



ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จดหมายข่าว ปีที่ 32 ฉบับที่ 4 เดือน เมษายน 2569

สารบัญ

• สังคมในเวดดวงมศว	5
• ชาวชมรมฯ	6
• ผู้บริจาคเงิน	8
• รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนเมษายน	9
• วาทีะธรรม : 100 ปี พระชันษา สมเด็จพระสังฆราช	11
• บอกเล่าเก้าสิบ : ยาเม็ดเป็อย	12
• สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา	13
• คาราโอเกะ	17
• เพื่อน 14 คน	19
• ทริปหมู 18 ตัว หยางซัว - กุ้ยหลิน - เทียวพินเมืองจีน	22



2 เมษายน 2569

วันคล้ายวันพระราชสมภพ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา เจ้าฟ้ามหาจักรีสิรินธร มหาวชิราลงกรณวรราชภักดี
สิริกิติ์วารินิพีรยพัฒน์ รัฐสีมาคุณากรปิยชาติ สยามบรมราชกุมารี

- สมเด็จพระเทพเจ้า
พระสทิธิในดวงใจ
ทรงรักษาราษฎร์ห่วงใย
ทวยราษฎร์ทุกแห่งหล้า
 - พระปรีชาอรบรู้
ทวยราษฎร์ต่างยลยิน
ภูมิใจทั่วธรณินทร์
เกริกเกียรติประกาศก้อง
 - ขวัญใจ ทิวแห่งด้าว
เทิดพระเทพสนธิใจ
เป็นแบบอย่างก้าวไกล
ทวยราษฎร์รักทั่วหน้า
- ชาวไทย
ทิวหน้า
ดุจญาติ กั้นเอย
เกิดให้จอมขวัญ
ศาสตร์ศิลป์
ถูกต้อง
ด้วยรัก จริงเอย
แซ่ซ้องทรงพระเจริญ
- ชาวไทย
เลิศหล้า
สมัยใหม่ เจริญเอย
เกิดให้จอมขวัญ

• ขวัญใจ หัวแหล่งด้าว
เกิดพระเทพสนิทใจ
เป็นแบบอย่างก้าวไกล
ทวยราษฎร์รักทั่วหน้า

ชาวไทย
เลิศล้ำ
สมัยใหม่ เจริญเออย
เทิดให้จอมขวัญ

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์ถวาย)



6 เมษายน 2569

วันพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช
(วันคล้ายวันปราบดาภิเษก)

และวันที่ระลึกมหาจักรีบรมราชวงศ์ หรือ วันจักรีเป็นวันที่ระลึกถึงพระบาท
สมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชและมหาจักรีบรมราชวงศ์

- | | |
|--------------------------|---------------------|
| • พระพุทธยอดฟ้าโปรดสร้าง | เมืองหลวง |
| งามตั้งตัว แดนสรวง | เทพสร้าง |
| เลอค่าหน้าแหนหวง | เป็นหนึ่งใน ได้นำ |
| สมชื่อนามเทพอ้าง | เพราะพริ่งเสนาะกรรม |
| • พระพุทธเลิศหล้า | โปรดกวี |
| ทรงส่งเสริมวรรณคดี | เด่นอ้าง |
| พัฒนาชาติศักดิ์ศรี | เป็นหนึ่งใน ได้นำ |
| กวีเก่งพระองค์สร้าง | อยู่ให้เราเห็น |
| • สมเด็จพระนั่งเกล้า | อยู่หัว |
| ทรงนั่งขับความกลัว | ผ่านพัน |
| ไม่ประมาทมัวเมา | มีสติ ดีเอย |
| คิดรอบคอบตรวจค้น | ปกป้อง ผองภัย |

ด้วยเกล้า ด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์ถวาย)



13, 14, 15 เมษายน 2569

เทศกาลสงกรานต์

- วันสงกรานต์ทำให้
ไม่โลกแบ่งปันตาม
เพื่อคนอื่นทุกยาม
เห็นแก่ตัวทำให้
ปีใหม่สมัยก่อนนั้น
ดักบาตรทำบุญทาน
ไหว้ผู้ใหญ่ประสาน
กราบพ่อแม่เลิศแล้ว
- ใจงาม
อยู่ได้
เนื้ออยู่ ใต้เอย
โลกนี้แตกสลาย
สงกรานต์
จิตแผ้ว
ไมตรี
เพื่อนพ้องบันเทิง

ชมรมผู้สูงอายุ ขอให้พวกเรารักษาความงดงามนี้อย่าให้สูญ
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์ถวาย)

สังคมในแวดวงมศว



กำหนดการ

โครงการมหาดสงกรานต์ : สืบสานประเพณีไทย ประจำปี 2569
“รดน้ำขอพร ถักบุญคุณอาจารย์ สืบสานวัฒนธรรมไทย”
วันที่ 10 เมษายน 2569

ณ หอดนตรีและการแสดงอโศกมนตรี 1 (หอประชุมใหญ่) ชั้น 4 อาคารนวัตกรรม : ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี

07.00 - 07.30 น.	พระสงฆ์ฉันภัตตาหารเช้า
07.30 - 08.00 น.	- ลงทะเบียน - นายสภามหาวิทยาลัย อธิการบดี รองอธิการบดี คณะผู้บริหาร คณาจารย์ บุคลากร นิสิต และแขกผู้มีเกียรติ พร้อมแห่ธงกับบริเวณพิธี
08.00 - 09.00 น.	- รับประทานอาหารกลางวัน ชุด “ระบำทุกมงคล สัตว์ผสมวันสงกรานต์” - รองศาสตราจารย์ ดร.สวลีย์ เขียวฉัตร อธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กล่าวต้อนรับ อวยพรเนื่องในวันปีใหม่ไทย - คุณสุพหล พรประภา นายสภามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประธานในพิธี จุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย
09.00 - 09.10 น.	- พิธีบำเพ็ญกุศล และเจริญพระพุทธมนต์ รองศาสตราจารย์ ดร.สวลีย์ เขียวฉัตร อธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แสดงความเคารพพยานของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒในอดีต
09.10 - 09.30 น.	- รับประทานอาหารว่างของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒในอดีต - รับประทานอาหาร ชุด “รำเกิดถึง เถลิงสงกรานต์”
09.30 - 10.15 น.	ขบวนกลองยาวเชิญผู้ร่วมงานเข้าสู่บริเวณพิธีรดน้ำดำหัวผู้อาวุโส พิธีรดน้ำดำหัวผู้อาวุโส
10.15 น. เป็นต้นไป	ถ่ายภาพร่วมกัน (เสร็จสิ้นพิธี)

หมายเหตุ

1. เชิญชวนผู้บริหาร คณาจารย์ บุคลากร และบุคลากรทั่วไป แต่งกายด้วยชุดผ้าไทยถิ่นสี่ภาค นิสิตแต่งกายด้วยชุดอโศก
2. กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

ข่าวชมรมฯ

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ กำหนดการประชุมประจำเดือนเมษายน ในวันพฤหัสบดีที่ 2 เมษายน 2569 ณ ห้องประชุม ชั้น 2 คณะสังคมศาสตร์ ดร.ประสาธ หลักศิลา ตั้งแต่เวลา 09.30 น. สนทนาเรื่องอิหร่านวันนี้ โดย ผศ.ดร.พรพรรณ โปร่งจิต ผู้อำนวยการศูนย์เอเชียแปซิฟิกศึกษา 10.15 น. ประชุมประจำเดือน 10.45 น. รดน้ำขอพรอาจารย์อาวุโส 11.30 น. รับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน

- การประชุมประจำเดือนเมื่อวันที่ 5 มีนาคม 2569 หลังจากการประชุมประจำเดือนของชมรมฯ แล้ว รศ.อุทัยวรรณ ปิ่นประชาสรร นำเสนอการเล่านิทานเรื่องครอบครัวสุขสันต์ และ รศ.ดร.สนอง โลหิตวิเศษ นำเสนอภาพและเล่าเรื่องการท่องเที่ยวมองโกเลีย ไชบีเรีย ไบคาล เกาะโอกอย จีน ได้รับความเพลิดเพลินเป็นอันมาก ชมรมฯ ขอขอบคุณคะ นอกจากนี้สมาชิกที่เข้าร่วมประชุมยังได้ร่วมให้การสนับสนุนเงินจำนวน 6,000 บาท เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการเรียนของเด็กหญิงกษมา เจริญสุข นักเรียนโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2568 (หลานสาวคุณไสว ที่มาขายผลไม้ในวันประชุมฯ ชมรมฯ ทุกเดือน) ชมรมฯ ขอขอบคุณสมาชิกทุกท่าน และคุณไสว ผাগกราบขอบคุณด้วยคะ

วันที่ 11-16 มีนาคม 2569 ชมรมฯ จัดทริปเที่ยวเมืองจีน หนานหนิง น้ำตกเต๋อเทียน กุ้ยหลิน หยางชัว มีสมาชิกรวมเดินทาง 18 คน เป็นทริปที่ประทับใจทั้งภูมิภาค สีสันของดอกไม้มานานาชนิด และเพื่อนร่วมเดินทาง ชมรมฯ ขอขอบคุณ รศ.ดร.ภญ. อรลักษณ์ แพร่ตกุล นักเขียนมือโปรฯ ของชมรมฯ ที่เขียนบทความเรื่อง ทริปหมู่ 18 ตัว-หยางชัว-กุ้ยหลิน-เที่ยวฟินเมืองจีน ให้สมาชิกได้อ่านในฉบับนี้คะ

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ผศ.ดร.กิตติคุณ รุ่งเรือง ขอเชิญสมาชิกชมรมฯ ร่วมงาน วันศึกษาพฤตมาจารย์ ครั้งที่ 2 วันศุกร์ที่ 17 เมษายน 2569



- ข้าราชการบำนาญผู้ที่ได้รับเงินบำนาญเดือนละ 13,500 บาท ขึ้นไป (ไม่รวมเงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 65 ปีบริบูรณ์และผู้ได้รับเงินบำนาญ เดือนละ 27,000 บาทขึ้นไป (ไม่รวม เงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 70 ปี บริบูรณ์ หลังจากวันเกิดสามารถ ติดต่อส่วนทรัพยากรบุคคล (กองการเจ้าหน้าที่เดิม) อาคารสำนักงานอธิการบดี ตึก 9 ชั้น 3 เพื่อยื่นเรื่องขอรับบำเหน็จดำรงชีพ ท่านสามารถ สอบถามรายละเอียดได้ที่ 02- 260-3558 และเตรียมหลักฐานดังต่อไปนี้อย่างละ 2 ชุด 1. สำเนาบัตรประชาชน 2. สำเนาทะเบียนบ้าน 3. สำเนาหน้าสมุดบัญชีธนาคารที่ต้องการให้โอนเงินเข้า

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ใครขอให้ผู้บริจาคเงินเข้าชมรมฯ ตรวจสอบรายชื่อจากจดหมายข่าวของชมรมฯ ในแต่ละเดือน หากไม่ปรากฏรายชื่อของผู้บริจาคภายใน 1-2 เดือน โปรดติดต่อกับ ดร.อุมาพร นาคะวิจนะ 090 917 3993 หรือคุณพิศมัย พนาเวศร์ 081-412-1310 และหากท่านสมาชิกมีความประสงค์ที่จะร่วมบริจาคเงินเข้าชมรมฯ ได้ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว ชื่อบัญชีชมรมผู้สูงอายุ มศว เลขที่บัญชี 2686-3 ชมรมฯ ขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

- ชมรมฯ ขอแสดงความเสียใจกับครอบครัว สุขเกษม ในการสูญเสีย รศ.ดร.อัมพร สุขเกษม สวดพระอภิธรรม ระหว่างวันที่ 4 – 8 มีนาคม 2569 ณ วัดพระศรีมหาธาตุวรมหาวิหาร และพระราชทานเพลิงศพ วันที่ 9 มีนาคม 2569 เวลา 16.00 น.

