

a day

THE URBAN CURRENT MAGAZINE

LETIN

ISSUE 16

7 - 13 NOVEMBER 2008

CHANGE
WE BELIEVE IN

(FREE!)

EDITOR’S NOTE

Power and Responsibility

ขอออกตัวก่อนเลยว่า ทีมงานของ *a day BULLETIN* ต้องปิดต้นฉบับล่วงหน้าก่อนผลการเลือกตั้งประธานาธิบดีของสหรัฐฯ จะประกาศอย่างเป็นทางการ แต่เนื่องจากพวกเรามีความคิดเห็นตรงกันในการฟันธงว่า ประธานาธิบดีคนใหม่ของสหรัฐอเมริกาคือ *บารัค โอบามา* นั่นจึงเป็นที่มาของปกและสเก๊าประจำฉบับนี้แน่นอนว่า ถ้าผลการเลือกตั้งมีการเปลี่ยนแปลงในนาทีสุดท้าย พวกเราที่นี้ก็คงซ็อกไม่แพ้คนทั้งโลกที่เชื่อตามโพลล์ว่าคะแนนของโอบามา ทั้งทางแมคเคนแบบน่าจะชนะเอาเป็นว่า เสี่ยงเป็นเสี่ยงกัน เมื่อเลือกแล้ว เราก็ยอมรับความเสี่ยงที่จะมีขึ้นอย่างไม่ต้องสงสัย พูดได้แค่ว่า เราเองก็เชื่อ เหมือนอย่างที่โอบามามักพูดว่า *Change We Believe In* แต่กรณีนี้ เราเปลี่ยนไม่ทันแล้ว

ว่ากันถึงเรื่องผู้นำคนใหม่ของสหรัฐอเมริกา ที่เชื่อว่าเป็นตำแหน่งที่ทรงอิทธิพลมากตำแหน่งหนึ่ง เนื่องจากนี่คือผู้นำของประเทศมหาอำนาจ ซึ่งไม่ว่าจะขยับตัวทำอะไร (ทั้งบวกและลบ) ก็สะท้อนถึงประเทศอื่นๆ กันถ้วนหน้า การตัดสินใจของผู้นำประเทศระดับนี้ จึงต้องตั้งอยู่บนความระมัดระวังอย่างยิ่ง

โดยทั่วไป อย่ว่าแต่การเป็นผู้นำประเทศยังไม่ใช่อย่างอเมริกาเลย ไม่ว่าคุณจะเป็นผู้นำระดับไหน อบต. อำเภอ จังหวด หรือแม้แต่ผู้นำในครอบครัว หรือองค์กรเล็ก-ใหญ่ใดๆ ก็ตาม นั่นแปลว่า คุณกำลังมีอำนาจอยู่ในมือ คุณจึงต้องมีสำนึกรู้ด้วยว่า ด้วยอำนาจที่คุณมี ย่อมทำให้คุณซึกฎ ชั้ผิด ชั้เป็น ชั้ตาย ให้กับผู้ตาม หรือผู้รับคำสั่งของคุณได้เสมอ ผู้นำที่ดีจึงต้องมีความรับผิดชอบเพื่อมาคานอำนาจในมือด้วย

หรือพูดง่าย ๆ ว่า ผู้ใดมีอำนาจ ผู้นั้นต้องมีความรับผิดชอบในอำนาจนั้น

ถ้าคุณถือปืน แน่นนอน คุณมีอำนาจมากกว่าผู้ที่มามือเปล่า และถ้าคุณยิงปืนนั้นออกไป คุณก็ต้องรับผิดชอบในผลที่คุณทำ ถ้ากรณีที่เป็นันั้น ไปปลิดชีพใครเข้า ไม่ว่าจะด้วยความตั้งใจหรือไม่

คนเรากลัวคนที่รูปกายภายนอก ก็คงดูไม่ออกว่าใครมีอำนาจเหนือใคร แต่เมื่อวัดกันที่ตำแหน่ง หรือบทบาท หน้าที่ เราจะพบว่าแต่ละคนมีอำนาจแตกต่างกัน ใครยังใช้อำนาจสยบใครได้ ก็ยังทำให้คนคนนั้นรู้สึกถึงความยิ่งใหญ่เหนือคนอื่น ยิ่งมีอำนาจมาก ยิ่งใช้มาก ยิ่งใช้มาก ก็ยิ่งบ้า อย่างที่เรียกกันว่า บ้าอำนาจ

น่าแปลกที่ คนเราฝันถึงความเท่าเทียมกัน แต่ในสันดานดิบของคนนั้นกลับหลงใหลในอำนาจและคำสั่ง เพราะยิ่งเราสั่งได้ เราก็ยิ่งชอบ แต่เพื่อจะให้สังคมอยู่อย่างมีระเบียบ สังคมก็ต้องการมีผู้นำที่จะช่วยชี้ทางและมีอำนาจตัดสินใจในเรื่องสำคัญๆ แต่ถ้าจะให้ดียิ่งกว่านั้น สังคมย่อมต้องการผู้นำที่มีอำนาจและใช้อำนาจอย่างไม่หลงในอำนาจด้วย ว่าแต่จะมีเยอะไหม ผู้นำแบบนี้เนอะ? ตรงนี้ก็ตอบยาก

แต่สำหรับเรา มองอีกมุมหนึ่ง เราก็ว่าอำนาจเป็นของแปลก เพราะเมื่อคุณมีอำนาจ ต่อให้คุณไม่ใช่ ใครๆ ก็รู้ว่าคุณมีอำนาจ แต่ถ้าคุณใช้มากๆ วันหนึ่งอำนาจนั้นจะหมดไปเอง โดยเฉพาะเมื่อคุณใช้อย่างไม่รับผิดชอบ อำนาจนั้นก็จะค่อยๆ เสื่อมความศักดิ์สิทธิ์ เพราะแม้อำนาจจะทำให้คนอื่นเชื่อและกลัวให้ตายอย่างไร แต่ก็กลัวไม่ใช่เสมอไป เพราะสุดท้ายและท้ายสุด ในความเป็นมนุษย์คนเราย่อมต้องเลือกพึ่งตัวเอง

ถ้าต้องให้เลือกเลือระหว่างอำนาจยิ่งใหญ่ที่อยู่ในมือคนอื่น กับอำนาจเล็กๆ ในมือตัวเอง บ่อยครั้งที่เราเลือกเชื่ออำนาจในมือตัวเอง และเลิกกลัวอำนาจในมือคนอื่นไปเสียดื้อๆ

สิ่งที่น่ากลัวที่สุดสำหรับผู้มีอำนาจก็เลยเป็นอะไรไปไม่ได้นอกจาก มีอำนาจ แต่ใช้ไม่ได้ เพราะมันพังดูแยกว่า มีอำนาจ แต่ไม่ได้ใช้ เป็นไหนๆ

วิลรัตน์ เอมเอี่ยม
บรรณาธิการบริหาร



ปีที่ 1 ฉบับที่ 16
วันที่ 7 - 13 พฤศจิกายน 2551



CONTENTS

04 The Database

ข้อมูลและการจัดอันดับที่น่าสนใจรอบตัว ปิดท้ายด้วยการดูโดนใจหนุ่มสาวออฟฟิศมือทรงคิด *ทิวสมบุญ*

08 Feature

ทำความรู้จักเรื่องราวเกี่ยวกับ *บารัค โอบามา* ผู้ชายที่สร้างทั้งประวัติศาสตร์ส่วนตัวและในด้านการเมืองอเมริกันได้อย่างมีสีสันที่สุดในรอบหลายปีที่ผ่านมา

16 Shopping

กฎข้อหนึ่งของการแต่งตัวคือ อย่ามีกฎแล้ว เราก็เลยอยากให้คุณลองแหกกฎการแต่งตัวแบบเรียบๆ มาเป็นแบบร็อกเก็ๆ ดูบ้าง นึกไม่ออกว่าเป็นอย่างไร เวะไปดูได้ใน Be a Little Rock

18 Home Made

เปิดคอนโดฯ สโตร์โมเดิร์น ของ บ.ก. นิตยสารแพชั่น และไลฟ์สไตล์ “Crush” - *ดร.ฐิติกร ลิ้มชิมชลดร.หนุ่มหล่อจากลอนดอน*

22 All About Biz

เจ้าของธุรกิจจัดอีเวนต์อย่าง *ปรีชา ตรรพพงศ์* กับมุมมองน่าสนใจในการทำธุรกิจ และเรื่องราวธุรกิจอีกหลากหลายที่คุณควรรู้

26 The Guest

กระแสการเมืองอเมริกันกำลังร้อนแรง เราเลยเชิญ *ดร.ไชยา ยิมวิไล* มาวิเคราะห์การเมืองหลังเลือกตั้งประธานาธิบดีสหรัฐฯ มาดูว่าผู้เขียวด้านอเมริกันศึกษาท่านนี้มีความเห็นอย่างไรกับประธานาธิบดีคนใหม่

06 Goodnews

ติดตามข่าวสารดีๆ รอบโลกประจำสัปดาห์ได้ในห้องข่าวแห่งนี้

14 A Must

สารพัดสิ่งที่เราคัดสรรมาฝากแบบ A Must พลาดแล้วจะหาว่าไม่เตือน

17 Calendar

ใครทำอะไร ที่ไหน เช็กดูได้ สุดสัปดาห์นี้จะได้ไม่พลาดเรื่องราวสนุกๆ

20 Health and Heart

รวมสาระความรู้ ที่จะช่วยให้คุณแข็งแรงทั้งกายและใจ

24 The Words

ทุกถ้อยคำมีความหมายและคุณค่าเสมอ ค้นหาได้ในหน้านี้

LETTERS



ก่อนอื่นต้องขอขอบคุณว่าดีใจและขอบคุณอีกครั้งสำหรับ a day BULLETIN ฉบับล่าสุดโดยเฉพาะ Interview คุณวินิจ แวบแรก ที่เห็นผู้ชายคนนี้ดูเท่จัง แต่พออ่านบทสัมภาษณ์จบ ก็บอกกับตัวเองอีกครั้งว่า ไม่ใช่แค่ปอกอย่าง

เดียวที่ดูเท่ แต่ความคิดเขาต่างหากที่เท่มากกว่า ขอบอกว่าไม่เคยผิดหวังเลยที่เป็นแฟน a day BULLETIN มาตั้งแต่ต้น The Words ก็เป็นอีกส่วนที่ชอบเพราะบางคำพูดทำให้ได้แง่คิดดีๆ แต่ที่จริงแล้วต้องบอกว่าชอบทุกส่วนที่เป็น a day BULLETIN เพราะมีแต่สิ่งที่ดีและมีประโยชน์มาให้เสมอ หรือ

บางครั้งกำลังคิดถึงใครอยู่ลึกๆ เช่น พี่จ้อย (ศุ บุญเลี้ยง) หรือคุณวินิจ a day BULLETIN ก็ทำให้เราได้พบกัน อยากให้มีปกพี่จ้อยด้วยก็คงดี...

โชคดีที่ทำงานอยู่ในทรูซิปเลยไม่พลาดเลยสักฉบับเพียงแต่อาจจะช้ากว่าที่อื่น เพราะได้รับ a day BULLETIN ในวันจันทร์ค่ะ เป็นความภูมิใจนะที่มีไว้ครอบครองทุกฉบับเลย...ขอบคุณค่ะ

ศิริวดี แก้วมณี

ผมได้ติดตาม หนังสือ a day มาตลอด ตั้งแต่เล่มแรกๆ เลย เพราะชอบหนังสือเล่มนี้มาก จนกระทั่งผมได้ไปงานสัปดาห์หนังสือฯ ครั้งล่าสุด แล้วได้รู้เรื่อง a day BULLETIN ผมได้อ่านแล้วรู้สึกชอบมาก แต่เสียตายนี่รู้เข้าไปหน่อย

สำหรับ a day BULLETIN ผมรู้สึกว่ามันดีเล่ม

นี้มีความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ปัจจุบัน เศรษฐกิจ การศึกษา วิทยาศาสตร์ บันเทิง สุขภาพ และอื่นๆ อีกมากมายในเล่มเดียว ทำให้ได้ update อยู่ตลอดเวลา อยากให้ a day BULLETIN เป็นเล่มเล็กกว่านี้ เพราะจะได้พกพาสะดวก เพราะเล่มที่ผมเอากลับบ้านมา มันเดินทางไกล เลยยับนิดหน่อย แต่ก็ไม่เป็นไร สุดท้าย เป็นไปได้ไหมครับ ที่จะให้มีแจกในต่างจังหวัด เพราะผมเองก็อยู่ต่างจังหวัด

Runnie

ดีใจครับ ที่ a day มีหนังสือมาแจกฟรี ของฟรีและของชอบ ก็เลยได้เป็น 2 เท้าเลย แต่ว่าหายากจังครับ พอดีเป็นคนที่อยู่ไม่ไกลกับที่ a day BULLETIN แจกซะด้วย ที่ผ่านมา ผมได้มาเล่มหนึ่ง คือหน้าปก Pop เพราะรุ่นน้องเอามาฝาก อยากอ่านให้ครบทุกเล่ม

ต้องทำอะไรดีครับ รบกวนแนะนำกันหน่อยนะครับ
อยากอ่านจริง ๆ นะครับ

Teerayut Tatiyabovonchai

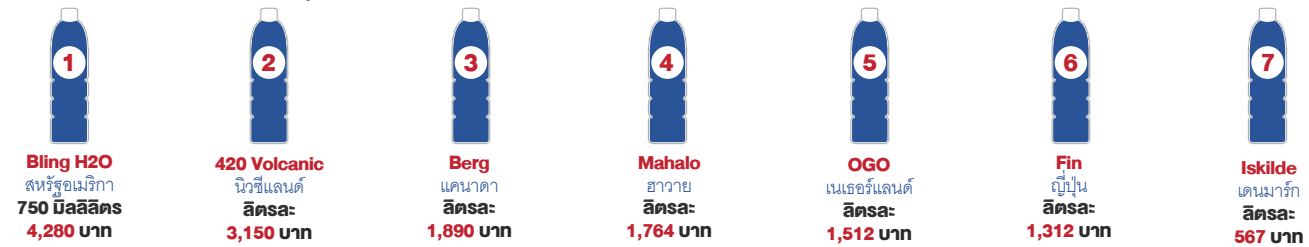


ส่งความคิดเห็นที่มีต่อ a day BULLETIN ได้ที่ adaybulletin@daypoets.com บรรณาธิการขออนุญาตให้คุณจดหมายตามสมควร และกรุณาเขียนชื่อและที่อยู่แนมากับจดหมาย เพื่อความสะดวกในการจัดส่งของรางวัลไปให้ สำหรับจดหมายที่ได้รับเลือกตีพิมพ์ในฉบับนี้ จะได้รับหนังสือจากสำนักพิมพ์ a book

THE RANKING

ที่มา : www.forbestraveler.com

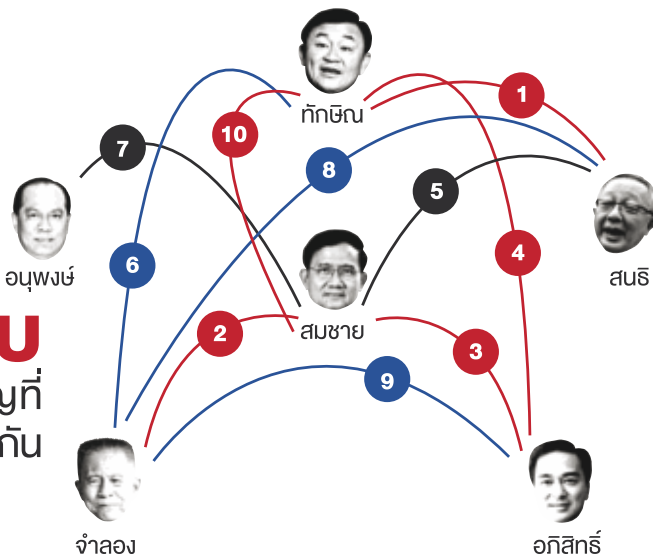
7 อันดับน้ำดื่มที่แพงที่สุดในโลก



THE POLL

ที่มา : เอแบค โพลล์

10 อันดับ คู่บุคคลนัยสำคัญที่คนไทยอยากให้อีกกันมากที่สุด



12,000,000

ตามการรายงานของกรมสุขภาพจิต พบว่าคนไทยจำนวน 12 ล้านคน หรือ 1 ใน 5 ของประชากรทั่วประเทศ มีภาวะของโรคจิตตก และ มีคนไทยฆ่าตัวตายสำเร็จมากถึง 4,000 คนต่อปี ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ

ที่มา : หนังสือพิมพ์ คม ชัด ลึก ฉบับวันที่ 16 ตุลาคม 2551

2 นาที คนไทยอ่านหนังสือโดยเฉลี่ยคนละ 2 นาที ต่อ 1 วัน

ที่มา : หนังสือพิมพ์ผู้จัดการรายสัปดาห์ ประจำวันที่ 13 - 19 ตุลาคม 2551

31

คือ จำนวนชั่วโมงที่ฝนตกลงมาอย่างหนักติดต่อกันในประเทศไทยเมฆ ซึ่งนับเป็นปรากฏการณ์ที่ผิดปกติในดินแดนที่แห้งแล้งอย่างเมฆ ส่งผลให้เกิดน้ำท่วมครั้งใหญ่ มีประชาชนสูญหายและเสียชีวิตรวมแล้วมากกว่า 100 ชีวิต

ที่มา : รายการเรื่องเด่นเย็นนี้ ช่อง 3 วันอาทิตย์ที่ 26 ตุลาคม 2551

1,000,000

คือจำนวนคนตกงานที่มีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้นในปี 2552 ตามการคาดการณ์ของสภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย (ส.อ.ท.) เนื่องมาจากปัญหาการชะลอตัวของเศรษฐกิจโลก ส่งผลให้การส่งออกตกต่ำ ซึ่งเบื้องต้นกลุ่มอุตสาหกรรมที่จะส่งผลกระทบให้แรงงานตกงานเพิ่มขึ้นนั้น ประกอบด้วย อุตสาหกรรมสิ่งทอ เครื่องประดับ อิเล็กทรอนิกส์ อาหาร เครื่องใช้ไฟฟ้า เป็นต้น

ที่มา : สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย

500,000

คือ จำนวนบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปชนิดถ้วยยี่ห้อชิน ที่ถูกทางบริษัทผู้ผลิตแสดงความรับผิดชอบ เรียกเก็บคืนจากห้างสรรพสินค้าทั่วประเทศญี่ปุ่นเพื่อนำไปตรวจสอบ ภายหลังเกิดเหตุหญิงชรามีอาการผิดปกติจากการบริโภคบะหมี่ดังกล่าว ซึ่งคาดว่าอาจมีสารฆ่าแมลงปนเปื้อน

ที่มา : www.manager.co.th

SURVEY

คุณติดตามข่าวการเลือกตั้งประธานาธิบดีของประเทศสหรัฐอเมริกา บ้างหรือไม่ ?



“ติดตามพอให้รู้ว่าตอนนี้สหรัฐฯ เขาทำอะไรอยู่ แต่ไม่ได้ลงลึกถึงนโยบายของเขาหรอกค่ะ”

กมลวรรณ วัฒนกิจจานุกุล
25 ปี, Assistant Printing Engineer



“ติดตามอยู่ตลอดเวลาครับ เพราะสหรัฐฯ เป็นชาติมหาอำนาจทางเศรษฐกิจ ถ้าเศรษฐกิจสหรัฐฯ เข้มแข็งก็จะช่วยให้เศรษฐกิจโลกขยายตัวตามไปด้วย”

กิตติ ขุนสนธิ
25 ปี, Research Assistant



“ติดตามบ้าง เพราะคิดว่า การเลือกตั้งสหรัฐฯ น่าจะส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน”

นุชกร สวสธัม
26 ปี, นักศึกษาปริญญาโท



“ไม่ได้ติดตาม เพราะรู้สึกว่าไกลตัว ติดตามประเทศไทยมากกว่า เพราะตอนนี้ก็ยังไม่มียะไรแน่นอนเลย”

ภาสกร นุชช่วยชีพ
26 ปี, โปรแกรมเมอร์



“ติดตามค่ะ เพราะมีเพื่อนอยู่ในทีมหาเสียงของโอบามาด้วย เลยลุ้นแทนเพื่อนไปด้วย”

นันทรัตน์ สันติมนิรัตน์
24 ปี, นักเขียน



“ติดตามบ้างครับ เพราะอเมริกาเป็นประเทศผู้นำของโลก สภาวะการเปลี่ยนแปลงของอเมริกาจะส่งผลกระทบต่อประเทศอื่นทั่วโลก”

ณภัทร ไพรสันต์
25 ปี, สจ๊วต





นางแบบกำลังโพสท่าอยู่ในชุดที่ทำด้วยช็อกโกแลตเกือบทั้งชุด โดยชุดนี้เป็นการออกแบบของดีไซเนอร์ชื่อดัง แอนนิต้า จาคอบสัน เพื่อนำมาแสดงในงาน ปารีส ช็อกโกแลต โชว์ ประเทศฝรั่งเศส ซึ่งจัดขึ้นเป็นปีที่ 14 แล้ว นอกจากจะมีแฟชั่นโชว์แล้ว ในงานยังเป็นเหมือนตลาดนัดที่ใหญ่ที่สุดงานหนึ่งสำหรับคนรักช็อกโกแลต ด้วยคำที่ว่า 'Chocolate is better than sex' ก็เป็นคำพูดที่พิสูจน์มาแล้วโดยคนรักช็อกโกแลตนั่นเอง



โป๊ป เบเนดิกต์ ที่ 16 กำลังยืนต้อนรับ สตีเฟ่น ฮอว์กิง ศาสตราจารย์ด้านฟิสิกส์คนสำคัญของอังกฤษ เนื่องในงานประชุมทางวิชาการด้านวิทยาศาสตร์ที่จัดขึ้น ณ กรุงวาติกัน เมื่อสัปดาห์ที่ผ่านมา

GOODNEWS

POLITICS

ความสัมพันธ์ มะกัน-อาเซียน อาจแผ่ขยายหาก 'โอบามา' ชนะเลือกตั้ง



ขณะที่
ปรึกษาของ
นาย บารัค
โอบามา เห็น
ว่า สมาคม
เอเชียตะวันออก
เฉียงใต้
หรืออาเซียนนั้นถูกรัฐบาลของประธานาธิบดี
จอร์จ ดับเบิลยู บุช ละเลยอย่างมาก หลังจาก
ที่บุชปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการประชุม
สุดยอด 16 ชาติสมาชิก ซึ่งประกอบด้วยชาติ
สมาชิกอาเซียน 10 ประเทศ รวมถึง
ออสเตรเลีย จีน อินเดีย ญี่ปุ่น นิวซีแลนด์
และเกาหลีใต้ ขณะที่สหรัฐฯ เองก็ไม่ได้
เชิญจากอาเซียนให้เข้าร่วมประชุมสุดยอด
ภูมิภาคเอเชียตะวันออก เนื่องจากสหรัฐฯ ไม่
ยอมลงนามในสนธิสัญญาไมตรีและความ
ร่วมมือ หรือ แทค ซึ่งเป็นสนธิสัญญาที่ระบุว่า
จะไม่โจมตีกัน โดยนาย แฟรงก์ แจนนูซี ที่
ปรึกษาวางุโลกการเอเชียในทีมหาเสียงของ
โอบามา และผู้เชี่ยวชาญด้านเอเชียตะวันออก
ในคณะกรรมการวิเทศสัมพันธ์ของวุฒิสภา
เผยว่า เขาจะแนะนำให้รัฐบาลของโอบามา
ลงนามแทค และเข้าร่วมการประชุมสุดยอด
เอเชียตะวันออก ส่วนนาย โรเบิร์ต เกลบาร์ด
ที่ปรึกษาด้านการต่างประเทศของโอบามา ก็
จะผลักดันให้มีการประชุมสุดยอดเอเชีย
ตะวันออก โดยแสดงความเสียใจที่รัฐบาลบุช
ไม่ให้ความสนใจในความพยายามของเอเชีย
ที่จะก่อโครงสร้างระดับภูมิภาคตลอดเกือบ 10 ปี
ที่ผ่านมา

ECONOMICS

ให้ถูกระยะสั้นกลไกใหม่ต่อผู้ วิกฤตสินเชื่อโลกของ IMF



กองทุนการเงิน
ระหว่างประเทศ (ไอ
เอ็มเอฟ) ตั้งกลไก
ยืมเงินฉุกเฉินแบบ
ใหม่เพื่อช่วยเหลือ
ประเทศที่มีเศรษฐกิจ
แข็งแกร่ง แต่ประสบ
ปัญหาสภาพคล่องขาดแคลนระยะสั้น ท่ามกลาง
วิกฤตการเงินโลกที่ลุกลามไปเรื่อยๆ ทั้งนี้
กรรมการผู้จัดการของไอเอ็มเอฟ นาย โดมินิก
สเตราส-คาห์น กล่าวว่า กลไกนี้จะช่วยอุด
ช่องว่างในนโยบายของกองทุน ซึ่งเน้นไปที่

