



อ่าน... *สกุ๊ปพิเศษ* ท่านเดินดิน ในวาระส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ ๒๕๕๐ น.๙

หนึ่งน้อย ทวยอดเต็ม เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่ง

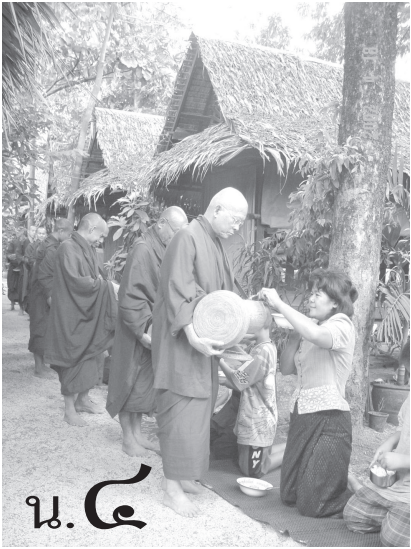
ข่าวอโศก

ฉบับที่ ๒๕๓(๓๑๕) ปักษ์หลัง ธันวาคม ๒๕๔๙

ชุมชนเพชรฯ จัดงานอบรมครั้งแรก เกิดทีมงานสุขภาพช่วยเหลือเยียว

ธรรมะพ่อท่าน

ทำไมคุณไม่เจริญ



น.๘



เมื่อวันที่ ๒๗ พ.ย.-๑ ธ.ค. ๒๕๔๙ ทีมงานสุขภาพของหมอเขียว(ใจเพชร) มาจัดคอร์สสุขภาพชุมชนบุญนิยมเพชรพิกุล อ.เมือง จ.กำแพงเพชร มีผู้สมัครเข้าคอร์สสุขภาพครั้งนี้ประมาณ ๕๐ คน ชาวชุมชนเพชรพิกุลส่วนใหญ่ได้สมัครเข้าคอร์สสุขภาพในครั้งนี้ด้วย นอกจากนี้ก็มีญาติธรรมและผู้สนใจเข้าร่วมอีกเป็นส่วนใหญ่ *ต่อหน้า ๘*

เขาคือใคร น.๘



เก็บมาฝาก

ถวายข้าววันละบาท น.๕

ชมร.ช.ม.แจกฟรีทุกวัน พิสูจน์ทฤษฎีบุญนิยม ๔ ระดับ ตักข้าวและกับ ๑ อย่างไม่คิดเงิน



มีมติให้ชาวชุมชนบุญนิยมกินฟรี
แม้ยอดขายลด แต่พออยู่ได้
ลูกค้าช่วยล้างจาน เช็ดโต๊ะให้

เมื่อวันเสาร์ที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๔๙ ณ เสือนงูะกิน ชุมชน
ภูผาฟ้ามีการประชุมประจำเดือนของชุมชนภูผาฟ้าตาม
ปกติ ในการประชุมครั้งนี้มีวาระพิเศษของชมรมมังสวิรัตแห่ง
ประเทศไทย สาขาเชียงใหม่ *ต่อหน้า ๖*



สี่มาฯ จัดคอร์ส “สุขภาพพอเพียง” ให้โอกาสชาวชุมชนซ่อมสุขภาพ เน้นพืชผักที่เกิดในพื้นที่ทำอาหาร

เมื่อวันที่ ๑๐-๑๔ ธ.ค.๒๕๔๙ ชุมชนสี่มา
อโศกจัดคอร์สสุขภาพใช้ชื่อว่า “สุขภาพพอเพียง
อาหารบำบัด แพทย์แผนไทย” มีผู้สมัครเข้ารับการ
ดูแลสุขภาพจากหมอเหมือนพรและคณะ จำนวน
๘๐ คน *ต่อหน้า ๗*

ข่าวโศก

รายปักษ์

คำสอนที่เป็นจริงได้

พวกเราชาวโศกส่วนใหญ่ คงเคยได้ฟังแนวทางของระบบพาณิชย์บุญนิยม ซึ่งมีอยู่ ๔ ระดับ คือ

- ๑.ขายต่ำกว่าท้องตลาด
- ๒.ขายเท่าทุน
- ๓.ขายต่ำกว่าทุน
- ๔.แจกฟรี

หลายคน ก็คงทึ่งกับแนวทางนี้ ที่พ่อท่านบอกสอนหรือแนะนำ และหลายคนก็คงคิดสงสัยว่า จะเป็นไปได้หรือไม่?

ปกติพวกเราชาวบุญนิยมก็สามารถทำได้ แต่ทำได้เป็นบางครั้งบางครา เช่น โรงบุญ ๕ ชั้นฯฯ แจกอาหารมังสวิรัตินี้ ซึ่งปีนี้ก็สามารรถดมโรงบุญได้มากกว่า ๘๐๐ โรงบุญ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่มีพระชนมพรรษาครบ ๘๐ พรรษา ในพ.ศ. ๒๕๕๐

การขายสินค้าต่ำกว่าทุน ก็มีที่ตลาดอาริยะปีใหม่ทุกปีที่บ้านราชฯเมืองเรือ, ตลาดอาริยะวันเด็กที่สันติอโศก แต่ในขณะที่ ชมร.เชียงใหม่ สามารถพิสูจน์ทฤษฎีพาณิชย์บุญนิยมได้ทั้ง ๔ ระดับ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และเป็นปฏิบัติบูชาต่อพ่อท่านซึ่งเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณของเรา.



'น้ำตาล' อาหารปลายนโขนนาการ

มนุษย์ชอบความหวานเพราะมันสร้างปฏิกิริยาต่อชีวิตให้รู้สึกกระชุ่มกระชวย แต่เมื่อใดก็ตามที่หวานมากเกินไปก็อาจกลายเป็นความหวานที่ขมขื่นได้

น้ำตาล ก็คือคาร์โบไฮเดรตที่เป็นโมเลกุลเดี่ยวหรือคู่ ให้ความหวานและพลังงานต่อร่างกาย แต่พลังงานในน้ำตาลเป็นพลังงานแบบที่เรียกว่า พลังงานว่างเปล่า (Empty Calories) เพราะน้ำตาลไม่มีกากใย ไม่มีวิตามิน ไม่มีแร่ธาตุ ไม่มีสารอาหาร และไม่มีปัจจัยทางโภชนาการใดๆ ทั้งสิ้น เช่นเดียวกับน้ำมัน น้ำตาลก็มีรูปแบบที่พอจะจัดแบ่งได้

หนึ่ง น้ำตาลโมเลกุลเดี่ยว (Mono saccharide) น้ำตาลในกลุ่มนี้ที่รู้จักกันดีก็คือ น้ำตาลกลูโคส ฟรักโทส กาแล็กโทส เป็นต้น ส่วนอีกชนิดหนึ่งคือ น้ำตาลโมเลกุลคู่ (Disaccharide) เป็นน้ำตาลโมเลกุลเดี่ยวที่จับกันเป็นคู่ๆ เมื่อมันถูกย่อยก็จะได้น้ำตาลโมเลกุลเดี่ยว เช่นน้ำตาลทรายที่ใช้รับประทาน อาหารหรือน้ำตาลซูโครส ซึ่งก็คือกลูโคสกับฟรักโทสจับมือกัน

เมื่อน้ำตาลเข้าสู่ร่างกายมนุษย์จะถูกเปลี่ยนเป็นกลูโคสและกาแล็กโทส แล้วถูกส่งเข้าสู่กระแสเลือดแพร่กระจายไปทั่วร่างกายอย่างรวดเร็ว การบริโภคน้ำตาลจึง

เป็นการให้พลังงานแก่เซลล์ กล้ามเนื้อ และอวัยวะต่างๆ ทำให้เรารู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า กระชุ่มกระชวย

แต่ถ้ามากเกินไป น้ำตาลจะแปรเปลี่ยนเป็นไขมันสะสมในร่างกาย แปรเปลี่ยนเป็นน้ำหนักที่ล้นเกิน แปรเปลี่ยนเป็นความอ้วน และสุดท้ายก็จะลงเอยไม่ผิดแพกกับน้ำมัน เพราะความอ้วนนำพามาซึ่งปัญหาสุขภาพอีกเพเรอเกวียน

ความหวานประมาณไหนจึงจะไม่ใช่เป็นพิษ องค์การอนามัยโลกแนะนำว่า ไม่ควรเติมน้ำตาลใส่อาหารเกินร้อยละ ๑๐ ของพลังงานทั้งหมด หรือไม่ควรบริโภคน้ำตาลเกิน ๔,๖ และ ๘ ช้อนชาต่อคนต่อวัน ในผู้ที่ต้องการพลังงาน ๑,๖๐๐ , ๒,๐๐๐ และ ๒,๔๐๐ กิโลแคลอรีต่อวัน ตามลำดับ

แต่เมื่อสำรวจเข้าจริงๆ พบว่า คนไทยบริโภคน้ำตาลมากกว่าที่ควรถึง ๓ เท่า มีรายงานว่า อัตราการบริโภคน้ำตาลของคนไทยในปี ๒๕๒๖ เท่ากับ ๑๒.๗ กิโลกรัมต่อคนต่อปี แต่พอมมาถึงปี ๒๕๔๕ กลับเพิ่มขึ้นเป็น ๒๕.๑๗ กิโลกรัมต่อคนต่อปี เฉลี่ยเท่ากับคนไทยบริโภคน้ำตาลถึงวันละ ๒๐ ช้อนชาต่อวัน

อาจกล่าวได้ว่า คนไทยจำนวนไม่น้อยกลายเป็นโรคติดหวาน โดยเฉพาะในเด็กรุ่นใหม่พบแนวโน้มการบริโภคน้ำตาลมากขึ้น อันเป็นผลพวงจากการตกอยู่ในวงล้อมของการตลาดและสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมให้ทานหวาน

จากรายงานการสำรวจทางระบาดวิทยา และข้อมูลงานวิจัย เป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า โรคฟันผุ โรคอ้วน และโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่ตามมากับความอ้วน มีสาเหตุส่วนหนึ่งมาจาก

การบริโภคน้ำตาล การติดตามผลในช่วง ๒๐ ปีที่ผ่านมา อัตราส่วนผู้ที่มีฟันผุมีแนวโน้มสูงขึ้นทั้งในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท

การสำรวจสุขภาพช่องปากของเด็กอายุ ๕-๖ ปี ในช่วงปี ๒๕๒๗-๒๕๔๔ พบผู้มีฟันผุเพิ่มขึ้นจากร้อยละ ๗๔ เป็นร้อยละ ๘๗ และในบางจังหวัดสูงถึงกว่าร้อยละ ๙๐ และยังมีค่าเฉลี่ยฟันผุเพิ่มขึ้นจาก ๔.๘ เป็น ๖.๐ ซึ่งต่อคน

เช่นเดียวกับโรคอ้วนที่กลายเป็นโรคระบาดสำคัญทั้งในประเทศพัฒนาและกำลังพัฒนา ในเมืองไทยการสำรวจเมื่อปี ๒๕๔๔ มีเด็กไทยอ้วนและเริ่มอ้วนรวมกัน ๑.๒๗ ล้านคน โดยเด็กกรุงเทพฯ มีความชุกของภาวะอ้วนสูงสุดร้อยละ ๑๑.๖ อีกทั้งโรคที่มากับความอ้วนไม่ว่าจะเป็นไขมันในเลือดสูง เบาหวานชนิดที่ ๒ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคประคามีเหล่านี้ที่พบในผู้ใหญ่ก็สามารถพบเจอในเด็กแล้ว แถมยังเพิ่มจำนวนในเด็กที่อายุน้อยลงเรื่อยๆ โดยยังไม่ต้องกล่าวถึงความอ้วนจะส่งผลต่อเด็กในด้านสังคมและสภาพจิตใจแค่ไหน

ดูเหมือนคำพังเพยเก่าๆ ที่ว่า “หวานเป็นลม ขมเป็นยา” ยังคงเป็นจริงอยู่ ฉะนั้นชีวิตยุคใหม่จำเป็นต้องควบคุมความหวาน.



(นสพ. โพสต์ทูเดย์ ๑๒ ธ.ค.๒๕๔๕)



เชิชมร็อยยเครือช่าย รร.ชาวนาคุณธรรมฯ (ตอน ๓)

“ความรู้ของชาวนา...คือ ภูมิปัญญาของแผ่นดิน”

กลกิรรมไร้สารพิษเศรษฐกิจพอเพียง กลุ่มสรวนสร้างถิ่น ณ รร.ชาวนาคุณธรรมฯ บ้านเชิงเข็ง อ.ป่าติว อ.ยโสธร

หน่วยราชการหลายหน่วยงานคุยกันว่า จะทำหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างไร โดยเอาชาวบ้านเป็นศูนย์กลาง ว่าชาวบ้านอยากทำอะไร เลือกตำบลละ ๑ หมู่บ้าน น่าจะเห็นผลภายในปีนี้อย่างน้อยตำบลละ ๑ หมู่บ้าน ปี ๒๕๕๐ น่าจะมีคนปลูก คนทำ สักครึ่งหมู่บ้าน ปี ๒๕๕๑ น่าจะมีครบทั้งหมู่บ้าน เศรษฐกิจพอเพียงต้องบริหารรายได้ด้วย ได้ ๔ ส่วน ใช้ ๓ ส่วน เหลือเก็บ ๑ ส่วน อ.ป่าติวทำหมอนจิดก่อนข้างจะโด่งดังไปถึงต่างประเทศ ถ้ามีที่นามีทำสวน มีเงินออม ถ้าเอาเงินมาฝากให้ดอกเบี่ยล่วงหน้า (๒๕ สต.) จาก ๔ บาท โครงการจ่ายดอกเบี่ยก่อนอาจจะลงไปในพื้นที่

✪ บรรยายภาพทั่วไป งานนี้มีเด็กและเยาวชนที่เป็นลูกหลาน รร.ชาวนามาร่วมกิจกรรมมากมายหลายคน จึงมีกิจกรรมร่วมกับกลุ่ม สสส.เลิกเหล้า เลิกจน ให้เด็กและพ่อแม่ระดมความคิดในหัวข้อเราจะสร้างครอบครัวให้อบอุ่นได้อย่างไร? และประเด็น ผลกระทบจากเหล้า

ว่ามีผลกระทบต่อครอบครัวอย่างไร พร้อมกับวาดรูป ช่วยกันเป็นการนำเสนอทั้งตัวหนังสือและรูปภาพ ทำให้พ่อแม่ลูกได้ร่วมกันระบายสีและช่วยกันคิด ทำให้เกิดความเข้าใจกันมากขึ้น พ่อแม่บางคนไม่ค่อยได้คุยกับลูกหลาน มีแต่ให้เงินและให้ดูโทรทัศน์ วันนั้นได้ฟังความในใจของลูกบางคนถึงกับสะอื้นในทรวง คำพูดบางคำพูดที่ออกจากปากเยาวชนนั้น ทำให้จิตใจพ่อแม่สั่นคลอน และต้องหันมาให้ความสำคัญกับเด็กๆเยาวชนมากขึ้น มีภาพอยู่ภาพหนึ่งที่น่าเสนอโดยการวาดรูป ขวดเหล้าตั้งลงและบ้านแตกออกเป็น ๒ ส่วน เป็นภาพที่งดงามและสะท้อนใจผู้ปกครองมาก การระดมสมองวันนั้นก็คึกคักและครื้นเครง อีกทั้งยังกระตุ้นให้คิดที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างไร นอกจากนี้ยังมีการแสดงรวิวประกอบเพลง “งานหนักไม่เคยฆ่าคน” สภาพการทำงานตั้งแต่ช่วยกันเตรียมงานจนงานเสร็จเป็นการซ้อมมือ เป็นการ