- ชมรมฯ ขอแสดงความเสียใจกับครอบครัว ศรีสุตา ในการสูญเสีย

อ.ประพันธ์ ศรีสุตา สวดพระอภิธรรม ระหว่างวันที่ 11 – 13 มีนาคม 2569 ณ วัดพระธาตุหริภุญชัยวรมหาวิหาร ระหว่างวันที่ 14 – 16 มีนาคม 2569 ณ วัดโสมนัสราชวรวิหาร และพระราชทานเพลิงศพ วันที่ 17 มีนาคม 2569 เวลา 17.00 น.

บริจาค

1. รศ.ดร.ธำรงค์ อุดมไพจิตรกุล 1,000 บาท
2. สมาชิกทริปหาดทรายดำ บริจาค เงิน 1,500 บาท

คุณประวิทย์ -ดร.วรุณธิดา วรุฒบางกูร

รศ. ดร.อรลักษ์ณา แพร์ดีกุล

ผศ.ดร.สมปรารถนา วงศ์บุญหนัก

ผศ.พัชรา สุทธิสำแดง

ผศ. นิรมล ปิตะนีละผลิน

คุณกัญญา จันทร์ดี

ผศ.นงนารถ ชัยรัตน์

รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนมกราคม

พรโตโต ในปฐมให้คุณความดี ที่เพาะปม

คุณธรรม คำชื่นชม

ท่านสะสม นมนานมา

เนรมิต จิตเปี่ยมสุข

ปราศโศกทุกข์ ทุกเพ -ลา

สิ่งवाद ปรารภณา

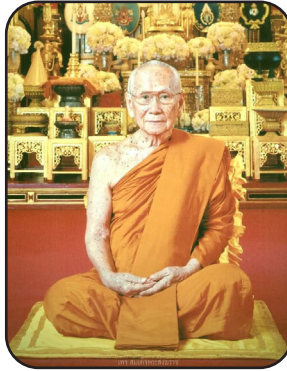
หลังไหลมา คราววัน...เกิด

รองศาสตราจารย์ ดร.พิศมัย จารุจิตติพันธ์

- | | | | |
|----------------------|----------------|-----------------------|----------------|
| 1. ผศ.วิชิต | โชติภักธีรกุล | 2. รศ.ปราณี | วานิชเจริญธรรม |
| 3. คุณชวนชื่น | กาญจนภี | 4. คุณไพรัช | ชินะผา |
| 5. คุณพรสนอง | แดงไทย | 6. รศ.เทเวศร์ | พิริยะพจนท์ |
| 7. อ.นิรันดร์ | พงษ์พันธ์ | 8. คุณวานิช | วาณิชยากรกุล |
| 9. อ.บัณฑิต | แพนลินฟ้า | 10. คุณวิไล | มาโนชญ์จิต |
| 11. แม่ชี สุภาลักษณ์ | พงษ์สุธรรม | 12. ผศ.ทรงกลด | อภิภรณ์รักษา |
| 13. อ.วิวัฒน์ | บุรทัต | 14. รศ.ดร.ณรงค์ศักดิ์ | เหล่าศรีสิน |
| 15. อ.อุไร | สังขนันท์ | 16. อ.สุจิตรา | นิลสุวรรณโฆษิต |
| 17. คุณติ่ม | วินิจวงษ์ | 18. ผศ.รัตนา | เจริญสาธิต |
| 19. อ.ดร.กาญจนา | รุ่งทรานนท์ | 20. คุณเสถียร | โพธิ์สุวรรณ |
| 21. ผศ.พินิจ | เทพสาทร | 22. คุณสุพรรณิ | เชษฐไชวาลิต |
| ★(23) คุณณัฐชยาน์ | ไกรลาสสุวรรณ | ★(24) รศ.สุรภี | อิงคากุล |
| 25. ผศ.สนั่น | วีระพงษ์ | 26. อ.นฤมล | เกตอุปมา |
| 27. ผศ.ดร.สายสนม | ธรรมพิทักษ์ | 28. รศ.นิภา | ศรีไพโรจน์ |
| 29. รศ.ดร.วิจิตร | วรุตบางกูร | 30. อ.ทัศนีย์ | เจตสันต์ |
| 31. รศ.สมหวัง | คุรุรัตน์ | ★(32) คุณชูศรี | บุญยฤทธิ |
| 33. คุณรัชนี | นพจิราพงษ์ | 34. ผศ.มาลี | โทณานนท์ |
| 35. อ.นวริตา | อดิแพทย์ | 36. ผศ.ดร.อรพิน | เกิดประเสริฐ |
| ★(37) ผศ.สุณิชา | พรหมสุทธิรักษ์ | 38. รศ.สิริพร | เกรียงไกรเพชร |

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 39. ผศ.ถวิลวงษ์ บุญหงษ์ | 40. อ.ดร.สุจิตต์ รักษ์เฝ้า |
| 41. อ.ปราณีต เลิศไกร | ★(42) รศ.พวา พันธุ์เมฆา |
| 43. ผศ.รุจิวรรณ พานิชชัยกุล | 44. คุณชลิษาภ สิงหเรศร์ |
| 45. รศ.มาลี โอวากุสุขุมสิริกุล | 46. อ.สมชาย สุริยะศิริบุตร |
| 47. ผศ.บรรจง สัพพะเลข | 48. ผศ.วันเพ็ญ พงศ์ประยูร |
| 49. ผศ.วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา | 50. อ.ดร.พัฒนา ชัชพงศ์ |
| ★(51) ผศ.ศรีจันทร์ พันธุ์พานิช | 52. ผศ.อุษณา กาญจนทัต |
| 53. ผศ.เพ็ญณี ดิสกะประกาย | 54. คุณสมศรี ส่งวัฒนา |
| 55. อ.ทิพมาศ แก้วчим | 56. ผศ.สุดใจ พงศ์กล้า |
| 57. รศ.วิไล รัตนตยารมณ | 58. รศ.एका แสงสุวรรณ |
| 59. อ.ชำนาญ แสงแก้ว | 60. อ.อรพินท์ แก้วลาย |
| 61. ดร.สุวรรณา พันธุ์รัตน์ | (62) คุณอุษา ศรีจินดารัตน์ |
| ★(63) คุณกรรณิการ์ ชาวบ้านเกาะ | 64. คุณพรนิภา โชติกเสถียร |
| 65. อ.บุญเรือง แก้วสะอาด | ★(66) ผศ.สุมานิน รุ่งเรืองธรรม |
| 67. คุณนงลักษณ์ พจนการรักษ์ | 68. รศ.จุฑามาศ เทพชัยศรี |
| 69. อ.ชูลีพร สุภธีระ | ★(70) ผศ.พัชรินทร์ ขวัญชัย |
| 71. รศ.ดร. นฤมล กาญจนทัต | 72. คุณวิจิตร อักษรชู |
| 73. ผศ.ประเสริฐ เชษฐพันธ์ | 74. คุณวรรณี สุขละมูล |

หมายเหตุ : สมาชิกที่มีเครื่องหมาย ○ ติดต่อขอรับเงินบำเหน็จ
 อาวุโสที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว จำกัด **เฉพาะท่านที่เป็นสมาชิก
 สหกรณ์เท่านั้น** (สมาชิกควรมาในวันที่อายุครบหรือยังไม่เกิน 90 วัน)
 พร้อมบัตรประจำตัวประชาชน และทะเบียนบ้าน
 ☆ บำเหน็จดำรงชีพ อายุ 70 ปี



วาทะธรรม : 100 ปี พระชันษา สมเด็จพระสังฆราช

ท่ามกลางภาวะการณปัจจุบัน อันเต็มไปด้วยภัยอันตรายอันน่าหวาดหวั่นที่หลายคนคิดว่าคงไม่อาจเกิดขึ้นแล้ว ก็กลับบังเกิดขึ้นอีกทั่วไปในโลก เช่น ภัยสงคราม ทุพภิกขภัย และภัยอาชญากรรมร้ายแรงต่าง ๆ เป็นต้น ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสวัสดิภาพของผู้คนในวงกว้าง

ท่านทั้งหลายพึงหันมาพิจารณาทบทวนอริยมรรค โดยใช้หนทางแก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุสำคัญประการหนึ่ง ได้แก่ “สัมมาสังกัปปะ” ซึ่งหมายถึง “ความคิดที่ถูกต้อง” กล่าวคือ ความคิดที่จะลดละความอยากได้อยากมีจนเกินประมาณ ความคิดที่จะไม่พยายาทจองแวกกัน และความคิดที่จะไม่เบียดเบียนกัน

ขอจงช่วยกันระดมความคิดเห็นในทางสันติ ฉลาดในการปรึกษาหารือกันด้วยสัมมาวาจา เพื่อแก้ไขปัญหาของสังคมในทุกระดับ ให้คลี่คลายไปได้ด้วยความอดทนอดกลั้น รู้จักละวางทิฐิมานะ ให้อภัย และมุ่งแผ่เมตตาต่อกันด้วยใจจริง