การช่วยเหลือประเทศที่ประสบปัญหาการปรับ
ตัวทั้งด้านการเงินและนโยบาย ทั้งนี้ ประเทศ
ที่จะสามารถใช้กลไกยืมเงินฉุกเฉินระยะสั้นได้นี้
นอกจากจะมีประวัติของนโยบายการเงินที่เข้ม
แข็งแล้ว จะต้องสามารถเข้าถึงตลาดทุนได้
และมีภาระหนี้ระยะยาวที่มั่นคง ทั้งนี้ ประเทศ
ที่ผ่านการอนุมัติของไอเอ็มเอฟแล้ว จะสามารถ
ถอนเงินได้ 500% จากโควตาของตัวเองใน
ไอเอ็มเอฟ เงินกู้ดังกล่าวจะมีอายุ 3 เดือน
และสามารถจะต่ออายุได้อีก 3 ครั้งในช่วงเวลา
12 เดือน

HUMAN RIGHT

สเปนขาย 'อาหารต้านวิกฤต' ราคาแค่ 1 ยูโร



ร้านอาหารแห่งหนึ่งที่เมืองกัมบรอน ซึ่งอยู่ทางตอนเหนือของสเปน
เปิดขายชุดอาหารกลางวันที่มีชื่อว่า 'เมนูต้านวิกฤต' ซึ่งสนนราคา
เพียงชุดละ 1 ยูโร (ราว 44 บาท) เพื่อช่วยเหลือลูกค้าในเมืองท่า
อุตสาหกรรมแห่งนี้ ที่กำลังเผชิญกับภาวะชะลอตัวทางเศรษฐกิจอย่าง
รุนแรง ซึ่งร้านอาหารแห่งนี้ เพิ่งเปิดตัวเมนูต้านวิกฤตเมื่อช่วงต้นเดือน
ตุลาคมที่ผ่านมาเพื่อดึงดูดลูกค้าในระหว่างที่การใช้จ่ายของผู้บริโภค
ในสเปนลดลงอย่างฮวบฮาบ ท่ามกลางภาวะเศรษฐกิจถดถอย โดยชุดอาหารสุดคุ้มนี้ประกอบด้วย
ด้วยซูปี่ฟู้ด, ซีโรนเนื้อพร้อมข้าว, ไก่หรือปลาแอนโชวีกับสลัด พร้อมด้วยขนมปัง และปิดท้าย
เครื่องดื่มกับของหวาน ปกติแล้วเมนูอาหารกลางวันในสเปนจะมีราคาราว 10 ยูโร หรือ 440 บาท

PEOPLE

ครูเกษียณ ขายคอนโดฯสร้างโรงเรียน ให้เหยื่อแผ่นดินไหว



วินาทีนี้คงไม่มีสตรี
วัย 61 คนไหนที่ได้รับ
การคว่ำอย่างล้นหลาม
ได้เหมือนกับ เล็น ซุยอิง
อดีตอาจารย์จากโรงเรียน
สอนผู้พิการทางหูที่เชียงใหม่แล้ว เพราะหลังจาก
เกิดแผ่นดินไหวขึ้นที่มณฑลเสฉวนของ
สาธารณรัฐประชาชนจีนไปเมื่อเดือนพฤษภาคม
ที่ผ่านมา โรงเรียนหลายแห่งที่ก่อสร้างไม่แข็งแรง
พอก็พังทลายกันไปเป็นแถบๆ เมื่อข่าวดัง
กล่าวเข้าหูของเล็น ซุยอิงเข้า ครูเกษียณท่านนี้
ก็รู้สึกจ้อเดินทางไปสำนักงานประมูลแห่ง
เชียงใหม่ เพื่อลงทะเบียนยกคอนโดฯ มูลค่ากว่า
4.5 ล้านบาทบริจาคเพื่อสร้างโรงเรียนแห่ง
ใหม่ให้กับเด็กๆ ในเมืองตูเจียงเยียน ภายใน
มณฑลเสฉวน ซึ่งโรงเรียนที่จะสร้างใหม่จะมีการ
เสริมความแข็งแรงให้ทนต่อการสั่นสะเทือน
ของแผ่นดินไหวที่สูงในระดับ 8 ริคเตอร์ตาม
ความต้องการของคุณป้าเล็นอีกด้วย หลังจาก
ข่าวดังกล่าวแพร่กระจายไปตามอินเทอร์เน็ต
นักเล่นเน็ตจำนวนมากต่างพากันยกย่องให้
เธอเป็น สุดยอดครูเกษียณ เลย์ทีเดียว

ENTERTAINMENT

'เกรวิน สตาฟานี' อดโอมลูกชายต่อสาธารณะเป็นครั้งแรก



หลังจากคลอด ซูมา เจมส์ แม็คเกรเกอร์ โรสเดล ออกมาเมื่อเดือนสิงหาคมที่ผ่านมา เกรวิน สตาฟานี นักร้องสาวสุดเปรี้ยว
กับสามีหนุ่ม เกรวิน โรสเดล ก็ทั้งหวงทั้งเห่อ ไม่ยอมให้ใครได้ยลโฉมลูกชายชื่อยาวเหยียดคนหนึ่งของเธอได้ง่ายๆ แต่หลังจากที่
พุ่มพริกเลี้ยงดูจนแก้มยุ้ยกำลังดี คุณแม่เกรวินก็ยอมพาลูกชายสุดที่รักออกมาโชว์ต่อหน้าสาธารณชนเป็นครั้งแรกในเว็บไซด์
ส่วนตัว หลังจากตระเวนพาหนูน้อยไปเที่ยวที่ห้องสมุดในเบเวอร์ลี ฮิลล์ และร่วมงานปาร์ตี้ฮาโลวีนที่มิเชล อดัมสัน เป็นเจ้า
ภาพไปเมื่อวันฮาโลวีนที่ผ่านมา ซึ่งในงานปาร์ตี้ดังกล่าว มีแขกร่วมงานเป็นบรรดาดาราฮอลลีวูดชื่อดัง อาทิ ลีโอนาร์โด ดิคาปริโอ,
คอร์ทนี ลี ค็อกซ์, ซินดี้ คอรว์ฟอร์ด แต่คนที่ขโมยซีนแย่งความสนใจมากที่สุด กลับเป็นหนูน้อยซูมา ของแม่เกรวินคนนี้เอง



• นีคือเกม แมวจับหนู ของจริงที่คนถ่ายภาพนี้ จับภาพได้ในสวนแห่งหนึ่งในเมือง หูฮั่น มณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน ซึ่งเจ้าหนูที่กำลังหลอกล่อหาทางหนีที่โล่อู่นั้น ไม่ได้รู้เลยว่า ข้างหลังมีอะไรซ่อนอยู่



• เรือยอชต์ความยาว 270 ฟุตลำนี้ เคยเป็นหนึ่งในสมบัติส่วนตัว (ที่ยังมีอีกมหาศาล) ของอดีตประธานาธิบดี ซัดคัม ฮุสเซน แห่งอิรัก โดยปัจจุบันนี้กำลังอยู่ในระหว่างการซ่อมแซมและปรับปรุง ซึ่งหลังจากนั้น ทางการอิรักจะหาทางขายเรือลำนี้ต่อไป



SPORT

แฮมิลตัน ครองแชมป์โลกเอฟวัน ทำสถิติแชมป์รถสูตรหนึ่งอายุน้อยที่สุดในโลก

การแข่งขันรถสูตรหนึ่งชิงแชมป์โลก หรือที่รู้จักกันในชื่อ เอฟวัน เดินทางมาถึงสนามสุดท้ายในรายการบราซิลเลียน กรังด์ปรีซ์ ที่อินเตอรลากอส เซอร์กิต ประเทศบราซิล โดย ลูอิส แฮมิลตัน จากทีมแมคแลเรน ทำคะแนนนำคู่แข่งคนสำคัญอย่าง เฟลิเป้ มาสซา จากทีมเฟอร์รารี เพียงนิดหน่อย ผลการแข่งขันในสนามนี้จึงถือว่าสำคัญมาก ซึ่งแฮมิลตันก็ทำให้กองเชียร์เกือบหัวใจวาย เมื่อเขาบังคับรถเข้าที่ 5 ไปอย่างฉิวเฉียด ส่งผลให้คะแนนรวมขยับขึ้นมาเหนือมาสซาที่เป็นแชมป์สนามนี้เพียง 1 คะแนน แต่ก็พอสำหรับการคว้าแชมป์โลกเอฟวันประจำปี 2008 นอกจากนี้ นักแข่งวัย 23 คนนี้ยังทำสถิติเป็นนักแข่งอายุน้อยที่สุดที่ได้รับแชมป์รายการนี้อีกด้วย

adB TRIVIA

คนอเมริกัน ชอบ ปธน.ผิวขาวมากกว่าผิวสี (ในโลกภาพยนตร์)



จริงอยู่ที่ในโลกความจริง ปธน.ผิวสีจะมีชัยเหนือ ปธน.ผิวขาว (ในปีนี้) แต่รู้ไหมว่า ในโลกภาพยนตร์นั้น คนอเมริกันส่วนใหญ่ก็ยังชื่นชอบ ปธน.ผิวขาวมากกว่า ปธน.ผิวสีอยู่ดี เพราะผลโหวตของเว็บไซต์ moviefone.com ในหัวข้อ ประธานาธิบดีในหนังที่อยากให้มาทำงานในชีวิตจริง นั้น ปธน.ผิวขาวในโลกภาพยนตร์ทำคะแนนนำ ปธน.ผิวสีไปแบบไม่เห็นฝุ่น โดยผลคะแนนมีดังนี้

- อันดับที่ 1** แอริสัน ฟอร์ด จากเรื่อง Air Force One ได้คะแนน 24%
- อันดับที่ 2** มอร์แกน ฟรีแมน จากเรื่อง Deep Impact ได้คะแนน 16%
- อันดับที่ 3** ไมเคิล ดักลาส จากเรื่อง The American President ได้คะแนน 15%
- อันดับที่ 4** บิล พูลแมน จากเรื่อง Independence Day ได้คะแนน 12%
- อันดับที่ 5** เดวิน ไคลน์ จากเรื่อง Dave ได้คะแนน 10%

AWARD

เด็กไทยได้รางวัลศิลปะเพื่อเบาหวานโลก



ชมรมเพื่อเด็กและวัยรุ่นเบาหวาน จัดงานวันครอบครัวเบาหวานขึ้น โดยมีพิธีมอบรางวัล Accu-Chek Art Contest ครั้งที่ 6 ให้เยาวชนผู้มีสภาวะเป็นเบาหวานมีเวทีสร้างสรรค์ผลงานศิลปะและจัดส่งภาพระบายสี เข้ามาร่วมประกวด โดยปีนี้ มีผลงานศิลปะของเยาวชนจาก 20 ประเทศทั่วโลก ส่งเข้ามาประกวดในหัวข้อ ‘ชีวิตเบาหวานของอันคง่ายขึ้นถ้า....’ ซึ่ง ด.ญ.จินห์จุฑา มาโหมด ผู้ป่วยเบาหวานในกลุ่มอายุ 10 - 13 ปี จากภาพ ‘เปิดประตูใจให้กับเทคโนโลยี’ ได้รับรางวัลชนะเลิศไปครอง

SCIENCE & TECH

พบกลุ่มดาวเคราะห์
ใกล้โลก คล้ายระบบสุริยะ



ทีมนักดาราศาสตร์ที่นำโดยนักดาราศาสตร์จากสถาบันเซตี (SETI) ในเมาน์เทนวิว สหรัฐอเมริกา เชื่อว่าพวกเขาได้พบ เอพซิลอน เอริดานี

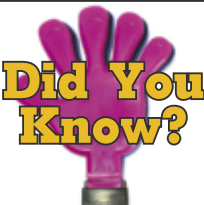
(Epsilon Eridani) ดาวฤกษ์ที่อยู่ใกล้จากโลก 10.5 ปีแสง หรือประมาณ 100 ล้านล้านกิโลเมตร คือระบบสุริยะอื่นที่อยู่ใกล้โลกจนมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า โดยดาวฤกษ์นี้มีขนาดเล็กกว่าดวงอาทิตย์ในระบบสุริยะของเราและเย็นกว่า นอกจากนี้ ดาวฤกษ์เอพซิลอน เอริดานี นี่ยังมีอายุน้อยกว่าดวงอาทิตย์ซึ่งมีอายุถึง 4.5 พันล้านปี ทั้งนี้ เซตีเลือกเอพซิลอน เอริดานี เป็นหนึ่งในเป้าหมายที่จะค้นหาสิ่งมีชีวิตทรงปัญญานอกโลกต่อไป

GREEN PLEASE

ชาลอนลดโลกร้อน



ทุกวันนี้ภาวะโลกร้อนเป็นประเด็นสำคัญ จึงไม่น่าแปลกใจที่หลายหน่วยงาน ต่างรณรงค์ให้หันมาใช้พลังงานสะอาด โดยพยายามใช้พลังงานให้น้อยลง ไม่เว้นแม้แต่วัสดุตัว เปลี่ยนไฟหลอดประหยัดไฟมาใช้พลังงานลม และอีกวิธีที่ช่วยได้ไม่น้อยก็คือ ปลุกต้นไม้ช่วยบังแดดด้านข้างหรือเหนือหลังคาเพื่อช่วยไม่ให้เครื่องปรับอากาศทำงานหนักเกินไป หรือติดฉนวนกันความร้อนที่หลังคาที่สามารถช่วยลดการเปิดแอร์ได้ สุดท้ายคือ การติดตั้งแผงโซลาร์เซลล์ และเครื่องทำน้ำอุ่นบนหลังคาซึ่งช่วยประหยัดค่าไฟฟ้าภายในบ้านได้ ส่วนการประหยัดน้ำทางร้านจะแถมผงเพื่อขจัดฝุ่นก่อนสระผม ช่วยประหยัดแชมพูและน้ำในการล้างออกได้มากถึงเดือนละ 50 - 100 แกลลอนต่อคน และลดจำนวนการสระผมจากเดิมลง 1 ครั้ง เพราะการสระผม 1 ครั้งจะใช้น้ำในปริมาณ 5 - 7 ลิตรต่อคน



รู้จัก ‘มือตบ’ อุปกรณ์เชียร์สุดฮิตแห่งปี

ได้ยินเสียงแปะๆ จากมือตบพลาสติกมาหลายเดือนแล้ว ใครจะรู้ว่าแท้จริงแล้ว มือตบ เป็นอุปกรณ์สำหรับเชียร์กีฬาที่มีชื่อสากลว่า Hand Clapper มีต้นกำเนิดที่ประเทศจีน เดิมทีเป็นของเล่น แต่มาได้รับความนิยมสูงจากการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก ครั้งที่ 23 ในปี พ.ศ. 2527 เพราะทัพนักกีฬาจีนได้นำมือตบสารพัดรูปแบบไปมอบเป็นของขวัญแก่รัฐบาลสหรัฐฯ ทำให้เกิดกระแสการใช้มือตบสำหรับเชียร์กีฬาประเภทต่างๆ ส่วนในบ้านเราก็ถูกนำมาใช้ประกอบการเชียร์เหมือนกัน แต่จะเชียร์อะไรนั้น ก็คงเห็นๆ กันอยู่ **adB**

THIS WEEK IN HISTORY

7 พฤศจิกายน 2548 - พม่า ย้ายเมืองหลวงจาก ย่างกุ้ง ไปที่ ปินมามา หรือเมืองเนเปยีดอร์ ในภาษาพม่า ซึ่งอยู่ห่างจากย่างกุ้งไปทางเหนือประมาณ 320 กิโลเมตร

8 พฤศจิกายน 2336 - พิพิธภัณฑ์ลูฟว์ เปิดให้บริการประชาชนเป็นวันแรก โดยคณะปฏิวัติฝรั่งเศส สิ่งที่จัดแสดงภายในพิพิธภัณฑ์มีทั้งผลงานภาพวาดศิลปะอันทรงคุณค่า และสิ่งของในประวัติศาสตร์ที่หาดูได้ยากยิ่ง

9 พฤศจิกายน 2497 - วันเกิด ยืนยง โอภากุล หรือ แอ๊ด คาราบาว เกิดในครอบครัวไทยเชื้อสายจีนที่ อ.เมือง จ.สุพรรณบุรี ถึงวันนี้คาราบาวออกเทปเพลงเพื่อชีวิตมาแล้วกว่า 20 อัลบั้ม ซึ่งนำแอ๊ดแต่งเพลงไปแล้วกว่า 900 เพลง

10 พฤศจิกายน 2531 - ทับหลังนารายณ์บรมมหาราชวัง ทับหลังศิลาโบราณวัดสุทัศน์ของไทย ซึ่งถูกลักลอบนำออกไปจากปราสาทหินเขาพนมรุ้ง จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นเวลาเกือบ 30 ปี กลับคืนสู่ประเทศไทยอีกครั้ง

11 พฤศจิกายน 2451 - พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เสด็จพระราชดำเนินไปทรงประกอบพิธีเปิดพระบรมรูปทรงม้า และวางศิลาฤกษ์พระที่นั่งอนันตสมาคม ซึ่งจัดขึ้นในวโรกาสที่พระองค์ทรงครองราชย์ครบ 40 ปี ยาวนานกว่าพระมหากษัตริย์พระองค์ใดในประวัติศาสตร์ขณะนั้น

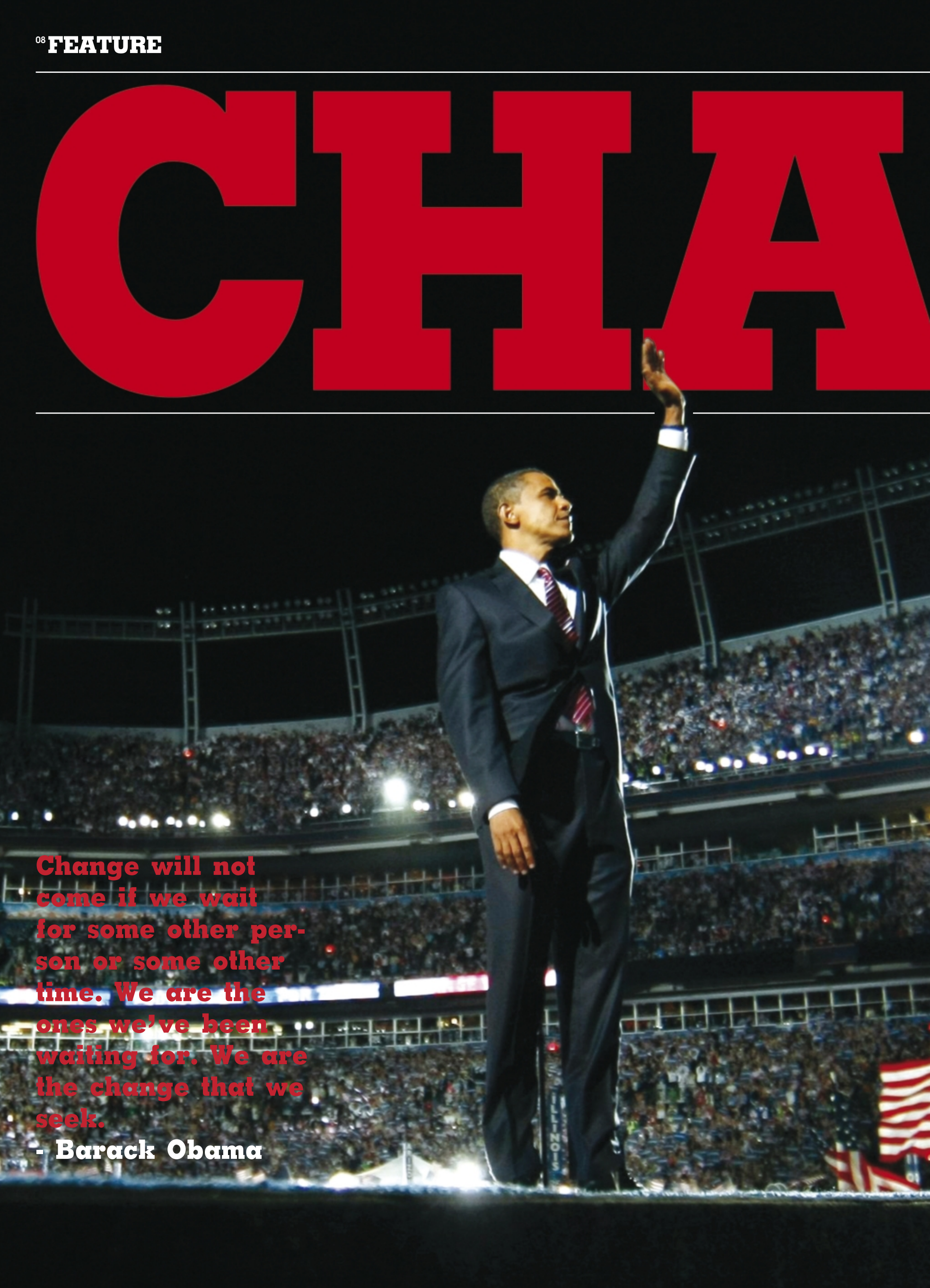
12 พฤศจิกายน 2383 - วันเกิด ฟร็องซัว ออกูสต์ โรแดง ประติมากรผู้ยิ่งใหญ่ชาวฝรั่งเศส แห่งยุคอิมเพรสชันนิสม์ ผลงานประติมากรรมชิ้นสำคัญได้แก่ The Kiss และ The Thinker อันโด่งดัง

13 พฤศจิกายน 2450 - วันพระราชสมภพ สมเด็จพระเจ้าคริสทีลว่าวังมา กษัตริย์องค์สุดท้ายแห่งราชอาณาจักรลาว ก่อนที่จะมีการเปลี่ยนแปลงระบบการปกครองเป็นระบอบคอมมิวนิสต์เมื่อปี พ.ศ. 2518

CHIA

Change will not come if we wait for some other person or some other time. We are the ones we've been waiting for. We are the change that we seek.