เรียนรู้การจัดงานที่มีการรวมกลุ่มกันเยอะๆ (ประมาณ ๓๐๐ กว่าคน) เจ้าภาพและทีมช่วยงานต่างก็ถูกจอกันดีจนถึงช่วงท้ายสรุปงานบางท่านบอกว่า ก่อนงานมันมีดีแต่ด้านคิดไม่ออกว่าจะเป็นอย่างไ พองานเสร็จเหมือนยกภูเขาออกจากอก สภาพสวน ๓ ไร่แก้งั้น ต้นกล้วยกำลังงามออกเครือ ไม้ผลก็กำลังเติบโต ตามพื้นดินก็มีถั่วลันเตา แพง ผักหวานบ้านพันธุ์น้ำผึ้ง

ฯลฯ ทีุ่งนาปีนี้เขิยวงมแตกกอดีมาก และมีข้าวหลายสายพันธุ์ทั้งหอมนิล, มะลิแดง-ขาว เป็นสวนที่อุดมสมบูรณ์จนลิ้มเพลงผู้ใหญ่ลึคิดถึงเพลงสาวบ้านแต่จึงมีการต่อเพลงสาวบ้านแต่กันจนจบ เป็นเสมือนตัวแทนของเพลงเศรษฐกิจพอเพียง. (อ่านต่อฉบับหน้า)

ช่างเฑ ไท ราชงาน



ดิฉัน:ดร.และ:
 นักเรียงนพุทธธรรม
 สันติอโศก นำ
 โดงสมณะ:ฟ้าไท
 ได้เดินทางไป
 สัมมนากันที่ชมรม
 เพื่อนช่วงเพื่อน
 จ.สิงห์บุรี



ได้ไปฝึกใช้ชีวิตอยู่กับธรรมชาติ รู้จักฝึกวิธีพึ่งตนเอง เก็บพืชผัก ทำอาหารหุง
 ข้าวกินกันเอง โดงฝึกให้เด็กกรวมกลุ่มกันทำ และฝึกให้เด็กได้บำเพ็ญประโยชน์ ทำความ
 สะอาดสถานที่ที่ช่วงกันทำอย่างสนุกสนาน ได้เล่นน้ำที่แม่น้ำเจ้าพระยา และมี
 กิจกรรมที่หาอดทราบในช่วงภาคค่ำ

มีกิจกรรมพิเศษในช่วงสัมมนาที่สร้างความประทับใจของชาวบ้านที่อยู่ใกล้
 เคียงก็คือ เด็กๆและครูผู้ปกครองได้ตั้งแถวเดินไปอุทิศพระพุทธรูปในวัดวิสาขบูชา
 ที่วัดข้างบ้านใกล้ๆ กับชมรมเพื่อนช่วงเพื่อน และได้เข้าร่วมพิธีกรรมในโบสถ์อีกด้วย
 งานสัมมนาคราวนี้ทั้งเด็กและผู้ปกครองต่างก็บอกว่า

“มาสัมมนาคราวนี้สนุกและประทับใจมาก อนาคตจะมาจัดที่นี้อีก เพราะสถานที่
 ที่ที่อำนวย มีธรรมชาติสวยงาม มีแม่น้ำ มีหาดทราย มีผักไร้สารพิษ และเป็นสถานที่
 ของญาติธรรมที่เหมือนกับที่ส่วนกลางของชาวอโศก เพราะเป็นศูนย์อบรมเป็นสาขา
 หนึ่งของ ดกร.มาหลายปีแล้ว” *

ทางชมรมเพื่อนช่วงเพื่อนก็ยินดีและเต็มใจต้อนรับเต็มที่



“สิ่งที่คุณแม่ให้มา”

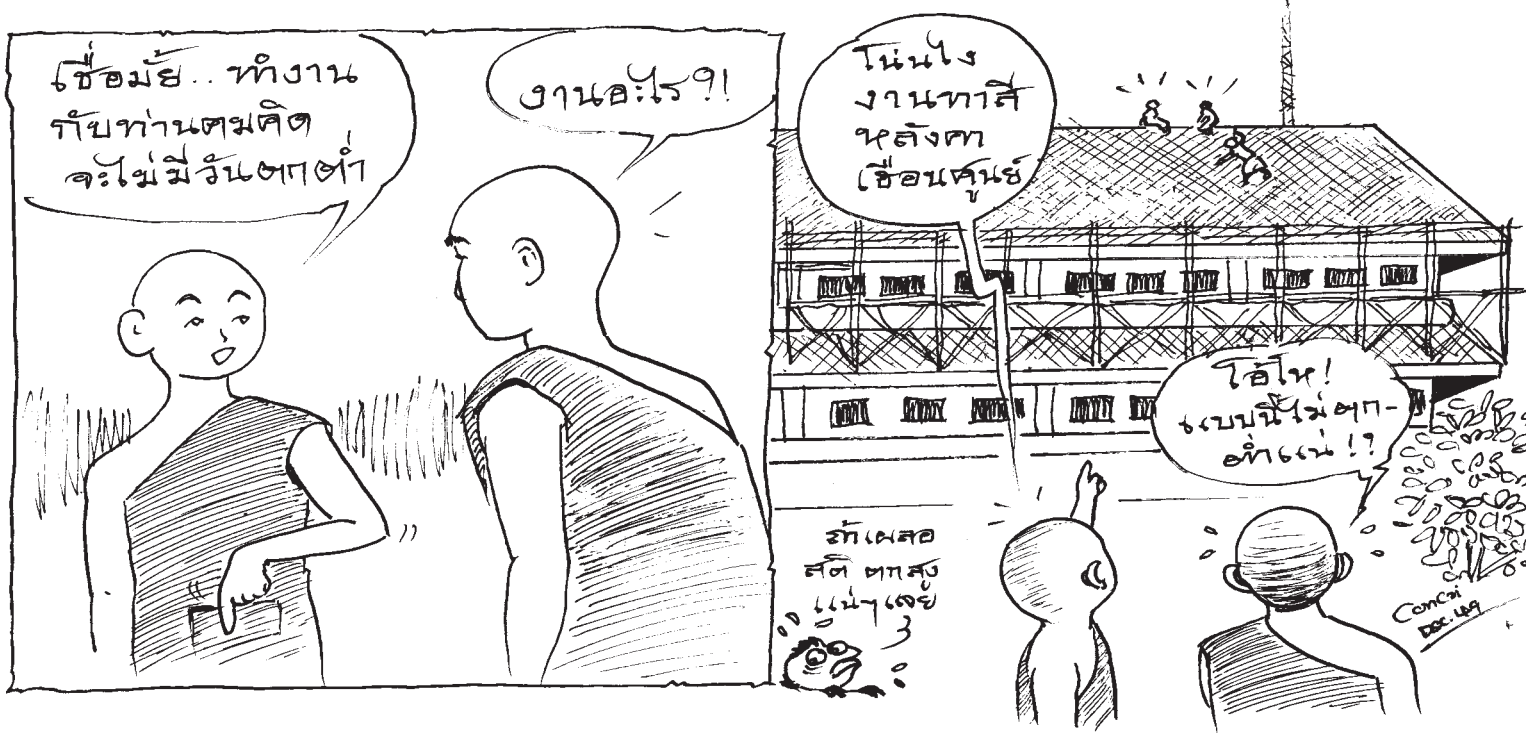
ก่อนเติบโตใหญ่หมั้นเด็กไปได้ทุกอย่าง
 แล้วแต่ทางพ่อแม่จัดสรรให้
 ทนยังเล็กพร้อมเรียนรู้อะไรก็ได้
 ครั้นเติบโตใหญ่คงได้ตอบแทนคุณ



ปฏิทินงานอโศก

- ❁ ฉลองหนาวธรรมชาตอโศก ครั้งที่ ๕
 ณ พุทธสถานภูผาฟ้า
 ศุกร์ที่ ๒๖ ม.ค. - อาทิตย์ที่ ๒๘ ม.ค. ๒๕๕๐
- ❁ งานพุทธาภิเษกฯ ครั้งที่ ๓๑
 ณ พุทธสถานศาลือโคก
 ศุกร์ที่ ๒ - พุธที่ ๘ กุมภาพันธุ์ ๒๕๕๐
- ❁ งานเพื่อฟ้าดิน ครั้งที่ ๑๓
 ณ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี จ.อุบลฯ
 ศุกร์ที่ ๒ - เสาร์ที่ ๑๐ มีนาคม ๒๕๕๐

ขบวนการเคลื่อนไหว





ทำไมคุณไม่เจริญในการปฏิบัติธรรม

(ตอน ๒)

“พระพุทธเจ้าท่านตรัสกับนายเกสที่เป็นคนเลี้ยงม้าว่า เลี้ยงอย่างไร เขาก็บอกว่า เลี้ยงเป็นขั้นๆ มั่นคือก็ต้องว่ามั่น มั่นคือก็ต้องดีมัน มั่นคือก็ต้องจับผูก จับมัดขัง มันสุดยอดสุดทางดีแล้ว ก็ฆ่าทั้งที่เท่านั้นเอง เกสก็ย้อนถามพระพุทธเจ้าว่า แล้วพระพุทธเจ้าเลี้ยงคนหรือสอนอย่างไร ท่านก็บอกก็เหมือนกัน ก็ปราบกลิงโทษเป็นขั้นเป็นตอน สุดท้ายสอนไม่ได้ก็ฆ่าทั้ง

ท่านก็ว่าเหมือนกันฆ่าทั้งเหมือนกัน เรื่องฆ่าทั้งของพระพุทธเจ้าที่ท่านว่า เกสก็ทักว่า ท่านเป็นสมณะจะฆ่าได้อย่างไร ท่านเป็นสมณะจะฆ่าทั้งได้อย่างไร เขาบอกว่าของเราเขาฆ่าจริงๆ เลยนะ เชือดตายเลยนะ เขาก็ตกใจแล้วสมณะท่านฆ่าทั้งได้อย่างไร

พระพุทธเจ้าที่ว่าฆ่าในธรรมอารยวินัย ไม่ได้ฆ่าอย่างนั้น พระพุทธเจ้าตรัส... ก็เรา

ไม่บอกไม่สอน ไม่เอาใจใส่แล้ว คนนี้ปล่อยไปเขาจะเป็นจะตายก็ช่างเขา พรหมทัณฑ์คนใดที่ไม่ได้รับการสอน ไม่ได้รับการดูแล ไม่ได้รับการเอาใจใส่ ไม่ได้รับการดูแล ไม่ได้รับการดูการว่า การดำเนินแล้ว คนนั้นจงรู้เถิดว่าตายจากศาสนาแล้ว ถูกฆ่าทั้งแล้วโดยครูบาอาจารย์ ก็ฆ่าทั้งแล้ว รุนแรงที่สุดแล้วในธรรมอารยวินัยเป็นอย่างนั้น

นี่สุดยอดของความโหดร้ายของพระพุทธเจ้าก็คือเหมือนกับไม่มี เหมือนๆ กับมี ยังไม่ตายก็เหมือนคุณตายไปจากโลก คุณมีอยู่เหมือนคุณไม่มี เป็นสิ่งที่สุพรรณแรงที่สุดแล้วในพระกรุณาธิคุณของพระพุทธเจ้า กรรมวิธีของท่าน นี่เป็นเมตตาคุณของสายพุทธของเรา”

(อ่านต่อฉบับหน้า)

เด็ดขาด



ชื่อ นายชัยวิชิต เลิศทรัพย์สุรีย์
ชาย ๔๗ ปี
ภูมิลำเนา กรุงเทพมหานคร
สถานภาพ หย่า มีลูก ๔ คน (หญิง ๓ คน ชาย ๑ คน)



โมโหโลสติ เราวิ่งหนี เขาวิ่งตามไม่ทัน พอดกเย็นเราก็กลับไปยื่นให้ตีเลย อยากรู้ก็ตีเลย จนไม่หัก เขาอ่อนใจกับความดีด้านของเราเลยปล่อยให้อยู่บ้านเฉยๆ ต่อมาเพื่อนก็ชวนให้ไปทำโรงรับจำนำกับร้านเพชรก็ทำได้นานหน่อย จนไปทำร้านขายไฟฟ้าอีก ๒ ปี ช่วงประจำร้านก็ชวนไปฝึกรับจ้างทำไฟ ได้ค่าแรงวันละ ๑๕ บาท ตอนแรกทำกันอยู่ ๒ คนไปๆมาๆ ก็เป็นกลุ่มใหญ่เลย เรียกว่า ชุมชุมช่าง จากเด็กฝึกงานมาเป็นช่าง แล้วก็เริ่มเป็นผู้รับเหมา ชีวิตโลดโผนเยอะตามแบบฉบับเด็กช่างมีเรื่องชกต่อยกันเป็นประจำ ทำงานเสร็จก็มาชุมนุมตั้งวงกินเหล้าสังสรรค์เฮฮาทุกวัน อยู่แบบโลกๆ กิน เล่น เกี่ยวกับเพื่อนฝูงช่างด้วยกัน”

คู่หูรายชั้วชั้ว

“มาเจอภรรยาตอนทำงานรับเหมาที่โรงแก้ว พอแต่งงานกันอบายมุขก็ลดลง เพราะเรามีคู่แล้วไม่ใช่ตัวคนเดียว พอมีลูกคนแรกก็เลยมาช่วยกันทำงานเข็นรถขายผลไม้เป็นอาชีพเสริม คิดอยากหนีชีวิตความจนเพราะตอนนั้นอยู่บ้านเช่า ชีวิตลำบากมาก ต่อมาพี่ชายให้ไปอยู่บ้านพักข้าราชการที่กรมศุลกากร เขาทำงานที่นั่นเลยแบ่งห้องให้ ไม่ต้องเสียค่าเช่าเลยเก็บเงินได้เยอะ จนไปซื้อบ้านที่พัฒนาการ ชีวิตก็ดีขึ้นเรื่อยๆ จนพวกช่างด้วยกันยกย่องให้เราเลย เพราะพวกช่างส่วนมากจะหาเงินใช้เก่ง แต่เราประหยัดอายุแค่ ๒๕ ปี น้อยที่สุดในแถวนี้เลยที่สามารถตั้งตัวเองได้จนมีบ้านเป็นของตัวเอง พอปี ๓๘ ก็มีซื้อที่ จ.นนทบุรีเป็นคอกแถวเปิดร้านขายอุปกรณ์ฮาร์ดแวร์ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประปาให้ภรรยาดูแล ตัวเราก็มักรับเหมาอยู่ช่วยกันทำงานจนฐานะดีขึ้นตามลำดับ ก็เริ่มฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยตามแบบโลกๆ กินภัตตาคารอาหารแพงๆ ใส่เสื้อผ้าหรูๆ ไปเที่ยวเมืองนอก ลูกๆ ก็ส่งเรียนโรงเรียนเอกชนดี ๆ แพงๆ หมด แบบว่าตามกระแส

โลกเต็มที่ เราเห็นว่ามันเป็นความสุข จน...”

