุบัน นำพาเราไปอยู่ในอนาคต

เราต้องการให้อนาคตเป็นแบบไหน เราเลือกได้...โดย
เริ่มต้นทำที่ปัจจุบัน อฉันตั้งเป้าหมายเส้นชัยชีวิต ของความเป็น
มนุษย์ไว้ เพื่อมีชีวิตที่ดีกว่าในอดีต เพื่อมีความสุขในปัจจุบัน
เพื่อเดินทางไปอยู่ในแผ่นดินของพระเจ้าชั่วนิรันดร์ ไม่กลับมา
เวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป ลิขิตฟ้า หรือจะสู้มานะตน เส้น
ชัยชีวิตของแต่ละคน อยู่ที่ตนกำหนดเอง...



5 เคล็ดลับที่ควรขึ้นห้องในหน้าร้อน

โดย คนปรุงชา

ถ้าโลกใบนี้

ไม่มีแสงแดด
จะเป็นอย่างไร

เพราะแสงแดดช่วยในการมองเห็น ช่วยให้ความอบอุ่นกับมนุษย์และสิ่งมีชีวิต ทุกสิ่งในธรรมชาติล้วนมีแสงแดดเป็นปัจจัยหลักในการดำรงชีวิต ต้นไม้ใบหญ้าล้วนอาศัยน้ำและแสงแดดในการเจริญเติบโต นึกถึงช่วงฤดูหนาวอันยาวนานที่มีกลางวันสั้นกว่ากลางคืน ความหนาวเหน็บทำเอาหลายๆ คนซึมเศร้า แต่เมื่อฤดูร้อนมาเยือนหลายๆ คนตื่นเต้น และมีความสุขที่จะได้ออกไปเผชิญกับแสงแดด ได้ทำกิจกรรมกลางแจ้งต่างๆ โดยที่ไม่คำนึงถึงอันตรายใดๆ

รู้หรือไม่ว่าแสงแดดจ้านั้นไม่เพียงแต่จะทำให้เรารู้สึกร้อน แต่ยังสามารถส่งผลกระทบต่อระบบต่างๆ ภายในร่างกาย ผู้ที่ชื่นชอบการอาบแดดริมทะเลสาบหรือตามชายหาด ใช้เวลาทั้งวันภายใต้แสงแดดจ้า ไร้ร่มเงา โดยเฉพาะในช่วงเวลา 10.00-16.00 นาฬิกา ที่อุณหภูมิสูงถึง 34-35 องศาเซลเซียส ร่างกายได้รับแสงแดดในระยะเวลานานเกินไป และกระทำอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานหลายปี ผิวหนังคล้ำแดด ผิวที่ไหม้จะเริ่มมีรอยด่างที่คล้ายกลากเกลื้อน บางรายจะมีตุ่มนูนที่มีลักษณะผิวหนังหนาแข็งจะขยายตัวลามมากขึ้น และเกิดความระคายเคือง เนื่องจากในแสงแดดประกอบไปด้วยรังสีอัลตราไวโอเล็ต (Ultraviolet) หรือที่เรียกว่ารังสียูวี (UV) ซึ่งสามารถทำลายคอลลาเจน (เซลล์เนื้อเยื่อของผิวหนัง) เสื่อมสภาพ

ดังนั้นการดูแลตัวเองในช่วงฤดูร้อนจึงจำเป็นอย่างมาก เนื่องจากแสงแดดในหน้าร้อนทำให้ผิวหนังและผิวหนังคล้ำขึ้น เมื่อมีการสัมผัสแสงแดดบ่อยๆ แสงยูวีจะกระตุ้นให้เซลล์สร้างเม็ดสีทำงานมากขึ้น และเป็นปัจจัยกระตุ้นให้เกิดฝ้าและกระแดด จึงควรที่จะดูแล เช่น ควรทาครีมกันแดดก่อนออกแดด ทุกครั้งที่ออกแดดควรสวมหมวกกันแดดและแว่นตากันแดด ควรหลีกเลี่ยงการตากแดดในช่วงเวลาที่แดดจ้ามาตั้งแต่เวลา 10.00-16.00 นาฬิกา

ช่วงเวลาที่เหมาะกับการอาบแดดหรือทำกิจกรรมกลางแจ้งคือ แสงแดดเช้า 06.00-08.00น. และแสงแดดช่วงเย็นหลังจาก 16.00น. ควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน เช่น กาแฟเย็น จะทำให้ปัสสาวะบ่อยครั้งกว่าปกติ เพราะร่างกายต้องการขับสารเหล่านี้ออกไป ทำให้เสียน้ำในร่างกายมากกว่าเดิม เบียร์หรือไวท์ที่มีแอลกอฮอล์ จะทำให้ร่างกายมีอุณหภูมิสูงขึ้น บวกกับอากาศที่ร้อน ส่งผลให้แอลกอฮอล์ ซึมเข้ากระแสเลือดได้เร็ว ไปกระตุ้นให้หัวใจสูบฉีดเลือดอย่างรวดเร็ว อาจทำให้เกิดอาการช็อคได้

เรามีตัวเลือกมากมายสำหรับ เครื่องดื่มคลายร้อน ไม่ว่าจะเป็นน้ำผลไม้ปั่น มีอคเทล น้ำโซดา น้ำชา น้ำสมุนไพร แต่เครื่องดื่มเย็นเหล่านี้ ล้วนมีน้ำตาลผสมอยู่เป็นจำนวนมาก ดังนั้นผู้เขียนจึงหาตัวเลือกที่ดี สามารถเตรียมเองได้ และไร้น้ำตาล คือการดื่มน้ำสมุนไพร เช่น ชาดอกเก๊กฮวย (Chrysanthemum Flower Tea) หรือชาดอกเบญจมาศ มีทั้งดอกสีขาวและสีเหลือง ให้ความหอมอ่อนๆ สีเหลืองอ่อนของน้ำชาให้รสชาตินุ่มละมุนลิ้น ช่วยให้รู้สึกผ่อนคลาย มีฤทธิ์เย็น แก้อาการ ระบายความร้อน อีกทั้งยังช่วยขับสารพิษออกจากร่างกาย เหมาะที่จะดื่มในหน้าร้อน นอกจากช่วยดับกระหายแล้ว ชาดอกเก๊กฮวยยังมีคุณสมบัติ ช่วยผ่อนคลายระบบประสาท เสริมสมาธิในการจดจ่อ ในดอกเก๊กฮวยยังมีวิตามินซี ที่ช่วยให้หลอดเลือดแข็งแรง บำรุงสายตา ใน



ชาดอกเบญจมาศ ยังมีสารฟลาโวนอยด์ ป้องกันเส้นเลือดหัวใจตีบ เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน และต้านการอักเสบในร่างกาย เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดี เราสามารถดื่มชาดอกเบญจมาศ อุ่นๆ สักแก้วในยามเช้า ช่วงสาย และก่อนนอน แต่ควรระวังความหวาน ในกรณีที่ชอบรสหวาน เพื่อมิให้มีการสะสมน้ำตาลในเลือด ควรเตรียมชาแบบไร้น้ำตาล หรือใช้น้ำตาลที่มีแคลอรีต่ำ เช่น หญ้าหวาน หรือน้ำตาล Birken