- Barack Obama



NOT

WE BELIEVE IN

เรื่อง : กองบรรณาธิการ

มีตัวเลขอย่างน้อยสองตัวที่ *บารัค โอบามา* จะต้องจดจำไว้ตลอดชีวิต นั่นก็คือ 44 และ 1

44 คือตัวเลขลำดับที่ของผู้ดำรงตำแหน่งประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกาคนปัจจุบัน ซึ่งเป็นตำแหน่งที่เขาได้รับจากการลงมติของมหาชนชาวอเมริกันอย่างท่วมท้น เมื่อวันอังคารที่ 4 พฤศจิกายน ที่ผ่านมา

ส่วนเลข 1 ก็คือ ตำแหน่งประธานาธิบดีผิวสีคนแรกของสหรัฐอเมริกา ที่ตลอดประวัติศาสตร์การเลือกตั้งผู้นำประเทศนับแต่มีการสร้างชาติอเมริกาขึ้นมาพร้อม 200 ปีนั้น ไม่มีใครกล้าคิดว่าจะเป็นไปได้ และหลายคนก็ไม่กล้าเปลี่ยนความเชื่อนั้น ไม่ว่าเวลาจะล่วงผ่านไปที่ยุค ที่สมัย และที่ชั่วชีวิตคน

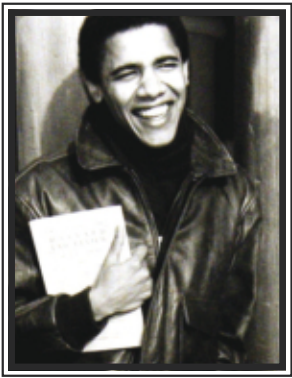
กระทั่งเขา *บารัค โอบามา* ผู้เป็นเจ้าของคำพูด “*Change We Believe In*” ก้าวเข้ามาในแวดวงการเมืองอเมริกา ด้วยความหวังและความเชื่ออย่างเต็มเปี่ยมว่าการเปลี่ยนแปลงอย่างถอนรากถอนโคนต้องเกิดขึ้นบนผืนแผ่นดินอเมริกา

เขาเป็นชายผู้สร้างความหวัง สร้างแรงบันดาลใจให้กับคนอเมริกันได้อย่างมีพลังที่สุดในรอบหลายปีที่ผ่านมา และด้วยความเชื่อมั่นอย่างไม่คลาคลอนนั่นเอง *บารัค โอบามา* ก็ได้เป็นผู้ครอบครองตัวเลขทั้งสองตัวข้างต้นอย่างสมภาคภูมิ

6 หน้าต่อไปนี้ *a day BULLETIN* มีแง่มุมที่น่าสนใจมากมายเกี่ยวกับชีวิตผู้นำคนใหม่ของสหรัฐอเมริกา ที่เราอยากให้คุณรู้

ส่วนตัวเลขที่เราอยากให้เกิดขึ้นนับจากนี้ จะเป็นอะไรไปไม่ได้ นอกจาก จำนวนคนอ่านของเรา ที่อ่านแล้วอาจได้แรงบันดาลใจดีๆ จากเรื่องราวของประธานาธิบดีคนใหม่ ผู้สร้างแรงบันดาลใจอย่างยิ่งใหญ่ให้กับคนอเมริกัน

แม้ตัวเลขที่ว่ามันจะน้อยที่สุดเพียงแค่ 1 เราก็ยินดี



THE STORY OF BARACK OBAMA

เรื่อง : เวสาร์ช โทณผลิน

บารัค โอบามา คือใคร? คำถามนี้ไม่ได้ผุดขึ้นมาในหัวของชาวอเมริกันและชาวโลกในวันที่เขาเลือกที่จะลงแข่งขันเป็นหนึ่งในผู้ทำชิงตำแหน่งประธานาธิบดีคนที่ 44 ของสหรัฐอเมริกาเท่านั้น แต่ยังปรากฏอยู่ในใจของโอบามาเอง นับตั้งแต่วันที่เขารู้สึกถึงชีวิตไร้สังกัดของตัวเอง เมื่อ 30 กว่าปีก่อนแล้ว

บารัค โอบามา หรือ บารัค โอบามา จูเนียร์ เป็นลูกครึ่ง มีพ่อที่มีชื่อเดียวกับเขา ว่า บารัค โอบามา หรือ บารัค โอบามา ซีเนียร์ เป็นชาวแอฟริกัน เผ่าลูโอ ในประเทศเคนยา แม้จะมีศักดิ์เป็นถึงลูกชายของหัวหน้าเผ่าลูโอ แต่โอบามาผู้พ่อก็ดื้อรั้นและไม่หยุดนิ่ง ความฉลาดส่งให้โอบามา ซีเนียร์ได้เป็นหนึ่งในนักเรียนกลุ่มแรกของประเทศเคนยาที่ได้ทุนจากรัฐบาลไปศึกษาต่อที่ประเทศสหรัฐอเมริกา

ที่มหาวิทยาลัยฮาวาย ในรัฐฮาวาย โอบามา ซีเนียร์ อุทิศชีวิตส่วนใหญ่ให้กับการเรียนวิชา เศรษฐมิติ จนกระทั่งได้พบกับสาวอเมริกันผิวขาวชื่อ สแตนลีย์ แอนน์ ในช่วงโมงเรียนภาษารัสเซีย เคมีในตัวของหนุ่มสาวต่างสีผิวเข้ากันได้ดี แอนน์พาโอบามาไปพบพ่อและแม่ของเธอ และแม้ว่าในตอนนั้น สังคมอเมริกันจะอยู่ในช่วงที่ทัศนคติเหยียดผิวเริ่มแทรกซึมเข้าไปในความคิด แต่นิสัยขบถเล็กๆ ของพ่อและแม่ของแอนน์ ซึ่งมาปะทะเข้ากับความสุขุม ฉลาดเฉลียวของโอบามา ทำให้ทั้งสองเปิดใจยอมรับชายผิวดำจากแอฟริกาคนนั้นมากขึ้นเรื่อยๆ จนนำไปสู่พิธีวิวาห์ของแอนน์ และโอบามาในเวลาต่อมา

โอบามากับแอนน์ให้กำเนิดเด็กผู้ชายผิวสีขึ้นมาหนึ่งคน เด็กผู้ชายที่โอบามามอบทั้งชื่อและนามสกุลของตัวเองให้ไว้ว่า บารัค โอบามา จูเนียร์ หรือที่คนอเมริกันรู้จักในนาม บารัค โอบามา ชายผิวสีที่สร้างปรากฏการณ์แปลกใหม่ให้กับแวดวงการเมืองสหรัฐฯ ในเวลาต่อมานั่นเอง

ด้วยเหตุผลบางประการ พ่อของโอบามาหย่าขาดจากแม่ของเขา แล้วเดินทางกลับประเทศเคนยา ทอดทิ้งบารัค โอบามาในวัย 2 ขวบให้อยู่กับแม่ คุณตา และคุณยายในฮาวายต่อไป แต่การขาดพ่อก็ไม่ได้ทำให้โอบามากลายเป็นเด็กมีปัญหาหรือเกิดความรู้สึกขาดด้อยกว่าเด็กคนอื่น ๆ เพราะเขาอยู่ท่ามกลางความรัก ความเอาใจใส่ของคุณแม่แอนน์ คุณตา และคุณยาย จนโอบามาแทบไม่เคยรู้สึกถึงความต่างระหว่างตัวเองกับคนอื่น ๆ ในครอบครัวเลย เขาเล่นสนุก หัวเราะเสียงดัง และเมื่อหัวถึงหมอนก็นอนหลับอย่างสบายใจเหมือนเด็กทั่วไป

เมื่อเขาอายุได้ 6 ขวบ ซาอีนโดนีเซียผิวสองสีชื่อ โลโล ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในครอบครัว คุณแม่ของโอบามาแนะนำให้คนในครอบครัวรู้จักกับโลโลในฐานะคนรักใหม่ เธอจูมมือโอบามา บอกลาพอกับแม่ หรือตากับยายของโอบามา แล้วนั่งเครื่องบินเหาะข้ามทะเลไปถึงประเทศอินโดนีเซียด้วยความหวังว่าจะไปสร้างครอบครัวใหม่ที่นั่น

ภาพแวดล้อมในอินโดนีเซียมีหลายเส้น สีสนั และจังหวะที่แตกต่างไปจากภาพแวดล้อมในฮาวายแทบจะสิ้นเชิง แต่ความเยาว์ก็ทำให้โอบามาเข้าใจถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมและตัวตนได้อย่างเต็มตัว เขาตื่นตาไปกับภาพแปลกๆ บนท้องถนน และคำพร่ำสอนของโลโล แต่แล้ววันหนึ่งภาพชายผิวดำที่ต้องการมีผิวขาวและได้รับการพอกสีผิวจนผิวเนียนหลอกยับเยิน ซึ่งเป็นภาพที่เขาพบในนิตยสารที่อยู่ในที่ทำงานของแม่ในอินโดนีเซีย ได้ก่อความรู้สึกบางอย่างขึ้นในใจของเขา กลายเป็นต้นธารที่นำไปสู่ความรู้สึกไร้สังกัด และคำถามว่า แท้จริงแล้วเขาเป็นใคร?

สำหรับแอนน์ เธอรับรู้และตระหนักถึงความต่างอยู่เสมอๆ เธอรู้ดีว่าเธอและลูกชายไม่ใช่คนที่นี่ ทั้งสองเติบโตมาในวัฒนธรรมอเมริกัน ความต่างแยกชีวิตของแอนน์กับโลโลให้ห่างจากกันทีละน้อย แอนน์ตัดสินใจส่งลูกชายของเธอกลับฮาวายหลังจากที่ย้ายมาอินโดนีเซียได้เพียง 3 ปี ในขณะที่เธอเพิ่งจะคลอด มายา บุตรสาวที่เกิดกับโลโลได้เพียงไม่กี่เดือน ด้วยภาระที่เกิดขึ้น เธอจึงต้องอยู่สะสางงานรวมถึงดูแลลูกสาวที่ยังเล็กที่อินโดนีเซียอีกระยะหนึ่ง ก่อนที่จะเดินทางกลับฮาวายในเวลาต่อมา

การกลับมาฮาวายของโอบามาในครั้งนี้ต่างไปจากเดิม สังคมในเวลานั้นได้เปิดรับทัศนคติเหยียดผิวแบ่งฝ่ายเข้ามาอย่างเต็มตัว ณ โรงเรียนปุนาโฮ โรงเรียนอุดมศึกษาที่ตั้งที่สุดของฮาวาย โอบามาเข้าเรียนที่นั่นท่ามกลางสายตาทะเยียดจากเพื่อนร่วมชั้น เขาเป็นคนส่วนน้อย ทั้งโรงเรียนมีนักเรียนผิวสีเพียงไม่กี่คน ความรู้สึกแปลกแยกกับสังคมที่เขาเชื่อมาโดยตลอดว่าเป็นสังกัดค่อยๆ ทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

ช่วงนั้นเอง ที่โอบามาได้พบกับพ่อของเขา บารัค โอบามา ซีเนียร์ ที่มารับการรักษาคจากอุบัติเหตุรถชนที่สหรัฐฯ ซึ่งนั่นคือครั้งแรกและครั้งเดียวที่โอบามาพอลูกได้พบหน้ากัน และเมื่อพ่อต้องเดินทางกลับเคนยา ซึ่งทำให้ต้องเหินห่างเขาไปอีกครึ่ง โอบามาก็ไม่ได้พบพ่ออีกเลย มีเพียงจดหมายใต้ถ่มทุกซัซซุที่ส่งถึงกันบ้างประปราย ซึ่งต้องยุติลงในช่วงที่เขาอายุ 21 ปี เมื่อเขาได้ทราบข่าวจากอาที่แม่เคยพบหน้ากันว่า พ่อของเขาเสียชีวิตไปแล้วจากอุบัติเหตุทางรถยนต์

ความห่างเหินกับผู้เป็นพ่มาตลอดชีวิต ทำให้โอบามาไม่เศร้าใจนัก ชีวิตของชายผิวสีที่เพิ่งจบจากมหาวิทยาลัยโคลัมเบียในนิวยอร์กกำลังอยู่ในช่วงค้นหาอาชีพ เขาเลือกที่จะมาอยู่นิวยอร์ก โดยให้เหตุผลกับตัวเองว่า ที่นั่นคือย่านที่มีคนดำมารวมตัวกันเป็นปึกแผ่นมากที่สุด ที่ซึ่งในเวลาต่อมาโอบามาได้พบความจริงที่ว่า ไม่ว่าจะเป็นคนผิวสีอะไร ทุกคน ทุกสังคม ก็ยังมีกรแบ่งแยกเหยียดหยามคน (ที่พวกเขารู้สึกว่า) อยู่คนละกลุ่มเสมอ

การเดินทางหาคำตอบเกี่ยวกับตัวตนของโอบามา ได้นำเขาไปสู่ปลายทางของการอุทิศทรัพยากรสินตำแหน่ง หรือความมั่นคงสุขสบาย เพื่อแลกกับการเข้าใจถึงแก่นแท้ของตัวเองและผู้คนในสังคม

ผู้ปฏิบัติงานเพื่อชุมชน คืออาชีพที่โอบามาปักใจเลือก เขาต้องการผนึกรวมสังคมที่แตกร่อนไปคนละทิศให้กลับมารวมเป็นหนึ่งเดียว ต้องการสร้างความมั่นคงและความภาคภูมิใจให้เกิดขึ้นในสังคมคนผิวดำที่กรอนรั่วละเทะ



If you're walking down the right path and you're willing to keep walking, eventually you ll'make progress.

- Barack Obama



หรือคนเคนยา คนผิวดำ หรือคนผิวขาว โอบามาตัดสินใจครั้งใหญ่ในชีวิต ลาออกจากตำแหน่งการทำงานที่มั่นคง กลับไปหาอาชีพในฝัน ‘ผู้ปฏิบัติงานเพื่อชุมชน’ อีกครั้ง

โอบามาล้มลุกคลุกคลานในเส้นทางผู้ปฏิบัติงานเพื่อชุมชนอยู่พักใหญ่ ก่อนที่ มาร์ตี คอฟแมน ผู้ก่อตั้งโครงการพัฒนาชุมชนในชิคาโกจะโทรศัพท์ติดต่อมา ในช่วงที่เขาจวนเจียนจะเลิกยึดอาชีพดังกล่าวอยู่ร่ม่อ โอบามาเดินทางไปชิคาโกด้วยความหวังที่กลับคืนมาอีกครั้ง เขาทำงานในโครงการเคเนฮัลด์เจลด์ การ์เดนส์ แหล่งเสื่อมโทรมทางตอนใต้ของชิคาโก ไปสัมภาษณ์ผู้คนในละแวกนั้น ทำรายงาน และหนังสือขอความร่วมมือจากโบสถ์แทบทุกแห่ง เพื่อจะช่วยพลิกฟื้นให้ฮัลด์เจลด์รุ่งเรืองมั่นคง

ความสำเร็จจากการยื่นฟ้องผู้มีอำนาจเกี่ยวกับความไม่ชอบธรรมในการจัดสรรตัวอาคารและสภาพแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัย โอบามาทำงานด้านชุมชนได้อย่างโดดเด่น เขาค่อยๆ เชื่อมประสานหน่วยต่างๆ ของชุมชน ทั้งบาทหลวง ผู้นำชุมชนทั้งหลาย และเพื่อนร่วมงาน ให้ร่วมมือกันได้สำเร็จ หลายคนเริ่มเชื่อมั่นพลังในตัวของโอบามา นอกจากชื่อและนามสกุลที่เหมือนกันทุกคน ทำให้ตลอด 10 ปีที่ทำงานอยู่ในฮัลด์เจลด์ โอบามาเปรียบเสมือนศูนย์รวมจิตใจของเพื่อนร่วมทีมทุกคน

ถึงการทำงานเพื่อชุมชนจะเริ่มเข้าที่เข้าทาง แต่โอบามาก็ยังพยายามค้นหาคำตอบเกี่ยวกับตัวเองอยู่ตลอดเวลา โอบามาเตรียมตัวที่จะไปศึกษาต่อทางด้านกฎหมายในมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด และจะด้วยความบังเอิญหรือตั้งใจของโอบามาก็ไม่แน่ชัด ที่สถาบันการศึกษาแห่งนี้เป็นสถานที่เดียวกับที่พ่อของเขาเคยศึกษาในอดีต



และก่อนที่ภาคการศึกษาใหม่จะเริ่มขึ้น โอบามาถือโอกาสที่ได้ลาพักจากหน้าที่การงานเดินทางข้ามทวีป มุ่งสู่เคนยา ประเทศที่ปู่ ย่า อา ที่ น้อง หลาน และญาติๆ ของเขาอาศัยอยู่ประเทศที่ร่างของผู้ให้กำเนิดสถิตินิ่งอยู่อย่างสงบใต้ผืนดิน

ที่เคนยา โอบามาได้รู้จักตัวเองมากขึ้น เขารับรู้เรื่องราวของพ่อ และปู่จากปากของย่ากับคนเฒ่าคนแก่ที่อยู่ที่นี่ ได้รู้ว่า แม้พ่อของเขาจะเป็นรัฐมนตรีในรัฐบาลที่ฉ้อฉลแต่ก็ยังยึดมั่นอุดมการณ์ความถูกต้องไว้อย่างเหนียวแน่น จนทำให้ชีวิตบ้านปลายต้องสิ้นคลอน ทุกครั้งที่ส่องกระจก โอบามาเห็นอุดมการณ์ ความดีอัน และการฝ่าฝืนสิ่งที่ผิดกว่าโดยไม่ยอมค้อมหัวให้กับความไม่ถูกต้องฉายประกายอยู่ในนั้น เขามองเห็นพ่อและปู่ยังมีชีวิตเดินร่ำอยู่ในหัวใจของเขาเสมอ

โอบามาไม่ได้ลาจากประเทศเคนยาด้วยคำตอบ ตรงกันข้าม เขาพกวาคำถามมากมายอัดแน่นมาเต็มสมอง คำถามที่ผลักดันให้เขาก้าวถล่นไปสู่เรื่องของสังคม และการเมืองในเวลาต่อมา

เขาเริ่มต้นศึกษาวิชากฎหมายในมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด แบ่งเวลาส่วนหนึ่งให้กับกิจกรรมเพื่อสังคม ใช้ทักษะในการพูดอภิปรายและกล่าวสุนทรพจน์ซึ่งติดตัวมาตั้งแต่สมัยเรียนมหาวิทยาลัยโคลัมเบียในการโน้มน้าวให้คนหยุดฟังในสิ่งที่เขาจะสื่อสาร ไม่เพียงเท่านั้น โอบามายังสื่อ ‘สาร’ ของเขาออกไปในวงกว้างด้วยการทำงานกับ *ฮาร์วาร์ด ลอว์ รีวิว* นิตยสารกฎหมายชื่อดัง และได้รับคัดเลือกเป็นประธานของนิตยสารเล่มนี้ ทำให้ชื่อของเขาเริ่มเป็นที่รู้จักในแวดวงนักกฎหมายและการเมือง เพราะโอบามาเป็นลูกครึ่งอเมริกัน-แอฟริกันคนแรกที่ดำรงตำแหน่งประธานนิตยสารฉบับนี้

เมื่อเรียนจบ โอบามาก้าวไปบนเส้นทางการเมืองไกลขึ้นเรื่อยๆ เขาริเริ่มโครงการลงทะเบียนผู้ลงคะแนนเสียงในระหว่างการเลือกตั้ง โครงการสิทธิพลเมือง อีกทั้งยังสอนวิชากฎหมายรัฐธรรมนูญให้กับนักศึกษาในมหาวิทยาลัยชิคาโก เมื่อครั้งที่เขากลับไปทำงานเป็นนักกฎหมายที่ต่อสู้เพื่อสิทธิมนุษยชนที่นี่ และสมัครเข้าเป็นส่วนหนึ่งของพรรคเดโมแครต พรรคการเมืองที่มีอุดมการณ์ความคิดใกล้เคียงกับตัวเขามากที่สุด ความโดดเด่นจากการทุ่มเทเอาจริงเอาจัง อีกทั้งยังมองสังคมในมุมที่กว้างกว่าคนอื่น ทำให้เพื่อนร่วมงานเสนอชื่อของโอบามาให้ลงสมัครรับเลือกตั้งในสภามลรัฐ ซึ่งเขาก็ได้รับชัยชนะ ได้ที่นั่งในสภามลรัฐในเวลาต่อมา

4 ปีต่อมา เขาได้รับการเสนอชื่อให้เป็นตัวแทนของพรรค เพื่อลงสมัครเข้าชิงที่นั่งวุฒิสมาชิกของมลรัฐอิลลินอยส์ ท่ามกลางผู้สมัครผิวขาว และคนที่มียศขุนทางสังคมมากมาย ผู้ชายผิวสีอายุน้อย และแทบจะไม่มีใครรู้จักอย่าง *บารัค โอบามา* กลับได้คะแนนเสียงท่วมท้น ได้รับการเลือกให้ดำรงตำแหน่งวุฒิสมาชิกของมลรัฐอิลลินอยส์

บารัค โอบามา กลายเป็นผู้สร้างประวัติศาสตร์ เขากลายเป็นนักการเมืองผิวสีคนที่ 3 ที่นับตั้งแต่ยุคปฏิรูปการเมืองของสหรัฐอเมริกาที่ได้ที่นั่งในวุฒิสภา อีก 4 ปีต่อมา *บารัค โอบามา* ก็ถูกเสนอชื่อให้เป็นหนึ่งในตัวแทนของพรรคเดโมแครตเพื่อลงชิงตำแหน่งประธานาธิบดีคนที่ 44 ของสหรัฐอเมริกา กับ *จอห์น แมคเคน* ตัวแทนจากพรรคริพับลิกัน และผู้สมัครจากพรรคเล็กๆ อีกจำนวนหนึ่ง ถึงตอนนั้นคงไม่ต้องบอกแล้วว่า บทสรุปของการแข่งขันเป็นเช่นไร แต่สิ่งหนึ่งที่บอกได้ก็คือ ก้าวใหม่บนเส้นทางการเมืองของสหรัฐอเมริกาและของโลกได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว

พร้อมๆ กับก้าวใหม่ในการทำควมรู้จักตัวตนของ *บารัค โอบามา* ก็ได้เริ่มต้นขึ้น ณ ตำแหน่งเดียวกัน

THE OPINION

สัมภาษณ์ : วิลเลียม เอ็มเอี่ยม

a day BULLETIN มีโอกาสได้พูดคุยและสัมภาษณ์ความคิดเห็นของสื่อมวลชนที่ติดตามประเด็นความเคลื่อนไหวเกี่ยวกับต่างประเทศมาอย่างต่อเนื่องทั้ง *วินารัตน์ เลาหมุกกุล* ผู้ประกาศข่าวสาวจาก *The Nation* และหนึ่งในผู้ดำเนินรายการ ‘*ชีฟวร์โลก*’ ทางช่อง 9 โมเดิร์นไนน์ กับอีกหนึ่งชายหนุ่ม *ชัยรัตน์ ถมยา* ผู้ดำเนินรายการ ‘*ทันโลกกับชัยรัตน์ ถมยา*’ ทางช่อง ไทยพีบีเอส

ทั้งคู่ได้รับเชิญมาเพื่อตอบคำถาม ในประเด็นเกี่ยวกับ ‘การเมืองยุคโอบามา’ โดยเฉพาะซึ่งแง่มุมทั้งเหมือนและต่างของทั้งคู่อาจเปิดประเด็นให้คนได้ติดตามหรือจะเห็นแย้ง ก็สุดแล้วแต่ อย่างไรก็ตาม...สุดท้าย เราลงความเห็นว่าคุณค่าตอบของทั้งคู่ เปิดประตูให้เราติดตามความเป็นไปของโลกได้อย่างมีรสชาติและแน่นอน...มีสาระ

วินารัตน์ เลาหมุกกุล

หลังจาก บารัค โอบามา ได้ตำแหน่งแล้ว คุณคิดว่านโยบายเรื่องใดของเขาที่จะเป็นที่น่าสนใจที่สุด และจะมีผลกระทบต่อประเทศไทย อันใดในด้านใดหรือเปล่า โดยตอบประเทศไทย

นโยบายเรื่องเศรษฐกิจค่ะ เพราะนี่คือเรื่องใหญ่ที่สุดที่ทั่วโลกต้องจับตามอง เพราะเศรษฐกิจสหรัฐฯ เป็นอย่างไรย่อมส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจทั่วโลก ยิ่งการคาดการณ์แต่ละอย่างที่ออกมาตอนนี้มีแต่ข่าวร้ายทั้งนั้น เช่นคนสหรัฐฯ จะตกงานอีกเยอะในปีหน้า จะมีโรงงานปิดอีกหลายแห่ง เหล่านี้เป็นสิ่งที่ท้าทายการทำงานของโอบามาเป็นอย่างมาก ซึ่งหากสหรัฐฯ ยังคงมีปัญหาด้านเศรษฐกิจ คนมีเงินจับจ่ายน้อยลง การส่งออกของหลายประเทศที่มีสหรัฐฯ เป็นตลาดใหญ่ซึ่งรวมทั้งไทยด้วยย่อมได้รับผลกระทบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ อย่างที่นักวิชาการหลายท่านได้ออกมาเตือนแล้วว่าอาจมีคนไทยจำนวนมากเป็นล้านคนต้องตกงานในปีหน้า พ้นจากเรื่องเศรษฐกิจ ก็ต้องมาดูว่าโอบามาจะให้ความสำคัญกับประเด็นอื่น เช่น สิทธิมนุษยชน หรือประชาธิปไตยมากน้อยขนาดไหน หรือจะให้ความสนใจภูมิภาคใดของโลกเป็นพิเศษหรือไม่ แต่สำหรับไทย เรามีความสัมพันธ์อันยาวนานกับสหรัฐฯ เพิ่งฉลองความสัมพันธ์ 175 ปี ไทย-สหรัฐฯ ไปหยกๆ เพราะฉะนั้น หากมีประเด็นร้อนอะไรขึ้นมาก็น่าจะพูดคุยกันได้ภายใต้กรอบความสัมพันธ์อันยาวนานตรงนี้

บุคลิกความเป็นผู้นำของโอบามาในสายตาของคุณเป็นอย่างไร เขามีความน่าสนใจตรงไหน รวมถึงจุดอ่อน จุดแข็งของเขาด้วย

โอบามาเป็นคนพูดเก่ง ออกแนวสร้างแรงบันดาลใจสำหรับคนฟัง ซึ่งน่าจะสร้างความสบายใจให้ชาวอเมริกันได้บ้างในยามเศรษฐกิจแย่อย่างในปัจจุบัน แต่จากที่ผ่านมาซึ่งพูดอย่างเดียว ต่อไปนี้ต้องลงมือทำ เพื่อพิสูจน์ให้เห็นฝีมือ แล้วพอครบเทอม 4 ปีค่อยมาย้อนดูกันว่าเขาจะติดอันดับประธานาธิบดีที่คนรักหรือเปล่า

นอกจากนั้น โอบามาก็น่าสนใจตรงสีผิวและการเติบโตในชีวิต เพราะเขามีทุกอย่างอย่างละนิดในตัวเขา พ่อเป็นชาวเคนยา แต่ไม่ใช่คนผิวดำแบบที่บรรพบุรุษถูกจับมาเป็นทาส ในขณะเดียวกัน แม่เป็นคนผิวขาว ต่อมา มีพ่อเลี้ยงเป็นคนอินโดนีเซีย เคยอยู่ที่อินโดฯ ด้วยก่อนที่จะมาอยู่กับตายายที่ฮาวาย และเรียนจบในสถาบันการศึกษามีชื่อเสียงโรงเรียนกฎหมายฮาร์วาร์ด ซึ่งโอบามามีความน่าชมเชย

ตรงที่เรื่องราวของเขาเป็นการสะท้อนให้เห็น ‘ความฝันแบบอเมริกัน’ คือสหรัฐฯ เปิดกว้างเสมอสำหรับคนขยันและตั้งใจ ยิ่งเขาเป็นคนผิวสีด้วย การที่เขามาได้ไกลขนาดนี้ ต้องยกนิ้วให้แต่จุดอ่อนของเขาก็คือเรื่องที่โดนโจมตีบ่อยๆ ว่าประสบการณ์การเมืองยังน้อย แต่มันก็ไม่ใช่อุปสรรค เพราะเขาเป็นคนฉลาด น่าจะรู้จักเลือกใช้คน คือเลือกคนเก่งๆ ดีๆ ให้มาทำงานกับเขา

คิดว่าเพราะอะไรโอบามาถึงได้เลือกโอบามาเป็นผู้นำ คนอเมริกันต้องการอะไรอะไรมากหรือเปล่า

