



ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จดหมายข่าว ปีที่ 30 ฉบับที่ 11 เดือน พฤศจิกายน 2567

สารบัญ

• สังคมในแวดวง มศว	2
• ช่าวชมรมฯ	3
• ผู้บริจาคเงิน	7
• สมาชิกใหม่ชมรมฯ	7
• รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนพฤศจิกายน	8
• วาหะธรรม : รสจีตของความจริง	10
• บอกล่าเก้าสิบ : เวลานอนบอกลอนาคต	13
• 77 ชื่อจังหวัดของประเทศไทยในอดีต	15
• มุลนิธิ	19
• ฐ สติตในดวงใจไทยนัรันดร์	22
• คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ชุดที่ 21	27



25 พฤศจิกายน 2567

วันสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า

วันคล้ายวันสวรรคตพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| • พระมหาธีรราชเจ้า | จอมแก้ว |
| ทรงอุปถัมภ์ฝีมือดี | แต่งได้ |
| ทรงยกย่องศักดิ์ศรี | บัณฑิต งามเอ๋ย |
| แบบอย่างพระทรงไว้ | เลิศล้ำนภาลัย |
| • ธงชาติไทยสะบัดปลิว | สง่างาม |
| ชู ชาติ ศาสน์ กษัตริย์นาม | เลิศล้ำ |
| ต่างชาติย่อมเกรงขาม | ให้เกียรติ ไทยเอ๋ย |
| ไทยยิ่งใหญ่ แกร่งกล้า | รอดพ้นอาณาคม |
| • นามสกุลชูชาติเชื้อ | ชาวไทย |
| สงวนเกียรติป้องพองภัย | พวกพ้อง |
| ประกาศเกียรติเกรียงไกร | เชื้อชาติ ไทยเอ๋ย |
| ชาตินิยมเกริกก้อง | ส่งให้รักไทย |

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์



สังคมในแวดวง มศว

- พิธีถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน ประจำปีพุทธศักราช 2567

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับพระราชทานให้เชิญผ้าพระกฐินพระราชทาน ไปถวายพระสงฆ์จำพรรษา ประจำปี 2567 ณ วัดโพธิ์ชัย พระอารามหลวง ตำบลในเมือง อำเภอเมืองหนองคาย จังหวัดหนองคาย ในวันเสาร์ที่ 2 เดือนพฤศจิกายน 2567 เวลา 09.00 น.

วันศุกร์ที่ 1 พฤศจิกายน 2567 พิธีสมโภชองค์ผ้าพระกฐินพระราชทาน การแต่งกาย ผู้บริหารมหาวิทยาลัย กรรมการดำเนินงาน ผู้แทนจากหน่วยงาน ชมรมผู้สูงอายุ บุคลากร ผู้ร่วมงาน แต่งชุดไทย ผ้าไทย ผ้าพื้นเมืองหรือชุดสุภาพ

วันเสาร์ที่ 2 พฤศจิกายน 2567 พิธีถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน การแต่งกาย

1. ผู้บริหารมหาวิทยาลัย ข้าราชการ กรรมการดำเนินงาน ผู้แทนจากหน่วยงาน แต่งเครื่องแบบปกติขาว พนักงานมหาวิทยาลัย แต่งกายชุดสากลนิยม หรือชุดสุภาพ

2. คณาจารย์ บุคลากรและแขกผู้มีเกียรติ ที่เดินทางไปร่วมพิธี แต่งกายชุดสากลนิยม หรือชุดสุภาพ

ข่าวชมรมฯ

• คณะกรรมการบริหารชมรมฯ กำหนดการประชุมประจำเดือน พฤศจิกายน 2567 ในวันพฤหัสบดีที่ 7 พฤศจิกายน 2567 ตั้งแต่เวลา 09.00 น. : ณ ห้องประชุมคณะศึกษาศาสตร์ ชั้น 2 เวลา 10.30 -12.00 น. **คุณอมราพร องอาจอิทธิชัย** แนะนำโครงการบรรเทาทุกข์ ปันใจ ปันสุข และชมรมฯ ส่งมอบเงิน 22,500 บาท เข้าร่วมโครงการฯ ถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร และรับประทานอาหารร่วมกัน (เวลา 10.00 น. **ผู้ช่วยศาสตราจารย์จันทร์ทรา ตันท์ยุกถวงศ์** จะมาให้คำแนะนำเกี่ยวกับวัคซีนสำหรับผู้สูงอายุ)

• ในการประชุมประจำเดือนวันที่ 3 ตุลาคม 2567 หลังการประชุม เวลา 10.30 -12.00 น. มีบรรยายให้ความรู้และตรวจประเมินเสียงล้มหัวข้อ สูญวัย มั่นใจ ไม่ล้ม โดยทีมวิทยากรจากสวนสุขภาพอรุณสหคลินิก ทีมวิทยากรได้แก่ กภ. กิตติ สนใจจิตรร์ กภ. วิริศรา เอื้องพุลสวัสดิ์ กภ. วรรณนันท์ ประจัญบาน กภ.สุนทรี สมคำ ชมรมฯ ขอขอบคุณวิทยากรที่ตั้งใจให้ความรู้สาคิดและนำฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง ขอขอบคุณ ผอ. สำนักหอสมุดกลาง ผศ. นพ. วรพล อร่ามรัศมีกุล มา ณ โอกาสนี้

• เมื่อวันที่ 13 ตุลาคม 2567 ชมรมฯ ขอเชิญชวนสมาชิกไปร่วมวางพวงมาลาถวายบังคมพระบรมราชานุสาวรีย์ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันนวมินทรมหาราช พุทธศักราช 2567 ในวันอาทิตย์ที่ 13 ตุลาคม 2567 ณ อุทยานเฉลิมพระเกียรติบพิตร พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร

มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ในกิจกรรมนี้มีสมาชิก เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 20 คน หักค่าใช้จ่ายแล้ว มีรายได้เข้าชมรมฯ 633 บาท ชมรมฯขอขอบคุณสมาชิกทุกท่านค่ะ และขอบคุณ รศ.ดร.ภญ. อรลักษณ์ แพิร์ตกุล ที่ช่วยเขียนบทความ “ธ สถิตในดวงใจไทยนิรันดร์ ในฉบับนี้



- ในเดือนตุลาคม 2567 ชมรมฯ ได้เชิญชวนสมาชิกและผู้มีจิตศรัทธา ร่วมทำบุญในกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 ทำบุญถวายเป็นพระราชกุศล แต่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศ มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันฉัตรมงคล พุทธศักราช 2567 เป็นเงิน 67,500 บาท แบ่งเป็น 2 ยอด คือ **มอบให้มูลนิธิศิริราช เป็นเงิน 45,000 บาท และ วัดบางจาก เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์สิ่งของเครื่องใช้ให้ผู้ป่วยติดเตียงได้ขอยืมไปใช้ เป็นเงิน 22,500 บาท**

กิจกรรมที่ 2 ร่วมทำบุญทอดกฐินสามัคคีเพื่อสนับสนุนการศึกษา
โรงเรียนมงคลวิทยา วัดมงคลสามัคคีธัมมโทย (เขาสาบ) ในวันเสาร์
ที่ 19 ตุลาคม 2567 เป็นเงิน 78,000 บาท

กิจกรรมที่ 3 ร่วมทำบุญในพิธีถวายผ้ากฐินพระราชทาน
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประจำปีพุทธศักราช 2567 ณ วัด
โพธิ์ชัย พระอารามหลวง ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย
วันเสาร์ที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2567 เป็นเงิน 49,500 บาท