ชาใบหม่อน (Mulberry) มีสีน้ำชาเขียวอ่อนคล้ายชาเขียว แต่มีรสชาหอมหวานเล็กน้อย เป็นสมุนไพรที่มีฤทธิ์เย็น จึงเหมาะที่จะดื่มในหน้าร้อน ยามที่อากาศร้อนอบอ้าว บางครั้งเราจะรู้สึก เจ็บคอ ระคายเคือง ไอแห้ง ตาแห้ง ที่เราเรียกว่าหวัดแดด เมื่อได้ดื่มชาใบหม่อนสัก 3-4 แก้วต่อวัน และดื่มติดต่อกัน จะช่วยบรรเทาอาการเจ็บคอ และทำให้คอชุ่มชื้น แก้วร้อนใน กระหายน้ำ สีเขียวของใบหม่อน อุดมไปด้วย



วิตามินและแร่ธาตุ ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด รักษาโรคเบาหวาน ลดไขมันในเลือด จึงเหมาะที่จะดื่มช่วงเช้า เพื่อทำความสะอาดลำไส้ เมื่อดื่มช่วงเย็น จะช่วยซ่อมแซมระบบภูมิคุ้มกัน จึงเป็นเครื่องดื่มที่เหมาะกับคนทุกวัยในครอบครัว

ชาดอกอัญชัน (Butterfly Pea) เป็นดอกไม้ที่มีสีน้ำเงินเข้ม แต่ไม่มีกลิ่น สีเข้มของดอก คือสารแอนโทไซยานิน ซึ่งเป็นสารสีม่วงอยู่มาก สารนี้มีคุณสมบัติเพิ่มการไหลเวียนของเลือด ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ดีขึ้น เช่น หลอดเลือดส่วนปลาย ทำให้เลือดไปเลี้ยงรากผมมากขึ้น ทำให้เกล็ดหนังที่ทำงานเกี่ยวกับการมองเห็นแข็งแรงขึ้น ช่วยลดความเสี่ยงของการเกิดภาวะเส้นเลือดอุดตัน ช่วยในการชลอวัยและรื้อรอยแห่งวัย ช่วยในการบำรุงสมอง คลายความเครียดและวิตกกังวล ช่วยล้างสารพิษและของเสีย ออกจากร่างกาย เราสามารถดื่มชาดอกอัญชันได้ทั้งร้อนและเย็น ข้อสำคัญในการเตรียมชาจะต้องใช้ปริมาณของดอกอัญชันเพียง 3-4 ดอก ต่อถ้วยชา ไม่ควรบริโภคน้ำอัญชันที่มีสีเข้มขึ้นเกินไปเพราะจะทำให้ไตทำงานหนักในการขับสารสีออกมา

กระเจี๊ยบแดง

(Roselle , Hibiscus)

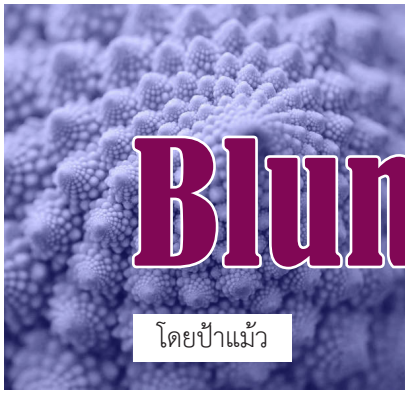
หลายๆคนคงรู้จักดี แต่ผู้เขียนยังคงต้องยกขึ้นหิ้งชาสำหรับหน้าร้อนนี้ เพราะสีแดงสดสวยของน้ำชา รสชาติที่อมเปรี้ยว อุดมไปด้วยวิตามินและสารอาหาร เมื่อนำกลีบดอกของกระเจี๊ยบแดงมาชงชา นอกจากจะช่วยดับกระหายให้ความสดชื่น ยังมีสรรพคุณมากมาย เช่น ช่วยขับปัสสาวะ แก้วร้อนใน ขับนิ่วในไต นิ่วในกระเพาะปัสสาวะ บำรุงธาตุ ช่วยลดไขมันในเลือด ลดน้ำตาลในเลือด กระเจี๊ยบมีวิตามินซีสูง จึงช่วยเสริมความแข็งแรงให้ระบบภูมิคุ้มกันร่างกาย อีกทั้งด้านการอักเสบ แม้ว่ากระเจี๊ยบจะมีคุณสมบัติมากมาย แต่เราควรดื่มพอประมาณ และไม่ควรรับประทานกระเจี๊ยบมากเกินไปในการชงชา เพราะกระเจี๊ยบมีฤทธิ์เป็นยาระบายอ่อนๆ อาจทำให้เกิดท้องเสียได้ และดื่มในปริมาณที่เหมาะสม อย่างน้อย 1-2 แก้ว ต่อวัน และเลือกดื่มน้ำกระเจี๊ยบที่มีน้ำตาลน้อย ก็สามารถทำให้ร่างกายสดชื่น



ชากุหลาบ (Rose Tea)

เป็นดอกไม้ที่ได้รับความนิยมนับแต่โบราณจวบจนปัจจุบัน โดยเฉพาะประเทศแถบตะวันออกกลาง อิหร่าน ตุรกี ได้ใช้ดอกกุหลาบในการทำเครื่องหอม น้ำกุหลาบ น้ำมันกุหลาบ กลีบกุหลาบสามารถนำมาประกอบอาหาร และชงเป็นชาดื่ม กลิ่นหอมอ่อนๆ ของชากุหลาบ ช่วยบรรเทาอาการปวดหัว คลายเครียดทำให้นอนหลับได้ดี อีกทั้งยังช่วยลดความรู้สึกซึมเศร้าได้ด้วย แก้อาการอ่อนเพลีย แก้วตัวร้อน ลดอาการอักเสบ ช่วยบำรุงผิวพรรณ ปกป้องผิวจากแสงแดด ดื่มชากุหลาบบ่อยๆ จะช่วยกระตุ้นเลือดลม ทำให้ร่างกายคงความสดชื่น กลีบกุหลาบบดเป็นผงใช้โรยแต่งหน้าสลัดหรือผสมในน้ำสลัด ช่วยเพิ่มความหอมและสีสันให้กับมื้ออาหาร ความเหมาะสมในการดื่มชากุหลาบเพียงวันละ 1-2 ถ้วย ก็เป็นยาบำรุงหัวใจ บำรุงกำลัง บำรุงเลือดได้ดี

