



ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จดหมายข่าว ปีที่ 32 ฉบับที่ 3 เดือน มีนาคม 2569

สารบัญ

• สังคมในเวดดวงมศว	3
• ชาวชมรมฯ	4
• ผู้บริจาคเงิน	5
• รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนมีนาคม	6
• วาทีะธรรม : อยู่กับตัวเอง	8
• บอกเล่าเก้าสิบ : คาถาสุขใจ	11
• พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า	12
• มาฆบูชา	22
• ผู้วางรากฐาน เทคโนโลยี GPS	27
• นกอินทรี	30
• ประกาศ สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว	32



3 มีนาคม 2569

วันมาฆบูชา

- | | |
|--------------------------|-------------------|
| • เดือนสามจันทร์สว่างฟ้า | โลกา |
| ตั้งพระธรรมสองตันทหา | แจ่มแจ้ง |
| ตื่นรู้ดับมายา | ไม่เที่ยง จริงเอย |
| รู้รอบไม่โรยแล้ง | หน่อเนื้อพุทธธรรม |
| • เดือนสามเพ็ญส่องฟ้า | ราตรี |
| โลกตื่นขึ้นชีวี | สุขสร้าง |
| รู้แจ้งสู่ปรีดี | ทางสงบ ใต้นา |
| ปฏิบัติธรรมไม่ร้าง | หลุดพ้นสงสาร |
| • เดือนสามจันทร์ส่องหล้า | วันเพ็ญ |
| ดูจพระธรรมดับเข็ญ | กิเลสกล้า |
| ละชั่วทำดีเป็น | สัตบุรุษ |
| จิตผ่องใสทั่วหน้า | ตื่นรู้พุทธคุณ |

ธรรมชาติ เข็ญชวน ทำนศาสนิกชนปฏิบัติธรรมเป็นพุทธบูชา
ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์ถวาย)



30 มีนาคม 2569

วันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า

- บังคมพระนั่งเกล้า จอมราชา
ทศพิชราชธรรมา เลิศหล้า
กรณีเย จรียา เป็นแบบ งามเอเย
ประพตติธรรม ทัวหน้า ไพร่ฟ้าใจเกษม
- กุศโลบายสร้างวัด ศรีทธา
เพื่อสีกษาจรรยา ไพร่ฟ้า
ประกาศพุทธศาสนา เป็นเอก ซาติเอเย
ทวยราษฎรเจริญ ก้าวหน้า เทิดไท้สยามินทร์

ด้วยเกล้า ด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า ชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
(นายวิวัฒน์ บุรทัต ประพันธ์ถาว)

สังคมในแวดวงมศว



วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2569 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นเจ้าภาพ พระพิธีธรรมสวดพระอภิธรรมพระบรมศพสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง โอกาสนี้ คณะผู้บริหาร บุคลากร นิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นำโดย รศ.ดร.ชลวิทย์ เจียรจิตต์ อธิการบดี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เข้าร่วมพระพิธีธรรมสวดพระอภิธรรมพระบรมศพสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ อันหาที่สุดมิได้ ณ พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท พระบรมมหาราชวัง

ข่าวชมรมฯ

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ กำหนดการประชุมประจำเดือนมีนาคม ในวันพฤหัสบดีที่ 5 มีนาคม 2569 ณ ห้องประชุม ชั้น 2 คณะศึกษาศาสตร์ ตั้งแต่เวลา 09.30-10.00 น. ตั้งแต่เวลา 10.00 - 11.00 น. เล่าเรื่องการท่องเที่ยว มองโกเลีย ไชบีเรีย ไบคาล เกาะโอกอย จีน โดย รศ.ดร.สนอง โลหิตวิเศษ

- การประชุมประจำเดือนเมื่อวันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2569 เนื่องจากเป็นเดือนแห่งความรัก ชมรมฯ แจกก๊อบติดผมสีแดงให้สมาชิกติดผมดูน่ารักไปอีกแบบค่ะ กิจกรรมเล่นแก้อัปเดตกันแบบ สว สนุกสนานได้หัวเราะด้วยกัน ขอขอบคุณสมาชิกหลายคนที่น่าอาหารว่างมาสมทบกันหลากหลาย ชมรมฯ ขอขอบคุณเจ้าภาพเลี้ยงอาหารว่างและอาหารกลางวัน ข้าวผัดปลาเค็ม ไข่ไก่ รศ.ดร.ชมพันธุ์ กุญชร ณ อยุธยา อาจารย์อัยยา ภาคานุกพงศ์ คุณนงลักษณ์ พจนการรักษ์ คุณลักขณา แซ่ลู้ ผศ.นงนารถ ชัยรัตน์ และมันตัมขิง รศ.ชมพันธุ์ กุญชร ณ อยุธยา ผศ.ระวีวรรณ พันธุ์พานิช ผศ.พัชรา สุทธิสำแดง อิมอร้อยกันถ้วนหัวค่ะ

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

- คณะกรรมการบริหารชมรมฯ ใครขอให้ผู้บริจาคเงินเข้าชมรมฯ ตรวจสอบรายชื่อจากจดหมายข่าวของชมรมฯ ในแต่ละเดือน หากไม่ ปรากฏรายชื่อของผู้บริจาคภายใน 1-2 เดือน โปรดติดต่อกับ ดร.อุมาพร นาคะวัจนะ โทร. 090 917 3993 หรือคุณพิศมัย พนาเวศร์ โทร. 081 412 1310 และหากท่านสมาชิก มีความประสงค์ที่จะร่วมบริจาคเงินเข้าชมรมฯ ได้ที่สหกรณ์ออมทรัพย์ มศว ชื่อ

บัญชีชมรมผู้สูงอายุ มศว เลขที่บัญชี 2686-3 ชมรมฯ ขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ชมรมฯ ขอแสดงความเสียใจกับครอบครัว อินทสุวรรณ ในการถึงแก่กรรม รศ.ดร.ผจงจิต อินทสุวรรณ ตั้งศพบำเพ็ญกุศลที่วัดโสมนัสฯ ตั้งแต่วันที่ 20 - 22 กุมภาพันธ์ 2569 และบริจาคสร้างให้แก่โรงพยาบาลศิริราช

- สมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์ มศว จำกัด สามารถไปรับเอกสารประกอบการเสียภาษีปี 2568 ได้ที่เจ้าหน้าที่ฝาก ถอน สำหรับสมาชิกที่มีเงินฝากประจำ 12 และ 24 เดือน

บริจาค

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สิริรัตน์ เฉลิมงาม 1,000 บาท
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง 1,000 บาท

รายชื่อสมาชิกชมรมฯ ที่เกิดเดือนมีนาคม

พรโตโต ในปฐมพีคุณความดี ที่เพาะปม

คุณธรรม คำชื่นชม

ท่านสะสม นมนานมา

เนรมิต จิตเปี่ยมสุข

ปราศโศกทุกข์ ทุกเพ -ลา

สิ่งवाद ปรารถนา

หลังไหลมา คราวนี้...เกิด

รองศาสตราจารย์ ดร.พิศมัย จารุจิตติพันธ์

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| 1. ดร.มารศรี สุธานี | 2. ผศ.นุชรี ตรีโลจน์วงศ์ |
| 3. อ.สมทรงเจริญกุล | 4. คุณพัชรา ใหญ่ลำยอง |
| 5. รศ.ไพฑูรย์ ธรรมแสง | 6. คุณอนงค์ พาลี |
| 7. รศ.ยงยุทธ ธนุกฤต | 8. อ.กาญจนา ขำสอาด |
| 9. รศ.ชวลิตรัตน์กุล | 10. รศ. ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่ |
| 11. อ.ดร.อุทัยวรรณ สายพัฒนะ | 12. คุณเสาวนีย์ จันทร์น้อย |
| 13. ผศ.วิชญ์ ทับเที่ยง | 14. รศ.มานี ชูไทย |
| 15. อ. ดร.ชุตินา เจียมศิริ | 16. คุณมนต์ภักดี สุนันทชัยกุล |
| 17. คุณบัญญัติ นิมประเสริฐ | 18. อ.สงวน จินนकर |
| ★ 19. อ.สุนันทา มั่นสมงคล | 20. ผศ.สมชาย ไกรสังข์ |
| 21. คุณอรุณี สิ้นสันธิเทศ | 22. คุณศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์ |
| 23. อ.วิรุพหร์รัตน์ ไฉนงุ่น | 24. อ.อนงค์ศรี พวงเพชร |
| 25. ผศ.บังอร ชินตระการ | 26. คุณพินิจ สีทอง |
| 27. คุณรัฐวิทย์ มงคลรัตนกุล | 28. รศ.เฉลียวศรี พิบูลชล |
| 29. คุณศุภีพร ยะโหนด | 30. รศ.ระดม ณ บางช้าง |
| 31. คุณศิริพร จันทนพันธ์ | 32. รศ. ดร. สุนีย์ เหมะประสิทธิ์ |
| 33. ผศ.อรทัย วารีสอาด | 34. ผศ.เจริญ โชไชย |
| 35. อ.สุพจน์ ไชยรงค์ | 36. ผศ.สุภาพร ศรีปรีนทร์ |
| 37. อ.เฟื่องฟ้า กิตตินนท์ | 38. อ.ขจรศรีชาติกานนท์ |

- ★ 39) ดร.วารุณี อัครวโภคิน 40. คุณฉิราภรณ์ มณีน้อย
41. คุณสงบ จันทรสระคุณ 42. ดร.สมสุข ชีระพิจิตร
43. ผศ.สิริรัตน์ เฉลิมงาม 44. อ.กุลทิพย์ โรหิตร์ตนะ
45. อ.เบ็ญจา ส่งเจริญ 46. อ.วัชรินทร์ บุญยะกาญจน
47. รศ.วินัส ปัทมภาสพงษ์ 48. คุณรินนา วุฒิกุล
49) รศ. ดร.คุณหญิงสมณฑา พรหมบุญ 50. อ.ผกายวรรณ เขียมเจริญ
51. รศ.ชวลีย์ ณ ถกลาง 52. อ. ดร.วิชชุกร ทองหล่อ
53. อ.กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม 54. รศ.ชูศรี วงศ์รัตน์
55. คุณประเทือง ชมไม้ 56. คุณอิสสรี อิศรธำรง
57. ผศ.ลือชา สุบรรณพงษ์