คนอเมริกันกำลังบอกว่าเบื่อ 8 ปีของจอร์จ บุช และพรรคริพับลิกันมากแล้ว แต่จุดพลิกผันน่าจะเป็นเรื่องวิกฤตเศรษฐกิจ เรื่องนี้ทำให้คนสนใจพรรคเดโมแครตยิ่งขึ้น เพราะนโยบายของพรรคนั้นโดยพื้นฐานเน้นช่วยเหลือคนชนชั้นกลาง ไม่เหมือนพรรคริพับลิกันที่เน้นช่วยเหลือธุรกิจขนาดใหญ่มากกว่า

ที่น่าสนใจที่สุดคือ คนอเมริกันส่วนใหญ่ต้องการบอกว่าสีผิวไม่ใช่ประเด็นหลักในการเลือกผู้นำอีกต่อไป โอบามาได้ทำลายกำแพงเรื่องสีผิว นี่คือก้าวใหญ่สำหรับการลดความขัดแย้งด้านสีผิวในสหรัฐฯ ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะคนรุ่นใหม่จำนวนมากไม่มองประเด็นสีผิวว่าเป็นเรื่องใหญ่แล้ว แต่ขณะเดียวกัน จะหวังให้เรื่องการเหยียดผิวหมดไปเลยซะทีเดียวคงต้องใช้เวลาอีกพอสมควร

คุณคิดว่า 4 ปีต่อไปนี้ ประเทศสหรัฐอเมริกาจะเป็นอย่างไร ผลกระทบกับประเทศอื่นๆ ในโลกจะเป็นอย่างไร

อเมริกาต้องเร่งแก้ไขปัญหาคูหาวิกฤตเศรษฐกิจก่อน เพราะนี่คือเรื่องใหญ่ที่สุดในขณะนี้ รองลงมาคือเรื่องอิรัก ซึ่งโอบามาได้บอกไว้แล้วว่า จะถอนทหารกลับภายใน 16 เดือน ก็ต้องมาดูกันว่าจะทำตามนั้นไหม หากโอบามาดำเนินนโยบายต่างประเทศอย่างที่เขาคาดหวังได้ เช่นการพูดคุยกับผู้นำประเทศที่เป็นอริกับสหรัฐฯ อย่างอิหร่าน หรือคิวบา เราคงได้เห็นมิติใหม่ในการเมืองระหว่างประเทศ โอบามาได้พูดไว้ด้วยว่าเขาจะมีส่วนร่วมเรื่องสร้างสันติภาพในตะวันออกกลางมากขึ้น นี่ก็เป็นอีกเรื่องที่น่าจับตามอง

นอกจากนั้น ท่าทีที่ไม่แข็งกร้าวของโอบามา ก็น่าจะทำให้บรรยากาศในการเจรจาไม่ว่าจะเวทีไหนดีขึ้น อย่างน้อยที่สุด ทุกประเทศก็มองสหรัฐฯ ในทางบวกมากขึ้นกว่าสมัย จอร์จ บุช แต่มุมมองที่โลกมีต่อสหรัฐฯ จะเปลี่ยนไปได้มากน้อยขนาดไหน และภาพบวกจะอยู่ได้ขนาดไหนก็ต้องดูว่าพอเอาเข้าจริงแล้ว โอบามาดำเนินนโยบายอย่างไรด้วย เพราะต้องไม่ลืมว่าเขาต้องรักษาผลประโยชน์ของประเทศสหรัฐฯ เป็นสำคัญ

ในความเห็นของคุณ อเมริกาในตอนนี้เป็นาเป็นห่วงในเรื่องใดมากที่สุด เพราะอะไร และจากการคาดการณ์ คิดว่าผู้นำคนใหม่จะผ่านบททดสอบนี้ได้แค่ไหน

อย่างที่บอกว่า เรื่องเศรษฐกิจเป็นเรื่องใหญ่ที่สุดสำหรับสหรัฐฯ มีการคาดการณ์กันว่าจะมีคนตกงานอีกมากในปีหน้า การใช้่ายทุกวันนี้ก็หดตัวลงแล้ว คนที่บ้านถูกยึดก็มีจำนวนมาก เหล่านี้คงเป็นเหตุผลหลักที่ทำให้โอบามาชนะการเลือกตั้ง เพราะคนอเมริกันเชื่อมั่นในนโยบายของเขามากกว่าของแมคเคนเท่าที่ดูนโยบายของโอบามา เขาเน้นช่วยเหลือคนชนชั้นกลางกับธุรกิจขนาดเล็ก โดยหาเสียมารถลดว่าคนกลุ่มนี้คือคนกลุ่มใหญ่ของประเทศ

เพราะฉะนั้นหากทำได้อย่างที่พูดก็น่าจะช่วย
พยุงเศรษฐกิจของสหรัฐฯ ได้ แต่ก็ต้องดูด้วย
ว่านโยบายเหล่านี้จะส่งผลกระทบอะไรตามมาอีก
ไหม เช่นจะทำให้เกิดการขาดดุลงบประมาณ
ไหม ขาดดุลมากน้อยขนาดไหน

บียัรต์เน่ กมยา

**การที่โอบามา ได้ตำแหน่ง เป็นการสะท้อน
ความคิด:โธของคอบอเมริกัน**

ชัดเจนเลย และโอบามา ก็ใช้คำนี้มา
ตลอดในการรณรงค์หาเสียงที่ผ่านมา นั่นก็คือ
คำว่า ‘Change’ หรือการเปลี่ยนแปลง เพราะ 8
ปีที่ผ่านมาคอนอเมริกันเริ่มเห็นแล้วว่า การ
บริหารงานภายใต้อำนาจของ ประธานาธิบดี
จอร์จ ดับเบิลยู บุช ล้มเหลวอย่างสิ้นเชิง เช่น
สงครามในอิรักที่คนอเมริกันอยากให้จบ ก็ไม่
จบสักที ยิ่งล่าสุดมาเจอวิกฤตเศรษฐกิจที่เกิด
ขึ้นซ้ำอีก ก็ยิ่งตอกย้ำให้เห็นว่า การบริหารงาน
ที่ผ่านมาของบุช ล้มเหลวในหลายๆ ด้าน และ
คนอเมริกันก็เหมือนกับเดินมาถึงทางตัน มอง
อะไรไม่เห็น เขาก็เลยคิดว่าต้องหาการเปลี่ยน
แปลงแล้วละ และโอบามาก็เข้ามาเป็นเหมือน
กับความหวังของพวกเขาพอดี เพราะโอบามา
ดูเป็นคนรุ่นใหม่ และไม่ได้มีความเป็นนักการ
เมืองที่คร่ำหวอดการเมืองมากคือเป็นวุฒิ
สมาชิกมาได้แค่ 2 ปี เขาก็เลยเชื่อว่า โอบามา
น่าจะนำความเปลี่ยนแปลงมาให้กับพวกเขา
ได้ ไม่รู้ละว่า จะเปลี่ยนในทางที่ดีหรือแย่ลง
แต่รู้แค่ว่า อยากเปลี่ยนแปลงแล้ว อีกอย่าง
ถ้าดูประวัติศาสตร์การเมืองอเมริกันที่ผ่านๆ
มา ถ้าพรรคไหน บริหารงานล้มเหลว ก็จะไม่
ได้รับเลือกอีกในรอบต่อมา เช่น ถ้ารีพับลิกัน
ล้มเหลว คนก็จะไม่เลือกอีก

**คิดว่าคอบอเมริกัน เชื้อมันหรือเห็บด้วยใน
นโยบายโอบของโอบามา เป็นพิษเสีย**

ที่ผ่านมา โอบามาจะมีจุดหนึ่งที่แม้แต่
ฮิลลารี คลินตัน ก็เคยนำมาโจมตี นั่นก็คือการ
ไม่มีนโยบายอะไรที่ชัดเจน เพราะส่วนใหญ่เขา
จะพูดแค่ว่า Change เนื่องจากคำว่า Change
หรือเปลี่ยนแปลงนี้มันได้ใจคน โดยเฉพาะเวลา
เขาไปพูดหาเสียงหรือปราศรัยที่ไหนก็ตาม
เพราะว่ากันว่า โอบามาเป็นนักพูดที่ดีมาก
สายตาคมกริบ เวลามองใครบ๊อบคนนั้นจะเหมือน
ถูกสะกด การพูดจึงเป็นสิ่งที่เรียกคะแนนเสียง
ให้โอบามาได้มาก แต่ถ้ามองในแง่ของนโยบาย
จริงๆ เขาก็ยังไม่ค่อยได้เปิดเผยจุดยืนในเรื่อง
ใดเรื่องหนึ่งที่มันชัดเจน เพียงแต่ว่าวิธีการพูด
ของเขามันดึงดูดใจ เพราะโอบามาเป็นนักพูด
ที่มีชื่อเสียงมาก่อน ประกอบกับสังคมอเมริกัน
ต้องการการเปลี่ยนแปลง กระแสก็เลยไหลไป
ทางโอบามา อย่างไรก็ตาม แต่ไหนแต่ไรมา
พรรคเดโมแครต จะมีจุดแข็งในเรื่องนโยบาย
ทางเศรษฐกิจ และการแก้ปัญหาภายใน
ประเทศ ส่วนรีพับลิกัน จะเด่นเรื่องการต่าง
ประเทศ และความมั่นคง ดังนั้น โอบามาเลย
ได้รับความสนใจมากกว่า เพราะตอนนี้คน
อเมริกันให้ความสนใจเรื่องในประเทศมากกว่า
โดยเฉพาะเรื่องเศรษฐกิจ เพราะเป็นเรื่องใกล้ตัว
และเขาเจอจริงๆ

**เมื่อโอบามา ได้ตำแหน่งแล้ว โดยส่วนตัว
คุณคิดว่า จะมีการเปลี่ยนแปลง อย่างที่บ
ว่าไหม**

แน่นอนว่า นโยบายด้านเศรษฐกิจก็
เชื่อได้ว่า จะแข็งแกร่งขึ้นกว่าเดิม ส่วนนโยบาย
ที่เกี่ยวกับทางด้านอิรัก ผมก็คิดว่าน่าจะมีการ
เปลี่ยนแปลง แต่ไม่น่าจะมาก เพราะก่อนหน้านี้
โอบามาเคยพูดว่าถ้าได้เป็นประธานาธิบดี จะ
ถอนทหารเลยภายในเวลาที่กำหนดกี่วันๆ แต่
พอหาเสียงไปเรื่อยๆ ก็เริ่มบอกว่า จะถอนทหาร

แต่คงต้องดูเวลาที่เหมาะสม เพราะการที่เขา
ไปดูสถานการณ์จริงๆ เขารู้แล้วว่ามันไม่สามารถ
ชี้ชัดได้ว่าเมื่อไหร่ควรถอนกำลังทหาร และมัน
ยังไม่มีใครทำได้ ณ ตอนนั้นหรอก และเอาเข้า
จริงๆ ก็ยังมีคนสงสัยว่า ที่โอบามาพูดนั้น จะ
ทำได้จริงหรือเปล่า ทั้งเรื่องระบบการเมือง
ต่างๆ ที่เขาตั้งใจว่าจะทำให้โปร่งใสมากขึ้น
พอกันที่ระบบเก่าๆ ที่ส่งนักลอบบี้ยมาทำงาน
ซึ่งทุกอย่างที่เขาให้สัญญาไว้ มันยังไม่เกิดขึ้น
แต่คนอเมริกันหวังอยากให้การเมืองเป็นแบบ
นั้นเหมือนกัน ถ้าโอบามาทำอย่างที่เขาพูดไว้
ตอนหาเสียงได้ ก็อาจจะเกิดการเปลี่ยนแปลง
ขึ้นจริงๆ ในการเมืองของอเมริกา

แต่ถ้ามันจะไม่เกิดขึ้นอย่างที่เขาพูด ก็
อาจจะเพราะเขาได้เห็นข้อจำกัดในหลายๆ
เรื่อง เพราะการที่เขาเป็นนักการเมืองมา 2 ปี
ก็ถือว่ายังอยู่ในวงนอกของการเมืองอยู่ เขาจะ
พูดอะไรก็ได้ หรือให้สัญญาอะไรก็ได้ แต่พอ
เข้าไปทำงานจริงๆ ไปเจอระบบจริง อาจจะรู้
ว่ามันมีปัญหามากกว่าที่คิดก็ได้

**ส่วนตัวแล้ว คุณอยากจับตาเหตุการณ์ปัญหา
ด้านโอบของโอบามาเป็นพิษ**

ต้องเรื่องเศรษฐกิจเลยครับ เพราะ
เรื่องนี้มันไม่ใช่แค่อเมริกาอย่างเดียว ประเทศไทย
เอง ก็จะได้รับผลกระทบไปด้วย ตอนนี้แทบ
ทุกคน ตั้งเป้าไว้เลยว่า โอบามาจะแก้ปัญหา
เศรษฐกิจให้ประเทศอย่างไร เพราะประเทศ
ของเราพึ่งพาดตลาดส่งออกกับสหรัฐฯ เป็นหลัก
ถ้าประเทศเขาไม่มีเงิน ก็ซื้อข้าวของเราไม่ได้
ส่งออกเราก็ตายพอดี เมื่อส่งออกเราแย่ เราก็
ต้องปิดโรงงาน จากนั้นคนก็คงตกงาน เรื่องที่
ว่าจะหาตลาดส่งออกใหม่ละ มันไม่ใช่ว่าจะ
หากันได้ชั่วข้ามคืน ตอนนีตลาดไหนๆ ก็มี
ปัญหาทั้งนั้น ใครจะมีปัญญามาซื้อข้าวของ
เรา นี่ละ คือสิ่งที่เราจะต้องจับตาว่าโอบามา
จะมาแก้ปัญหาเศรษฐกิจให้นักลงทุนมีความ
มั่นใจได้อย่างไร จะทำได้สำเร็จหรือไม่ คน
อเมริกันก็ต้องอยู่กับประธานาธิบดีคนนี้ไปอีก
4 ปี เพราะระบบของเขาเลือกแล้วเลือกเลย
ยกเว้น ประธานาธิบดีทำผิดร้ายแรงถึงจะถูก
ถอดถอนได้

**มีผลกระทบด้านอันอีกไหม ที่อาจจะเกิดขึ้น
กับประเทศไทย นอกจากเศรษฐกิจแล้ว**

ผลกระทบในทางลบ ก็ไม่น่าจะมีเยอะ
นะครับ แต่ในทัศนคติของผม ก็คิดว่าโชคดี
มากที่คราวนี้ประธานาธิบดีคนใหม่ มีประสบ
การณ์ด้านเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มาบ้าง แม้
ปกติแล้วพรรคเดโมแครต จะมีนโยบายปกป้อง
ผลประโยชน์ภายในประเทศเยอะ แต่โอบามา
ในวัยเด็กเคยอยู่ที่อินโดนีเซีย ซึ่งอยู่ในเอเชีย ก็
ทำให้เราหวังว่า เขาน่าจะรู้สึกใกล้ชิดกับเรา
บ้าง เขาน่าจะมีมุมมองกับเราในทางที่ดี ที่
ต่างไปจากคนอื่นที่ไม่เคยมาใช้ชีวิตแถบนี้เลย
คือแม้จะต้องปกป้องผลประโยชน์ของอเมริกา
แต่ก็คิดว่าเขาน่าจะไม่ใช่อเมริกันจำเกินไป แค
หวังว่า เท่านั้นนะครับ ไม่รู้ว่าเขาคิดจริงๆ
อย่างไร

สิ่งที่น่าสนใจที่สุดในการเมืองอเมริกัน

เขามีความเห็นที่แตกต่างกันเยอะมาก
แต่เขายอมรับในความแตกต่างได้ ตอนที่ผมไป
อเมริกาก่อนหน้านี้ ที่โอบามาแข่งกับฮิลลารี ก็
มีกลุ่มที่เชียร์โอบามาบอกว่า ถ้าไปเชียร์ให้
ฮิลลารีเป็นตัวแทนพรรค เดียวก็ไปแพ้แมคเคน
หรือก เถียงเสร็จปั๊บ ก็เดินจากไปเหมือนไม่มี
อะไรเกิดขึ้น เพราะเขาคิดว่ามันเป็นแค่การ
แสดงความเห็น ใครไม่เห็นด้วยก็พูด โอเค คุณ
มีจุดยืน ฉันก็มีจุดยืน มันเป็นสไตล์ความคิด
แบบตะวันตกด้วยมังครับ แสดงความเห็นได้
เต็มที่ แต่ต้องเคารพกัน และจบตรงนั้น

CELEBRITIES WHO BACK FOR OBAMA AS THE PRESIDENT

เรื่อง : สิรินพร จิ้งพิทักษ์อุดม



ตลอดทั้งปี 2551 นี้
กว่าที่สหรัฐอเมริกาจะได้ประธา
นาธิบดีคนใหม่ ก็เป็นที่ทราบกันดี
ว่าผู้สมัครทั้งจากพรรคเดโมแครต
และรีพับลิกัน ต่างก็ขับเคี่ยวกัน
อย่างดุเดือด ประหนึ่งละครที่
ทำให้คนดูติดกันงอมแงม ซึ่งถ้า
จะให้สนุก คนดูก็ต้องมีการแบ่ง
ฝ่ายกันเชียร์ตัวละครที่ตัวเองชอบ
และหนึ่งในตัวละครที่มีสีสันที่สุด
บนเวทีการเมืองสู่ทำเนียบขาวที่
ผ่านมาในปีนี้ ก็ต้องยกให้กับ *บารัค
โอบามา* ตัวแทนจากพรรคเดโมแครต
เจ้าของคำพูดที่กินใจอเมริกันชน
ว่า ถึงเวลาของ ‘การเปลี่ยนแปลง’
เสียที

ปฏิเสธไม่ได้ว่า ส่วน
สำคัญที่ทำให้การเลือกตั้งสรรหา
ผู้นำสหรัฐฯ มีสีสันน่าติดตามที่สุด
ก็คงจะเป็นการติดตามเชียร์อย่าง

ออกหน้าออกตา ของบรรดาคณดู

หรือผู้สนับสนุนผู้สมัครี่แหละ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถ้าได้ผู้สนับสนุนที่เป็นบุคคลที่มีชื่อเสียงด้วยแล้ว
ก็ยิ่งทำให้ผู้สมัครคนนั้นดูมีภาษีมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งสำหรับชาวอเมริกันนั้น การออกมาพูด
เชียร์ผู้สมัครที่ตนชื่นชอบ ถือเป็นเรื่องปกติมากในสังคมอเมริกัน ที่ถือว่าทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันในการ
เลือก และอเมริกันชนทุกคนต่างก็เป็นประชาธิปไตยเต็มขั้น ที่เคารพในสิทธิและเสรีภาพในการ
แสดงทัศนคติ ความคิดเห็นซึ่งกันและกัน การยกมือเชียร์ใครจึงไม่ใช่ปัญหาใหญ่จนถึงขั้นต้องแบ่ง
ฝ่ายเสื้อแดง - เสื้อเหลือง เหมือนอย่างประเทศไทยของเรา เอาละ! คราวนี้ มาดูกันสนุกๆ ดิกว่าว่ามี
เหล่าเซเลบฯ คนไหนที่ออกมาแสดงจุดยืนร่วมขบวนการ ‘Change’ ไปกับประธานาธิบดีคนที่ 44
อย่าง *บารัค โอบามา* บ้าง

THE GREAT SPEECH OF BARACK OBAMA

เรื่อง : สิรินพร จิ้งพิทักษ์อุดม



เชื่อว่าหลายคนคงเกิดคำถามในใจว่า
เพราะอะไร *บารัค โอบามา* ถึงสามารถชนะใจ
คนอเมริกันจนได้เป็นประธานาธิบดีสหรัฐ
-อเมริกาคคนที่ 44 คำตอบที่ชาวอเมริกันต่างเห็น
พ้องต้องกันเกี่ยวกับประธานาธิบดีคนใหม่ของ
พวกเขาก็คือ บุคลิกภาพของผู้นำอันสุภาพ ความรู้
ความสามารถที่ดี และทัศนคติที่มีต่อการเมือง
อเมริกาในรูปแบบใหม่ที่เขานำเสนอผ่านแคมเปญ
ที่ทรงพลังอย่าง ‘Change’

เราได้ตัดตอนจากบางส่วนของ ‘Our
Moment Is Now’ สุนทรพจน์ที่ *บารัค โอบามา*
ตัวแทนจากพรรคเดโมแครต ผู้สมัครชิงตำแหน่ง
ประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกา 2008 กล่าวเมื่อวันที่
27 ธันวาคม 2007 เจ็ดวันก่อนชนะการเลือก

1. ไอบราห์ วันฟรีย์



เจ้าแม่ทอล์ก โชว์ ที่ทรงอิทธิพลที่สุดแห่งอเมริกา ออกมาพูดถึงโอบามา ในช่วงก่อนโค้งสุดท้ายของการเลือกตั้งประธานาธิบดีว่า “ฉันไม่ได้สนับสนุนให้บาร์ค โอบามา ได้เป็นประธานาธิบดีเพียงแค่ความสนิทสนมที่ครอบครัวโอบามามอบให้ หรือเพียงเพราะเรามีสีผิวเดียวกัน แต่เหตุผลที่ทำให้ฉันบริจาคเงินช่วยเหลือโอบามา เพื่อใช้ในแคมเปญหาเสียงถึง 300,000 ดอลลาร์ เป็นเพราะเขาได้แสดงให้เห็นถึงความสามารถ และความเป็นอิสระโดยไม่มีใครมาคอยหนุนหลัง หรือมีอำนาจเหนือกว่า นอกไปเสียจากความเชื่อมั่นศรัทธาในจุดยืนที่เขาต้องการจะ ‘เปลี่ยน’ เพื่อชาวอเมริกันทุกคน อย่างที่เขาพูดในการหาเสียงอยู่เสมอว่า Change We Need และ We can believe in ซึ่งฉันคนหนึ่งล่ะที่เชื่อมั่นในตัวโอบามา”

2. คอลิน พาวเวลล์



กลายเป็นประเด็นทอล์ก ออฟ เดอะ ทาวน์ ไปช่วงหนึ่ง เมื่อ พลเอก คอลิน พาวเวลล์ อดีตเสนาธิการทหารร่วม และอดีตรัฐมนตรีว่าการกระทรวงต่างประเทศ ผู้ร่วมคณะรัฐมนตรีกับประธานาธิบดี จอร์จ ดับเบิลยู บุช ในสมัยแรก เปิดตัวสนับสนุนโอบามา แม้ว่าพาวเวลล์จะอยู่พรรครีพับลิกันก็ตาม โดยพาวเวลล์กล่าวว่า “หลังจากที่ผมทำงานเพื่อประธานาธิบดีที่มาจากรีพับลิกันมายาวนานถึง 3 คน (โรนัลด์ เรแกน และจอร์จ บุช ทั้ง 2 เจนเนอเรชั่น) บัดนี้ผมพร้อมแล้วที่จะร่วมสนับสนุนให้อเมริกามีประธานาธิบดีจากเดโมแครตบ้าง เพื่อให้ประชาชนรับรู้ได้ถึงการเปลี่ยนแปลง ผมเชื่อว่าวุฒิภาวะของโอบามาเติบโตมาจนถึงระดับมาตรฐานที่จะเป็นผู้บัญชาการสูงสุดของประเทศได้แล้ว เพราะเขามีศักยภาพที่จะปลุกเร้าชาวอเมริกันทุกวัย ทุกเชื้อชาติ และทุกแนวการเมือง ผมคิดว่าโอบามาจะเป็นประธานาธิบดีแห่งการปฏิรูปได้ ผมไม่ได้หลบหลีกหวั่นไหวเลือกฝ้าย ทว่าผมเปิดใจกว้างที่จะเลือกบุคคลที่ดีที่สุดที่เราจะมั่นใจได้ว่า เขาสามารถเป็นผู้นำให้แก่ประเทศนี้ได้จริงโดยไม่นำพาสงคราม และความรู้สึกหวาดหวั่นในสวัสดิภาพชีวิตความเป็นอยู่มาสู่คนอเมริกันอย่างที่เราเห็นมา”

3. สการ์เล็ตต์ ไอออนสัน



“ฉันหมั่นแล้วค่ะ...คู่หมั้นของฉันคือ บาร์ค โอบามา หัวใจของฉันทั้งดวง เป็นของโอบามาไปแล้ว ฉันรักเขาสุดหัวใจเลยละ” โจ๊กที่ดาราสาวหุ่นเซ็กซี่อย่าง สการ์เล็ตต์ พุดอานักข่าว เมื่อถูกถามว่าเธอจะเลือกใครระหว่าง โอบามา และ แมคเคน ซึ่งตอนแรกเล่นเอาบรรดาสื่อเป็นไก่ตาแตก จากนั้นเธอจึงเฉลยต่อว่า “ก็แค่โจ๊กนะ ฉันหมายถึงฉันเลือกโอบามาละ คนรุ่นใหม่อย่างฉันไม่แคร์เรื่องสีผิวหรอก เราวัดความเป็นผู้นำกันที่ความสามารถ และจิตใจมากกว่า ซึ่งความเก่ง และหัวใจนักสู้ของเขา ทำให้ฉันยอมเทคะแนนให้จนหมดใจเลยละ”

4. โรเบิร์ต เดอ นีโร



นักแสดงรุ่นใหญ่ลายครามพูดถึงโอบามาไว้อย่างเจ็บแสบคมว่า “ไม่น่าเชื่อว่าคนแก่อย่างผมที่ดูเหมือนจะไม่ต้องทำอะไรอีกแล้วในชีวิตนี้ แต่ผมกลับมีแรงบันดาลใจ มีความหวัง มีความฝัน มีความเชื่อใหม่ๆ ขึ้นมาอีกครั้งเพราะผู้ชายคนหนึ่ง เขาทำให้ผมเชื่อว่า เราสามารถสร้างความเปลี่ยนแปลงได้ เขาทำให้ผมศรัทธาในความเป็นอเมริกาอีกครั้งหลังจากที่ความรู้สึกนั้นมันตายด้านมานาน เขาคนนั้นไม่ได้ทำอะไรมาเลย เพียงแต่เขาเชื่อในพลังของความเป็นอเมริกันชน ไม่เช่นนั้นเขาคงไม่กล้าเอ่ยว่า Change หรือ Yes We Can หรือก”

5. บาร์บรา สตรีย์แซนด์

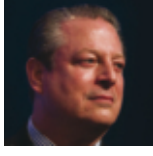


จากแต่เดิมที่เป็นผู้สนับสนุนนาง ฮิลลารี คลินตัน นักร้องเสียงทรงเสน่ห์ คนนี้มีเหตุผลอย่างไรในการหันมาหนุนหลังโอบามา หลังจากนางคลินตันถอนตัวจากการเป็นตัวแทนชิงตำแหน่งประธานาธิบดี “ใช่ ก่อนหน้านั้นฉันเชียร์ฮิลลารี คลินตัน แต่พอเธอถอนตัวออกไป ฉันก็ไม่ได้มองว่า โอบามากดดันทำให้เธอต้องจากไป ฮิลลารีสมัครใจที่จะถอนตัวไปเอง ฉันเข้าใจดี ฮิลลารีทำให้ฉันเห็นบางสิ่งในตัวโอบามาที่ฮิลลารีเองไม่มี ฉันว่าฮิลลารีเองก็รู้ดีถึงได้เต็มใจยอมถอยออกมา ฉันจะบอกอะไรให้ อย่างหนึ่งนะ ฉันเป็นคนที่ไม่แคร์ในเรื่องสุขภาพ โลกร้อน สงครามอิรัก พลังงานทางเลือก และการศึกษา ซึ่งสิ่งเหล่านั้นเป็นสิ่งเดียวกับที่โอบามาแคร์ แล้วทำไมฉันถึงจะไม่เลือกเขาละ”

It's a promise that says each of us has the freedom to make of our own lives what we will, but that we also have the obligation to treat each other with dignity and respect.