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (อมฺพรมหาเถร) สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

บอกเล่าเก้าสิบ : ยาเม็ดเปลือย

“ยาเม็ดเปลือยอันตรายกว่าที่คิด” เรื่องเล่าที่อยากบอกผู้สูงอายุและครอบครัว หมอเจอคุณตาคนหนึ่ง อายุเกือบ 80 ปีแกบอกว่า “หมอ...ช่วงนี้แสบคอ คลื่นไส้ ปวดท้องบ่อย” พอซักประวัติไปเรื่อย ๆ คำตอบหนึ่งที่ทำให้หมอสะดุดใจคือ “ผมแกะยาออกจากแผงหมดเลยครับ ใส่ขวดรวมกัน กินง่ายดี ไม่ต้องหยิบหลายแผง” ฟังดูเหมือนเรื่องเล็กแต่จริง ๆ แล้วนี่คือจุดเริ่มต้นของอันตรายเงียบ ยาเม็ดเปลือยคือยาที่ถูกแกะออกจากแผงหรือแคปซูล แล้ววางไว้เปลือยๆ ในขวดในถ้วย หรือแบ่งใส่ซองล่วงหน้าโดยไม่ได้ออกแบบมาให้ทำแบบนั้น แล้วทำไม “ยาเม็ดเปลือย” ถึงอันตรายสำหรับผู้สูงอายุ

1. ยาเสื่อมคุณภาพโดยไม่รู้ตัว ยาหลายชนิด แพ้ความชื้น แพ้แสง แพ้อากาศ แผลงยาไม่ได้ทำมาเพราะสวแต่เพื่อ ปกป้องตัวยาให้คงประสิทธิภาพ ยาเปลือยออกฤทธิ์ไม่เต็มทีกินแล้ว “เหมือนไม่ได้กิน”

2. ระคายเคืองกระเพาะและหลอดอาหาร ยาบางชนิดต้องมี สารเคลือบพิเศษ เพื่อไม่ให้กัดกระเพาะ หรือค้างติดหลอดอาหาร แกะเปลือยกออก แสบคอ แสบท้อง คลื่นไส้บางรายถึงขั้นเป็นแผล

3. สับสน กินยาผิดเม็ด ผิดขนาด ผู้สูงอายุหลายท่าน สายตาลดลง ความจำสั้น กินยาหลายชนิด ยาเปลือยหน้าตาคล้ายกัน หยิบผิดเท่ากับอันตรายทันที

4. ยาบางชนิด “ห้ามแกะเด็ดขาด” เช่น ยาออกฤทธิ์นาน (Extended / Sustained release) ยาเคลือบลำไส้ ยาเคมีบำบัดบางชนิด แกะเท่ากับยาออกฤทธิ์แรงเกินหรือเกิดผลข้างเคียงรุนแรง

แล้วควรทำอย่างไรดี เก็บยาในแผงเดิม จนถึงเวลารับประทาน ไขกล่องแบ่งยารายวัน/รายเวลา แต่ต้องแกะ “ใกล้เวลาจะกิน” หากจำเป็นต้องแกะ ปรึกษาเภสัชกรหรือแพทย์ก่อนเสมอให้ผู้ดูแลช่วยจัดยาอย่างเป็นระบบ อย่าฝากความปลอดภัยไว้กับความสะดวก

หมออยากฝากไว้ความตั้งใจดีของลูกหลาน หรือความอยากสะดวกของผู้สูงวัยบางครั้งอาจกลายเป็นอันตรายโดยไม่รู้ตัว ยาไม่ใช่ขนมและ “เปลือยกยา” ไม่ได้มีไว้ให้รักบ้าน ดูแลกันด้วยความเข้าใจ รายละเอียดเล็กๆ เหล่านี้ คือสิ่งที่ช่วยให้ผู้สูงวัย ปลอดภัย อยู่ได้อย่างมีคุณภาพ และมีศักดิ์ศรี



25 มกราคม 2569 อาจารย์ท่านหนึ่งมาสวัสดิ์ปีใหม่พร้อมกระเช้าขนมมากมาย ขอบขอบคุณที่ทำให้บททวนชีวิตในปีที่ผ่านมา อันที่จริง ฉันจำรายละเอียดไม่ได้แล้ว ทราบแต่ว่า อาจารย์มีปัญหา สุขภาพ แต่ไม่ได้รักษา แต่จุดที่จะเล่า นั่นคือเหตุผลที่ทำให้อาจารย์ไปรักษา นอกจากคำพูดของฉันแล้ว ก็เพราะความเป็นห่วง ลูกคนที่ 3 ของอาจารย์เป็นไข้และหูหนวก อาจารย์บอกว่าตอนคลอดออกมา นั้น เสียใจที่สุดเสียใจเป็นปีๆ เพราะเชื้อสายเผ่าพันธุ์ไม่มีใครหูหนวกเลย ตกลงกับสามีว่า ก็จะไม่เลี้ยงไป ให้อยู่ในบ้าน ลูกคนเดียว เราเลี้ยงได้

แต่เมื่อผู้บังคับบัญชาทราบเรื่อง ครั้งหนึ่งท่านมีโอกาสดำเนินเข้าเฝ้าพระเทพฯ ในการทำงาน เลยได้กราบทูล เรื่องลูกของอาจารย์เป็นไข้หูหนวก สมเด็จพระเทพฯ ตรัสให้เด็กเรียนหัดอ่านปากที่โรงเรียนสอนคนไข้หูหนวกที่กรุงเทพฯ สามีอาจารย์ จึงย้าย ไปทำงานที่กรุงเทพฯ เพื่อดูแลเอาลูกเข้าโรงเรียนในพระราชูปถัมภ์ เพื่อสอนการอ่านปาก นาน 3 ปี สำหรับการเรียนในชั้นประถม ตอนแรก อาจารย์พาลูกไปที่จังหวัดตาก เพื่อไปเรียนโรงเรียนโสตศึกษาที่นั่น แต่ผู้อำนวยการโรงเรียน เห็นเป็นข้าราชการ ที่มีพื้นฐานการอ่านปากมาแล้ว จึงแนะนำให้เข้าโรงเรียนเศรษฐเสถียรที่กรุงเทพฯ ลูกจบม.ปลาย และเข้าเรียนปริญญาตรี โดยเรียนร่วมกับคนปกติ

ต่อมาได้ทุนไปเรียนต่อปริญญาโท ที่เมืองนอก ต่อมาได้สอบบรรจุเป็น

ข้าราชการได้ "ฟังแล้วไม่น่าห่วงแล้วนะคะ" ฉันบอก "แต่ก็อดห่วงไม่ได้" อาจารย์ทำภาษามือไปด้วย คงติดภาษามือไปแล้ว "ก็สอนตลอด ว่า เรารอดชีวิตเพราะสมเด็จพระเทพฯ ลูกต้องเป็นข้าราชการ ที่ชื่อสัตย์สุจริต ไม่โกงแม้แต่บาทเดียว ตั้งใจขยันทำงานอย่าสนใจใคร จะซุบซิบนินทา เรื่องมีครอบครัวก็ดูให้ดี" อันที่จริง อาจารย์ยังไม่ลำบากเท่า อีกรายหนึ่งเลย รายนี้เป็นลูกของแม่เลี้ยงเดี่ยว มีอาชีพเป็นแม่บ้าน ทำความสะอาดบ้านเมื่อท้องสามีทิ้งไปตั้งแต่ลูกอยู่ในท้อง เมื่อคลอดออกมาพบว่าเด็กหูหนวก หมอที่โรงพยาบาล จังหวัดสงขลาไปโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์เพื่อตรวจอย่างละเอียด สรุปว่าเด็กคนนี้โตมาจะเป็นใบ้และหูหนวกแก้ไขไม่ได้แม่นั้นท้อแท้มากคิดจะฆ่าตัวตายพร้อมแม่ลูก แต่คุณหมอก็รับจุกุญหา ให้กำลังใจว่ายังมีหนทาง จึงฮึดสู้ว่าเมื่อลูกเกิดมาแล้วอย่างไรก็ตั้งใจจะเลี้ยงให้ดีที่สุด

ท่ามกลางความขาดแคลน ไม่มีเงินที่จะส่งเสียลูกเรียน หมอที่โรงพยาบาลจุกุญหา ได้แนะนำว่า ให้พาลูกซึ่งอายุแค่ 5 ขวบไปเรียนที่โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดตากซึ่ง สมเด็จพระเทพเป็นองค์อุปถัมภ์ฯ ไม่มีเงินก็ให้บอกโรงเรียนซึ่งเขาไม่ได้เก็บค่าเล่าเรียนค่าใช้จ่ายอะไรเลย นั่นเองแม่เลี้ยงเดี่ยวคนนี้จึงพาลูกไปจังหวัดตาก ตั้งแต่ลูกอายุได้ 5 ขวบ "ฉันไม่เคยไปตากเลยโรงเรียนนั้นอยู่ไกลมาก เมื่อรู้ว่าจะต้อง ทิ้งลูกไว้กับอาจารย์ ที่นั่น เพราะเป็นโรงเรียนประจำ ฉันใจหายวาบ" ทั้งลูกและแม่อดกันร้องไห้เป็นนรรคเป็นเวร ลูกเอามือจับกระโปรงแม่ ไม่ปล่อย "หมอต้าวันนั้นฉันไม่ใจแข็งลูกไม่มาถึงวันนี้หรอก"

สรุปเด็กเรียนอยู่โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดตาก เป็นโรงเรียนประจำตั้งแต่ 5 ขวบ แม่ก็ได้ไปเยี่ยมมานานๆ ครั้งไม่เสียค่าใช้จ่ายเลยจนลูกจบม 6 จากพื้นฐานการเล่าเรียนที่โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดตาก ลูกสามารถเรียนต่อจนจบปริญญาตรี ปัจจุบันเข้าทำงานที่บริษัทแห่งหนึ่ง ขอขอบคุณนโยบายแรงงานประเทศที่ให้กับคนพิการเข้าทำงานอย่างน้อยร้อยละ 1 ฉันเจอลูกของคุณแม่ตอนนี้เธออายุ 27 ปี อยู่ในชมรมผู้พิการ เป็นใบ้หูหนวก และเป็นนักวิ่งมาราธอน เธอไปวิ่งมาราธอนต่างประเทศ และได้แฟนชาวต่างชาติ เป็นคนใบ้หูหนวกด้วยกัน ตอน