นอกจากเครื่องดื่มที่กล่าวมา เราควรดื่มน้ำสะอาดให้มากขึ้นด้วย เพื่อทดแทนน้ำที่เสียไป เนื่องจากอากาศที่ร้อนและควรหลีกเลี่ยงการดื่มน้ำเย็นจัด เพราะจะส่งผลให้ระบบเผาผลาญอาหารในร่างกายทำงานได้ไม่ดี เลือกกินอาหารอย่างระมัดระวัง หน้าร้อนระบบย่อยอาหารจะทำงานลดลงจากอุณหภูมิภายนอกที่สูงขึ้น ไม่ควรรับประทานอาหารปิ้งย่างบ่อยจนเกินไป ควรเน้นรับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ๆ อาหารอ่อนๆ ที่มีน้ำเป็นส่วนผสมพอเพียง เพียงเท่านี้คุณก็จะสามารถมีความสุขสนุก กับอากาศในหน้าร้อนได้อย่างปลอดภัย



โดยป้าแมว

ดอกกะหล่ำ

Blumenkohl

ทำไมมีสี

พวกเราเคยสงสัยกันบ้างไหมคะ ว่าดอกกะหล่ำ ทำไมมีหลายสี เคยเห็นแต่ดอกกะหล่ำสีขาว พออยู่ไปๆ เห็นมีดอกกะหล่ำ สีเหลือง เขียว ม่วง ส้ม ในซูเปอร์มาเก็ต ก็สงสัยเฮ้ย กระหล่ำมีสีอื่นๆ ด้วยอะ มาจากไหนกัน ก็เลยไปหาข้อมูลมา เผื่อใครสงสัยเหมือนกับป้าแมวกะ

....ไปทำความรู้จักกันตั้งแต่ประวัติดอกกะหล่ำกันเลยนะคะ....

ในช่วงต้นศตวรรษที่ 6 มีการกล่าวถึงดอกกะหล่ำแล้ว แต่หลักฐานไม่แน่ชัด ต่อมาในช่วงสงครามครูเสด มีผู้นำเมล็ดพันธุ์ดอกกะหล่ำมาจาก Asia Minor ปัจจุบันคือ ส่วนหนึ่งของประเทศตุรกี เค้านำกลับมายัง อิตาลี และเริ่มมีการปลูกครั้งแรกในอิตาลีคะ

ในศตวรรษที่ 16 ก็ปลูกดอกกะหล่ำกันทั่ว Europe แล้ว เริ่มจากอิตาลี ต่อมาในฝรั่งเศส และขยายวงกว้างไปในประเทศอื่นๆ ทั่ว Europe และมีการส่งออกไปขายผู้ส่งออกหลัก คือ ฝรั่งเศส เบลเยียม และ เนเธอร์แลนด์

.....ปัจจุบันหลายๆ ประเทศทั่วโลก ก็ปลูกกันเองแล้ว....

ดอกกะหล่ำ ปัจจุบันมีสีหลักๆ แค่ 4 สี :

นอกจากจะมีดอกกะหล่ำสีขาวแล้ว ยังมีดอกกะหล่ำสีอื่นๆ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติด้วย เช่น สีเขียว สีส้ม และสีม่วงเข้ม ในช่วงแรกๆ ดอกกะหล่ำมีสีถือว่าเป็นของแปลก และหายาก เพราะไม่ได้เกิดขึ้นบ่อยๆ จึงมีราคาแพง

ดอกกะหล่ำสีม่วง ไม่ได้เกิดจากการกลายพันธุ์นะคะ แต่เกิดจากสาร Antocyanins (แอนโทไซยานิน) ในดอกกะหล่ำที่ทำให้เกิดสีม่วง และเป็นสารชนิดเดียวกันที่พบได้ในกะหล่ำปลีสีม่วงด้วย

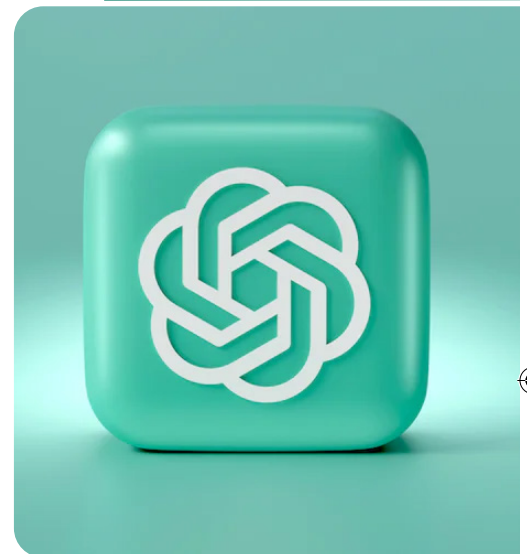
สาร Antocyanins พบตามธรรมชาติในอาหารหลายชนิด เป็นรงควัตถุที่ให้สีแดง สีม่วง และสีน้ำเงินแก่พืช นอกจากทำหน้าที่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ และต่อสู้กับอนุมูลอิสระแล้ว แอนโทไซยานิน ยังมีประโยชน์ในการต้านการอักเสบ ด้านไวรัส และต้านมะเร็งอีกด้วย

สารนี้ละลายน้ำได้ คือ สีจะจางลงเมื่อถูกน้ำ เมื่อนำดอกกะหล่ำสีต่างๆ ไปต้มน้ำหรือผัด ควรใส่น้ำส้มสายชู ลงไปด้วย เพราะน้ำส้มสายชู จะช่วยคงสภาพสีของดอกกะหล่ำเอาไว้

ถ้าหากกะหล่ำมีสี มาทำอาหาร ควรทำแล้วรับประทานเลย สีจะยังคงอยู่ ถ้าทำแล้ววางทิ้งไว้นาน สีอาจจะจางลงไปอย่างรวดเร็ว

ดอกกะหล่ำมีสารอาหารหลายอย่าง ดีกับสุขภาพ และ low calorie ดอกกะหล่ำที่มีสีจะมี Vitamin C สูงกว่าดอกกะหล่ำสีขาว และดอกกะหล่ำสีส้ม มี Beta carotenes สูงกว่าสีอื่นๆ นะคะ

หวังว่าใครที่เคยสงสัยเหมือนป้าแมว ก็กระจ่างกันแล้วนะคะ



โดย คุณแม่กับสองวัยรุ่น

เมื่อลูกใช้ ChatGPT

เรื่องใกล้ลูก ที่พ่อแม่ก็สนใจ คราวนี้เลือกเอาเรื่องใกล้ตัวทั้งเด็กและผู้ใหญ่ การใช้ ChatGPT กับหัวข้อ AI = Artificial Intelligence (แปลเป็นไทยแบบตรงตัว “เทียม”+”ฉลาด”) มาแบ่งปันกัน ที่เลือกเรื่องนี้เพราะ ประสบการณ์งานที่ทำ พัฒนา Software โปรแกรม AI โดยได้รับหน้าที่เป็นคนสอนให้โปรแกรมเรียน จากประสบการณ์ที่มี สอนให้โปรแกรมสามารถทำงานตัดสินใจ แก้ปัญหาเครื่องจักรได้แบบที่ วิศวกรที่มีประสบการณ์ทำ