พลิกผันชีวิต

“ประมาณกลางปี ๔๐ เราก็ก่อนขยับกิจการซื้อที่เปิดสาขาอีก พอดีตรงกับช่วงเงินบาทลอยตัว ต้องขายทิ้ง ขาดทุนไปเยอะ ปี ๔๑ ก็มีปัญหาครอบครัวอีก ต้องหย่าร้างกัน เหมือนโดนสึนามิเข้าเลย มรสุมชีวิตทำให้ตั้งตัวไม่ทัน ครอบครัวเริ่มไปคนละทิศละทาง ตอนนั้นทุกข์มากทำอะไรไม่ถูกเลย พี่สาวเลยพาไปศึกษาอนุตรธรรมจนได้มารู้จักกับชาวอโศก”

คู่แสงสว่างของชีวิต

“ครั้งแรกได้ไปที่สันติอโศก ได้พูดคุยกับสมณะเมืองแก้ว ได้มาเห็นวิถีชีวิตคนอโศกดีทุกคน มีศีลมีธรรม มีชีวิตอยู่อย่างสมถะ เรียบง่าย แล้วได้เริ่มเข้ามาปฏิบัติธรรมควบคู่กับชาวอโศกมากขึ้น ได้ฟังธรรมจากพ่อท่านฐิติศรัทธามาก เลยอยากให้ออกมาคบคู่กันดูบ้าง ซึ่งตอนนั้นเราก็ดียินเขาพูดถึงโรงเรียนสัมมาสิกขา “ศีลเด่น เป็นงาน ชาญวิชา” ก็สงสัยว่ามันคืออะไร? เราก็กลองไปศึกษาดู ‘โอโฮ!ที่นี่ดีนี่ ไม่ใช่ธรรมดา เด็กก็ดี มีศีลทุกคน ถ้าลูกเราอายุที่นี้ได้คงดีมากๆ’ ก็พาลูกสาวคนเล็กมาเรียนพุทธธรรมวันอาทิตย์ที่สันติอโศก ช่วงปิดเทอมก็พาไปอยู่ปฐมอโศก พาไปพูดคุยกับสมณะเด่นตะวันเรื่องโรงเรียนสัมมาสิกขาบ้าง พาไปช่วยงานเจที มรรฐ.บ้างให้เขาลองคบคู่กับเด็กสัมมาสิกขา ดูเขาจบ ม.๑ ข้างนอกแล้วก็พาเขามาสัทธิเรียนที่ปฐมอโศก แต่เขาไม่ยอมเรียน ไม่ยอมขึ้นสอบสัมภาษณ์ ก็ไม่ยอมบังคับลูก รอให้เขาพร้อมเองดีกว่า เลยพากลับบ้าน ได้พูดคุยกับเขาแบบเปิดใจ พ่อ-ลูก บอกเขาว่า ‘เรารู้ เราเป็นห่วงเขาจะไม่ใช่ว่าตัดหางปล่อยวัด ลูกดูโลกข้างนอกทุกวันนี่สิ มันมีแต่อะไรไม่รู้บ้าง บอๆ รังแต่จะพาเราเสียคน ปีก็ไม่ค่อยมีเวลาอยู่กับลูก แล้วใครจะดูแลหนู คอยบอก คอยสอนว่าจะไรดี-ไม่ดี หนูเป็นความหวังของป้านะ ป้าเหลือหนูคนสุดท้ายแล้ว ทำเพื่อป้าได้ไหม?’ เขาก็ออกไปเลย ประมาณ ๒-๓ วัน เขาก็มาบอกเราว่า เขาจะไปเรียน เราก็ดใจใหญ่ พาเขาขับรถมาปฐมอโศกเลย แต่ช่วงนั้นเขาเข้าค่ายดูตัวเสร็จหมดแล้ว อาโย (ต้นฝัน)เลยแนะนำมาที่ภูผาฟ้า น้ำ ได้พูดคุยฝากฝังกับสมณะลานบุญ เขาก็ใจกล้าตัดสินใจไปเรียนทั้งๆ ที่ไม่เคยเห็นและก็ไม่ไกลบ้านด้วย อุบาสิกาเมฆงามเลยอาสาพาทางมา

เราก็ดริถขึ้นมาเชียงใหม่เลย”

สุขเข้าสู่สันนิเวศวิทยาแล้ว

“ถึงตอนนี้ก็สบายใจไประดับหนึ่งแล้ว เขาอยู่ได้จน ม.๔ แล้ว แข็งแกร่งขึ้นเยอะ ไม่อ่อนแอ ปวกเปียก งอแงเหมือนแต่ก่อน อยู่กับเราก็กินเจมาแบบตามใจเยอะ ทำอะไรไม่ค่อยเป็น มีคนทำให้หมด พอได้มาเรียนสัมมาสิกขาแล้วก็มีสมณะ คณะครูอาๆ ที่ช่วยขัดเกลา ดูแลเขา เขาก็ดีขึ้น อ่อนโยนขึ้น เป็นผู้ใหญ่ความคิดความอ่านโตขึ้นเยอะ มีศีลมีธรรม เราเห็นก็สบายใจหายห่วง ลูกเราพึ่งตนเองได้แล้ว เราก็กสามารถไปศึกษาธรรมะ มีเวลาเข้าวัดฟังธรรม ไปเดินจาริกกับท่านสมณะประเทศโน้นประเทศนี้หลายๆ เดือนก็ไปได้ ไม่ต้องห่วงเขาแล้ว”

ทุกวันนี้

“เปรียบเหมือนเริ่มต้นชีวิตใหม่อีกครั้ง โดยการผันตัวเองใช้ชีวิตแบบพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ ฟุ่มเฟือยเหมือนแต่ก่อน มีเวลาได้เข้าวัด ไปงานต่างๆ อยู่เสมอ ไปให้กำลังใจลูกในวันพ้อวันแม่ก็ไปหาเขาทุกปี ตอนนี้เขาไม่มีแม่ เราต้องเป็นทั้งพ่อและแม่ให้เขา เคยคิดอยากหาแม่มาให้เขาเหมือนกัน เพราะเรากลัวเขากับลูกไม่ได้ ลูกเป็นผู้หญิง เราเป็นผู้ชาย กลัวจะเกิดช่องว่าง จะได้มีคนมาคอยดูแลเขา ดูแลครอบครัว แต่พอได้ไปคุยกับท่านมองคนก็สะดุดเลย ท่านบอกว่า ‘เรากำลังคิดทรยศลูกอยู่นะ แม่เขาทรยศไปคนแล้ว คุณจะมาหักหลังเขาอีกหรือ แล้วเขาจะเป็นยังไง’ เราเลยได้คิด เลยมอบตัวเองกับลูกว่า ไม่เอาแล้วนะ เราจะต้องอยู่กับลูก ตระหนักถึงความทุกข์ของชีวิตคู่ให้เยอะๆ เราจะสร้างทุกข์อีกทำไม! เจอเมื่อไหร่เราก็กต้องเตือนตนและข้ามผ่านมันไปให้ได้ ก็ต้องขอบุญความทุกข์ที่ทำให้เราได้เห็นธรรม ถ้าไม่มีความทุกข์ชีวิตคงจะยังจมอยู่กับโลกโลกีย์ไม่รู้จักจบจักสิ้น” *





ลดรายจ่ายวันละบาทช่วยชุมชน



ปีหนึ่งในประเทศไทยมีคนกว่า ๕๐ ล้านคน โดยเฉพาะในกลุ่มเกษตรกร ชาวไร่ ชาวนา ชาวสวน เด็ก ผู้สูงอายุ และแรงงานนอกระบบ ซึ่งอยู่นอกเหนือหรือเข้าไปไม่ถึงสวัสดิการภาครัฐที่ล่าช้าและไม่ทั่วถึง อีกทั้งการดำเนินงานของกลุ่มองค์กรการเงินชุมชนที่เกิดขึ้นก็มักเน้นเรื่องการออมเพื่อกู้เป็นหลัก ความต้องการสวัสดิการที่เป็นหลักประกันของชีวิตในยามเดือดร้อนเจ็บไข้ได้ป่วย จึงยังไม่เกิดขึ้น แต่ที่ตำบลน้ำขาว จ.สงขลา ทุกวันที่ ๑ ของเดือนเวลาบ่าย ๒ โมง จะเห็นสมาชิกของกลุ่มสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท เพื่อทำสวัสดิการภาคประชาชนจังหวัดสงขลา ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ ทายอดกันนำเงินมายื่นให้ฝ่ายบัญชีของกลุ่มเพื่อฝากเข้ากองทุนสวัสดิการ โดยเงินนั้นมาจากการมีสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท ออมเก็บไว้และนำมาส่งตามกำหนดด้วยความสมัครใจ

ครูชบ ยอดแก้ว ประธานสถาบันพัฒนาองค์กรการเงินชุมชนและสวัสดิการแห่งชาติ ผู้ริเริ่มโครงการสัจจะวันละ ๑ บาท เพื่อทำสวัสดิการภาคประชาชน กล่าวว่า กลุ่มสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท เพื่อทำสวัสดิการภาคประชาชนจังหวัดสงขลา เป็นนวัตกรรมองค์กรการเงินชุมชนที่ได้พัฒนาขึ้นจากประสบการณ์ทำสัจจะวันละ ๑ บาท และเห็นการทำสัจจะวันละ ๑ บาท

ที่จังหวัดลำปาง จึงได้ประยุกต์แนวคิดสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท เพื่อทำสวัสดิการภาคประชาชนขึ้น มุ่งเน้นการพัฒนาคนให้เป็นคนดีและมีความสามารถ ใช้เงินเป็นเครื่องมือจากกิจกรรมการออมเพื่อนำไปจัดสวัสดิการ ซึ่งจะช่วยให้พี่น้องความสัมพันธอันเกื้อกูลกัน ตลอดจนช่วยพัฒนาความสมดุลของทุนในชุมชน โดยมีการจัดตั้งกลุ่มกองทุนขึ้นที่ตำบลน้ำขาว เป็นกลุ่มแรกเมื่อปี ๒๕๔๗ มีการบริหารทางการเงินคือ เมื่อออมได้ ๑๘๐ วัน เงินทั้งหมดจะแบ่งเป็น ๓ ส่วน คือ ๕๐ % ตั้งไว้เพื่อจัดสวัสดิการ ๔ เรื่อง ๒๐ % ตั้งเป็นกองทุนสำรอง และ ๓๐ % ตั้งเป็นกองทุนกู้ยืมทำวิสาหกิจ ทำธุรกิจที่ไม่เอาเปรียบสังคม กู้ยืมเพื่อการศึกษา เป็นต้น และมีกฎกติกาการยืมที่สมาชิกยอมรับและสมัครใจเข้าร่วม

ทั้งนี้ สวัสดิการ ๔ เรื่องของกลุ่มสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท ประกอบไปด้วย สวัสดิการเกิด ให้ลูก ๕๐๐ บาท แม่นอนโรงพยาบาลได้คืนละ ๑๐๐ บาท ไม่เกิน ๕ คืน ปีละไม่เกิน ๒,๐๐๐ บาท สวัสดิการแก่จะได้เมื่อสัจจะครบตั้งแต่ ๑๕-๖๐ ปีขึ้นไป และมีอายุครบ ๖๐ ปี โดยจะได้บำนาญเดือนละ ๓๐๐-๑,๒๐๐ บาท เพิ่มขึ้นตามระยะเวลาสัจจะ สวัสดิการเจ็บ นอนโรงพยาบาลได้คืนละ ๑๐๐ บาท ปีละไม่เกิน ๑๐ คืน สวัสดิการตาย จะได้เมื่อสัจจะครบ ๑๘๐-๕,๘๔๐ วัน ได้ค่าทำศพตั้งแต่ ๒,๕๐๐-๓๐,๐๐๐ บาท เพิ่มขึ้นตามระยะเวลาสัจจะ ทุนการศึกษา ยืมกองทุน ๓๐ % คนด้อยโอกาส กองทุนจ่ายให้ นำไปฝากสัจจะสวัสดิการคนทำงาน จ่ายให้คนละ ๑๓๐ บาทต่อวัน ฝากออม ๑๐๐ บาท ๓๐ บาท ฝากสัจจะ สวัสดิการเงินกู้ ตายกองทุนจ่ายในวงเงินไม่เกิน ๓๐,๐๐๐ บาท และกู้มา

แล้วไม่น้อยกว่า ๓๖๕ วัน สวัสดิการเงินฝากตายจ่ายให้ ๕๐ % แต่ไม่เกินวงเงิน ๑๕,๐๐๐ บาท

ความสำเร็จของเครือข่ายสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท ทำสวัสดิการภาคประชาชนจังหวัดสงขลา ถูกนำมาต่อยอดแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนเครือข่ายองค์กรการเงินชุมชนอีก ๔ แห่ง ที่มีแนวคิดเรื่องการจัดสวัสดิการชุมชน คือ เครือข่ายสัจจะสหกรณ์พัฒนาคุณธรรมครบวงจรชีวิตจังหวัดตราด มี ๑๖๔ กลุ่ม สมาชิกกว่า ๖๐,๐๐๐ คน ในหลายจังหวัด มีเงินออมกว่า ๓๕๐ ล้านบาท เครือข่ายองค์กรออมทรัพย์ชุมชนจังหวัดลำปาง มี ๑๖ กลุ่ม สมาชิกราว ๓,๖๐๐ คน เครือข่ายกองทุนหมู่บ้านตำบลกะท้อ จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งเป็นการรวมกันของกองทุนหมู่บ้าน ๔ กลุ่ม และมีการจัดสรรเงินสำหรับจัดสวัสดิการอยู่แล้วกว่า ๒.๗ ล้านบาท เครือข่ายกองทุนหมู่บ้านตำบลในคลองบางปลากด จังหวัดสมุทรปราการ มี ๑๓ กลุ่ม สมาชิกราว ๕,๒๐๐ คน

ทั้งนี้ นวัตกรรมสัจจะลดรายจ่ายวันละ ๑ บาท ทำสวัสดิการภาคประชาชนสงขลา ถูกนำมาต่อยอดยกระดับ ปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละแห่ง และยังสามารถนำความรู้จากการปฏิบัติกลับมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันอย่างต่อเนื่องจากความสัมพันธที่เกิดขึ้นข้ามกลุ่ม เครือข่ายตั้งที่นายสามารถ พุทธาแกนนำเครือข่ายองค์กรออมทรัพย์ชุมชนจ.ลำปาง กล่าวว่า “การออมวันละบาทและออมตามความสามารถของตนได้รับผลตอบแทนตามห้วงระยะเวลา การออมของแต่ละคนตามความมานะอดทน และความต่อเนื่องของการออม เป็นกติกาที่ทุกคนเห็นร่วมกัน และยึดมั่นในกติกานั้น และมองเห็นการหมุนเวียนของเงินที่จะนำไปสู่ระบบ

ร่วมด้วยช่วยกัน สร้างสรรค์สวัสดิการและบูรณาการไปสู่การจัดการทุนชุมชน ผ่านระบบการออมและระบบสวัสดิการชุมชน”

สิ่งที่ทำให้การออมวันละบาทเติบโตอยู่ที่เงื่อนไขการยึดโยงสังคมและชุมชน ความรู้สึกเป็นเจ้าของกองทุนและความรู้สึกภูมิใจในความมีศักดิ์ศรีของการพึ่งตนเอง ความเข้าใจในสิทธิ ความสามารถในการจัดการ และกติกาสังคมที่แต่ละคนสร้างขึ้นมา กล่าวรวมทั้งหมดมันคือ การสร้างทุนชุมชนขึ้นมาด้วยตนเองอย่างมีศักดิ์ศรีที่น่าภูมิใจ และสำหรับชาวบ้านแล้ว “ทุน” ที่เข้าสู่ระบบการออมเพื่อสวัสดิการชุมชนวันละ ๑ บาท ไม่จำเป็นต้องเป็น “เงิน” แต่เพียงอย่างเดียว คนกู้เป็นทุน ภูมิปัญญาที่เป็นทุน วัฒนธรรมที่เป็นทุน ทรัพยากรธรรมชาติก็เป็นทุน ตราบเท่าที่ชุมชนสามารถใช้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านี้ได้ และตีค่าการใช้ประโยชน์นั้นให้เทียบเท่ากับเงินได้ ก็สามารถนำสิ่งเหล่านั้นมาแปลงให้เป็นเงินออมวันละ ๑ บาท สร้างเป็นกองทุนสวัสดิการชุมชนร่วมด้วยช่วยกันได้ทั้งสิ้น



(นสพ.ไทยโพสต์ เอ็กซ์-ไซท์ ๑๐-๑๑ พ.ย.๒๕๕๙)

เกาะติด‘น้ำเมา’(๑)

๘ มกราคม ประเทศไทยได้ประกาศใช้มาตรการควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางวิทยุโทรทัศน์ และป้ายกลางแจ้งมาเป็นเวลาประมาณ ๑ ปี แต่มีการสำรวจพบว่าได้มีการพยายามใช้ช่องว่างโฆษณาแฝงเพื่อส่งเสริมการขายในรูปแบบต่างๆ จึงมีข้อเสนอว่า หากไม่เคารพกติกาและไม่แสดงความรับผิดชอบต่อสังคม

คนไทยบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ถึง ๑๖.๒ ล้านคน หรือ คิดเป็นร้อยละ ๓๒.๗ ของประชากรไทยวัย ๑๕ ปีขึ้นไป ปริมาณการดื่มเพิ่มขึ้น ๓ เท่าตัวในเวลา ๑๔ ปี หากคิดเฉพาะการดื่มเบียร์เพิ่มขึ้น ๘ เท่าตัวในช่วงเวลาเดียวกัน