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

★ บำเหน็จดำรงชีพ อายุ 70 ปี

วาทะธรรม : อยู่กับตัวเอง

ประเทศอินโดนีเซียมีเกาะเล็กๆ อยู่เกาะหนึ่งมีชื่อเสียงมาก แล้วก็มีความประเพณีวัฒนธรรมที่ไม่เหมือนใคร ไม่ใช่แค่ไม่เหมือนส่วนใหญ่ในอินโดนีเซียเท่านั้น แต่ว่าอาจจะไม่เหมือนกับส่วนอื่นของโลกด้วย นั่นคือเกาะบาหลีเป็นสถานที่ท่องเที่ยวของคนทั่วโลกแล้วมีเสน่ห์มาก บาหลีคนที่นี่นับถือศาสนาฮินดูแตกต่างจากคนส่วนใหญ่ในอินโดนีเซียที่นับถือศาสนาอิสลาม บาหลีมีประเพณีอย่างหนึ่งที่ไม่เหมือนใครแล้วไม่มีใครเหมือน ปีหนึ่งจะมี 1 วันที่ยังคงหยุดหยุดทั้งเกาะเลย เรียกว่าเป็นวันแห่งความเงียบงัน มีชื่อว่า วันนีเยปี (Nyepi) แปลว่าเงียบสงบ เป็นวันที่ไม่มีใครพูดคุยกันเลย งดใช้เสียงแล้วก็งดส่งเสียง และที่น่าสนใจคือวันนั้นคือวันขึ้นปีใหม่

วันขึ้นปีใหม่ของโลกเขาจะส่งเสียงเอ็ดตะโร ไม่ใช่แค่เล่นดนตรี เปิดเพลง บางทีก็จุดประทัดดอกไม้ไฟอย่างบ้านเรา ยิ่งดังเท่าไรก็ยิ่งเป็นการเฉลิมฉลองที่เหมาะสมกับวันปีใหม่ของไทยหรือของสากล แต่บาหลี วันปีใหม่คือวันแห่งความเงียบงัน เงียบอย่างแรกคือไม่ใช้เสียง คือไม่พูดคุย แล้วก็งดส่งเสียงคือไม่ทำเสียงอีกทีก็ ไม่มีการเล่นดนตรี ไม่มีการเปิดวิทยุโทรทัศน์ จะทำอย่างนั้นได้ก็ต้องงดการทำงาน งดการเดินทาง แล้วก็งดความบันเทิง เป็นวันเดียวของปีที่ไม่มีใครใช้เสียงหรือการส่งเสียงใดๆ เพราะเขาถือว่าเป็น การชำระจิตใจให้มาดูแลจิตใจตัวเอง แล้วก็ถือว่าเป็นการขบไล่วิญญาณชั่วร้ายไม่ให้มารบกวนชีวิตหรือว่าผู้คนในเกาะ แต่ว่าจริงๆ แล้วมีความหมายที่เชื่อมโยงกับชีวิตของคนโดยเฉพาะคนสมัยใหม่มาก เป็นสิ่งที่มีประโยชน์มาก เพราะว่าพองดพูดคุยกันแล้วก็ทำให้เราหลีกเลี่ยงการปะทะกัน หลีกเลี่ยงการส่งเสียงดัง มีโอกาสได้มาอยู่กับตัวเอง มาดูใจตัวเอง ขณะเดียวกันการที่ไม่มีการส่งเสียง ไม่มีเสียงเพลง ไม่มีเสียงดนตรี ไม่มีเสียงประทัด ไม่มีเสียงรถยนต์ ก็ทำให้ไม่มีสิ่งล่อเร้าเข้ามายั่ว เพราะถ้ามีสิ่งล่อเร้าเข้ามายั่วแล้วก็ทำให้เกิดความกระเพื่อมในจิตใจ ทั้งความชอบความชัง ความยินดียินร้ายพอไม่มีอารมณ์เหล่านี้เข้ามาในจิตใจแล้วก็

ทำให้ใจสงบ เพราะว่าถ้าหากว่ามีสิ่งล่อเร้าเข้ายวนโดยเฉพาะสิ่งล่อเร้าทางเสียง เสียงเพลง การพูดคุย หรือว่าเสียงต่างๆ ก็ทำให้เกิดความคิดและอารมณ์ จิตใจ ฟุ้งซ่าน ทำให้ไม่สงบ

ขณะเดียวกันพอไม่มีสิ่งเร้าจากภายนอก ไม่ว่าจะเป็นความบันเทิง งานการ การพูดคุยกับคน วิทยุโทรทัศน์ การที่จะส่งจิตออกนอกก็น้อยลง จิตเมื่อไม่ส่งออกนอกก็กลับเข้ามาดูภายใน ก็เห็นใจตัวเอง ปัญหาบางอย่างที่ทำให้รู้สึกดับ ข้องหมองใจ บางทีเรากลับมาดูใจตัวเองเราก็เห็นทางออก พบว่าปัญหาหลายอย่างก็เกิดจากใจเรา พอกลับมาดูใจปลดล็อกได้ ความสงบความสุขก็เกิดขึ้น ในจิตใจ หรือบางคนอาจจะเห็นยิ่งกว่านั้น เห็นธรรมชาติภายในของตัวเอง เกิดความรู้ความเข้าใจในชีวิตมากขึ้น เพราะฉะนั้นเป็นธรรมเนียมประเพณีที่ดีมาก ปีที่แล้วก็ 29 มีนาคม ปีนี้ก็ 19 มีนาคม เป็นวันปีใหม่ที่ไม่ได้จัดตามปฏิทินสากล ใครที่จะไปบาทลีต้าไปเที่ยว ต้องเสีย 19 มีนาคมปีหน้า แต่จะว่าไปก็ดีเหมือนกัน ถ้าเกิดว่าไปช่วงนั้นก็ไปพบกับธรรมเนียมประเพณีที่น่าสนใจที่สามารถจะหรือควรจะนำมาใช้กับชีวิตประจำวันคนเราได้ด้วย เพราะคนเราทุกวันนี้เราใช้เสียงกันเยอะ เราส่งเสียงกันมาก พูดคุยกันไม่หยุดหย่อน หรือไม่ก็ใช้เสียง ส่งเสียง เปิดวิทยุโทรทัศน์ เปิดมือถือ เสียงรถยนต์ เสียงอึกทึก อันนี้เป็นลักษณะของสังคมสมัยใหม่

เราอาจจะห้ามเสียงเหล่านี้ไม่ได้ แต่อย่างน้อยเรางดใช้เสียง งดพูดคุย ซึ่งสมัยนี้ก็ต้องรวมไปถึงการปิดโทรทัศน์ ปิดมือถือด้วย เพราะไม่อย่างนั้นก็อดไม่ได้ที่จะเขียนข้อความ โพสต์ข้อความทาง Facebook Instagram หรือว่าเขียน comment พวกนี้ก็ถือว่าเป็นการส่งเสียงแบบหนึ่ง คือการแสดงออกซึ่งมักจะทำให้เกิดความวุ่นวาย ฟุ้งซ่าน ถ้าอย่างน้อยเรามีสักวันหนึ่งใน 1 อาทิตย์ที่เราจะงดใช้เสียงพูดคุย หรือว่างดโพสต์ข้อความทางอินเทอร์เน็ต ทางโซเชียลมีเดีย งด comment งดคุยโอ้อวดว่าไปเที่ยวที่ไหนมา ไปทำอะไรมา จะดีต่อจิตใจมากเลย ใหม่ ๆ ก็จะทำให้ได้ยากเพราะว่ามีความอึดอันตั้งใจอยากจะทำ พูด คนเราพอจะให้เงียบ จะมีความอึดอันตั้งใจ อยากจะทำ พูด อยากจะแสดงออก อยากจะ

ระบาย อยากจะโชว์ อยากจะอวด แต่พอเราตั้งใจที่จะงดใช้เสียง งดพูดคุย แม้ใหม่ ๆ จะอึดอันตันใจแต่ตอนหลังจะสงบ แล้วเราก็เห็นใจตัวเอง ขณะเดียวกัน ถ้าหากว่าเรางดการโพสต์ข้อความทาง Facebook อินเทอร์เน็ต ก็ช่วยทำให้ลดความฟุ้งซ่านไปได้เยอะ ลดสิ่งล่อเร้าเข้ายวนที่ทำให้จิตใจวุ่น หรือขุ่นมัว นี่ก็เป็นการภาวนาแบบหนึ่ง ซึ่งไม่จำเป็นต้องมานั่งหลับตาทำสมาธิ แล้วก็ไม่ต้องจำเป็นต้องติดที่รูปแบบ ไม่ต้องสวดมนต์ แล้ววันพระก็เป็นวันที่เราสามารถจะภาวนาด้วยวิธีนี้ได้

นอกจากการทำบุญให้ทาน ใส่บาตร หรือการรักษาศีลแล้ว การที่เราจัดวันนี้ให้เป็นวันแห่งความเงียบงัน แห่งความสงบ งดพูดคุยหรือว่าอย่างน้อยก็กำหนดช่วงเวลาว่าเราจะไม่พูดคุยกับใคร แล้วถ้าให้ดีก็ปิดโทรศัพท์มือถือ เพราะเดี๋ยวนี้โทรศัพท์มือถือคือตัวส่งเสียง บางทีเสียงแจ้งเตือนก็มี หรือว่าเสียงโทรศัพท์ เสียงริงโตน หรือถึงแม้ไม่ปิด ไม่มีใครติดต่ออะไรมาก็อยากจะไปแสดงความคิดเห็น แต่ถ้าจะงดแสดงความคิดเห็นก็ต้องหาตัวช่วย คือว่างดเสพ พอเสพข้อมูลข่าวสารแล้วอดไม่ได้ที่จะแสดงความคิดเห็น เห็นใครโพสต์ก็อยากจะโพสต์บ้าง ก็เลยทำให้สงบไม่ได้ หรือว่าจะให้งดการพูดคุยก็ทำได้ยาก