- Barack Obama

6. อัล กอร์



อัล กอร์ ซึ่งพ่ายแพ้การเลือกตั้งให้แก่ประธานาธิบดี จอร์จ ดับเบิลยู บุช ในปี พ.ศ. 2543 และได้ผันตัวเองมาเอาดีด้านอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม จนสามารถคว้ารางวัลโนเบล สาขาสันติภาพ มาครองจากผลงานภาพยนตร์สารคดีเกี่ยวกับหายนะทางธรรมชาติจากการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิของโลกเรื่อง ‘An Inconvenient Truth’ ได้กล่าวถึงการเลือกตั้งประธานาธิบดีสหรัฐฯ ในครั้งนี้ต่อประชาชนอเมริกันว่า “เมื่อมองย้อนกลับไป 8 ปีที่ผ่านมาของการเข้ามารับตำแหน่งประธานาธิบดีของนายจอร์จ ดับเบิลยู บุช ความผิดพลาดใหญ่หลวงข้อหนึ่งที่ผมประจักษ์คือ การเลือกตั้งสำคัญมากกว่าที่คุณคิด ถ้าหากคุณเป็นคนที่กำลังตกงานจากพิษเศรษฐกิจ หรือธุรกิจล้มละลาย ถ้าหากคุณต้องการความปลอดภัยในชีวิตมากกว่าที่เป็นอยู่ ถ้าหากคุณไม่อยากให้โลกร้อนไปกว่านี้นั้นแหละที่ผมจะบอกคุณ เปลี่ยนเถอะแล้วชีวิตของเราชาวอเมริกันทุกคนจะดีขึ้น เพราะหากโอบามาได้เป็นประธานาธิบดีจริงอเมริกาจะไม่ได้มีเพียงประธานาธิบดีผิวสีคนแรก แต่หมายรวมถึงการเมืองแบบใหม่ และภาพ

ลักษณ์ที่มีต่อชาวโลกของอเมริกาที่ดีกว่าเดิม”

6 คนดังที่เราเลือกมานั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่งจากบรรดาคนดังทั้งหลายที่ตอบคำถามมาซูแซน เชียร์โอบามา อาทิ บรูซ สปริงทีน ที่ขึ้นเวทีคอนเสิร์ตช่วยเชียร์โอบามา ในโค้งสุดท้าย รวมทั้ง เจนนิเฟอร์ อนิสตัน, เอ็ดเวิร์ด นอร์ตัน, วิล สมิธ, วอร์เรน บัฟเฟตต์, ชารอน สโตน, ซินดี้ ครอว์ฟอร์ด, ลีโอนาร์โด ดิคาปริโอ, ทอม แฮงค์ส, จอร์จ คลูนีย์ ฯลฯ

ตั้งที่รัฐไอโอวา มาให้อ่านกัน เพื่อเป็นการเน้นย้ำ และแสดงถึงจุดยืนอันมั่นคงที่เขาต้องการจะ ‘เปลี่ยน’ ความเป็นอยู่ในทุกๆ ด้านของประชาชนอเมริกันให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

“

ผมไม่ได้พูดถึงการเปลี่ยนแปลงเฉพาะในแคมเปญหาเสียง แต่ผมต่อสู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงมาตลอดชีวิต ผมลาออกจากงานในวอลล์ สตรีท เพื่อสอนวิชาชีวให้แก่ผู้ที่ไม่มีงานทำ และสอนหนังสือหลังโรงเรียนเลิกให้แก่เด็กๆ บนถนนในกรุงชิคาโก ผมปฏิเสธงานจากสำนักงานกฎหมายที่ร่ำรวย เพื่อแสวงหาความยุติธรรมให้แก่ผู้ไร้อำนาจในฐานะทนายความด้านสิทธิมนุษยชน ผมต่อสู้กับนักล็อบบี้ในอิลลินอยส์

และทำให้นักการเมืองพรรคเดโมแครตกับรีพับลิกันจับมือกันเพื่อยายระบบประกันสุขภาพไปสู่คน 150,000 คน ถ้าคุณอยากรู้ว่าผมจะเลือกทำอะไรบ้างในฐานะประธานาธิบดี คุณก็ควรจะดูว่าผมเลือกทำอะไรมาบ้างในอดีต เมื่อเรามีโอกาสทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ได้เป็นเรื่องง่ายหรือเรื่องสะดวกสบาย นั่นคือการเปลี่ยนแปลงแบบที่เป็นมากกว่าวาทศิลป์สวยหรู มันคือการเปลี่ยนแปลงที่คุณเชื่อได้ ผมรู้ว่าเมื่อคนอเมริกันเชื่อมั่นในอะไรสักอย่าง สิ่งนั้นจะเกิดขึ้น

ถ้าคุณเชื่อมั่น เราจะสามารถเลิกให้คำมั่นสัญญากับคนงานของอเมริกา และเริ่มทำตามคำพูดไม่ว่าจะเป็นงานที่กินได้ ประกัน

สุขภาพที่จ่ายได้ บำนาญที่พึงพาได้ และการลดหย่อนภาษีสำหรับชาวอเมริกันที่ทำงานทุกคน

ถ้าคุณเชื่อมั่น เราจะสามารถมอบการศึกษาระดับโลกให้แก่เด็กทุกคน และจ่ายค่าตอบแทนของครูมากขึ้น และทำให้ความฝันที่อยากจะเป็นนักวิทยาศาสตร์เป็นความจริงสำหรับชาวอเมริกันทุกคน

ถ้าคุณเชื่อมั่น เราจะสามารถช่วยชีวิตโลกใบนี้ และกำจัดการพึ่งพิงน้ำมันจากต่างประเทศ

ถ้าคุณเชื่อมั่น เราจะสามารถจบสงครามนี้ ปิดกวนตานาโม กอบกู้สถานภาพของประเทศฟื้นฟูมาตรการทางกฏ และกลับมาเคารพนับถือในรัฐธรรมนูญแห่งสหรัฐอเมริกาอีกครั้งหนึ่ง

นั่นคืออนาคตที่เราเฝ้าถึง ความหวังคือสิ่งที่สถิตอยู่ในตัวเรา ในแต่ละช่วงอายุคนมีช่วงเวลาขณะหนึ่งที่สปริตนี้จะทะลวงออกมา - และนี่คือช่วงเวลานั้น นี่เป็นเวลาของเรา ถ้าคุณยืนหยัดเคียงข้างผม คุณก็จะยืนหยัดเพื่อการเปลี่ยนแปลง เราจะเปลี่ยนเส้นทางของประวัติศาสตร์ และเริ่มการเดินทางที่แท้จริง ซึ่งเป็นการเดินทางเพื่อเยียวยาอเมริกา และซ่อมแซมโลก ขอขอบคุณครับ

* ตัดตอนจาก ‘Our Moment Is Now’ แปลโดย สฤณี อาชวานันทกุล ผู้อ่านสามารถติดตามอ่านเนื้อหาฉบับเต็มได้จาก หนังสือ October Next 7 สำนักพิมพ์ openbooks โทรศัพท 0-2669-5146

A MUST



CLOTHES

SASCH Fall Winter2008

ดีไซน์คอลเล็กชั่นใหม่ Fall Winter 2008 ของ ซาซซ์ (SASCH) เสื้อผ้าแบรนด์ดังจากอิตาลี ผสมผสานระหว่างยุค 60 กับ 70 เน้นลายพิมพ์ ลายปัก และสีสว่าง แต่ยังคงผสมผสานสีหลักอย่าง เทา-ดำ ที่เป็นเอกลักษณ์ของซาซซ์เข้าไป ไม่ให้เสื้อผ้าออกมาดูจืดจางเกินไป เลยพอมหาพอเจาะที่หนุ่มสาวชาวออฟฟิศจะใส่ไปทำงาน ไกล่หน้าหนาวแล้ว พวกหนุ่มๆ ควรเลือก แจ็กเก็ตสีเข้มไว้ใส่สักคนละตัวสองตัวเพื่อโชว์อ๊ปปี้ ส่วนบรรดาสาวๆ อายุระหว่างเลข 2 - 3 ต้นๆ เราว่า SASCH SHS น่าสน กลุ่มนี้



เสื้อผ้าจะดูวัยรุ่นลงมาหน่อย มีมินิสเกิร์ต เสื้อแขนกุด กางเกงขาสั้น และแจ็กเก็ตฮู้ด (ซึ่งกำลังอินสุดๆ!) หลายแบบให้เลือกในราคาที่พอรับไหว ไปดูของจริงและลองไซส์ ได้ที่ เซ็นทรัลเวิลด์ เซ็นทรัลชิดลม และเซ็นทรัลลาดพร้าว



MAGAZINE

HAMBURGER

HAMBURGER นิตยสารไลฟ์สไตล์บันเทิงที่กำลังมาแรงเหลือหลาย ฉบับใหม่แจ่มมาก! โดยเฉพาะสัปดาห์พิเศษ “We are Family” ที่พาครอบครัวคนบันเทิงที่มีอิทธิพลต่อวงการ 12 ครอบครัวมาถ่ายพอร์ตเทรตได้ออกมาดูแกรนด์ เอ็กซ์คลูซีฟ และมีชีวิตชีวา อาทิ *สังวริบุตร, โกมารขุน, ยุคล, เพ็ญอารมย์, เจริญปุระ, เตชะรัตนประเสริฐ (ม.ร.ว.เฉลิมชาตรี ยุคล* โอรสท่านมัย ถึงกับเอ่ยปากว่า “นี่เป็นการถ่ายรูปรวมกันครบทุกคนครั้งที่สามในรอบยี่สิบปี”) สัมภาษณ์ใหญ่ แอม-เสาวลักษณ์ ในคอลัมน์ The Play ก็อ่านแล้วรู้สึกว่ “ได้อะไร” อีกคอลัมน์ที่เราชอบก็ Feature เรื่อง ‘มหัศจรรย์เลข 7 แห่งวงการบันเทิง’ ที่แอมฯ ทำขึ้นในโอกาสที่นิตยสารมีอายุครบ 7 ปี ดูคมคาย ช่างคิด และมีอารมณ์ขัน ส่วนเช็กชั้นแฟชันและเทรนด์ต่างๆ ก็แลดูฉลาดพิถีพิถันทุกวัน จะมีที่ติหน่อยเดียวก็ตรงหน้าปกที่ดูธรรมดาแถมทึบทึม ไม่ special สักเท่าไร (เอาครอบครัวท่านมัยขึ้นปกยังจะดีกว่า) อย่างไรก็ตามหนังสือบันเทิงทั้งหลายในบ้านเราควรซื้อแอมเบอร์เกอร์ฉบับนี้มาเปิดดู จะได้ว่า การทำหนังสือบันเทิงให้มีสาระ และดูดีนั้นมันไม่ได้ใช้อะไรเลย นอกจากความขยันและความตั้งใจ อ้อ! อีกอย่างคือ ‘จิตสำนึกที่ดี’

MOVIE

James Bond 007



หนึ่งในหนังระดับตำนานที่จัดอยู่ในประเภท ‘ยังไงก็ต้องดู’ เจมส์ บอนด์ 007 ตอนใหม่ ‘Quantum of Solace’

เดินทางมาถึงประเทศไทยแล้ว แต่เนี่ยล เคร็ก รับบท สายลับดับเบิลโอเขเว่น เซนเคย์ หลังจากที่ทำได้ดี (มาก) เกินคำปรามาสใน Casino Royale ภาคนี้ได้ มาร์ค ฟอสเตอร์ ที่เก่งกาจเรื่องภาพมารับหน้าที่กำกับ เราเลยได้เห็นช็อตสวยๆ หลายช็อตอย่างที่ไม่เคยเห็นมาก่อนในหนังบอนด์ (โลกนี้มี สหราชอาณาจักร, ปานามา, ซิลี, เม็กซิโก, อิตาลี และออสเตรเลีย) สนุกสุดมัน ตื่นเต้น ลุ้นระทึก เช็กซี ฯลฯ อะไรเหล่านี้ที่คุณคุ้นเคยมีอยู่อย่างครบถ้วนกระบวนการความในบอนด์ภาคนี้ ส่วน แต่เนี่ยล เคร็ก ก็ให้การแสดงในระดับที่เข้มข้น เข้าได้ จนทำให้เราสามารถ delete ความจำได้เลย ว่า เจมส์ บอนด์คนก่อนๆ หน้านี้ใครเป็นคนรับบท

MUSIC

Simone: Simone on Simone



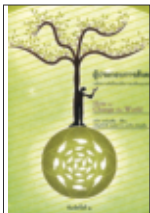
“ในวัยเด็ก ลูกสาวของนักร้องระดับตำนาน นินา ซิโมน อาจห่างเหินจากแม่อยู่บ้าง เมื่อโตเป็นสาว เธอจึงพยายามไม่เดินตามรอยเท้าเป็นศิลปินออกเทปตามแม่ แต่ก็ใช้พรสวรรค์ทางเสียงไปกับการรับบทนำในละครบรอดเวย์หลายเรื่อง ในที่สุดหลังจากเล่นคอนเสิร์ตทริบิวต์ให้กับมารดาผู้ล่วงลับ เธอก็ปฏิเสธตัวเองไม่ได้อีกต่อไป อัลบั้มนี้ซีเนียร์เวอร์เพลงของแม่มาทำใหม่ได้อย่างเยี่ยมยอด โดยเฉพาะ *Music for Lovers* ที่เธอเคยร้องกับแม่บนเวที และ *Child in Me* เพลงใหม่ที่เธอแต่งให้แม่ซึ่งฟังแล้วน้ำตาซึม...นี่อาจเป็นเพลงจากใจลูกสาวถึงแม่ที่ดีที่สุดที่เคยมีมา”



เลือกให้โดย: วิภา บูรพาเดชะ บรรณาธิการบริหาร นิตยสาร happening

BOOK

ผู้ประกอบการสังคม: เดวิด บอร์นสตัน



“ผมซื้อหนังสือของสำนักพิมพ์สวนเงินมีมาเล่มนี้มาดองไว้ตั้งแต่ต้นปี แต่เพิ่งได้อ่านเมื่อไม่กี่วันที่ผ่านมา อ่านจบแล้วหัวใจพอง หนังสือพูดถึงชีวิตและงานของเหล่าผู้ประกอบการสังคม (Social Entrepreneur) ที่กระจ่ายกันทำงานเพื่อสังคมอยู่ทั่วโลก โดยยก case study ของคนที่ทำงานหลากหลายให้เราเห็น ทั้งด้านสังคม สิ่งแวดล้อม เด็ก ผู้ป่วยโรคเอดส์ ผู้พิการ ฯลฯ อ่านแล้วเห็นถึงพลังและหัวใจที่มุ่งมั่นน่ายกย่องของคนเหล่านี้ ขณะเดียวกันก็อดนึกเปรียบเทียบกับสิ่งที่เราทำอยู่ไม่ได้ (ว่ามันช่างเล็กน้อยด้วยค่าเหลือเกิน) ผมอยากให้ทุกคน - โดยเฉพาะคนหนุ่มสาวหรือนักศึกษาที่เพิ่งได้ออกจากรั้วมหาวิทยาลัยได้อ่านหนังสือเล่มนี้ มันอาจเพาะปลูกแรงบันดาลใจอะไรบางอย่างขึ้นในใจคุณ ส่วนพวกนักการเมืองและนักเลือกตั้งทั้งหลายนี้ยิ่งสมควรอ่าน ผมไม่หวังขนาดว่าอ่านจบพวกเขาจะสำนึก เลิกโกงชาติบ้านเมืองแล้วลุกขึ้นมาทำความดีเพื่อสังคมอย่างฉะฉานทันทีหรอกครับ หวังแค่อ่านน้อยที่สุด พวกเขาอาจรู้สึกถึงความละอายใจขึ้นมาบ้าง เท่านั้นก็หรูแล้ว”



เลือกให้โดย : วงศ์ทน ชัยณรงค์สิงห์ บรรณาธิการอำนวยการ นิตยสาร a day BULLETIN

COSMETIC

Erb

สัปดาห์นี้ a day BULLETIN เลือก ‘เอิบ’ (Erb) ให้เป็น Beauty Product of the Week เพราะล่าสุดเอิบเพิ่งได้รับการคัดเลือกจาก Natural Health นิตยสารสุขภาพและความงามชื่อดังของอังกฤษ ให้ติดอันดับ 1 ใน 5 ธรรมชาติที่ดีที่สุดในโลก (ขอปรบมือให้คุณ *รี-พัชทรี ภักดีบุตร* ดังๆ!) เราชอบเอิบเป็นพิเศษตรงที่รักษาเอกลักษณ์ไทยได้ดี ไม่ว่าพิธีเซ่นเซ่นหรือการนำวัตถุดิบไร้สารเคมี และภูมิปัญญาไทยโบราณขนานแท้มาปรุงแต่งเป็นผลิตภัณฑ์สปาที่ดูดีน่าใช้ โดยเฉพาะสินค้าออกใหม่ Erb Seven Pollen Face Spa Ritual ซึ่งทำขึ้นจากเกสรดอกไม้ไทยโบราณ 7 ชนิด (พิทูล, บุนนาค, สารภี, บัวหลวง, มะลิ, กระดังงา, จำปา) นั่นเราชอบที่สุดเลย ดมแล้วหอมเหมือนกลิ่นสวรรค์!

RESTAURANT

The Chocolate Tales

ช้อนตัวอยู่ในสี่ลมชอย 7 แต่เอร็ดอร่อยจนอยากชวนให้คุณไปชิม ร้านสวณารักษ์ร้านนี้มีดีทั้งของควาของหวาน เมื่อนำอาหารเป็นโฮมเมดประเภทคุกกี้จัดให้และนานาชาตินามาก ตั้งแต่อาหารไทย ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น ไปจนถึงเกาหลีจนเดียนั้นเลย ลองสั่ง ข้าวไก่อบกระเทียมพริกไทยไข่ฝอย, แกงเขียวหวานเนื้อเซอร์ลอยน์ แต่ที่เราโปรดเป็นพิเศษได้แก่ สปาเก็ตตี้ลือบสเตอร์ชอส (200 บาท) ที่มีกุ้งใหญ่ยักษ์แกล้มเส้นสปาเก็ตตี้เหนียวนุ่มให้ 2 ตัว แถมหอยสดอ้วนอีกหนึ่ง อีกจานก็ข้าวหน้าเนื้อย่างเกาหลี (200 บาท) ที่เนื้อไทยเฟรนช์ของเขাপรุงรสและย่างได้หอมนุ่ม ทานกับน้ำจิ้มงาสูตรลับและกิมจิสไตล์เกาหลีอร่อยจนไม่อยากให้หมดจาน ไปที่ขนมหวาน คุณต้องไม่พลาด คลาสสิกช็อกโกแลตเค้ก (90 บาท) ไม่ก็เลมอนทาร์ต (70 บาท) เครื่องดื่ม ลองสั่ง John Natt's Wine Chocolate ไวน์ช็อกโกแลตสูตรเก่าแก่ตั้งแต่ปี 1726 หรือสูงสดคินสุสามัญ สั่ง The Finest Hot Chocolate (110 บาท) ช็อกโกแลตร้อนอร่อยที่สุดในโลก ร้านเปิด จันทร์ - ศุกร์ 9 โมงเช้าถึง 6 โมงเย็น วันเสาร์เปิด 09.00 - 16.00 น. เบอร์โทร. 0-2234-0210



RESORT

พรากูฟ้า

“ไปเชียงใหม่มาก็หลายครั้ง แต่ต้องขอยกนิ้วก่อนว่า พลอยเองยังไม่เคยไปพักที่พรากูฟ้าเลย แต่เคยเข้าไปทานอาหารที่นั่นค่ะ ซึ่งก็เห็นว่าเป็นบรรยากาศน่ารัก น่าพักดีมาก ๆ สดชื่น แจ่มใส อากาศดี เพราะพรากูฟ้าเป็นรีสอร์ทที่อยู่ท่ามกลางขุนเขา มีภูเขาโอบล้อม ไม่ว่าจะเดินทางไปทางไหนก็สามารถมองเห็นยอดเขาที่อยู่ไกลลิบๆ ได้ทุกมุมของรีสอร์ท สบายตาสบายใจที่สุด ส่วนการตกแต่งรีสอร์ทก็จะออกแนวอีซี่ มีเตียงเบด และรมส์ฟ้า-ขาว เรียงราย ให้กลิ่นอายทะเลนิตนึ่งด้วย ถ้าใครได้ไปเที่ยวแถวโป่งแยง แอ่งคอย อำเภอมะริม ก็อย่าพลาดที่จะไปพักผ่อนคะ หรือเข้าไปดูรายละเอียดก่อนเดินทางไปได้ที่ www.proudphufah.com”



เลือกให้โดย: พลอย จริยะเวช Concept Designer แห่ง Urbanista Concept Studio



GADGET

Sanyo ALBO

กรอบรูปดิจิทัลที่เห็นกันอยู่ทั่วไป ดีไซน์ดูจะคล้ายคลึงกันไปหมด แต่สำหรับ Sanyo ALBO ที่เพิ่งเปิดตัวมาล่าสุดนี้ ได้เปลี่ยนสไตล์การดีไซน์ให้เป็นแบบเรโทร สามารถพลิกเปลี่ยนได้ทั้งแนวตั้งและแนวนอน แถมพิเศษกว่านั้น เพราะเจ้า Sanyo ALBO นี้ มีหน้าจอล CD ขนาด 7 นิ้ว ความละเอียด 800 x 480 พิกเซล มีระบบปฏิบัติการ WinCE 5.0 หน่วยความจำ 256 MB สามารถเชื่อมต่อ Wi-Fi ได้ มีพอร์ตอินฟราเรดเพื่อรับข้อมูลภาพโดยตรงจากโทรศัพท์มือถือ แถมยังรับอีเมลได้ด้วย และรองรับเว็บอัลบั้มรูปอย่าง Picasa, Photo Warehouse รวมทั้งรองรับการโหลดความจำหลากหลาย อาทิ SD, Memory Stick Duo, Memory Stick Duo Pro card และสามารถรองรับไฟล์เสียง MP3, WMA, WAV ได้อีกด้วย ใครอยากลองของเล่นชิ้นใหม่นี้ สนทนราคาอยู่ที่ประมาณ 40,000 เยน ถ้าคิดเป็นเงินไทยก็ราวๆ หมื่นสามกว่าๆ