ยังพบอีกด้วยว่า กลุ่มวัยรุ่นมีแนว

TOTAL AD BAN

แบนโฆษณาเหล้า ปกป้องอนาคตชาติ



โน้มการดื่มเพิ่มขึ้นอย่างน่าตกใจ ร้อยละ ๒๐ ของวัยรุ่นชาย หรือ ๑ ล้านคนที่ดื่ม และวัยรุ่นหญิงดื่มเพิ่มขึ้นถึง ๖ เท่าในเวลา ๗ ปี

จากร้อยละ ๑ เป็นร้อยละ ๕.๖ ซึ่งมีข้อมูลงานวิจัยเป็นที่ประจักษ์ชัดว่า เด็กที่เริ่มดื่มขณะอายุน้อยยิ่งมีปัญหากจากการดื่มมากขึ้น

เมื่อเทียบกับคนที่เริ่มดื่มช่วงอายุมากกว่า นอกจากอุบัติเหตุที่มีเป็นจำนวนมากถึงปีละเกือบ ๑ ล้านคน คิดเป็นอัตราการเกิดอุบัติเหตุ ๑,๕๙๐ คนต่อประชากรหนึ่งแสนคนแล้ว สุรายังทำให้เกิดโรคต่างๆ มากถึง ๖๐ โรค เช่น โรคมะเร็งตับ โรคหัวใจ โรคเกี่ยวกับสมอง ฯลฯ และทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตและสังคม

นั่นคือ ผู้ดื่มสุราเรื้อรังจะมีความเครียดได้ร้อยละ ๕๑.๒ และมีอาการซึมเศร้าได้ร้อยละ ๔๘.๖ ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่รุนแรงสมควรได้รับการบำบัดรักษา

ร้อยละ ๑๑.๘ มีความคิดฆ่าตัวตาย ร้อยละ ๑๑.๓ คิดฆ่าผู้อื่น

ส่วนวัยรุ่นที่มีบิดาเป็นโรคพิษสุราเรื้อรังนั้นมีปัญหาสุขภาพจิตมากกว่าเด็กทั่วไปถึง ๑๑.๕ เท่า. (อ่านต่อฉบับหน้า)

(นสพ.ไทยโพสต์ ๓๐ ต.ค.๒๕๕๕)

▲ **ชมร.ช.ม.** (ต่อจากหน้า ๑)

ที่เสนอให้ ชมร.เชียงใหม่ที่เป็นส่วนหนึ่งของชาวอโศก ลดราคาอาหารกรณีข้าวใส่กับข้าว ๑ อย่าง จากราคา ๕ บาท เป็นแจกฟรี โดยลูกค้าหรือสมาชิกสามารถตักอาหารได้หลายครั้ง แต่ถ้าวราดกับข้าว ๑ อย่างจะเป็นกับข้าวชนิดใดก็ได้ ทางชมร.ช.ม.จะแจกฟรีหรือไม่คิดเงินนั่นเอง

ที่ประชุมชุมชนได้มีมติเป็นเอกฉันท์เมื่อเวลา ๑๔.๐๗ น. ให้ชมร.ช.ม. ดำเนินกิจการตามความประสงค์เพื่อพิสูจน์หลักการหรือทฤษฎีพหุชาตญาณนิยม ๔ ระดับ (คือ ๑.ขายต่ำกว่าท้องตลาด ๒.ขายเท่าทุน ๓.ขายต่ำกว่าทุน ๔.แจกฟรี) ว่าสามารถทำได้หรือปฏิบัติได้จริง มีใช้ทฤษฎีลดยลตามทีชาวโลกหลายคนไม่เชื่อว่าจะเป็นไปได้

ผู้สื่อข่าวชาวอโศกได้สอบถามรายละเอียดกับชาวชุมชนภูผาฟ้า น้ำ ได้ ความว่า ก่อนที่ชาวชุมชนจะมีมติอนุมัติการแจกฟรีในครั้งนี้ ที่ประชุม ชมร.ช.ม.ได้มีการเสนอครั้งแรกในที่ประชุม ชมร.ช.ม.เมื่อวันที่ ๑๕ พ.ย.๒๕๔๕ แล้วนำเสนอคณะกรรมการชุมชน แล้วคณะกรรมการชุมชนเสนอในที่ประชุมเมื่อวันที่ ๑๘ พ.ย.๒๕๔๕ ซึ่งในที่ประชุมเห็นด้วยกับที่ประชุมของ ชมร.ช.ม.ที่เสนอให้ทดลองแจกฟรีเพื่อพิสูจน์ทฤษฎีพหุชาตญาณนิยมดังกล่าว อีกทั้งเป็นการทำดีถวายในหลวงในวโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวครองราชย์ครบ ๖๐ ปี และมีพระชนมพรรษาครบ ๘๐ พรรษาในปี พ.ศ.๒๕๕๐

นอกจากนี้ที่ประชุมชุมชนภูผาฟ้ายังมีมติเห็นด้วยกับ ชมร.ช.ม.ในการบริการอาหารฟรีแก่สมาชิกชุมชนบุญนิยมทุกแห่ง คณะกรรมการและสมาชิกของ ๘ องค์กรหรือสมาชิกสถาบันบุญนิยม และพนักงานรวมทั้งกรรมการของบริษัทส่วนกลางของชาวอโศก ได้แก่ บจ.พลังบุญ บจ.แต่ชีวิต บจ.ฟ้าอภัย บจ.ขอบคุณ เป็นต้น

จากการทดลองแจกฟรีแก่ลูกค้าที่ตักอาหารแบบข้าวราดกับ ๑ อย่าง ตั้งแต่วันจันทร์ที่ ๒๐ พ.ย. ๒๕๔๕ จนถึงวันศุกร์ที่ ๘ ธ.ค.๒๕๔๕ (ร้านหยุดจำหน่ายในวันเสาร์-อาทิตย์) ปรากฏว่ายอดจำหน่ายอาหารลดลงเพียง ๕๐๐-๑,๐๐๐ บาท ที่ประชุมสมาชิกชมร. ช.ม.จึงเห็นว่า การแจกฟรีเช่นนี้มีความเป็นไปได้ จึงนำเสนอคณะกรรมการชุมชนจัดเป็นวาระให้ที่ประชุมชุมชนภูผาฟ้าพิจารณาเพื่อลงมติเห็นชอบให้แจกอาหารฟรีในกรณีที่เสนอมาตลอดไป

ลูกค้าที่มารับบริการอาหารฟรี ทางชมร.ช.ม.ให้อาสาสมัครนับจำนวนดู ก็มีข้อสรุปว่า ประมาณ ๖๐-๑๐๐ คนต่อวัน และมีลูกค้าหลายคนที่ย้ายมาตักอาหารใส่



สาธิต ไทงท่ตกุล



รัชฎาภรณ์ ท้าวอาสา



ชาตรี เปรमानนท์



ปราณี พรเมลิต



ธัตติกาล ปทุมสุติ



เคียงภูไพร ธาตุหินฟ้า



นพมาศ เขียวออน



รัชนีกร ทับทอง



หมอลาโดเมียง อิกคิล

กับข้าว ๒ อย่าง เพื่อจะได้เสียเงินค่าอาหารในราคา ๑๐ บาท บางคนก็ขอบริจาคเงิน บางคนพอฝ่ายเก็บเงินไม่คิดเงินก็ขี้ดเคียดให้แล้วบอกกับคนเก็บเงินว่าอยากจะให้ ทางเราก็จำรับไว้เพื่อไม่เป็นการโต้เถียงกัน บางคนก็กินเสร็จแล้วไม่ได้ช่วยล้างจานให้ก็มาบอกอาสาสมัครของชมร.ช.ม.ว่า วันนี้มีธุระรีบด่วน ขอเสียมารยาทไม่ได้ช่วยล้างจานให้ ซึ่งทาง ชมร.ช.ม.ก็รับฟังด้วยความเกรงใจและอนุโมทนา

ในสำนึกดีของลูกค้าที่มารับบริการ ผู้สื่อข่าวได้สังเกตเห็นลูกค้าที่มารับบริการที่ ชมร.ช.ม.จะล้างจานเองประมาณ ๕๐ % เป็นการช่วยแบ่งเบาเจ้าหน้าที่ฝ่ายล้างภาชนะของชมร.ช.ม. ได้เป็นอย่างมาก

สมณะโพธิสัทธ โปธิสัทธ “การที่ชมร.ช.ม.ขายอาหารข้าวอย่างกับอย่างศูนย์บาท ก็ถือว่าเป็นการทำพหุชาตญาณนิยมให้เห็นเป็นรูปธรรมที่เด่นชัด และหากทำได้ต่อเนื่องตลอดไปก็เป็นเรื่องที่ดีมาก เพราะยุคนี้ข้าวของแพง ระบบทุนนิยมมีแต่จะเพิ่มราคา แต่เรากลับพัฒนามาถึงศูนย์บาท ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าอนุโมทนา ยิ่ง สิ่งนี้อาจมาเห็นว่า ที่ชมร. ช.ม.ทำได้มาถึงจุดนี้ ก็เพราะเกิดจากคนที่มีความศรัทธาเข้าใจถึงทิศทางการบุญนิยมที่มีปริมาณมากพอให้ความร่วมมือตั้งแต่ นร.สสท.คนวัด ชาวชุมชนภูผาฟ้า กลุ่มชมรมผู้สูงอายุ ญาติธรรม และลูกค้าที่ดีมีคุณธรรมให้ความร่วมมือ ซึ่งเป็นเรื่องน่าภาคภูมิใจของชาวเชียงใหม่ที่สามารถนำทำได้ นับว่าเป็นสิ่งมหัศจรรย์ในยุคนี้”

ด.ญ.รัชนีกร ทับทอง นร. สสท. “รู้สึกดีค่ะ เพราะเรายังให้ไปก็ยิ่งได้มา และสิ่งที่ได้มามันก็คือกำไรอาริยะ ซึ่งคนส่วนมากจะทำแบบนี้มันมันยากมากเลย เพราะมันแต่กังวลเรื่องขาดทุนเรื่องกำไรค่ะ”

ด.ญ.ธัตติกาล ปทุมสุติ “ก็รู้สึกว่า เป็นสิ่งที่ดีค่ะ เพื่อเป็นการให้คนที่ไม่มีค้อยมีเงินทานและอีกอย่างหนึ่งก็คือเป็นนโยบายของพ่อท่านด้วย หนูรู้สึกว่ามันไม่ยากที่จะมาแจกอย่างนี้ ถ้าไม่ใช่ชุมชนเข้มแข็งจริง แต่ทางร้าน ชมร. ช.ม.แจกได้ถือว่าเป็นชุมชนเข้มแข็งจริง หนูก็อยากให้ทำต่อไปค่ะ”

น.ส.เคียงภูไพร ธาตุหินฟ้า
“ตอนนี้รู้สึกเห็นด้วย เพราะเชื่อพ่อท่าน ซึ่งเป็นพระโพธิสัตว์ เป็นระบบพหุชาตญาณนิยมของพระโพธิสัตว์ และเชื่อมั่นว่าทำแบบนี้ก็สามารถอยู่ได้ แม้ว่าตอนนี้ยังเข้าใจได้ไม่หมด แต่ก็เชื่อมั่นพ่อท่าน และอาจารย์ ๑”

นางปราณี (บัวดาว) พรเมลิต
“ดีใจที่ได้พิสูจน์ทฤษฎีพหุชาตญาณนิยม ๔ ระดับ เกิดมายังไม่เคยเจอที่ไหนก็ได้มาเจอในช่วงอายุเรานี้ ชาตินี้ การทำแบบนี้ทำได้ง่ายเพราะมีผู้คนจิตใจพร้อม”
นายชาตรี เปรमानนท์ นักธุรกิจ “รู้สึกดีมากครับ เป็นนโยบายที่ดีมาก ทำให้มีความรู้สึกว่าการให้เป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ครับ ทำให้ผมอยากให้คนอื่นมากขึ้น และลดความตระหนี่ลง เป็นตัวอย่างของการให้ที่ดีครับ สังคมเราต้องการสิ่งนี้เพื่อเป็นตัวอย่างในการทำความคิด”

น.ส.รัชฎาภรณ์ ท้าวอาสา นักศึกษา(อาชีวะ) “ไม่ได้ทานอาหารที่นี้ประจำ แต่เคยทานมาแล้ว ๓ ปี รู้สึกประทับใจมาก และสงสัยว่าทำไมถึงใจบุญมาก ดีใจมากที่ได้ช่วยทางร้านด้วยการช่วยเหลือตัวเอง(ตักอาหารและล้างจาน)”
น.ส.นพมาศ(ตัว) เขียวออน นร. สสท. “ได้แจกอาหาร ได้ให้กับผู้ที่มาทานอาหารทั้งผู้ที่เริ่มมาทานใหม่ ช่วยลดค่าครองชีพผู้ที่ทานเป็นประจำ และที่สำคัญเป็นการทำบุญนิยมระดับ ๔ ที่สมบูรณ์”

นายลาโดเมียง อิกคิล หมอโฮมีโอพาธิ์(สายดั้งเดิม) “มาทานอาหารเป็นประจำ รู้สึกว่าการแจกฟรีไม่ดี เพราะคนข้างนอกทำมาหากินมีรายได้ น่าจะให้จ่ายหรืออาจจะจ่ายด้วยการมาทำงานฟรีบ้าง

ก็ได้ ส่วนการได้ล้างจานเองดีมาก ๆ แต่ว่า น้ำที่ใช้ล้างจานน่าจะเปลี่ยนบ่อย ๆ”

น.ส.บึงบุญ อโศกตระกูล อาสาสมัครแผนกอาหารตามสั่ง ของชุมชนภูผาฟ้าในชมร.ช.ม. “รู้สึกดี ที่ร้านแจกฟรี ถ้าอยู่ท่ามาหากินข้างนอกก็ทำไม่ได้ แนวทางแบบนี้ตอนแรกลูกค้าเข้าใจไม่ได้ พอเราทำต่อเนื่องจริงๆ ก็ยิ่งเห็นว่า เป็นเรื่องดีน่าอนุโมทนา ได้มาฝึกการให้ ได้ฝึกเป็นผู้เสียสละ ให้ผู้อื่น ยิ่งให้ไปยิ่งได้มา เขาก็ยิ่งอยากจะทำให้ยิ่งได้มิตร เหมือนได้ตามหาญาติ”. □



บึงบุญ อโศกตระกูล



หนึ่งในธรรมา บุญจั่ง



ธินันดา ไทงท่ตกุล

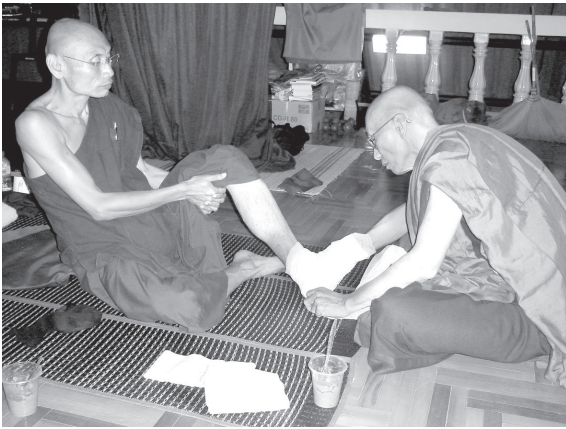
▲ คอร์ส สีม่าฯ (ต่อจากหน้า ๑)

เป้าหมายของการจัดอบรมหลักสูตรเพื่อสุขภาพในครั้งนี้ น.ส. พลังใจ ซึ่งเป็นหนึ่งในคณะทำงานบอกกับผู้สื่อข่าวชาวโสภว่า “ก็เพื่อให้ชาวชุมชนได้พักผ่อนสุขภาพตนเอง หลังจากกร่างงานหนักต่อเนื่องกันคือเกี่ยวข้าว และแจกโรงบุญ ๕ ธันวาคม”