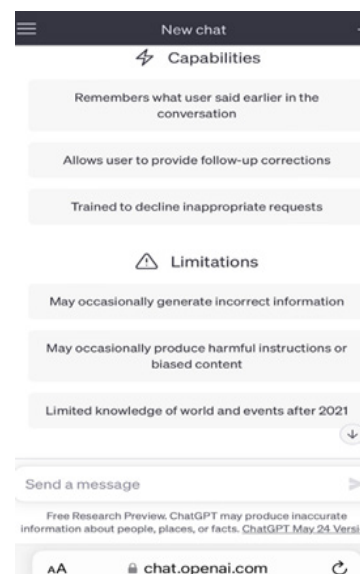
ชื่อก็บอกแล้วว่า มันไม่ได้ฉลาดจริง เป็นลูกศิษย์ที่เราสอนให้ทำหน้าที่แทนคน ไม่ว่าจะเป็นโปรแกรม Software ที่ไม่มี Hardware (เครื่องมือหรือเครื่องจักร) หรือ โปรแกรม Software ที่มี Hardware ส่วนใหญ่ AI จะพัฒนามาในแบบที่สามารถรวบรวมข้อมูล และเพิ่มฐานความรู้ เพื่อเพิ่มความสามารถในการตัดสินใจ หรือทำงานได้ จะเป็นโปรแกรมที่ดีหรือไม่ ก็ขึ้นอยู่กับความสามารถของคนที่พัฒนามันขึ้นมา

เท่าที่คุยกับ ChatGPT นางแนะนำตัวเองว่าเป็น AI language model หมายความว่า นางถูกสร้าง สอนและฝึกมาให้ใช้ภาษาคลายมนุษย์ ให้คำแนะนำ ตอบคำถาม และให้ข้อมูลจากฐานข้อมูลในอินเทอร์เน็ตที่เวอร์ชันล่าสุดมีข้อมูลถึงแค่ปี ค.ศ. 2021 เท่าที่คุยกับนาง นางจะเก่งพอตัว แต่ก็ต้องระวังข้อมูลที่นางให้ ก็เหมือนเพื่อนให้ข้อมูลที่เราเองต้องคอยเถียง คอยถามว่าแน่ใจหรือเปล่า ทำไมตอบแบบนี้ แล้วถ้าเป็นแบบอื่นเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้นางจะว่าอย่างไร การที่เราถามและตอบ มันก็เหมือนสอนเด็ก นางจะเก่งขึ้นทุกครั้ง ที่มีคนเข้ามาคุยด้วย เพราะเป็นการเพิ่มฐานข้อมูล และเพิ่มทางเลือกของเหตุและผล ฉะนั้น เด็กคนนี้เก่งพอตัว เพราะมีคนเข้ามาคุยเยอะมากทั่วโลก นางตอบและแปลได้หลายภาษา มาก แม้กระทั่งภาษาไทย นำนับถือคนที่พัฒนา ฝึก และสอนนางมา ถ้าถามนางว่า คนมาคุยด้วยวันละกี่คน หรือรู้กี่ภาษา นางจะตอบแบบกว้างๆ แบบที่นางถนัด เหมือนไม่อยากให้รู้ว่า ฉันแน่ขนาดไหน เป็น AI ที่ถ่อมตัว และมีลูกเล่นพอตัว (แสดงถึงความเก่งจริงของคนที่พัฒนามันขึ้นมา) ไปคุยและถามนางเองดีกว่า

ที่เล่ามาทั้งหมดก็เหมือน การแนะนำให้เรารู้จักสิ่งที่คล้ายว่าจะฉลาดให้มากขึ้น ถ้ารู้จักใช้ รู้จักคิดก่อนเชื่อไม่ว่าอะไร เราก็สอนลูกเรา ไม่ให้ฉลาดน้อยไปกว่า AI ได้ ที่ต้องระวังอย่างมาก คือการให้ข้อมูลส่วนตัว หรือ ความลับของบริษัท เพราะเป็นการให้ข้อมูลกับคนทั้งโลก ที่เราไม่รู้ว่าเป็นใครบ้าง เพราะที่สุดแล้ว คนนั้นแหละที่ควบคุมข้อมูล และสร้างความเชื่อใส่หัว AI จะดีจะร้าย ขออย่าให้ AI เปลี่ยนข้อมูลเท็จให้คนเชื่อว่าเป็นจริง เพราะคงจะเป็นเรื่องง่ายที่คนจะใช้ AI เพื่อผลประโยชน์ของตน

** ไปดูตัวอย่างกันนะคะ **

นี่คือหน้าแรกที่ ChatGPT แนะนำ แนะนำเตือน ตอนเราเข้ามาใช้



SR Can you change the plan to start in France?

Certainly! Here's an updated plan for a 7-day bike tour starting in France and following the River Maas:

Day 1: Arrival in Sedan, France

- Start your tour in the town of Sedan, located in northeastern France near the border with Belgium.
- Visit the impressive Château de Sedan, one of the largest fortified medieval castles in Europe.
- Explore the town and prepare for the bike tour.

Send a message

Free Research Preview. ChatGPT may produce inaccurate information about people, places, or facts. ChatGPT May 24 Version

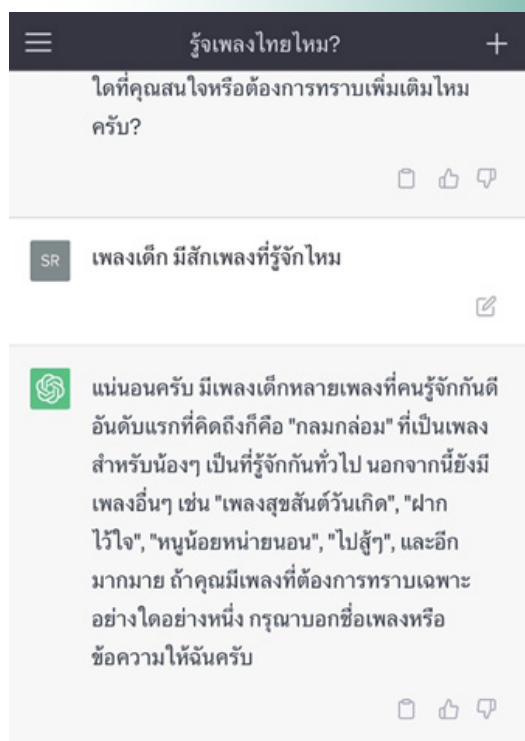
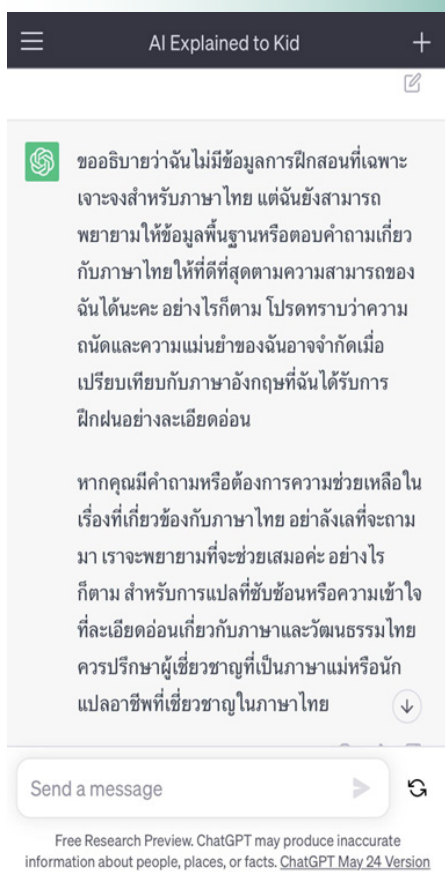
AA

chat.openai.com



ตัวอย่างคำตอบเมื่อถามให้แนะนำเที่ยวจักรยานริมแม่น้ำ แล้วก็บอกให้นางเปลี่ยนปรับแผนตามใจเราไปเรื่อย ๆ

