

ช่องเดียวในโลกทีวี 'เพื่อแผ่นดิน' สร้างสรรสื่อเพื่อชีวิตแนวโลกุตระ

สถานีโทรทัศน์เพื่อแผ่นดิน FE.TV. "ถอยหลังเข้าคลอง" เป็นเจ้าของ

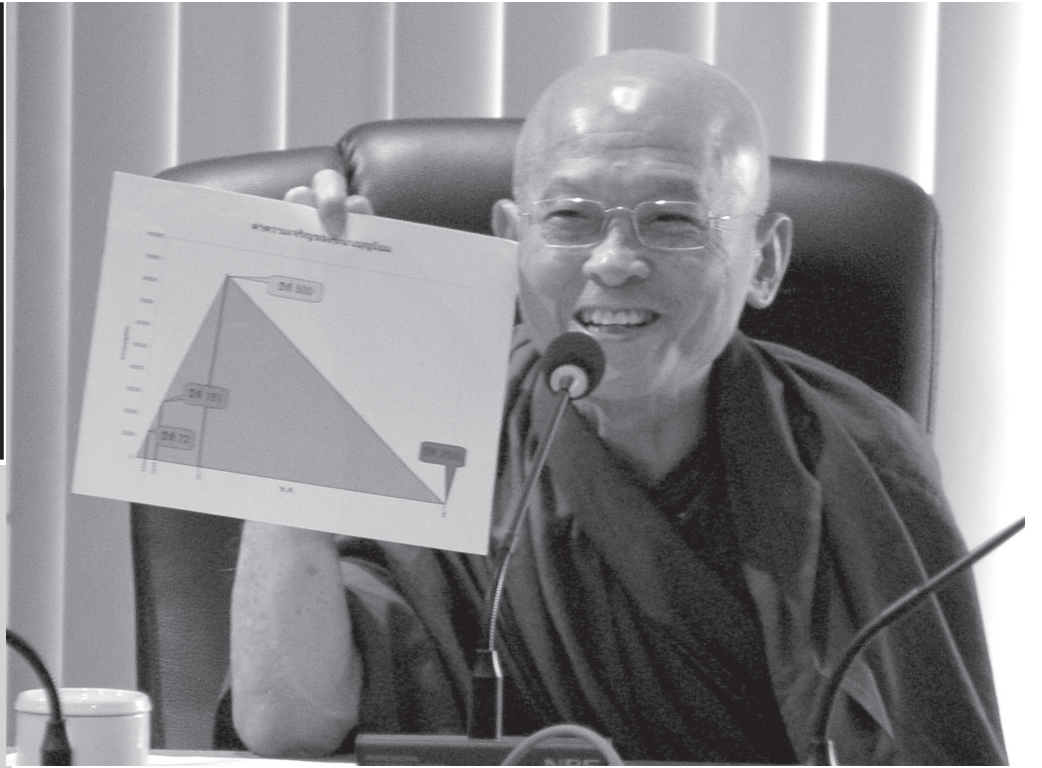
ได้เกิดขึ้นแล้วกำลังอยู่ในช่วงเริ่มต้นล้มตาตุโลก เพื่อการเจริญเติบโตต่อไปอย่างยั่งยืนและแข็งแกร่ง เป็นสื่อสารบุญนิยมให้แก่สังคมนี้แม้จะเป็นสื่อของคนกลุ่มน้อย และเป็นสื่อออกกระแสหลัก *อ่านรายละเอียด U.๖*

หนึ่งน้อยทยอยเต็ม  เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่งใน

ข่าวอโศก

ฉบับที่ ๒๕๕(๓๒๑) ปักษ์หลัง มีนาคม ๒๕๕๐

ตัวอย่างตราสัญลักษณ์ "ถอยหลังเข้าคลอง"



๒๐ ปี 'ดอยรายปลายฟ้า' จัดคอร์สมหัทศจรรย์ บุคลากรรับรู้จุดประสงค์ พร้อมปรับปรุงอย่างมีความสุข



"คอร์สมหัทศจรรย์ที่ดอยรายปลายฟ้า" หลังจากงานมหกรรมรักษาสีลในวันที่ ๑๖ - ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๐ แล้วเสร็จไปหมาดๆ พวกเราชาวดอยรายปลายฟ้าก็ได้รับทราบข่าวดีว่าสมณะดินไท ธาณีโย และคณะจะมาเปิดคอร์สมหัทศจรรย์ต่อในวันที่ ๒๑ - ๒๓ มีนาคม ๒๕๕๐ พวกเราพากันตื่นตื่นดีใจที่จะได้โอบบุญต่อ ทุกคนต่างขานรับด้วยความดีอกดีใจ *อ่านรายละเอียด U.๗*

↑ อิมโอรรม บรรยากาศรับธรรมะก่อนฉันของชาวดอยรายปลายฟ้า



เขา **คือใคร?** U.๘



คนเรือนหมื่นเป็นพยานส่งรายชื่อหนุนพ.ร.บ. เกือบ ๑๒.๘ ล้านคน ลงชื่อสนับสนุนคุณเหล่า

รองนายกฯรับมอบ สัมมาสิกขาฯร่วมแจมวันอาทิตย์ที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๕๐ ญาติธรรมและนักเรียนสัมมาสิกขาจากพุทธสถานสันตติอโศกและพุทธสถานปฐมอโศก กว่า ๒๐๐ คน *U.๕*