ท่านติช นัท ฮันท์ ท่านเคยบอกว่า อาทิตยหนึ่งคนเราควรจะมีวันแห่งสติ วันแห่งสติ วันที่เราไม่ทำงานอะไรเลย งานที่เราไม่พูดคุย ซึ่งก็คล้าย ๆ กับวันแห่งความเงียบงันของบาทลี แต่บาทลีที่เขาทำปีละครั้ง ถ้าเราทำให้ถี่กว่านั้น วันเช่นวันพระ อาจจะทำได้ทั้งวันก็ทำครึ่งวัน ก็มีผลมากโดยเฉพาะการช่วยทำให้เรา อยู่กับตัวเองเป็น เดี่ยวนี้เราอยู่กับตัวเองไม่เป็นกันแล้ว ต้องอยู่กับผู้คน อยู่กับฝูงชน อยู่กับพวก หรือไม่ก็อยู่กับโทรศัพท์มือถือ พอถึงเวลาที่ต้องอยู่คนเดียวก็เลยลำบากมาก ทรมาน ทุนทुरาย ใจไม่สงบ เพราะฉะนั้นการที่เรา รู้จักกำหนดความสงบให้กับจิตใจตัวเอง เริ่มต้นด้วยการไม่พูดไม่คุยก็เป็นการปฏิบัติที่ดีมากเลยสำหรับสังคมสมัยใหม่

พระไพศาล วิสาโล

บอกเล่าเก้าสิบ : คาทาสุขใจ

10 คาทาสุขใจ...ในวัย 80+ สรุปรจาก นพ.อิเดกิ วาดะ

1. อยู่บ้านจืดตามตัวเลข: ความดัน-น้ำตาล สูงนิดหน่อยไม่ต้องเครียด การคุมเข้มงวดเกินไปอาจทำให้หมดแรงและซีมีเศร้า

2. กินสิ่งที่อยากกิน: วัยนี้ "อวบนิดๆ" ดีกว่าผอมแห้ง เพราะร่างกายต้องการพลังงานและภูมิคุ้มกัน

3. เลิกฝืนทำสิ่งที่ไม่ชอบ: เลิกคบคนที่ไม่ถูกชะตา เลิกไปงานที่ไม่อยากไป ทำเฉพาะสิ่งที่ทำให้ยิ้มได้ก็พอ

4. ชยับตัวเท่าที่ไหว: เดินให้บ่อยเท่าที่ทำได้ เคี้ยวอาหารให้ละเอียดขึ้น เพื่อกระตุ้นสมองและร่างกาย

5. นอนเมื่ออยากนอน: ถ้านอนไม่หลับก็ไม่ต้องฝืนลุกมาทำอะไรเพลินๆ เดี่ยวเพลียก็หลับไปเอง

6. ใช้ชีวิตอย่าง "ใจกล้า": อยากลองอะไรใหม่ๆ ให้ทำเลย การเรียนรู้ไม่มีวันเกษียณ และมันทำให้คุณดูเด็กลง

7. มองภาวะหลงลืมเป็นเรื่องธรรมชาติ: หากสมองจะเสื่อมบ้างก็ให้ออมรับอย่างสู้กับโรคจนทุกขใจ เรียนรู้ที่จะอยู่กับมัน

8. ไม่ต้องกลัวการใส่ผ้าอ้อม: หากมันช่วยให้คุณกล้าออกไปเที่ยว ไปเดินห้าง หรือเดินทางไกลได้คล่องตัวขึ้น

9. ความสุขอยู่กลางแดด: ออกไปปรับแสงแดดบ้าง พูดคุยกับคนรอบข้าง และหัวเราะให้บ่อยที่สุด

10. วันนี้สำคัญที่สุด: อย่างกังวลถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ใช้วันนี้ให้มีความสุข และร่าเริงที่สุดในแบบของคุณ

ข้อคิดส่งท้าย การแก่ชราไม่ใช่ความถดถอย แต่คือการสะสมปัญญาเพื่อใช้ชีวิตอย่างสง่างาม



พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (31 มีนาคม พ.ศ. 2331 – 2 เมษายน พ.ศ. 2394) เป็นพระมหากษัตริย์สยาม รัชกาลที่ 3 แห่งราชวงศ์จักรีครองราชย์ตั้งแต่วันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2367 ถึง 2 เมษายน พ.ศ. 2394 พระองค์ทรงได้รับการถวายพระราชสมัญญาว่า พระมหาเจษฎาราชเจ้า

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวเป็นพระราชโอรสพระองค์ใหญ่ในพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย และพระองค์แรกที่พระราชสมภพแต่เจ้าจอมมารดาเรียม (ภายหลังได้รับสถาปนาเป็นสมเด็จพระศรีสุลาลัย) เสด็จพระราชสมภพเมื่อวันจันทร์ แรม 10 ค่ำ เดือน 4 ปีมะแม นพศก จ.ศ. 1149 เวลา ค่ำ 10.30 น. (สี่ทุ่มครึ่ง) ตรงกับวันที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2331 (เมื่อเทียบปฏิทินสุริยคติแล้ว) เสวยราชสมบัติเมื่อวันพุธ แรม 11 ค่ำ เดือน 8 ปีวอก จศก จ.ศ. 1186 ซึ่งตรงกับวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2367 สิริดำรงราชสมบัติได้ 26 ปี 8 เดือน 12 วัน

พระองค์ทรงมีบาทบริจาริกา 56 ท่าน มีพระราชโอรสธิดาทั้งสิ้น 51 พระองค์ เสด็จสวรรคตเมื่อวันพุธ ขึ้น 1 ค่ำ เดือน 5 ปีกุน โทศก จ.ศ. 1212 เวลา 7 ทุ่ม 5 บาท ตรงกับวันที่ 2 เมษายน พ.ศ. 2394 สิริพระชนมพรรษา 64 ปี 2 วัน

- **พระราชสมภพ**

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวเป็นพระราชโอรสในพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย พระราชสมภพแต่สมเด็จพระศรีสุลาลัย เสด็จพระราชสมภพเมื่อวันจันทร์ที่ 31 มีนาคม พ.ศ. 2331 ณ พระราชวังเดิม ตรงกับรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ในขณะที่พระองค์ประสูตินั้น พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยดำรงพระอิสริยยศที่สมเด็จพระเจ้าลูกยาเธอ เจ้าฟ้ากรมหลวงอิศรสุนทร พระองค์จึงมีสกุลยศชั้นหม่อมเจ้าพระนามว่า หม่อมเจ้าชายทับ จนกระทั่ง สมเด็จพระบรมชนกนาถได้รับอุปราชากิษะขึ้นเป็นกรมพระราชวังบวรสถานมงคล ในปี พ.ศ. 2349 พระองค์จึงมีพระอิสริยยศเป็น พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าชายทับ เมื่อสมเด็จพระราชชนกได้เสด็จขึ้นครองราชย์เป็นรัชกาลที่ 2 ใน พ.ศ. 2352 พระองค์จึงได้เลื่อนฐานันดรศักดิ์ขึ้นเป็นพระองค์เจ้าชั้นเอก ออกพระนามว่า พระเจ้าลูกยาเธอ พระองค์เจ้าชายทับ จนปี พ.ศ. 2356 ได้รับพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ทรงกรม เป็น พระเจ้าลูกยาเธอ กรมหมื่นเจษฎาบดินทร์

- **ครองราชย์**

เมื่อกรมหมื่นเจษฎาบดินทร์เสด็จเถลิงถวัลย์ครองราชสมบัติแล้ว ทรงออกพระนามเต็มตามพระสุพรรณบัฏว่า "พระบาทสมเด็จพระบรมราชาธิราชรามาธิบดี ศรีสินทรบรมมหาจักรพรรดิราชาธิบดินทร์ ธรณินทราชาธิราช รัตนากาศภาสกรวงศ์ องค์ปรมาธิเบศร์ ตริภูวนेत्रรรณายก ดิลกรัตนราชชาติอาชาวไสยสมุหทัยโรมน สากลจักรวาลาธิเบนทร์ สุริเยนทราชาธิบดินทร์ หริหรินทราชาธิบตี ศรีสุวิบูลย คุณอดพิษฐ ฤทธิราเมศวร ธรรมิกราชาธิราช เดโชชัย พรหมเทพาติเทพนฤบดินทร์ ภูมินทรปรมาธิเบศร โลกเชษฐวิสุทธิ มงกุฎประเทศศตมา มหาพุทธานุการ บรมบพิตร พระพุทธเจ้าอยู่หัว" นับเป็น "สมเด็จพระรามาธิบดีที่ 6" ต่อมาพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวได้เฉลิมพระปรมาภิไธยใหม่ เป็น "พระบาทสมเด็จพระปรมาทิวรรเสฐ มหาเจษฎาบดินทร สยามินทรวโรดม บรมธรรมิกมหาราชาธิราช บรมนารถบพิตร พระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว" ออกพระนาม

โดยย่อว่า "พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว" ในวันที่ 11 พฤศจิกายน 2459 พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวมีพระบรมราชโองการให้เฉลิมพระปรมาภิไธยอย่างสังเขปว่า "พระบาทสมเด็จพระรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราวุธ พระที่นั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว" หรือ "พระบาทสมเด็จพระรามาธิบดีที่ 3"