นี่คือคำตอบเมื่อถามว่าใช้ภาษา
ไทยได้ไหม เราถามภาษาอังกฤษแต่



หมอนวด

เขาคุยกัน

นวดไทยกับการเบิก ประกันสุขภาพในสวิต เซอร์แลนด์

“ที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง”

หมอนวด : ดีใจจังเลยค่ะที่ได้เจออาจารย์ วันนี้หนูว่าง จึงมาช่วยเพื่อนที่ร้านนวดแถวๆ นี้

อาจารย์ : ดีค่ะ ว่างๆ ก็มาช่วยกัน

หมอนวด : โชคดีจังที่ได้เจออาจารย์ หนูกำลังมีเรื่องกังวลใจ อยากปรึกษาอยู่พอดีเลยคะ คือหนูสนใจจะเรียนนวดสำหรับเบิกประกันสุขภาพ เพื่อนหนูส่งรายละเอียดมาให้ดู มันแพงมากๆ เลยคะ แด่ค่าเรียนนวดไทยประมาณ 7,500 ฟรังก์ ต้องเรียนนวดเพิ่มอีก 2 คอร์ส และต้องเรียนนวดาโตมี้ด้วยคะ รวมๆ แล้ว ค่าเรียนนวดไม่น้อยกว่า 15,000 ฟรังก์

อาจารย์ : โห..แพงมากเลย เรามีนวดไทยเพื่อสุขภาพ 150 ชั่วโมง มาจากเมืองไทยแล้ว เราจะไปเรียนนวดไทยอีกทำไมคะ

หมอนวด : ใบประกาศนียบัตรจากเมืองไทยใช้ได้จริงๆ หรือคะ มีแต่คนแนะนำให้หนูเรียนใหม่ ถ้าใช้ได้จริง หนูก็ประหยัดเงินไปได้ตั้งเยอะ แพนหนูจะได้เลิกบ่นเสียที (ยิ้มแบบสบายใจ)



โดย พิหญิงไทย

อาจารย์ : (หัวเราะ) ใช้ได้สิ รุ่นพี่เรา เขาก็ยืนผ่านกันทุกคนนะคะ ถ้าเราเรียนนวดไทย 150 ชั่วโมงแล้วจากเมืองไทย เราก็แจ้งทางโรงเรียนที่เราเรียนจบมา ว่าเราขอทรานสคริป (Transcript คือ ใบแสดงผลการเรียน) ในใบแสดงผลการเรียนจะมีรายละเอียดต่างๆ เกี่ยวกับระยะเวลาในการเรียน วิชาที่เรียน การฝึกงาน และอีกหลายๆ อย่าง แค่นี้ใบเดียวก็พอแล้วค่ะ

หมอนวด : หนูมีแต่ใบประกาศนียบัตร ไม่มีทรานสคริปค่ะ เราจะทำยังไงคะ

อาจารย์ : ก็ไปแจ้งทางโรงเรียนว่าขอทรานสคริป เขาก็จะออกให้เราเองค่ะ อย่าลืมขอเป็นภาษาอังกฤษ นะคะ จะได้ไม่ต้องไปเสียเงินค่าแปลเป็นภาษาเยอรมันหรือฝรั่งเศสค่ะ (ที่สวิตเซอร์แลนด์ ยอมรับเอกสารภาษาอังกฤษค่ะ)

เรื่องการเรียนกายวิภาคศาสตร์ หรืออานาโตมี ที่ว่านั้น ก็เข้าไปหาซื้อโรงเรียนจากเพจของ EMR (Erfahrungsmedizinisches Register) หรือ มูลนิธิ ASCA คุณะคะ มีหลายโรงเรียนให้เลือก ราคาก็ไม่แพง นักเรียนไทยเรียนที่เบิร์นกันหลายคนค่ะ ค่าเรียนประมาณ 4-5 พันค่ะ

เพิ่มเติมให้นิดนึงว่า ทั้งสองแห่งนี้เป็นองค์กรที่ประสานงานระหว่างหมอนวด โรงเรียนสอนนวด และบริษัทประกัน จะไม่เปิดสอนเอง แต่จะมีรายละเอียดเรื่อง

- รายชื่อหมอนวดที่ผ่านการลงทะเบียนที่เบิกประกันได้
- รายชื่อโรงเรียนที่เปิดสอนแบบเบิกประกันได้
- รายชื่อบริษัทประกันที่สามารถใช้เบิกประกันได้

ใครที่สนใจเข้าไปหาดูได้ในเว็บ และเลือกเขตที่ใกล้บ้านได้ ซึ่งราคาสอนก็แตกต่างกันไปนะคะ

หมอนวด : สุดยอดเลยนะคะ สบายใจเลยวันนี้ แล้วหนูจะรีบไปบอกสามีให้ช่วยดูให้อีกทีนะคะ ขอคุณมากค่ะอาจารย์โส

อาจารย์ : อ้อ..เกือบลืมสิ่งสำคัญ คือเรื่องภาษาเยอรมัน ฝรั่งเศส หรืออิตาลี บางสถานที่เรียน เขากำหนดว่าเราต้องผ่านภาษาระดับไหน บางทีเขาก็ไม่กำหนด ต้องเข้าไปดู ติดต่อสอบถามเองนะคะ แต่ถ้าเราได้ภาษา ก็เป็นข้อดีของเรา จะทำให้เราเรียนเข้าใจได้ง่ายขึ้นค่ะ

ใครที่สนใจเข้าไปดูรายละเอียดได้ที่

<http://www.asca.ch/>

<https://www.emr.ch/>

--- โดย อาจารย์โส ---



ถามมา ตอบไป



การใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน

สองชีวิตที่มาจากสภาพแวดล้อม
ที่แตกต่างกัน ความคิด พฤติกรรม
ภาษาและวัฒนธรรมที่ต่างกัน การจะ
อยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข ต้องการ
ความรัก ความเมตตา