วิกฤตหมอกควันคุกคาม ญาติธรรมในเมืองรับผลกระทบ

ในขณะนี้ ปัญหาเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมและธรรมชาติที่เป็นพิษเป็นภัยจนก่อให้เกิดผลกระทบต่อสวัสดิภาพของคนไทยและต่อสิ่งแวดล้อมปะทุขึ้นพร้อมๆ กันในหลายกรณีจนน่าเป็นห่วง

อ่านรายละเอียด U.๑๐

ข้าวโสก

รายปักษ์

อง่าล้ม... ...เป็นขมมาจชีวิต

การมาใช้ชีวิตในวัดยุคปัจจุบันนี้ ถ้าเราไม่แม่นเป้าในเป้าหมายของชีวิต จะทำให้เราสับสนหรือเฟลิดเฟลินกับความล้มสำเร็จภายนอก

ความสำเร็จที่เราควรทำเบื้องต้น ซึ่งจะช่วยให้เรามีความสุขในการใช้ชีวิตอยู่วัด คือ จะต้องมีความสันโดษในปัจจุบัน ๔ (ข้าว-ผ้า-ยา-บ้าน) นี่เป็นความต้องการทางกายที่จะช่วยให้ดำรงอยู่ได้

แม้กระนั้นในปัจจุบัน ๔ เรายังต้องฝึกมกน้อยกว่าเดิมให้ยิ่งขึ้น จนรู้จักพอแม้มีน้อยก็อยู่ได้

เดี๋ยวนี้คนในวัดที่ทุกข์กันอยู่โดยส่วนใหญ่ มีใช้ขาดปัจจัย ๔ หรือไม่ มีข้าวกิน

คนที่ไม่รู้จักสันโดษในปัจจุบัน ๔ จึงไปทุกข์ในสิ่งที่ไม่ควรทุกข์

กาม และ อตตะ เป็นของมายา ข้าว-ผ้า-ยา-บ้านหรือที่อาศัย เป็นของจริงที่ร่างกายเราต้องการยิ่งกว่า

อย่าลืมเป้าหมายชีวิต แล้วเราจะพบความสุขดังที่พระพุทธเจ้าสอนเราไว้ว่า "ความสันโดษ ทำให้เกิดสุข".



ใจ ๓. ๕๖

นายแรงผัก เบ้าทอง แรงผักหมายถึง มีแรงเพราะกินพืชกินผัก ทำงานไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย ทำทั้งวันก็ไม่เหน็ด เมาอยู่ ม.อุบลฯ พูดตรงๆ ว่า คัดพระเอกมาอยู่ด้วยกันทั้งหมด แต่เมื่อมาอยู่แล้วก็ไม่รู้คนไหนเป็นพระเอก นางเอกตัวจริง แต่ตัวเองก็ถือคติว่า **"นักปราชญ์นอน สี่ เศรษฐีนอน หก ยากจนนอนตลอดทั้งวัน"** ผมเองก็เลยถือว่า **ช่วงนี้เป็นช่วงที่แข่งกันทำดี ไม่ใช่แข่งดีกัน** จึงเอาความขยันแบบนักปราชญ์ คือพยายามนอน ๔ ชม. นอกนั้นก็คือเวลาทำงาน



ศูนย์ สุขภาพ

คนวัยทำงานเมื่อการปวดเรื้อรัง เสี่ยงจะเป็น "ออฟ ฟิศซินโดรม"

ศ.พญ.สมศรี เผ่าสวัสดิ์ ที่ปรึกษาสมาคมการศึกษาเรื่องความปวดแห่งประเทศไทย กล่าวว่า จากการศึกษาวิจัยล่าสุดพบว่า ประชากรที่อยู่ในวัยทำงานทุก ๑ ใน ๕ คน จะมีอาการปวดเรื้อรังโดยเฉพาะ อย่างยิ่งในสังคมเมืองที่มีวิถีชีวิตที่เร่งรีบและมีสภาวะความเครียดสูง ก่อให้เกิดปัญหาทั้งทางกายและจิตใจซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนเป็นอย่างมากและยังรวมถึงความสูญเสียทางเศรษฐกิจ

ด้าน **รศ.นพ.ประดิษฐ์ ประทีปวณิช** นายกสมาคมการศึกษาเรื่องความปวดแห่งประเทศไทยกล่าวว่า ความปวดส่งผลกระทบต่อ



เคยไปอบรมสังฆกรรมชีวิต เมื่อ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๕ แล้วได้ความรู้เรื่อง สวน ๓ ไร่แก้งจัน จึงได้นำมาลงมือปฏิบัติที่สวนตัวเอง โดยเริ่มจากใช้พื้นที่ ๓ ไร่ (เพื่อเป็นการดูแลได้อย่างทั่วถึง และได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วย) จากคำพูดที่ว่า **"ฟางมีค่า ยิ่งกว่าทองคำ"** จึงได้ตั้งใจขนฟางตามท้องนาที่คนอื่นเขาจะเผาทิ้งแล้วนั้นนำมาปูในพื้นที่ ๓ ไร่ ในอัตราส่วน ๑ ไร่ต่อฟาง ๒๐ คันรถ ๔ ล้ออัดแน่นๆ เมื่อคลุมฟางเสร็จแล้วก็รดด้วยน้ำผสมน้ำจุลินทรีย์ให้ชุ่มหมักไว้ก่อนใส่ทุกปีๆ ๓ ปีติดๆกัน หลังจากนั้นก็ไม่ต้องใช้ฟางก็ได้ เป็นการสร้างดินที่จะดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง สม่่าเสมอ