นี้มีลูกหนึ่งคน น่ารัก แข็งแรงสมบูรณ์ "ไม่มีความพิการใดๆ แม่ที่ตอนนี้เป็นยายเล่าว่า " หมอฉันไม่เคยเจอสมเด็จพะเทพฯ เห็นแต่ในทีวี แต่บุญคุณท่านท่วมหัว ไม่มีสมเด็จพะเทพฯ ลูกของฉันคงเป็นผู้พิการตลอดชีวิตดูแลตนเองไม่ได้และคงไม่ได้เลี้ยงดูฉันเหมือนอย่างวันนี้" หลายสิ่งหลายอย่างที่ราชวงศ์ทำเป็นการปิดทองหลังพระฉันเองไม่เคยรู้มาก่อนเลยว่าคนเป็นไขหูหนวกในประเทศเหล่านั้นมีพระเมตตา เป็นเบื้องหลังแห่งความสำเร็จ วันนี้บันทึกไว้จากคำพูดที่แม่ทั้งสองคนที่มาเล่าให้ฟัง ทั้งคนเล่า คนฟัง ต่างน้ำตานองด้วยความปลื้มปิติ

ชัญวลี ศรีสุโข

หมอมหิว



นานไม่เห็นพระอนงค์ทรงพระสรวล
ชื่นชวนอกเปรมเกษมศรี
ทรงสราญไจราษฎร์ยอมยินดี
ต่างมีความจงรักภักดีเจ้าฟ้า
เหมือนแสงพรราวสกาวจันท์อันฉั้นเจ็ด
เจ็ดจรัสอวยเย็นเพ็ญแหล่งหล้า
งามพระสรวลเมื่อเห็นสุขปวงประชา
สมคำว่า “เจ้าฟ้าคนเดินดิน”

คาราโอเกะ

สามีของฉันซื้อตู้คาราโอเกะมาทำงานขายของมือสอง ราคาแค่แปดดอลลาร์ ตอนนั้นฉันคิดว่า เป็นการซื้อที่โง่ที่สุดเท่าที่เคยมีมา เราทั้งคู่ก็อายุหกสิบสามแล้ว เป็นครูเกษียณ ใช้ชีวิตด้วยรายได้ประจำตายตัว แต่เขากลับชอบเครื่องเก่าๆ ที่สภาพแทบใช้งานไม่ได้กลับบ้าน “ลินดา เชื่อฉันเถอะ” เขาพูด ยิ้มเหมือนเด็ก “เชื่อคุณเหอะ โรเจอร์ เราร้องเพลงไม่เป็นนะ” “นั่นแหละประเด็นเลย” เขาตั้งเครื่องไว้ในโรงรถ แล้วติดป้ายเขียนมือไว้ที่ตู้จดหมายหน้าบ้าน “คาราโอเกะฟรีทุกวันศุกร์ 19.00 น. ใครก็มาได้ ไม่ต้องเอาอะไรมา”

สัปดาห์แรก ไม่มีใครมา สัปดาห์ที่สอง หลานชายวัยรุ่นของเพื่อนบ้านโผล่มา สีหน้าเขินๆ “คุณย่าให้ผมมาดูว่าพวกคุณโอเคไหม เธอคิดว่าคุณอาจกำลังเครียดหนัก” โรเจอร์หัวเราะ “บอกเธอว่าเราสบายดี อยากร้องเพลงใหม่” เด็กคนนั้นยกไหล่ “ผมไม่ร้องเพลง” “ดีเลย เราก็ก็นั่งร้องเหมือนกัน” พวกเขาทั้งสองร้องเพลงของ The Beatles แบบเพี้ยนสนั่นไปด้วยกัน เด็กคนนั้นกลับบ้านไปพร้อมรอยยิ้ม สัปดาห์ที่สาม มีคนมาสี่คน พอสัปดาห์ที่แปดโรงรถของเราแน่นไปหมด คนยี่สิบสามคน อายุระหว่างเก้าขวบถึงแปดสิบสี่ ร้องเพลงเพี้ยนหัวเราะจนร้องไห้

สิ่งที่ฉันไม่คาดคิดคือ ระหว่างเพลง ผู้คนเริ่มคุยกัน คุยกันจริงๆ นักบัญชีที่เพิ่งหย่าร้างยอมรับว่าเขาไม่ได้คุยกับใครเลยนอกจากแมวของตัวเองมาเป็นสองเดือน เด็กสาวมัธยมบอกว่าเธอไม่มีเพื่อนที่โรงเรียน หญิงม่ายคนหนึ่งพูดว่านี่เป็นครั้งแรกที่เธอออกจากบ้านตั้งแต่งานศพสามี พวกเขาไม่ได้มาเพื่อดนตรีพวกเขา มาเพื่อทำอะไรบางอย่างร่วมกัน โดยไม่ต้องแคร์ คือนวันศุกร์ครั้งหนึ่ง ผู้หญิงชื่อพาเทลพาพ่อที่เคยเป็นอัมพาตจากโรคหลอดเลือดสมองมาด้วย เขาพูดไม่ได้แล้ว แต่เธอถือไมโครโฟนให้เขาระหว่างเพลง “My Way” และเขาก็ฮัมเบาๆ เพี้ยนๆ แต่งดงาม ทุกคนปรบมือเชียร์ราวกับเขาเพิ่งได้รางวัลแกรมมี โรเจอร์เริ่มตั้งโหลใส่คำขอเพลง คนเขียนชื่อเพลงลงไป แต่ก็มีโหนดด้วย “ขอเพลงที่ทำให้ฉันหัวเราะได้อีกครั้ง” “คืนนี้ฉันคิดจะไม่กินยาแล้ว แต่เลือกมาที่นี้แทน” “นี่เป็นครั้งแรกที่ฉันรู้สึกปกตินับตั้งแต่รู้ผลวินิจฉัย” เดือนที่แล้ว โรเจอร์หัวใจวาย โชคดีที่ไม่รุนแรง

แต่ก็น่ากลัวมาก ระหว่างที่เขาพักผ่อน ฉันยกเลิกคาราโอเกะ มันรู้สึกไม่ถูกถ้าไม่มีเขาแต่ผู้คนก็ยังมา เคาะประตูบ้าน “พวกเราจัดกันเองนะคะคุณลินดา โรเจอร์ต้องอยากให้เป็นแบบนี้แน่” แล้วพวกเขาก็ทำจริงๆ คนสิบเก้าคนในโรงรถ ร้องเพลงเพี้ยนกันสุดเสียง ขณะที่โรเจอร์นั่งฟังจากหน้าต่างห้องนอน กระจกทึบซออยู่ในมือ เพราะเขาร้องให้

พอเขาอาการดีขึ้น สิ่งแรกที่เขาทำคือกลับมาคาราโอเกะ ยังร้องไม่ได้ตามคำสั่งหมอบ เลยแค้นังโปกแซนเหมือนวาทกขร ขณะที่ทุกคนช่วยกันทำลาบเพลง “Don't Stop Believin” นักบัญชีเอาแมวมาด้วย เด็กสาวมัธยมพาเพื่อนใหม่มาสามคน หมิงมายเอาคุกกี้โฮมเมดมา และขอเพลงโปรดของสามีผู้ล่งลับ เมื่อวานนี้ มีซองจดหมายใส่มาในตู้จดหมาย เงินสดสองพันดอลลาร์ ไม่มีชื่อ มีโน้ตเขียนว่า “สำหรับซื้อตุ้คาราโอเกะใหม่ เมื่อเครื่องนี้พัง คุณช่วยชีวิตฉันไว้โดยที่ไม่รู้ตัว ได้โปรดร้องเพลงเพี้ยนต่อไปตลอดกาล” โรเจอร์อยากบริจาคเงินนั้น เพื่อช่วยให้คนอื่นเริ่มกิจกรรมเสียงเพี้ยนของตัวเอง ฉันคิดว่าเขาพูดถูก พวกเราไม่ได้พิเศษอะไร ไม่ได้เรียนด้านบำบัดหรือการสร้างชุมชน เราแค่มีตุ้คาราโอเกะราคาแปดดอลลาร์ กับความกล้าที่จะดูตลกต่อหน้าคนแปลกหน้า

แต่สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้คือ คนเรานั้นเหงา เหงามาก ไม่ใช่เพราะอยู่คนเดียว แต่เพราะไม่ว่าที่ไหน พวกเขาต้องสมบูรณ์ ต้องเก่ง ต้องดูพร้อม โรงรถของเราคือที่ที่คุณแยะได้ และยังได้รับการเฉลิมฉลอง บางที นั่นแหละคือสิ่งที่ผู้คนต้องการ ไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญ ไม่ใช่บริการใหม่ๆ แค่การอนุญาตให้ตัวเองไม่เก่ง และยังมีที่ยืน หาตุ้คาราโอเกะราคาแปดดอลลาร์ของคุณให้เจอ ไม่ว่าจะหมายถึงอะไรก็ตาม สิ่งที่ทำให้คนกลับมาในแบบไม่สมบูรณ์ และยังได้รับการต้อนรับ โรเจอร์ร้องเพลงแทบไม่ตรงคีย์ ส่วนฉันแยะกว่านั้น แต่ทุกคืนวันศุกร์ โรงรถของเราเต็มไปด้วยผู้คนที่ได้ระลึกถึงความรู้สึกของการเป็นมนุษย์ร่วมกันอีกครั้ง มันคุ้มค่ากับทุกโน้ตที่เพี้ยน

