



ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
จดหมายข่าว ปีที่ 30 ฉบับที่ 04 เดือน เมษายน 2567

## สารบัญ

● สังคมในเวดวง มศว .....	6
● ชาวชมรมฯ .....	7
● รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนเมษายน .....	11
● วาทีธรรม : .....	14
● บอกเล่าเก้าสิบ : วัดบนเหรียญ .....	15
● พระราชดำรัส .....	16
● ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ' .....	17
● ลมหายใจ .....	19
● รุ้ร่ว .....	22
● ปραการเวลา ณ สมุทราการ .....	24



**2 เมษายน 2567 วันคล้ายวันพระราชสมภพ  
สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา  
เจ้าฟ้ามหาจักรีสิรินธร มหาวชิราลงกรณวรราชภักดี  
สิริกิติ์การิณีพิริยพัฒน์ รัฐสีมาคุณากรปิยชาติ สยามบรมราชกุมารี**

- สองเมษาเสด็จจากฟ้า  
โลกสว่างทั่วธรณิน  
ไทยเทศต่างยลยิน  
พระเกริกเกียรติอาจอ้าง  
ลงดิน สุขเอย  
สุขสร้าง  
ปิติ สวัสดิ์เอย  
เทพฟ้าเสด็จมา
- พระเสด็จจากฝากฟ้า  
เพื่อดับทุกข์สุขสันต์  
หน้าที่เทพเทวัญ  
พระอัจฉริยะเลิศล้ำ  
แดนสวรรค์  
ทิวหน้า  
โอมแต่ง มานา  
เกิดให้เกียรติคุณ
- พระเสด็จโปรดทั่วแคว้น  
เพื่อประโยชน์นำชัย  
ทรงทรัพย์สิ้นสุขภูมิใจ  
ทรงเหนือยกกลางแดดจ้า  
แดนไทย  
ทิวหน้า  
แก่ราษฎร ล้วนเอย  
ตรัสให้กำลังใจ
- พระทรงงานไม่เว้น  
ความทุกข์ราษฎร์ต้องรูด  
รอซำจุจไฟจุด  
เหนื่อยยากกลับยกย่อน  
วันหยุด  
ดีบร้อน  
สุขนอก องค์กรเอย  
กลับให้ทรงยิ้ม

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(นายวิวัฒน์ บุรทัต ผู้ประพันธ์)



## 6 เมษายน 2567

### วันจักรี

• สมเด็จพระพุทธยอดฟ้า  
มหาราชาเกริกเดชา  
ยกสวรรคส์ฐุพสุธา  
กรุงเทพงามเลิศล้ำ

• ประเทศสยามรอดพ้น  
ด้วยพระบารมีราชา  
ทรงรักชาติศาสนา  
จึงพิทักษ์เลือดเนื้อ

• ไทยผ่านวิกฤติได้  
น้ำพระทัยภูวดล  
ปัญหาไม่มีผล  
ประมุขต้องรอบรู้

• ไว้ถ่วงแดง ณ ห้อง  
ไว้ไถ่เมืองอุดม  
ไว้เกียรติให้นิยม  
ไว้ทำชาติคือวัน

จุฬา โลกเอย  
สนั่นฟ้า

เรื่องรุ่ง งามเอย  
คู่ฟ้าเมืองไทย

อาณา นิคม  
ชาติเชื้อ

ยิ่งกว่า พระองค์เอย  
ชาติเชื้อชาวไทย

หลายหน  
ต่อสู้

เพราะพระ บารมี  
ดั่งร้อนขจัดภัย

บรรทม  
ชั่วชั้น

ก้องโลก เต็มวานา  
เก็บเบี้ย เยี่ยงโจร

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ผู้ประพันธ์)



### 13 เมษายน 2567 วันสงกรานต์

- วันสงกรานต์สืบสร้าง ประเพณี  
ตักบาตรทำทานดี จิตแผ้ว  
ญาติมิตรลวงลับมี อุทิศ บุญเอย  
กราบพ่อแม่ผู้ใหญ่อแล้ว รดน้ำอวยพร
- สงกรานต์ปีใหม่อ้าง นานมา  
พบญาติด้วยศรัทธา สืบสร้าง  
สงฆ์พระปฎิมา ตักบาตร  
ความผูกพันญาติร้าง อุทิศให้บุญกุศล

ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ผู้ประพันธ์)



## 14 เมษายน วันครอบครัว

- ลูกหลานจากบ้านจะ  
ความรักผูกพันพา  
พ่อแม่พี่น้องมา  
รักครอบครัวพี่น้อง  
โหยหา  
พวกพ้อง  
อบอุ่น ใจนา  
พบแล้วสุขเกษม

ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ผู้ประพันธ์)



**15 เมษายน 2567**

**วันเฉลิมศก**

- |                        |                |
|------------------------|----------------|
| • วันเปลี่ยนศักราชแล้ว | วันนี้         |
| จุลศักราชเพื่อชี้      | ใหม่ได้        |
| แบบใหม่ไม่ลับลิ        | จะง่าย จดจำ    |
| ปีใหม่ไทยเล็กใช้       | เปลี่ยนใช้สากล |

ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ผู้ประพันธ์)

## สังคมในแวดวง มศว



• งานสัมมนาวิชาการระดับนานาชาติ ภายใต้หัวข้อ **ค่านิยมทางสังคมเพื่อสันติภาพโลกอย่างยั่งยืน (Harnessing Social Values for Sustainable World Peace)** กล่าวต้อนรับ โดย รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล อธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กล่าวเปิดงาน โดย นายอนันต์ ดนตรี รองปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ การบรรยายช่วงที่ 1 โดยองค์ปาฐกกระตบนานาชาติ

- 1.นางแอนนา แฮมมาเกอร์น เอกอัครราชทูตสวีเดนประจำประเทศไทย
- 2.นายนาเคศ ลิงห์ เอกอัครราชทูตสาธารณรัฐอินเดียประจำประเทศไทย

การบรรยายช่วงที่ 2 โดยองค์ปาฐกกระตบชาติ

- 1.รองศาสตราจารย์ ดร.โกคิน พलगูล อดีตประธานรัฐสภา
- 2.ศ.ดร.ศุภชัย ปทุมนากูล รองปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม

3. ดร.ชุมพล พรประภา อุปนายกสภามหาวิทยาลัย ปฏิบัติหน้าที่แทนนายกสภามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ เมื่อวันที่ 22 มีนาคม 2567 ณ หอดนตรีและการแสดงโศกมนตรี ชั้น 4 อาคารนวัตกรรม ศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



## ข่าวชมรมฯ

- ชมรมฯ ขอแสดงความยินดีกับ **รศ.ดร.คุณหญิงสุมณฑา พรหมบุญ** และ **ศ.เกียรติคุณ ดร.ปานสิริ พันธุ์สุวรรณ** ที่ได้รับใบประกาศนียบัตร Thailand -PSF ระดับที่ 4 ครูที่เป็นผู้นำการพัฒนาวิชาชีพครูในระดับชาติ (Mastery Teacher) เมื่อวันที่ 21 มีนาคม 2567

- ชมรมฯ ขอแสดงความยินดีกับ **รศ.เฉลิมศักดิ์ สุภาพล** ที่ได้รับประกาศเกียรติคุณในการปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรม ต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 25 ปี จาก พลตำรวจเอกทวี สอดส่อง รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรม เมื่อวันที่ 16 มีนาคม 2567

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ กำหนดการประชุมประจำเดือน **เมษายน 2567 ในวันพฤหัสบดีที่ 4 เมษายน 2567** ระหว่างเวลา 09.30-11.30 น ณ ห้องประชุม ศ.ดร.สุดใจ เหล่าสุนทร ชั้น 2 สำนักหอสมุดกลาง เวลา 10.00 น. รดน้ำขอพรจากคณาจารย์/สมาชิกอาวุโส ที่ตอบรับแล้ว คือ **รศ.ดร.ธวัช บุรีรักษ์ รศ.ไมรี ชื่นสำราญ รศ.ดร.ชมพันธ์ ภูยธร ณ อยุธยา ผศ.ณัฐยา วิสุทิสิน ผศ.ดร.วชิรญา บัวศรี รศ.สาลี ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา** ขอเชิญชวนผ้าขึ้น หรือผ้าไทย รับประทานอาหารร่วมกัน

- การประชุมคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชุดที่ 20 ครั้งที่ 3/2567 วันพฤหัสบดีที่ 7 มีนาคม 2567 ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์ ดร.สุดใจ เหล่าสุนทร ชมรมฯ ขอขอบคุณ **ผศ.ดร.พิมพ์มา ม่วงศิริธรรม** และทีมงาน ที่มาช่วยจัดกิจกรรมกีฬาพาเพลินให้สมาชิก ได้ออกกำลังกาย บริหารสมอง ทำให้ผู้เข้าร่วมประชุมสนุกสนานร่วมกัน และขอขอบคุณ อาหารว่างหลากหลาย อันได้แก่ **ขนมปัง : อ.สุวัฒน์และ อ.มารศรี**

บัววารภรณ์ / ถั่วระเฉยี่ปุ่น : รศ.ดร.วิจิตร วรุตบางกูร / มะม่วงน้ำดอกไม้  
หวานหอม : รศ.วรรณิ์ โสภประยูร : / ชนุณ : ผศ.ระวีวรรณ พันธุ์พานิช /  
ข้าวโพดต้ม : อาจารย์พวงผกา คงอุทัยกุล/ ลัมโอ : คุณประยงค์ - คุณเต็ม  
วินิจวงศ์

● วันที่ 16-17 มีนาคม 2567 ชมรมจัดกิจกรรมทัศนศึกษา **ปากน้ำ  
ปราการเวลา** มีสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม 20 คน ได้รับความรู้ เพลิดเพลิน  
กันทั่วหน้า ขอขอบคุณ **รศ.สุภาพร สุขสีเหลือง** ที่ช่วยเป็นธุระจัดการจองที่นั่ง  
วีไอพี จำนวน 27 ที่นั่ง ให้ได้ชม ปากการเวลา The Thearte **ผศ.ดร.  
สมปรารถนา วงศ์บุญหนัก** และ**คุณลักษณะ สุวรรณประสิทธิ์**  
คนปากน้ำที่ช่วยดูแลจัดเตรียมร้านอาหาร ที่พัก จัดหาเรือชมบรรยากาศ  
สองฝั่งคลองป่าจากที่ยังร่มรื่น ขึ้นบาน มือกล้อง **รศ.ดร.สนอง โลหิตวิเศษ**  
**ผศ.ดร.สุชาดา สุธรรมรักษ์** และ **รศ. เกษมศรี วงศ์เลิศวิทย์** ที่ช่วย  
เขียนบทความ “ปราการเวลา ณ สมุทรปราการ” ในฉบับนี้ หักค่าใช้จ่ายแล้ว  
เหลือเงินเข้าชมรม 2,595 บาท

● เมื่อวันที่ 27 มีนาคม 2567 คณะสังคมศาสตร์เชิญสมาชิกชมรมผู้สูง  
อายุ มศวเข้าร่วมโครงการ SOC SWU ELDERLY โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจัด  
กิจกรรมการบริการวิชาการด้านสังคมสูงวัย ดังกำหนดการ

- การบรรยาย หัวข้อ "สุขใจ วัยเกษียณ" โดย : คุณพจนารถ ชี  
บังเกิด (ไค้ชจิมมี)

- การอบรมเชิงปฏิบัติการ ออกกำลังกายแบบง่าย ๆ กับกิจกรรม  
"ผ้าขาวม้า พากายชยัป" โดย : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อัจฉริยะ อเนก

- นิทรรศการให้ความรู้ด้านวิชาการและสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงวัย  
ฯลฯ ณ โถงชั้น 1 และห้องประชุม ศ.ดร.ประสาท หลักศิลา ชั้น 2 อาคาร  
คณะสังคมศาสตร์ คณะกรรมการและสมาชิกชมรมฯ ที่เข้าร่วมโครงการ :  
รศ.ดร.ธวัช บุรีรักษ์ รศ.ดร.วิจิตร วรุตบางกูร ผศ.พนอ อัครวุจจานนท์ ผศ.พัชรา

สุทธิสำแดง อ.ดร.ละเอียด รัชษ์เฝ้า ผศ.ณัฐยา วิสุทธิสิน คุณสนธิ เหล่ารัตนเวช ผศ.ดร.สุณี รักษาเกียรติศักดิ์ อ.พวงผกา คงอุทัยกุล ผศ.ดร.วิลาสลักษณ์ ชวัลลสิทธิ์ รศ.ดร.อรพรรณ พรสีมา รศ.ดร.สนองโลหิตวิเศษ ชมรมฯ ขอขอบคุณ **ผศ.ดร.**

**ประภาพรณ โรจน์ศิริรัตน์** รองคณบดีคณะสังคมศาสตร์ ที่ให้การดูแลต้อนรับเป็นที่ประทับใจ ได้ประโยชน์ได้รับความรู้ที่สามารถนำไปใช้ได้เป็นอย่างดี

- ชมรมฯ ขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรมร่วมทำบุญเพื่อบุรณะและทำนุบำรุงพิพิธภัณฑ์พระตำหนักสมเด็จพระสังฆราชแพ ติสสเทโว พระสังฆราชพระองค์ที่ 12 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ณ วัดสุทัศน์เทพวรารามราชวรมหาวิหาร แขวงเสาชิงช้า และเข้าเยี่ยมชมรัฐสภา วันที่ 27 พฤษภาคม 2567 (รดตู้ 3 คัน) รับสมาชิก จำนวน 30 คน กำหนดการดังนี้

วันที่ 27 พฤษภาคม 2567

07.00 น. รดตู้ออกจาก มศว

08.00 น. ถึงวัดสุทัศน์ เข้ากราบสักการะพระศรีศากยมุนี ณ พระวิหาร และพระตรีโลกเชษฐ ณ พระอุโบสถ สักการะพระบรมราชานุสาวรีย์รัชกาลที่ 8 (วัดประจำในหลวงรัชกาลที่ 8)

10.30-11.30 น. ทำบุญเลี้ยงพระจำนวน 9 รูป (ถวายภัตตาหารปิ่นโต) ณ พระตำหนักสมเด็จพระสังฆราชแพ คณะ 6 จากนั้นเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์ ซึ่งจัดแสดงโบราณวัตถุในพระตำหนัก กราบสักการะพระอัฐิสมเด็จพระสังฆราชแพ พระสุนทรวาณี หลวงพ่อคำ

11.30 น. ทานอาหารกลางวันร้าน...

12.30 น. เดินทางไปรัฐสภา (เกียกกาย)

13.00-15.30 น. เข้าเยี่ยมชมรัฐสภา

ค่าใช้จ่ายคนละ 1,300 บาท

- ข้าราชการบำนาญผู้ที่ได้รับเงินบำนาญเดือนละ 13,500 บาท ขึ้นไป (ไม่รวมเงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 65 ปีบริบูรณ์และผู้ได้รับเงินบำนาญ เดือน

ละ 27,000 บาทขึ้นไป (ไม่รวม เงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 70 ปี บริบูรณ์ หลังจากวันเกิดสามารถ ติดต่อส่วนทรัพยากรบุคคล (กองการเจ้าหน้าที่เดิม) อาคารสำนักงานอธิการบดีตึก 9 ชั้น 3 เพื่อยื่นเรื่องขอรับ บำเหน็จดำรงชีพ ท่านสามารถสอบถามรายละเอียดได้ที่ 02-260-3558 และ เตรียมหลักฐาน ดังต่อไปนี้ อย่างละ 2 ชุด 1. สำเนาบัตรประชาชน 2. สำเนาทะเบียนบ้าน 3. สำเนาหน้าสมุดบัญชีธนาคารที่ต้องการให้โอนเงินเข้า