ส่วนบรรยากาศของผู้เข้าอบรมก็ดีมาก ทุกคนสดชื่น สามัคคีกันในการร่วมมือจัดคอร์สครั้งนี้ โดยช่วยกันเตรียมอาหาร เก็บผักภายในชุมชนเองเกือบร้อยเปอร์เซ็นต์ มีเครื่องปรุงบางอย่างเล็กน้อยที่ซื้อนอกชุมชน

ส่วนสิ่งที่ประทับใจก็คือ ท่านสมณะ มาเยะรวมแล้ว ๑๗ รูป และท่านก็ช่วยกรุณาทำกิจกรรม ๕ ส. ในเขตสมณะจนดูสะอาดสะอ้านมาก ต้องกราบขอบพระคุณท่านจริงๆ ค่ะ”

สมณะพุทธชาโต ในฐานะเป็นสมณะผู้ใหญ่ที่ดูแลสีมาโสภได้กล่าวถึงคอร์สครั้งนี้ว่า “รู้สึกยินดีที่มีทั้งกันเฒ่าและอาวุโสมาร่วมกันจากหลากหลายที่ และได้เห็นญาติธรรมรวมพลังกันในการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ อาหารก็พยายามช่วยกันเน้นภูมิปัญญาท้องถิ่น แล้วนำมาปรับกับธาตุต่างๆ ของร่างกายให้



กำลังยางตัวด้วยสมุนไพร



ได้รับการพอกเท้า และแช่เท้าด้วยสมุนไพร เพื่อขับพิษ แล้วเติมพลังด้วยธาตุอาหารที่สมดุล



ฟังบรรยาย



ออกกำลังกาย

เหมาะสม รู้สึกอาหารทุกมื้อมีความสมดุล ไม่โต่งไปทางใดทางหนึ่ง น้ำมันก็แทบจะไม่มีเลย มีก็น้อยมากที่เห็นก็มีน้ำมันงา, น้ำมันรำข้าวเท่านั้น และอาหารที่น่าสนใจอีกอย่างคือ การทำครีมข้าว ที่เอาข้าวหลายชนิดมาทำเป็นครีมข้าว ซึ่งทำให้สุขภาพปรับได้เร็ว มีความกระชุ่มกระชวย การขับถ่ายก็ดีขึ้น พวกเราน่าจะได้ศึกษาแล้วนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพหรือฟื้นฟูสุขภาพก็น่าจะเป็นประโยชน์”

สมณะเตชพุทฺโธ “รู้สึกว่าทุกคนให้ความสนใจดี คึกคักกันดี ปกติอดมาไม่ได้ไปเข้าคอร์สสุขภาพ ครั้งนี้เป็นครั้งแรก ก็ได้เข้าใจว่าแพทย์แผนไทย มีรายละเอียดได้ศึกษา



กำลังปั่นครีมข้าว



ช่วยกันปิ้งกล้วย



ปรุงน้ำมะนาว

เรื่องพืชผักผลไม้พื้นบ้านว่า มีประโยชน์ใช้รักษาอะไรได้บ้าง ได้เข้าใจธาตุต่างๆ เป็นเรื่องที่น่าศึกษาเรียนรู้มาก อีกอย่างเราสามารถพึ่งตนเองได้ หากเราศึกษาและนำไปใช้

รู้สึกประทับใจสมณะและญาติธรรมมาหลากหลายที่มาค่อนข้างมากก็ได้มาพบปะร่วมศึกษาด้วยกัน ให้ความร่วมมือกันดีและอาหารพืชผักก็ได้จากพื้นที่สีมาโสภเองทั้งหมด รู้สึกปลอดภัย”



▲ ชุมชนเพชร (ต่อจากหน้า ๑)

การจัดคอร์สสุขภาพครั้งนี้ จะให้ความรู้ในเรื่องโรคที่เกิดจากความร้อน-เย็นในร่างกายที่เสียสมดุล ซึ่งสามารถปรับสภาพได้ด้วยการรับประทานอาหาร หากเรามีความรู้ว่า อาหารหรือพืชชนิดใดเมื่อรับประทานแล้วให้ความร้อน-เย็นแก่ร่างกาย

นอกจากนี้คุณหมอยังให้ความรู้ในเรื่องจิตวิญญาณ หากปรับจิตวิญญาณได้ดี มีความนิ่งสงบจากกิเลสในจิตวิญญาณได้ ก็จะส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

ดังนั้นในช่วง ๐๔.๐๐ น. ผู้เข้าคอร์สจะตื่นมาร่วมกันออกกำลังกายและต่อด้วยรายการ “สร้างพลังจิตพิชิตโรค(อึดตา)”

ในช่วงคำเป็นรายการ “ถอดรหัสจิตวิญญาณด้านโรค”

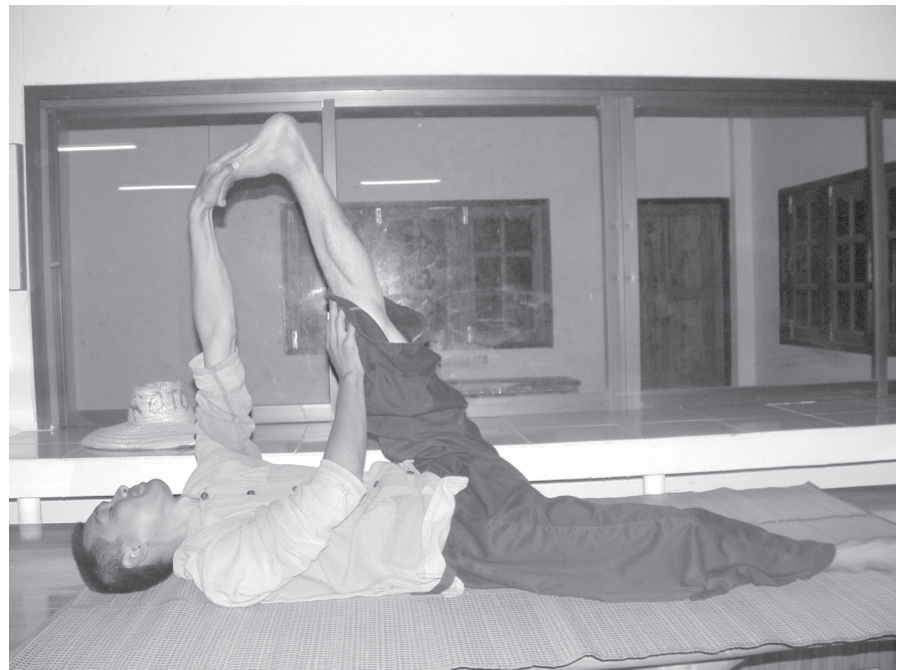
นางพูนศีล พูนทรัพย์ อายุ ๔๕ ปี ประธานชุมชนเพชรผาภูมิ ได้แสดงความรู้สึกนึกคิดในฐานะผู้เข้ารับการดูแลสุขภาพจากทีมงานของหมอเขียวว่า “รู้สึกดีมากเลย นอกจากได้สุขภาพกายที่ดีขึ้นแล้วยังช่วยทำให้เกิดความอบอุ่นสามัคคีในชุมชนเพิ่มมากขึ้น ก็ต้องขอขอบคุณหมอเขียวและคณะที่มาให้การอบรมและความรู้ด้านสุขภาพทั้งกายและจิตในครั้งนี้”

นางดวงฤดี แดงด้วง อายุ ๓๐ ปี เลข๗ คณะกรรมการชุมชนเพชรผาภูมิ “รู้สึกมีผลดีต่อสุขภาพของตัวเองและคนอื่นๆ ได้ฝึกกินอาหารจืดๆ ไม่จัดจ้าน สมาชิกของชุมชนก็สุขภาพดีขึ้น มีคนป่วยเป็นมะเร็งมาเข้าคอร์สก็อาการดีขึ้นกว่าเดิมอย่างเห็นได้ชัด และหลังจากเข้าคอร์สแล้ว ชาวชุมชนก็ยังได้พยายามรับประทานอาหารรสจืดๆ ต่อไป แต่อาจเพิ่มรสชาติอาหารขึ้นนิดหน่อย ก็รู้สึกสุขภาพสบายขึ้น”

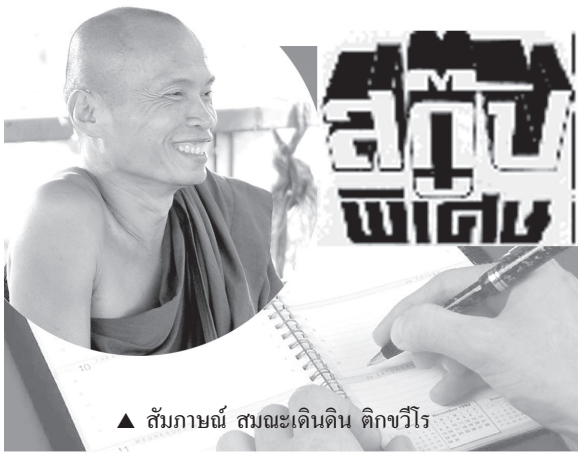
นางศรีฟ้า ชวนนทกิจ อายุ ๕๘ ปี “รู้สึกประทับใจหลายอย่าง โดยเฉพาะทีมงานซึ่งตัวเองก็เป็น ๑ ในทีมงานด้วย เพราะเคยเข้าคอร์สของหมอเขียวมาแล้ว ได้มาช่วยงานหมอเขียว ทำให้หมอเขียวมีเวลาพักผ่อนมากขึ้นจากการดูแลและให้ความรู้ผู้เข้าอบรมในตอนคำผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการเข้าคอร์สสุขภาพที่ผ่านมาก็จะเล่าประสบการณ์จริงในการรักษาสุขภาพตัวเองให้ฟังว่า ดีขึ้นเพราะอะไร ถือว่าลงตัวขึ้นมาก

ส่วนด้านอาหารการกินที่ชุมชนก็มีพืชผักพื้นบ้านให้กินกันอย่างเหลือเฟือไม่ว่าจะเป็นใบย่านางมะละกอ เป็นต้น”

คุณหมอเขียว: “เหตุแห่งโรคที่มีอยู่ตลอดเวลามากขึ้นๆ คน



ป่วยต้องรับยามากขึ้นๆ หากคุณค้นหาเหตุแห่งโรคเจอ คุณโชคดี วันนี้เรามาพิสูจน์กัน สุขภาพบุญนิยม ฟังตน พาเก็บผักบุง มาทำเรื่องวิถีชีวิต คนฟังตน การพาฟังตนนั้นเป็นไปได้”.



▲ สัมภาษณ์ สมเด็จเดินดิน ดิกขวีโร

ในวาระส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ ๒๕๕๐

ท่านสมเด็จเดินดิน ดิกขวีโร
ฝากข้อคิดดังนี้ค่ะ

☺ ชาวโศกกำลังหาข้อคิดหรือหา
คุณที่ตรงไหนคะ?

ก็คงต้องดูที่สองส่วน คือ ดูที่ตัวเราเอง
และที่หมู่กลุ่มที่กำลังดำเนินการกัน ใน
ส่วนตัวเรานั้นก็คงต้องดูว่าเรากำลังไปทาง
ไหน กำลังก้าวขาออกจากวัด หรือกำลัง
ก้าวขาเข้าวัด เพื่อยืนหยัดยืนอย่างมั่นคง
ใจในคุณธรรม คุณวิเศษของศาสนา เรา
กำลังก้าวขาเข้าหาการผิลา หรือกำลัง
ก้าวขาที่จะเดินเข้าหาอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา

สรุปแล้วก็คงต้องดูตัวเราว่า เรามีวุฒิ
ธรรมเจริญก้าวหน้าเพียงใด เรายังศรัทธา
ทั้งเชื่อถือ เชื่อฟัง และเชื่อมั่นต่อท่านผู้
เป็นสัจบุรุษ อย่าง อจลธัมโม อย่างมั่นคง
ไม่หวั่นไหว ๑ เรายังเป็นผู้ชวนชวายน
ยินดีในการฟังธรรมอยู่ ๒ เรายังหมั่น
พิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการ อ่านจิตเห็น
ถึงความเกิดและความดับ การเกิดและ
การตายของกิเลสทั้งหลายได้อยู่ ๓ และเรา
ก็ยังมีการปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม
ตามฐานะของเราอยู่ เรายังมีการชวนชวายน
ในวุฒิธรรมทั้ง ๔ นี้ ก็จะเรียกว่า เราก็
ยังเป็นขาขึ้นโดยตัวเราเอง

แต่ในสภาพตรงนี้บางทีในระบบมรรค
มีองค์ ๘ อาจจะมีการสำรอกกิเลสออกมา
เป็นต้นว่า เราถูกคำวาทอย่างรุนแรง ทำให้
บางคนคิดว่าตนเองเกือบๆ จะบรรลุแล้ว
เห็นกิเลสของตนออกมาเป็นยวงเลย จน
ถึงขั้นอยากจะเลิกปฏิบัติธรรมไปเลย ซึ่ง
ตรงนี้จะไปตัดสินว่าเป็นความเสื่อมก็ไม่ได้
ถ้าเขาสามารถเรียนรู้ตัวเองได้ ถ้าเขา
สามารถปรับฐานะของตัวเองมาให้ถูก
ฐานฐานะของตัวเอง ได้รู้ได้เข้าใจตน
มากขึ้น ได้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม
มากขึ้น อันนี้ก็เป็นการเจริญโดยส่วน
ตัวของเขาเหมือนกัน

ส่วนหมู่กลุ่มแต่ละที่
แต่ละแห่งนั้นก็คงต้องดูว่า
ที่นั่นๆ มี “ขบวนการกลุ่ม
หรือ ขบวนการ” กำลัง
ดำเนินการกันอยู่

ถ้าเป็นขบวนการกลุ่ม
โดยใช้หลักอภิธานิยธรรม
มีการพร้อมเพรียงในการ
ประชุมในการเลิกประชุม มี
การใช้ที่ประชุมเป็น
สามารถใช้ที่ประชุมทำความ
สงบระงับไม่ให้เกิดการวุ่น
วายถึงกับลุอำนาจแห่งความ
อยาก มีการเคารพในผู้ใหญ่
ผู้มีศีล และมีความปรารถนา
ที่จะพัฒนาหมู่กลุ่มของตน

เองให้ขยายออกไป โดยตั้งใจไว้ว่า ผู้มี
ศีลที่ยังไม่มาขอให้มา ผู้มาแล้วขอให้อยู่
เป็นสุขเป็นสุขเถิด

ถ้าขบวนการกลุ่มยังมีความอบอุ่น
อย่างนี้ มีการปรารถนาที่จะขยายตัวอยู่
อย่างนี้ ในที่นั้น ในสภาพนั้นก็ย่อมเป็น
ขาขึ้น แต่ถ้าอยู่ในสภาพการตรงกันข้าม
โดยสำหรับตัวเราเองก็ไม่มีคุณธรรม ๔
และหมู่กลุ่มก็ไม่มีอภิธานิยธรรม ๙ มีแต่
ขบวนการอยู่เต็มไปหมด เวลาประชุม
เวลาทำวัตร ก็มีแต่เสาศาลามากกว่าคน
สถานที่ตรงนั้นก็ย่อมเป็นขาลง

☺ นักปฏิบัติธรรม ที่ยืนเอาการ
เอางาน มีที่ประเภทอะไรบ้างคะ?