เพื่อน 14 คน

14 กระเป๋า กับคำสั้น ๆ ว่า “ฉันจำได้” เรื่องจริงของ จอร์จ คลูนีย์ ที่ไม่ปล่อยให้คำว่าคุณคุณกลายเป็นเรื่องในพินัยกรรม คีฬาหนึ่งในเมืองลอสแอนเจลิส (Los Angeles) มีโต๊ะอาหารค่ำที่ดูเหมือนมีสิ่งสรรคร์ธรรมดา แต่ได้บรรยากาศสบาย ๆ มีของบางอย่างวางอยู่ตรงหน้าแขกทุกคน กระเป๋าเดินทางคนละใบ ไม่มีใครรู้ว่าข้างในคืออะไร จนกระทั่งเจ้าของบ้านบอกให้เปิดมัน ข้างในคือเงินสด 1,000,000 ดอลลาร์ต่อคน และมีเพียงคำพูดสั้น ๆ จากเจ้าของบ้าน จอร์จ คลูนีย์ (George Clooney) “ฉันจำได้” ย้อนกลับไปก่อนชื่อเสียงจะพุ่งถึงจุดสูงสุด คลูนีย์เคยเป็นนักแสดงที่แทบไม่มีอะไรติดตัว ช่วงปลายยุค 1980 ถึง 1990 เขารับงานเล็กๆ น้อย ๆ หาเงินไปวัน ๆ อาศัยโซฟาเพื่อนเป็นที่นอน ยืมเงินซื้ออาหาร และขออาศัยรถเพื่อนไปออกดิฉัน ชีวิตในฮอลลีวูดของเขาเต็มไปด้วยความไม่แน่นอน ในช่วงเวลานั้น เขามีเพื่อนกลุ่มหนึ่ง 14 คน ที่อยู่เคียงข้างเสมอ กลุ่มนี้เรียกกันเองว่า “The Boys” พวกเขาไม่ใช่ดาราทูทุกคน บางคนเป็นพนักงานบาร์ บางคนทำงานบริษัทธรรมดา แต่สิ่งที่เหมือนกันคือ พวกเขาเคยช่วยให้คลูนีย์ “อยู่รอด” ในวันที่โลกยังไม่รู้จักเขา

ปี 2013 กลายเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญ ภาพยนตร์เรื่อง Gravity ประสบความสำเร็จอย่างมหาศาล รายได้ทะลุความคาดหมาย และที่สำคัญคือดีลส่วนแบ่งกำไรของคลูนีย์ทำให้เขาได้รับเงินก้อนใหญ่แบบที่แม้แต่ตัวเขาเองยังไม่คาดคิด แทนที่จะคิดว่าจะซื้ออะไรเพิ่ม เขากลับคิดถึงคนที่เคย “ให้” ตอนที่เขาไม่มี เขาตัดสินใจทำบางอย่างที่ต้องวางแผนเหมือนภารกิจลับ คลูนีย์ขับรถตู้ธรรมดาไปยังสถานที่เก็บเงินสดในย่านดาวนทาวน์ของเมืองลอสแอนเจลิส (Los Angeles) ถอนเงินสดรวม 14 ล้านดอลลาร์ แล้วนำมาแบ่งใส่กระเป๋าเดินทาง 14 ใบ ใบละ 1 ล้านดอลลาร์ เขาเก็บเงินทั้งหมดไว้ที่บ้านหนึ่งคืน ก่อนจะเชิญเพื่อนๆ มาทานอาหารในวันถัดไป

คำคืนวันที่ 27 กันยายน 2013 ทุกอย่างถูกจัดเตรียมเรียบร้อยแล้ว เมื่อเพื่อนทั้ง 14 คนมาถึง แต่ละคนพบว่าที่หนึ่งของตัวเองมีกระเป๋าวางอยู่ คลุณีย์ลุกขึ้นพูดขอบคุณพวกเขาที่เคยช่วยเขาในวันที่ไม่มีอะไร จากนั้นจึงบอกให้เปิดกระเป๋า บางคนถึงกับพูดไม่ออก บางคนร้องไห้ เพราะเงินจำนวนนี้สำหรับหลายคนหมายถึงชีวิตใหม่ที่ ปลดหนี้บ้าน ส่งลูกเรียน หรือมีเงินเก็บครั้งแรกในชีวิต สิ่งที่ทำให้เหตุการณ์นี้ลึกกว่าการ “แจกเงิน” คือรายละเอียดที่คลุณีย์คิดเผื่อไว้ เขารู้ดีว่าการรับเงินก้อนใหญ่ในสหรัฐฯ ต้องเสียภาษีสูง เขาจึงจ่ายภาษีให้ทั้งหมดล่วงหน้า เพื่อให้เพื่อนๆ ได้รับเงินเต็มจำนวนจริงๆ

หนึ่งในเพื่อนที่อยู่ในวงนั้นคือ Rande Gerber นักธุรกิจและสามีของซินดี้ ครอว์ฟอร์ด เขาเป็นคนที่พยายามปฏิเสธเงิน เพราะฐานะดีอยู่แล้ว แต่คลุณีย์ตอบกลับสั้นๆ ต่อหน้าทุกคนว่า “ถ้าคุณไม่รับ... ก็ไม่มีใครได้อะไร” ประโยคนี้เปลี่ยนการ “ให้” ธรรมดาให้กลายเป็นการรักษาความสัมพันธ์ทั้งกลุ่ม ไม่มีใครต้องรู้สึกติดค้าง หรือรู้สึกต่ำกว่า เพราะทุกคนได้รับเท่ากันในฐานะ “คนสำคัญในชีวิตเขา”

หลายปีต่อมา คลุณีย์เล่าเรื่องนี้ด้วยตัวเองผ่านการสัมภาษณ์กับ GQ ในปี 2020 เขาอธิบายเหตุผลแบบตรงไปตรงมาว่า ถ้าเขาเกิดอุบัติเหตุเสียชีวิต เพื่อนกลุ่มนี้ก็อยู่ในพินัยกรรมอยู่แล้วจะรอทำไม ในเวลานั้นเขาอายุ 52 ปี ยังไม่มีครอบครัวของตัวเอง การตัดสินใจครั้งนี้จึงเกิดขึ้นในจังหวะชีวิตที่เขาสามารถ “ให้ได้เต็มที่” โดยไม่ต้องลังเล

หนึ่งปีหลังจากนั้น วันที่ 27 กันยายน 2014 เขาแต่งงานกับ Amal Clooney ทนายความด้านสิทธิมนุษยชน และเริ่มต้นชีวิตครอบครัวใหม่ เหตุการณ์ “กระเป๋า 14 ใบ” จึงกลายเป็นเหมือนจุดตัดระหว่างชีวิตสองช่วง ช่วงที่เขาตอบแทนอดีต และช่วงที่เขาเดินเข้าสู่อนาคต

เรื่องนี้ยังสะท้อนในระยะยาว ความสัมพันธ์ของเขากับเพื่อนอย่างแรนดี้ เกอร์เบอร์ยังต่อยอดไปสู่ธุรกิจร่วมกัน รวมถึงแบรนด์เครื่องดื่มอย่าง Casamigos ที่เติบโตจนขายได้ในมูลค่ามหาศาล มิตรภาพที่เริ่มจากการช่วยกัน “ประคอง

ชีวิต” กลายเป็นการสร้างความสำเร็จร่วมกันในระดับพันล้าน เหตุการณ์นี้จึงไม่ได้เป็นแค่เรื่องของคนรวยแจกเงิน แต่เป็นตัวอย่างชัดเจนของการใช้ “จังหวะเวลา” อย่างแม่นยำ การให้ในวันที่ยีกฝ่ายยังมีเวลาใช้ชีวิต ทำให้มูลค่าของมันสูงกว่าการทิ้งไว้เป็นมรดกในวันที่สายไปแล้ว เงิน 14 ล้านดอลลาร์อาจดูมหาศาลในตัวเลข แต่สิ่งที่อยู่ในกระเป๋าจริงๆ ของแต่ละคนในคืนนั้น คือการยืนยันว่าความช่วยเหลือเล็กๆ ในอดีตโซฟาหนึ่งตัว อาหารหนึ่งมื้อ หรือเงินยืมไม่กี่ดอลลาร์—มีความหมายมากพอจะถูกจดจำไปตลอดชีวิต และบางครั้ง คำว่า “ฉันจำได้” ก็มีน้ำหนักมากกว่าตัวเลขทั้งหมดรวมกัน



ทริปหมู่ 18 ตัว - หยางชัว กุ้ยหลิน - เทียวฟินเมืองจีน

ในระหว่างวันที่ 11-16 มีนาคม 2569 ชมรมฯ ได้จัดทัศนศึกษาต่างประเทศ สดพิเศษ พาเที่ยวมณฑลกว่างซี ประเทศจีน เป็นเวลา 6 วัน 5 คืน ทริปนี้ขอบอกว่าเต็มไปด้วยความสนุกสนานครบรส มีทั้งความตื่นตาตื่นใจในธรรมชาติสุดอลังการ ความหวาดเสียว (จากความสูง) ความตลกฮาเฟี้ยวๆ ความอัมมอรร้อยเคาหยก ไปจนถึงความเมื่อยย (ขา) ฯลฯ จึงขอเก็บตกเรื่องเล่าและบรรยากาศการท่องเที่ยวมาแล้วสักพันฟัง เหมือนเราได้ไปเที่ยวด้วยกันค่ะ

ประเทศจีนนั้นกว้างใหญ่ เวลาไปเที่ยวจีนควรจินตนาการนึกถึงแผนที่ประเทศจีน ซึ่งมีลักษณะเหมือนไก่ตัวอ้วน หันหน้าไปทางขวา มณฑลกว่างซีตั้งอยู่บริเวณด้านล่าง ตรงแถวๆ ท้องไก่ มีพรมแดนติดกับเวียดนามตอนเหนือ ชื่อทางการของมณฑลนี้คือ เขตปกครองตนเองกว่างซีจ้วง (Guangxi Zhuang autonomous region) เป็นพื้นที่ที่มีเสน่ห์ทางธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่นเฉพาะตัวมากๆ เมืองหลวงคือ นานหนิง (Nanning) ซึ่งเป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจและการคมนาคมที่สำคัญ กว่างซีมีประชากรชนกลุ่มน้อยหลายกลุ่ม โดยเฉพาะชาวจ้วง (Zhuang) ซึ่งมีมากที่สุดประมาณ 32% และที่สำคัญในทางประวัติศาสตร์เชื่อว่าชาวจ้วงมีความเชื่อมโยงทางเชื้อสายกับคนไทย ตัวอย่างง่ายๆ คือ ไกด์จีนนับเลข 1-10 ฟังดูคล้ายภาษาไทยมาก โดยเฉพาะเลข 8, 9, 10 ภูมิประเทศของกว่างซีโดดเด่นด้วยภูเขาหินปูน (karst) ที่สวยงามและมีแม่น้ำสายสำคัญ ภูเขา มีลักษณะเป็นยอดแหลมสลั้บซับซ้อนเป็นเอกลักษณ์ ในทริปนี้คณะทัวร์กลุ่มของเราบินจากสุวรรณภูมิไปลงที่นานหนิง ซึ่งตั้งอยู่ตรงกลางมณฑล (ดูแผนที่ด้านล่าง) จากนั้นจึงเริ่มเที่ยวทางตะวันตกเฉียงใต้ก่อน ที่เมืองจงจัว (Chongzuo) ไปน้ำตกเต๋อเทียนซึ่งอยู่ติดกับชายแดนเวียดนาม แล้วย้อนกลับมาเที่ยวทางด้านตะวันออกเฉียงเหนือ คือ กุ้ยหลิน (Guilin) และหยางชัว (Yangshuo) จึงจัดว่าเป็นการรวมจุดไฮไลต์ต่างๆ ของการเที่ยวทั่วมณฑลกว่างซีเลยทีเดียว