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ใครขอให้ผู้บริจาคเงินเข้าชมรมฯ ตรวจสอบรายชื่อจากจดหมายข่าวของชมรมฯ ในแต่ละเดือน หากไม่ ปรากฏรายชื่อของผู้บริจาคภายใน 1-2 เดือน โปรดติดต่อกับคุณเกษม สุนันทเกษม 081-755-9823 หรือคุณพิศมัย พนาเวศร์ 081-412-1310 และหากท่าน สมาชิกมีความประสงค์ที่จะร่วมบริจาคเงินเข้าชมรมฯ โปรดแสดงความจำนงได้ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว ชื่อบัญชีชมรมผู้สูงอายุ มศว เลขที่บัญชี 2686-3 ชมรมฯ ขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

- ชมรมผู้สูงอายุ มศว ขอแสดงความเสียใจกับ ครอบครัว **สุนันทเกษม** ในการถึงแก่กรรมของ **คุณเกษม สุนันทเกษม** สวดพระอภิธรรม ระหว่างวันที่ 9 -11 มีนาคม 2567 ณ วัดศาลาแดง (ศาลา 11) และท่านได้อุทิศ ร่างกายให้โรงพยาบาลศิริราช

- ชมรมผู้สูงอายุ มศว ขอแสดงความเสียใจกับ ครอบครัว **รอดประเสริฐ** ในการถึงแก่กรรมของ **ผศ.ประชุม รอดประเสริฐ** สวดพระอภิธรรม ระหว่างวันที่ 28 - 29 มีนาคม 2567 ณ วัดพระศรีมหาธาตุ ศาลา 3 ฌาปนกิจศพ วันที่ 2 เมษายน 2567 เวลา 16.00 น

## ผู้บริจาคเงิน

- |                          |           |
|--------------------------|-----------|
| 1. อ. อรพินท์ แก้วลาย    | 1,000 บาท |
| 2. รศ. เฉลียวศรี พิบูลชล | 1,000 บาท |

## รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิด เดือนเมษายน

ขออวยพรวันเกิดประเสริฐขวัญ  
ให้ทุกคนมีแต่สุขทุกข์จางหาย  
สรรพทุกข์สรรพโศกไม่กล้ากราย  
สิ่งใดหมายขอให้ได้ดังใจปอง

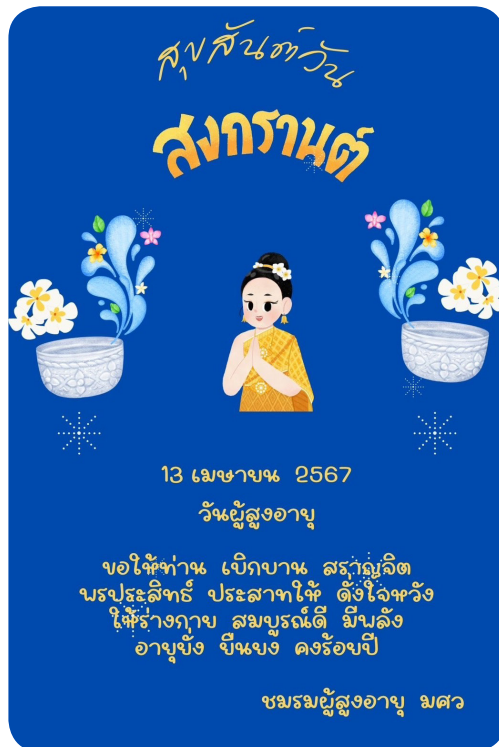
รศ. สุภา ปานเจริญ ผู้ประพันธ์

1. ผศ. วิชิต ไชตติกรกุล
2. รศ. ปราวณี วานิชเจริญธรรม
3. คุณชวนชื่น กาญจนภี
4. อ. สมบูรณ์ คิงหมานนท์
5. คุณสุพรรณิ เชษฐีชาวาลิต
6. คุณไพรัช ชินะผา
7. คุณพรสนอง แต่งไทย
8. รศ. เทเวศร์ พิริยะพูนท์
9. คุณวานิช วาณิชยากกุล
10. อ. บัณฑิต แพนลีนฟ้า
11. คุณวิไล มาโนชญ์จิต
12. อ. สุภาลักษณ์ พงษ์สุวรรณ
13. ผศ. ทรงกลด อภิมนตรีรักษา
14. อ. วิวัฒน์ บุรทัต
15. รศ. วิไล รัตนตยารมณ
16. ผศ. พินิจ เทพสาธิต
17. อ. อุไร สังขนันท์
18. อ. สุจิตรา นิลสุวรรณโฆษิต
19. คุณติ่ม วินิจวงษ์
20. อ. ดร. กาญจนา รุ่งตราพันธ์
21. คุณเสถียร โพธิ์สุวรรณ
22. คุณอุษา ศรีจินดารัตน์
23. รศ. สุรณี อิงคากุล
24. ผศ. สนั่น วีระพงษ์
25. อ. นฤมล เกตุปมา
26. ผศ. ดร. สายสนม ธรรมพิทักษ์
27. รศ. นิภา ศรีไพโรจน์
28. รศ. ดร. วิจิตร วรุตบางกูร
29. อ. ทศนีย์ เจตสันต์
30. อ. บุญเรือง แก้วสะอาด
31. คุณรัชนี นพจิราพงษ์
32. อ. นรินทร์ พงษ์พันธ์ุ์
33. รศ. สมหวัง คุรุรัตนะ
34. คุณชูศรี บุญยฤทธิ

35. คุณกรรณิการ์ ชาวบ้านเกาะ
- (37) อ. นวธิตา อติแพทย์
39. ผศ. ถวิลวงค์ บุญหงษ์
- (41) อ. ปราณีต เลิศไกร
43. อ. สมทรง วิเชียร
45. ผศ. รุจิวรรณ พานิชชัยกุล
47. ผศ. วันเพ็ญ พงษ์ประยูร
49. ศ. ดร. เสาวนีย์ จักรพิทักษ์
51. อ. ดร. พัฒนา ชัยพงศ์
53. ผศ. เพ็ญณี ดิสกะประกาย
55. ผศ. จำรัส น้อยแสงศรี
57. อ. อรพินท์ แก้วลาย
59. คุณพรนิภา โชติกเสถียร
61. คุณนงลักษณ์ พจนการักษ์
63. อ. ชุติพร สุภธีระ
65. ผศ. ประเสริฐ เชษฐพันธ์
67. รศ. นฤมล กาญจนทัต
69. อ. สมชาย สุริยะศิริบุตร
- (71) ☆อ. ทิพมาศ แก้วชิม
73. คุณชลิษา ลิงหเรศร์
75. คุณวิจิตร อักษรชู
77. ผศ. ศรีจันทร์ พันธุ์พานิช
36. ผศ. มาลี โทณานนท์
38. ผศ. สุวณิช พรหมสุทธิรักษ์
40. อ. สุจิตต์ รักษ์เฝ้า
42. คุณณัฐชยาน์ ไกรลาสสุวรรณ
44. รศ. พวา พันธุ์เมฆา
46. คุณวรรณิ์ สุขละมุล
48. ผศ. วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา
50. รศ. สิริพร เกรียงไกรเพชร
52. ผศ. อุษณา กาญจนทัต
54. รศ. ผกา แสงสุวรรณ
56. อ. ชำนาญ แสงแก้ว
58. อ. ดร. สุวรรณฯ พันธุ์รัตน์
60. ผศ. สุมานิน รุ่งเรืองธรรม
62. รศ. จุฑามาศ เทพชัยศรี
64. ผศ. พัชรินทร์ ขวัญชัย
66. ผศ. สุดใจ พงศ์กล้า
68. คุณดวงดาว พันธิตพงษ์
70. ผศ. บรรจง ลัพพะเลข
- (72) ☆ผศ. รัตนา เจริญสาธิต
74. คุณสมศรี ส่งวัฒนา
76. รศ. มาลี ไวกุศลสิริกุล

หมายเหตุ : สมาชิกที่มีเครื่องหมาย ○ ติดต่อขอรับเงินบำเหน็จ  
อาวุโสที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว จำกัด **เฉพาะท่านที่เป็นสมาชิก  
สหกรณ์เท่านั้น** (สมาชิกควรมาในวันที่อายุครบหรือซ้ำไม่เกิน 90 วัน)  
พร้อมบัตรประจำตัวประชาชน และทะเบียนบ้าน