ด้วยอานิสงส์ที่ได้ร่วมทำบุญร่วมกันย่อมส่งผลให้ท่านมีอายุวรรณะ สุข
ะ พละปฏิภาณ คุณสารสมบัติยิ่งๆ ขออนุภาพคุณพระศรีรัตนตรัยจงปกปัก
รักษาให้ท่านมีความสุข จิตใจสงบร่มเย็น สุขภาพแข็งแรงตลอดไปเทอญ

● ชมรมฯ กำหนดจัดงานแสดงมุทิตาจิตแด่คณาจารย์อาวุโสที่มีอายุ
ครบ 84 ปี ในปี พ.ศ. 2567 ในวันพฤหัสบดีที่ 12 ธันวาคม 2567
ณ ห้องประชุมชั้น 2 คณะศึกษาศาสตร์ ระหว่างเวลา 09.00-14.00 น.
ในปีนี้อาจารย์อาวุโสจำนวน 13 ท่าน ดังรายชื่อต่อไปนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพลินพิศ นันทจิต
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สนั่น วีระพงษ์
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์มีชัย คุณาวุฒิ
4. อาจารย์เปล่งศรี เทพกฤษร
5. อาจารย์อุไร สังขนันท์
6. รองศาสตราจารย์สมหวัง คุรุรัตน์ะ
7. ศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม
8. อาจารย์นบน้อม อ่าวสุคนธ์
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมศักดิ์ วิจิตร

10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุดา ทัพสุวรรณ
11. อาจารย์ทวีป เกตุทับทิม
12. อาจารย์อรสา อุดรพิมพ์
13. อาจารย์ประสาน สร้อยอุหฺร่า

ดั่งมีกำหนดการดั่งนี้

08.30 น. ลงทะเบียน

09.00 น. ประชุมประจำเดือน

09.30 น. ประธานกล่าวต้อนรับคณาจารย์อาวุโส

09.45 น. คณาจารย์อาวุโสกล่าวแสดงความรู้สึกรัก

10.30 น. มอบของที่ระลึก ดอกไม้

11.00 น. รับประทานอาหารร่วมกัน

12.00 น. พบปะสังสรรค์ ร้องเพลงร่วมกัน

- ชำราชากรบำนาญผู้ที่ได้รับเงินบำนาญเดือนละ 13,500 บาท ขึ้นไป (ไม่รวมเงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 65 ปีบริบูรณ์และผู้ได้รับเงินบำนาญเดือนละ 27,000 บาทขึ้นไป (ไม่รวม เงิน ช.ค.บ.) เมื่ออายุครบ 70 ปีบริบูรณ์ หลังจากวันเกิดสามารถ ติดต่อส่วนทรัพยากรบุคคล (กองการเจ้าหน้าที่เดิม) อาคารสำนักงานอธิการบดีตึก 9 ชั้น 3 เพื่อยื่นเรื่องขอรับบำเหน็จดำรงชีพ ท่านสามารถสอบถามรายละเอียดได้ที่ 02-260-3558 และเตรียมหลักฐานดังต่อไปนี้อย่างละ 2 ชุด 1. สำเนาบัตรประชาชน 2. สำเนาทะเบียนบ้าน 3. สำเนาหน้าสมุดบัญชีธนาคารที่ต้องการให้โอนเงินเข้า

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ใครขอให้ผู้บริจาคเงินเข้าชมรมฯ ตรวจสอบรายชื่อจากจดหมายข่าวของชมรมฯ ในแต่ละเดือน หากไม่ปรากฏรายชื่อของผู้บริจาคภายใน 1-2 เดือน โปรดติดต่อกับคุณกฤษณา สุนันทเกษม 081-755-9823 หรือคุณพิศมัย พนาเวศร์ 081-412-1310 และหากท่านสมาชิกมีความประสงค์ที่จะร่วมบริจาคเงินเข้าชมรมฯ โปรดแสดงความจำนงได้ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว ชื่อบัญชีชมรมผู้สูงอายุ มศว เลขที่บัญชี 2686-3 ชมรมฯ ขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

- ชมรมฯ ขอแสดงความเสียใจกับครอบครัว **มลินทสูต** ในการถึงแก่กรรมของ **รศ.ดร.บุญเอิญ มลินทสูต** สวดพระอภิธรรมที่ศาลาบำเพ็ญกุศล (ด้านล่าง) ณ วัดหลังบาง ระหว่างวันที่ 7 - 11 ตุลาคม 2567 พระราชทานเพลิงศพ วันที่ 12 ตุลาคม 2567 เวลา 16.00 น.

ผู้บริจาคเงิน

1. รศ. ดร. คุณหญิงสุมณฑา พรหมบุญ 3,000 บาท

สมาชิกใหม่ชมรมฯ

1. นายอดุลย์ ฐุปสุวรรณ

รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิด เดือนพฤศจิกายน

ขออวยพรวันเกิดประเสริฐขวัญ
ให้ทักวนมีแต่สุขทุกข์จางหาย
สรรพทุกข์สรรพโรคไม่กล้ากราย
สิ่งใดหมายขอให้ได้ตั้งใจปอง

รศ. สุภา ปานเจริญ ผู้ประพันธ์

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| 1. ศ. ดร.มานพ วิสุทธิแพทย | 2. ผศ. จวีวรรณ ปัญญาสุข |
| 3. รศ. ดร. สุทธิวรรณ ไพร์ศักดิ์โสภณ | 4. ผศ. เจริญศรี หมวดสง |
| 5. ผศ. รังสี เกษมสุข | 6. รศ. สายทิพย์ นุกุลกิจ |
| 7. คุณลักษณะนาจ มารควัฒน์ | 8. รศ. รุ่งทิวา จักรกร |
| 9. ผศ. อารยา นันทจิต | 10. ผศ. บังอร เสตนนท์ |
| 11. เกียรติกรหญิงสุวณี กาญจนลักษณ์ | 12. ☆อ. ดร. สุภาพร ธนะชานันท์ |
| 13. คุณวิษณุ รุจิเกียรติกำจร | 14. ผศ. สุรีย์ แขวงโสภา |
| 15. ผศ. ดร.มยุรี คุมิวิบูลย์ | 16. อ. เขาวนา ชวลิตธำรง |
| 17. รศ. ดร. ภาวารี บุษราคัมตระกูล | 18. คุณบุญเรือน อินทโพธิ์ |
| 19. รศ. สุมาลี เหลืองสกุล | 20. อ. อัญญา ไตรบำรุงสุข |
| 21. ผศ. จารุวรรณ ไวยเจตน์ | 22. อ. ดร. นพวรรณ โชติบัณฑิต |
| 23. ผศ. พิจิตร สุทธิพันธ์ | 24. พล รท.ยุจ พิจิตรชุมพล |
| 25. คุณรัชนีบุญย์ ผิวสุพรรณ | 26. คุณรัตนา พุกพูน |
| 27. คุณอภิรดี สุชีเขต | 28. คุณเทียนทอง ชินะผา |
| 29. ผศ. วิพุธ โสภวงค์ | 30. อ. เมตต์ แยมวงษ์ |
| 31. ผศ. กัลยาณี กาญจนกุล | 32. ผศ. ปราโมทย์ ฉลุกลิ่น |
| 33. คุณสมใจนึก วรรณพิน | 34. ผศ. ดร. วีระ สุภากิจ |
| 35. รศ. ธาดาศักดิ์ วชิรปรีชาพงษ์ | 36. ผศ. อัมพร เมฆานันท์ |