อย่างดินของม.อุบลฯ เป็นดินที่ป่าเอน้ำขึ้น เป็นดินทรายที่ชาวบ้านขบปล่อยทิ้งร้างแล้ว เป็นการทดสอบพวกเราอย่างมากทีเดียว พวกเราต้องมาคิดค้นหาวิธีการสร้างดินให้มี



'ปวดเรื้อรัง' คนวัยทำงาน

ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ความเจ็บปวดถือเป็นสัญญาณเตือนภัยว่ามีความผิดปกติเกิดขึ้น โดยเฉพาะถ้ามีอาการนานกว่า ๓ เดือน จัดอยู่ในประเภทปวดเรื้อรัง โรคนี้เกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย ผู้ที่เป็นจะทรมานความปวดแบ่งได้เป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ

๑. ความปวดจากการอักเสบ ที่พบบ่อยคือโรคข้อ ได้แก่ ข้อเสื่อมพบมากในคนอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปโดยพบในผู้ชายร้อยละ ๙.๖ ผู้หญิงร้อยละ ๑๘ โรครูมาตอยด์ ร้อยละ ๑ และ
๒. ความปวดที่เกี่ยวข้องกับระบบประสาท พบได้ร้อยละ ๖ เช่นการบาดเจ็บของเส้นประสาท กระดูกสันหลังทับเส้นประสาท การปวดเส้นประสาทในผู้ป่วยเบาหวานและผู้ป่วยเอดส์

"มีผู้ป่วยอยู่กลุ่มหนึ่งอายุน้อยและอยู่ในวัยทำงาน แต่มีอาการปวดเนื่องจากพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตการนั่งอยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์นานๆ การนั่งผิดท่า เรียกว่า ออฟฟิศซินโดรม ซึ่งการแก้ไขคือผู้ป่วยต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น ไม่ใส่รองเท้าส้นสูง ไม่นั่งหลังโค้งงอหรือนั่งหน้าจอคอมพิวเตอร์นานๆ พร้อมกับต้องมีการออกกำลังกาย ดังนั้น หากพบว่าตนเองหรือคนใกล้ชิดมีอาการปวดที่เรื้อรังนานกว่า ๓ เดือน ควรรีบไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและรักษา"

รศ.นพ. ประดิษฐ์ กล่าว.

(นสพ.ไทยรัฐ ฉบับวันที่ ๒๗ ก.พ.๒๕๕๐)

สวน ๓ ไร่แก้งจัน

หายจนทันที เราเริ่มคิด ก็เริ่มหายจนแล้วคือ...



ชีวิตขึ้นมาให้ได้เสียก่อน โดยการหาอินทรีย์วัตถุ เช่น ฟาง ไม้ หรือวัชพืชคลุมดิน อาจจะต้องใช้ปุ๋ยอินทรีย์มากหน่อยในช่วงต้น เพราะมีหลักการอย่างหนึ่งคือ ให้ดินได้กินปุ๋ยจนอิ่มเสียก่อน แล้วดินจึงจะคืนปุ๋ยให้แก่พืช เมื่อมีความเห็นตรงกันอย่างนั้นแล้ว การปลูกพืชในช่วงเดือนแรกจะไม่ได้ผลอะไรเลย ต่อมาเมื่อเข้าสู่เดือนที่ ๒-๓ พืชที่ปลูกไว้จึงแสดงอาการว่าได้รับปุ๋ย (จึงมั่นใจว่าหลักการที่ตั้งเอาไว้ถูกต้องแล้ว)ดินยังไม่อุ่มปุ๋ยก็เลยยังไม่คายปุ๋ยให้พืช ต้องให้แม่พระธรณีกินอีกก่อน แล้วแม่พระธรณีจึงจะถ่ายเทอาหารนั้นมาสู่ลูกๆ อันคือพืชทั้งหลาย

กฎเหล็กของ ๓ ไร่แก้งจัน คือ ใช้ฟาง ไม้ หรือเศษพืชผักเหลือๆ ไม่ใช้ธาตุไนโตรเจน หรือไม่มีการไถพรวน อาจจะ

ใช้จอบขุดหน้าดินเพื่อกลบหน้าดินให้หนาขึ้น ไม่ใช่ไฟ(ไม่มีการเผาใดๆ ทั้งสิ้น) แต่เป็นการนำเศษพืชต่างๆนั้นหมักรวมกัน(ซึ่งอาจจะใช้หน้าดินกลบแล้วคลุมทับด้วยฟางอีกชั้นหนึ่ง

รดด้วยน้ำจุลินทรีย์(ซึ่งผลิตขึ้นใช้เองอย่างง่าย) คือ นำเศษอาหาร หรือเศษผักต่างๆ มาคลุกเคล้ากับกากน้ำตาล เติมน้ำให้ท่วมปิดฝาให้มิดชิด หมักทิ้งไว้ ประมาณ ๑ สัปดาห์ ก็ใช้ได้แล้ว นำน้ำจุลินทรีย์นั้นไปผสมน้ำแล้วปล่อยไปตามท่อที่จะรดผัก หมายถึงว่า รดผักครั้งใดก็คือการรดจุลินทรีย์ไปพร้อมๆ กัน ซึ่งถือว่าเป็นการสร้างดินไปในตัวด้วย ไม่ใช่เป็นการเอาผลประโยชน์จากดินเพียงอย่างเดียว