☆ บำเหน็จดำรงชีพ อายุ 70 ปีบริบูรณ์



## วาทะธรรม :

ข่าวมงคลของพระสงฆ์ไทย : สถาบันนวมานันทา ประเทศอินเดีย มีมติ  
ถวายตำแหน่ง ตรีปิฎกอาจารย์ (ผู้รู้แตกฉานในพระไตรปิฎก) แต่สมเด็จพระ  
พุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตโต นับเป็นองค์ที่สองของโลก องค์แรกคือ..พระถัง  
ซัมจั๋งของจีน หรือภิกษุเสวียนจั้ง



### พระตรีปิฎกอาจารย์ พระพุทธโฆษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต)

ขอนอบน้อมศิรกราน ตรีปิฎกอาจารย์  
ผู้แตกฉานพุทธตำรา

ชื่อก้องกระฉ่อนโลกา นวมานันทา  
มอบตำแหน่งทรงกิตตินาม

รอบรู้ไตรปิฎกสาม บันทึกข้อความ  
ลึกซึ้งในพุทธธรรม

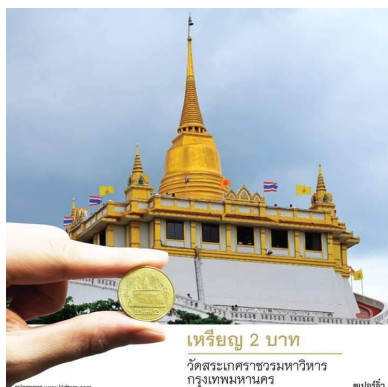
คนไทยควรได้กระทำ อันควรน้อมนำ  
ถวายคารวะยินดี

พิสิษฐ ศิวาลัย  
๒๔ มี.ค.๖๗

(ภาพย้ฉบับ ๑๖)



## บอกเล่าเก้าสิบ : วัดบนเหรียญ



## พระราชดำรัส



"ขอขอบคุณทุกท่าน ที่นอกจากจะมาร่วมงานในวันนี้แล้ว ยังมาร่วมอวยพรวันเกิด เรื่องสุขภาพสำคัญที่สุด ซึ่งเป็นไปตามวัยขณะนี้ยังเดินไหว แต่เดินเร็วไม่ค่อยดี หมอบอกห้ามล้ม ต้องค่อย ๆ เดิน ทุกคนเป็นกำลังใจให้พยายามรักษาสุขภาพให้ดี เวลานี้มีกิจการงานต่าง ๆ มากขึ้น แต่ความจำไม่ค่อยดี ต้องบันทึกไว้เข้าใจซ้ำ แม้ถึงอายุจะเยอะกันแล้ว แต่ต้องพัฒนาตัวเองอยู่เสมอ รวมทั้งได้ทำสิ่งที่มีประโยชน์ช่วยเหลือผู้อื่นและตนเอง มีอะไรก็ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน"

พระราชดำรัส

สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี  
ในโอกาส 107 ปีแห่งการสถาปนาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (26 มีนาคม 2567)

## ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ

เหตุการณ์เกิดเมื่อวันพุธ ที่ 30 พฤศจิกายน 2559

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จฯ ไปทรงเปิดการประชุมวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 42 พร้อมทั้งทรงฟังปาฐกถาพิเศษของนักวิทยาศาสตร์รางวัลโนเบล ณ โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ ลาดพร้าว...หลังจากทรงฟังบรรยายเสร็จแล้ว ก็จะมีนิทรรศการโครงการวิทยาศาสตร์ที่นักเรียนระดับชั้นมัธยมที่ได้รับรางวัลชนะเลิศ มานำเสนอผลงานให้ทรงทอดพระเนตร ซึ่งบุญนิทรรศการของโรงเรียนสทิงพระวิทยา จ.สงขลา น้องนักเรียนผู้หญิงชื่อบุปผา ได้ถวายรายงานจนจบ ต่อจากนั้นได้หันไปหยิบเอกสารฉบับหนึ่ง แล้วกราบบังคมทูลสมเด็จพระเทพรัตนฯ ว่าขอพระราชทานทูลเกล้าทูลกระหม่อมถวายเอกสารใบส่งตัวคนไข้พร้อมทั้งลงไปกราบพระบาท แล้วเล่าถวายว่า

เค้านี้คือเด็กผู้หญิงที่ถูกน้ำมันในตะเกียงไฟลวกหน้า และลำตัวตั้งแต่ อายุ 6 เดือน ตอนอายุได้ 2 ขวบสมเด็จพระเทพฯได้เสด็จฯไปจังหวัดสงขลา แล้วแม่ของน้องบุปผาได้เข้าเฝ้าฯรับเสด็จ และขอพระราชทานความช่วยเหลือที่หน่วยแพทย์ ซึ่งท่านได้ทรงรับเด็กหญิงคนนี้เป็นคนไข้ในพระราชานุเคราะห์ เมื่อราวๆ 16 ปีก่อน...ทำให้เค้าได้รับการรักษาจนอาการดีขึ้น ถึงแม้จะมีแผลเป็นบนใบหน้าโดนเพื่อนล้อต่างๆ เค้าก็ตั้งใจเรียนโดยไม่ย่อท้อ เพื่อวันหนึ่งจะมีโอกาสได้เข้าเฝ้าฯ กราบพระบาทสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ ที่แม่เค้าเคยสอนไว้ ซึ่งวันนี้เค้าทำสำเร็จแล้ว...

น้องบอกกับพระองค์ท่านว่า ตั้งใจเรียนได้ที่ หนึ่งมาตลอด แล้วอยากตอบแทนสังคมด้วยการเป็นคุณครู ตอนนี้อยู่สอบตรงมหาวิทยาลัยสงขลา

นครินทร์ ท่านรับสั่งว่าขอให้ตั้งใจถ้าสอบได้ จะพระราชทานทุนให้เรียน  
จนจบ โห นื่องน้ำตาท่วมก้มลงไปกราบอีกรอบ ทุกคนรอบข้างนี้ น้ำตาไหล  
กันหมด...



## ลมหายใจ

ขอพาท่านมารู้จักสิ่งที่สำคัญที่สุด ที่มาพร้อมกับเราตั้งแต่เกิด จนสุดท้ายของชีวิต แค่นั้นยังไม่พอ ยังสามารถนำพาเราไปสู่ภพภูมิต่างๆ ที่เป็นที่สุด แห่งภพภูมิ ได้อีกด้วย “สิ่งศักดิ์สิทธิ์ คือ ลม หายใจ” ณ ปัจจุบันนี้ มีงานวิจัยมากมาย รวมถึงคัมภีร์โบราณ ต่างบรรยายสรรพคุณของ ลมหายใจ ไว้มากมายมหาศาล โดยที่ ผู้นำความลับนี้มาบอกเป็นครั้งแรก ได้แก่ “พระพุทธเจ้า” นั่นเอง “ลมหายใจคือสิ่งมหัศจรรย์ที่สุดในตัวเรา” แต่ก็ เป็นสิ่งที่ถูกมองข้าม มากที่สุด เช่นกัน ลมหายใจ เป็นสิ่งที่มีพลังมหาศาล และเป็นเหตุปัจจัยสำคัญที่ทำให้พระพุทธเจ้าตรัสรู้ความจริงของจักรวาล แม้ในวันนี้ โลกได้มีวิวัฒนาการกว้างไกลไปมาก มาลองดูวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับลมหายใจดูบ้าง เพื่อที่จะให้ทุกคนได้เห็นคุณค่าของลมหายใจอย่างเป็นรูปธรรม จะได้รู้จักการทำงานของกายและใจของตนผ่านลมหายใจ ตอนนี้เป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุดแล้ว มาดูกัน

### 1) ลมหายใจกำหนดอายุขัย

รู้ไหมว่า ลมหายใจมีความสัมพันธ์โดยตรงกับอัตราการเต้นของ "หัวใจ" ด้วยนะ สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมทุกชนิด มีขีดจำกัดของการเต้นของหัวใจอยู่ที่ 1 พันล้านครั้งในชีวิต หากสัตว์ชนิดไหน "หายใจถี่หายใจตื้น" มันจะอายุสั้น ส่วนสัตว์ชนิดไหน "หายใจช้าหายใจลึก" มันจะอายุยืน ฉะนั้น สิ่งนี้จึงเป็นข้อบ่งชี้ให้คุณประเมินตัวเองได้เลยว่า คุณจะอายุสั้นหรืออายุยืน ก็จะสามารถรู้ได้จากการฝึกดูลมหายใจนั่นเอง

