

เราเดินทางด้วยการบินไทย ไปซูริก เหมือนปีที่แล้ว คือเดินทางด้วยเที่ยวบิน TG 970 ออกจากสนามบินสุวรรณภูมิ เวลา ๐.๔๐ น. ของวันที่ ๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๗

ตอนนี้เราเปลี่ยนมาใช้บริการแท็กซี่ของคุณสุพรรณ ซึ่งบ้านอยู่ที่หมู่บ้านเอื้ออาทรใกล้ๆ บ้านผม เราไม่กวนคุณเสาร์ แม้บริการจะดีกว่า เพราะเห็นใจว่าคุณเสาร์งานมาก เกรงว่าอาจจะทำงานดรากรดร้าเกินไป

เพราะสาวน้อยกล่าวว่าคุณสุพรรณจะขับกลับบ้านไม่ทันเวลา เคอฟิว เราจึงนัดให้คุณสุพรรณมารับเวลา ๒๐.๐๐ น. ดังนั้น เวลาก่อนสามทุ่ม เราก็เช็คอินเสร็จ และผ่านเข้าไปซื้อเครื่องสำอางตามสั่งของลูกสาว คราวที่แล้วไปหาที่อเมริกาและเงินไม่ได้ มาทราบทีหลังว่ามีขายที่ร้านปลอดภาษีขาออกที่สุวรรณภูมินี้เอง และสาวน้อยก็ได้สิ่งที่ต้องการ

เพราะมาเช็คอินเร็วมาก จึงยังไม่ทราบประตูทางออก เราลงบันไดเลื่อนลงไปที่ห้องรับรองของ การบินไทย ไปนั่งอ่านหนังสือ ต้มเครื่องต้มและกินของว่าง รอเวลา ผมเดินไปดูจอแจ้งประตูทางออก หลายครั้ง จนเวลา ๒๓ น. ก็ยังไม่ขึ้น จึงไปถามเจ้าหน้าที่ที่เคาน์เตอร์ จึงรู้ว่าประตู B6 เมื่อเดินไปที่ประตู ระหว่างทางมีจอบอกประตูทางออกของเที่ยวบินต่างๆ จึงรู้ว่า จอในห้องรับรองมันเล็ก บอกข้อมูลไม่ครบ อย่างจอข้างนอก

เราไปนั่งรอที่ประตู B6 อีก ๑ ชั่วโมง จึงได้ขึ้นเครื่อง เครื่องบิน A340-600 เครื่องเก่า ไม่ทันสมัยอย่าง B777 ที่ผมนั่งไปออสเตรเลีย และไป ซานฟรานซิสโก ในสองเที่ยวที่แล้ว เราได้ที่นั่ง 12E และ 12F นั่งคู่กันกลางลำ ถือเป็น aisle seat ทั้งคู่ สะดวกในการเข้าห้องน้ำ

อาหารมื้อแรก ถือเป็นอาหารค่ำได้ เพราะตรงกับเวลาสองทุ่มเศษของ ซูริก แต่มันเป็นเวลา ตีหนึ่งกว่าของกรุงเทพฯ เขาบริการเครื่องดื่มโดยไม่มีของขบเคี้ยว ถือว่าผิดธรรมเนียมมาก ผมดื่มยีนโทนิค ของโปรด

อาหารจานแรก หรือ ออเดิร์ฟ ประกอบด้วย ปลาทูน่าเพสโตครีม, ตับเบ็ตกับวิปครีมช็อกโกแลต โดยมีผักแทรกระหว่างกลาง ออเดิร์ฟอร่อยดี ผมชอบรสขม จึงชอบดับเบ็ตเป็นพิเศษ ตอนนี้ผมดื่มไวน์แดง Grand Enclos du Chateau de Cerons 2008

อาหารหลักมีให้เลือก ๔ อย่าง ผมเลือกเนื้อลูกวัวปรุงรสแบบซูริก มันฝรั่งทอดแบบซูริก และผักต่างชนิด สาวน้อยเลือกปลาแซลมอน ผมคาดว่าจะได้สเต็กเป็นชิ้นใหญ่ แต่เอาเข้าจริง เนื้อลูกวัวมาเป็นชิ้นเล็กๆ