การยอมรับในความแตกต่าง การ
พยายามปรับตัวเข้าหากัน โดยเฉพาะชีวิตคู่
สามีภรรยา ซึ่งน่าจะมี
ความผูกพันมากกว่าการเป็นเพื่อน
มนุษย์ทั่วไป แต่ไม่มีสิ่งใดที่จะรับประกัน
ความมั่นคงได้เลย การหาข้อมูลเพื่อรักษาผลประโยชน์
ตน เตรียมความพร้อม และไม่ประมาท แม้ปัญหา
ยังไม่เกิดกับตน แต่อาจสามารถให้ความช่วยเหลือ
เพื่อนๆ ได้

วันนี้มีคำถามที่น่าสนใจ 2 ราย ราย
หนึ่งถามเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับตน ถ้าชีวิต
คู่จะมีปัญหาภายหลัง อีกรายหนึ่งปัญหาเกิด
แล้ว และต้องการข้อมูลที่จะหาหนทางจัดการ
กับสิ่งที่เกิดขึ้น

คำถาม





รายการ

1



A

- **สามีมีฐานะเป็นห้องเช่า จดทะเบียนบริษัท ก่อนหน้าจดทะเบียนสมรส จะมีการโอนบ้างคะ ที่เรามีสิทธิ์ในทรัพย์สิน**

โดยปกติตามหลักกฎหมาย คุณสามีมีทรัพย์สินที่เป็นบ้านเช่า มีมาก่อนที่จะจดทะเบียนสมรส ถือเป็นทรัพย์สินส่วนตัวของสามี (ไม่ใช่สินสมรส) แต่รายได้ที่มาจากค่าเช่า ที่ได้รับตั้งแต่จดทะเบียนสมรส ทรัพย์สินนี้ถือเป็นสินสมรส ที่เป็นสิทธิ์ของคุณสามีภรรยา

- **ถ้ามีชื่อเราในการจดทะเบียนบริษัทใหม่ มีประโยชน์อะไรบ้างคะ เช่น มีโอกาสมากกว่าคนทั่วไป ในการอาศัยอยู่ในสวีตเซอร์แลนด์ เป็นต้น**

การจดทะเบียนบริษัทใหม่ ไม่ทราบว่าความต้องการจดทะเบียนไหน ต้องการ... ให้มีการจดทะเบียนบริษัทใหม่ หลังจดทะเบียนสมรส หรือคุณต้องการจดทะเบียนเพื่อขอมีชื่อในทะเบียนการค้าอื่นๆ แต่ทรัพย์สินลงทุนก็ยังเป็นสมบัติเดิมที่มีมาก่อนสมรส (คุณสามี ก็คงมีหลักฐานแสดงความเป็นเจ้าของเดิม) จึงไม่ได้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในการครอบครองทรัพย์สิน และการจดทะเบียนก็มีค่าใช้จ่าย

การมีชื่อในการจดทะเบียนการค้า จะเพิ่มสิทธิพำนักในประเทศสวีตฯ ใหม่ การได้สิทธิพำนักในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ สำหรับพวกเราจากประเทศโลกที่สาม คือการติดตามมาอยู่กับครอบครัว สามีและลูก และ/หรือมีงานทำมั่นคง นายจ้างรับรองการต่ออายุใบพำนัก ไม่น่าจะเพราะการมีชื่ออยู่เฉพาะในทะเบียนการค้าเท่านั้น และการต่อใบอนุญาตพำนัก ณ ปัจจุบัน ราชการสวีตฯ เพิ่มระเบียบเรื่องความรู้ด้านภาษา ดังนั้นการเรียนภาษาจึงมีความสำคัญอันดับหนึ่ง ในการต่ออายุใบพำนัก และเพิ่มโอกาสในการหางานด้วย

- **ทรัพย์สินส่วนตัวของดิฉันที่เมืองไทยก่อนจดทะเบียนสมรส หากมีการหย่าร้าง หรือ หากดิฉันเสียชีวิต ใครเป็นผู้ครอบครองคะ เราสามารถเขียนพินัยกรรมระบุผู้รับตอนนี้ทันหรือเปล่าคะ**

ทรัพย์สินส่วนตัวของคุณที่เมืองไทย ที่มีมาก่อนการจดทะเบียนสมรส เป็นสินส่วนตัว ถ้าคุณหย่าร้างหรือเสียชีวิต ทรัพย์สินนั้นก็ตกแก่ทายาทในประเทศไทย (บุตร พ่อแม่ ตามลำดับขั้นของทายาท)

การทำพินัยกรรม คุณมีสิทธิ์ทำพินัยกรรม ขณะยังมีชีวิต ทำได้ทันที ไม่มีคำว่าสายเกินไปคะ การเขียนพินัยกรรมเคยเล่าไว้ในวารสารรวงข้าวนี้ การเขียนความประสงค์ด้วยลายมือ หรือใช้ทนายให้ทำพินัยกรรม สามารถระบุผู้รับมรดกได้ (กฎหมายมรดกในสวีตฯ มีความแตกต่างในบางกรณี)

- **มีอะไรบ้างคะที่ทำให้เรารู้สึกมั่นคง หากเกิดการหย่าร้าง แล้วเราจะสามารถอาศัยอยู่ในสวีตฯได้ หากยังไม่ได้รับพาสปอร์ตสวีต**

เป็นการเตรียมพร้อมที่ดีค่ะ แต่ต้องถามกลับก่อนว่า คุณรับทราบความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ภายในบ้านมากนักน้อยเพียงใด นอกจากชีวิตประจำวันแล้ว มีข้อมูลการใช้จ่ายภายในครอบครัวใดบ้าง ตั้งแต่ค่าเช่าบ้าน ค่าใช้จ่ายที่ต้องมี เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าประกันความเสียหายที่พัก ค่าประกันเจ็บป่วย ค่าภาษี ซึ่งเป็นค่า

ใช้จ่ายที่กฎหมายบังคับ ตามด้วยค่าใช้จ่ายส่วนตัว เช่น ค่าอาหาร ค่าโทรศัพท์ ค่าของใช้ส่วนตัว และอื่นๆ อีกหลายรายการ ที่ถามก็เพื่อให้คุณได้ทราบว่า การจะออกไปใช้ชีวิตได้ ต้องมีรายได้เท่าไร เพื่อให้เพียงพอกับรายจ่าย

ไม่ทราบว่า คุณทำงานด้วยหรือไม่ มีครอบครัว มีลูก มีใบพำนักประเภทไหน (บี หรือ ซี) เพราะสิ่งเหล่านี้มีผลต่อความรู้สึกมั่นคงที่คุณต้องการมี รวมถึงความรู้ในการใช้ภาษาในเขตที่พำนัก (เยอรมัน ฝรั่งเศส หรืออิตาลี) เพื่อใช้สื่อสารและเพิ่มโอกาสในการหางานทำ

มีงานทำ มีรายได้สมดุลกับรายจ่าย แม้ยังไม่ได้รับสัญชาติสวีต แต่มีใบพำนักชั่วคราว(บี) ที่มีสิทธิ์ต่ออายุ เพราะมีงานทำ หรือใบพำนักถาวร (ซี) น่าจะเป็นความมั่นคงที่คุณต้องการไหมคะ