### 2 ) หายใจถูกต้องป้องกันและรักษาโรคร้าย ได้มากมาย

เมื่อเรา "ฝึกลมหายใจให้ลึกและยาว" คุณจะพบว่าโรคต่างๆ ที่เป็น

เรื่อร้างมานาน สามารถหายไปได้ ได้แก่

### 2.1 โรคไมเกรน

ท่านโกเอ็นก้า วิปัสสนาจารย์มหาเศรษฐีชาวอินเดีย ไปรักษาโรคนี้ที่ไหนก็ไม่หาย สุดท้ายก็หายได้จากการฝึก อานาปานสติ นี่ก็คือต้นเหตุที่ทำให้การปฏิบัติธรรมสายท่านโกเอ็นก้า เป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางไปทั่วโลก เหมือนทุกวันนี้

### 2.2 โรคหัวใจและโรคความดัน

การ "หายใจลึกและช้า" สามารถลดความดันโลหิตลงได้อย่างเห็นผลทันตา และสามารถช่วยผู้ป่วยที่มีอาการหัวใจกำเริบ ให้อาการดีขึ้นได้ด้วย การ "หายใจลึกๆ และช้า"

### 2.3 โรคเครียดเรื้อรัง

โรคนี้นำมาซึ่งโรค อื่นๆ เป็นแพคเกจใหญ่เลย ทั้งนอนไม่หลับ ภูมิคุ้มกันบกพร่อง สารพิษเพิ่มในเลือด ซึ่งสำหรับวิธีแก้ที่ นพ.แอนดรู ไวส์ แพทย์ชื่อดังเคยกล่าวเอาไว้ว่า “หากจะให้ผมแนะนำเคล็ดลับการมีสุขภาพที่ดีเพียงข้อเดียว ผมจะบอกสั้นๆ แค่ว่า จงฝึก "หายใจอย่างถูกวิธี"

### 3 ) ลมหายใจกับออกซิเจน

ร่างกายคนเราต้องการออกซิเจน ในการทำทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งกิน กะพริบตา เคี้ยว นอกจากนั้นการ "หายใจลึกและยาว" จะช่วยบำรุงสมอง รักษาความจำ และชะลอโรคต่างๆ ยิ่งคุณหายใจถูกต้อง "ลึกและยาว" เท่าไหร่ ออกซิเจนก็จะเข้าสู่ร่างกายคุณได้มากมายมหาศาลเท่านั้น และมันจะทำให้คุณฉลาดมากขึ้นเพราะสมองได้รับออกซิเจน ที่เพียงพอ

### 4 ) หายใจเป็น ทำให้หน้าเด็ก

เมื่อหายใจเป็น หายใจเต็มปอด ออกซิเจนจะไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของ

ร่างกายอย่างทั่วถึง ทำให้ใบหน้ามีน้ำมีนวล เต่งตึง สดใส อ่อนกว่าวัย และ  
ขับสารพิษได้อีกด้วย

#### 5) ลมหายใจเป็นตัวกำหนด ระดับความสำเร็จในชีวิต

คุณควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ดีแค่ไหน? รู้ไหมว่า อากาศที่เราหายใจ  
เข้าไป มีผลต่ออารมณ์โดยตรง หากคุณตื่นตื่น โกรธ กลัว หรือประหม่า  
ลองฝึก "หายใจเข้าออกยาวๆ" ดู เพราะการหายใจลึกๆ ยาวๆ จะทำให้  
เลือดไปเลี้ยงสมองส่วนหน้า ที่เป็นตัวบริหารและควบคุมอารมณ์ต่างๆ  
โดยตรง สมองส่วนนี้ ยิ่งแข็งแรงมากขึ้นเท่าไร คุณก็จะเป็นอีกคนที่มีสิทธิ์  
ที่จะควบคุมอารมณ์ของตัวเอง และกำหนดชะตาชีวิตใหม่ให้ตัวเอง ไม่ตก  
เป็นทาสของความกลัว ความโกรธ ความเกลียด มากขึ้นเท่านั้น

6) สุดท้ายนี้ อยากให้ลองเอาสิ่งที่บอกเล่านี้ ไปฝึกทำดูนะ - นั่นก็  
คือฝึก "หายใจเข้า/ออกให้ยาวๆ" แรกๆ อาจจะอึดอัด ก็ให้ลดการบังคับ  
ควบคุมมัน และออกมาดูว่า ตอนนี้อารมณ์ของลมหายใจ ที่ไม่เคยฝึกมัน  
ก็เป็นแบบนี้ ค่อยๆ ทำไปและบอกตัวเองเป็นเชิงสัญลักษณ์ เช่น ทุกครั้งที่  
เห็นวัตถุสีขาว จะกลับมาอยู่กับลมหายใจ และฝึกหายใจยาว ทำไปสบายๆ  
สนุกกับมัน สังเกตสิ่งที่ปรากฏขึ้นกับร่างกายและความรู้สึกนึกคิดของเรา  
ออกมาเป็นผู้รู้ ผู้ดู ผู้สังเกตการณ์ ชะบั้ง เพราะการเอาแต่ควบคุม ทุก  
อย่าง โดยไม่รู้จักรูปร่างหน้าตาของมันนั้น ทำให้เราเป็นทุกข์มานานเกินไปแล้ว  
ทีนี้ก็ลอง ออกมาเป็นผู้ดู เพื่อเห็นความจริง เกี่ยวกับตัวเองดูบ้าง ทำไป  
เรื่อยๆ เน้นต่อเนื่องมากกว่า เก่ง แล้วคุณก็จะเป็นอีกคนหนึ่ง ที่ "หายใจ  
เป็น" และรู้ด้วยตัวเองกับตากับใจว่า ไม่มีสมบัติชิ้นใดจะมีค่ามากไปกว่า  
"การหายใจอย่างถูกต้อง" อีกแล้ว ขออนุโมทนาในบุญกุศลของทุกท่าน ที่  
ได้ทำ ด้วย

## รูรั่ว

ข้อคิดเรื่อง "รูรั่วในเรือสีแดง"

ชายคนหนึ่งถูก ถูกจ้างให้ทาสีเรือ เขาก็นำสีและพู่กันมา และเริ่มทาสีเรือให้เป็นสีแดงสดตามที่เจ้าของอยากได้ ขณะทาสีเขาสังเกตเห็น รู เล็ก ๆ ในตัวถัง และเขาก็ซ่อมแซมมันโดยไม่ได้บอกใคร เมื่อเขาทาสีเสร็จ เขาก็รับเงินและจากไป

วันรุ่งขึ้นเจ้าของเรือมาหาช่างทาสี และยื่นเช็คให้เขาซึ่งมีมูลค่ามากมาย ช่างทาสีรู้สึกประหลาดใจ และพูดว่า

"คุณจ่ายเงินให้ผมแล้วสำหรับการทาสีเรือแล้วนี่นา"

"แต่ไม่ใช่สำหรับงานทาสี มันเป็นค่าซ่อมรูในเรือต่างหาก"

"อ้อ! แต่มันก็เป็นบริการเล็ก ๆ น้อย ๆ ... ไม่จำเป็นที่จะต้องจ่ายเงินมากมายอะไรหรอกครับ"

"ช่างทาสีที่น่ารัก ผมอยากบอกอะไรคุณ อยากให้คุณรู้ว่าอะไรเกิดขึ้น ตอนที่ผมมาขอให้คุณทาสีเรือ ผมลืมนุดถึงรูรั่วที่ตัวถังเรือ เมื่อสีเรือแห้ง ลูก ๆ ของผมก็นำเรือไปตกปลา พวกเขาไม่รู้ว่ามึรูรั่ว ตอนนั้นผมไม่อยู่บ้าน เมื่อผมกลับมาและเห็นว่าพวกเขาเอาเรือของผมออกทะเลไป ชีวิตผมเหมือนพังทลายไป เพราะรูดีที่ว่าเรือมีรอยรั่ว"

"คุณลองนึกภาพความปิติ ความโล่งใจและความสุขของผม เมื่อผมเห็นพวกเขานำเรือกลับจากการตกปลา จากนั้นผมก็ตรวจสอบเรือและพบว่าคุณซ่อมมันให้แล้ว!