- ๑. ทำงานสำเร็จ แต่เสร็จอดีต
- ๒. ทำงานไม่สำเร็จ แถมเสร็จอดีต
- ๓. ทำงานสำเร็จ แล้วเสร็จอดีต
- ๔. ทำงานไม่สำเร็จ แต่เสร็จอดีต

เราก็ต้องมาทบทวนกันว่าทุกวันนี้ เรา
เป็นนักปฏิบัติธรรมอยู่ประเภทไหนใน ๔
ประเภทนี้ ซึ่งคนงานทางโลก เขามีอัตรา
ค่าจ้าง เขาอยู่กับด้วยระบบมีรายได้มีเงิน
เดือนตอบแทนเป็นอัตราค่าจ้าง แต่คนทาง
ธรรม โดยเฉพาะอยู่ในชุมชนที่มีระบบ
สาธารณโภคี เมื่อทุกคนทำงานฟรี ไม่มี
อัตราค่าจ้าง แต่สิ่งที่เราต้องระวังอย่างอื่นก็คือ
อดีต การได้สมใจ สมอดีต มันจะ
เข้ามาแทนอัตราค่าจ้างที่สร้างความยุ่งยาก
ลำบากเดือดร้อน บางทีจะมากกว่าอัตรา
ค่าจ้างด้วยซ้ำไป เพราะระบบอัตราค่าจ้าง
บางที่ยังบอกกันได้ ดึงเดือนกันได้ แต่
ระบบอดีตแทนอัตราบางทีก็แตะกัน
ไม่ได้ ต้องปล่อยให้ไปไปตามความ
ปรารถนา หรือตามต้องการของอดีต
ลูกเดียว

แล้วในเรื่องนี้เราจะต้องรู้อย่างไรว่า เรา
ทำงานโดยเสร็จอดีตหรือเสร็จอดีต ก็
คงต้องไปบุพเพฯ หรือทบทวนว่า ชีวิต

เราทุกวันนี้ เราทำงานแล้วเรามีความสุข
เพิ่มขึ้น หรือเรามีความทุกข์เพิ่มขึ้น ถ้า
เรามีความสุขเพิ่มขึ้นก็แสดงว่าเรากำลัง
เผด็จอดีต แต่ถ้าเราทำงานไปแล้วมี
ความทุกข์มากขึ้น ทุกข์เพราะอยากจะ
ให้คนนี้เป็นอย่างนี้ อยากให้คนโน้นเป็น
อย่างโน้น ทุกข์เพราะไม่ได้สมใจไม่ได้
ถูกใจ ทุกข์เพราะอยากจะไปให้ผู้ใหญ่ได้
ตามใจของเรา ทั้งหมดนี้ก็คือสภาพการ
เรียกร้อง ต้องการหรือบงการของอดีต
ทั้งสิ้น เป็นการปฏิบัติธรรมที่ออกนอกเป้า
ทั้งสิ้น ซึ่งการปฏิบัติธรรมที่จะเข้าเป้าได้
นั้นก็จะต้องมีพื้นฐานที่สำคัญอย่างอื่นก็คือ

ก. ไม่ไปทำนาคคนอื่น ไม่ไปทุบตีที่จะ
จัดการหรือแก้ปัญหาใครของผู้อื่นจน
ไม่มีเวลาพิจารณาทบทวนชำระล้างกิเลส
ของตน ที่เป็นภูเขาเลากา กดทับชีวิต
ของเราอย่างหนักอึ้งอย่างสำคัญ จริงๆ
แล้วกิเลสของคนอื่นจะร้ายขนาดไหน
มันก็ไม่ได้มาทำให้เราต้องทุกข์ต้องหนัก
อะไร แต่กิเลสร้ายของเรานี้แม้เล็กแม้
น้อยมันก็ทำให้เราทุกข์มากกว่า แต่
เราไปสาละวนเอาเป็นเอาตายกับกิเลสของ
ชาวบ้านนั้น ก็เกิดจากการขาดการอ่าน
ตน ขาดการมองตนอย่างสำคัญจึงทำให้เรา
เป็นนักปฏิบัติธรรมที่ทำงานไม่เข้าเป้า
ออกนอกเป้าไปหมดอย่างน่าสงสาร

ข. ต้องออกนอกเป้าเพราะไปหลง
ความวิเศษของงาน จนลืมความวิเศษ
ของจิตวิญญาณ เราไปมุ่งมุ่งเล็งกล้าใน
งาน แต่ไม่มุ่งมุ่งเล็งกล้าในจิตวิญญาณที่
เป็นอธิศีล อธิจิต และอธิปัญญา จึง
ทำให้ชีวิตเราต้องตกอยู่ในหลุมค่ายกล
ของความเสื่อมที่เรียกว่ากัมมรมาตา ซึ่งใน
หลุมค่ายกลแห่งนี้มีทั้งลาภ ยศ สรรเสริญ
และอดีตแฝงอยู่เต็มไปหมด ก็เลย
ทำให้เราเป็นนักทำงานที่บางทีก็ทำงาน
สำเร็จแต่เสร็จอดีต ไม่สามารถเป็นนัก
ทำงานที่ทั้งงานก็สำเร็จแล้วก็เสร็จอดีตได้
เพราะความตกภพในงานจนลืมจิตวิญญาณ

☺ ในวาระปีใหม่นี้ท่านมีอะไรจะฝาก
ให้กับญาติธรรมของเราบ้างคะ?

ปีใหม่ของชาวโศกทุกๆ ปี ก็ถือว่าเป็น
ได้มีการสอบไล่ใหญ่ของชาวโศก ซึ่ง
จะเป็นทั้งการประกาศระบบบุญนิยมที่
ต้องทุ่มเททั้งแรงกายแรงใจกันอย่างสุด
ตัวกันทีเดียว แล้วปีนี้ก็ยังมีบุญอัน
เชิญพระพุทธบาทธรรมนิมิต ซึ่งเป็นพระ
พุทธรูปที่ทำด้วยหินทรายที่ใหญ่ที่สุดใน
ประเทศไทยขณะนี้เข้าสู่แทนอีกด้วย
แล้วปีนี้ก็ยังเป็นทั้งปี ๙๒ ปีของพ่อท่าน
เป็นทั้งการก้าวเข้าสู่พระชนมพรรษา ๘๐
พรรษาของในหลวงในปี๒๕๕๐อีกด้วย
จึงต้องถือว่าเป็นปีแห่งการเฉลิมฉลอง ที่

สำคัญหลายๆอย่างน่าจะเป็น “ปีทอง”
ของชาวโศก แต่ปีทองของพวกเราที่ไม่
ใช่เราจะไปหาเงินหาทองกัน ปีทองก็
คือปีที่จะทำให้ชีวิตของเรามีคุณค่า มีราคา
กว่าดุจทองคำที่เดียว ซึ่งชีวิตของเราระ
มีคุณค่ามีราคาได้นั้น ก็เพราะเราสามารถ
จะอุทิศกายใจให้กับสังคม ให้กับศาสนา
ให้กับประเทศชาติได้อย่างไม่แพ้การพลี
ชีพทีเดียว และการพลีชีพที่สำคัญก็ไม่มี
อะไรยิ่งใหญ่ไปกว่าการพลีชีพของกิเลส
ที่จะแก้ปัญหาวัวเราเองและแก้ปัญหา
ของโลกได้

แต่ละปีผ่านไปๆ ชีวิตของเราที่ใกล้
ความตายเข้าไปเรื่อยๆ ดังนั้นจึงไม่ควร
ปล่อยชีวิตของเราให้อยู่ด้วยความประมาท
อะไรที่เราจะพลีชีพแห่งกิเลสออกไปได้
ซึ่งบางคนอยู่ในสภาพเหมือนกับหางช้าง
ติดพวยกาเท่านั้นเอง บางคนถือศีลกินเจ
ทำงานฟรีไม่มีเงินเดือนได้หมด เหลือติด
อยู่อย่างเดียวเพียงกาแพ บางคนก็ไปหา
ทางออกแบบจะกินกาแพทางปากก็
ละอาย ก็ไปอาศัยเอาเข้าทางกันแทนจน
ติดอย่างนี้ก็มี แต่ละคนก็ต้องรู้ความติด
ความเสพย์ของตัวเอง บางคนก็ศรัทธา
ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่ก็ยัง
ติดหมานไปไหนมาไหนไม่ได้ บางคนก็
จะมาคิดสละพรหมจรรย์ตอนแก่เพื่อ
แลกกับเนื้อคู่กระดุกกระดาก ที่เขาเองก็มีความ
แก่ความเจ็บความตายในตัวอยู่แล้ว โฉน
เราจะไปหาความแก่ ความเจ็บ ความตาย
ที่มีในตัวคนอื่นอีก คนแก่ก็จะไปหาความ
แก่ให้มันทุกข์เพิ่มขึ้น ทั้งๆ ที่อุทิศส่า
รักษาพรหมจรรย์กันมาจนตลอดชีวิต

แต่ละคนก็จะต้องมีกิเลสที่เราจะพลีชีพ
แตกต่างกันไป ในวาระในโอกาสสำคัญ
ที่เราจะได้มีการนำพระพุทธรูปองค์ใหญ่
เข้าสู่ดินแดนอันศักดิ์สิทธิ์ เราน่าจะได้
เป็นส่วนหนึ่งที่เข้าร่วมเฉลิมฉลองด้วย
ด้วยการทำกาย วาจา ใจของเราให้ศักดิ์
สิทธิ์ ซึ่งความศักดิ์สิทธิ์ของศาสนาพุทธ
นั้น ก็คือการมีศีล มีวิปัสสนา (ความไม่
เดือดเนื้อร้อนใจ) การมีใจที่ปราโมทย์ ปีติ
ปีสัทธา มีสมาธิจนกระทั่งมีปัญญาที่รู้
เห็นความจริงตามความเป็นจริง ที่เป็น
ยถาภูตญาณทัศนะ มีสภาพของการเป็น
พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานอยู่ ถ้าเรา
สามารถยังจิตของเราให้ได้อย่างนี้เป็น
อย่างนี้เกิดอย่างนี้ เรายังคงจะสามารถ
ใช้ชีวิตให้เป็นดุจดังปีทอง เพราะชีวิตเรา
มีคุณค่า มีประโยชน์ และสามารถร่วม
เฉลิมฉลองในวาระสำคัญแห่งปีนี้ได้อย่าง
ดีที่สุดนั่นเอง. ☺

ทีมข่าวพิเศษ



๑๒ พลังข้าวฯ ต่อจากหน้า ๑๒

มนุษย์และสัตว์ คนอ้างว่าไม่มีเวลาจึงใช้เครื่องทุ่นแรงแทนคน

กลิกรยุคใหม่ปฏิเสฐภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ อ้างว่าการเกษตรสำเร็จได้ด้วยวิทยาศาสตร์และการพัฒนาชนชาติ และละทิ้งจิตวิญญาณความเชื่อตลอดจนพิธีกรรมต่างๆ ...ความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง หากเปลี่ยนแปลงแล้วได้ผลดีก็น่าจะเปลี่ยน แต่หากได้ผลในทางกลับกัน ผลนั้นแหละจะกลับมาทำลายมนุษย์เอง

...พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ทรงเป็นพระมหากษัตริย์นักพัฒนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งทรงพัฒนาแผ่นดินสมเด็จพระบรมโกศไทย ทรงพัฒนาชีวิตของผู้ที่อยู่ติดดินมากที่สุด คือ **ชาวนา**

ทรงตระหนักมาตั้งแต่ยังทรงพระเยาว์ว่า ผลผลิตที่มีปริมาณมากที่สุด มีคุณค่าสูงสุด ทั้งต่อชีวิตคนไทย ต่อสังคม และเศรษฐกิจของชาติ ก็คือข้าวจึงทรงเอาพระทัยใส่ต่อกิจการของกสิกรอย่างจริงจัง ดังประจักษ์พยานได้ปรากฏแก่พสกนิกรไปจนถึงชาวต่างประเทศทั่วโลก

...ข้าวมิได้มีความสำคัญแต่

เพียงเป็นอาหารสำหรับคนไทยแต่โบราณมา ข้าว คือชีวิตและวัฒนธรรม คนไทยจึงมาทั้งพิธีหลวงและพิธีราษฎร์ ตั้งแต่ก่อนปลูกข้าว ขณะที่ข้าวเจริญเติบโต และเมื่อเกี่ยวข้าว เก็บข้าวแล้วแต่ละขั้นตอนของพิธีเหล่านั้นล้วนแสดงความสำนึกบุญคุณของข้าว เทวดา อารักษ์ บรรพบุรุษ ดินและน้ำตลอด จนสัตว์และสิ่งของที่ใช้ในการทำนา

...ธรรมชาติและพิธีกรรมต่างๆ อาจมิได้เอื้ออำนวยให้พืชพรรณธัญญาหารอุดมสมบูรณ์เสมอไป และระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมได้ซ้ำเติมให้ชาวนาแท้ๆ ทุกข์ยากลำบากยิ่งกว่าเดิม ราวกับว่าข้าวช่วยให้ผู้ที่ไม่ได้ทำนาร่ำรวยขึ้น ส่วนชาวนาจำนวนมากต้องซื้อข้าวกิน ทั้งยังเป็นหนี้ซัดใช้ทั้งชีวิตก็ยังไม่หมด

“พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทอดพระเนตรเห็นปัญหาเหล่านี้ทั้งหมด และทรงพยายามแก้ไขด้วยกุศโลบายนานาประการ อาทิ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ประกอบพิธีพืชมงคลจรดพระนังคัลแรกนาขวัญอย่างโบราณราชประเพณี และโปรดให้นักวิชาการเกษตรทำแปลงนาทดลองในบริเวณพระตำหนักจิตรลดารัตนบุรีแล้ว พระราชทานข้าวเปลือกเพื่อใช้ใน

พระราชพิธีนั้น นับเป็นข้าวขวัญแก่ชาวนาทั้งประเทศ ทรงมีโครงการตามพระราชดำริหลายโครงการซึ่งเอื้อปัจจัยเพื่อการเกษตร ได้แก่ การจัดทรัพยากรน้ำ การทำฝนหลวง ส่วนที่เป็นพระราชดำริสำหรับชาวนาชาวไร่โดยตรงคือ โรงสีข้าวพระราชทาน ธนาคารโค-กระบือ โครงการสหกรณ์พัฒนาพระราชดำริ และธนาคารข้าว มาจนถึงการเกษตรทฤษฎีใหม่ เพื่อความเป็นอยู่พอดีและพอเพียง”

ดร.สุเมธบอกอีกว่า การที่ **พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระมหากรุณาธิคุณล้นเกล้าล้นกระหม่อมโปรดเกล้าฯ ให้เกิดโครงการต่างๆ นับพันโครงการ เพื่อช่วยชาวนาให้มีกำลังกาย กำลังใจ และใช้กำลังปัญญาเพื่อให้ได้ข้าวดี บริบูรณ์ ทำให้ครอบครัว สิ่งแวดล้อมและคนกินข้าวปลอดภัย ได้คุณค่าเต็มเม็ดเต็มหน่วย ถ้าชายก็ขายได้ราคาดี และชาวนาเป็นผู้ได้รายได้นั้นอย่างยุติธรรม**

“พ่อ ได้ดูแลกสิกรและพสกนิกรมาโดยตลอด เมื่อใดที่เรากินข้าวเจ้า ข้าวเหนียว ไม่ว่าจะกินข้าวกล้อง ข้าวแดง ข้าวขัดขาว หรือข้าวแปรรูปร่างใดก็ตามที่พึงระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณที่เราได้กิน ‘ข้าวของพ่อ’ นั้นเอง”

ดร.สุเมธยังเคยเล่าแถมท้าย

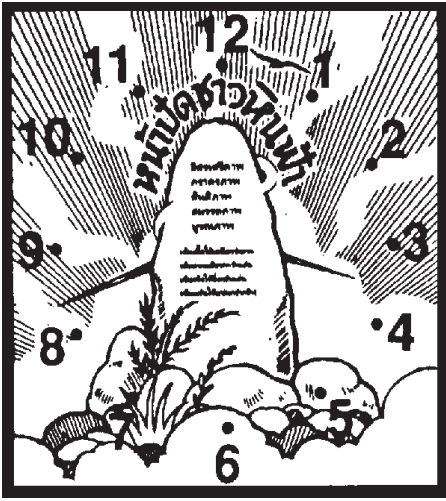
ในหลายที่หลายวาระว่า เคยถามพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวว่า ทรงโปรดเสวยอะไร พระองค์ท่านบอกคำเดียวว่า **“ข้าว”**

ฝรั่งเคยวิจัยข้าวว่ามีสารชนิดหนึ่งทำให้ไม่เครียด คนไทยเลยได้หัวเราะกันตลอดมา แต่มายุคนี้เราไม่เอากันเลย จะเอาแต่ขนมปังไข่ดาว สเต็ก...คำบอกเล่าที่ทำให้คนฟังหัวเราะได้อย่างดี

เรื่องของข้าวในงาน **“พลังข้าว พลังไทย เจริญพระเกียรติ”** ไม่ได้มีแค่งานวิชาการเท่านั้น แต่ยังมีกิจกรรมอื่นๆ อาทิ นิทรรศการ **“ข้าวของพ่อ รวมพลังข้าวของแผ่นดิน”** การแสดงรำกลองยาวเต้นกำรำเคียว จากโรงเรียนศรีจิตรา การสาธิตอาหารจากข้าว สาธิตการทำอาหารเพื่อสุขภาพ **“ข้าวกับสมุนไพร”** สาธิตการทำอาหารจากข้าวกล้อง เบอร์ ๕ โดยบริษัท กฟผ.จำกัด(มหาชน) รวมทั้งยังสามารถซื้อสินค้า ผลิตภัณฑ์จากข้าวในราคาถูกและยุติธรรม

ยังมีเรื่องดีๆ อีกมากมายในงาน **“พลังข้าว พลังไทย เจริญพระเกียรติ”** เมื่อวันที่ ๑๕ ธ.ค.๒๕๔๘ ที่สำนักพิพิธภัณฑสถานและวัฒนธรรม การเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.