วันที่ 1 (11 มีนาคม 2569) วันแรกเป็นวันเดินทาง พวกเรานัดพบกันที่ สนามบินสุวรรณภูมิ เวลานั้นนัดหมาย 8.45 น. ซึ่งเป็นเวลาดี ไม่เข้าเกินไป สบายๆ ที่ทีมงานรัฐทองทัวร์ช่วยอำนวยความสะดวกอย่างดี ทริปนี้เราได้น้องไกด์คนสวย 2 คน คือ คุณเป่าเป่า (ไกด์ไทย) และคุณเจนนี (ไกด์ท้องถิ่น) ทั้งสองคนช่วยกันดูแลพวกเราอย่างดี ตลอดทริปครั้งนี้มีความราบรื่นมาก เที่ยวบินไปหนานหนิง ใช้เวลาไม่นานแค่ประมาณ 2 ชม. ดีที่ทางรัฐทองสั่งอาหารกลางวันบนเครื่องให้ รong tóng เป็นเมนูข้าวผัดต้มยำ หลายคนชมว่าอร่อยดี ... แต่ ... ไม่มีอิม (เชื่อว่า เป็นกล่องข้าวน้อยฆ่าแม่ 555) ดังนั้นอาหารจีนมือเย็นในวันแรกจึงรับประทาน จัดเต็มอย่างน้องหมูผู้วิหอย แต่ขอเตือนว่าหลังจากมีอิมนี้ไป ทุกคนจะไม่รู้จึกคำ ว่าหิวอีกเลย เพราะอาหารทุกมื้อเยอะมากกกก อินซูลินหลังตลอดเวลาอย่างต่อเนื่องจนถึงวันสุดท้าย น้ำหนักขึ้นกันถ้วนหน้า

ระหว่างเครื่องบินลง มีเรื่องแปลกๆ เล็กน้อย ที่คุณแอร์โฮสเตสส่งเสียง ตะโกนโหวกเหวก สั่งผู้โดยสารทุกคนให้ปิดหน้าต่าง พวกเรานึกสงสัยว่าปกติ เวลาเครื่องลง ทุกสายการบินจะให้เปิดหน้าต่างนี้หา ปรากฏว่าจับคีย์เวิร์ดได้ยิน คำว่า “military” จึงเดาได้ว่าบริเวณสนามบินหนานหนิงนี้เป็นเขตทหาร ห้ามถ่ายรูป-ห้ามมอง-ห้ามแอบดูด้านนอกโดยเด็ดขาด จากสนามบิน รถบัสมาพาไปร้านอาหาร มือเย็นวันแรก รับประทานอาหารเย็นอย่างเอร็ดอร่อย ตื่นเต้นกับเคาท์ยก (หมูสามชั้นพะโล้) มื้อแรกยังอร่อยมาก แต่มื้อต่อๆ ไปร้อนในจะเริ่มมา (555) จากนั้นเดินเล่นย่อยอาหารในเมืองโบราณไท่ผิง (Taiping ancient town) ซึ่งเป็นเมืองเก่าแก่ตั้งอยู่ในฉงจิว จัดเป็นแหล่งประวัติศาสตร์ที่สะท้อนร่องรอยอารยธรรมจีนโบราณยาวนานกว่า 1,000 ปี เมืองไท่ผิงเริ่มต้นในสมัยไท่ผิงซิงกั๋ว (ค.ศ. 976-984) รัชสมัยจักรพรรดิไท่จงแห่งราชวงศ์ซ่ง จุดนี้เคยเป็นพื้นที่ยุทธศาสตร์สำคัญที่ตั้งอยู่ท่ามกลางขุนเขาและลำน้ำ เคยผ่านสมรภูมิมรบมานับสิบครั้ง ก่อนจะได้รับ

การพัฒนาและขยายตัวในสมัยราชวงศ์หยวน หมิง และชิง หนึ่งในเอกลักษณ์ที่โดดเด่นของเมืองนี้คือกำแพงเมืองโบราณที่สร้างขึ้นตั้งแต่ปี ค.ศ. 1372 ในสมัยราชวงศ์หมิง เดิมเป็นกำแพงดินสูงราว 7 เมตร ล้อมรอบเมืองยาวกว่า 2 กิโลเมตร ต่อมาหลังเหตุการณ์น้ำท่วมใหญ่ได้มีการบูรณะเปลี่ยนเป็นกำแพงหิน ซึ่งปัจจุบันยังคงเหลือให้ชมอยู่ประมาณ 1.3 กิโลเมตร ปัจจุบันเมืองโบราณไท่ผิงได้รับการพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ที่ผสมผสานความเก่าแก่กับความร่วมสมัย นักท่องเที่ยวยังสามารถสัมผัสเสน่ห์ของอดีตได้จากประตูเมืองเก่า ถนนหินโบราณ และสถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิมที่แฝงกลิ่นอายของยุคสมัยราชวงศ์หมิงและชิง นอกจากนี้ยังมีร้านอาหาร คาเฟ่ มุมถ่ายภาพชิคๆ รวมถึงบริการเช่าชุดจีนโบราณ สำหรับนักท่องเที่ยว หลังจากรับประทานอาหาร พวกเราพากันเดินเล่น เก็บภาพมุมสวยๆ แล้วรถบัสจึงพากลับที่พัก แยกย้ายกันพักผ่อน

วันที่ 2 (12 มีนาคม 2569) โปรแกรมวันนี้ 6-7-8 คือปลุก 6.00 น. ทานข้าวเช้า 7.00 น. ล้อหมุน 8.00 น. มุ่งหน้าไปน้ำตกเต๋อเทียน (Detian waterfall) ซึ่งจัดเป็นน้ำตกข้ามชาติที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย ได้รับการประกาศเป็นสถานที่ท่องเที่ยวระดับ 5A ของประเทศจีน และยังเป็นน้ำตกสองแผ่นดินซึ่งตั้งอยู่บนพรมแดนระหว่างเมืองฉงจิว ประเทศจีน และ จังหวัดกาวบิ่ง ประเทศเวียดนาม ทางฝั่งเวียดนามเรียกว่า น้ำตกบ้านชก (Ban Gioc waterfall) น้ำตกนี้เกิดจากความต่างระดับของแม่น้ำ Guichunhe และแม่น้ำ Zuojiang ที่ไหลลงมาจากผา จนเกิดเป็นน้ำตกขนาดใหญ่ที่มีความสูงถึง 70 เมตร ความกว้าง 200 เมตร และความลึก 60 เมตร หากมองจากฝั่งจีนจะเห็นเป็นน้ำตก 3 ชั้นไหลลดหลั่นลงมา แต่ถ้ามองจากฝั่งเวียดนามเห็นเป็นน้ำตกเพียงชั้นเดียว (น่าน้อยใจ) น้ำตกมีสายน้ำสีเขียวมรกตใสๆ ซึ่งเกิดจากแร่ธาตุในน้ำ ไหลลดหลั่นเป็นชั้นๆ ในการเข้าไปถึงน้ำตก จะต้องนั่งรถบัสของอุทยานเข้าไป แล้วจึงพากันเดินตามเส้นทางที่ทำไว้อย่างดีเดินไม่ยาก ลงไปถึงทำน้ำเพื่อล่องแพเข้าไปใกล้ๆ บริเวณน้ำตกเพื่อสัมผัสความอลังการอย่างใกล้ชิด โดยทุกคนต้องสวมเสื้อชูชีพ พอเข้าไปใกล้บริเวณน้ำตกมากๆ ไอน้ำก็กระจายจนเปียกปอนไปตามๆ กันเป็นที่สนุกสนาน ตอนขาขึ้น

จากเรือปรากฏว่ามีคนลี้ภัยล่องเรือชูชีพ ตั้งหน้าตั้งตาเดินขึ้นฝั่ง จนคนเรือต้องทวง ต้องถอดคิณแทบไม่ทัน จากนั้นจึงเดินย้อนขึ้นไปร้านกาแฟ เพื่อจิบกาแฟชิกเนเจอร์ของที่นี่ กาแฟมีความหอมอร่อยชื่นใจมากท่ามกลางวิวสวยๆ หลังออกจากน้ำตกเพื่อเที่ยวชม จึงเดินทางไปรับประทานอาหารกลางวัน แล้วนั่งรถบัสยาวๆ ประมาณ 3 ชม. กลับสู่หอนานหนึ่ง ไปถึงสถานีรถไฟความเร็วสูงหอนานหนึ่งซึ่งใหญ่โตมาก มีหลายชานชาลา เห็นแล้วนึกในใจว่าไทยเราจะมีแบบนี้บ้างไหมหนอ นั่งรถไฟไปกู่หลินใช้เวลาประมาณ 2.5 ชม. รถไฟความเร็วสูงนั่งสะดวกสบายมาก ความเร็วสูงสุดสังเกตว่าประมาณ 250 กม.ต่อชั่วโมง กว่าที่จะถึงกู่หลินก็ค่อนข้างดี คิณนี้จึงหนี้อจากการเดินทาง ทุกคนรีบแยกย้ายกันพักผ่อนวันที่ 3 (13 มีนาคม 2569) เข้านี้ตื่นมาในกู่หลิน เริ่มเที่ยวตามจุดไฮไลต์สำคัญต่างๆ ในกู่หลิน เริ่มจากถ้ำขลุ่ยอ้อ (Reed flute cave) เป็นถ้ำหินปูนที่มีความสวยงามและมีชื่อเสียงมากที่สุดแห่งหนึ่งของจีน ได้รับการขนานนามว่า "พระราชวังแห่งศิลปะธรรมชาติ" เนื่องจากมีหินงอกหินย้อย (ห้องไคต์จีนบอกพูดยากมาก ได้ยินเป็น หินยวอกหินง้อย) มีการจัดแสดงแสงไฟโดยใช้แสงไฟสีสันต่างๆ ส่องผนังถ้ำ เพิ่มความสวยงามราวกับอยู่ในโลกแฟนตาซี จุดเด่นของถ้ำขลุ่ยอ้อคือ หินงอกหินย้อยที่มีอายุกว่า 180 ล้านปี รูปร่างของหินบางก้อนมีลักษณะคล้ายน้ำตก มังกร หางปลา เจ้าแม่กวนอิม แล้วแต่จินตนาการ ที่มาของชื่อถ้ำขลุ่ยอ้อ เพราะด้านหน้าถ้ำมีต้นไผ่ขลุ่ยอ้อขึ้นอยู่มาก ไผ่ชนิดนี้เคยถูกนำมาใช้ทำขลุ่ยจีนโบราณ จึงเป็นที่มาของชื่อถ้ำ มีจารึกบนผนังถ้ำที่มีอายุย้อนไปถึงราชวงศ์ถัง (ค.ศ. 792) ภายในถ้ำมีทะเลสาบใต้ดิน มีน้ำใสที่สะท้อนแสงไฟ ทำให้บรรยากาศยิ่งน่าตื่นตาตื่นใจ มีลานกว้างภายในถ้ำซึ่งเคยใช้เป็นสถานที่เลี้ยงต้อนรับแขกบ้านแขกเมือง ในวันนี้มีสมาชิก 1 ท่านตัดสินใจขึ้นเสลี่ยงซึ่งมีคนรับจ้างแบกหาม พวกเราจึงพากันถ่ายรูปพร้อมกับเสลี่ยงและไทเฮา ทุ่มมาก ๆ ก่อนเดินต้องพูด "ไทเฮา เสด็จ" ได้หัวเราะสนุกสนาน แม้ในถ้ำจะมีการเดินขึ้น-ลงหลายจุด แต่หมู่ทั้ง 18 ตัวเก่งมากๆ ไม่มีใครหกล้มบาดเจ็บใดๆ ต้องขอปรบมือให้ดังๆ