เสิร์ฟที่สามเป็นเนยแข็งสองชนิดกับผลไม้สามชนิด อย่างละหนึ่งชิ้น ที่ผมลืมหายรูป ตามมาด้วยขนมหวานคือ พายแบบวิส ซอสวานิลลา กาแฟ และผมขอคอนญัค ซึ่งช่วยให้มันได้ที่ โดยผมพิมพ์บันทึกนี้ระหว่างมัน

ชีวิตที่พอเพียง : ๒๐๘๘. ควงสาวเที่ยวฝรั่งเศส ๒. เดินทาง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันศุกร์ที่ 11 กรกฎาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันศุกร์ที่ 11 กรกฎาคม 2014 เวลา 13:28 น.

---

เทียบกับอาหารของสายการบิน ANA ที่ผมบินไปโตเกียว และต่อไป ซาน ฟรานซิสโก ผมชอบอาหารและบริการของ ANA มากกว่า ยิ่งที่นั่ง-นอนแล้ว ต่างกันลิบ เพราะที่นั่งนอนราบได้ นี้นอนราว ๑๔๕ องศา เป็นที่นอนรุ่นเก่า

อย่างไรก็ตาม สาวน้อยนอนหลับได้มาก ผมหลับสองช่วง รวมแล้วน่าจะได้สัก ๕ ชั่วโมง โดยกินยา ลอราซีแพม ๐.๕ มิลลิกรัม

ผู้โดยสารในชั้นธุรกิจเที่ยวนี้เต็มทุกที่นั่ง ห้องน้ำ ๒ ห้องจึงไม่ค่อยพอใช้ ต้องรอกัน

ระหว่างนั่งเครื่องบิน ผมอ่านหนังสือเรื่อง Higher Education in America เขียนโดย Derek Bok ใน iPad mini หนังสือเล่มนี้ ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ลินคอล์น เฉิน ประธาน China Medical Board ส่งมาให้เป็นหนังสือ เล่มในกระดาษ ตัวหนังสือเล็ก อ่านลำบากเพราะตาผมไม่ดี จึงลงทุนซื้อ eBook มาอ่านใน iPad ตอนนี้กำลังอ่านแบบอ่านผ่านๆ พอจะจับความได้ว่า เรื่องการศึกษานี้ มันซับซ้อนมาก คิดเดาเองไม่ได้ จะเดาผิดบ่อย ต้องทำวิจัย จะพบความจริงแปลกๆ เช่นมีผลการวิจัยชิ้นหนึ่ง บอกว่า ในสหรัฐอเมริกา สมรรถนะสำคัญหลายอย่าง (เช่น critical thinking) ในนักศึกษาปี ๑ กับนักศึกษาปี ๔ แตกต่างกันน้อยมาก

เวลาสี่สัปดาห์ก็สว่างโร่แล้ว ตีห้าแดดจ้า แต่เขายังปิดหน้าต่างเพื่อไม่ให้แสงรบกวน และเสิร์ฟอาหารเช้า ซึ่งผมเลือก Creamed mushroom omelet มากับไส้กรอกไก่ทอด และมันฝรั่ง Lyonnaise potatoes มะเขือเทศผ่าซีกอบน้ำมันมะกอกและสมุนไพร อาหารมื้อนี้อร่อยกว่ามื้อที่แล้ว สาวน้อยกินแพนเค้ก และเอาเบคอนกับมะเขือเทศมายกให้ผม ทำให้ผมอิ่มแป้

ผม AAR การอยู่กับปัจจุบันขณะตอนกินอาหารว่า อาหารญี่ปุ่นช่วยการเจริญสติระหว่างกินได้ดีที่สุด เพราะเขาเสิร์ฟอาหารต่างรสแยกกันมา ไม่ละเลาะ ทำให้ผู้รับประทานได้ฝึกแยกแยะรสของอาหารแต่ละอย่าง ซึ่งก็คือฝึกสมาธินั่นเอง ผมตีความอย่างนี้ ไม่ทราบว่าจะถูกหรือผิด