- **สวรรคต**

พ.ศ. 2393 พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงพระประชวรด้วยพระโรคมะเร็งกระดูก พระอาการทรุดหนักลงตามลำดับ จนกระทั่งเสด็จสวรรคตเมื่อวันที่ 2 เมษายน พ.ศ. 2394 หลังวันเฉลิมพระชนมพรรษาของพระองค์เพียง 2 วัน สิริพระชนมพรรษา 64 พรรษา ทรงครองราชย์รวม 27 ปี ได้อัญเชิญพระบรมศพไปประดิษฐาน ณ พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาท ต่อมาได้จัดพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพเมื่อ พ.ศ. 2396 ณ พระเมรุมาศ ท้องสนามหลวง หลังจากนั้นได้อัญเชิญพระบรมอัฐิไปประดิษฐาน ณ หอพระธาตุมณฑลเศียร และอัญเชิญพระบรมราชสรีรางคาร ไปประดิษฐานในพระอุโบสถ วัดราชโอรสารามราชวรวิหาร

- **พระราชกรณียกิจ**

พระองค์ทรงปกครองประเทศด้วยพระปรีชาสามารถ ทรงเสริมสร้างกำลังป้องกันราชอาณาจักร โปรดให้สร้างป้อมปราการตามปากแม่น้ำสำคัญ และหัวเมืองชายทะเล

- **ด้านความมั่นคง**

พระองค์ได้ทรงป้องกันราชอาณาจักรด้วยการส่งกองทัพไปสกัดทัพของเจ้าอนุวงศ์แห่งเวียงจันทน์ ไม่ให้ยกทัพเข้ามาถึงชานพระนครและขัดขวางไม่ให้เวียงจันทน์เข้าครอบครองหัวเมืองอีสานของสยาม นอกจากนี้ พระองค์ทรงประสบความสำเร็จในการทำให้สยามกับญวนยุติการสู้รบระหว่างกันเกี่ยวกับเรื่องเขมรโดยที่สยามไม่ได้เสียเปรียบญวนแต่อย่างใด

- **ด้านการคมนาคม**

ในรัชสมัยของพระองค์ใช้ทางน้ำเป็นสำคัญ ทั้งในการสงครามและการค้าขาย คลองจึงมีความสำคัญ มากในการย่นระยะทางจากเมืองหนึ่งไปอีกเมือง

หนึ่ง จึงโปรดฯให้มีการขุดคลองขึ้น เช่น คลองบางขุนเทียน คลองบางขุนาก และ คลองหมาหอน

- **ด้านการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา**

พระองค์ทรงเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา และได้ทรงสร้างพระพุทธรูปมากมายเช่น พระประธานในอุโบสถวัดสุทัศนเทพวรารามราชวรมหาวิหาร วัดเฉลิมพระเกียรติ วัดปริณายก และวัดนางนอง ทรงสร้างวัดใหม่ขึ้น 3 วัด คือ วัดบวรนิเวศราชวรวิหาร วัดเทพธิดารามวรวิหารและวัดราชนันทารามวรวิหาร ทรงบูรณปฏิสังขรณ์ วัดเก่าอีก 35 วัด เช่น วัดพระศรีรัตนศาสดาราม ซึ่งสร้างมาแต่รัชกาลที่ 1 วัดอรุณราชวรารามราชวรมหาวิหาร วัดราชโอรสารามราชวรวิหาร เป็นต้น

- **ด้านการศึกษา**

ทรงทำนุบำรุงและสนับสนุนการศึกษา โปรดเกล้าฯ ให้พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหลวงวงศาธิราชสนิท แต่งตำราเรียนภาษาไทยขึ้นเล่มหนึ่งคือ หนังสือจินดามณี โปรดเกล้าฯ ให้ผู้รู้ นำตำราต่าง ๆ มาจารีกลงในศิลาตามศาลารอบพุทธาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร บันทึกลงไว้ตามเขมอ และเขียนไว้ตามฝาผนังต่าง ๆ มีทั้งอักษรศาสตร์ แพทยศาสตร์ พุทธศาสนศึกษา โบราณคดี ฯลฯ เพื่อเป็นการเผยแพร่วิชาการสาขาต่าง ๆ จึงอาจกล่าวได้ว่า วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามเป็นมหาวิทยาลัยแห่งแรกของกรุงสยาม

- **ด้านสังคมสงเคราะห์**

พระองค์ทรงเอาพระทัยใส่ดูแลทุกข์สุขของราษฎร ด้วยมีพระบรมราชวินิจฉัยว่า ไม่ทรงสามารถจะบำบัดทุกข์ให้ราษฎรได้ หากไม่เสด็จออกนอกพระราชวัง เพราะราษฎรจะร้องถวายฎีกาได้ต่อเมื่อพระคลังเวลาเสด็จออกนอกพระราชวังเท่านั้น จึงโปรดให้นำกลองวินิจฉัยเรื่อออกตั้ง ณ ทิมดาบกรมวัง ในพระบรมมหาราชวัง เพื่อราษฎรผู้มีทุกข์จะได้ตีกลองร้องถวายฎีกาไปทูลเกล้าทูลกระหม่อมถวาย เพื่อให้มีการชำระความกันต่อไป โดยพระองค์จะคอยซักถามอยู่เนื่องๆ ทำให้ตุลาการ ผู้ทำการพิพากษาไม่อาจพลิกแพลงคดีเป็นอื่นได้

ในรัชสมัยของพระองค์ได้มีมิชชันนารีชาวอเมริกันและชาวอังกฤษเดินทาง

เข้ามาเผยแพร่ศาสนาคริสต์เพิ่มมากขึ้น หนึ่งในจำนวนนี้คือศาสตราจารย์ นายแพทย์แดน บีช บรัดเลย์ หรือที่คนไทยรู้จักกันในนาม "หมอบรัดเลย์" ได้เป็นผู้ริเริ่มให้มีการปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ และการฉีดวัคซีนป้องกันอหิวาตกโรคและการทำผ่าตัดขึ้นเป็นครั้งแรกในกรุงรัตนโกสินทร์ นอกจากนี้หมอบรัดเลย์ยังได้คิดตัวพิมพ์อักษรไทยขึ้น (ปี พ.ศ. 2379) ทำให้มีการพิมพ์หนังสือภาษาไทยเป็นครั้งแรกโดยพิมพ์คำสอนศาสนาคริสต์เป็นภาษาไทย เมื่อวันที่ 26 ตุลาคม พ.ศ. 2379 ต่อมาปี พ.ศ. 2385 หมอบรัดเลย์พิมพ์ปฏิทินภาษาไทยขึ้นเป็นครั้งแรก ในด้านการหนังสือพิมพ์ฉบับแรกในสมัยรัชกาลที่ 3 หมอบรัดเลย์ได้ออกหนังสือพิมพ์แถลงข่าวรายปักษ์เป็นภาษาไทย ชื่อ บางกอกเรคคอร์ด (Bangkok Recorder) มีเรื่องสารคดี ข่าวราชการ ข่าวการค้า ข่าวเบ็ดเตล็ด ฉบับแรกออกเมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม พ.ศ. 2387 หนังสือบทกลอนเล่มแรกที่พิมพ์ขายและผู้เขียนได้รับค่าลิขสิทธิ์คือ นิราศลอนดอน ของหม่อมราโชทัย (หม่อมราชวงศ์กระต่าย อิศรางกูร) โดย หมอบรัดเลย์ ชื้อกรรมสิทธิ์ไปพิมพ์ในราคา 400 บาท เมื่อวันที่ 15 มิถุนายน พ.ศ. 2404 และตีพิมพ์จำหน่ายครั้งแรกเมื่อวันที่ 6 พฤศจิกายน พ.ศ. 2404

- **ด้านการค้ากับต่างประเทศ**

พระองค์ทรงสนับสนุนส่งเสริมการค้าขายกับต่างประเทศ ทั้งกับชาวเอเชียและชาวยุโรป โดยเฉพาะอย่างยิ่งการค้ากับจีนมาตั้งแต่เมื่อครั้งพระองค์ทรงดำรงพระอิสริยยศเป็นกรมหมื่นเจษฎาบดินทร์ ส่งผลให้พระคลังสินค้ามีรายได้เพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้ มีการแต่งสำเภาทั้งของราชการ เจ้านาย ขุนนางชั้นผู้ใหญ่ และพ่อค้าชาวจีนไปค้าขายยังเมืองจีนและประเทศใกล้เคียง รวมถึงการเปิดค้าขายกับมหาอำนาจตะวันตกจนมีการลงนามในสนธิสัญญาระหว่างกันคือ สนธิสัญญาเบอร์นี พ.ศ. 2369 และ 6 ปีต่อมาก็ได้เปิดสัมพันธไมตรีกับสหรัฐอเมริกาและมีการทำสนธิสัญญาต่อกันใน พ.ศ. 2375 นับเป็นสนธิสัญญาฉบับแรกที่สหรัฐอเมริกาทำกับประเทศทางตะวันออก ส่งผลให้ไทยได้ผลประโยชน์ทางเศรษฐกิจอย่างมาก

• ด้านศิลปกรรม

ในสมัยทรงพระอิสริยยศพระเจ้าลูกยาเธอ กรมหมื่นเจษฎาบดินทร์ ทรงบูรณะวัดจอมทองหลังพระองค์ได้มาทำพิธีเบิกโขลนทวารที่วัดแห่งนี้ในคราวที่มีข่าวว่าพม่าเตรียมจะยกทัพมาตีกรุงรัตนโกสินทร์ พระองค์ได้ทรงอธิษฐานขอให้การศึกประสบความสำเร็จ ปรากฏว่ากองทัพพม่าไม่ได้ยกทัพมาจึงได้กลับมาบูรณะปฏิสังขรณ์วัดจอมทองใหม่ทั้งอารามโดยทรงมาตรวจตราและคุมการก่อสร้างด้วยพระองค์เองเมื่อการก่อสร้างเสร็จสิ้นจึงทรงน้อมเกล้าฯ ถวายเป็นพระอารามหลวง พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยโปรดเกล้าฯ พระราชทานนามใหม่ว่า "วัดราชโอรส" หมายถึงวัดที่พระราชโอรสทรงสถาปนาขึ้น โดยศิลปกรรมในวัดราชโอรสเป็นศิลปกรรมแบบไทยผสมจีนจึงเป็นแบบของศิลปกรรมรูปแบบใหม่ที่เรียกว่า แบบพระราชนิยม ซึ่งเป็นรูปแบบศิลปกรรมที่จะนำมาใช้ในหลายวัดตลอดรัชกาล เช่น วัดเทพธิดาราม วัดเศวตฉัตร วัดนางนอง นอกจากนั้นทรงโปรดเกล้าฯ ให้บูรณะปฏิสังขรณ์พระปรางค์วัดอรุณราชวรารามจนแล้วเสร็จ และทรงมีรับสั่งให้สร้างเรือสำเภาก่อด้วยอิฐในวัดยานนาวา เพื่อให้ประชาชนได้รู้ว่าเรือสำเภานั้นมีรูปร่างลักษณะอย่างไร เพราะทรงเล็งเห็นว่าภายหน้าจะไม่มีการสร้างเรือสำเภาอีกแล้ว