วันนี้เรายังได้ไปชมตึกเซียวเหยา (Xiaoyao tower) เป็นแลนด์มาร์กสำคัญใน กุ้ยหลิน เป็นสถาปัตยกรรมจีนโบราณ เป็นจุดชมวิวทิวทัศน์ของแม่น้ำหลีเจียง เขาฟูโป และเป็นจุดเชื่อมต่อกับย่านเมืองเก่า East-West alley ตึกเซียวเหยา เป็นอาคารจำลองสถาปัตยกรรมยุคราชวงศ์ถัง มีโครงสร้าง 2 ชั้น หลังคา 3 ชั้น ภายในมีการจัดแสดงเรื่องราวประวัติศาสตร์ต่างๆ ความหมายชื่อเซียวเหยา แปลว่า “อิสระ ปลอดภัย ไร้กังวล” สามารถขึ้นไปชมวิวนะบึงชั้นสอง เห็น วิหารรอบเมือง อีกไฮไลต์สำคัญของกุ้ยหลินคือ เขางวงช้าง (Elephant trunk hill) เป็นภูเขาหินปูนที่มีโพรงธรรมชาติอยู่ด้านล่าง เป็นสัญลักษณ์ของเมืองกุ้ยหลิน ตั้งอยู่ใจกลางเมืองบริเวณจุดบรรจบของแม่น้ำหลีเจียงและแม่น้ำถาวฮั่ว ที่ได้ชื่อว่าเขางวงช้างนั้นมาจากรูปร่างของภูเขาที่คล้ายกับงวงของช้างที่กำลังโน้มตัวลง เพื่อกินน้ำจากแม่น้ำ โพรงหินใต้เขางวงช้างมีถ้ำมังกร และมีเจดีย์โบราณอยู่บน ยอดเขาคือเจดีย์ฟูเซียน (Puxian pagoda) เขางวงช้างนี้มีตำนานเล่าว่า มีช้าง จากสวรรค์ลงมาดื่มน้ำบริเวณนี้แล้วติดใจในความงามของกุ้ยหลินจึงไม่ยอมกลับ ขึ้นสวรรค์อีกเลย ในบริเวณใกล้เคียง พวกมันเดินไปที่เจดีย์เงินและเจดีย์ทอง (Sun and Moon twin pagodas) หรือเรียก เจดีย์สุริยันจันทรา เป็นอีกหนึ่งแลนด์มาร์ก ของกุ้ยหลิน ตั้งอยู่กลางทะเลสาบชานหู (Shanhu Lake) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของ ทะเลสาบสองแม่น้ำ เจดีย์เงินและเจดีย์ทองเป็นเจดีย์ทรง 8 เหลี่ยม ตั้งอยู่เคียงกัน สร้างขึ้นในราชวงศ์ถังและได้รับการบูรณะในปี 2001 เจดีย์ทอง (Sun Pagoda) สื่อถึงพระอาทิตย์และพลังหยาง (阳) สูง 41 เมตร (9 ชั้น) เป็นเจดีย์ทองสัมฤทธิ์ ที่สูงที่สุดในโลก ส่วน เจดีย์เงิน (Moon Pagoda) สื่อถึงพระจันทร์และพลังหยิน (阴) สูง 35 เมตร (7 ชั้น) สร้างจากกระเบื้องเคลือบสีเงิน ระหว่างทางที่เดินไป เจดีย์ มีความตื่นเต้นเล็กน้อย เพราะมีลูกหมูปัดหลง แต่ก็สามารถกลับมาเข้า กลุ่มได้อย่างปลอดภัย บริเวณนี้มีผู้คนเดินขวักไขว่จึงพลัดกันได้ง่ายมาก ตาม ทางมีรถเข็นขายผลไม้หน้ากินมาก มีรถขายขนุนปอกสดๆ ส้มสดๆ เงาะ มะม่วง ฯลฯ แต่ก็มีตำรวจเทศกิจมาคอยตรวจเป็นระยะๆ เพื่อให้รถผลไม้ไม่กีดขวางทาง เดิน บรรยากาศคล้ายๆ บ้านเรา (ขอแซวนิด เทศกิจ ไม่ใช่เทศบาล นะจ๊ะ ฮ่าๆ)

วันที่ 4 (14 มีนาคม 2569) เข้านี้มีโปรแกรมวัดใจผู้กล้าในการขึ้นเขาหฺรูอี้ (Ruyi peaks) ซึ่งได้รับฉายาว่าเป็นความมหัศจรรย์แห่งธรรมชาติ มีทัศนียภาพอันงดงามมาก และเป็นจุดเช็คอินระดับ 5A ของเมืองหยางชวี่ พวกเราพากันเดินไปบริเวณทางขึ้น ซึ่งมีบริการกระเช้าลอยฟ้าพาขึ้นไปชมวิวมุมสูง บรรยากาศคล้ายกระเช้าเหมาคงของไต้หวัน จากนั้นหมู่ผู้กล้าทั้งหลายจึงเดินขึ้นไปถึงยอดเขา ผ่านสะพานเชือกสีแดงซึ่งเป็นสะพานแขวนความยาวกว่า 140 เมตรที่พาดผ่านกลางหุบเขา ไฮไลต์สำคัญคือจุดชมวิว 360 องศา ซึ่งสามารถมองเห็นเทือกเขาหินปูนนับพันลูกเรียงรายสลัซบซับซ้อน ดูคล้ายฉากในหนังเรื่อง Avatar มีทางเชื่อมต่อกับทางเดินกระจก (glass skywalk) เป็นทางเดินกระจกใสริมหน้าผาที่สร้างความตื่นเต้นท้าทายความสูง หลายท่านได้เป็นผู้พิชิตเขาหฺรูอี้ งานนี้ต้องปรบมือให้ ตรงจุดพักคอยมีไอศกรีมแสนอร่อยขาย จึงทำการชิมกันไปคนละอันอร่อยมากคล้ายไอศกรีมแมกนัมเคลือบช็อกโกแลต เนื่องจากการเดินขึ้น-ลงเขา ระยะทางค่อนข้างไกล จึงมีผู้พิชิตที่บาดเจ็บในหน้าที่อยู่บ้าง แต่ก็น่าภูมิใจมากที่ภารกิจสำเร็จ จากนั้นจึงไปรับประทานอาหารกลางวัน มีเวลาได้พักผ่อนนิดหน่อยก่อนการดูโชว์จางอี้โหมวในช่วงค่ำ "Impression Sanjie Liu" นี่เป็นการแสดงโชว์กลางแจ้งสุดอลังการริมแม่น้ำหลีเจียง กำกับการแสดงโดยผู้กำกับระดับโลกคือคุณจางอี้โหมว การแสดงใช้เวทีธรรมชาติ (Landscape theater) ซึ่งก็คือผืนน้ำความยาว 2 กม. มีภูเขาหินปูนจริง 12 ยอดเป็นฉากหลัง ประกอบแสงสีเสียงสวยงามมาก เนื้อหาสื่อถึงวัฒนธรรมชนเผ่า ถ่ายทอดวิถีชีวิตชาวประมงประเพณีของชนกลุ่มน้อย (จ้วง, เหยา, ตง) และตำนานนางฟ้าร้องเพลง (Singing fairy) มีนักแสดงจำนวนกว่า 600 ชีวิต ซึ่งส่วนใหญ่เป็นชาวบ้านและชาวประมงในพื้นที่จริง จึงเป็นการช่วยสร้างรายได้ให้คนท้องถิ่น โชว์นี้ถือเป็นต้นแบบของการแสดงสดแบบกลางแจ้งในจีน และเป็น 1 ใน 6 ชุด "Impression" ของจางอี้โหมว ชุดนี้กล่าวกันว่ามีความอลังการ โชว์น่าประทับใจสะกดคนดูมาก ๆ พวกเราได้ที่นั่งด้านหน้าสุดวีไอพี หันไปดูด้านหลังมีคนจีนนั่งเต็มทุกที่นั่ง ขอขอบคุณทีมงานที่ช่วยจองที่นั่งล่วงหน้าให้เป็นอย่างดี ดูโชว์เสร็จแล้วจึงกลับโรงแรม