37. ผศ. จรินทร์ ประสงค์สม
38. ☆คุณวิ้นท์นุช พิษณุวรเศรษฐ์
39. รศ. สุนทร จันท์ตรี
40. ผศ. บุญศรี ไพรัตน์
41. ผศ. ผุสดี ศรีเขียว
42. คุณวินิตา ธรรมเกษร
43. คุณสัณทกข สัมมาชีพ
44. รศ. ดร. กุศล อิศกุลย์
45. อ. สุพัตรา พรหมเรนทร์
46. ผศ. ภัทรา ไชยเวช
47. คุณคัชเนีย โปคาวัฒน์
48. คุณสมพงษ์ สุชีเกตุ
49. พ.อ.(พิเศษ)สุรเทพ อภัยจิตร
50. คุณเกศินี สุขบุญนิวาทย
51. อ. เกื้อกุล ไสยสมบัติ
52. ผศ. อนงค์ สินธุประมา
53. ผศ. จินดา เกาพิจิตร
54. ผศ. ญัฐยา วิสุทธิสิน
55. อ. ดร. นียดา จิตต์จรัส
56. คุณอาภา มหาผล
57. อ. พัชนี โชติกลเสถียร
58. อ. รัฐ สาเรือง
59. อ. สุนทรี ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม
60. รศ. ศรีภูมิ อัครมาส
61. รศ. ดร. ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ
62. อ. สังวาลย์ คล้ายกระแสด
63. นางสาวศิริวรรณ วีระรัตน์ตระกูล
64. ☆อ. วัฒนา ศรีสมบัติ
65. คุณพิมพ์ศรี เปานิล
66. คุณสุจิตา สุอังกะวาทีน
67. ☆อ. ดร. อรรณพ โพธิสุข
68. ☆อ.สมเกียรติ สายวงศ์

หมายเหตุ : สมาชิกที่มีเครื่องหมาย ○ ติดต่อขอรับเงินบำเหน็จอายุโส
ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว จำกัด **เฉพาะท่านที่เป็นสมาชิกสหกรณ์
เท่านั้น** (สมาชิกควรมาในวันที่อายุครบหรือเข้าไม่เกิน 90 วัน) พร้อมบัตร
ประจำตัวประชาชน และทะเบียนบ้าน

☆ **บำเหน็จดำรงชีพ อายุ 70 ปีบริบูรณ์**



วาทะธรรม : รสจิตของความจริง

ชีวิตคนเรานั้น แสวงหารสต่างๆ ตั้งมากมาย แต่สุดท้ายก็ต้องจบลงที่..“รสจิตของความจริง”

“การระลึกถึงความตายก็เป็นสิ่งสำคัญ ความตายนั้นเป็นความจริงของชีวิต ท่านเรียกว่าเป็น“คติธรรมดา” คือ คนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตาย ชีวิตมีการเริ่มต้นก็ต้องมีที่สิ้นสุด การเริ่มต้นของชีวิตเราเรียกว่า“การเกิด” การสิ้นสุดของชีวิตเราเรียกว่า“ความตาย” เกิดกับตายนี้เป็นของคู่กัน และต้องตามกันมาแน่นอน เมื่อระลึกถึงความตายก็คือระลึกถึง“ความจริงของชีวิต” ซึ่งจะทำให้เราเกิดความรู้เท่าทัน....

ในเมื่อสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่ว่าจะชีวิตของเราเองก็ตาม สิ่งที่เราเกี่ยวข้องก็ตาม ล้วนไม่เที่ยงแท้แน่นอน เป็นอนิจจัง ไม่คงอยู่ยั่งยืนตลอดไป จึงจะนอนใจอยู่ไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปนั้นมันผ่านไปพร้อมกับความเปลี่ยนแปลงด้วย และความเปลี่ยนแปลงนั้นก็ไม่ว่าแน่นอนว่าจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร

เราจึงจะต้องเร่งรีบทำกิจหน้าที่และทำความดี สิ่งที่เราควรทำก็รีบทำ สิ่งที่เราควรละเว้นก็รีบละเว้น สิ่งที่เราควรป้องกันกำจัดแก้ไขก็รีบป้องกันกำจัดแก้ไขเสีย อันนี้เรียกว่า “ความไม่ประมาท” การระลึกถึงความตายในทางที่ถูกต้องจะทำให้เกิดผลคือความไม่ประมาท และในการที่จะเพียรพยายาม

ทำความดี ทำกิจหน้าที่ และทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อไป

ไม่มีอะไรให้ประโยชน์มากกว่าความจริง

ไม่เฉพาะแต่ความตายเท่านั้น พระพุทธเจ้ายังสอนให้เราระลึกถึงความจริงของชีวิตในแง่อื่นๆ อีก ความจริงเป็นสิ่งที่ดีที่สุด ไม่มีอะไรที่จะเกินความจริงไปได้ และชีวิตของเราก็ต้องอยู่กับความจริง หนีความจริงไปไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในการดำเนินชีวิต เราจึงควรระลึกตระหนักในความจริงอยู่เสมอ และวางใจต่อความจริงนั้นอย่างถูกต้อง แล้วความจริงนั้นก็จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตของเรา เราจะหนีหรือจะสู้ ความจริงก็อยู่นั้น ถ้าเรากลัวความจริง ความจริงก็เป็นโทษแก่เรา แต่ถ้าเรารู้ความจริง ความจริงก็เป็นประโยชน์แก่เรา

ความจริงนั้นไม่มีรสชาติเปรี้ยวหวานมันเค็มเอิร์ดอโรย เหมือนอย่างเรื่องสนุกสนานทั้งหลาย ความจริงนั้นเหมือนกับน้ำบริสุทธิ์ที่มีรสจืด แต่รสจืดของน้ำที่บริสุทธิ์นั้นแหละเป็นสิ่งที่ชีวิตต้องการที่สุด เราอาจจะต้องการรสอะไรหลากหลาย ทั้งรสหวาน รสมัน รสเค็ม และรสอะไรสารพัดให้สนุกสนานตื่นเต้นไป แต่ในที่สุดเราก็หนีไม่พ้นที่จะต้องการรสจืดของน้ำที่บริสุทธิ์ซึ่งเป็นสิ่งที่ชีวิตต้องการแท้ๆ ในทางนามธรรมก็เช่นเดียวกัน ชีวิตของเรานี้ต้องการรสจืดของความจริง ความจริงเป็นรสจืดอย่างสนิท ถึงแม้ใครไม่ชอบ ก็ไม่มีใครหนีความจริงไปพ้น แต่ถ้าเรารู้เท่าทันมัน ความจริงก็จะให้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตของเราอย่างที่สุดเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เราระลึกถึงความจริงของชีวิตเป็นธรรมดา และที่พระองค์ตรัสสอนไว้นั้นไม่ใช่เพียงให้ระลึกเท่านั้น แต่ยังให้พิจารณาด้วย ความจริงที่ว่านี้มี 5 ประการด้วยกัน

ความจริงที่เราทุกคนควรพิจารณาอยู่เสมอ ทางพระท่านเรียกเป็น

ภาษาบาลีว่า "อภินหปัจจเวกขณะ" มี 5 ประการ อย่างที่อาตมภาพได้ยกขึ้นตั้งเป็นคำเริ่มต้นในพระธรรมเทศานี้ว่า "ชราธมฺโมมฺหิ ชฺรํ อนตฺตีโตติ อภินฺหํ ปจฺจเวกฺขิตฺตพฺพํ" มีใจความว่า ควรพิจารณาเนื่องๆ ว่า...

1. เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้
2. เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้
3. เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
4. เราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งสิ้น
5. เรามีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทของกรรม มีกรรมเป็นแดนเกิด

เป็นพวกพ้องของกรรม ทำกรรมไว้ ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม จักได้รับผลของกรรมนั้น จักเป็นทายาทของกรรมนั้น

ความจริงเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทุกคน ไม่ว่าจะสตรีหรือบุรุษ ไม่ว่าจะคฤหัสถ์คือชาวบ้านหรือบรรพชิตคือพระภิกษุสามเณร ควรจะต้องพิจารณาอยู่เสมอ รวมความง่าย ๆ ว่า ทุกคนควรพิจารณาอยู่เสมอว่า เราเกิดมาแล้วย่อมต้องพบกับความแก่ ความเจ็บไข้ และความตาย เป็นความจริงแน่แท้ และเราก็จะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจไปทั้งหมดทั้งสิ้น มองอีกที หมดทั้งชีวิตของเราเนี่ย เป็นไปตามกฎแห่งกรรม เรามีกรรมเป็นของตน เป็นทายาทของกรรม

5 ประการนี้ เป็นความจริงที่แน่นอน ถึงเราจะไม่พิจารณาหรือไม่นึกถึงมัน ชีวิตของเราก็ต้องเป็นไปตามมัน เพราะฉะนั้นในเมื่อเราจะต้องพบต้องเจอต้องเป็นอย่างนั้นแล้ว เราก็เผชิญหน้ากับมัน เอามันมาพิจารณาและเอามาใช้ประโยชน์เสียเลย"

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)
ที่มา : ธรรมบรรยายเรื่อง "จะสุขแท้ต้องเป็นไท"

บอกเล่าเก้าสิบ : เวลานอนบอกอนาคต

เวลานอน บอกอนาคต



เวลานอนบอกอนาคต

นอน3ทุ่ม—ไม่แก่ง่าย

diǎn shuì — bù róng yì lǎo
9点睡—不容易老



เวลานอนบอกอนาคต

นอน4ทุ่ม—ดีต่อสมอง

10 diǎn shuì — duì nǎo hǎo
10点睡—对脑好



เวลานอนบอกอนาคต

นอน5ทุ่ม—ผมร่วง

11 diǎn shuì — diào tóu fa
11点睡—掉头发



เวลานอนบอกอนาคต

นอนเที่ยงคืน—อายุสั้น
12点睡—寿命短



เวลานอนบอกอนาคต

นอนตี1—เหมือนกินยาพิษ
1点睡—像吃毒药



เวลานอนบอกอนาคต

นอนตี2—เหมือนถูกฆ่า
2点睡—像挨刀



เวลานอนบอกอนาคต

นอนตี3เป็นต้นไป—ป่วยง่าย ตายไว
3点以下睡—容易病



77 ชื่อจังหวัดของประเทศไทยในอดีต

ชื่อจังหวัดในอดีตของภาคเหนือ

จังหวัดเชียงราย ชื่อเก่าคือ เวียงชัยนารายณ์

จังหวัดเชียงใหม่ ชื่อเก่าคือ เวียงพิงค์

จังหวัดน่าน ชื่อเก่าคือ เมืองนันทบุรี

จังหวัดพะเยา ชื่อเก่าคือ เมืองภูกามยาว

จังหวัดแพร่ ชื่อเก่าคือ เมืองพลนคร

จังหวัดแม่ฮ่องสอน ชื่อเก่าคือ แม่ฮ่องสอน

จังหวัดลำปาง ชื่อเก่าคือ เมืองเขลางค์นคร

จังหวัดลำพูน ชื่อเก่าคือ เมืองหริภุญไชย

จังหวัดอุตรดิตถ์ ชื่อเก่าคือ บางโพธิ์ท่าอิฐ

จังหวัดพิษณุโลก ชื่อเก่าคือ เมืองสองแคว

ชื่อจังหวัดในอดีตภาคกลาง (ไม่รวมกรุงเทพมหานคร)

จังหวัดกำแพงเพชร ชื่อเก่าคือ เมืองซากังราว

จังหวัดชัยนาท ชื่อเก่าคือ เมืองแพรก

จังหวัดนครนายก ชื่อเก่าคือ เมืองนายก

จังหวัดนครปฐม ชื่อเก่าคือ เมืองนครไชยศรี

จังหวัดนครสวรรค์ ชื่อเก่าคือ เมืองพระบาง

จังหวัดนนทบุรี ชื่อเก่าคือ บ้านตลาดขวัญ

จังหวัดปทุมธานี ชื่อเก่าคือ เมืองสามโคก

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ชื่อเก่าคือ อโยธยา

จังหวัดพิจิตร ชื่อเก่าคือ เมืองสระหลวง

จังหวัดเพชรบูรณ์ ชื่อเก่าคือ เพชรบูรณ์

จังหวัดลพบุรี ชื่อเก่าคือ ละโว้

จังหวัดสมุทรปราการ ชื่อเก่าคือ เมืองพระประแดง

จังหวัดสมุทรสงคราม ชื่อเก่าคือ เมืองแม่กลอง

จังหวัดสมุทรสาคร ชื่อเก่าคือ เมืองสาครบุรี

จังหวัดสิงห์บุรี ชื่อเก่าคือ เมืองสิงหราชาธิราช

จังหวัดสุโขทัย ชื่อเก่าคือ ศรีลัชนาลัย

จังหวัดสุพรรณบุรี ชื่อเก่าคือ เมืองทวารวดีศรีสุพรรณภูมิ

จังหวัดสระบุรี ชื่อเก่าคือ หาระวี

จังหวัดอ่างทอง ชื่อเก่าคือ เมืองวิเศษชัยชาญ

จังหวัดอุทัยธานี ชื่อเก่าคือ เมืองอุไทย

ชื่อจังหวัดในอดีตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

จังหวัดกาฬสินธุ์ ชื่อเก่าคือ บ้านแก่งสำโรง

จังหวัดขอนแก่น ชื่อเก่าคือ เมืองขามแก่น

จังหวัดชัยภูมิ ชื่อเก่าคือ บ้านหลวง

จังหวัดนครพนม ชื่อเก่าคือ เมืองมรุกขนคร

จังหวัดนครราชสีมา ชื่อเก่าคือ โคราช หรือ โคราชะ

จังหวัดบึงกาฬ ชื่อเก่าคือ ชัยบุรี

จังหวัดบุรีรัมย์ ชื่อเก่าคือ โนนม่วง

จังหวัดมหาสารคาม ชื่อเก่าคือ บ้านลาดกุดยางใหญ่

จังหวัดมุกดาหาร ชื่อเก่าคือ เมืองมุกดาหาร

จังหวัดยโสธร ชื่อเก่าคือ บ้านสิงห์ท่า

จังหวัดร้อยเอ็ด ชื่อเก่าคือ สาเกตนคร

จังหวัดเลย ชื่อเก่าคือ หมู่บ้านแฮ่

จังหวัดสกลนคร ชื่อเก่าคือ เมืองหนองหานหลวง

จังหวัดสุรินทร์ ชื่อเก่าคือ เมืองประทายสมันต์

จังหวัดศรีสะเกษ ชื่อเก่าคือ เมืองขุขันธ์

จังหวัดหนองคาย ชื่อเก่าคือ บ้านไผ่

จังหวัดหนองบัวลำภู ชื่อเก่าคือ นครเขื่อนขันธ์กาบแก้วบัวบาน

จังหวัดอุดรธานี ชื่อเก่าคือ บ้านหมากแข้ง

จังหวัดอุบลราชธานี ชื่อเก่าคือ ดอนมดแดง

จังหวัดอำนาจเจริญ ชื่อเก่าคือ เมืองค้อ

จังหวัดบึงกาฬ ชื่อเก่าคือ อำเภอไชยบุรี

ชื่อจังหวัดในอดีตภาคตะวันตก

จังหวัดกาญจนบุรี ชื่อเก่าคือ ปากแพรก

จังหวัดตาก ชื่อเก่าคือ เมืองตาก

จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ชื่อเก่าคือ เมืองบางนารม

จังหวัดเพชรบุรี ชื่อเก่าคือ พริบพรี

จังหวัดราชบุรี ชื่อเก่าคือ เมืองราชบุรี

ชื่อจังหวัดในอดีตภาคตะวันออก

จังหวัดจันทบุรี ชื่อเก่าคือ ควนตราบุรี (เมืองกาไว)