เหตุการณ์สำคัญ

พ.ศ. 2367 มีเหตุการณ์สำคัญดังนี้

- พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย เสด็จสวรรคต ขณะมีพระชนมพรรษาได้ 57 พรรษา ครองราชย์ได้ 15 ปี
- พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวขึ้นครองราชสมบัติเป็นพระมหากษัตริย์องค์ที่ 3 แห่งราชวงศ์จักรี
- โปรดเกล้าโปรดกระหม่อมจัดพิธีให้อุปราชากิษะกพระองค์เจ้าอรุณทัยขึ้นเป็นที่ "กรมพระราชวังบวรสถานมงคล"
- โปรดเกล้าฯ ให้ส่งกองทัพไทยไปช่วยอังกฤษรบพม่า

พ.ศ. 2368 เฮนรี เบอร์นี ขอเข้ามาทำสัญญาค้าขาย

พ.ศ. 2369 มีเหตุการณ์สำคัญดังนี้

- ลงนามในสัญญา เบอร์นี
- เจ้าอนุวงศ์เป็นกบฏ โปรตเกล้าฯ ให้กรมพระราชวังบวรฯ เป็นแม่ทัพใหญ่ยกไปปราบ กำเนิดวีรกรรมท้าวสุรนารี (คุณหญิงโม) และโปรดเกล้าฯ ให้พระยาราชสุภาวดี (สิงห์ สิงหเสนี) แม่ทัพหน้าเป็นเจ้าพระราชสุภาวดี ว่าที่สมุหนายก

พ.ศ. 2370 เริ่มสร้างพระสมุทรเจดีย์

พ.ศ. 2371 ร้อยเอกเจมส์โลว์ จัดพิมพ์หนังสือภาษาไทยเป็นครั้งแรก มีชื่อนาร์วีอเมริกันเดินทางมาเผยแพร่ศาสนาในเมืองไทย

พ.ศ. 2372 เจ้าพระยาราชสุภาวดี (สิงห์ สิงหเสนี) จับเจ้าอนุวงศ์ จัดส่งลงมากรุงเทพฯ ใต้โปรดเกล้าฯ ให้สถาปนาเป็น เจ้าพระยาบดินทรเดชา ที่สมุหนายก

- กำเนิดสงฆ์ธรรมยุติกนิกาย
- โปรตเกล้าฯ ให้ทำการสังคายนาเป็นภาษาไทย
- ทรงบูรณปฏิสังขรณ์วัดวาอารามหลายแห่ง และสร้างวัดใหม่ คือ วัดเทพธิดาราม วัดราชบพิธ วัดเฉลิมพระเกียรติ และวัดพระเชตุพนฯ ได้ตั้งโรงเรียนหลวง (วัดพระเชตุพน) ขึ้นเป็นครั้งแรก เพื่อสอนหนังสือไทยแก่เด็กในสมัยนี้ และได้ถือกำเนิดนิกายธรรมยุตขึ้น โดยพระวชิรญาณเถระ (เจ้าฟ้ามงกุฎ) ขณะที่ยกทัพไปตีทวายได้ทรงศรัทธาเลื่อมใสในจริยาวัตรของพระมอญ ชื่อ ชาย ฉายา พุทฺธวิโส จึงได้ทรงอุปสมบทใหม่ เมื่อ พ.ศ. 2372 ได้ตั้งคณะธรรมยุตขึ้นในปี พ.ศ. 2376 แล้วเสด็จมาประทับที่วัดบวรนิเวศวิหาร และตั้งเป็นศูนย์กลางของคณะธรรมยุติ

พ.ศ. 2373 พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงตั้งให้เจ้าพระยาพระคลัง (ดิศ บุนนาค) เป็นว่าที่สมุหพระกลาโหม

พ.ศ. 2374

- ทำการบูรณะวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร ใช้เวลา 16 ปีในการสร้าง

- เกิดน้ำท่วมใหญ่ในพระราชอาณาจักร

พ.ศ. 2375 แอนดรูว์ แจ็กสัน ประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกา ส่งเอ็ดมันด์ โรเบิร์ต เข้ามาขอเจริญพระราชไมตรีทำการค้ากับไทย

พ.ศ. 2376 เกิดกบฏญวน โปรดเกล้าฯ ให้เจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ผู้สำเร็จราชการเป็นแม่ทัพใหญ่ไปรบ

พ.ศ. 2377

- ออกหอย ก.ข. เป็นครั้งแรก
- ญวนได้ส่งพระอุไทยราชามาปกครองเขมร

พ.ศ. 2378 เกิดภาวะเงินฝืดเคือง

พ.ศ. 2380 หมอบรัดเลย์ คิดตัวพิมพ์อักษรไทยขึ้นใหม่ โปรดเกล้าฯ ให้หมอลองไปหัดปลูกฝักกับหมอบรัดเลย์

พ.ศ. 2381 เกิดกบฏหัวหมาดหลี่ ที่หัวเมืองไทรบุรี

พ.ศ. 2382 ทรงประกาศห้ามสูบฝิ่น เพื่อส่งเสริมศีลธรรมในบ้านเมือง และมีการเผาฝิ่น และ โรงยาฝิ่น พร้อม มีการปราบอั้งอั้งยี่ซึ่งค้ำฝิ่น เหล่านั้น

พ.ศ. 2385 หมอบรัดเลย์ พิมพ์ปฏิทินภาษาไทยขึ้นเป็นครั้งแรก

พ.ศ. 2386 เกิดสุริยุปราคาเต็มดวงขึ้นในวันที่ 21 ธันวาคม พ.ศ. 2386 เก็บถาวร 2011-10-25 ที่ เวย์แบ็กแมชชีน แนวคราสมืดพาดผ่านภาคใต้ตอนกลาง กรุงเทพฯเห็นเป็นชนิดบางส่วน 82%

พ.ศ. 2389 ญวนขอหย่าทัพกับเจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) โปรดเกล้าฯ ให้สร้างโลหะปราสาท วัดราชนั้ดดารามวรวิหาร

พ.ศ. 2390 ทรงอภิเษกให้หมอกองต์ตั้งเป็นสมเด็จพระหริรัถย์รามมหาอิศราธิบดี ครองประเทศกัมพูชา

พ.ศ. 2391 ญวนขอเจริญพระราชไมตรีดั้งเดิม กองทัพเจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) กลับกรุงเทพฯ

พ.ศ. 2392 มีเหตุการณ์สำคัญดังนี้

- กองทัพเจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) และ เจ้าพระยาพระ

คลัง (ดิศ บุณนาถ) ปราบอ้งยี่ ที่ ฉะเชิงเทรา

- เกิดอหิวาตกโรคระบาด มีคนตายมากกว่า 30,000 คน ซึ่งรวมถึง
เจ้าพระยาบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี)

พ.ศ. 2393 อังกฤษ และสหรัฐฯ ขอแก้สนธิสัญญา

พ.ศ. 2394 เสด็จสวรรคต เมื่อวันที่ 2 เมษายน พ.ศ. 2394 รวม
พระชนมพรรษาได้ 64 พรรษา ดำรงอยู่ในราชสมบัติ 27 ปี

- **วันระลึกพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า**
คณะรัฐมนตรีมีมติให้วันที่ 31 มีนาคมของทุกปีเป็น วันระลึกพระบาท
สมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า หรือ วันเจษฎาบดินทร์ เป็น
วันสำคัญของชาติ แต่ไม่ถือเป็นวันหยุดราชการ และเห็นชอบให้ให้ถวายพระราช
สมัญญาว่า “พระมหาเจษฎาราชเจ้า” แปลว่า “พระเจ้าแผ่นดินผู้เป็นใหญ่”

- **พระบรมราชอิสริยยศ**

หม่อมเจ้าชายทับ (31 มีนาคม พ.ศ. 2331 - พ.ศ. 2349)

พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าทับ (พ.ศ. 2349 - 7 กันยายน พ.ศ. 2352)

พระเจ้าลูกยาเธอ พระองค์เจ้าทับ (7 กันยายน พ.ศ. 2352 - พ.ศ. 2356)

พระเจ้าลูกยาเธอ กรมหมื่นเจษฎาบดินทร์ (พ.ศ. 2356 - 21 กรกฎาคม
พ.ศ. 2367)

พระบาทสมเด็จพระบรมราชาธิราชรามาธิบดี ศรีสินทรบรมมหาจักรพรรดิ
ราชาธิบดีนาถราช ธรณินทราชาธิราช รัตนากาศภาสกรวงศ์ องค์ปรมาธิเบศร์ ตริภูว
เนตรวรนายก ดิลกรัตนราชชาติอาชาวไสย สมุหทัยดโรมน สากลจักรวาลาธิเบน
ทร์ สุริเยนทราชาธิบดี ทริหรินทราชาธิบดี ศรีสุวิบูลย คุณนถพิษฐุ ฤทธิราเม
ศวร ธรรมิกราชาธิราช เดโชชัย พรหมเทพาดิเทพนถบดินทร์ ภูมินทรปรมาธิเบ
ศร โลกเชษฐวิสุทธิ มงกุฎประเทศคตา มหาพุทธางกูร บรมมพิตร พระพุทธเจ้า
อยู่หัว (21 กรกฎาคม พ.ศ. 2367-2 เมษายน พ.ศ. 2394)