(นสพ.มติชน ๑๔ ธ.ค. ๒๕๔๘)



เจริญธรรม สำนักดี พบกับ นสพ.ข่าว โศก ฉบับ (๒๙๓) ๓๑๕ ปีภหัง ธันวาคม ๒๕๕๙

สำหรับความเคลื่อนไหวในแวดวงชาวเราที่จะนำเสนอมีดังนี้

ทะเลเผา...ปีนี้ พ่อท่านสนับสนุนให้ชาวโศกจัดโรงบุญฯ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว... ซึ่งมีพระชนมพรรษาครบ ๘๐ พรรษาในวันที่ ๕ ธ.ค.๒๕๕๐ ปัจจุบันพระองค์ท่านทรงมีพระชนมพรรษาครบ ๙๙ เต็มและย่างสู่พระราชที่ ๘๐ ชาวเราที่เร่งระดมโรงบุญฯ ให้ถึง ๘๐๐ โรงบุญ เพื่อเฉลิมฉลองในวโรกาสอันสำคัญยิ่งนี้ และในที่สุดชาวเราก็สามารถทำได้ก่อนสิ้นปี ๒๕๕๙ เมื่อปรากฏโรงบุญฯ ที่จัดแล้วกว่า ๘๘๓ โรงบุญขึ้นทั่วประเทศ... จึงหวังพึ่งจากฝ่ายธรรมเสถียรที่ช่วยรวบรวมสถิติ ก็ถือว่าทะเลเผาอย่างน่าอนุโมทนาทุกๆ ฝ่าย... อาอ้อย(ต้นกล้า) ก็ไปจัดโรงบุญฯ แถวบ้านเกิดเมืองนอนที่ จ.พะเยา ทางหน้าสันตโศกก็เกิดโรงบุญฯ เฉพาะในวันที่ ๕ ธ.ค.๒๕๕๙ ไม่น้อยกว่า ๑๐ โรง... ก็นำประทับใจในความตั้งใจดีของญาติธรรมทุกคน และสามารถเสียสละในปมหามงคลได้เกินเป้า สาธุ... จิตๆ *

งานยักษ์...เป็นงานยิ่งใหญ่อีกงานหนึ่งที่บ้านราชา เมืองเรือก่อนขึ้นปีใหม่ พ่อท่านให้ลูกส่งท้ายปีเก่าด้วยการอัญเชิญพระพุทธรูปองค์ใหญ่ที่สุดของชาวบุญนิยมขึ้นแท่นที่พุทธสถานราชาธิโศก... จึงหวังได้ยืมหลายคนทั้งนักบวชและฆราวาสจะไปช่วยอัญเชิญพระพุทธรูปขึ้นสู่ฐานที่ได้เตรียมไว้ เราเคยช่วยกันลากเรือขึ้นเนินด้วยแรงญาติธรรมนับพันคนมาแล้ว... ครั้งนี้เป็นพระพุทธรูปหินทรายจะหนักกว่าเรือที่เคยลากแค่นั้น... ก็ไปพิสูจน์กันเองนะ... ได้ข่าวว่างานอัญเชิญพระนี้จะถ่ายรูปเก็บไว้เป็นประวัติศาสตร์อีกหน้าหนึ่งของชาวโศก... ใครอยากมีส่วนร่วมในเหตุการณ์ประวัติศาสตร์นี้ขอเชิญนะ... จิตๆ *

แผ่นดินไหว...เมื่อวันพุธที่ ๑๓ ธ.ค.ที่ผ่านมา เวลาประมาณ ๐.๐๑-๐.๐๒ น.ซึ่งเพิ่งเริ่มวันใหม่ หลายคนที่อยู่เอน.แมริคและอ.สันทราย จ.เชียงใหม่ จะรู้สึกถึงความสั่นสะเทือน... บางคนบอกว่าเหมือนจะเกิดภัยบางอย่างขึ้นในโลก... เพราะมีเสียงแปลกๆ หนึ่งๆ น่ากลัว... ตอนหลังก็รู้ว่าเกิดแผ่นดินไหวขนาด ๕.๑ ริกเตอร์ที่รอยต่อระหว่างอ.แมริคกับอ.สันทราย... นักศึกษาหอพักบดตึกของม.แม่ใจต้องรีบ

ออกมาจากตึกเพราะกลัวตึกจะถล่ม... จนท.อุตุนิยมวิทยาบอกว่า เป็นแผ่นดินไหวที่เกิดรุนแรงมากกว่าหลายครั้งที่ผ่านมา... ซึ่งปกติที่เชียงใหม่จะเกิดแผ่นดินไหวบ่อยอยู่แล้ว... แต่ครั้งนี้รุนแรงและเลื่อนศูนย์กลางเข้ามาใกล้ตัวเมืองเชียงใหม่... ที่มีตึกสูงเป็นจำนวนมาก... จึงต้องระมัดระวังในอนาคต... ญาติธรรมท่านใดอยู่จ.เชียงใหม่ หากต้องอยู่ตึกสูงๆ เวลาเกิดแผ่นดินไหวก็ให้รีบออกจากตัวอาคารหรือถ้าออกไปไหนก็พยายามมุดอยู่ใต้โต๊ะที่แข็งแรง เพื่อป้องกันตัวเองจากตึกถล่มนะ... จิตๆ *

ความประทับใจ...จึงหวังได้ยืมได้ฟังเรื่องราวน่าประทับใจเกิดขึ้น ณ ที่ต่างๆ ที่แรกก็ขอย้อนไปปี พ.ศ.๒๕๔๘ ในช่วงเดือน พ.ย.-ธ.ค. ของปฐมโศก (จึงหวังเกรงจะลืม ถ้าไม่ได้กล่าวถึงก็รู้สึกเสียดาย แม้จะเป็นเหตุการณ์ในอดีต แต่ก็เป็นเวลาเดียวกับปัจจุบันและควรระลึกเสมอ เพื่อให้เกิดสิ่งดีๆ ขึ้นมาในชีวิตของตัวเอง) ดังนี้

๓๐ พ.ย.๒๕๔๘ **ประทับใจบูชาที่เลี้ยว** รถกลับมารับคนวัดไปส่งที่ปฐมโศก ขณะสวนทางออกจากวัดจะไปตลาด แล้วพบกันที่หน้าบ้าน ๙ ไร่... จึงหวังเห็นพอดีขณะเกาะอยู่ที่กระสอบปุ๋ยอินทรีย์

๓ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจจากเพื่อนนักเรียน ชั้น ม.๒** ที่ลูกจากที่นั่นรถ ๖ ล้อ เพื่อเสียสละให้ผู้ใหญ่หนึ่ง ขณะเดินทางไม่มัดข้าวที่ทุ่งนาแรงรัก

๕ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจแม่ของเตี้ย** นักเรียน ชั้น ม.๑ สส.จ.ทำงานบุญอย่างเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใสและเต็มที่ และประทับใจที่ลูกชายคนเล็กของแม่เตี้ย ตื่นนอนตี ๓ ครั้งโดยไม่ง่วง ไม่มอง เหมือนเด็กทั่วไป

๖ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจนักเรียน สส.จ.** ร่วมใจกันขนข้าว ผูกราวตากข้าวที่ขนมาจากกลางสนามมาตากราวในศาลาเพื่อหนีฝนหน้า

๗ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจสมณะที่เอภาะ** ร่วมทีมกันดูแลและทำงานร่วมกับฆราวาสในการขนข้าว หวดข้าว จนต้องจำวัดตอนดึก

๘ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจการแก้ปัญหาไม่** ให้ข้าวขึ้นราเสียหายของสมณะ โดยการขอความช่วยเหลือจากญาติธรรมนำข้าวไปอบแห้ง

๙ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจกุศลที่มีจิตแก่** เหตุของการเจ็บป่วยของสมาชิกชุมชนด้วยการทุ่มแรงมาทำงานครัว คือ **แก้ที่ต้นเหตุ ไม่ใช่ปลายเหตุ...**

ประทับใจเกลอ นร.ชั้น ม.๕ ที่รู้จักบุญคุณปฐมโศก ไม่คิดจะเอาสมบัติของวัดมาเป็นของส่วนตัว

๑๐ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจสมณะกุสโล** ที่ชวนช่วยทำงานฆราวาสเหมือนไม่รู้จักความเหน็ดเหนื่อย และทำด้วยความเบิกบาน... ระยะเวลาที่ท่านเทศน์สอนโยมได้ลึกซึ้งยิ่งดี...

ประทับใจตายกับนิรันดร์ ที่มาช่วยล้างห้องน้ำและงานเอกสารด้วยความรื่นเริงยินดีและสดชื่นมีพลัง... แถมวันต่อมายังช่วยดูแลห้องล้างห้องน้ำ... เด็กๆ ก็ทำงานด้วยความมีชีวิตชีวาและเป็นหมู่กลุ่มอบอุ่นกันดี... กลมกลืนกับน้องๆ

อีกทั้งนิรันดร์ยังเป็นคนเปิดเผยและมีจิตสำนึกในความรับผิดชอบ... จึงหวังเกาะอยู่ข้างห้องน้ำเห็นพี่ลงมาช่วยทำงานกับน้องๆ เช่น ช่วยหญิงชดพื้นหน้าห้องน้ำก็เป็นแบบอย่างที่ดี

๑๒ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจเดมิยะที่รับอาสา** ทำงานส่งเอกสารให้จนเป็นที่เรียบร้อยระหว่างการเดินทางและเมื่อเสร็จงานแล้วมีการรายงานผลความคืบหน้าเป็นระยะๆ จนสุดท้ายมีการสรุปผลการดำเนินงานอีกด้วย นับเป็นคนทำงานรับผิดชอบติดตามต่อเนื่อง... ที่ได้ยากคนหนึ่งในสายตาของจึงหวัง

๑๓ ธ.ค.๒๕๔๘ **ประทับใจคณะพี่นักเรียน ฝ่ายหญิง** ที่ดูแลเอาใจใส่ห้องดี และน้องๆ ก็ยอมให้พี่ๆ ว่ากล่าวสั่งสอนฝากตัวให้พี่ดูแลบอกกล่าวตักเตือน

ก.พ.๒๕๕๙ **ประทับใจโอบอ้อม** (ศิษย์เก่า สส.จ.) มาช่วยสอนน้องๆ แถมยังมาดูแลแม่เจี๊ยบ(จริงจัง) พาแม่ไปหาหมอหลังป่วยมาจากการพักผ่อนที่หน้าทำเนียบรัฐบาล นอกจากแม่เจี๊ยบจะได้การดูแลจากลูกสาวแล้วยังได้เพื่อนครูช่วยอีก เช่น พี่ **ฝนฟ้า** ช่วยหาอาหารให้, พี่ **ปลุกขวัญ** คอยดูแลช่วยเหลือเรื่องนอนและบริการเรื่องอาหารการกิน, **แม่ของแป้ว** ม.๕ สส.๒. และพยาบาลของศิริระโศก ช่วยคลายเส้นคอและหลังซึ่งตึงปวดมาก, พี่ **ละหานทราย** ก็ช่วยประคบร้อน-เย็นและช่วยพาไปหาหมอจนหายจากเส้นตึงได้... นี่แหละเราพึ่งพิงพึ่งพิงกันได้

เม.ย.๒๕๕๙ **ประทับใจ นร.ม.๑** ที่ทำคอร์สแล้วเข้าใจครูและผู้ใหญ่มากขึ้น มีความสามัคคีในหมู่คณะมากขึ้น พฤติกรรมน่ารักขึ้น เด็ก นร.หญิง ๓ คน ได้แก่ **นุ้ยหยก และอีฟ** พากันไปกราบขอโทษอาที่ทำไม่ดีกับอ.ไฉ่และสัญญาว่าจะทำตัวให้ดีขึ้น... จึงหวังเห็นแล้วยังน้ำตาซึม สาธุ... จิตๆ *

ครูใหม่...ขึ้นชื่อว่าครู จึงหวังรู้สึกดีว่า ญาติธรรมหลายคนไม่ค่อยอยากจะเป็น... ยิ่งเป็นครูดูแลเด็กพุทธธรรมด้วยแล้ว... หลายคนบอกกับจึงหวังว่า ขยาด เพราะเด็กพุทธธรรมได้ชื่อว่า เด็กปราบเซียน... ไม่เชื่อก็ลองถามท่านกล้าตาย หรือท่านตรงมั่นดูก็ได้... ว่าสมัยที่เป็นครูพุทธธรรมเป็นอย่างไร... แต่ถ้าทนได้ก็ประทับใจที่ตีนะซะ ครูปัม ครูสมพร ครูสกุล เลยกลายเป็นครูใหม่ของชาวพุทธธรรม ซึ่งนับวันก็หายาก... จึงเป็นโชคดีของเด็กพุทธธรรม... แถมยังมีนร.สัมมาสิกขาสันตโศกมาช่วยเป็นพี่เลี้ยงดูแลน้องๆ พุทธธรรมด้วย... ก็คิดว่าถ้าสอบผ่าน ก็คงช่วยดูแลน้องๆ สัมมาสิกขาได้มากขึ้นด้วยนะ... จิตๆ *

ควนหลงโรงบุญ...เก็บตกบรรยากาศและความรู้สึกจากผู้เข้าร่วมโรงบุญของชาวเรา... เพราะเห็นว่าน่าจะมีประโยชน์ฝากกัน... ใครเป็นใครลองอ่านดูกันเองนะ

นายเพชร “เรามาแจกอาหารฟรีทำให้ต้องระมัดระวังอารมณ์กับคนที่มารับของแจกด้วย... ถ้าหากเราพูดไม่ดีจะเป็นความรู้สึกอีกแบบหนึ่งที่เป็นการให้ที่ไม่รู้สึกดี เหมือนกับที่เราแจกๆ ไปอย่างนั้นแหละ... แต่ตรงนี้เราจะทำยังไงที่ทำให้เขา รู้สึกดีกับเรา และเราก็รู้สึกกับ

เขาด้วย... ครั้งนี้เราต้องควบคุมอารมณ์ให้ดี... เพราะงานหนัก เหนื่อย ทิว ๓ อย่างนี้กระทบผัสสะเร็วที่สุด... เพราะไม่มีเวลามากิน ทิวอีกต่างหาก... วันนี้นั่งไม่ได้นอน เพราะดูโปงกลางเสร็จ ๕... ทุ่มก็กลับไปจ่ายตลาดต่อ... วันนี้แจกตั้งแต่ ๗ โมงเช้าจนถึงเที่ยง”

แหม!... ตามดูตามเห็นจิตอย่างนี้... จึงหวังหวังมีชัยไปกว่าครึ่งแล้วละซะ สาธุ...