คุณเห็นไหมว่าคุณทำอะไร คุณทำมากกว่าการอุดรูรั่วของเรือ คุณช่วยชีวิตลูกของผม เงินที่ผมให้ ไม่ได้มากมายอะไรไปกว่าการตอบแทนที่



คุณช่วยชีวิตลูกผม ด้วยสิ่งเล็กน้อย แต่มันมากมายและเป็นทั้งชีวิตของคุณ และตัวผม"

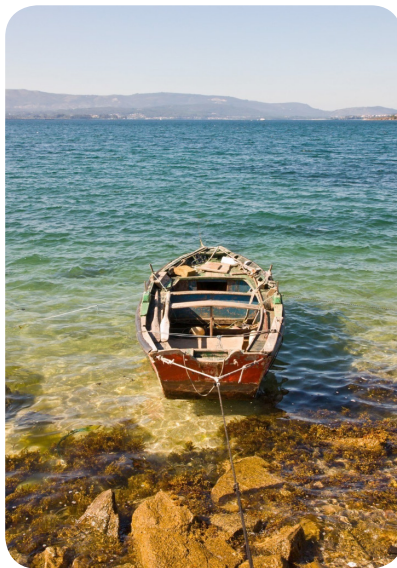
ดังนั้นไม่ว่าเมื่อไหร่ก็ตามที่คุณเห็นรูรั่ว รอยร้าวในชีวิต การไม่นิ่งเฉยหาทางแก้ไขให้เขา สิ่งเหล่านั้นคือสิ่งที่ควรทำมากที่สุด

คุณไม่มีทางรู้ว่าเมื่อใดที่มีคนต้องการเราหรือไม่ เมื่อพระเจ้าทรงสร้าง ความประหลาดใจที่น่ายินดีที่เราจะช่วยเหลือ และให้ความสำคัญกับใครบางคน

ระหว่างทางคุณอาจซ่อม 'รูรั่ว รอยร้าว' จำนวนมากสำหรับชีวิตของหลาย ๆ คนโดยไม่ทราบว่าคุณได้ช่วยชีวิตกี่คน หรือก็ครบครันแล้ว

"จงอุดรอยรั่ว รอยร้าวในใจ ของตัวเอง และของผู้อื่น"

"จงอย่านิ่งเฉยในการทำความดี"



## ปรากฏเวลา ณ สมุทรปราการ

รศ. เกษมศรี วงศ์เลิศวิทย์<sup>1</sup>

วันที่ 16 - 17 มีนาคม 2567 ชมรมผู้สูงอายุ มศว นำสมาชิกจำนวน 20 คน ไปชมการแสดงสื่อผสมประกอบเพลงชื่อ “ปรากฏเวลา เดอะเธียเตอร์” ณ โรงละครกลางแจ้งป้อมพระจุลจอมเกล้า สมุทรปราการ ที่ข้าพเจ้าอยากเรียกว่าปรากฏที่ไร้กาลเวลา เพราะปรากฏนี้ จะยังคงอยู่ในความทรงจำของเราต่อไปอีกตราบนานเท่านาน

การแสดงเริ่มเวลา 18.30 - 20.00 น. ด้วยความสะดวกในการเดินทางของสมาชิกและเพื่อให้เรารู้จักจังหวัดสมุทรปราการมากขึ้น ชมรมจึงจัดทริปแบบค้างคืน พร้อมทั้งพาชมสถานที่สำคัญ ๆ ในเมืองสมุทรปราการ รับประทานอาหารขึ้นชื่อ และนำชมวิถีวิถีทัศน์สองฝั่งคลองสรรพสามิตช่วงปากน้ำที่จะออกสู่อ่าวไทย

นี่น่าจะเป็นคำตอบของคำถามซ้ำ ๆ จากหลายคนว่า ไปเที่ยวสมุทรปราการต้องค้างคืนด้วยหรือ แต่ส่วนตัวข้าพเจ้าแล้ว คิดว่าโชคดียิ่งที่ได้ค้างคืนที่สมุทรปราการ

ข้าพเจ้าจึงขอถ่ายทอดความรู้ ความสุข ความสนุกสนานจากการเดินทางในทริปสั้น ๆ นี้สู่ท่านผู้อ่านตามความรู้สึกส่วนตัวของข้าพเจ้า ผู้ที่แทบจะไม่รู้จักจังหวัดสมุทรปราการนอกจากในตำรา

เวลา 09.00 น. ของวันที่ 16 มีนาคม 2567 เราออกเดินทางจากมศว มุ่งสู่อำเภอเมืองสมุทรปราการ สถานที่แรกที่เข้าชม คือ อุทยานการเรียนรู้และหอชมเมืองสมุทรปราการที่เด่นเป็นสง่าอยู่กลางเมือง ใช้เวลาสร้างกว่า 10 ปี ด้วยงบประมาณ 500 ล้านบาท ความสูง 25 ชั้น

---

<sup>1</sup> ข้าราชการบำนาญ คณะมนุษยศาสตร์ มศว

หรือ 179.55 เมตร ชั้นล่างเป็นโถงต้อนรับ ชั้นที่สอง สาม และสี่จัดแสดงเรื่องในอดีต ตั้งแต่เริ่มต้นความเป็นมาของเมือง นำเสนอได้อย่างน่าสนใจในรูปแบบของสื่อ interactive ชั้นที่ 23 เป็นพื้นที่ชมวิวแบบ 360 องศา และชั้นที่ 25 จัดแสดงนิทรรศการเรื่องราวในปัจจุบัน ตั้งแต่สถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญ วิชาชีพ วิถีชุมชน สุขอนามัย เรื่องของศาสนา เรื่องของการจัดการน้ำอันเนื่องมาจากพระราชดำริ และจบลงด้วยชัตติยะปรการแห่งพระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ตามพระปณิธานว่า “เราจะสืบสาน รักษา ต่อยอด และครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์สุขแห่งอาณาประชาราษฎร์ตลอดไป” นับว่าเป็นสถานที่ทรงคุณค่าที่ร้อยเรียงเรื่องราวอย่างครบถ้วนของจังหวัดนี้

พวกเราไปถึงในเวลา 10.00 น. หอชมเมืองเริ่มเปิดทำการพอดี ผศ. ดร.สมปรรณนา วงศ์บุญหนัก ได้ติดต่อประสานงานเพื่อให้เราเข้าชมนิทรรศการไว้แล้ว และยังจัดอาหารว่างเป็นขนมจากและน้ำสมุนไพรต้อนรับอีกด้วย เจ้าหน้าที่นำเราชมแต่ละส่วนของการจัดแสดงตั้งแต่ชั้นที่สองจนถึงชั้นที่สี่ที่ โดยไม่ต้องก้าวขึ้นบันไดแม้แต่ชั้นเดียว เพราะเป็นทางลาดที่ทำให้เดินได้สบาย เริ่มต้นด้วยการนำเราเข้าห้องฉายวิดีโอทัศน์ 180 องศา ให้เราชมสองฝั่งเจ้าพระยาเสมือนอยู่ในเรือจริง ขณะที่นั่งชม เราจะรู้สึกถึงการลั่นสะเทือน การโคลงและการเอียงวูบของเรือ เมื่อจ้องจอฉายวิดีโอทัศน์ไปด้วยจะรู้สึกเวียนศีรษะ ซึ่งเจ้าหน้าที่ก็ได้แจ้งให้เราทราบว่าผู้ที่เวียนศีรษะง่าย ควรจะนั่งตรงกลางหรือค่อนข้างด้านหลังของห้องจะดีกว่า