จังหวัดฉะเชิงเทรา ชื่อเก่าคือ แปดริ้ว

จังหวัดชลบุรี ชื่อเก่าคือ เมืองพระรถ

จังหวัดตราด ชื่อเก่าคือ เมืองกราบ

จังหวัดปราจีนบุรี ชื่อเก่าคือ เมืองพระศรีมโหสถ

จังหวัดระยอง ชื่อเก่าคือ รวย่อง

จังหวัดสระแก้ว แต่ก่อนไม่ได้เป็นจังหวัด ชื่อสระแก้วมาจากสระน้ำ
ที่อยู่กลางเมือง

ชื่อจังหวัดในอดีตภาคใต้

จังหวัดกระบี่ ชื่อเก่าคือ แขวงเมืองปกาสัย

จังหวัดชุมพร ชื่อเก่าคือ ชุมนุมพล

จังหวัดตรัง ชื่อเก่าคือ เมืองทับเที่ยง

จังหวัดนครศรีธรรมราช ชื่อเก่าคือ เมืองตามพรลิงค์

จังหวัดนราธิวาส ชื่อเก่าคือ มะนาลอ

จังหวัดปัตตานี ชื่อเก่าคือ เมืองตานี

จังหวัดพังงา ชื่อเก่าคือ เมืองงูงา

จังหวัดพัทลุง ชื่อเก่าคือ คูหาสวรรค์

จังหวัดภูเก็ต ชื่อเก่าคือ บุกิต

จังหวัดระนอง ชื่อเก่าคือ เมืองแร่นอง

จังหวัดสตูล ชื่อเก่าคือ มูเก็มสโตย-ละงู

จังหวัดสงขลา ชื่อเก่าคือ สิงหนคร

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ชื่อเก่าคือ เมืองไชยา

จังหวัดยะลา ชื่อเก่าคือ ยาลอ

มูลนิธิ

สามีเดินพุงกักรรยาออกจากโรงพยาบาล เหตุเพราะเงินที่มีอยู่ไม่สามารถรักษาภรรยาของเขาต่อไปได้

ภรรยาของเขาซูบผอมมาก หลังจากขึ้นรถโดยสารเพื่อมุ่งสู่บ้านนอก เขาได้พบเจอกับชายคนหนึ่งแต่งตัวสุภาพเรียบร้อย

หลังจากสนทนากัน ชายผู้นี้จึงบอกแก่สองสามีภรรยาว่า

"ผมทำงานอยู่มูลนิธิ ผมขอที่อยู่ของคุณไว้ละ หากเรื่องของคุณผ่านมติประชุม คุณก็จะได้รับเงินค่าช่วยรักษาพยาบาล"

สองสามีภรรยายกมือไหว้ขอบคุณเขาด้วยความหวังและความซาบซึ้งใจ

ผ่านไปหนึ่งอาทิตย์ สองสามีภรรยาก็ได้รับธนาคติเป็นเงินจำนวน 10,000 บาท

เขาจึงพาภรรยาของเขากลับเข้ารับการรักษาพยาบาลอีกครั้ง

และทุกครั้งที่เงินกำลังจะขาดมือ เขาก็จะได้รับธนาคติจากมูลนิธินั้น เสมือนว่ามูลนิธิรู้ว่าเขากำลังเงินหมด

นอกเสียจากค่ารักษาพยาบาลและค่าเดินทาง สองสามีภรรยาไม่กล้าใช้เงินโดยพลการ เพราะทั้งเธอและเขารู้ดีว่าเงินจำนวนนี้เป็นเงินที่มูลนิธิได้มาจากการบริจาคของคนทั่วไป

"เงินทำบุญของคนอื่น เราจะนำมาใช้สุมสี่สุมห้าไม่ได้ เราจะต้องใช้ให้คุ้มค่าสมกับที่เขาเมตตาเรา" สามีมักจะพูดกับภรรยา

ในช่วงระยะเวลาสองเดือนที่ภรรยาของเขาเที่ยวไปเที่ยวมาเพื่อรักษาตัว มูลนิธิส่งเงินให้เขาและเธอเป็นจำนวน 70,000 บาท

เมื่อสุขภาพดีขึ้น สองสามีภรรยาจึงตัดสินใจเข้าเมืองเพื่อเข้าไป

ขอบคุณมูลนิธินั้น

แต่เมื่อมายืนอยู่หน้าสถานที่ที่หน้าของจดหมายแจ้งไว้ กลับกลายเป็นบ้านธรรมดาหลังหนึ่ง เจ้าของบ้านก็คือชายคนที่เขาและเธอพบเจอกันโดยสรวนนั้น

แท้ที่จริง ชายผู้นี้ไม่ได้ทำงานมูลนิธิอะไร เขาค้าขายเล็กๆ น้อยๆ พอที่จะไม่ทำให้ครอบครัวและลูกเมียลำบาก และเงินที่เขาส่งให้สองสามีภรรยาก็เป็นเงินทุนของเขาเอง โดยมีใช้เงินของมูลนิธิตามที่เขายกไว้

วันที่เขาพบเจอกับสองสามีภรณานั้น เป็นวันที่เขาเดินทางไปชมนิทรรศการที่จังหวัดใกล้เคียง

เมื่อเรื่องราวนี้มีผู้คนรับรู้และแพร่กระจายเป็นวงกว้าง รายการโทรทัศน์ก็ได้ติดต่อขอสัมภาษณ์เขา

"ทำไมคุณถึงตัดสินใจช่วยเหลือสองสามีภรรยาคู่นี้ครับ?" นักข่าวยิงคำถาม

"ไม่มีอะไรครับ เพียงแค่เห็นว่าเขาทั้งสองคนยากลำบากจริงๆ คนเรายามอับจน ใครๆ ก็ต้องการความหวัง ผมพอทำได้ผมก็เลยอาสาทำ" เขาตอบด้วยใบหน้าที่ยิ้มแย้ม

"ทำไมคุณไม่บอกเขาและเธอว่าเงินเหล่านี้เป็นเงินส่วนตัวของคุณเอง?" นักข่าวถามต่อ

คราวนี้เขาไม่ได้ตอบคำถามของนักข่าวโดยตรง แต่เขาเล่าเรื่องในอดีตของเขาให้นักข่าวฟังว่า

"ตอนที่ผมเป็นเด็ก จำได้ดีว่าปีหนึ่ง บ้านเรายากจนจนแทบจะไม่มีข้าวรอกหม้อ ตอนที่พ่อกับแม่กำลังทะเลาะกันอยู่นั้น ผู้ใหญ่บ้านก็แบกข้าวสารกระสอบหนึ่งมามอบให้กับครอบครัวเรา

ผู้ใหญ่นบ้านบอกว่า เป็นข่าวสารที่ทางการมอบไว้ให้สำหรับช่วยเหลือประชาชนที่ยากจน ใครๆ ก็รู้ว่าบ้านของเรายากจน แถมลูกหลานก็เยอะข้าวคงไม่พอกิน ทางการก็เลยแจ้งให้ผู้ใหญ่นำข่าวมามอบให้กับเรา