SHOP

iStudio

คอมพิวเตอร์ รีเทลเลอร์ที่เรารู้จักที่สุดในเวลานี้ แหล่งรวมของบรรดาสาวก Apple ซึ่งมีผลิตภัณฑ์แอปเปิลทุกชนิดให้ซื้อ ตั้งแต่ Macbook, iMac, iPod, ซอฟต์แวร์ต่างๆ รวมทั้ง accessory อย่าง หูฟัง ลำโพง ไมโครโฟน อแดปเตอร์ ไปจนถึงกระเป๋าโน้ตบุ๊กและแผ่นซีดีเกมนั่นเลย ที่ชอบอีกอย่างคือแต่ละร้านของ iStudio จะตกแต่งได้ความรู้สึกสบาย โคซี่ เดินดูได้เพลินๆ ทำนองไม่ซื้อไม่หาไม่ว่าอะไร พนักงานก็น่ารัก ไม่จู้ เพื่อนดีและรู้เรื่อง (แสดงว่าเทรนนิ่งมาดี) อันหลังนี้สำคัญเพราะคนซื้อคอมพิวเตอร์ มักจะมีคำถามที่อยากรู้เป็นเชิง ถ้าพนักงานตอบไม่ได้เขาก็เซ็ง ปัจจุบัน iStudio มีสาขาเยอะแยะทั้งกรุงเทพฯ เชียงใหม่ ชลบุรี คุณลองเข้าไปเช็kdูสาขาใกล้บ้านที่ www.istudio.in.th



DECORATION

Molteni & C



Molteni เป็นหนึ่งในแบรนด์เฟอร์นิเจอร์ระดับโลกของอิตาลี เคยเข้ามาเมืองไทยพักหนึ่งแล้วหายไป คราวนี้กลับมาใหม่ที่โชว์รูมชอยทองหล่อ (ติดกับ Orizzonte) เอกลักษณ์ของเฟอร์นิเจอร์แบรนด์นี้ คือ เรียบ หู เท่ และสุดแสนจะประณีต ขณะเดียวกันก็ไม่ทิ้งเรื่องฟังก์ชันใช้สอย อีกอย่าง ใครโปรดปรานโทนสีขาว, เทา, ดำ, น้ำตาล ต้องถูกใจแน่ เพราะเท่าที่เห็นเฟอร์นิเจอร์ของมอลเตนิแทบไม่สนสีอื่นเลย เราลองเข้าไปดูในกูเกิ้ลแล้ว สินค้าหลายคอลเล็กชั่นของมอลเตนิ ในอิตาลีประเทศแม่ มีให้คุณซื้อที่โชว์รูมทองหล่อด้วย ส่วนเรื่องราคา ก็ต้องบอกกันตรงๆ ว่าค่อนข้างไฮเอนค้อยู่สักหน่อย เขาเป็นว่าถ้าคุณอยู่คอนโดฯ ระดับ 4 ล้านขึ้นไปน่าจะพอรับไหว

TOY

Brain Cooking



“จากประสบการณ์การสอนศิลปะเด็กมา 3 ปี ทำให้เรามีความคิดที่จะสร้างกิจกรรมสนุกๆ สำหรับน้องๆ และคุณพ่อคุณแม่ ให้ได้ใช้ศิลปะในการพัฒนาสมองของเด็ก จึงได้คิดชิ้นงานศิลปะพร้อมเลิฟสำหรับครอบครัวยุคใหม่ เพื่อร่วมสร้างความคิดสร้างสรรค์ให้กับน้องๆ กับแพ็คเกจชุดสร้างสรรค์งานศิลปะ Brain Cooking ภายในหนึ่งเซตประกอบไปด้วยชิ้นงานศิลปะดินน้ำมัน การ์ดเกม แบบฝึกคิด คู่มือการเรียนรู้เรื่องวงจรสีสแบบสองภาษา ไทย-อังกฤษ และคู่มือสำหรับคุณพ่อคุณแม่เพื่อสอนศิลปะให้แก่น้องๆ เวลาอยู่บ้านได้ วิธีการเล่นง่ายนิดเดียวครับ เพียงแค่ให้น้องๆ หยิบเอาชิ้นงานศิลปะดินน้ำมันมาแปะลงในการ์ดเกม (ซึ่งเป็นแผ่นดินน้ำมันเปล่าๆ) ให้เป็นเรื่องราวตามแต่จินตนาการ ที่สำคัญสามารถแปะแล้วดึงออกมาเล่นใหม่ได้ด้วยครับ สนใจของเล่นสร้างสรรค์จินตนาการชุดนี้ ติดต่อได้ที่ 08-3079-2921 หรือ www.artmonsterschool.com”



เลือกให้โดย: พิพัฒน์ วิทยปัญญาชนท์
พิธีกร, ดีเจ, สถาปนิก, ครูสอนศิลปะโรงเรียน Art Monster

GIVE

ชมรมเยาวชนอนุรักษ์พิทักษ์เขาใหญ่

โลกก็ร้อน พื้นที่ป่าก็น้อยลงทุกวัน แต่ทำมัย ทำไมยังมีคนใจดำลักลอบตัดไม้ทำลายป่า และบุกรุกพื้นที่ป่าสงวนอยู่ได้ จากปัญหาดังกล่าวทำให้กลุ่มคนที่อยู่รอบเขตอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่กลุ่มหนึ่ง ซึ่งมี ชูเกียรติ ราชสิทธิ์, ลีโอ พุฒ และผู้นำชุมชน จัดตั้งชมรมเยาวชนอนุรักษ์พิทักษ์เขาใหญ่ขึ้น เพื่อช่วยอนุรักษ์พื้นที่ป่าไม่ให้คงอยู่ในประเทศไทย ขณะนี้กำลังรับสมัครสมาชิกไม่จำกัดเพศและวัย เพื่อร่วมกิจกรรมปลูกป่าและกิจกรรมอื่นๆ ที่ greenyouthorg@gmail.com หรือร่วมสนับสนุนกิจกรรมชมรมฯ ได้ด้วยการบริจาคเงินที่ธนาคารกรุงไทย สาขาปากช่อง เลขที่บัญชี 3030269795 ชื่อบัญชี ชมรมเยาวชนอนุรักษ์พิทักษ์เขาใหญ่ ขอรายละเอียดเพิ่มเติม โทร.044-929-950



ขณะที่คนส่วนใหญ่
พยายามสร้างภาพลักษณ์ให้ตัวเองดูเคร่งขรึม
หรือสุภาพอยู่ในกรอบ แต่ภายใต้เครื่องนุ่งห่มที่สวมใส่ให้น่าเชื่อถือ
กลับมีความรู้สึกกบฏซ่อนอยู่ เครื่องแต่งกายประเภทหนัง ดอกหนุด
ด้วยสีจางโลหะ และรูปแบบเสื้อผ้าที่ดูราวกับเบร็อกจากจะทำให้ดูเข้าถึงยากไปเสีย
หน่อย แต่สามารถช่วยให้หายใจในจังหวะอื่นได้บ้าง แล้วคุณพบว่าภายใต้เสื้อผ้าที่
ดูรัดแน่น หนาหนัก แต่หัวใจกลับโลดแล่นได้เบิกบานกว่า

BE A LITTLE ROCK

แจ็กเก็ต
ฮู้ดเนกค
ลายสกอต สีดำ
จิมพ้อว จาก
MNG

แจ็กเก็ต
คอสูง สีดำ
จาก MNG

แจ็กเก็ตผ้า
สีดำ จิมพ้อว และ
ปลายแขน
จาก MNG

เนกไทสีดำ
ลายสเตอร์ไอ
จาก Castro

เนกไทสีดำ
ลายหวั่งทะเล
จาก Castro

กางเกงยีนส์
ทรง slim fit
สีดำซัด จาก
MNG

กระเป๋าเงิน
หนังลายทาง
และลายจุด จาก
Castro

รองเท้าบูท
หนังกลับ สีเทา
จาก MNG

กำไล
รูปทรงซิป
จาก
Disaya

กางเกง
ทรง slim fit
สีดำ จาก
MNG

กระเป๋า
หนังแก้ว สีดำ
ตกแต่งซิป จาก
Castro

เข็มขัดหนัง
สีดำ ตกแต่งหนุด
โลหะสีดำทั้งสองเส้น
จาก Castro

รองเท้าบูท
หนังสีน้ำตาล
เชือกคละสี จาก
Camper

รองเท้าบูท
สีดำ
ตกแต่งสายหนัง
จาก Castro

กระเป๋าถือ
หนังแก้ว สีดำ
จาก
MNG

รองเท้าส้นสูง
หนังกลับ สีน้ำตาล
ส้นไม้ จาก
Camper

รองเท้า
sneaker
หนังสีดำ จาก
Camper

WHERE

หาซื้อได้ตามห้างสรรพสินค้าชั้นนำ
ทั่วไป



FRI

7

SAT

8

SUN

9

MON

10

มหกรรมประชุมทางวิชาการ และการแสดงเทคโนโลยีของเยอรมัน ครั้งที่ 9

งานแสดงสินค้า บริการ และเทคโนโลยีจากประเทศเยอรมัน พบการสัมมนาเชิงวิชาการ และการแสดงเทคโนโลยีล้ำสมัยจากเยอรมัน วันนี้ถึง 11 พฤศจิกายน ที่บางกอกคอนเวนชัน เซ็นเตอร์ ศูนย์การค้า เซ็นทรัลเวิลด์

TUE

11

CU Job Fair

สื่อกลางระหว่างคนหางานและบริษัทต่างๆ ทั้งตลาดงานทางการเงิน การบริหาร การตลาด ทรัพยากรมนุษย์ ประชาสัมพันธ์ กราฟิกส์ดีไซน์ เลขานุการ ล่าม กฎหมาย วิศวกรรม วิทยาศาสตร์กายภาพ ชีวภาพ ฯลฯ วันนี้ถึง 14 พฤศจิกายน ที่ศาลาพระเกี้ยว จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

WED

12

งานสี่ล้อแห่งสายน้ำ

มหกรรมลอยกระทงของกรุงเทพมหานครต้อนรับวันลอยกระทง ด้วยงานส่งเสริมการท่องเที่ยวริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา ชมเรือประดับไฟ และขบวนเรือประเพณีลอยกระทง สอบถามรายละเอียดได้ที่ เบอร์โทรศัพท์ 1672 หรือ 0-2250-5500 ต่อ 3470 และ 3478

THU

13

Commart Comtech Thailand 2008

พบปรากฏการณ์ใหม่ของเทคโนโลยี อาทิ Microsoft Surface Netbook Gallery และขบวนโน้ตบุ๊ก Intel Centrino 2 ใหม่ล่าสุด พร้อมโปรโมชั่น ทั้งแจกทั้งแถมจากผู้จำหน่ายสินค้าไอทีหลากหลายยี่ห้อ วันนี้ถึง 16 พฤศจิกายน ที่ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์



Pantip Hot Sale 2008

ซื้อสินค้าไอทีในราคาพิเศษ และชมกิจกรรมที่ไฮเทคเกี่ยวกับทางด้านเทคโนโลยีของสินค้าต่างๆ อาทิ การแสดง Robot Soccer ของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันนี้ถึง 9 พฤศจิกายน ที่ห้างสรรพสินค้าพันธุ์ทิพย์ ทั้งสาขาประตูน้ำ และสาขางามวงศ์วาน



The Threepenny Opera

บางกอกซิมโฟนีออเคสตรา ร่วมกับ นูนี่-โปรดักชั่น เสนอการแสดงโอเปร่าที่เปี่ยมไปด้วยอารมณ์ขันแบบหมั่นทิม ซึ่งมาพร้อมเพลงที่ประพันธ์โดย ครีท ไวล์ การแสดงเริ่มเวลา 20.00 น. ที่หอประชุมเล็ก ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย สำรองที่นั่งได้ที่ Thai Ticket Major ทุกสาขา

Thailand Health & Beauty show 2008

วันสุดท้ายของมหกรรมสำหรับคนรักสุขภาพและความงาม พบการออกบูธของตัวแทนจำหน่ายสินค้าบริโภคอุปโภคจากทั่วประเทศ ศูนย์การแสดงสินค้าและการประชุม อิมแพคเมืองทองธานี ดูรายละเอียดที่ www.dephtai.go.th



PRESENTS

Create Your Own Adventure at the Coolest Beer Garden
ประสบการณ์สุดเหวี่ยงรับลมหนาว
แบบเฟเดอร์บรอย 8 วิค 8 แนวดนตรีไม่ซ้ำ

สัมผัสลุดยอดลานเบียร์ ภายใต้คอนเซ็ปต์ Hip Music Station! สนุกกับหลากหลายศิลปินและดีเจสุดฮิต ที่มาแอมความมันส์ไม่ซ้ำกัน ในแต่ละวิค พร้อมไฮเว่สุดซึกซึกจาก FHM และ Maxim ทุกวันอังคาร และพฤหัสบดี เริ่มวิคแรก 1 พ.ย. นี้ ลานหน้า Central World โซน B

พ.ย.

วัน	ศิลปิน	วัน	ศิลปิน
ส. 1	เบน ฆลาทิก	อ. 18	Kat English
อ. 4	7th Scene	พ. 20	J Jetrin
พ. 6	Crescendo	ส. 22	Christina
ส. 8	รัตกล่า, ตู, แคมป์	อ. 25	วุ้น, ตูบ, ปุยพ้าย (AF)
อ. 11	Micro	พ. 27	พัชรา, บอย, เปรียว (AF)
พ. 13	Clash	ส. 29	นัท, ต้อล, ตี, เพ็ญแพน (AF)

ธ.ค.

วัน	ศิลปิน	วัน	ศิลปิน
อ. 2	B พริตตัน	พ. 18	Lipta
พ. 4	Koh Mr. Sax man/Jenifer Kim	ส. 20	Scrubb
ส. 6	Calories Blah Blah	อ. 23	Silly Fools
อ. 9	Zaza	พ. 25	Blackhead
พ. 11	Four - Mod	ส. 27	Boy Peacemaker
ส. 13	Lydia	อ. 30	ลินจรีน Brothers
อ. 16	Flure	พ. 31	Potato

ติดตามความสนุกเพิ่มเติมที่ www.federbrau.com



Adventure is all around.



Modern Home of Modern Guy

เรื่อง : สิริพนธ์ จิรพิทักษ์อุดม

ภาพ : กฤตกร สุทธิกิตติบุตร

เราขอเรียก ดร.สุจิตกร ลิ้มชิมชด ชายหนุ่มเจ้าของบ้านที่เราไปเยือนในฉบับนี้ว่า 'ผู้ชายมหัศจรรย์' (ฉลาด เก่ง และหล่อ อย่างน่ามหัศจรรย์ - ตามความเห็นส่วนตัวของเรา) เพราะด้วยวัยเพียงแค่ 27 ปีที่มาร่วมดีกรีดอกเตอร์ด้านวิศวกรรมศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยนอตติงแฮม ประเทศอังกฤษ ปัจจุบันเขาเป็นอาจารย์พิเศษประจำคณะวิศวกรรมศาสตร์ สาขาอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ควบคู่ไปกับตำแหน่งที่ปรึกษาให้แก่บริษัทด้านวิศวกรรมผลิตชิ้นส่วนยานยนต์ มากไปกว่านั้น เขายังสามารถบริหารเวลามาดูแลธุรกิจผลิตกระถางดินเผาส่งออกของครอบครัว และบทบาทล่าสุดกับการเป็นบรรณาธิการบริหารนิตยสาร *Crush* นิตยสารผู้ชายเทรนด์ โลกโฟลิดส์ ที่เจ้าตัวยอมรับว่า เป็นสายงานที่ฉีกแนว





ออกไปจากเดิมมาก ทว่าก็ทำหายและนำลงทำดูสักตั้ง

“ผมประเมินตัวเองก่อนที่จะรับเป็นบรรณาธิการบริหารให้นิตยสาร *Crush* ว่า คงไม่มีอะไรจะยากเท่ากับตอนทำ Thesis เพื่อจบปริญญาเอกอีกแล้ว ช่วงที่เรียนปริญญาเอกที่อังกฤษ ผมเปรียบตัวเองว่า ตัวผมเท่ากับศูนย์ ไม่มีพื้นฐานหรือประสบการณ์อะไรเลย แต่ผมก็ยังสามารถรวบรวมเอาความรู้ที่จำเรียนมาประมวล คิดค้น จนสามารถเสนอผลงานและทำ Thesis ได้จนสำเร็จ พอเรียนจบปริญญาเอกแล้วก็เท่ากับว่าผมมีต้นทุนความรู้และประสบการณ์อยู่ในมือ ผมจะเอาสิ่งที่มีไปต่อยอดทำอะไรก็ได้ ที่สำคัญคุณ โก้ (พูนธวัช คำจันทร์) ผู้บริหารนิตยสาร *Crush* ขณะนั้น คงเล็งเห็นบุคลิกภาพของผมบางอย่างที่สะท้อนความเป็น *Crush* ได้ดี เขาถึงชวนผมมาเป็น บ.ก.” ซึ่ง เล่าถึงที่มาที่ไป

ของการมารับตำแหน่งบรรณาธิการนิตยสาร *Crush* ของตัวเอง

ซึ่ง - คือชื่อเล่นของ บ.ก. หม่อมคนนี่ที่อาจ (ปู) ของเขาเป็นคนตั้งให้ เป็นคำในภาษาจีนแต่ใจแปลว่า ขุนนางผู้มีมันสมองอันชาญฉลาด ซึ่งจากการพูดคุยกัน เราเห็นว่า *ดร.ฐิติกร* นั้นหลักแหลมทางด้านวิชาการและวิชาชีพจริงสมชื่อ แต่นอกเหนือจากเรื่องดังกล่าวแล้ว ไลฟ์สไตล์ของเขาก็ก็น่าสนใจและน่าติดตามไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน เนื่องจากได้อธิบายผลมาจากมหานครที่ไม่เคยหลับในเรื่องแฟชั่นอย่าง ลอนดอน

“ช่วงที่เรียนปริญญาเอก ถ้าผมมีเวลาว่าง ผมจะเข้าลอนดอนเพื่ออัปเดตเทรนด์แฟชั่นตลอดครับ ผมเห็นว่า แฟชั่นเป็นสิ่งที่บ่งบอกตัวตนของคนเราได้ระดับหนึ่ง ดังนั้นถ้าถามผมว่า แฟชั่นสำคัญสำหรับผู้ชายสมัยนี้ไหม ผมตอบเลยว่าสำคัญ และจำเป็นต่อการเข้าถึงสังคมครับ

ปัจจุบันแฟชั่นไม่ใช่เรื่องเพิก หรือวัตถุเพื่ออวดความมั่งคั่งของคน หรือถ้าจะมีก็ส่วนน้อย แต่ส่วนตัวผมตีความคำว่าแฟชั่นเป็นเสมือนเทคโนโลยีอย่างหนึ่งที่เราต้องตามให้ทัน ถ้าคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตคนทุกคนไปแล้ว ผมว่า เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มก็ไม่ต่างกัน”

หลังจากเรื่องไลฟ์สไตล์มาเข้าสู่โหมดหน้าที่การงาน ซึ่ง พูดถึงบทบาทการเป็นอาจารย์ของเขาว่า เป็นอาชีพที่เขาชอบมากที่สุด เพราะเขาชอบถ่ายทอดความรู้ที่มีให้แก่คนอื่น ขณะเดียวกันก็เป็นการแลกเปลี่ยนความรู้ใหม่ๆ จากนักศึกษาที่มาสู่ตัวเขาด้วย ส่วนการเป็นบรรณาธิการบริหารนิตยสาร *Crush* นั้น ฐิติกรอธิบายถึงหลักการทำงานของเขาวว่า

“การทำนิตยสารมีเรื่องที่ผมยังต้องเรียนรู้ โดยเฉพาะเรื่องของศิลปะ และการดีไซน์ ผมมองงานนิตยสารว่าพิเศษกว่าอาชีพอื่นตรงที่ต้องอาศัยความเป็นมืออาชีพพร้อมกันในการทำงาน ผลงานแต่ละเล่มต้องเพอร์เฟกต์ที่สุด เพราะมีขึ้นเดียว เล่มต่อไปเนื้อหาที่จะเปลี่ยนไปอีก ต่างจากงานอื่นๆ ที่รายละเอียดซ้ำกันแล้วซ้ำกันอีกก็ได้ ทั้งนี้ ผมได้เอาหลักการทำงานในแง่ของผู้บริหารจากการดูแลกิจการของครอบครัว และวิธีคิดแบบวิศวกร มาใช้ในการคำนวณต้นทุนวางแผนการตลาดให้นิตยสารได้ ส่วนการเป็นอาจารย์ก็ช่วยผมในเรื่องของการพูด การสื่อสารกับทีมงาน และไลฟ์สไตล์ของผมที่สนใจในเรื่องเทคโนโลยี โซเบอร์ แฟชั่น อาหาร และการออกกำลังกาย ทั้งหมดนี้ก็สามารถนำมาประยุกต์ให้เข้ากับ content ของนิตยสารได้ครับ”

adB

HOME
STAY



ความลับของคุณที่สามารถบอกคนอื่นได้

- ผมชอบแต่งตัวชิฟฮอป และผมเป็นคนหลับยากมากครับ

คนดังที่คุณอยากเชิญมาปาร์ตี้ที่บ้านด้วย

- จัสติน ทิมเบอร์เลก

ฮีโร่ในการทำงานของคุณ

- วอเรน บัฟเฟตต์

favorite dish ของคุณ

- เป็ดปักกิ่ง, rib eyes steak

coffee or tea

- lemon tea or apple tea

เว็บไซต์ที่เข้าประจำ

- www.yahoo.com แล้วคลิกไปที่หมวด finance

ช้อปปิ้งเดินสบายที่

- ZARA ชอบแบรนด์นี้ตั้งแต่อยู่อังกฤษ เพราะขนาดเสื้อผ้าเข้ากับรูปร่างผมมากที่สุดครับ

เชิญชวน คืบบัตรรถไฟฟ้าที่หมดอายุ ช่วยเด็กด้อยโอกาส



นายรณชิต แยมสอาด รองผู้จัดการ (ปฏิบัติการ) การรถไฟฟ้าขนส่งมวลชนแห่งประเทศไทย (รฟม.) นายวิฑูรย์ หทัยรัตนนา ผู้อำนวยการฝ่ายปฏิบัติการ บริษัทรถไฟฟ้ากรุงเทพ จำกัด (มหาชน) และคณะ พร้อมด้วยผู้แทนผู้โดยสารรถไฟฟ้า ที่ร่วมกันคืบบัตรรถไฟฟ้าภายใต้โครงการ “คืบบัตรรถไฟฟ้า ร่วมรักษาสีเสื้อด้อยโอกาส” ร่วมกันนำสิ่งของเครื่องใช้ที่จำเป็นต่างๆ ไปมอบให้แก่ศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน ชุมชนจันทระเกษม โดยมี คุณนภาพรณ สวัสดิมงคล ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานเขตบางซื่อ ให้เกียรติร่วมงานด้วย ทั้งนี้ เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2551

โครงการนี้ BMCL ร่วมกับ รฟม. จัดขึ้น ตั้งแต่ต้นปี 2551 และจะสิ้นสุดโครงการในเดือนธันวาคม 2551 นี้ สำหรับผู้สนใจร่วมบริจาคได้ที่กล่องรับบริจาคตามสถานีรถไฟฟ้าทั้ง 18 สถานี โดยทุกบัตรมีค่าแทนเงินบริจาค 10 บาท ซึ่ง รฟม. และ BMCL จะรวบรวมมูลค่าเงินดังกล่าวไปจัดซื้ออุปกรณ์เครื่องใช้ที่จำเป็น อุปกรณ์การเรียน อุปกรณ์กีฬา และดำเนินการก่อสร้างซ่อมแซมสถานศึกษาในชุมชน เพื่อมอบให้ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตามชุมชนแนวสายทางรถไฟฟ้ามหานคร สายเฉลิมรัชมงคล



Ins. 0 2612 2444 Insสาร 0 2612 2436 MRTA website : www.mrta.co.th E-mail : pr@mrta.co.th

การรถไฟฟ้าขนส่งมวลชนแห่งประเทศไทย
พัฒนาการเดินทาง *assคสร้างสังคม*

HEALTH**BOOST YOUR METABOLISM**

การเพิ่ม Metabolism ทำให้ร่างกายมีการเผาผลาญแคลอรีมากขึ้น ส่งผลให้ร่างกายได้ใช้พลังงานจากอาหารที่คุณทานเข้าไป นอกจากนี้ ยังทำให้คุณอยากดื่มน้ำเพิ่มมากขึ้น ซึ่งช่วยเอื้อประโยชน์แก่การขับพิษ การขับถ่ายและการย่อยอาหารไปในคราวเดียวกัน และนี่เป็น 10 วิธีที่จะช่วยให้คุณ

เพิ่มอัตราการเผาผลาญพลังงาน

1. เสริมสร้างกล้ามเนื้อ การเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้มากขึ้นในร่างกาย ทำได้โดยยกดัมเบลล์อย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 ครั้ง การเดินแอโรบิก หรือวิ่งจ็อกกิ้ง และช่วงที่ระดับเมตาบอลิซึมของคุณพุ่งปรี๊ดสุดขีดนั้นไม่ใช่ตอนที่คุณวิ่งหอบแฮกๆ บนสายพานหรืออก แต่เป็นช่วงเวลาหลังจากนั้นอีกสัก 2 - 3 ชั่วโมงต่างหาก

2. ขยับตัว อยากเผาผลาญแคลอรีให้เร็วที่สุดก็ต้องออกกำลังกาย อย่างน้อยออกเดิน 30 นาที หรือ 1 ชั่วโมง วิ่งเหยาะๆ หรือเดินแอโรบิกอาทิตย์ละ 3 ครั้ง แต่ถ้าจะให้ได้ดี ควรสังเกตตัวเองด้วยว่าคุณออกกำลังกายนานเพียงพอที่จะทำให้หัวใจได้เต้นแรงเต็มที่ 120 ครั้งต่อนาที ต่อเนื่องกันสัก 30 - 45 นาที หรือเปล่า