- **ภายหลังการสวรรคต**

ในรัชกาลที่ 4

พระบาทสมเด็จพระปรมาทิวรเสฐมหาเจษฎาบดินทร สยามินทรวีโรดม บรมธรรมิกมหาราชชาธิราช บรมนารถบพิตร พระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (สมัยรัชกาลที่ 4 - 11 พฤศจิกายน พ.ศ. 2459)

ในรัชกาลที่ 6

พระบาทสมเด็จพระรามาธิบดีศรีสินทรมหาเจษฎาบดินทร พระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (11 พฤศจิกายน พ.ศ. 2459 - สมัยรัชกาลที่ 7)

ในรัชกาลที่ 7

พระบาทสมเด็จพระปรมาทิวรเสฐมหาเจษฎาบดินทร สยามินทรวีโรดม บรมธรรมิกมหาราชชาธิราช บรมนารถบพิตร พระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (สมัยรัชกาลที่ 7 - พ.ศ. 2540)

ในรัชกาลที่ 9

พระบาทสมเด็จพระปรมาทิวรเสฐมหาเจษฎาบดินทร สยามินทรวีโรดม บรมธรรมิกมหาราชชาธิราช บรมนารถบพิตร พระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า (พ.ศ. 2540 - ปัจจุบัน)

• พระราชสมัญญา

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงได้รับการถวายพระราชสมัญญาต่าง ๆ เช่น ในปี พ.ศ. 2541 พระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตรได้ถวายพระราชสมัญญาว่าพระมหาเจษฎาราชเจ้า และได้ใช้เป็นสร้อยพระนามสืบมาจนปัจจุบัน ต่อมา พ.ศ. 2551 คณะรัฐมนตรีมีมติถวายพระราชสมัญญาว่าพระบิดาแห่งการค้าไทย พระบิดาแห่งการพาณิชย์นาวีไทย และในปี พ.ศ. 2558 ถวายพระราชสมัญญาว่าพระบิดาแห่งการแพทย์แผนไทย (ตามมติคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ 16 มิถุนายน 2558)



มาฆบูชา

วันมาฆบูชา เป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาของประชาชนชาวไทยและเป็นวันหยุดราชการ โดยเป็นวันที่พระภิกษุ 1,250 รูป มาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย เดิมเรียกวัดมาฆบูชาว่า วัดมาฆปุณณมี หมายถึง วันที่พระจันทร์เพ็ญเต็มดวงในเดือนมาฆะ ส่วน มาฆบูชา หมายถึง การบูชาในวันเพ็ญเดือนมาฆะคือ วันเพ็ญ ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 ซึ่งวันมาฆบูชานี้ เราทราบกันว่า เป็นวันที่พระภิกษุ 1250 รูป มาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย และมีเหตุการณ์พร้อมกัน 4 ประการ เรียกว่า จาตุรงคสันนิบาต การประชุมพร้อมกันด้วย องค์ 4 และในวันนี้ พระพุทธเจ้าทรงกระทำวิสุทธิอุโบสถ ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ ซึ่งเราถือกันว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา

ประวัติวันมาฆบูชา วันมาฆบูชา หมายถึง การบูชา ในวันเพ็ญเดือน 3 เนื่องในโอกาสคล้าย วันที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ แก่พระภิกษุจำนวน 1,250 รูป "มาฆะ" เป็นชื่อของเดือน 3 มาชบูชานั้น ย่อมาจากคำว่า "มาฆบูรณมี" แปลว่าการบูชาพระในวันเพ็ญเดือน 3 วันมาฆบูชาจึงตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 แต่ถ้าปีใดมีเดือนอธิกมาส คือมีเดือนแอดสองครั้ง วันมาฆบูชา ก็จะเลื่อนไปเป็นวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 4 เป็นวันสำคัญวันหนึ่งในวันพุทธศาสนา

ความสำคัญของวันมาฆบูชาวันมาฆบูชา เป็นวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 มีเหตุการณ์อัศจรรย์ที่ พระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าจำนวน 1,250 รูป มาเฝ้าพระพุทธเจ้า ณ วัดเวฬุวัน เมืองราชคฤห์ แคว้นมคธ โดยมิได้นัดหมายกัน พระสงฆ์ ทั้งหมดเป็นพระอรหันต์

ผู้ได้อิถุญา 6 และเป็นผู้ที่ได้รับการอุปสมบท โดยตรงจากพระพุทธเจ้า ในวันนี้พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์ ในที่ประชุมสงฆ์เหล่านั้น ซึ่งเป็นทั้งหลักการอุดมการณ์และวิธีการปฏิบัติที่นำไปใช้ได้ทุกสังคม มีเนื้อหาโดยสรุปคือให้ละความชั่วทุกชนิด ทำความดี ให้ถึงพร้อมและทำจิตใจให้ผ่องใส

ความเป็นมาของวันมาฆบูชา ส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธเจ้า หลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้ 9 เดือนขณะนั้นเมื่อเสร็จพุทธกิจแสดงธรรมที่ถ้ำสุกขารถาแล้ว เสด็จมาประทับที่วัดเวฬุวัน เมืองราชคฤห์ แคว้นมคธ ประเทศอินเดียในปัจจุบัน วันนั้นตรงกับวันเพ็ญ เดือนมาฆะหรือเดือน 3 ในเวลาบ่ายพระอรหันต์สาวกของพระพุทธเจ้า มาประชุม พร้อมกัน ณ ที่ประทับของพระพุทธเจ้า นับเป็นเหตุอัศจรรย์ ที่มีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ เรียกว่า วันจาตุรงคสันนิบาต

คำว่า "จาตุรงคสันนิบาต" แยกศัพท์ได้ดังนี้ คือ

"จาตุร" แปลว่า 4

"องค์" แปลว่า ส่วน

"สันนิบาต" แปลว่า ประชุม

ฉะนั้นจาตุรงคสันนิบาตจึงหมายความว่า "การประชุมด้วยองค์ 4" กล่าวคือมีเหตุการณ์พิเศษที่เกิดขึ้นพร้อมกันในวันนี้ คือ เป็นวันที่ พระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้า จำนวน 1,250 รูป มาประชุมพร้อมกันที่เวฬุวันวิหารในกรุงราชคฤห์ โดยมีใต้นัดหมาย พระภิกษุสงฆ์เหล่านี้ล้วนเป็น "เอหิภิกขุอุปสัมปทา" คือเป็นผู้ที่ได้รับการอุปสมบทโดยตรงจากพระพุทธเจ้าทั้งสิ้น พระภิกษุสงฆ์ทุกองค์ที่ได้มาประชุมในครั้งนี้ ล้วนแต่เป็นผู้ได้บรรลุพระอรหันต์แล้วทุก ๆ องค์

มูลเหตุวันมาฆบูชา หลังจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ในวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6 และได้ทรงประกาศพระศาสนาและส่งพระอรหันต์สาวกออกไปจาริกเพื่อเผยแผ่พระพุทธศาสนายังสถานที่ต่าง ๆ ล่วงแล้วได้ 9 เดือน ในวันที่ใกล้พระจันทร์เสวยมาฆฤกษ์ (วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3) พระอรหันต์ทั้งหลายเหล่านั้นต่างได้ระลึกว่า วันนี้เป็นวันสำคัญของศาสนาพราหมณ์ อันเป็นศาสนาของตนอยู่เดิม ก่อนที่จะหันมานับถือพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า และในลัทธิศาสนาเดิม

นั้นเมื่อถึงวันเพ็ญเดือนมาฆะ เหล่าผู้ศรัทธาพราหมณ์ลัทธิยมนับถือกันว่าวันนี้เป็นวันศิวาราตรี โดยจะทำการบูชาพระศิวะด้วยการลอยบาปหรือล้างบาปด้วยน้ำ แต่มาบัดนี้ตนได้เลิกลัทธิเดิมหันมานับถือพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าแล้ว จึงควรเดินทางไปเข้าเฝ้าบูชาฟังพระสัทธรรมจากพระพุทธเจ้า พระอรหันต์เหล่านั้นซึ่งเคยปฏิบัติศิวาราตรีอยู่เดิม จึงพร้อมใจกันไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าโดยมิได้นัดหมาย มีผู้กล่าวว่า สาเหตุสำคัญที่ทำให้พระสาวกทั้ง 1,250 องค์มาประชุมพร้อมกันโดยมิได้นัดหมาย มาจากในวันเพ็ญเดือน 3 ตามคติพราหมณ์ เป็นวันพิธีศิวาราตรี พระสาวกเหล่านั้นซึ่งเคยนับถือศาสนาพราหมณ์มาก่อนจึงได้เปลี่ยนจากการรวมตัวกันทำพิธีชำระบาปตามพิธีพราหมณ์ มารวมกันเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าแทน

โอวาทปาฏิโมกข์ หลักคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนา หรือคำสอนอันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระพุทธพจน์ 3 คาถากึ่ง ที่พระพุทธเจ้าตรัสแก่พระอรหันต์ 1,250 รูป ผู้ไปประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย ณ พระเวฬุวนาราม ในวันเพ็ญเดือน 3 ที่เราเรียกกันว่าวันมาฆบูชา (ถรรพคถกถากล่าวว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์นี้ แก่ที่ประชุมสงฆ์ตลอดมา เป็นเวลา 20 พรรษา ก่อนที่จะโปรดให้สวดปาฏิโมกข์อย่างปัจจุบันนี้แทนต่อมา)

หลักธรรมที่ควรนำไปปฏิบัติได้แก่ โอวาทปาติโมกข์ หมายถึง หลักคำสอน คำสำคัญของพระพุทธศาสนาอันเป็นไปเพื่อป้องกัน และแก้ปัญหิต่าง ๆ ในชีวิต เป็นไปเพื่อความหลุดพ้น หรือคำสอน อันเป็นหัวใจพระพุทธศาสนา หลักธรรมประกอบด้วย หลักการ 3 อุดมการณ์ 4 วิธีการ 6 ดังนี้