อย่างไรก็ตาม ผมคิดว่า อาหารของการบินไทยขาด innovation เป็นอาหารแบบเดิมๆ ไม่ได้มี ยุทธศาสตร์ดึงดูดผู้โดยสารด้วยอาหารและเครื่องดื่ม อย่างที่ผมเคยไปพบที่สายการบินออสเตรีย สุดยอดเยี่ยม คือกาแฟ

การประชุมครั้งนี้ ทีมไทยไปกันทั้งหมด ๑๖ คน ๑๓ คนเดินทางด้วยสายการบิน ออสเตรีย มีเพียง ๓ คนที่ชวนภรรยาไปด้วย เดินทางโดยการบินไทย เข้าใจได้ง่ายว่า เพราะภรรยาบินด้วยตัวฟรี จากไมล์สะสมของสามี แบบเดียวกับคู่ผมนั่นแหละ การบินไทยถูกนักการเมืองเข้าไปแสวงประโยชน์ (ก็คอร์รัปชันนั่นแหละ) จนอ่อนแอ ผลประกอบการที่ขาดทุนบอกชัดเจน

เครื่องบินลงก่อนเวลา ประมาณครึ่งชั่วโมง ทั้งๆ ที่ตอนออกเสียเวลาเล็กน้อย ที่บินได้เร็วเพราะ ลมส่งท้ายแรงถึง ๔๐ ก.ม. ต่อชั่วโมง ลงจากเครื่องก็เดินไปตามป้าย ไปขึ้นรถรางภายในสนามบิน ไปผ่านด่านตรวจคนเข้าเมืองโดยไม่ต้องเขียนใบอะไรเลย แล้วไปรับกระเป๋าที่สายพาน ที่นั่นพบ อ. นรนิติ เศรษฐบุตร มาประชุมแค่ ๒

วัน

เราเดินไปตามป้ายบอกทางไปรถไฟ แล้วไปที่ชั่งขายตั๋ว เอาตั๋ว Eurail Pass ไปประทับตราวันเริ่มใช้ โดยต้องมีพาสปอร์ตไปแสดง เราซื้อตั๋ว ๙ วัน ในราคา ๘๖๐ ยูโรต่อ ๒ คน จะใช้วันไหนก็เขียนวันที่ลงไปเอง แต่ต้องไม่หลังวันที่ ๒๕ ต.ค. ๒๕๕๗ ผมบอกว่าจะไปเจนีวา เขากถามว่าไปแอร์พอร์ต หรือไปซิตี้ ผมบอกไปซิตี้ เขาบอกว่าเที่ยวแรก ๗.๓๙ น. ที่ซานซาลา ๔ ผมบอกว่าจะเดินไม่ทัน เมียเดินช้า เขาบอกว่าเที่ยวถัดไป ๘.๑๓ น. ซาลา ๓ เรากะไปเที่ยวหลัง แต่ปรากฏว่าสองซาลานี้อยู่ติดกัน และเราก็จับเที่ยวแรกทัน สาวน้อยยังสด ยังพอเดินเร็วๆ ได้

สาวน้อยเก็บตารางรถไฟสวิสของปีที่แล้วไว้ และเอามาด้วย รถไฟเที่ยวนี้ชื่อ ICN จะไปถึงเจนีวาเวลา ๑๐.๔๒ น. เราจึงเปิดเครื่อง pocket wifi ที่ผมเตรียมซื้อและเปิด roaming มาจากเมืองไทย ต่อกับ iPad และส่ง Line ไปบอกคุณเปิ้ลว่า เราจะไปถึงเจนีวาเร็วกว่ากำหนด ที่เดิมกะว่าจะไปรถไฟเที่ยว ๙ โมงเศษ เราทำเวลาได้เร็ว ขึ้น ๒ ชั่วโมง คุณเปิ้ล Line มาบอกว่า เราจะไปรับเราเวลา ๑๑.๑๕ น. ณ จุดนัดพบคือหน้าโรงแรม Cornavin