รายการ 2

- **ดิฉันและสามีอยู่ด้วยกัน 9 ปีแล้ว มีลูกหนึ่งคนอายุ 2 ปี 7 เดือน วางแผนจะมีลูกคนที่สอง แต่มีปัญหาเสียก่อน สามีต้องการทำสัญญาแยกเงินเกษียณ ถ้ามีการหย่าร้างเราจะไม่ได้ส่วนแบ่งครึ่งหนึ่งของเงินเกษียณที่เขาสะสมมา (ตามกฎหมาย) ดิฉันเคยทำงานนิดหน่อย แต่สองปีที่ผ่านมามีลูกอยู่คนเดียว ดิฉันไม่เห็นด้วยกับความคิดของเขาที่จะทำสัญญา เขาบอกว่า ถ้าไม่ทำก็ต้องหย่าตอนนี้นะ คุณพอจะมีคำแนะนำไหม**





* คุณเขียนว่า สัญญาแยกเงินเกษียณ ไม่ทราบว่าพี่หญิงไทยเข้าใจถูกต้องหรือไม่ เพราะเคยได้ยินแต่สัญญาสมรส (Ehevertrag) ซึ่งสามีภรรยาทำข้อตกลงแยกทรัพย์สิน ที่มีมาก่อนสมรส หรือที่ต่างหากมาได้ระหว่างสมรส หรือข้อตกลงการแบ่งทรัพย์สินถ้าเกิดกรณีหย่าร้าง แต่.....

* เงินเกษียณ ที่คุณหมายถึง คือเงินเก็บสะสมจากการทำงาน มีสองหมวดหรือสองเสา ที่เป็นสมบัติของสามีและภรรยา คือ AHV เสาที่ 1 และ BVG หรือ PK Pensionskasse เสาที่ 2

* เสาที่ 1 AHV กฎหมายกำหนดและบังคับใช้ ไว้ว่าต้องจ่ายเงินสะสมเพื่อวัยเกษียณ

ทุกคนที่อาศัยในประเทศสวิสฯ (ยกเว้นเด็ก) ถ้าทำงานได้ ให้นับตั้งแต่เริ่มทำงานเมื่ออายุครบ 17 ปี หรือถ้าไม่ได้ทำงาน เช่นนักศึกษา ให้เริ่มนับการจ่ายเงินสะสมตั้งแต่อายุ 20 ปี รวมถึงภรรยาที่ไม่ได้ทำงาน แต่สามีจ่ายเงินสะสมที่ถูกหักตามส่วนของเงินเดือน และครอบคลุมการจ่ายเงินสะสมของภรรยาด้วย แม้ตัวคนเดียว ถ้าไม่ทำงาน คุณก็ต้องจ่ายเงินสะสมเสาที่ 1 โดยต้องติดต่อกับสำนักงานเงินสะสมผู้สูงวัยในเขตพำนักรั้ว

เงินเกษียณของเสาที่ 1 นี้ คุณจะได้รับเมื่อถึงอายุเกษียณ ตามสัดส่วนที่เก็บสะสมไว้ สำนักงานเงินสะสมฯจะเป็นผู้คำนวณ เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงใดๆ

* เสาที่ 2 BVG หรือ PK Pensionskasse เป็นเงินสะสมอีกส่วนหนึ่งซึ่งหักจากเงินเดือน (ถ้าเงินเดือนมากกว่า 22,050 ฟรังก์ต่อปี) เงินสะสมส่วนนี้ เป็นเงินร่วมกันของสามีภรรยา ในช่วงเวลาระหว่างการจดทะเบียนสมรส ถ้าต้องหย่าร้าง จะถูกแบ่งครึ่ง (จากจำนวนสะสมช่วงระยะเวลาระหว่างสมรสเท่านั้น)

ถ้าคุณหมายถึงการทำสัญญาแยกเงินเกษียณ เพื่อให้คุณสละเงินเกษียณโดยเฉพาะเสาที่ 2 ไม่น่าจะทำได้ การทำสัญญาเหล่านี้ ควรผ่านการดำเนินงานของทนาย ซึ่งแน่นอนกฎหมายไม่อนุญาตให้สละการรับเงินส่วนนี้ ค่ะ

ถ้าคุณสามีบังคับการลงนามในสัญญา แต่คุณต้องตอรองให้ทำผ่านทนายเป็นลายลักษณ์อักษรเท่านั้น เพราะทนายก็คงจะไม่ทำให้ และถ้าสามีบอกว่า ถ้าไม่ทำสัญญา ก็ขอหย่าเลย เช่นนี้คุณก็มีสิทธิที่จะได้รับเงินสะสมเสาที่ 2 นี้ ครึ่งหนึ่งของจำนวนที่สะสมมาตั้งแต่วันที่จดทะเบียนสมรสจนถึงวันที่ลงนามหย่า (การหย่าในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ ผ่านกระบวนการเท่านั้น ซึ่งต้องแสดงเอกสารจำนวนมาก และใช้เวลาระยะหนึ่ง) เงินจำนวนนี้คุณไม่สามารถนำออกมาใช้ก่อนอายุเกษียณ (ยกเว้น การย้ายออกนอกประเทศ กลับเมืองไทย หรือการนำเงินลงทุนสร้างบ้านหรือทำธุรกิจ)

หวังว่าการอธิบายข้างต้นนี้ จะช่วยการตัดสินใจของคุณได้บ้างนะคะ

• ถ้าเราหย่ากันแล้วจบไม่ดี เขาบอกจะทำทุกอย่างที่จะจ่ายเราให้น้อยที่สุด เช่น ทำให้ตนเองตกงาน หรือลดงานลง เพื่อให้เขามีรายได้น้อย จะได้จ่ายดิฉันและลูก น้อยหรือแทบไม่ต้องจ่ายเลย ดิฉันควรทำอย่างไรดี ...สมาคมมีทนายคนไทยในสวิสฯ ที่จะแนะนำไหมคะ

หย่าแล้วจบไม่ดี คืออย่างไร น่าจะเป็นเพราะข้อตกลงการหย่าที่ไม่ถูกใจ อย่างที่บอก การหย่าในสวิตเซอร์แลนด์ ต้องผ่านกระบวนการในศาล ศาลจะพิจารณาให้เป็นธรรม โดยสืบสวนจากเอกสารทรัพย์สินเงินเดือน ความเป็นอยู่ มีกำหนดข้อตกลงต่างๆ เรื่องที่อยู่อาศัย ค่าใช้จ่าย ค่าเลี้ยงดู ส่วนแบ่งทรัพย์สิน (และเงินสะสมที่กล่าวข้างต้น)