หลังจากปีนั้นผ่านไป ครอบครัวของเราเริ่มสบายขึ้น พ่อจึงได้รู้ความจริงจากปากลูกสะใภ้ผู้ใหญ่นบ้านว่าข่าวกระสอบนั้นเป็นข่าวของผู้ใหญ่นบ้านเอง ไม่ใช่ข่าวจากทางการตามที่ผู้ใหญ่นบอก ทั้งๆ ที่บ้านผู้ใหญ่นลำบาก แต่แกก็ยังมีความรักความอาทรให้แก่ครอบครัวเรา เพราะข่าวสารกระสอบนั้น ทำให้ผมบอกกับตัวเองเสมอว่า หากวันใดที่ผมมีกำลังและผมช่วยเหลือใครๆ ได้ ผมจะช่วยเหลือทันที เพราะสิ่งที่ผมได้เรียนรู้จากผู้ใหญ่นบ้านก็คือ เมื่อเราได้รับความอาทรจากคนอื่น เราก็ควรให้ความอาทรนี้ต่อคนอื่นเช่นกัน"

พูดเสร็จ เขาก็หันไปมองภรรยาและลูกของเขาที่พยักหน้าและยิ้มให้กับเขาเช่นกัน

"แล้วทำไมคุณไม่มอบเงินทั้งหมดให้เขาเลย ทำไมต้องแบ่งเป็นงวดๆ ละครับ?" นักข่าวยิงคำถามสุดท้าย

คราวนี้เขายิ้มกว้าง

"ผมสามารถทำได้เช่นนั้น แต่หากผมเอาเงินทั้งหมดให้กับเขาทั้งสองมันก็แค่เงินค่ารักษาตัว แต่ที่ผมแบ่งเป็นงวดๆ อย่างนี้เพื่อให้ทั้งสองได้รับรู้ถึงความรักและความหวังที่ไม่มีวันสิ้นสุด เพราะคนที่ประสบกับความทุกข์นั้น พวกเขาไม่ได้ต้องการความสงสารจากใครๆ แต่เป็นความรักและความหวังต่างหาก"

เมื่อเขาพูดจบ เสียงปรบมือของคนที่อยู่ในห้องก็ดังเกรียวกราว...

๓ สถิติในดวงใจไทยนิรันดร์

รศ.ดร.ภญ.อรลักษณ์ แพรัตกุล

วันอาทิตย์ที่ 13 ตุลาคม 2567 เป็นวันนวมินทรมหาราช และวันคล้ายวันสวรรคตในหลวงรัชกาลที่ ๑ ชมรมฯ ได้จัดกิจกรรมเข้าร่วมพวงมาลา ณ พระบรมราชานุสาวรีย์ ร.๑ แห่งอุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ เขตดุสิต เพื่อน้อมรำลึกถึงพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ซึ่งสำนักพระราชวังเปิดให้ประชาชนเข้าถวายสักการะพระบรมราชานุสาวรีย์ระหว่างวันที่ 13-14 ตุลาคม 2567 ประชาชนเข้าถวายสักการะได้ตั้งแต่เวลา 08.00 ถึงเวลา 21.00 น. เข้านี้้อากาศแจ่มใสไม่มีเค้าฝน สมาชิกชมรมฯ จำนวน 20 คน นัดพบกันที่ มศว ประสานมิตร เวลา 7.30 น. ออกเดินทางด้วยรถตู้ 2 คันไปยังอุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ เขตดุสิต

อุทยานเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตรแห่งนี้ เป็นสวนสาธารณะแห่งใหม่ของกรุงเทพฯ บนเนื้อที่เกือบ 300 ไร่ สถานที่นี้เดิมคือสนามม้านางเลิ้งซึ่งปิดตัวลงในปี 2561 ก่อนเข้าสู่กระบวนการแปลงโฉมเป็นสวนสาธารณะแห่งใหม่ ในนาม “อุทยานเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร” ซึ่งไม่ได้เป็นเพียงสวนสาธารณะสำหรับพักผ่อนหย่อนใจเท่านั้น แต่ยังเป็นแหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับป่าและน้ำ ซึ่งเป็นสิ่งที่ในหลวงรัชกาลที่ ๑ ทรงสนพระทัยและทรงให้ความสำคัญอย่างยิ่ง (ข้อมูลจาก <https://www.bbc.com/thai/articles/c3gxe7vzwzeo>)

พระบรมราชานุสาวรีย์ ร.9 มีขนาดความสูง 7.41 เมตร หรือขนาด 4 เท่าของพระองค์จริง หล่อด้วยโลหะสำริด ทรงฉลองพระองค์เครื่องแบบทหารมหาดเล็กราชวัลลภรักษาพระองค์ หันพระพักตร์ไปทางพระตำหนักสวนจิตรลดาฐานพระบรมรูปตั้งอยู่บนลานรูปไข่ ฐานพระบรมราชานุสาวรีย์สูง 18.7 เมตร แทนฐานพระบรมราชานุสาวรีย์เป็นผัง 8 เหลี่ยม ตามคติพระที่นั่งอัฐทิศอุทุมพรราชอาสน์ อันเป็นสัญลักษณ์เบื้องต้นแห่งการประกอบพระราชพิธีบรมราชาภิเษก ฐานพระบรมราชานุสาวรีย์ทั้ง 8 เหลี่ยม มีแผ่นจารึกพระมหากษัตริย์ในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่ทรงประกอบพระราชกรณียกิจนานัปการเพื่อนำพาประเทศชาติอยู่ดีมีสุข อันก่อให้เกิดความผูกพันและความจงรักภักดีที่ประชาชนมีต่อสถาบันพระมหากษัตริย์ เป็นเอกลักษณ์สำคัญของไทยที่ไม่มีชาติใดเสมอเหมือน พระบรมราชานุสาวรีย์นี้ถือว่าเป็นหัวใจและศูนย์กลางของอุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ ซึ่งประชาชนจะสามารถมองเห็นอนุสาวรีย์ได้จากถนนรอบนอกพื้นที่อุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ ทั้งถนนศรีอยุธยา ถนนพระรามที่ 5 และถนนพิษณุโลก

เมื่อไปถึงอุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ มีผู้คนคับคั่งมาก มีทั้งหน่วยงานราชการต่างๆ และหน่วยงานเอกชนมาวางพวงมาลา ระยะทางจากประตูเข้าไปในบริเวณพระบรมราชานุสาวรีย์เป็นระยะทางไกลพอสมควร จึงมีรถกอล์ฟให้บริการผู้ที่อาจเดินไกลๆ ไม่สะดวกด้วย เข้านี้อากาศแจ่มใสและแดดเริ่มแรง พวกเรารายงานตัวที่จุดลงทะเบียน (ขอขอบคุณพี่น้ำดี คุณกัญญา จันทร์ดี ที่กรุณามาประสานงานลงทะเบียนวางพวงมาลาในนามชมรมฯ ล่วงหน้าตั้งแต่เมื่อวาน) การลงทะเบียนเรียบร้อยจึงพากันเดินเข้าแถวเป็นกลุ่ม เพื่อเข้าถวายพวงมาลา ลังเกตว่ามีหน่วยงานราชการมากัน