จากนั้นนิทรรศการก็นำเราย้อนเวลาไปสู่อดีตสมัยกรุงศรีอยุธยา ช่วง พ.ศ.2163 - 2171 สมเด็จพระเจ้าทรงธรรมโปรดให้สร้างชุมชนนี้เป็นเมือง

หน้าด่านของกรุงศรีอยุธยา และค้าขายกับชาวฮอลันดา โดยพระราชทานที่ดินบริเวณคลองปลากดให้ชาวฮอลันดาสร้างเมืองการค้า เรียกว่า "นิวอัมสเตอร์ดัม" ปัจจุบันไม่เหลือร่องรอยของเมืองฝรั่งแห่งนี้แล้ว

หลังจากชาวฮอลันดาก็มีชาวลาว ชาวมอญ ชาวมุสลิม และชาวจีนมาตั้งถิ่นฐานทำมาค้าขายเกิดเป็นชุมชนต่าง ๆ ขึ้นมา

ต่อมาในสมัยรัตนโกสินทร์ พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ทรงสร้างป้อมแห่งแรกขึ้น ชื่อป้อมพิทยาคม ด้วยมีพระราชประสงค์ให้เมืองพระประแดงเป็นเมืองหน้าด่านอีกครั้งหนึ่ง

สมัยพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย ทรงเปลี่ยนชื่อเมืองพระประแดงเป็นนครเขื่อนขันธ์ และโปรดให้สร้างป้อมขึ้นอีกหลายป้อมเรียงรายตามสองฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา ในรัชกาลต่อๆ มามีการสร้างป้อมขึ้นอีกหลายป้อม รวมทั้งสิ้น 16 ป้อม หนึ่งในนั้นคือป้อมปู้เจ้าสมิงพรายที่ยังเหลือชื่อไว้ให้เรา รู้จัก ปัจจุบันเหลือให้เห็นเพียงสองป้อม คือป้อมผีเสื้อสมุทร และป้อมพระจุลจอมเกล้า ทั้งสองป้อมนี้อยู่ตรงข้ามกับริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา ป้อมพระจุลจอมเกล้า หรือที่มักเรียกกันสั้นๆ ว่าป้อมพระจุลนี้เป็นป้อมที่พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว โปรดให้สร้างขึ้น เพิ่งจะแล้วเสร็จได้เพียงสองเดือนก็เกิดวิกฤตการณ์ ร.ศ. 112 (พ.ศ. 2436) ขึ้น ที่ปากน้ำเจ้าพระยา

ที่หอชมเมืองเราได้ชมเรื่องราววิกฤตการณ์ ร.ศ. 112 ในรูปของการจำลองบรรยากาศการรบเสมือนจริง ผลของการรบกับฝรั่งเศสที่นำเรือมาปิดปากอ่าวครั้งนั้น ทำให้เราสูญเสียดินแดนฝั่งซ้ายของแม่น้ำโขง และเกาะต่าง ๆ ในแม่น้ำ และฝรั่งเศสยังเรียกร้องค่าเสียหายเป็นเงิน 3 ล้านฟรังก์ (บางแห่งบอกว่า 2 ล้านฟรังก์ - ผู้เขียน) รวมทั้งยึดเมืองจันทบุรี

เป็นประกัน จากเหตุการณ์ครั้งนั้น ทำให้พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงโทมนัสอย่างยิ่ง ทรงปรับพระราโชบายในการนำประเทศสู่ความทันสมัย และแสวงหาพันธมิตรจากมหาอำนาจของโลกในยุคนั้น ดังที่พวกเราทราบกันดีอยู่แล้ว

จากนั้นเราขึ้นลิฟท์ไปชมวิว 360 องศา บนชั้นที่ 23 ซึ่งเป็นห้องกระจกโดยรอบ เรามองเห็นแม่น้ำเจ้าพระยาช่วงที่จะออกปากอ่าวไทย สะพานภูมิพลหนึ่งและสอง และมองเห็นสถานีรถไฟฟ้าวัดโกลจากหอชมเมือง มีทางเดินลอยฟ้าจากสถานีเข้าสู่หอชมเมืองด้วย แต่ขณะนี้ทางเดินลอยฟ้ายังไม่เปิดใช้ ต่อไปการมาชมสถานที่แห่งนี้จะสะดวกมากยิ่งขึ้น สมาชิกหลายคนตั้งใจว่าจะนำลูกหลาน มาชมในภายหลัง หอชมเมืองเปิดทุกวันเว้นวันจันทร์ ตั้งแต่ 10.00 น. จนถึง 17.00 น. โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ส่วนการเข้าชมนิทรรศการ โดยมีเจ้าหน้าที่นำชมนั้น รอบสุดท้ายคือ 15.00 น.

หลังจากเพลิดเพลินกับการย่อนอดีตของสมุทรปราการเป็นเวลาเกือบ 2 ชั่วโมง เราไปทานมื้อเที่ยงที่ร้านก๋วยเตี๋ยวเจ้าเจ๊จุกที่ขึ้นชื่อเรื่องเย็นตาโพร้านนี้คิวยาวล้นออกมานอกถนน โชคดีที่ ผศ.ดร.สมปรรารถนา จองห้องเออร์ไว้ให้ หลังจากทราบว่าพิพิธภัณฑ์ทหารเรือของโรงเรียนนายเรือ ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากร้านอาหาร เปิดให้เข้าชมได้ในวันเสาร์และอาทิตย์ สมาชิกหลายคนอยากเข้าชม น่าเสียดายที่เรามีเวลาไม่มาก จึงชมได้เพียงสองห้อง คือห้องของกรมหลวงชุมพร และห้องจำลองเรือที่ใช้ในพระราชพิธีพืพยุหยาตราทางชลมารค เป็นพิพิธภัณฑ์ที่น่าสนใจมาก โดยเฉพาะผู้บรรยายเป็นหนึ่งในฝีพายพระบรมเรือ จากนั้นไปไหว้พระสมุทรเจดีย์ที่มองลงมาจากหอชมวิวชั้นที่ 23 เห็นพระเจดีย์นี้อยู่ฝั่งตรงข้ามแม่น้ำเจ้าพระยา ชาวเมืองเรียก

ว่าพระเจดีย์กลางน้ำ เพราะแต่เดิมตั้งอยู่บนเกาะที่มีน้ำล้อมรอบ แต่ภายหลังแม่น้ำต้นเขินจนเป็นแผ่นดินเชื่อมติดกัน พระเจดีย์แห่งนี้ เริ่มสร้างในสมัยรัชกาลที่สอง แล้วเสร็จในรัชกาลที่สาม

เราเข้าเซ็คอนที่ทุ่งแสงตะวันรีสอร์ท พักผ่อนเล็กน้อยก่อนเตรียมตัวไปงานแสดง “ปรากฏเวลาเดอะเธียเตอร์” ในเวลา 16.00 น. โดยนัดกันว่าจะสวมชุดไทยไปงาน ซึ่งไม่ตกเทรนด์เลย เพราะในงานนั้นผู้ชมส่วนใหญ่สวมชุดไทยสมัยรัชกาลที่ห้ากันอย่างสวยงาม โดยเฉพาะตัวแทนของชมรมฯ คือ ผศ.พนอ อัครวุจานนท์ และ รศ.สุภาพร สุกสีเหลือง

งานนี้เป็นการแสดงแสง เสียง สื่อประสม ในรูปของมิวสิคัล รำลึกเหตุการณ์ ร.ศ. 112 หน้าลานกลางแจ้งบ่อมพระจุล โดยเป็นส่วนหนึ่งของโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวจังหวัดสมุทรปราการ แสดงเพียงวันละหนึ่งรอบ ตั้งแต่วันที่ 14 -17 มีนาคม 2567 วันละ จัดที่นั่งไว้ 1200 ที่นั่ง โดยเปิดจองบัตรฟรี บัตรหมดล่วงหน้าหลายวันแล้ว พวกเราได้รับความอนุเคราะห์จาก รศ.สุภาพร สุกสีเหลือง กรุณาจองบัตรให้ จึงได้ที่นั่งของกลุ่มวีไอพีด้านหน้าเวที