บนรถไฟชั้น ๑ เราเห็นสองคนสีที่นั่ง สะดวกสบาย สาวน้อยคันเอารายการและแผนที่ต่างๆ ที่เตรียมมา เอามาสั่งการลูกทัวร์ เรานั่งปรึกษาหารือกันอย่างสบายใจ รถไฟมีป้ายบอก Nachster Halt แปลว่าจอดครั้งต่อไป และมีประกาศเป็นภาษาเยอรมัน ตามด้วยภาษาอังกฤษ สะดวกมาก และยังสะดวกที่สาวน้อยมีแผนที่เอามาดูภาพรวม ว่าเรากำลังเดินทางไปทางไหน ต่อไปจะถึงเมืองอะไร เมื่อรถจอด ป้ายจะบอกว่า Nach Geneve-Aeroport แปลว่าไปสนามบินเจนีวา ซึ่งจะผ่านสถานีเมืองเจนีวาก่อน เราจะลงที่สถานีเมืองเจนีวา

หลังจากผ่านเมือง Biel/Bienne คำประกาศมี ๓ ภาษา เริ่มด้วยฝรั่งเศส ตามด้วยเยอรมัน และอังกฤษ และป้ายบอกสถานีถัดไปเปลี่ยนเป็นภาษาฝรั่งเศสว่า Prochain arret (อ่านว่า โปรเชนนาเร) ตอนนี้อยู่รถไฟแล่น ผ่านทะเลสาบ Biel ตามด้วยทะเลสาบ Neuchatel วิวจึงสวยงาม และเราก็เตรียมไปยึดที่นั่งฝั่งซ้ายเพื่อชมวิว ใช้ประโยชน์จากการนั่งรถไฟชั้นหนึ่งเต็มที่

ใบก็รถไฟมีปลั๊กสำหรับชาร์จไฟคอมพิวเตอร์และเครื่องใช้อิเล็กทรอนิกส์ทั้งหลาย ผมจึงได้โอกาส ชาร์จไฟ iPad

รถไฟจอด ๗ สถานี ก่อนถึงสถานีเจนีวา ดังนี้ Zurich, Aarau, Olten, Solothurn, Biel/Bienne, Neuchatel, Yverdon-Les-Bains, Geneve

เราลงจากรถไฟแล้วลากกระเป๋าไปนั่งรอที่หน้าโรงแรม Cornavin สัก ๑๕ นาที รถก็มารับเวลา ๑๑.๐๕ น. นั่งนอกอาคารและมีลม รู้สึกเย็น

รถที่มารับเป็นรถเมอร์เซเดส คนขับเป็นคนฝรั่งเศสจากอานซี บอกว่าอากาศตอนนี้หนาวกว่าปกติ อุณหภูมิ ๑๒ องศา แทนที่จะเป็น ๒๐ หรือ ๒๒ อย่างปีก่อนๆ ใช้เวลา ๔๕ นาทีก็ถึง Les Pensieres เมื่อเวลาเกือบเที่ยง ที่ทีม PMAC Coordinators ประชุมกันเกือบเสร็จ เราได้รับเชิญให้กินอาหารเที่ยงเลย

ชีวิตที่พอเพียง : ๒๑๘๘. ควงสาวเที่ยวฝรั่งเศส ๒. เดินทาง

เขียนโดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

วันศุกร์ที่ 11 กรกฎาคม 2014 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันศุกร์ที่ 11 กรกฎาคม 2014 เวลา 13:28 น.

---

การเดินทางขาไปนับว่าราบรื่นมาก

วิจารณ์ พานิช

๒๙ พ.ค. ๕๗

บันทึกนี้เขียนที่ [GotoKnow](#) โดย [Prof. Vicharn Panich](#)