ขั้นตอนการปลูกพืช ก็จะไม่ใช้วิธีการขุดดิน เพียงแค่แหวกฟางออกใช้มือเปล่าคุ้ยดินที่นุ่มอยู่แล้ว ง่ายอยู่แล้ว ก็ปลูกได้เลย ทั้งจำพวกเมล็ดหรือแม่แต่มันต้นอ่อนที่เพาะกล้ามาแล้ว หรือต้นจำพวกกิ่ง ตอน พวกปักชำหรือแบบอื่นๆ ก็ปลูกได้เลย...□

อ่านต่อฉบับหน้า



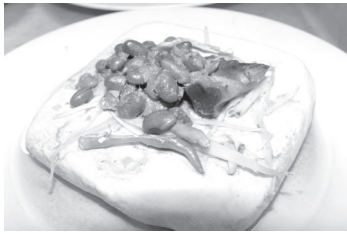
สิ่งแวดล้อมเชิงศิลปศาสตร์ ได้รับนิมนต์ให้เข้าร่วม ประชุมที่กรมพัฒนาที่ดิน เพื่อปรึกษาหารือเตรียม จัดงาน มหกรรมเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเป็นการจัด ฉลองวันครบรอบการครองราชย์ ๖๐ ปีของพระบาท สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่พิพิธภัณฑ์การเกษตรเฉลิม พระเกียรติ ที่คลองหลวงปทุมธานี

งานนี้จะร่วมกับหน่วยงานของเอกชนและ ปราชญ์ชาวบ้านที่ประสบผลสำเร็จในแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง มีการออกร้านแสดงผลผลิต ของชุมชนต่างๆ ทั่วประเทศและของโรงเรียนต่างๆ นับร้อยแห่ง

นอกจากนี้ยังมีแปลงตัวอย่าง ๑ ไร่ ไม้ยาگون โดยมีกิจกรรมหลายรูปแบบที่สามารถพึ่งตนเองได้ เช่น การทำก๊าซชีวภาพจากขยะเพื่อใช้หุงต้มได้, การทำไบโอดีเซล, การทำบ้านดิน, การทำยุ้งฉางเม็ด, ทำน้ำ หมักชีวภาพ, การเลี้ยงหมูหลุม, การทำนา, การปลูกผัก, ปลูกสมุนไพร, การเพาะถั่วงอก เป็นต้น โดยมี ผู้ชำนาญการจากทางเครือข่าย กลไกกรมไรสารพิษแห่งประเทศไทย (คกร.) และปราชญ์ชาวบ้านตามภูมิ ภาคต่างๆ เป็นหลัก ซึ่งต้องคอยอยู่อธิบายและสาธิตให้ดูตลอดงาน ๕ วัน ในงานนี้สมเด็จพระเทพรัตน ราชสุดาฯ ได้เสด็จมาเป็นองค์ประธานในพิธีและเสด็จพระดำเนินชมงานนี้ด้วย. ♪



เสริมสร้างร่างกายให้สมบูรณ์
เพิ่มพูนเมตตาให้จิตใจ
ด้วยอาหารมังสวิรัต



ชมรมมังสวิรัตแห่งประเทศไทย

จำหน่ายอาหารมังสวิรัตเพื่อสุขภาพ

ด้วยอุดมการณ์บุญนิยม

สาขาสันตโศก ๖๗/๔๘-๔๙ ปากซอยนวมินทร์ ๔๔

ถนนนวมินทร์ แขวงคลองกุ่ม เขตบึงกุ่ม กทม. ๑๐๒๔๐

โทร.๐-๒๓๗๔-๕๒๓๐ ต่อ ๑๖๔

สาขาสวนจตุจักร ๕๘๐-๕๘๒ ถ.ย่านพหลโยธิน แขวงลาดยาว

เขตจตุจักร กทม. ๑๐๙๐๐ โทร.๐-๒๒๗๒-๔๒๘๒

สาขาเชียงใหม่ ๔๒ ถ.มหิดล ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่

๕๐๐๐๐ โทร.๐-๕๓๒๗-๑๒๖๒

บุณกลอง 'ใบที่สุด... พวกนุ้กัจมม.๖ จนได้'

ยืมหน้าได้ขาดธรรม

ขอตัวช่วย ผมไม่ช่วย
ฮ่าว! นั่นคุณจ้างพช
นี่นา ะรับเงินเตรียม
ไปไหนกัน ฮึะฮึะฮึะ
ไปอบสย ทรน
งานนี้หนูรออยู่

ผมเป็นงานสำคัญมาก
จึงต้องเดินทางโดยเครื่องบิน

...และตลอด ๗ วันของช่วงงาน

หม้อใน
จานต้ม
รอค้าง

บุญ
ทวงหนี้
เลย!

คุณจ้างพชที่จมอยู่กับงานใหญ่
ไม่ในฟ้ารดาบกับภูเขาล้อมทุกกรณ...!!

ต้นโต
วันที่ ๒๕๕๐

ธรรมะ เพื่อท่าน

ใครคือ... ...ตนจวน...