หลักการ 3

1. การไม่ทำบาปทั้งปวง ได้แก่ การงดเว้น การลด ละเลิก ทำบาปทั้งปวง ซึ่งได้แก่ อกุศลกรรมมถ ๑๐ ทางแห่งความชั่ว มีสิบประการ อันเป็นความชั่วทางกาย ทางวาจา และทางใจ ความชั่วทางกาย ได้แก่ การฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติ ผิดในกาม ความชั่วทางวาจา ได้แก่ การพูดเท็จ การพูดส่อเสียด การพูดเพ้อเจ้อ

ความซื่อซื่อทางใจ ได้แก่ การอยากได้สมบัติของผู้อื่น การผูกพยาบาท และความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม

2. การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การทำความดีทุกอย่างซึ่งได้แก่ กุศลกรรมบถ 10 เป็นแบบของการทำฝ่ายดีมี 10 อย่าง อันเป็นความดีทางกาย ทางวาจาและทางใจ ความดีทางกาย ได้แก่ การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ทำร้ายเบียดเบียนผู้อื่นมีแต่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การไม่ถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ มาเป็นของตน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการไม่ประพฤติดีในกาม การทำความดีทางวาจา ได้แก่ การไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ และไม่พูดเพ้อเจ้อพูดแต่คำจริง พูดคำอ่อนหวานพูดคำให้เกิดความสามัคคีและพูดถูกกาลเทศะ การทำความดีทางใจ ได้แก่ การไม่โลภอยากได้ของของผู้อื่นมีแต่คิดเสียสละ การไม่ผูกอาฆาตพยาบาทมีแต่คิดเมตตาและ ปรารถนาดีและมีความเห็นความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ตามทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว

3. การทำจิตให้ผ่องใส ได้แก่ การทำจิตของตนให้ผ่องใส ปราศจากนารณ์ ซึ่งเป็นเครื่องขัดขวางจิตไม่ให้เข้าถึงความสงบ มี 5 ประการ ได้แก่ ความพอใจในกาม (กามฉันทะ) ความอาฆาตพยาบาท (พยาบาท) ความหดหู่ท้อแท้ ร่วงเหงาหาวนอน (ถีนะมิทระ) ความฟุ้งซ่าน รำคาญ (อุทธัจจะกุกกุจจะ) และ ความลังเลสงสัย (วิกิจจา) เช่น สงสัยในการทำความดีความชั่ว ว่ามีผลจริงหรือไม่ วิธีการทำจิตให้ปฏิบัติสมณะผ่องใส ที่แท้จริงเกิดขึ้นจากการละบาปทั้งปวง ด้วยการถือศีลและบำเพ็ญกุศล ให้ถึงพร้อมด้วยการ และวิปัสสนา จนได้บรรลุอรหัตผล อันเป็นความผ่องใสที่แท้จริง

อุดมการณ์ 4

1. ความอดทน ได้แก่ ความอดกลั้น ไม่ทำบาปทั้งทางกาย วาจา ใจ
2. ความไม่เบียดเบียน ได้แก่ การงดเว้นจากการทำร้าย รบกวน หรือเบียดเบียนผู้อื่น
3. ความสงบ ได้แก่ ปฏิบัติตนให้สงบทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ
4. นิพพาน ได้แก่ การดับทุกข์ ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธ

ศาสนาเกิดขึ้นได้จากการดำเนินชีวิตตามมรรคมืองค์ 8

วิธีการ 6

1. ไม่ว่าร้าย ได้แก่ ไม่กล่าวให้ร้ายหรือ กล่าวโจมตีใคร
2. ไม่ทำร้าย ได้แก่ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น
3. สรรวมในปาติโมกข์ ได้แก่ ความเคารพพระเบ็ยวินัย กฎกติกา กฎหมาย รวมทั้งขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีของสังคม
4. รู้จักประมาณ ได้แก่ รู้จักความพอดีในการบริโภคอาหารหรือการใช้สอยสิ่งต่างๆ
5. อยู่ในสถานที่ที่สงบ ได้แก่ อยู่ในสถานที่สงบมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม
6. ฝึกหัดจิตใจให้สงบ ได้แก่ ฝึกหัดชำระจิตใจให้สงบมีสุขภาพคุณภาพ และประสิทธิภาพที่ดี



ผู้วางรากฐาน เทคโนโลยี GPS

ขณะที่เราเปิดแผนที่ในโทรศัพท์แล้วเห็นจุดเล็กๆ บอกตำแหน่งของตัวเองอย่างแม่นยำ หลายคนอาจไม่เคยรู้ว่า เบื้องหลังเทคโนโลยี GPS ที่ใช้กันทุกวันนี้ มีนักคณิตศาสตร์หญิงคนหนึ่งเป็นกำลังสำคัญ เธอคือ Gladys West ผู้มีบทบาทสำคัญในการวางรากฐานทางคณิตศาสตร์ให้กับระบบกำหนดตำแหน่งบนโลก หรือ GPS (Global Positioning System)

กลาดิส เมย์ เวสต์ เกิดเมื่อวันที่ 27 ตุลาคม ค.ศ. 1930 ที่เมืองซัทเทอร์ส รัฐเวอร์จิเนีย สหรัฐอเมริกา เติบโตในยุคแบ่งแยกสีผิวของอเมริกา ครอบครัวของเธอทำไร่ เธอตั้งใจเรียนอย่างหนักเพื่อคว้าทุนการศึกษาเข้าเรียนที่ Virginia State College (ปัจจุบันคือ Virginia State University) และจบการศึกษาด้านคณิตศาสตร์ในปี 1952 ก่อนจะศึกษาต่อระดับปริญญาโทปี 1956 เธอเข้าทำงานที่ฐานทัพอากาศเรือสหรัฐ Naval Proving Ground เมืองดาห์ลเกรน รัฐเวอร์จิเนีย (ปัจจุบันคือ Naval Surface Warfare Center Dahlgren Division) ในฐานะนักคณิตศาสตร์ หนึ่งในไม่กี่สตรีผิวดำในองค์กรวิจัยทางทหารระดับสูงในยุคนั้น งานของเธอเกี่ยวข้องกับภารกิจวิเคราะห์ข้อมูลจากดาวเทียมและแบบจำลองทางคณิตศาสตร์ที่ใช้คำนวณรูปร่างที่แท้จริงของโลก เพื่อเข้าใจความสำคัญของงานนี้ ต้องอธิบายก่อนว่า GPS ทำงานอย่างไร ระบบ GPS อาศัยเครือข่ายดาวเทียมหลายดวงที่โคจรรอบโลก ดาวเทียมแต่ละดวงส่งสัญญาณเวลาที่แม่นยำลงมายังเครื่องรับบนพื้นโลก เช่น โทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์นำทาง เครื่องรับจะคำนวณระยะทางจากดาวเทียมอย่างน้อย 4 ดวง เพื่อตัดกันเป็นพิกัดตำแหน่งแบบสามมิติ หลักการนี้เรียกว่า trilateration แต่การคำนวณจะไม่แม่นยำเลย หากเราไม่รู้

“รูปร่างและสนามแรงโน้มถ่วงของโลก” อย่างถูกต้อง โลกไม่ได้กลมสมบูรณ์แบบแต่ป่องที่เส้นศูนย์สูตรและแบนเล็กน้อยที่ขั้วโลก รวมถึงมีความไม่สม่ำเสมอของมวลภายใน งานของเวสต์ในช่วงทศวรรษ 1960–1980 คือการพัฒนาแบบจำลองทางคณิตศาสตร์จากข้อมูลดาวเทียม เพื่อคำนวณรูปร่างจีโออยด์ (geoid) ของโลกอย่างละเอียดที่สุดในยุคนั้น เธอเป็นหัวหน้าโครงการประมวลผลข้อมูลจากดาวเทียม GEOS และ Seasat ใช้ซูเปอร์คอมพิวเตอร์วิเคราะห์ข้อมูลมหาศาลเพื่อสร้างแบบจำลองโลกที่แม่นยำ ซึ่งกลายเป็นพื้นฐานสำคัญของระบบนำทางด้วยดาวเทียมที่กองทัพสหรัฐพัฒนาขึ้นในช่วงสงครามเย็น ภายใต้โครงการ NAVSTAR GPS ที่เริ่มต้นอย่างเป็นทางการในปี 1973

GPS เปิดใช้งานเต็มรูปแบบในปี 1995 และต่อมาในปี 2000 รัฐบาลสหรัฐประกาศยกเลิกการจำกัดความแม่นยำสำหรับพลเรือน ทำให้คนทั่วโลกสามารถใช้ระบบนี้ได้อย่างแม่นยำมากขึ้น นับแต่นั้น GPS กลายเป็นโครงสร้างพื้นฐานสำคัญของโลกยุคดิจิทัล ทั้งการคมนาคม การบิน การเดินเรือ ระบบธนาคาร การเกษตรแม่นยำสูง ไปจนถึงการกู้ภัย แม้งานของเวสต์จะอยู่เบื้องหลังและไม่เป็นที่รู้จักในวงกว้างมานานหลายทศวรรษ แต่ในปี 2018 เธอได้รับการบรรจุเข้าสู่หอเกียรติยศของกองทัพอากาศสหรัฐ (Air Force Space and Missile Pioneers Hall of Fame) ในฐานะผู้บุกเบิกด้านอวกาศ และในปี 2021 เธอได้รับเหรียญ Prince Philip Medal จาก Royal Academy of Engineering แห่งสหราชอาณาจักร