ถ้าคุณสามี คิดที่จะลดงาน ให้เงินเดือนน้อย เพื่อลดจำนวนค่าเลี้ยงดูบุตรและภรรยา คงห้ามไม่ได้ ในสัญญาหย่า จะมีการคำนวณการจ่ายค่าเลี้ยงดู และโดยปกติจะมีคำอธิบายเพิ่มเติมด้วยว่า เมื่อใดที่เงินรายได้เปลี่ยนแปลง เพิ่มขึ้นหรือลดลง จะมีการคำนวณเป็นสัดส่วน ดังนั้น คุณก็ต้องรับรู้และติดตามว่ารายได้ของคุณสามี เปลี่ยนแปลงอย่างไร เพื่อขอให้มีการคำนวณค่าเลี้ยงดูใหม่ ก็หวังว่า เงินเดือนของคุณสามีจะเพิ่มขึ้นนะคะ

ทนายคนไทยในสวิตเซอร์แลนด์ ทนายคนไทยยังไม่มีค่ะ คุณสามารถสอบถามหาทนายได้จากสำนักงานอำเภอในเขตที่พักอาศัย ถ้าคุณมีทนาย เมื่อต้องไปศาล และต้องการล่ามแปลคนไทย ให้แจ้งทนายเพื่อแจ้งต่อศาลล่วงหน้า ทางศาลจะเป็นผู้จัดหาล่ามแปลที่พูดภาษาไทยให้ โดยที่ศาลจะเป็นผู้ออกค่าใช้จ่าย ส่วนเอกสารใดๆ ที่ไม่เข้าใจ ขอให้หาเพื่อนช่วยอธิบาย อย่าลงนามในเอกสารใดๆ โดยที่ไม่เข้าใจข้อความ ส่วนในศาล ศาลจะเป็นฝ่ายหาล่ามให้ ไม่สามารถนำเพื่อนหรือล่ามอื่นไปศาลนะคะ

หวังว่าคำตอบนี้จะช่วยให้กระจ่างบ้าง มีคำถามเพิ่มเติม พี่หญิงไทยก็ยินดีตอบนะคะ ขอให้โชคดี และผ่านอุปสรรคทั้งหลายด้วยดีค่ะ

BVG
PK



สุภาชิตเยอรมัน

(มัน มัน)



deutsche
Redewendungen
สำนวน/สุภาชิต/คำพังเพย
เยอรมัน (มันมัน)

Alle Wege führen nach Rom

เชื่อว่าหลายท่านเคยได้ยินสำนวนนี้แน่ ๆ

“ถนนทุกสายนำไปสู่กรุงโรม”

ทำไมเป็นอย่างนั้นเล่า ความหมายของสำนวนนี้ ในยุคแรกน่าจะหมายถึง กรุงโรมเป็นจุดศูนย์กลางของคริสตจักร หรือ กรุงโรมเป็นจุดศูนย์กลางทางจิตวิญญาณ แต่ในปัจจุบัน ความหมายของสำนวนนี้ได้เปลี่ยนไปแล้ว เมื่อเอ่ยสำนวนนี้จะหมายถึง

“มีหลากหลายวิธี ที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย”

เมื่อเราลงมือทำอะไรสักอย่าง หากวิธีแรกไม่ได้ผล ก็แค่ลองวิธีอื่น ๆ ซึ่งอาจจะทำให้ได้ผลลัพธ์เป็นที่น่าพอใจ แต่เราไม่ท้อแท้และถอดใจเท่านั้น

Was der Bauer nicht kennt, frisst er nicht

หนุ่มนี้ผู้เขียนได้ยินสำนวนนี้ค่อนข้างบ่อย เดิมทีเคยเข้าใจ (เอาเอง) ว่า

“อะไรที่เกษตรกรไม่รู้จักรัก เขาก็จะไม่กิน”

แต่สำนวนก็คือสำนวน ย่อมมีความหมายที่ลึกซึ้งกว่าที่เห็น

สำนวนนี้มีความหมายทั้งในทางบวกและลบ

ความหมายในทางบวกจะหมายถึง

“คนที่พอใจกับวิถีเรียบง่ายแบบดั้งเดิม ไม่ต้องการวิ่งตามสมัยนิยม”

ส่วนความหมายในทางลบ หมายถึง

“คนที่กลัวการเปิดรับและเรียนรู้อะไรใหม่ๆ

จะยึดติดอยู่กับสิ่งที่เขาค้นเคยเท่านั้น”

ปฏิทินกิจกรรม

2566 | 2023

+ วันอาทิตย์ที่ 3 กันยายน ค.ศ. 2023

วันครอบครัวและฉลองครบรอบ 25 ปีสมาคมหญิงไทยฯ

สถานที่ Pfrundhaus Kirchwindach, Lindachstrasse 14, 3038 Kirchwindach

+ วันเสาร์ที่ 28 ตุลาคม ค.ศ. 2023

งานเสวนาครบรอบ 25 ปี สมาคมหญิงไทยฯ

« หัวข้อ เรียนรู้จากอดีต เห็นปัจจุบัน เพื่อสร้างอนาคต »

สถานที่ สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบอร์ลิน เวลา 09.00-17.00 น.

เสาร์ - อาทิตย์ 8 - 9 กรกฎาคม 2566



งานเทศกาลไทย ครั้งที่ 24
ณ สถานเอกอัครราชทูต กรุงเบิร์น

สมาคมหญิงไทยฯ ร่วมเป็นส่วนหนึ่ง
ในงานสำคัญ
ด้วยการขายเครื่องดื่ม
หารายได้เพื่อจัดกิจกรรม
ของสมาคมฯ ดังนี้:





งานฟังโอวาทธรรมในงาน เบิกบาน "ร่มร่มย์ในชีวิต"

เมื่อวันอาทิตย์ที่ 28 พฤษภาคม ค.ศ. 2023
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเบิร์น ร่วมกับ
สมาคมหญิงไทยเพื่อหญิงไทยฯ
จัดให้มีงานฟังโอวาทธรรม

"ร่มร่มย์ในงาน เบิกบานในชีวิต"

ที่ Pfrundhaus โดยท่านเจ้าคุณเมธีวิโรดม (ท่าน ว. วชิรเมธี)
และร่วมตอบคำถามโดยพระอาจารย์ ดร. สันศักดิ์ โสตะกังไส
และพระอาจารย์อารยัน ชยาสุโก



ขอน้อมกราบขอบพระคุณ ที่ท่านเมตตามาให้โอวาทธรรมแก่พวกเรา

ขอขอบคุณ เอกอัครราชทูต จิตติพัฒน์ ทองประเสริฐและภริยา คุณสุนทรียา กาญจนะ อัครราชทูตที่ปรึกษา คุณพศิกา ตามประทีป พรประเสริฐ ที่ปรึกษา พร้อมข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ทุกคนที่มาร่วมกันให้งานนี้ผ่านไปได้ดี และต่างก็ได้เรียนรู้ธรรมะข้อหนึ่งที่ว่า

"ทำงานหนักอย่างเดี๋ยวไม่ได้ ต้องฉลาดด้วย ความสำเร็จ ความสุข ความเจริญจึงจะเกิดกับเรา ถ้าเราอยากสำเร็จ มีความเจริญด้านไหน ให้นำตัวเองไปอยู่ในสภาพแบบนั้น และเราต้องสร้างขึ้นมา" นะคะ