วันที่ 5 (15 มีนาคม 2569) เข้านี้อากาศครึ้มมาก มีโปรแกรมล่องเรือแม่น้ำหลีเจียง (Li river cruise) ซึ่งชมความงามของแม่น้ำและทัศนียภาพของภูเขาหินปูน แม่น้ำหลีเจียงถือเป็นเป็นวิถีสวยงามที่สุดของกุ่มหลีจิน ก่อนลงเรือแวะเข้าห้องน้ำ คุณครูสุภาวณะซื้อผ้าคลุมไหล่ราคา 49 หยวน ไกด์สมัครเล่นจึงได้ทดลองฝึกพูดจีนต่อรองราคา ประโยคจากวิชา CNF002 ปรากฏว่าแม่คำตันฟังรู้เรื่อง ลดให้เหลือ 45 หยวน มีความปลื้มมาก กลับไปคราวนี้จะต้องมุ่งมั่นตั้งใจเรียนและสอบผ่านจนถึง CNF003 ให้ได้ ในการล่องเรือ ให้บรรยากาศเหมือนล่องลอยอยู่ในภาพวาดพู่กันจีน ระหว่างทางได้ชมภูเขาหินปูนยอดแหลมๆ มีป่าไผ่ตลอดลำน้ำ และเห็นวิถีชีวิตชาวบ้านริมน้ำ จุดชมวิวยอดนิยมคือ ภาพธนบัตร 20 หยวน ซึ่งทุกคนเก็บภาพประทับใจกันเรียบร้อย แถมยังยอมควักกระเป๋าซื้อภาพจากกล้องช่างภาพมือโปรในเรืออีกด้วย ขึ้นจากเรือก็ถึงเวลาอาหารกลางวัน (อีกแล้ว) อิ่มแล้วจึงไปสถานีรถไฟความเร็วสูงเพื่อเดินทางกลับหนานหนิง ใช้เวลาราว 3 ชม. ระหว่างทางนั่งรถไฟเสิร์ฟชามะลิ รับประทานกับเค้กชิ้นน้อยนุ่มๆ เต็มๆ เหมือนขนมสาลี่เพชรบุรี พอเช็กอินในโรงแรมเรียบร้อย เหล่าหมู่น้อยที่พลั้งยังเหลือรวมตัวกันไปเดินตลาดร้อยปีในหนานหนิง เป็นถนนคนเดินที่ตั้งอยู่ใจกลางเมืองหนานหนิง เป็นถนนโบราณอายุกว่าร้อยปีจำนวน 3 ถนน และตรอกเล็กอีก 2 ตรอกในบริเวณเดียวกัน มีสถาปัตยกรรมตั้งแต่สมัยราชวงศ์ชิง จึงเป็นจุดยอดนิยมสำหรับการเดินเล่นชมวิถีชีวิตและวัฒนธรรมเมืองเก่า ตรอกชอกชอยมีการอนุรักษ์อาคารสไตล์จีนโบราณ ผสมผสานกับร้านค้า คาเฟ่ และศิลปะสมัยใหม่ ตกแต่งไฟสวยงามในยามค่ำคืน

วันที่ 6 (16 มีนาคม 2569) เข้านี้มีเฮเพราะได้ตื่นสายขึ้นมานิสหนึ่ง โปรแกรม 7-8-9 เนื่องจากมีการเที่ยวเหลือรายการเที่ยวคือ เขาชิงชิว (Qing Xiu shan) ชื่อภาษาจีนนี้แปลว่า “ภูเขาสีเขียวแสนยอดเยี่ยม” เป็นภูเขาใจกลางเมืองหนานหนิง ริมแม่น้ำหยงเจียงซึ่งเป็นแม่น้ำสายหลักของหนานหนิง ตรงทางเข้าปลูกดอกไม้เป็นทุ่งสีชมพูสวยงาม เก็บภาพแล้วพากันเดินไปจุดจอตารถน่ารักเป็นตัว Chipmunks Chip & Dale ชอบด้านหลังเป็นกันและหาง So cute! รถชิป

แอนด์เดลฟานขึ้นเขาเดี่ยวๆ อากาศเย็นสบาย ระหว่างทางสังเกตเห็นว่ามีทางสำหรับ Trekking ด้วย ภูเขาซึ่งขึ้นนี้ความจริงมีความสูงไม่มากแต่มีเนินเขาและยอดเขามากถึง 18 จุด จัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวระดับ 5A ของจีนที่ขึ้นชื่อด้านธรรมชาติและพืชพรรณนานาชนิดซึ่งปกคลุมทั่วบริเวณราว 4,000 ตารางเมตร จึงถือเป็นปอดแห่งมหานครหนานหนิง ชาวจีนถือว่าเขาซึ่งขึ้นนี้เป็นภูเขาศักดิ์สิทธิ์มีไฮไลต์สำคัญคือ วัดเจ้าแม่กวนอิม ซึ่งมีความเก่าแก่นับพันปีตั้งแต่สมัยราชวงศ์ซ่งเหนือ (ค.ศ. 960-1127) ถือเป็นวัดศักดิ์สิทธิ์ทางพุทธศาสนาที่ใหญ่ที่สุดในมณฑลกว่างซี เสียหายที่เวลาจำกัดจึงไม่ได้แวะชมสวนมิตรภาพไทย-จีน ซึ่งเป็นสวนวัฒนธรรมที่แสดงความสัมพันธ์อันดีระหว่างประเทศไทยและจีน หลังจากไหว้พระเสริมสิริมงคลแล้ว จึงไปร้านอาหาร เป็นอาหารจีนมือสุดท้ายก่อนกลับบ้าน นึกในใจว่าอยากกินยาปลากะบองแล้ว รับประทานอาหารเสริมก็มีพิธีกรรมเล็กน้อยโดยคุณครูสุภา (คุณครูใหญ่) ทำการมอบสินน้ำใจแสดงความขอบคุณน้องไกด์สองสาว และร่วมกันถ่ายรูปหมู่บนเวทีเป็นที่ระลึก แอบเห็นอุปกรณ์เครื่องเสียงคาราโอเกะนี่ก็อยากร้องเพลงพระจันทร์แทนใจของ Teresa Teng น่าจะเข้าบรรยากาศจีนมาก ๆ เพราะเห็นชั้นล่างมีห้องบอลรูมจัดงานแต่งงาน จากนั้นรถบัสก็พาเดินทางไปสนามบินหนานหนิง ระหว่างเช็กอินสัมภาระ แอบเห็นคุณทหารประมาณ 10 คนเดินแถวมาพร้อมปืนอาก้า รีบนั่งเรียบร้อยขาศิตเพราะกลัวโดนจับ แต่ด้านในสังเกตเห็นว่า ตม. แถวยาวมากล้นอยู่ในใจกลัวตกเครื่อง เทียวบินขาออกมีการตรวจ Power bank เครื่องครัดมาก ในเครื่องมีอาหารปลอมใจ คุณนายลูกหมูที่โดนยึด Power bank เมนูเป็นข้าวไข่พะโล้ ใช้เวลาไม่นานก็ถึงสุวรรณภูมิโดยสวัสดิภาพ

โดยสรุปพวกเราแก๊งลูกหมู 18 ตัวมีความเห็นตรงกันว่าทริปนี้แสนสนุกและราบรื่นมาก แสดงว่ารัฐท่องเที่ยวมีความใส่ใจในรายละเอียด และได้วางแผนการจัดทริปมาอย่างดีในทุกขั้นตอน ลูกหมู 18 ตัวล้วนมีความสุขสบายและอ้วนพีจากเคาท์ช็อป โปรแกรมทัวร์เก็บได้ครบถ้วนไม่มีตกหล่น ประทับใจสุดๆ ตอนขึ้นรถไฟความเร็วสูง มีบริการขนกระเป๋าใหญ่ไปให้ล่วงหน้า โดยพวกเราเดินตัว

ปลิวไม่ต้องลากกระเป๋าเองเลย ในรถบัสระหว่างไปสนามบิน น้องไกด์สองสาวกล่าวอำลาคู่สามีภรรยา ทั้งจริงคุณเปาเปาเป็นลูกศิษย์ จบคณะวิทยาศาสตร์ มศว จึงเหมือนได้ดูแลครูบาอาจารย์ มศว คิดในใจเชื่อว่าน้องทั้งสองนี่คงจะล้นมาก่อนเริ่มทริปเมื่อเห็นอายุเหล่าหมู่ 18 ตัวนี้ และก็คงจะใส่ใจมากที่ทุกอย่างผ่านไป ด้วยดี ไม่มีอุบัติเหตุใดๆ ไม่มีการเจ็บป่วยรุนแรงใดๆ สำหรับคุณน้องเจนี่ขอแนะนำว่า ไม่ควรฝึกพูดไทยให้ชัด เพราะการพูดไม่ชัดทำให้ลูกทัวร์หาได้ตลอด เช่น พูด “คออวย” เป็น “คอออย” (ฮามากกก) ไฟล์ชากลับใช้เวลาไม่นานก็ถึงสุวรรณภูมิโดยสวัสดิภาพ ดีใจถึงบ้านแล้ว แยกย้ายกันเดินทางกลับบ้าน เป็นอันจบนิทานเรื่องหมู่ 18 ตัวไปทัวร์จีน ขอให้ทุกท่านรักษาสุขภาพให้ดีเยี่ยม พร้อมสำหรับโปรแกรมเที่ยวครั้งต่อไป อ้อ ยังไม่ทันถึงบ้าน ก็มีสมาชิกถามถึงทริปครั้งต่อไปจะไปไหนดีน้อ (555) ท่านประธานตอบว่าพร้อมมากแต่ขอเวลาคิดก่อน ท่านใดมีข้อเสนอแนะหรืออยากเที่ยวจุดไหนก็แนะนำมาได้เลยค่า สำหรับวันนี้จ้ายเจี้ยน จู๋หนีไคว่เส่อ กานเปย (ลาก่อน ขอให้ท่านมีความสุข ชนแก้ว)



กำแพงเมืองโบราณไท่ผิง



น้ำตกเต๋อเทียน



รวมถ่ายรูปหมู่ก่อนเข้าถ้ำลุยอ้อ



ภายในถ้ำขลุ่ยอ้อ



เจดีย์เงิน เจดีย์ทอง



ตึกเซียวเหยา



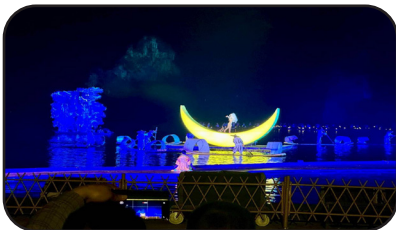
เขางวังช้าง



เขาหญูयी



ผู้พิชิตยอดเขาหญูयी



ชมการแสดงละครเพลง กำกับโดยจางอี้โหมว สุดอลังการ



ล่องเรือแม่น้ำหลีเจียงขึ้นชมทัศนียภาพเขาหินปูน



สวนสาธารณะชิงชิว



ถนนคนเดินยามค่ำคืน



สถานีรถไฟหนานหนิง



ขอบคุณไกด์เป่าเปาและเจ้าหน้าที่