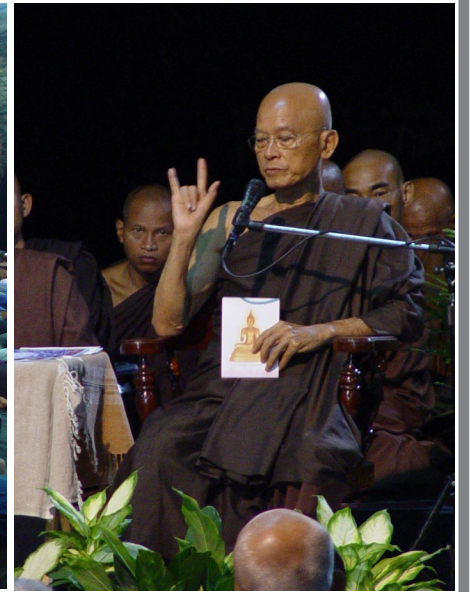
ในสังคมคนจะมีคนอยู่ ๓ สถานะ ซึ่งพ่อท่านได้พูดไว้ เมื่อ ๑๘ ก.พ. ๒๕๕๐ ที่พุทธสถานสันตติโศก คือ

๑. จน
๒. เลิกจน
๓. รวย

ทุกวันนี้คนส่วนใหญ่ กลัวจน แสดงว่าไม่อยากจน ถ้าไม่อยากจน ก็ต้องรู้ถึงสาเหตุของการทำให้ตัวเองจน แม้จะกลัวแค่ไหนก็ตามก็ต้องจน ถ้าไม่

สามารถดับเหตุแห่งความจนได้ ดังนั้นธรรมะพ่อท่านฉบับนี้ จึงขอแนะนำธรรมะพ่อท่านที่เทศนาถึงการได้ชื่อว่าเป็นคนจน นั้นมาจากเหตุ ๓ ประการ คือ

๑. **จน** เพราะตนเองทำไม่พอกินพอใช้ ไร้สมรรถภาพ มีความสามารถแค่นั้นจริงๆ
๒. **จน** เพราะทำมาหาได้แม้จะกินกินกินใช้แต่ก็ถูกสังคมเอาเปรียบ สู้อำนาจทุนนิยมในสังคมเขาคดขี่ขูดรีดไม่ได้ จึงจน
๓. **จน** เพราะตนเองเลว ขี้เกียจขี้คร้าน



ล้ามะเลเทเมาหย่าเป่ จมงมกายอยู่ในดง อบายมุข หรือไม่ประมาณตนทำอะไรเกินตัว ทำกร่างอวดอ้าง ทำใหญ่ ทำกล้าบ้าบิ่น

เมื่อท่านได้รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เรากลายเป็นคนจนแล้ว ก็ต้องแก้ไขที่เหตุคือ ถ้าท่านเป็นคนจนประเภทที่ ๑ ท่านก็ต้องขยันให้มาก และพยายามเรียนรู้ในการพัฒนาความรู้จากผู้รู้ หรือผู้มีประสบการณ์มากขึ้น อย่างน้อยก็ให้พอกินพอกิน ถ้าท่านเป็นคนจนประเภทที่ ๒ ก็ต้อง

พยายามส่งเสริมแนวบุญนิยม เพื่อคนจะได้ล้านี้ก็ไม่เอาเปรียบ ไม่กดขี่ ช่มแหม่งกันมากขึ้น

และถ้าท่านเป็นคนจนประเภทที่ ๓ ท่านก็ต้องพยายามหยุดความเลวทั้งหลายทั้งปวง ทำตนให้เป็นคนมีศีล ถ้าเราแก้ที่เหตุได้ ท่านก็จะพ้นจากการเป็นคนจน หรือแม้จะจนก็จนอย่างพอกินพอกิน หรือพอเพียงนั่นเอง. **ส.ฟวิ**

เขา คือใคร?

ชื่อ นายชมพู่ เบ้าทอง
ชื่อที่พ่อท่านตั้งให้ แรงผัก
อายุ ๕๑ ปี
การศึกษา ป.๔
อาชีพเดิม นักร้องหมอลำ, ค้าขาย
ภูมิลำเนา บ้านโพนสิม ต.ทุ่งหมอน อ.คำเขื่อนแก้ว จ.ยโสธร

👉 **เจ้าแห่งธุรกิจค้าขาย**

“เมื่อก่อนทำธุรกิจค้าขาย มีลานมัน ลานไม้ยูคาฯ ทำได้ ๒ ปีก็เจ๊ง หมดเนื้อหมดตัว เพราะถูกโกงบ้าง เขาโกงน้ำหนัก เอาเปรียบค่าบรรทุก กู้เงินมาลงทุนก็ดอกเบี่ยสูง ก็โดยยี่ดรอสิบล้อไป ความรู้สึกตอนนั้น มันโดดเดี่ยวไม่รู้จะทำอะไรต่อดี? มีดแปดด้านไปหมด ไม่มีทิศทางให้ชีวิต ญาติพี่น้องทางบ้านก็ไม่เหลียวแลเราเลย ก็ได้แต่ตรอมใจเลยหันหน้าไปพึ่งอบายมุข”

👉 **คั่งพรหมลิขิต**

“จู่ๆ วันหนึ่ง จำได้ว่าเป็นวันที่ ๒๑ ก.พ. ๒๕๔๕ เพื่อนมาชวนไปอบรมสังฆกรรมชีวิตเกษตรกรที่สวนส้ม ความจริงเขาก็ไม่ได้ตั้งใจจะเรียกเราไปหรอก แต่โชคดีที่ว่า พอดีมีคนที่ไม่หวัง เราเลยได้ไปแทน มาเจอท่านหินแก่น นมวังโส กับท่านแก่นเกล้า สารกโร ท่านเทศน์เรื่องศีลให้ฟัง เราก็ได้เข้าใจ ท่านสอนว่า คนเรา ร่ำรวยแค่ไหน ถ้าไม่มีศีลก็หมดเนื้อหมดตัว เราเลยได้คิดว่า ชีวิตเมื่อก่อนที่ร่ำรวยแต่ไม่มีศีลก็เลยพาให้จน หูตาจึงเริ่มสว่างขึ้น ก็เลยได้ปรับเปลี่ยนชีวิตตนเองใหม่ จากที่ไม่