3. กิน ควรกินเป็นมื้อเล็กๆ วันละ 3 - 4 มื้อ จะช่วยให้ร่างกายเผาผลาญได้ดีกว่าการอดอาหารหรือกินอาหารมื้อใหญ่

4. งดน้ำตาล เหตุผลง่ายๆ ก็คือน้ำตาลที่เหลือใช้แล้ว ร่างกายจะแปรสภาพเป็นไขมัน เพราะฉะนั้นลดน้ำตาล ก็จะช่วยลดไขมันไปในตัว

5. อย่าลืมหินอาหารเช้า เป็นความจริงที่ว่า

คนที่กินอาหารเช้าที่มีประโยชน์ จะมีหุ่นดีกว่าคนที่อดข้าวเช้า และอาหารเช้ายังทำให้ระดับเมตาบอลิซึมของคุณวันนั้นพุ่งเป็น 2 เท่าด้วย กินทุกวันที่ดีทุกวันนะ

6. กินอาหารเผ็ดร้อน เป็นคนไทยแสนจะโชคดีที่มีอาหารที่รสจัด มีทั้งพริกขี้หนูและพริกไทย ที่ช่วยต่อการเผาผลาญไขมัน

7. ดื่มน้ำเขียว เป็นเครื่องดื่มที่ช่วยเร่งเมตาบอลิซึมได้ดีและปลอดภัยกว่ากาแฟ

8. ดื่มน้ำเยอะๆ จะช่วยขับสารพิษหลังจากที่ร่างกายเผาผลาญพลังงานแล้ว น้ำเย็นๆ ยังช่วยกระตุ้นให้เมตาบอลิซึมกระเตื้องขึ้นอีกนิดด้วย เนื่องจากร่างกายต้องใช้พลังงานในการปรับอุณหภูมิ น้ำเย็นให้เท่ากักระดับอุณหภูมิปกติของร่างกายถึง 25 แคลอรี ต่อ น้ำ 1 แก้ว

9. อย่าเครียด ความเครียดทำให้เราอ้วนขึ้น เพราะฮอร์โมนคอร์ติซอลจะไปทำให้ฮัตราเมตาบอลิซึมช้าลง แต่ไปกระตุ้นต่อมอยากกินอาหารแทน

10. นอนหลับ กล้ามเนื้อเรียบในร่างกายจะทำงานเผาผลาญแคลอรีได้ดีที่สุดในชั่วโมงหลังๆ ที่หลับสนิทเต็มที่

**DON'T MISS THESE FOOD !**

เชื่อว่าหลายๆ ไม่น้อยคงกำลังหลีกเลี่ยงอาหารจำพวกเนย นม และชีสอยู่แน่ แต่รู้ไหมว่าอาหารที่ได้ชื่อว่าเลวร้ายนั้น ที่จริงมีสารอาหารบางอย่างที่สำคัญ และคุณจะได้ประโยชน์มากกว่าโทษ หากรู้จักกินแบบมีลิมิต

ชีส - แม้จะอุดมด้วยไขมันและแคลอรี แต่ในขณะเดียวกันยังเป็นแหล่งสำคัญของแคลเซียม รวมทั้งกรดไขมันเลือกโมเลกุลคู่ ซึ่งเป็นไขมันประเภทที่ช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคหัวใจ เบาหวาน กรดชนิดนี้ช่วยในการลดน้ำหนักด้วยการไปสกัดกั้นการกักเก็บไขมันในร่างกาย

ชีสโกแลต - มีส่วนผสมบางอย่างที่ต่อต้านการเกิดมะเร็ง และโรคหัวใจ เช่นเดียวกับในผักและผลไม้ เว้นแต่ว่ามีไขมันสูงกว่าเท่านั้น แต่ถ้าหากคุณมองหาชีสโกแลตในตอนที่คุณหิว ก็ถูกต้อง เพราะมันจะเพิ่มสารเซโรโทนินในสมอง ทำให้อารมณ์ดีขึ้น

เนื้อวัว - เป็นแหล่งดีเลิศของโปรตีนและสารอาหารที่ผู้หญิงมักได้รับจากอาหารอื่นไม่เพียงพอ เช่น เหล็ก สังกะสี และวิตามินบี 12 ช่วยในการเสริมสร้างเม็ดเลือด เหมาะสมที่จะกินในช่วงวันนั้นของเดือน

กาแฟ - กาแฟช่วยบรรเทาอาการภูมิแพ้ ทำให้คุณกระฉับกระเฉงและสมาธิดีขึ้น ทางที่ดีเลือกกำหนดตัวเองให้ดื่มกาแฟไม่เกิน 2 - 3 แก้วต่อวัน และอย่าใส่ครีมกับน้ำตาลให้มากนัก



เวจจี เป็นคำเรียกกลุ่มคนที่ทานอาหารมังสวิริแต่อย่าเข้าใจผิดคิดว่า การทานอาหารมังสวิรินั้นมีกฎตายตัวให้ต้องกินแต่ผัก ผัก ผัก เท่านั้น เพราะที่จริงแล้ว มังสวิริติ เขามีหลายแบบให้เลือกปฏิบัติ สาวโด้ที่ตั้งทำอยู่นานว่าจะลองเป็นหนอนผักกับเขาสักครั้ง ควรอ่านแล้วเลือกกินมังฯ ได้ในแบบตามใจชอบ เข้า! ลงมือ

• **Veganism** หรือ วีแกน คือกลุ่มที่เคร่งครัดในการกินมังสวิริติมาก นอกจากจะเชยในเนื้อสัตว์แล้ว ยังเมินหน้าหนีผลิตภัณฑ์จากสัตว์ทุกชนิด อาทิ ไข่ นม ไข่ นม ด้วย

• **Lacto - vegetarianism** คือกลุ่มที่ทาน

ผัก ผลไม้ และนมเท่านั้น

• **Ovo - vegetarianism** คือกลุ่มคนที่คล้ายกับ Lacto - vegetarianism เพียงแต่เขาเลือกทานไข่ และไม่ดื่มนม

• **Fruitarianism** คือคนที่ทานแต่ผลไม้ และถั่ว เท่านั้น

• **Semi - vegetarianism** คือกลุ่มที่ทานผัก และเนื้อสัตว์เฉพาะสัตว์ทะเล และสัตว์ปีก (ในปริมาณที่จำกัดนะ)

• **Flexitarianism** คือกลุ่มคนที่หย่อนเป็นพิเศษ ทานผักเป็นหลัก แต่ก็แอบมีแหกกฎด้วยการสามารถงำเนื้อสัตว์ได้ในกรณีอดใจไม่ไหว

200



เท่า

คือ ประสิทธิภาพในการต่อต้านสารอนุมูลอิสระ ตัวนำพาโรคร้าย ความเหนื่อยอ่อนและโรคเครียดมาสู่ร่างกาย ของชาเขียว ซึ่งมีมากกว่าวิตามินอีถึง 200 เท่า

HEART**RELAX ACTIVITIES (PART 1)**

หลายคนคงคิดว่า ความเครียดนั้นเป็นง่าย เพียงแค่เจองานเยอะนิด หรือรถติดนานหน่อยก็หน้ามืดเสียแล้ว แต่ครั้งจะทำให้ตัวเองหายเครียดก็ยากเสียเหลือเกิน เราเลยมีกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายง่ายๆ มาแนะนำให้ลองทำกัน

1. ฟังเพลงในมุมมอง นิ่งปล่อยใจให้ล่องลอย

อย่างเป็นธรรมชาติ แล้วฟังเพลงเบาๆ โดยเฉพาะเพลงบรรเลงหรือเสียงธรรมชาติ รับรองว่าจะช่วยสร้างสมาธิให้กลับคืนสู่สมองและจิตใจได้อย่างน่ามหัศจรรย์

2. ฉายเดี่ยวดูภาพยนตร์ การไปดูหนังเป็นวิธีหนึ่งที่เวิร์กที่สุดที่จะปลดปล่อยความรู้สึกให้ล่อง

ลอยอย่างเป็นอิสระไม่จมอยู่กับปัญหา ถ้าอยากร้องไห้ก็ไปดูหนังรักเศร้าเคล้าน้ำตาแล้วก็ร้องไห้ออกมาให้พอ หรือถ้าเครียดจัดก็จงไปดูหนังตลกแล้วหัวเราะให้หลุดโลกไปเลย

3. โทรหาเพื่อนรู้ใจ เพื่อเล่าเรื่องสนุกๆ ให้ลืมเรื่องเครียด หรือถ้าใครกำลังต้องการที่ปรึกษาปัญหาอยู่ เพื่อนนี่แหละที่จะเป็นผู้รับฟังที่ดีที่สุด

4. เขียนไดอารี่ การเขียนไดอารี่เปรียบเสมือนการเปิดประตูอารมณ์ ปล่อยให้ความอัดอั้นตันใจต่างๆ ได้ไหลลงสู่หน้ากระดาษอย่างเป็นอิสระและเป็นส่วนตัวที่สุด

5. พลังแห่งการสัมผัส ลองมองหาเพื่อน หรือคนรักให้ช่วยโอบกอดหรือสัมผัสเบาๆ เวลารู้สึกเหนื่อยล้า เพราะร่างกายคนเราเวลาถูกสัมผัสจะหลั่งฮอร์โมนที่ชื่อออกซิโตซิน ซึ่งมีผลในการลดระดับความเครียดและความเครียด

adB

RELATIONSHIP**AFTER BREAKING - UP**

7 สิ่งที่คุณควรทำได้หลังจากเลิกกับคนรัก

1. ห้ามเด็ดขาดคือการทำร้าย ไม่ว่าจะเป็นการทำร้ายคนรัก หรือทำร้ายตัวเอง
2. ถ้าอยากร้องไห้ จงร้องให้เต็มที่ ซึ่งเป็นการระบายความเสียใจที่ดีที่สุด
3. ปากกาและสมุด เป็นเพื่อนที่รองรับความในใจได้ดี จงเขียนระบายความรู้สึกของคุณลงไปนั้น
4. ย้ายย้อนกลับไปในสถานที่เดิมๆ ที่เคยเป็นอดีตของสองเรา เพราะไม่จำเป็นอีกต่อไป
5. จงอย่าหมกมุ่นกับตัวเองเพียงเพราะใครคนหนึ่งจากไป
6. ปฏิวัติตัวเองเป็นคนใหม่ อย่าปล่อยให้โหมเหวเหวร้างให้ไปทำสวญ/หลอ ดีกว่า
7. มองโลกในแง่ดีเข้าไว้ อย่างน้อยก็ต้องขอบคุณคนที่จากไปที่ช่วยให้คุณมีบทเรียนในชีวิตเพิ่มขึ้น



ภาพจำลองแสดงการต่อสู้ระหว่างไซลิทอลแมนกับแบคทีเรียในงานเปิดตัวภาพยนตร์โฆษณาชุดใหม่ของมหากาพย์ไซลิทอล

XYLITOL YOU CAN TRUST



ในธรรมชาติ โดยเราสามารถพบสารไซลิทอลได้ในผลไม้กลุ่มเบอร์รี่ต่างๆ ในต้นเบิร์ช และในกล้วยหรือแม้แต่ร่างกายของเราก็สามารถผลิตน้ำตาลชนิดนี้ได้ ซึ่งไซลิทอลจะมีความหวานเท่าเทียมกับน้ำตาลทุกประการ แต่ให้พลังงานน้อยกว่าน้ำตาลปกติถึง 40 เปอร์เซ็นต์ แต่สิ่งที่น่าสนใจที่สุดสำหรับไซลิทอลก็คือ มันมีคุณสมบัติป้องกันฟันผุได้อีกด้วย ซึ่งสารให้ความหวานแทนน้ำตาลชนิดอื่นๆ หรือแม้แต่ในน้ำตาลที่เรารับประทานกันทุกวันนี้ ไม่มีคุณสมบัติดังกล่าว ซึ่งหลักการก็คือ ไซลิทอล จะไปช่วยยับยั้งการทำงานของแบคทีเรีย สเตรปโตค็อกคัส ที่มีอยู่ในช่องปาก (ซึ่งเป็นแบคทีเรียที่ทำให้ฟันผุ) โดยปกติแบคทีเรียชนิดนี้ จะทำการย่อยสลายอาหารที่เรารับประทานเข้าไป ให้กลายเป็นกรด ซึ่งกรดก็จะทำให้เกิดฟันผุ แต่มันจะไม่สามารถย่อยสลายไซลิทอลให้เป็นอาหารได้ แบคทีเรียดังกล่าวจึงไม่มีพลังงานในการสร้างกรด นอกจากนี้ไซลิทอล ยังช่วยลดการเกิดแผ่นคราบหินปูนอีกด้วย ซึ่งผลที่ได้ทั้งหมดนี้ มีการทดลองทางการแพทย์อย่างสมบูรณ์มาหลายสิบปีแล้วครับ

“สมาคมทันตแพทย์ที่ประเทศของผมในฟินแลนด์ และสมาคมทันตแพทย์นานาชาติ เห็นความสำคัญของไซลิทอลเป็นอย่างมาก และแนะนำให้ใช้ไซลิทอลเป็นสารให้ความหวานในมหากาพย์ปราศจากน้ำตาล โดยแนะนำให้มีไซลิทอลเป็นส่วนประกอบอย่างน้อย 50 เปอร์เซ็นต์ของสารให้ความหวานทั้งหมด

“คนที่ฟันแลนด์กว่า 90 เปอร์เซ็นต์ รู้จักมหากาพย์ที่มีส่วนผสมของไซลิทอลดีครับ และพวกเขาจะทานมหากาพย์หลังอาหารมื้อสำคัญๆ เพื่อช่วยลดอัตราเสี่ยงของฟันผุ ซึ่งทันตแพทย์จะแนะนำให้ทานวันละ 4 - 5 ครั้ง โดยเคี้ยวครั้งละ 5 นาทีก็พอ สมาคมทันตแพทย์ที่ประเทศของผมนั้นเชื่อว่า นอกจากไซลิทอลจะช่วยลดอัตราการเกิดฟันผุแล้ว ยังช่วยให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นด้วย เพราะเมื่อฟันไม่ผุ คุณก็ไม่ต้องไปพบแพทย์บ่อยๆ และไม่ต้องเสียค่าทำฟัน”

แต่อย่างไรก็ตาม ดร.มาคิเนน ก็อยากจะบอกถึงความเข้าใจผิดอย่างหนึ่งที่คนมักจะมีต่อไซลิทอลว่า

“ไซลิทอลไม่ได้มาแทนยาสีฟัน ไม่ใช่ว่าทานมหากาพย์ที่มีไซลิทอลแล้วไม่ต้องแปรงฟัน ไม่ต้องใช้ไหมขัดฟัน แน่นอนว่าคุณยังต้องรักษาสุขภาพในช่องปากอย่างสม่ำเสมอตามปกติ แต่มหากาพย์ที่มีไซลิทอลแค่มาช่วยลดความเสี่ยงของอัตราฟันผุเท่านั้นครับ”

เราถามว่าทุกวันนี้เขายังสนุกกับการค้นคว้าหาความรู้เกี่ยวกับไซลิทอลอยู่อีกไหม ดร.มาคิเนนตอบว่า

“แน่นอนครับ ทุกวันนี้ผมยังคงสนุกกับการทำงานอยู่ แม้ว่าจะเกษียณแล้ว แต่ผมก็ยังคิดค้นยังชอบที่จะพูดคุยในหมู่นักวิชาการที่ค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องนี้ ด้วยเช่นกัน ในประเทศไทยเอง นักวิทยาศาสตร์และแพทย์ต่างก็ตื่นตัวศึกษาในเรื่องไซลิทอลกันมาก ผมเองก็ยังคงเคยมาเป็นทีปรีกษาบ่อยๆ เชื้อใหม่ครับ ทุกวันนี้ในหัวของผมคิดแต่เรื่องไซลิทอล แทบไม่ได้หยุด เพราะยังค้นคว้า ผมก็ยังค้นพบประโยชน์มากมายของไซลิทอล”

ถ้าจะมีคนเรียกคุณว่า ‘มิสเตอร์ไซลิทอล’ ละ คุณจะว่าอย่างไร เราถาม

“อืมม” ดร.มาคิเนน ยิ้มนิดๆ แล้วตอบว่า “ก็ฟังดูดีนะ คนมักจะเรียกผมแบบนี้ละ ผมว่าทราบโดยที่ได้ค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องไซลิทอลอยู่ก็...โอเค”

ในธรรมชาติ มีสิ่งที่เราสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างมากมายไม่รู้จบ ถ้าเราเพียงแต่ศึกษาและค้นคว้าอย่างจริงจัง เราอาจจะได้ข้อมูลที่มากกว่าที่คิดก็ได้ เช่นเดียวกับเรื่องราวของ ไซลิทอล สารให้ความหวานแทนน้ำตาล ที่สามารถพบได้ทั่วไปในธรรมชาติ

และจากประสบการณ์ที่ค้นคว้าทดลองเรื่องราวเกี่ยวกับไซลิทอล มาอย่างยาวนานกว่า 30 ปี ทำให้เราสนใจอยากที่จะพูดคุยกับ ศาสตราจารย์ ดร.เคาโก มาคิเนน ผู้เชี่ยวชาญด้านไซลิทอล เพราะเชื่อว่าเขาย่อมมีเรื่องราวที่น่าสนใจเกี่ยวกับไซลิทอล ที่กำลังเป็นที่สนใจในแวดวงนักวิทยาศาสตร์ และการแพทย์ทั่วโลกอยู่ในขณะนี้

“ผมสนใจศึกษาเรื่องไซลิทอล เพราะเห็นว่ามันจะมีประโยชน์มากมายสำหรับคนทั่วไป เนื่องจากไซลิทอลเป็นสารให้ความหวานแทนน้ำตาลที่พบได้

ศาสตราจารย์ ดร.เคาโก มาคิเนน

ผู้เชี่ยวชาญระดับโลกเกี่ยวกับสารไซลิทอล และศาสตราจารย์ประจำคณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยทูระกู ประเทศฟินแลนด์



BIZ LIFE

BUSINESS
IN THE NAME
OF CREATIVE

ปรีชา ตรรกพงศ์

ลับฝีมือในการครีเอทจากงานโฆษณามาแล้ว 7 ปี นำประสบการณ์ที่ได้มาบวกกับไฟซึ่งยังไม่มอด เปิดบริษัทชื่อ Id - Idea ทำโฆษณาผ่านสื่อต่างๆ ในรูปแบบการตลาดที่เรียกกันว่า Below The Line มาได้ 12 ปีแล้ว

- ผมทำงานมาประมาณ 6 - 7 ปีแล้วจึงเปิดบริษัทของตัวเอง ผมได้อยู่กับความหลากหลายของงาน ไฟในตัวก็ยังมีอยู่ ไม่โตเกินไป และไม่เด็กเกินไป มีวุฒิภาวะพอสมควร เวลาเราไปเจอลูกค้าเอง ผมจะรู้ว่าไม่ใช่เอาแค่ความต้องการของตัวเอง ถ้าลูกค้าไม่ชอบหรือไม่ชอบ ผมก็ยังเข้าใจได้ว่าการบริการแก่ในงาน มันเป็นสากล เป็นธรรมชาติของการทำงาน
- ไฟในตัวกับประสบการณ์สำคัญพอๆ กัน ประสบการณ์ไม่ได้หมายถึงประสบการณ์จากอดีตเท่านั้น เพราะในวันที่เรากำลังเดินทางไปข้างหน้าอยู่นั้น ก็เหมือนว่าเรากำลังเก็บเกี่ยวประสบการณ์ต่อไป

เรื่อยๆ ประสบการณ์จากอดีตที่ผ่านมาเป็นสิ่งที่ช่วยเราได้เป็นอย่างดี แต่ไฟจะเป็นตัวผลักดันให้เราเพิ่มประสบการณ์ได้มากขึ้นๆ และยิ่งเรียนรู่มากขึ้น ประสบการณ์ก็จะพอกพูนขึ้นไปอีก

- ครีเอทีฟและคนเก่งๆ หลายคน เป็นตัวอย่างเตือนใจผมว่า ถ้าผมอายุเท่าพวกเขาเหล่านั้น ผมจะมีไฟทำงานได้ขนาดนั้นไหม แต่สิ่งหนึ่งที่ผมเข้าใจคือ แม้ตอนนั้นไฟของเราอาจจะไม่แรงเท่าคนหนุ่มสาว แต่สิ่งที่จะได้มากคือ ประสบการณ์
- เมื่อทำงานต่อไปจนถึงจุดหนึ่ง ก็จำเป็นต้องมีการสืบทอด ต้องมีเด็กรุ่นใหม่ๆ เข้ามาในองค์กร

สิ่งที่สำคัญมาก คือการฝึกฝนพวกเขาเหล่านั้น เราต้องเอาสิ่งที่เราได้เรียนรู้มาไปสอนเด็กรุ่นใหม่ เพื่อให้พวกเขาพัฒนาขึ้นมาเป็นกำลังสำคัญขององค์กรเสมอ

- คนที่เปิดบริษัทขึ้นมาแล้วต้องไปดูแลทุกเรื่อง อาจจะทำให้เขาเก่งทุกด้าน ทั้งการบริหารคน บริหารตัวเลข งานของเขาอาจจะตอบโจทย์ในสิ่งที่ลูกค้าต้องการได้ แต่บางครั้ง การกังวลกับตัวเลขมากเกินไป อาจจะทำให้เขาลืมไปว่า จริงๆ แล้วงานสร้างสรรค์ควรจะไปได้มากกว่าที่เป็นอยู่ไหม เราควรจะมีส่วนที่ให้กับลูกค้ามากกว่าโจทย์ที่ลูกค้าให้มาหรือเปล่า เพราะงานสร้างสรรค์ที่ดีควรจะมีความท้าทาย มีความต้อ้นิดๆ แต่ต้องแบบมีเหตุผล หรือทำให้ผลที่ได้เยอะกว่า เพราะนั่นจะทำให้ลูกค้าพอใจมากกว่า มันคือการกล้าที่จะนอกกรอบความคิดออกมานิดหน่อย

- บางครั้งเราก็มืดติดอยู่กับสิ่งเดิมๆ มากเกินไป การบอกคนในทีมให้ลองคิดนอกกรอบ เป็นสัญญาณที่ดีอย่างหนึ่งว่า เวลาเราสูมห่วงระดมความคิดกันทุกคนในทีมจะรู้สึกได้ว่า วันนี้ทีมเปิดกว้าง ทุกไอเดียจะไม่โดนฆ่า ทุกไอเดียจะสามารถปล่อยออกมาได้อย่างอิสระเต็มที่

- บ่อยครั้งที่งานของเราไม่สิ่งที่ไม่เป็นไปตามการวางแผนของเรา สิ่งที่สำคัญที่สุด เราจะต้องใจเย็นกับปัญหานี้ๆ ก่อน แล้วจึงแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้ดีที่สุด หลังจากนั้นคงต้องมีการประเมินผลกันเสมอว่า ปัญหานั้นเกิดจากอะไร เพราะจะมีสิ่งที่เราได้เรียนรู้เพิ่มขึ้นเกือบทุกงาน

- หลายคนเจอปัญหาแล้วซอก พอซอกปั๊บคุณก็จะงง จะอึ้ง คิดไม่ออกว่าต้องทำอะไรต่อไป เราจึงควรมีสติกับปัญหาให้มากที่สุด บางเรื่องผ่านได้ต้องผ่านเลย อย่าไปจมอยู่กับมัน เพราะมันจะทำให้คุณกังวล พอกังวลงานก็จะรวนไปหมดเลย คุณต้องคิดเสมอว่างานต้องดำเนินต่อไปให้จบบางอย่างต้องทำใจ แล้วค่อยๆ คิด แล้วมันจะมีคำตอบและไอเดียผุดขึ้นมาเอง บ่อยครั้งที่ผมมองปัญหาในแง่ดี แล้วผลลัพธ์ก็ดีขึ้นจริงๆ

- ในแง่ของการบริหารเราคงต้องเรียนรู้ไปเรื่อยๆ ดูวิธีการ ดูมุมมองของนักธุรกิจท่านอื่นๆ ผมเองก็เคยเป็นคนที่ไม่ได้สนใจธุรกิจมากนัก แต่วันนี้ต้องอ่านหนังสือ อ่านเรื่องราวเกี่ยวกับการทำธุรกิจมากขึ้น จากคนที่ไม่ค่อยชอบเรื่องการตลาด ก็ต้องเรียนรู้ที่จะชอบมัน เพราะเมื่อคุณเป็นเจ้าของธุรกิจแล้ว คุณจะอยู่กับงานครีเอทีฟอย่างเดียวไม่ได้ เรื่องการตลาดเราก็ต้องหันมาสนใจมากขึ้น จากเดิมที่เราไปสนใจแค่ว่ารู้ไว้เพื่อทำงานเท่านั้น แต่พอเป็นเจ้าของธุรกิจปั๊บ มันจะมองแค่นั้นไม่ได้แล้ว

- เราทำงานร่วมกับพาร์ทเนอร์ เอเจนซีโฆษณา แล้วก็ลูกค้า การที่เราได้ไปเจอโจทย์หลายๆ แบบ เจอเอเจนซีที่เก่งๆ เราจะเห็นว่า เขามีวิธีคิด มีวิธีการนำเสนอแคมเปญที่แตกต่างกัน สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่เราต้องหัดสังเกตแล้วดึงเอาข้อดีเหล่านั้นมาใช้ เขามีวิธีการตอบโจทย์อย่างไร มีวิธีการคิดอย่างไร

- งานที่ผมทำมีความเครียดสูง ทั้งเรื่องการแข่งขันหรือการคิดงาน เราต้องรักษาสมดุลให้ได้ อย่างให้ความเครียดเข้ามาครอบงำ ถ้าเราอยู่กับเรื่องกดดันมากๆ บางทีมันคิดอะไรไม่ออก หรือบางครั้งก็ทำให้ทีมของเราเครียดมากเกินไป ทำให้งานออกมาไม่ดี เพราะงานที่เกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์จะต้องอยู่ภายใต้ความรู้สึกที่สบายๆ ผ่อนคลาย

adB

BIZ IDEA



www.camillehempel.com

อาจไม่ใช่จิเวลรี่ดีไซน์เนอร์ชื่อดังขนาดที่มีสาวกติดตามผลงานกันแบบคอลเล็กชั่นต่อคอลเล็กชั่น แต่ คามิลล์ เฮมเพิล สาวชาวนิวยอร์กคนนี้ก็มิไอลเดียว การออกแบบจิเวลรี่ ที่ยังไม่มีทางตันจริงๆ คิดดูว่า ขนาดแหวนแต่งงานที่ออกแบบกันมาเป็นแสนเป็นล้านแบบ เธอก็ยังหาทางผลิตไอเดียใหม่ๆ ออกมาจนได้ แถมนำเสนอไอเดียด้วย ไอเดียที่ว่าก็คือ แหวนแต่งงานที่เป็นลายนิ้วมือของคุณเอง นี่คือการใช้เอกลักษณ์ ส่วนตัวของแต่ละบุคคลมารับใช้การออกแบบ ได้อย่างน่าทึ่งและสวยเก๋ วิถีทำก็แค่ไปปั๊มลายนิ้วมือที่ร้าน (อยู่ในนิวยอร์กไนน์) เมื่อได้ลายนิ้วมือมาแล้ว ทางร้านของคามิลล์ ก็จะนำลายนั้นมาขึ้นรูป โดยใช้ทองคำขาวเป็นวัสดุในการทำแหวน แค่นั้นคุณก็จะได้แหวนที่ไม่เหมือนใครและมีเพียงสองวงเท่านั้นในโลก ที่ทำมาเพื่อคุณและคนที่คุณรักไว้...โรแมนติกเสียนี้กระไร และด้วยความที่ไอเดียของเธอเด็ดแบบนี่นี้เอง จิเวลรี่ของเธอเลยถูกนำไปลงในนิตยสารต่างๆ อย่าง Time Out New York และ Vogue เห็นไหมว่าไอเดียในโลกนี้ไม่มีวันหมด ถ้าเพียงแต่คุณเปิดใจและเปิดสมองเพื่อมองหาเท่านั้นเอง

BIZ QUOTE

“EFFECTIVE LEADERSHIP IS PUTTING FIRST THINGS FIRST. EFFECTIVE MANAGEMENT IS DISCIPLINE, CARRYING IT OUT.”