มากมาย แต่งชุดปกติขาวเป็นส่วนใหญ่ พวกเราทยอยเข้าแถวรออย่าง
เข้มแข็ง ระหว่างรอได้เก็บภาพไว้เป็นที่ระลึก มีทั้งภาพหมู่และภาพเดี่ยว
ของทีมนิสิตสวยใสเปลือยเปลือยสูงชันสวยงามน่าประทับใจมาก ในบริเวณ
อุทยานฯ เปิดเพลงพระราชานิพนธ์ตลอดเวลา ก็ยังน้ำตารินทุกครั้งด้วยความ
คิดถึงพระองค์ ในงานมีจิตอาสาคอยเดินอำนวยความสะดวกให้ผู้
มาร่วมงาน ทุกคนหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสท่ามกลางแดดจ้า เมื่อถึงคิวถวาย
พวงมาลา ประธานชมรมฯ และ รศ. ดร. ชมพันธ์ุ์ กุญชร ณ อยุธยา เป็น
ผู้นำถวายพวงมาลาอย่างเรียบร้อยสวยงาม แล้วทยอยเดินออกทางด้าน
ซ้าย มุมด้านซ้ายนี้สวยงามมาก จึงพากันเก็บภาพเพิ่มเติมตรงบริเวณด้าน
ข้างซึ่งมีสระน้ำใหญ่เห็นเงาสสะท้อน หากมาตอนเย็นหรือค่ำมุนนี้คงจะยิ่ง
สวยงามมาก ระหว่างทางไปประตูทางออก มีบริการน้ำแดงให้ดื่มเย็นชื่น
ใจ และมียาอมแจกด้วย เต้าววันนี้่น่าจะมีผู้ร่วมงานเป็นลมเป็นแน่แท้
เห็นมีหน่วยพยาบาลคอย Stand by อยู่ แต่ต้องขอชื่นชมสมาชิกชมรมฯ
ทุกท่านที่มีความแข็งแรงเป็นเยี่ยม คือต้องสารภาพว่าระหว่างรอท่ามกลาง
แดดจ้าประหนึ่งพระอาทิตย์สองดวงนั้น หัวน้ใจมากกว่าจะมีใครร้อนจนวูบ
เพราะฮีทสโตรก แต่ปรากฏว่าทุกคนเข้มแข็ง ตั้งใจมาด้วยใจจงรักภักดี
ทุกคนจึงปลอดภัย แถมได้วิตามินตีเต็มๆ ในเช้าวันนี้

จากอุทยานเฉลิมพระเกียรติฯ รถตู้พาพวกเราไปถึงศิริราช เพื่อ
บริจาคเงินทำบุญถวายเป็นพระราชกุศล ชมรมฯ ได้รวบรวมเงินทำบุญและ
เป็น 2 ส่วน คือ บริจาคให้ศิริราชมูลนิธิ (47,000 บาท) และวัดบางจาก
ต.คลองพระอุดม อ.ปากเกร็ด นนทบุรี (22,500 บาท) เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์
สิ่งของเครื่องใช้ให้ผู้ป่วยยืมไปใช้แบบหมุนเวียน ทั้งนี้ ทางศิริราชมูลนิธิ
ได้มอบของที่ระลึกเป็นเสื้อโปโลสีเหลืองมีตราสัญลักษณ์ ซึ่งชมรมฯ จะได้

แจกจ่ายให้แก่ผู้ร่วมทำบุญต่อไป หลังประสานงานที่ศิริราชมูลนิธิเป็นที่เรียบร้อย ได้เดินทางไปบริเวณลานด้านข้าง เพื่อกราบพระราชานุสาวรีย์สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก ซึ่งบริเวณนี้นับเป็นสถานที่พักผ่อนและยึดเหนี่ยวทางจิตใจของผู้คน ทั้งผู้ป่วย แพทย์ พยาบาล นักศึกษา บุคลากรในรั้วศิริราช ไม่ว่าจะเดินไปที่ครั้งก็จะพบว่าด้านหน้าของพระราชานุสาวรีย์ เต็มไปด้วยรูป เทียน และดอกไม้ อยู่เสมอ พระราชานุสาวรีย์นี้เป็นพระรูปหล่อโลหะสัมฤทธิ์ ขนาดสูงกว่าพระองค์จริงเล็กน้อย ประทับพระเก้าอี้ ฉลองพระองค์ครุย พระหัตถ์วางบนตำรา แพทย์บนพระเพลา พระราชานุสาวรีย์ประดิษฐานบนแท่นฐาน มีพุ่มโลหะประดับทั้ง 2 ข้าง ศาสตราจารย์ศิลป์ พีระศรี เป็นผู้ออกแบบ นายสนั่น ศิลากรณ์ เป็นประติมากร (ข้อมูลจาก https://mahidol.ac.th/temp/document/prabida/king_monument.pdf)

จากนั้นสมาชิกออกเดินทางไปรับประทานอาหารกลางวันที่ Siam Origins ซึ่งเป็นร้านอาหารที่ตั้งอยู่ในบริเวณด้านหลังของมิวเซียมสยาม ร้านนี้มีเมนูอาหารอร่อยแปลกใหม่ที่ไม่เคยชิมหลายอย่าง ตอนทำยมีไอศกรีมโฮมเมดที่หลายท่านชมว่าอร่อย ไอศกรีมนี้เราต้อง preorder กันตั้งแต่ช่วงเช้า ท่านที่ออเดอร์ไอศกรีมรสสตอเบอรี่บอกว่าไอศกรีมทำจากสตอเบอรี่สด วันหลังคงต้องแวะมาชิมอีก อิ่มหน้า (คืออิ่มมาก) กันแล้วจึงเดินชมพิพิธภัณฑ์มิวเซียมสยาม ซึ่งจุดเด่นเป็นพิพิธภัณฑ์ที่ใช้สื่อสร้างสรรค์ทันสมัย อธิบายถึงความเป็นมาของประเทศไทย ทั้งด้านเชื้อสาย ศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี มิวเซียมสยามตั้งอยู่ริมถนนสนามไชย (ติดสถานีรถไฟฟ้า MRT สนามไชย) แขวงพระบรมมหาราชวัง เป็นพิพิธภัณฑ์แห่งการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการสร้างประสบการณ์ใหม่ในการชม

พิพิธภัณฑ์ ประกอบด้วยนิทรรศการถาวร ชุด “ถอดรหัสไทย” นิทรรศการหมุนเวียน รูปแบบของนิทรรศการถาวร ชุด “ถอดรหัสไทย” ประกอบด้วย 14 ห้องนิทรรศการ โดยใช้สื่อเทคโนโลยีทันสมัย และสื่อพิพิธภัณฑ์ที่เน้นการปฏิสัมพันธ์ในการบอกเล่าเรื่องราว นำเสนอการเรียนรู้มุมมองความเป็นไทยจากอดีตและพัฒนาการมาถึงปัจจุบัน ทั้งในด้านประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม ประเพณี สังคม การแต่งกาย อาหารการกิน สถาปัตยกรรม ตั้งแต่ต้นรัตนโกสินทร์จนถึงปัจจุบัน (www.museumsiam.org) วันนี้พวกเราได้เข้าชมฟรี เพราะผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปไม่เสียค่าเข้าชม และมีวิทยากรนำชมอธิบายข้อมูลอย่างละเอียดอีกด้วย

จากมิวเซียมสยามซึ่งได้เดินย่อยอาหารกันพอสมควร จึงออกเดินทางกลับ มศว วันนี้นับเป็นวันเดย์ทริปตราตรึงใจที่ได้น้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของในหลวงรัชกาลที่ 9 ขอพระองค์ทรงรับรู้่ว่าประชาชนคนไทยยังคิดถึงพระองค์เสมอมาและเสมอไป ได้เห็นภัยน้ำท่วมภาคเหนือในปีนี้มีน้ำมากเหลือเกิน ก็อดคิดไม่ได้ว่าหากมีพระองค์คงจะบรรเทาความหนักหนาสาหัสได้ด้วยพระปรีชาสามารถด้านการบริหารจัดการน้ำ นึกถึงภาพทรงถือแผนที่ออกเยี่ยมประชาชนทั่วทุกตารางนิ้วของประเทศไทยเพื่อบำบัดทุกข์บำรุงสุขให้อาณาประชาราษฎร์เสมอมาตลอดพระชนม์ชีพ กลับบ้านต้องฟังเพลงพระราชนิพนธ์ “Still on my mind” อีกรอบ ขอบุญญาบารมีของพระองค์ทรงปกปักรักษาบ้านเมืองไทยให้ร่มเย็นเป็นสุข ด้วย ๘ สถิตินดวงใจไทยนิรันดร์ ...

คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ชุดที่ 21

ที่ปรึกษา

1. อธิการบดี
2. รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ
3. ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง
4. อาจารย์จันทร์ทิพย์ ลิ้มทอง
5. รองศาสตราจารย์เฉลียว พันธุ์สีดา
6. รองศาสตราจารย์ชมพันธุ์ กุญชร ณ อยุธยา
7. รองศาสตราจารย์ธวัช บุรีรักษ์
8. อาจารย์นงนวล พงษ์ไพบูลย์
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์มาลี โทณานนท์
10. รองศาสตราจารย์วิจิตร วรุตบางกูร
11. รองศาสตราจารย์สุชา ณ พัทลุง
12. รองศาสตราจารย์สุภา ปานเจริญ
13. รองศาสตราจารย์ คุณหญิงสุมณฑา พรหมบุญ

ประธานกรรมการ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นงนารถ ชัยรัตน์

รองประธานกรรมการ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุณี รักษาเกียรติศักดิ์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมปรารถนา วงศ์บุญหนัก

คณะกรรมการฝ่ายวิชาการ

1. รองศาสตราจารย์สนอง โลहितวิเศษ
2. อาจารย์ละเอียด รักรัษเฝ้า
3. รองศาสตราจารย์เฉลียวศรี พิบูลชล
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิตยา วังกังวาน
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์รัตติยา จินเดหว่า
6. รองศาสตราจารย์วรรณิ โสมประยูร
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิลาสลักษณ์ ชวัลลสี
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิรินหา บุญยสงวน
9. รองศาสตราจารย์ ส.วาสนา ประवालพฤษ์
10. นายสวัสดิ์ จินเดหว่า
11. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชวสา ยอดกมล
12. อาจารย์สุภณิดา สุวณิชย์
13. อาจารย์สุวพร เข้มเฮง

คณะกรรมการฝ่ายปฎิคม

1. รองศาสตราจารย์อุทัยวรรณ ปิ่นประชาสรร
2. นางกฤษณา สุนันทเกษม
3. นางติ่ม วิจิวงษ์
4. นางทัศนากองกักดี
5. นางพรสนอง แต่งไทย
6. รองศาสตราจารย์พริ้มเพรา ผลเจริญสุข
7. นายไพฑูรย์ รัตนศิริ

8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระวีวรรณ พันธุ์พานิช
9. นางสาววราภรณ์ เตชะวัฒนเศรษฐ์
10. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุกัลยา กฤษณเกรียงไกร
11. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุดา ทัพสุวรรณ
12. อาจารย์สุพีพรรณ พัฒนพานิชย์
13. รองศาสตราจารย์สุภาพรรณ ลิริแพทย์พิสุทธิ์
14. รองศาสตราจารย์อรพรรณ พรสีมา
15. อาจารย์อัยยา ภาदानุพงศ์
16. อาจารย์อุไร สังขนันท์

คณะกรรมการฝ่ายนันทนาการ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมพ์มา ม่วงศิริธรรม
2. นางจงกล พุกพูน
3. อาจารย์ภริฎา ภิรนานนท์
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ณัฐยา วิสุทธิสิน
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิรมล ปิตะนึละผลิน
6. นายบัญญัติ นิมประเสริฐ
7. รองศาสตราจารย์ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ
8. อาจารย์พวงผกา คงอุทัยกุล
9. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พัชรา สุทธิสำแดง
10. นายไพฑูรย์ รัตนศิริ
11. อาจารย์มารศรี บั้ววราภรณ์
12. นางสาวมาลี สอนดา

13. รองศาสตราจารย์สาลี ปาลกะวงค์ ณ อยุธยา
14. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชาติา สุธรรมรักษ์
15. นางสาวสุนี เหล่ารัตนเวช
16. อาจารย์สุวัฒน์ บัววรามภรณ์

คณะกรรมการฝ่ายทัศนศึกษา

1. รองศาสตราจารย์สุภาพร สุกลีเหลือง
2. รองศาสตราจารย์ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ
3. รองศาสตราจารย์ชวลี ดวงแก้ว
4. นางทัศนาก ทองภักดี
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนอ อัครุจานนท์
6. นางพรสนอง แดงไทย
7. นางรัตนา ภูสุวรรณ

คณะกรรมการฝ่ายสถานที่

1. นางคัชณีย์ โปกคาวัฒน์นะ
2. นายเชิดชาติ พุกพูน
3. นายไพฑูรย์ รัตนศิริ
4. นายประยงค์ วินิจวงษ์
5. อาจารย์บัณฑิต แพนลีนฟ้า
6. นางสาวประทีนทิพย์ อินทวิเชียร

คณะกรรมการฝ่ายอาหารและจัดเลี้ยง

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนอ อัครวุฒานนท์
2. นางคัชฌีย์ โปกดาวัฒนะ
3. นางจำรุญ เลียบไย
4. นางตี๋ม วินิจวงษ์
5. อาจารย์สธัญ ภู่คง
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชวสา ยอดกมล
7. นางอรุณี ลินสันธิเทศ

คณะกรรมการฝ่ายการเงิน

1. นางสาวนงลักษณ์ พจนากรรักษ์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์เกษร เจริญรักษ์
3. อาจารย์พัชนี โชติกเสถียร
4. นางสาวพิศมัย พนาเวศร์
5. นางสาวลักขณา แซ่ลู้

คณะกรรมการฝ่ายทะเบียนและพัสดุ

1. นางสาวนงลักษณ์ พจนากรรักษ์
2. นางวนิดา คงรินทร์
3. นางศิริพร จันทนพันธ์
4. นางสาวอุมาพร นาคะวังนะ

คณะกรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์/ภาพถ่าย/จดหมายข่าว

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชาดา สุธรรมรักษ์
2. นางกัญญา จันทร์ดี
3. รองศาสตราจารย์ธาดาศักดิ์ วชิรปรีชาพงษ์
4. นางสาวประทีนทิพย์ อินทวิเชียร
5. อาจารย์พิมพ์วรรณ ณ พัทลุง
6. ว่าที่ ร้อยตรี อาจารย์มนัส บุญประกอบ
7. นางสาวลักขณา แซ่ลู้
8. รองศาสตราจารย์สนอง โลหิตวิเศษ
9. อาจารย์สุจิตต์ รัชษ์เฝ้า

คณะกรรมการฝ่ายสวัสดิการ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พนอ อัครุจานนท์
2. นางกัญญา จันทร์ดี
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นิรมล ปิตะนึละผลิน
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุชาดา สุธรรมรักษ์

คณะกรรมการฝ่ายเลขานุการ

1. นางสาวนงลักษณ์ พจนากรรักษ์
2. รองศาสตราจารย์บังอร พานทอง
3. นางบุญสม เล้าพูนพิทยะ
4. นางสาวลักขณา แซ่ลู้
5. นางสาวอุมามพร นาคะวิจนะ