เคยมีศีลซักข้อ ประกาศตัวเองจะถือศีลตลอดชีวิตเลย และฝึกทานอาหารมังสวิรัตตั้งแต่นั้นมาจนถึงปัจจุบัน”

👉 **ฟางมีค่ายิ่งกว่าทองคำ**

“ตอนที่ไปอบรมก็ได้ยินเขาบอกว่า ฟางมีค่ายิ่งกว่าทองคำ เราก็ยังงงๆ อยู่นะ ปฏิบัติกรก็บอกให้ทำกิจกรรมที่นา ๓ ไร่ แล้วให้เอาฟางคลุม ฟางผักจะได้งาม เราก็ลองทำดู กลับมาบ้านก็มีที่ดินอยู่ ก็ทดลองทำสวน ๓ ไร่ดูแล ตอนนั้นก็ปลูกพวกมะละกอ ฟางก็อาศัยไปขอเขามาตามท้องไร่ท้องนา ไปจนเอาวันละหลายคันรถ เพราะปกติฟางเนี่ย เขาก็ไม่ได้เอามาใช้ประโยชน์อะไร เผาทิ้งกันชะด้วยซ้ำ ทำได้ประมาณ ๔-๕ ปี ก็เริ่มสร้างฐานะได้ พอกินพอกินมากขึ้น”



👉 **เป็นจอมยุทธ์**

“ปี ๔๕ ก็ได้ไปร่วมงานมหาปวารณาที่ปฐมโศก วันที่ ๑ พ.ย. วันนั้นพ่อท่านเทศน์ประกาศหาตัวให้ไปช่วยกันทำกิจกรรมที่ม.อุบลฯ พ่อท่านก็เอ่ยชื่อเรียกตัวเราไปเลยก็รับปากพ่อท่านจึงได้มาทำ

ดิน ม.อุบลฯ เป็นดินทราย ดินไม่อุดมสมบูรณ์ ก็เลยต้องมาสร้างดินก่อน อย่าเพิ่งไปปลูก ต้องมาปรับปรุงดิน ใส่ปุ๋ยให้ดินเยอะๆ ก่อน ดินมีอาหารแล้วจึงจะคืนปุ๋ยให้แก่พืชเหมือนครอบครัว ถ้าพ่อดี แมดแต่ลูกยังไม่ดีก็ต้องมาปรับปรุงลูกให้ดีก่อน ครอบครัวจึงจะสมบูรณ์ จะทำอะไรต่อไป ก็จะไปได้ดีงาม ดินก็เหมือนกัน ถ้าปลูกก่อนแล้วค่อยใส่ปุ๋ย อยู่เลย! ผักก็จะไม่มีรสชาติอาหารไม่งาม”

👉 **นิยามเศรษฐกิจพอเพียง**

“แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง ในนิยามของพ่อ เศรษฐกิจก็คือ เงิน นั่นแหละ เราต้องมีอยู่มีกิน คำว่า เศรษฐกิจพอเพียง คือ เราต้องมาถึงศีล ๕ ทานมังสวิรัต ลด ละ เลิก อบายมุขให้ได้ ถ้าไม่ถึงศีล ทำให้ตายก็ไม่เป็นเศรษฐกิจพอเพียง เพราะติดอบายมุข มีรูรั่วของชีวิตเยอะ ทำมาก็หมด

เศรษฐกิจพอเพียง ๑.กาย ต้องทำให้แข็งแรง ทำงานขยันขันแข็ง ๒.วาจา ต้องอ่อนน้อมถ่อมตน เป็นคนรักเพื่อน ไม่หยิ่งผยอง ๓.ใจ ต้องดี ไม่คิดเอาใครกับหมู่กลุ่ม ไม่โลภ ไม่หวงผัด หวงของทุกอย่าง ต้องไปพร้อมกันถึงจะทำเศรษฐกิจพอเพียงได้”

👉 **ฝากท้าย**

“เราสร้างฐานะครอบครัวให้พออยู่ พอกินฝึกตนให้รู้จักพอ คำว่า บุญ คือ เสียสละ บาบ คือ การเอาเปรียบ ถ้าเราทำดี ทำอะไรลงไปแล้วเสียสละนั้นแหละ เราจะได้บุญ แต่ถ้าเราเอาเปรียบคนอื่น ขี้โลก หวงของ ใจคิดเอาก็ไม่ได้บุญ ถ้าใครถือศีล ๕ ลดอบายมุขได้ นั่นแหละจะเป็น เศรษฐกิจพอเพียง”



▲ **ตำนานเหล่าฯ** (ต่อจากหน้า ๑)