เวลา 18.00 น. เริ่มการแสดงชุด Fancy Drill จากโรงเรียนชุมพลทหารเรือ สัตหีบ ใช้ผู้แสดงกว่า 100 นาย พาอารมณผู้ชมให้คึกคัก และรอยยิ้มให้ท้องฟ้าเย็นนั้นมีตสนิท

เวลา 18.30 น. การแสดงเปิดฉากบนเรือรบหลวงแม่กลองที่ใช้เป็นส่วนหนึ่งของเวที เริ่มด้วยเสียงเพลงมาร์ชนาวิกโยธินที่เราคุ้นหู เช่น เพลงดอกประดู่ (หะเบสทมอ) ในพระราชนิพนธ์ของพลเรือเอกพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ จากเหล่านาวิกโยธิน ที่ยื่นเรียงรายอยู่บนดาดฟ้าเรือ เสียงเพลงเร้าใจ ปลุกให้ผู้ชมเกิดความรักชาติ ความ

วางแผนแผ่นดิน จากนั้นเป็นการแสดงวิถีทัศน์ที่นำผู้ชมผ่านกาลเวลาย้อนกลับไปเป็น 1,000 ปี ตั้งแต่สมุทรปราการยังเป็นท้องทะเล ต่อมากลายเป็นเมืองหน้าด่าน และเมืองท่าค้าขายกับชาวต่างชาติและเหตุการณ์สำคัญทางประวัติศาสตร์สมัย ร.ศ. 112 โดยมีนักแสดงชื่อดังเขมนิจ จามิกรณ์ เป็นผู้บรรยาย สลับกับการแสดงของนพพล โกมารชุน ที่แสดงเป็นเรือโทเที่ยง ประจำอยู่ที่ป้อมพระจุล และได้รับคำสั่งให้ยิงเรือนำร่องของฝรั่งเศส จมลง หลุยส์ เฮส นักแสดงนำของโทรทัศน์ช่องเจ็ดสี แสดงเป็นเรือตรีเอเกอร์ฝ่ายฝรั่งเศส โอ๊ด รัจฐีร์ แสดงเป็นเรือตรีเหล็ก ตัวแทนนาวิกโยธินฝ่ายไทย และมิลลี อภิสรา แสดงเป็นแม่เอียด หญิงสาวชาวไทยผู้รักชาติ นอกจากนั้น ยังมีนักแสดงนักเต้นร็วประกอบอีกหลายสิบคน

ตลอดเวลา 1 ชั่วโมงของการแสดง ท่ามกลางยุที่แะมาทักทายเป็นครั้งคราว ผู้ชมทุกคนจดจ่ออยู่กับการแสดงที่เปลี่ยนไปทุกนาที เพลิดเพลินไปกับเสียงเพลง และแสงไฟที่จับไปยังจุดและบุคคลสำคัญในเรื่อง จบจบช่วงสุดท้าย เป็นการแสดงพลูที่น่าชมเหนือบริเวณที่นั่งวีไอพีพอดี ทำให้ข้าพเจ้าแอบกังวลเล็กน้อยว่า อาจมีสะเก็ดไฟที่อยากลงมาทักทายพวกเราอย่างใกล้ชิดบ้าง แต่ก็ไม่มี แล้วเราก็กลับไปยังโรงแรมพักผ่อนอย่างมีความสุข สมาชิกบางคนที่มีบ้านอยู่ไม่ไกลนักกลับบ้านกันตามอัธยาศัย

วันรุ่งขึ้น เข้าอากาศแจ่มใส ลมพัดพอสบาย ไม่ร้อนอบอ้าว เรามีโปรแกรมไปลองเรือที่คลองสรรพสามิต ช่วงปากน้ำจะออกสู่ปากอ่าวไทย เป็นการอดหนุนชุมชนบ้านคลองนาเกลือ หลังมือเข้าแล้วเราไปลองเรือที่ท่าเรือบ้านผู้ใหญ่บ้านคลองนาเกลือ พร้อมทั้งลิ้มลองขนมจากขึ้นชื่อของหมู่บ้าน น้ำลูกจากหวานหอม และน้ำลูกลำแพนที่มีรสชาดเปรี้ยวหวานเหมือนน้ำมะขาม ทานแล้วสดชื่น เรือล่องไปตามคลองสรรพสามิต สอง

ฝั่งมีบ้านเรือนสวยงาม แต่หลังยกสูง 3 - 4 เมตร เพื่อให้พื้นระดับน้ำ บางบ้านสร้างอยู่ในน้ำ ผู้นำชมเล่าให้ฟังว่าที่นี่ยุคก่อนที่ตึกรามบ้านช่องจะขึ้น อาจได้ที่ดินที่อยู่ในน้ำ เพราะน้ำท่วมที่ดินทำให้ที่ดินอยู่ลึกเข้ามาในแม่น้ำ หลายเมตร เมื่อเรือแล่นออกห่างชุมชนเราเห็นตึกรามบ้านช่องและตึกรามบ้านช่องขึ้นหนาแน่น บางครั้งเห็นนกกระยางสีขาวยืนหนึ่งอยู่บนกอกกใกล้ๆ พื้นน้ำ เป็นภาพที่สงบ และงดงามมาก เรือแล่นออกไปราว 1 ชั่วโมง ก็ถึงปากคลอง มีหลักเขตของกรุงเทพปักอยู่กลางน้ำ พวกเราตื่นเต้นกันมากเพราะเป็นครั้งแรกที่ได้เห็นหลักเขตของกรุงเทพมหานคร ผู้นำชมเล่าว่าเมื่อ 20 ปีก่อน หลักเขตนี้ยังอยู่บนบกอยู่เลย

หลังจากล่องคลองสรรพสามิตอยู่ 2 ชั่วโมงแล้ว ก็ถึงเวลาอาหารเที่ยงที่ร้านปูหลน บรรยากาศที่ร้านสวยงาม เขาปลูกเรือไม้อยู่กลางน้ำ สำหรับลูกค้านั่งรับประทานอาหาร เมนูเที่ยงนี้ได้แก่ แกงส้มหน่อไม้ดอง ปูทะเล ยำยอดผักแก้ว หลนปูทะเล กระจ่างปลาผัดแห้ง ปลาหมึกผัดไข่เค็ม ต้มยำทะเล และข้าวผัดปู อาหารส่วนใหญ่อร่อยและราคาไม่แพง

รายการสุดท้ายคือเดินเที่ยวตลาดบางน้ำผึ้ง สมาชิกบางท่านได้เสื้อสวยๆ กางเกงเก๋ๆ มาคนละตัวสองตัว บางท่านได้ผักผลไม้ ขนมอร่อย ติดไม้ติดมือกลับบ้าน ข้อปึงเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของการท่องเที่ยวที่ขาดไม่ได้

15.30 น. เรากลับถึง มศว ด้วยความกระปรี้กระเปร่าจากความรื่อยามบ่าย แต่ด้วยหัวใจที่สดชื่นจากการเปลี่ยนบรรยากาศ และได้สนุกสนานกับกลุ่มเพื่อนฝูง ซึ่งต้องขอขอบคุณชมรมที่จัดให้มีทริปนี้ รศ.สุภาพร สุกสีเหลือง ที่จัดการเรื่องตัวเข้าชมการแสดง ผศ.ดร.สมปราวรณาวงศ์บุญหนัก ที่ติดต่อสถานที่ทุกแห่งตลอดจนกิจกรรมต่างๆ ขอขอบคุณในน้ำใจคุณเชิดชาติ และคุณจงกล พุกพูน ที่หอบหิ้วกุ้งหวานที่อร่อย



มาฝากพวกเราอย่างทั่วถึง

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าพวกเราชาวชมรม สว มศว จะได้ร่วม  
เดินทางทัศนศึกษากันในแบบนี้อีกในไม่ช้าค่ะ



ข้อสอบจากโรงเรียนขยาย  
โอกาส.....

ข้อใดไม่ใช่สัตว์สังคม ?

ก. ยุง

ข. ม้า

ค. หอย

ง. ฮีบโป

เฉลย ข้อ ง. เพราะ

ก. ยุง line

ข. ม้า line

ค. หอย line

ง. ฮีบโป ไม่มี line.....