เกร็ดที่น่าสนใจคือ ตลอดอาชีพการทำงานกว่า 42 ปี เวสต์ทำงานกับคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ยุคแรกๆ ที่ต้องป้อนข้อมูลด้วยบัตรเจาะรู (punch cards) จากห้องคอมพิวเตอร์ขนาดมหึมา สู่ยุคที่โลกทั้งใบอยู่ในสมาร์ตโฟนขนาดเล็กในมือเรา เธอเคยกล่าวว่า เธอเพียง “ทำงานของตัวเองให้ดีที่สุด” โดยไม่คาดคิดว่าวันหนึ่งมันจะเปลี่ยนโลก แกลดิส เวสต์ ถึงแก่อสัญกรรมเมื่อวันที่ 13 มิถุนายน ค.ศ. 2024 สิริอายุ 93 ปี (บางสำนักข่าวรายงานอายุ 95 ปี ตามการนับปีเกิด-ปีปัจจุบัน) ทั้งมรดกทางวิทยาศาสตร์ที่มีผู้ใช้งานวันละหลาย

พันล้านคนทั่วโลก สถานะปัจจุบันของระบบ GPS ยังคงเป็นโครงสร้างพื้นฐานสำคัญของสหรัฐอเมริกา ดำเนินการโดย U.S. Space Force และมีการพัฒนาดาวเทียมรุ่นใหม่อย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกัน หลายประเทศก็มีระบบของตนเอง เช่น GLONASS ของรัสเซีย Galileo ของสหภาพยุโรป และ BeiDou ของจีน แต่ระบบ GPS ยังเป็นมาตรฐานหลักที่อุปกรณ์ส่วนใหญ่รองรับ เรื่องราวของแกลดีส เวสต์ จึงไม่ใช่เพียงประวัติของเทคโนโลยี หากคือบทบันทึกของยุคสมัย ตั้งแต่โลกที่แบ่งแยก ไปสู่โลกที่เชื่อมต่อถึงกันด้วยสัญญาณจากอวกาศ จากการอ่านดวงดาวของอารยธรรมโบราณ สู่อุปกรณ์นำทางในศตวรรษที่ 21 ทุกครั้งที่เรากดค้นหาเส้นทาง เรากำลังยืนอยู่บนสมการและแบบจำลองที่เธอช่วยสร้างไว้เมื่อหลายสิบปีก่อน

เจาะเวลาหาอดีต

แหล่งอ้างอิง

- U.S. Air Force Space and Missile Pioneers Hall of Fame
- Royal Academy of Engineering (Prince Philip Medal announcement, 2021)
- NASA Earth Observatory: Geoid and satellite geodesy
- U.S. Space Force: History of NAVSTAR GPS
- สัมภาษณ์และบทความชีวประวัติของ Gladys West จากสื่อสหรัฐ เช่น BBC, The New York Times

นกอินทรี

เลี้ยงลูกให้เป็น อย่างนกอินทรีรี่ พ่อแม่นกอินทรีรี่ พอจะวางไข่ พ่อแม่นกก็ช่วยกันทำรัง มันจะทำรังแบบไหนลองอ่านดู มันไปเอาแผ่นดินแผ่นใหญ่ พอประมาณบางๆ มาวางบนต้นไม้ใหญ่และสูงเป็นชั้นแรก มันไปเอากิ่งไม้ใหญ่ มาวางทับบนแผ่นดิน เป็นชั้นที่ 2 มันไปเอา หนามแหลมมาวางทับกิ่งไม้ใหญ่ เป็นชั้นที่ 3 มันไปเอาใบไม้มาวางทับหนามแหลม เป็นชั้นที่ 4 สุดท้ายมันสลัดขนของมันวางทับ เป็นชั้นตอนสุดท้ายบนสุดและมันก็วางไข่ไว้ในรังอันอ่อนนุ่มของขนแม่มัน เมื่อไข่ได้ฟักออกเป็นตัวเล็กๆ มันก็หาอาหาร ให้ลูกกินจนอิ่มเมื่อเวลาผ่านไป มันดูว่าลูกพอจะแข็งแรงมันก็จะเอาขนนกชั้นบนสุดออกจนหมด ทำให้ลูกนกรู้สึกตัวเองว่ามันเจอใบไม้แล้ว แข็งจ้ง ไม่นุ่มเหมือนขนนกที่เคยอยู่หลายวันต่อมา แม่มันก็ค่อยๆ รื้อใบไม้ออกอีก ก็เจอหนามแหลม ทำให้ลูกนกรู้สึกตัวเองว่า หนามแหลมคมที่แทงตัวตลอดเวลา ทุกครั้งที่พลิกตัว ก็ต้องค่อยๆ อยู่

หลายวันต่อมาแม่มันก็ค่อยๆ รื้อหนามแหลมออกจนหมด ทำให้ลูกนกรู้สึกตัวเองว่า ยืนบนกิ่งไม้ ต้องยืนทรงตัวดี ๆ ไม่อย่างนั้น ก็จะตกลงพื้นดินได้ ความสูงของต้นไม้ และหลายวันต่อมา เมื่อแม่นกได้ฝึกความอดทนทุกอย่าง ให้ลูกนกได้สัมผัสแล้ว แม่นกก็รื้อแผ่นดินทิ้ง ก็เหลือแต่กิ่งต้นไม้ ซึ่งไม่สามารถอยู่เป็นรังพักได้อีกแล้ว แม่นกก็จับลูกบินไปในอากาศที่สูงมาก ๆ แล้วปล่อยลูกนกลงมาลอยละลิว เพราะลูกนกยังกางปีกบินไม่เป็นก็ตกลงมา ซึ่งแม่นกก็คอยดูลูกอยู่ พอลูกเกือบตกถึงพื้น แม่นกก็บินมาโฉบลูกขึ้นไปข้างบนอีก และปล่อยลงมาอีก ทำอย่างนี้เรื่อย ๆ หลาย ๆ ครั้ง จนลูกนกเริ่มกางปีกลอย และสามารถบินอยู่ในอากาศได้ต่อจากนั้นแม่นกจะฝึกพาลูกออกหากินทุกวัน จนลูกรู้จักหากินได้ พ่อ-แม่ นกก็จะบินหนีลูกนกไปไกลแสนไกล โดยไม่กลับมาหาลูกนกอีกเลย เพราะมันถือว่า ได้ทำหน้าที่ให้ลูกดีที่สุดแล้ว ลูกสามารถที่จะอยู่ด้วยตัวเองได้แล้วนั่นเอง เพราะแม่ได้ฝึกทดสอบความอดทน เลี้ยงให้ลูกรู้ความเปลี่ยนแปลงในการอยู่ แต่ละขั้นตอนหมดแล้ว และลูกก็ได้สอบผ่านทุกขั้นตอนแล้ว

เห็นใหม่ว่า พ่อแม่นกอินทรีย์ สอนลูกให้แข็งแกร่ง เด็ดเดี่ยว เข้มแข็ง กล้าหาญ ได้ดีมาก เพราะฉะนั้น เราควรสอนลูกให้อยู่กับธรรมชาติให้ได้ สอนให้ช่วยตัวเอง เข้มแข็ง อดทน รู้จักกินของที่มี เพราะพ่อแม่ไม่ได้อยู่เลี้ยงดูลูกได้ตลอดไป นั่นเอง ทุกคนต้องตาย เป็นเรื่องปกติ อย่าสอนลูกให้เป็น "นกกระจาบ" ก็แล้วกัน เพราะนกกระจาบสร้างรังอยู่อย่างสวยงาม อยู่กับพ่อแม่อยู่กับรังตลอดไป จะเห็นว่า เป็นครอบครัวใหญ่ไปเลย ร้องหากันเสียงดัง ไปไหนก็ไปกันเป็นขบวน เวลาตกใจตื่นอะไร ก็วิ่งกันแตกรังอย่างไม่เป็นท่าเป็นทางเลย แสดงให้เห็นว่า ใจอ่อน อ่อนแอ ช่วยตัวเองไม่ได้ ต้องอาศัยผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา ไม่เข้มแข็ง ไม่อดทน ไม่ต่อสู้ อยู่ตัวเดียวไม่ได้





ประกาศ

สภามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำกัด
เรื่อง ชี้แจงกรณีข่าวสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์

ตามที่มีข่าวเผยแพร่ในสื่อต่างๆ ว่ามีสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ประมาณ 10 แห่ง ถูกปิด (ยกเลิก/ล้ม) สภามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำกัด ขอเรียนให้สมาชิกทุกท่านทราบว่า สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ในประเทศไทยมีประมาณ 4,000 แห่ง ถูกยกเลิกไปประมาณ 10 แห่ง คิดเป็นเปอร์เซ็นต์ไม่ถึง 1% ของจำนวนสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ทั้งประเทศ สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ที่ถูกปิดส่วนใหญ่มีขนาดเล็ก มีจำนวนสมาชิกน้อย เป็นสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ของท้องถิ่น ระดับตำบล อำเภอ หรือจังหวัด และมีระบบบริหารจัดการที่ยังบกพร่องไม่สามารถเก็บเงินได้ ซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับสภามหาวิทยาลัย มศว แต่อย่างใด สภามหาวิทยาลัย มศว มีสมาคมฌาปนกิจเป็นของตนเอง (สสอ.มศว) และเป็นศูนย์ประสานงานสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ให้เฉพาะ 2 สมาคม คือ สมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สมาชิกชุมนุมสภามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (สส.ชสอ.) และสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์สมาชิกชุมนุมสภามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแห่งประเทศไทย (สสอ.ค.) ซึ่งเป็นสมาคมฌาปนกิจสงเคราะห์ที่ก่อตั้งขึ้นมาจากความร่วมมือของสภามหาวิทยาลัยทั่วประเทศ มีความมั่นคง มีระบบบริหารจัดการที่ดีมีสมาชิกจำนวนมากกว่า 300,000 คน มีสมาชิกเข้าใหม่มากกว่าสมาชิกที่ออก (เสียชีวิต, ลาออก) ทุกเดือน

จึงขอเรียนให้สมาชิกทราบเพื่อคลายความกังวล และขอประกาศมาเพื่อทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2569
สภามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำกัด



สมาชิกวงปวงชื่น