เข้าร่วมรณรงค์และลงชื่อสนับสนุน พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่บริเวณท้องสนามหลวง ตั้งแต่เวลา ๐๗.๐๐-๑๑.๐๐ น. ร่วมกับเครือข่ายองค์กรภาคประชาชนประกอบด้วยองค์กรภาคีต่างๆ ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชนซึ่งมีองค์กรด้านศาสนาทุกศาสนา ด้านเยาวชน ด้านสุขภาพ ด้านชุมชน ด้านวัฒนธรรม ด้านแรงงาน ด้านสื่อมวลชน รวมเป็นภาคีกว่า ๒๖๔ องค์กร ภายใต้การประสานงานหลักของเครือข่ายองค์กรงดเหล้า สมาพันธ์ชมรมวิ่งเพื่อสุขภาพไทย ชมรมแพทย์ชนบท สมาคมหมออนามัย และเครือข่ายรณรงค์ป้องกันภัยแอลกอฮอล์ ได้จัดกิจกรรมวิ่งตำนานเหล่าฯ ทำความดี ปีมหามงคล เพื่อรณรงค์และรวบรวมรายชื่อประชาชนผู้สนับสนุน พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จากประชาชนทั่วประเทศ โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ ๘ มีนาคม เป็นต้นมา วันนี้เครือข่ายองค์กรภาคประชาชนได้รวมพลังผู้แทนเครือข่ายภาคีประมาณ ๑ หมื่นคนเพื่อนำรายชื่อประชาชนจากทั่วประเทศจำนวน ๑๒,๘๙๒,๒๙๑ รายชื่อ เพื่อลงนามสนับสนุน พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มาส่งมอบให้กับผู้แทนรัฐบาล และผู้แทนสภานิติบัญญัติแห่งชาติ เพื่อเป็นกำลังใจและเป็นการแสดงออกถึงความต้องการของภาคประชาชน ให้เร่งผ่านพ.ร.บ.ฉบับนี้ออกมาโดยเร็ว เพื่อลดปัญหาทางสังคมและปกป้องลูกหลานของเราจากภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ทั้งนี้ในนามเครือข่ายองค์กรภาคประชาชนขอเรียนตรงต่อสภานิติบัญญัติแห่งชาติ ดังนี้

๑.ขอให้สภานิติบัญญัติแห่งชาติเร่งขบวนการผ่านร่างพ.ร.บ.ฉบับนี้โดยเร็ว และยังคงบังคับใช้ก่อนสงกรานต์ปีนี้

๒.ในการพิจารณาวาระที่ ๒ ขอให้ผู้แทนภาคประชาชนที่ทำงานด้านลด ละ เลิก เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ได้มีส่วนร่วมในการเป็นกรรมวิธีการพิจารณาในการร่างกฎหมายดังกล่าวพอควร

๓.ขอให้คงรักษาไว้โดยไม่ตัดตอนหลักการสาระเนื้อหาที่สำคัญในร่าง พ.ร.บ. ฉบับนี้ซึ่งจะเป็นเครื่องมือและมาตรการในการป้องกันผลกระทบและพิษภัยจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

การผ่านร่าง พ.ร.บ. ฉบับนี้จะเป็นก้าวอย่างที่สำคัญที่จะช่วยคุ้มครองเยาวชนและสังคมไทยให้รอดพ้นจากโศกนาฏกรรม และความสูญเสียที่ทุกคนต้องแบกรับมาเป็นเวลานาน ทั้งจะช่วยปฏิรูปสังคมไทยให้มีความเข้มแข็งมีคุณธรรมสอดคล้องกับแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อจะเป็นแบบอย่างแก่สังคมโลกที่กำลังเฝ้าดูการขับเคลื่อนขบวนการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของสังคมไทย เครือข่ายองค์กรภาคประชาชนจะ

ติดตามการพิจารณา พ.ร.บ.เครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างใกล้ชิด เพื่อให้แน่ใจว่า สภานิติบัญญัติแห่งชาติทุกท่าน ได้พิจารณากฎหมายฉบับนี้ด้วยความเป็นอิสระปราศจากการแทรกแซงจากกลุ่มธุรกิจน้ำเมาหรือผู้เสียเปรียบอื่นๆไม่คำนึงถึงผลประโยชน์



ติดตามการพิจารณา พ.ร.บ.เครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างใกล้ชิด เพื่อให้แน่ใจว่า สภานิติบัญญัติแห่งชาติทุกท่าน ได้พิจารณากฎหมายฉบับนี้ด้วยความเป็นอิสระปราศจากการแทรกแซงจากกลุ่มธุรกิจน้ำเมาหรือผู้เสียเปรียบอื่นๆไม่คำนึงถึงผลประโยชน์

ของสังคมไทยและลูกหลานไทย แถมนจะเป็นอันตรายของชาติ ผู้มีสติและปัญญาที่จะสร้างสังคมไทยให้อยู่เย็นเป็นสุขและยั่งยืนต่อไป

รองนายกฯ ไพบูลย์ วัฒนศิริธรรม พร้อมกับร.มว.กระทรวงสาธารณสุข ร.มช.กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ร.อธิตติกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ประธานกรรมวิธีการคุ้มครองผู้บริโภค, ผู้แทนจากสภานิติบัญญัติฯ สปช. รองเลขาธิการวุฒิสภา

คุณไพบูลย์ วัฒนศิริธรรม กล่าว "วันนี้เป็นวันที่น่าประทับใจมากๆ ที่ประชาชนจำนวนมากถึงประมาณ ๑๓ ล้านคน ได้ลงชื่อสนับสนุนร่าง พ.ร.บ. ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยคำนึงถึงผลดีที่จะเกิดขึ้นกับสังคม กับประชาชน กับลูกหลานที่จะปลอดภัยหรือลดภัยอันตรายอันเนื่องมาจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การระดมพลังระดมความพยายาม การวิ่งตำนานเหล่าฯ การ

รวบรวมรายชื่อถือเป็นการแสดงพลังที่บริสุทธิ์พลังแห่งความตั้งใจ พลังที่ต้องการทำความดีรวมทั้งใช้ปีนี้เป็นปีมหามงคล ทำความดีเพื่อถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ไปพร้อมกัน เป็นเรื่องที่ทุกฝ่ายควรจะให้การสนับสนุนรัฐบาลเองก็ได้สนับสนุนร่าง พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ที่ได้มีการปรับปรุงแล้วให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น ส่งเข้าสู่การพิจารณาของสภานิติบัญญัติแห่งชาติ ก็หวังว่าสภานิติฯ จะได้พิจารณาด้วยเหตุด้วยผล