Stephen Covey

Nov 6-12, 08

BEtrend

THE IDEA FAIR

BEtrend
KSU 1 ปี ชวนคุณมา
ซ้อไอเดียดีๆ
จุดประกายความคิด
ให้พุ่งว้าว

ถูกใจนักซ้อป ซอใจนักคิด...กับงานแฟร์ไอเดียดีๆสำหรับคนมีกัน

ร่วมฉลองครบรอบ 1 ปี KSU Exclusive Premium* ที่ Betrend ทุกสาขา เฉพาะช่วงเวลาพิเศษ 6-12 พ.ย. นี้เท่านั้น

พลาดไม่ได้!
8 พ.ย. นี้ กับ งาน
"THE IDEA FAIR"
ตลาดนัดไอเดียดีๆ ที่ Event Hall
A-B ชั้น G เดอะมอลล์บางกะปิ

• ซ้อ...ให้นิส กับสินค้าฮิตและไอเดียใหม่ๆ ทั้ง Gifts ทำๆ ไอเดียดีๆ ของขวัญทำมือ, โปสเตอร์, งานอาร์ต, หนังสือสร้างแรงบันดาลใจ

• ตลาดนัดกู๊โลน ซ้อสินค้าจากโลกมาแรงของกู๊ไอเดียร้อน ของน้องๆ

• Workshop D.I.Y. ในสไตล์ Betrend ที่อัดแน่นไปด้วยไอเดียดีๆ

• จุดประกายความคิดสร้างสรรค์ กับหลากหลายหนังสือ ร่วมพูดคุยกับนักเขียนและศิลปินชื่อดัง

• มีคอนเสิร์ต จากศิลปินชื่อดัง

ร่วมฉลองครบรอบ 1 ปี Betrend ไทย

SCG, EPOSON, think green, a day, Youth Venture Thailand

BEtrend
GIFT STATIONERY BOOK GADGET
The Mall + The Emporium + Paragon

“To fly,
we have
to have
resis-
tance.”

เพื่อที่จะบินได้ เราต้องมีแรงต้านทาน
- MAYA LIN

“It’s so simple to be
wise. Just think of
something stupid to
say and then don’t
say it.”

ง่ายมากที่จะเป็นคนฉลาด ก็แค่คิด
จะพูดอะไรโง่ๆ แต่สุดท้าย ไม่พูด
ออกมานั่นละ
- SAM LEVENSON

“We make a
living by what
we get, but we
make a life by
what we give.”

เราใช้ชีวิตได้จากสิ่งที่เรามี แต่เราทำ
ชีวิตให้เป็นชีวิตได้จากสิ่งที่เราให้
- WINSTON CHURCHILL

“There is nothing to fear
except the persistent
refusal to find out the truth,
the persistent refusal to
analyze the causes of
happenings.”

ไม่มีอะไรน่ากลัวมากไปกว่าการยืนยันกรานที่จะไม่ค้นหา
ความจริง และการยืนยันกรานที่จะไม่วิเคราะห์หาสาเหตุของ
สิ่งที่เกิดขึ้น
- DOROTHY THOMPSON

“When I was young, I used to admire intelligent people;
as I grow older, I admire kind people.”

ตอนเป็นเด็ก ข้าพเจ้าเคยชื่นชมคนฉลาด แต่เมื่อเติบโตขึ้น ข้าพเจ้ากลับชื่นชมคนที่จิตใจดีงาม

- ABRAHAM JOSHUA HESCHEL

“You may be deceived if you trust too much, but you
will live in torment if you don’t trust enough.”

คุณอาจจะถูกหลอกได้หากเชื่อมากเกินไป แต่คุณจะใช้ชีวิตอย่างทรมานทุกข์
ถ้าหากไม่สามารถเชื่อใจใครได้มากพอ

- FRANK CRANE

“I cannot give you
the formula for
success, but I can
give you the formula
for failure: which is:
Try to please
everybody.”

ผมไม่อาจให้สูตรแห่งความสำเร็จกับคุณได้
แต่สูตรแห่งความล้มเหลวที่ผมจะให้ได้ก็คือ
การพยายามเอาใจทุกคน
- HERBERT B. SWOPE

“It’s important to
know that words
don’t move
mountains. Work,
exacting work
moves mountains.”

เป็นเรื่องสำคัญมากที่จะต้องรู้ว่า คำพูดไม่
อาจย้ายภูเขาได้หรอก การทำงานอย่างหนัก
ที่ย้ายภูเขาได้อย่างแท้จริง
- DANILO DOLCI

“Work for
something
because it is good,
not just because it
stands a chance
to succeed.”

จงทำงานใดก็ตามด้วยความเชื่อ
ว่าเป็นงานที่ดี ไม่ใช่เพียงเพราะว่า
มันมีโอกาสไปสู่ความสำเร็จ
- VACLAV HAVEL

“Sanity may be
madness but the
maddest of all is to see
life as it is and not as it
should be.”

ความบ้าบอ อาจจะดูประหลาด แต่สิ่งที่ประหลาด
ยิ่งกว่าทุกสิ่ง ก็คือการเห็นชีวิตอย่างที่มันเป็น
และไม่เป็นอย่างที่ควรจะเป็น

- FROM ‘DON QUIXOTE’

“To repeat what others have said, requires
education, to challenge it, requires brains.”

การทำตามอย่างของคนอื่นพูด อาศัยแค่การเรียนรู้ แต่การทำท้าทายสิ่งที่คนอื่นพูด ต้องอาศัยสมอง
- MARY PETTIBONE POOLE

AVAILABLE NOW !

- สถานีรถไฟฟ้า BTS
- สถานีรถไฟฟ้าใต้ดิน MRT
(แจกโดยพนักงานแจก
a day BULLETIN
ทุกวันศุกร์ 17.00 - 18.00 น.)

- เซ็นทรัล
- โรบินสัน
- ดี เอ็ม โฟรียม
- มานูญครอง
- สยามพารากอน

- True Shop
- True Coffee
- Coffee World
- 94 Coffee
- ร้านกาแฟดอยตุง
- บ้านไร่กาแฟ

- iberry
- Kanom
- Mister Donut NEW
- Vanilla Garden
- กิลปพฤกษ์
- Yindee Cup NEW
- ร้านประตูสีฟ้า
- Cafe Classic NEW
- โล-อุรา-รี NEW

- โรงพยาบาลศิริราช
- โรงพยาบาลศรีอยุธยา
- โรงพยาบาลศิริราช
- ภักธวิทย์
- อาคารอ้อ จี๋ เหลียง
- อาคาร Tipco

- อาคาร SCB
- อาคารสิรินธร
- อาคารเอ็มโพรียม
- อาคารมณียา
- อาคารคันสน
- อาคารมาลีนนท์
- อาคาร Lake Rajada
- อาคารอิมพัลส์
- อาคารชาร์เตอร์
- I House Condominium
- The Lake Condo

- British Council
- สมาคมฝรั่งเศส
- สถาบันเกอเธ่
- TCDC
- Hof Art Gallery
- Secret Recipe

- Apex Skin Care
- Q Cut
- Style by TOYOTA
- ชลาชล
- ผิวดีคลีนิก
- โรงพยาบาลวิภาวดี
- ร้านซีเอ็ดบุ๊คเซ็นเตอร์
- California WOW Xperience
- Karmakamet NEW

- คาเฟ่เตอร์การบินไทย ดอนเมือง
- คาเฟ่เตอร์การบินไทย สุวรรณภูมิ
- คาเฟ่เตอร์ Thai Air Asia
- คาเฟ่เตอร์ Thai Ticket Major
- ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย

ดร.ไชยา ยัมวิไล

เชื่อว่าคนอเมริกันจำนวนมากยังคงจดจำข้อความในสุนทรพจน์ *I have dream* ของ มาร์ติน ลูเธอร์ คิง ผู้นำด้านสิทธิมนุษยชนของคนอเมริกันผิวสีที่ว่า “ผมฝันว่าวันหนึ่งมนุษย์จะไม่ตัดสินว่าใครเป็นอย่างไร เพียงด้วยสีของผิว แต่ตัดสินด้วยเนื้อหาความเป็นคนของเขา” และในวันนี้ฝันของ มาร์ติน ลูเธอร์ คิง รวมทั้งชาวโลกหลายล้านคนก็เป็นความจริง เมื่อประวัติศาสตร์การเมืองอเมริกาได้เปิดฉากการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ด้วยมีประธานาธิบดีผิวสีคนแรกจากพรรคเดโมแครต - บารัค โอบามา ในส่วนของประเทศไทยเอง ก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าคนไทยใส่ใจติดตามการเลือกตั้งประธานาธิบดีสหรัฐฯ ครั้งนี้มายาวนานนับปี และเมื่อ บารัค โอบามา ก้าวขึ้นมาแทนที่ จอร์จ ดับเบิลยู บุช แล้ว ประเทศไทยของเราจะก้าวต่อไปในทิศทางใด ผู้ที่จะสามารถตอบคำถามไว้อย่างใจเหล่านั้นได้ คือ นักวิชาการผู้เชี่ยวชาญที่ศึกษาด้านความสัมพันธ์ระหว่างไทย - อเมริกา อย่างลึกซึ้ง - ดร.ไชยา ยัมวิไล

โดยรวมแล้วคุณคิดเห็นอย่างไรต่อการเลือกตั้งประธานาธิบดีสหรัฐฯ ในครั้งนี้

ต้องบอกว่า การเลือกตั้งประธานาธิบดีสหรัฐฯ ที่เพิ่งผ่านไปนั้น เป็นการเลือกตั้งที่มีสีสันมากที่สุด น่าติดตามที่สุดในประวัติศาสตร์การเมืองสหรัฐฯ เลยก็ว่าได้ ทั้งนี้เหตุผลอยู่ 3 ประการ หนึ่ง สหรัฐฯ กำลังเผชิญกับวิกฤตเศรษฐกิจครั้งใหญ่ ประชาชนจึงต้องการผู้นำที่มีฝีมือเข้ามาแก้ปัญหา สอง วิกฤตที่เกิดขึ้นนับต้นมาเกิดในช่วงที่ประธานาธิบดีบุช ดำรงตำแหน่งครบวาระ 8 ปีพอดี ชาวอเมริกันจึงพร้อมใจกันเข้าไปที่หน้าบุชว่า เป็นผู้ทำให้เกิดสงครามอิรักที่ยืดเยื้อยาวนาน ราคาน้ำมันก็แพง และบุชนั้นก็ไม่ได้สนใจที่จะแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจทั้งระดับจุลภาคและมหภาคเลย เอาแต่ล่าอาณานิคม ผมถือว่าการที่บุชเปิดสงครามกับอิรักนั้นเป็นเสมือนการล่าอาณานิคมสมัยใหม่ สาม ส่วนที่เป็นสีสันมากที่สุดก็คือ นี่เป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์กว่า 200 ปี ของอเมริกา ประเทศที่มีคนผิวสีเสนอตัวเองขึ้นมาเพื่อดำรงตำแหน่งประธานาธิบดี และยังได้รับการยอมรับในวงกว้างมากๆ อีกด้วย

คุณคิดว่าเป็นเพราะอะไรที่โอบามาเหนือกว่าแมคเคน จนทำให้ได้รับเลือกเป็นประธานาธิบดี

โอบามาเป็นคนเก่ง มีความรู้ ความสามารถ ด้านรสนชีวิตจนจบ Law จาก Harvard ซึ่งขณะที่เขาเรียนอยู่ก็ได้รับเลือกให้เป็นประธานของ Harvard Law Review วารสารชื่อดังทางด้านกฎหมาย ถือเป็นประธานผิวสีคนแรกในประวัติศาสตร์อันยาวนาน 104 ปี ของวารสารฉบับนี้ด้วย ผมถือว่าโอบามาเป็นชาวอเมริกันจริงๆ เสียของเขาก็ไม่ใช่สำเนียงไฮ้มีดที่ไหน แต่เป็นเสียงชาวอเมริกันแท้ๆ ที่พูดกัน ลักษณะโดดเด่นอีกอย่างหนึ่งเหนือกว่าแมคเคนคือ โอบามาไม่มีภูมิลหอลกหลอนของประธานาธิบดีบุชอยู่เบื้องหลังเหมือนอย่างแมคเคน

แล้วทางด้านของตัวแทนชิงตำแหน่งรองประธานาธิบดีสหรัฐฯ คุณคิดว่ามีส่วนช่วยให้โอบามาได้เป็นประธานาธิบดีมากน้อยแค่ไหน

ผมว่ามีส่วนนะครับ อย่าง ซาร่าห์ เพลิน ของจอห์น แมคเคน ฝั่งรีพับลิกัน ช่วงแรกๆ ที่เปิดตัวก็เป็นทีฮือฮาอยู่พอสมควร แต่เมื่อมองให้ลึกซึ้งแล้วเพลินเองมาจากการเป็นผู้นำการรัฐลask้าซึ่งเป็นพื้นที่ห่างไกลจากเมืองหลวง เธอไม่มีความรู้เรื่องโลกาภิวัตน์เท่า โจเซฟ ไบเดน คู่หูโอบามา ที่อายุ 67 ปีอาศัยอยู่ในวอชิงตัน ดีซี ประสบการณ์ทางการเมืองก็ชกไชกว่าเพลินหลายขุม เรียกว่ากระดุกคนละเบอร์กัน เทียบกันไม่ได้ และถ้าคิดให้ยาวกว่านั้นในกรณีสมมติว่า แมคเคนได้เป็นประธานาธิบดีสหรัฐฯ ซึ่งมีอายุมากที่สุด 73 ปี เกิดแมคเคนเป็นอะไรไปแล้วผู้ที่จะมีมารับตำแหน่งประธานาธิบดีต่อก็คือเพลิน เธอจะมีความน่าเชื่อถือพอที่จะมาบริหารอเมริกา



เธอ ผมว่ามันคือสิ่งที่ชาวอเมริกันคิดเผื่อไว้แล้วความสัมพันธ์ระหว่างไทย-อเมริกา จะดีขึ้น หรือเป็นไปในทิศทางใด เมื่อโอบามาเป็นประธานาธิบดี

จริงๆ แล้วไทยเป็นประเทศเล็กๆ ที่ไม่ได้มีศักยภาพมากพอที่เรียกร้องอะไรจากสหรัฐฯ ได้ แต่ถ้าดูให้ดีๆ แล้วผมขอแยกความสัมพันธ์เป็นสองประเภท ประเภทแรกในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศที่มีต่อกันมายาวนาน 175 ปี ซึ่งเป็นความสัมพันธ์อันดีในระดับสถาบันกษัตริย์ของไทยกับสถาบันประธานาธิบดีของสหรัฐฯ นั้น ผมว่าก็ยังจะดีต่อไป ในแง่ของการลงทุนอเมริกาก็ยังคงเข้ามาลงทุนในประเทศไทยเช่นเดิม โดยเฉพาะอุตสาหกรรมยานยนต์หลายแบรนด์ทางการทหารไทยเราก็ยังคงเป็นพื้นที่ที่กองกำลังอาวุธยุทโธปกรณ์ต่างๆ ทั้งในพื้นที่อุตะนา สัตหีบ ให้แก่ฐานทัพเรือและฐานทัพอากาศสหรัฐฯ ก่อนจะไปเผชิญหน้ากับจีน รัสเซีย ส่วนในระดับประชารณนั้นผมว่าคนอเมริกันคงจะมองคนผิวสี และชาวเอเชียผิวเหลืองอย่างเราดีขึ้น ไม่ถูกมองเป็น Second class citizen นี่อาจจะเป็นผลพวงที่ดีที่คนไทยได้รับจาก

การที่ชาวอเมริกันมีประธานาธิบดีที่มาจาก Second class citizen ประเภทที่สอง ความสัมพันธ์ในเชิงนโยบาย มากกว่า 95% ของโอบามาเน้นไปที่การแก้ปัญหาภายในประเทศ มีเพียง 3 - 5% ที่พูดถึงความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ แต่ก็ไม่ใช่ไทยแน่นอน อิรักอิหร่าน เป็นขอยส์แรกที่โอบามาพูดถึง โดยจะถอนกองกำลังทหารสหรัฐฯ ออกจากพื้นที่ภายใน 2 ปี

แล้วในแง่เศรษฐกิจโลกที่กำลังล้มป็นโดมิโน คุณคิดเห็นอย่างไรต่อการเข้ามาแก้ปัญหาฝั่งโอบามา การที่โอบามาสัญญาต่อประชาชนว่า จะถอดถอน

กองกำลังทหารของตัวเองออกจากอิรักก็เป็นสัญญาณอันดีแล้วว่า โอบามาจะไม่นำเอางบประมาณประเทศไปหมดกับอาวุธ การทำสงครามอย่างที่เขาทำ แต่จะนำเงินมาลงทุนในการแก้ปัญหาเศรษฐกิจแทน และการบอกว่าจะยุติสงครามกับอิรักก็แสดงให้เห็นถึงการรักษาความสัมพันธ์ทางด้านเศรษฐกิจไว้ได้ด้วย เพราะอิรักเป็นประเทศร่ำรวยน้ำมัน และเป็นตัวแปรใหญ่ที่มีอิทธิพลทำให้เศรษฐกิจโลกดีขึ้น หรือเลวลงได้

ในรสนบของคุณ คิดว่ามีจุดแข็งข้อไหนในเมืองแบบอเมริกา ที่สามารถจะนำมาปรับใช้กับการเมืองไทย

เป็นคำถามที่ยากมากนะครับ คือ 200 ปี ของการเมืองแบบอเมริกันนั้น เริ่มมาจากรัฐเล็กๆ ที่มารวมตัวกัน 13 รัฐ จากกลุ่มประชากรที่มาจากอังกฤษ อิตาลี ฝรั่งเศส สกอตแลนด์ จนกลายมาเป็นดินแดนอเมริกาที่ต้องการจะปกครองตัวเอง พวกเขาได้เลือกตัวแทนมาจากทุกรัฐ รัฐละ 1 คน แล้วเลือกตั้งสรรหาเอาบุคคลที่มีคุณสมบัติความเป็นผู้นำที่สุดจนได้ จอร์จ วอชิงตัน มาเป็นประธานาธิบดีคนแรก และจะสังเกตได้ว่าการเมืองแบบอเมริกาแทบจะไม่มีมีการแก้ไขรัฐธรรมนูญของพวกเขาเลย ซึ่งประชาชนทุกคนต่างก็ท่องจำรัฐธรรมนูญนี้ได้ตั้งแต่เด็ก จุดนี้แสดงให้เห็นถึงความเคารพในสิทธิซึ่งกันและกัน จนสืบทอดมาเป็น Democratic culture อเมริกันชนจะเคารพสิทธิส่วนบุคคล สิทธิกลุ่ม เคารพความคิด ทศนคติ เสรีภาพมาก ซึ่งรากของเขาต่างจากประชาธิปไตยแบบไทยที่สืบทอดมาจากระบบขุนนาง ศักดินา ผมเห็นว่าไม่มีทางหรอกที่การเมืองไทยจะเปลี่ยนไปเป็นแบบอเมริกา เราเปลี่ยนแปลงรัฐธรรมนูญกันมาก็ครั้งแล้ว ในขณะที่อเมริกาเคยแก้ไขเพียงครั้งเดียว

ถึงที่สุดแล้ว การเมืองไทยจะสามารถ change เหมือนอย่างการเมืองสหรัฐฯ ที่ change ไปแล้วได้ไหม

เป็นคำถามที่ผมอยากตอบมากที่สุด ชาวอเมริกันเบื่อการบริหารประเทศแบบ War president ของบุชเลยหันมาสู่ทางเลือกที่ใหม่ และสตอย่างโอบามาเช่นเดียวกับประเทศไทยที่ประชาชนต่างสายหน้าหากใครมีเจ้าของคนหน้าเหลี่ยมอยู่เบื้องหลัง อย่างน้อยก่อนผมตายก็ขอให้ได้เห็นความเปลี่ยนแปลง และผมก็คิดว่าการเมืองไทยกำลังเข้าสู่โหมดของการเปลี่ยนแปลงครับ ไม่นานเกินรอ ภายใน 2 - 3 ปีนี้ เราน่าจะได้เห็นโครงสร้างการเมืองไทยแบบใหม่ ทศนคติของข้าราชการก็จะเปลี่ยนไป ขณะนี้ผมก็มองว่าจริงๆ แล้วนายกรัฐมนตรี สมชาย วงศ์สวัสดิ์ ก็เป็นคนดี แต่ไม่เก่งการบริหารบ้านเมืองนั้น ยังคงวางคณะรัฐมนตรีผิดเพี้ยนอยู่ในบางกระทรวง เรียกว่า wrong man on the wrong job ซึ่งถ้าได้ปรับเปลี่ยนอะไร อีกหน่อยบ้านเมืองเราก็ถึงเข้าที่เข้าทางมากขึ้นครับ

adB



HIS JOB

ติดตามอ่านบทความวิเคราะห์เศรษฐกิจ-การเมืองของไทยและต่างประเทศ จากปลายปากกา ดร.ไชยา ได้ที่คอลัมน์ ‘ไชยา ยัมวิไล’ หนังสือพิมพ์มติชน และคอลัมน์ ‘วิเคราะห์เศรษฐกิจกับไชยา ยัมวิไล’ หนังสือพิมพ์สยามธุรกิจ และดร.ไชยายังดำรงตำแหน่งกรรมการสมาคมอเมริกันศึกษา หรือ ASAT (America Study Associate in Thailand) มายาวนาน 13 ปี ซึ่งดำเนินการให้ข้อมูลเกี่ยวกับประเทศอเมริกาในทุกๆ ด้าน เพื่อให้ผู้ที่สนใจที่จะไปศึกษาต่อหรือใช้ชีวิตในสหรัฐอเมริกา ได้รับทราบข้อมูลที่ถูกต้อง นอกจากนี้ ยังรับบทบาทที่สำคัญต่อการศึกษาไทย กับการเป็น ผอ.หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต ม.ศรีปทุม



“Taking a day a day keeps the doctor away”
ฉบับล่าสุด ไม่ซื้อไม่ได้ ตามรอย ‘นายหัวระ’