คุณร้อยแฉ่ง อนต์อริง (คุณน้อย) “...การรับฟังกัน ยอมกัน เป็นบุญแจกสำคัญในการทำงานร่วมกัน”... คุณน้อยเล่าต่อให้จึงหวังฟังถึงผลของบุญโลกุตรที่เราได้นอกเหนือจากบุญโลกียะว่า “ปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องบอกเล่ากันเฉยๆ... แล้วนำไปสู่การแก้ไขได้เลยทุกเรื่อง... เพราะเรารู้งานกัน เช่น ปฐมา ไม่อยากขนม้อมมา ให้สันติฯเอามาเพื่อได้มัย... เพราะถ้าตั้งเงื่อนไขขึ้นมามันก็เป็นปัญหาแล้วปฐมา... บอกว่าขอให้อาหม้อมาให้ ๑๕ โใบ แต่เราเอาไปให้แค่ ๖ โใบ... เราบอกว่าหาได้เต็มที่แค่ไหน... ก็ไม่ต่อว่ากัน”... จึงหวังฟังแล้วชุ่มชื่นใจจังซะ...

คุณสะอาด แสงทอง “มีการโฆษณาก่อนวันแจก คนมารับมากมายจนคนแจกดีใจ”... โอโฮ! วางแผนงานบุญไว้อย่างดีนี่เอง... เลยได้บุญไปเพียบนะซะ...

นายชาญ นฤกษ์ ลูกค้า ฝากถึง ชมร.ช.ม. “บรรยากาศดี แต่อยากให้ม่กสวดและน้ำพริกลงเรือมากๆ... เพราะอาหารมีเยอะมากแต่มองไปมีแต่สีเหลืองๆ... เป็นส่วนมาก”

นายคู่ฟ้า ขาวหินฟ้า ซึ่งนำอาหารมาร่วมโรงบุญฯ ที่ ชมร.ช.ม. ด้วย ให้ข้อเสนอแนะว่า “๑.ต้นเสียงร้องเพลงสดุดีมหาราชาไม่มีพลัง... ควรเกริ่นนำขึ้นก่อนร้องว่า ในหลวงของเรามีพระมหากรุณาธิคุณอย่างยิ่ง เราต้องช่วยกันต้องเพลงสดุดีถวายท่าน ๒.การแสดงของเด็กๆ ไม่ค่อยมีคนสนใจ... น่าจะมีละครเทิดให้หรือรำสดุดี หรือโถ้วที้...”

จึงหวังฟังแล้วก็ให้อุโมทนาทุกฝ่ายและขอเป็นกำลังใจให้ผู้สะสมบุญทุกคนมา ณ ที่นี้ นะซะ... จิตๆ *

มรณัสสติ
นางปราณี คลี่ใบ อายุ ๖๗ ปี มารดาของคุณอำนวย คลี่ใบ (ผู้รับใช้ชุมชนสมบุญโศก) เสียชีวิตเมื่อวันที่ ๙ ธ.ค. ๒๕๕๙ ฌาปนกิจศพวันที่ ๑๓ ธ.ค. ๒๕๕๙ ที่ ฌาปนสถานบ้านร่องแดง ต.น้ำขำ อ.สูงเม่น จ.แพร่

นายเจริญ สุขเกษม อายุ ๙๑ ปี คุณพ่อของนายวินไท มุ่งมาจน เสียชีวิตด้วยโรคชรา ฌาปนกิจศพ วันที่ ๒๑ ธ.ค. ๒๕๕๙ ที่วัดบึงทองกลาง กทม.

คติธรรม-คำสอนประจำฉบับ
“มีคุณธรรมนำใจ
ใช้เศรษฐกิจพอเพียง
หลักเสียสละยอมขม”
(คำขวัญวันเด็กแห่งชาติ ปี ๕๐)
(โดย พล.อ.สุรยุทธ์ จุลานนท์ นายกรัฐมนตรี)
พบกันใหม่ฉบับหน้า **จึงหวัง**

พระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงโปรดเสวยข้าว พันธุ์วิจัยข้าวมีค่าเหนือขมขมบับ

‘พลังข้าว พลังไทย เฉลิมพระเกียรติฯ’

สำนักพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติและ
วัฒนธรรมการเกษตร มุลินีข้าวไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์ และสมาคม
สตรีชาวนาไทย ร่วมจัดงาน “พลัง
ข้าว พลังไทย เฉลิมพระเกียรติฯ”

งานนี้มีประธานเปิดงานคือ
ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล ประธาน
กรรมการมุลินีข้าวไทย นอกจาก
ทำหน้าที่กล่าวเปิดงานแล้ว

ดร.สุเมธยังต้องกล่าวปาฐกถาพิเศษเรื่อง
“ข้าวกับพ่อหลวง” เพราะเป็นนักวิชาการ
ที่ใกล้ชิดเบื้องพระยุคลบาทมาช้านาน

ความจริงดร.สุเมธเคยพูดถึงเรื่อง
ข้าวมานานและหลายครั้งหลายหน
และครั้งนี้เป็นอีกครั้งหนึ่ง เพื่อเฉลิม
พระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ที่จะทรงครองสิริราชสมบัติครบ ๖๐
ปี ในเดือนมิถุนายน ๒๕๔๙

พระมหากษัตริย์คุณของพระบาท
สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว กับ “ข้าวไทย” นั้น
ดร.สุเมธได้กล่าวถึงซึ่งตีพิมพ์ในหนังสือ
เรื่อง “ข้าวของพ่อ” ของนักเขียนหญิง
วิมลพรรณ ปิตรวชิชชัย

ดร.สุเมธชี้ให้เห็นว่า เรื่องใหญ่ของ
มนุษย์นอกจากการหายใจ ก็คือการกิน
และสิ่งที่คนทั้งโลกกินมากที่สุด นอก
จากน้ำ ก็คือ ข้าว แผ่นดินไทยเป็นอยู่
ข้าวอู่น้ำที่อุดมสมบูรณ์ที่สุดแห่งหนึ่งในโลก



และเป็นอันดับหนึ่งในเอเชีย คนไทย
ปลูกข้าว กินข้าวและมีกิจกรรมต่างๆ
เกี่ยวกับข้าวมากกว่าเรื่องอื่นๆ

แต่เดิมเราปลูกข้าวเพื่อกิน แล้วนำ
ส่วนที่เหลือไปแลกกับสิ่งที่ผลิตเองใน
ครัวเรือนไม่ได้ ต่อมาก็แลกกันคือ คน
ไทยเป็นชาวนาน้อยลง แทนที่จะทำกิน ก็
กลายเป็นทำมาหากินคือ ทำอาชีพอื่นกัน
มากขึ้น แล้วค่อยนำเงินตราไปแลกอาหาร
และแลกกับปัจจัยอื่นๆ ทั้งปัจจัยที่จำเป็น
และไม่จำเป็น

“คนไทยยุคใหม่กินข้าวโดยเนื้อแท้
ลดลง แต่กินข้าวแปรรูปและกับข้าว
ตลอดจนกินของเล่น และของที่ไม่จำเป็น
ต้องกิน มากขึ้นตามแรงโฆษณาชวนเชื่อ
และตามความนิยมที่มาจากต่างประเทศ
ส่วนกิจกรรมและพิธีการต่างๆ เกี่ยวกับ
ข้าวก็พลอยเลือนหายไปไม่น้อย
เพราะวัตถุเข้ามาแทนที่

(อ่านต่อหน้า ๑๐)

ข้าวเก่าแก่ที่สุด ในประเทศไทยและไอร์แลนด์

ข้าวที่เป็นพันธุ์ข้าวปลูกให้คนเราหุง
กินเป็นอาหารเก่าแก่ที่สุดในประเทศไทย มี
อายุราว ๕,๕๐๐ ปีมาแล้ว นักโบราณคดี
ไทยและเทศขุดพบเมล็ดข้าวเก่าแก่ที่ถ้ำปางสูง
จังหวัดแม่ฮ่องสอน กำหนดอายุด้วย
กรรมวิธีทางวิทยาศาสตร์ได้ราว ๓,๕๐๐-
๓,๐๐๐ ปีก่อนคริสต์ศักราช

อายุข้าวเก่าแก่ในประเทศไทยราว
๕,๕๐๐ ปีมาแล้ว(หรือ ๓,๕๐๐ ปีก่อน
คริสตกาล)นี้ต้องแก่กว่านั้นอีกหลายพันปี
ถ้าคิดถึงวิวัฒนาการจากข้าวป่าขึ้นทั่วไปใน
ธรรมชาติ แล้วคนยังไม่รู้จักว่า กินได้ จน
เกิดวิฤตบางอย่างขึ้นมาจนเราถึงรู้ว่ากินได้
แล้วเอามาปลูกกินเป็นอาหาร จนกลายเป็น
ข้าวปลูก แล้วสืบพันธุ์ข้าวต่อเนื่องมา ต่อ
จากนั้นพบที่บ้านโนนหมกทา จังหวัดขอนแก่น
จนถึงบ้านเชียง จังหวัดอุดรธานี และบ้าน
โคกพนมดี จังหวัดชลบุรี

ฉะนั้นหนังสือบางเล่มอาจให้อายุข้าวที่

พบในประเทศไทยเก่าแก่ถึง ๗,๐๐๐ หรือ
๑๐,๐๐๐ ปีมาแล้วก็ได้

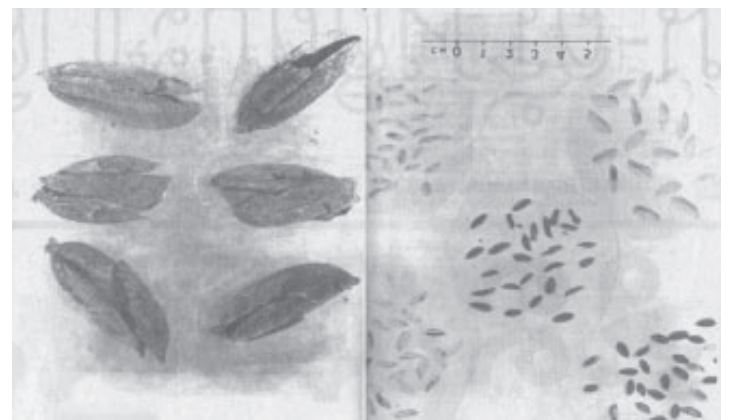
กลบ หรือเปลือกข้าวอายุ ๕,๕๐๐
ปีมาแล้วจากถ้ำปางสูง จังหวัดแม่ฮ่องสอน
เป็นประเภทข้าวไร่ ที่เจริญงอกงามบนที่สูง
มีทั้ง ข้าวเหนียวเมล็ดใหญ่(Large Type)
จัดเป็นพวกชวานินดา(Javania) และ
ข้าวเจ้า เมล็ดเรียวยาว (Slender Type) จัด
เป็นพวกอินดิกา(Indica)

คำว่า ข้าวเจ้า เดิมเขียนว่า ข้าวเจ้า
เพราะคำว่า เจ้า เป็นคำพื้นเมืองดั้งเดิม แปล
ว่า แห่งหมาด ไม่มีน้ำ เรียกข้าวที่หุงให้
เป็นข้าวสวยโดยไม่แฉะว่า ข้าวเจ้า

ส่วน ข้าวเหนียว เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า
ข้าวหนึ่ง เพราะเป็นข้าวที่หุงให้เป็นข้าวสวย
ด้วยการนึ่ง เมื่อสุกเป็นข้าวสวยแล้วจะมี
ยางเหนียวติดกัน

คำว่าข้าวเดิมที่เขียนว่า เจ้า แปลว่า
ปี(หรือ ๑๒ เดือน) เพราะเหตุที่
พืชพันธุ์อย่างนี้ เพาะปลูกด้วยน้ำฝนตาม
ธรรมชาติได้ปีละครั้งเดียวในฤดูฝนเท่านั้น
จึงเรียก เจ้า ต่อมาสะกดเพี้ยนเป็น ข้าว
จนทุกวันนี้.

(นสพ.มติชน ๑๕ ก.ย. ๒๕๔๙)



▲ (ซ้าย) เปลือกข้าวที่ขุดได้จากถ้ำปางสูง จังหวัดแม่ฮ่องสอน (ขวา) เมล็ดข้าวจากถ้ำปางสูง จังหวัดแม่ฮ่องสอนและพันธุ์ข้าวปัจจุบันทางภาคตะวันตกเฉียงเหนือของประเทศไทย บนขวาคือข้าวป่าและล่างซ้ายเป็นพันธุ์ที่มาจากข้าวป่า ส่วนกลุ่มบนซ้ายและล่างขวาเป็นข้าวปลูก (ภาพและคำบรรยายจากข้าวไพร่-ข้าวเจ้าของชาวสยาม ศิลปวัฒนธรรม ฉบับพิเศษ พิมพ์ครั้งแรก มีนาคม ๒๕๓๑)

เอเอฟพียกย่องในหลวงพาไทยพ้นวิกฤต

กรุงเทพฯ(เอเอฟพี) -สื่อยักษ์ใหญ่
ต่างชาติสดุดีพระเจ้าอยู่หัว ประชาชนไม่
หัวนวิกฤตยั้งถวายเป็นความจงรักภักดี

สำนักข่าวเอเอฟพี เสนอรายงาน
ข่าวเชิงวิเคราะห์เกี่ยวกับวันเฉลิมพระชนม
พรรษาของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ในปีนี โดยระบุว่า แม้ว่าประเทศไทยต้อง
เผชิญกับวิกฤตการณ์เมืองมาตลอดทั้งปี
ซึ่งสมควรที่จะเป็นปีแห่งการเฉลิมฉลอง
ทรงครองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี แต่
ชาวไทยก็ยังไม่หยุดแสดงความจงรักภักดี

ตลอดทั้งปีโดยเฉพาะอย่างยิ่งการสวมเสื้อ
เหลืองทุกวันจันทร์

นายพอล แชนด์ลีย์ ผู้เขียนหนังสือ
เกี่ยวกับความเคลื่อนไหวในไทย กล่าวว่าปี
นี้อาจเป็นปีที่สร้างความลำบากพระราชหฤทัย
ให้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทั้งที่ควร
จะเป็นปีแห่งการเฉลิมฉลองครั้งยิ่งใหญ่
อย่างไรก็ตาม นายเดวิด สเตรคอฟส นัก
ประวัติศาสตร์ชาวสหรัฐที่เชี่ยวชาญด้านพระ
ราชวงศ์ของไทย กล่าวว่า อิทธิพลของ
กษัตริย์ฝั่งรากลงลึกและมีชีวิตชีวา และ
ลึกซึ้งมากเสียจนนักวิชาการหลายคนจะ

สังเกตเห็นได้

เอเอฟพี ยังอ้าง
นิตยสารไทมส์ ฉบับ
เดือนพฤศจิกายน ที่ยก
ย่องพระบาทสมเด็จพระ
เจ้าอยู่หัว ให้ทรงเป็นหนึ่งในวีรบุรุษแห่งเอเชีย
ในฐานะที่ทรงเป็นแรงบันดาลใจให้กับเหล่า
พลนิกร พร้อมระบุว่า ชาวไทยล้วนเชื่อมั่น
ว่า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จะทรงนำ
พาประเทศให้สู่ความเป็ประชาธิปไตยอีกครั้ง
ด้านนายลูดีนันท์ พงศ์สุทธีรักษ์
อาจารย์คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหา

หนึ่งน้อย ทวยอดเต็ม ◉ เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่ง

ข้าวอโศก

ฉบับที่ ๒๕๓(๓๑๕) ปักยหลัง ธันวาคม ๒๕๔๕

วิทยาลัย กล่าวยกย่องรัชสมัยของพระ
บาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ว่า เป็นรัชสมัย
แห่งความรุ่งโรจน์ พร้อมกล่าวว่า
พระองค์มีบทบาทสำคัญที่จะทำให้คณะมน
ตรีความมั่นคงแห่งชาติ พื้นฟูระบอบ
ประชาธิปไตยตามสัญญา
(นสพ.โพสต์ทูเดย์ ๔ ธ.ค. ๒๕๔๙)