และดำเนินการ ด้วยความรวดเร็วเพื่อให้เกิดผล ยิ่งเกิดผลเร็วเท่าไรก็จะเกิดผลดีต่อสังคมเร็วเท่านั้น และพวกเราทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นฝ่ายประชาชน องค์กรเอกชนทั้งหลาย องค์กรวิชาชีพ สถาบัน หน่วยงาน ตลอดจนผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องกับเครื่องดื่มไม่ว่าจะโดยตรงหรือโดยอ้อมหวังว่าจะได้พิจารณาว่า เรื่องที่กำลังดำเนินการอยู่นี้เป็นไปเพื่อประโยชน์ร่วมกันของสังคมไทย หากจะมีข้อติดขัดบางประการอันเนื่องมาจากการปรับเปลี่ยนก็น่าจะได้ปรึกษาหารือกันเพื่อทำให้การตัดสินใจนั้น ๆ เบาลง และปรับเปลี่ยนได้เพื่อไปสู่สภาพที่ดีกว่า สภาพที่ดีขึ้นกับสังคมโดยรวม จึงหวังว่าวันนี้เป็นวันที่เราได้เห็นพลังของประชาชน ได้เห็นพลังความตั้งใจ ได้เห็นความพยายามร่วมมือรวมพลังทุกฝ่าย ขอให้ความร่วมมือ รวมพลังที่ดีและสร้างสรรค์อย่างนี้ควรดำเนินต่อไป ในฐานะรัฐบาลจะให้การสนับสนุนร่วมพลังสร้างสรรค์ทุกรูปแบบ ถ้าจะขยายไปถึงการป้องกันปัญหา แก่ปัญหาอันเนื่องมาจากอบายมุขประเภทต่างๆ นอกจากเหล้าก็มีบุหรี่ยาเสพติด สิ่งมอมเมา การพนัน และสิ่งที่เป็นภัยอันตรายทั้งหลายในสังคม หวังว่าพลังที่มีอยู่ในวันนี้ จะได้นำไปขยายวง เชื่อม

ต่อกับอีกหลายหน่วยในสังคม ให้เป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ เพื่อสังคมไทยที่งดงามและอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน"

ความรู้สึกและบรรยากาศทั่วไป

มีผู้คนมากมายทั้งชาย หญิง เด็ก ผู้ใหญ่ ต่างอาชีพ ต่างกิจกรรม แม้แต่คนพิการนั่งรถเข็นก็มาร่วมกันกลุ่มใหญ่ แต่มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน คือ อยากให้เหล้าหรือน้ำเมาได้ถูกควบคุม หรือหมดไปจากแผ่นดินไทย ได้ยิ่งดี ผู้คนร่วมหมื่นคน กว่าร้อยละ ๔๘ สวมเสื้อเหลือง คนส่วนใหญ่ที่มาในวันนี้ร่วมกันมาเป็นกลุ่มๆ ส่วนกลุ่มคนที่วิ่งที่มาจากสมาพันธ์นักวิ่งจากทั่วประเทศได้วิ่งออกจากจุดเริ่มต้น ๔ จุด คือ จากพระราม ๘, จากสวนรมณีนาถ, จากกระทรวงศึกษาธิการ, จากสะพานพระพุทธยอดฟ้า แล้วมารวมสุดท้ายที่บริเวณท้องสนามหลวง ในช่วงเวลา ๐๗.๐๐ น.แล้วเข้าร่วมพิธีด้วยกันซึ่งกิจกรรมบนเวทีก็มีทั้ง ละครเวที ดนตรี ตัวแทนจากเครือข่ายภาคประชาชนขึ้นพูดกล่าวสนับสนุนพ.ร.บ.ควบคุมฯ, มีการอ่านบทกวี, กล่าวปาฐกถาสั้นๆ, กล่าวรายงานการจัดงาน, ตัวแทนส่งมอบรายชื่อผู้ลงนามสนับสนุนฯ, ท่านรองนายกฯกล่าวตอบ



รับหลังจากได้รับรายชื่อผู้ลงนามสนับสนุนฯ ก่อนจบพิธี มีผู้มานำกล่าวคำปฏิญาณซึ่งตั้งกระทันหันท้องสนามหลวง จบคำปฏิญาณเปล่งเสียงไชโย ๓ ครั้ง เป็นอันจบพิธี

น้องโบ ร.ร. เญมจพบพิตร "มาร่วมรณรงค์กับคุณน้า ดีใจคะที่มีคนมาร่วมกันอย่างนี้ เพราะว่าเหล้าเป็นสิ่งไม่ดี จึงควรมีพ.ร.บ.ควบคุมคะ"

น้องจอย ร.ร. มัณฑนวิทย์ ม.๑ "ตื่นเต้นคะที่ได้มา เห็นผู้คนมากมายให้ความสำคัญในเรื่องนี้ หนูอยากให้คุณเลิกเหล้าคะ เพราะมีญาติผู้ใหญ่เกิดอุบัติเหตุเพราะเหล้าแล้วเขาเป็นคนพิการ น่าสงสารเขามากคะ"

พี่หญิง จ.ปทุมธานี "รู้สึกดีที่ได้มาช่วยกันรณรงค์ต่อต้านเหล้าคะ ดีใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการทำครั้งนี้เพราะจริงๆ แล้วก็อยากให้เมืองไทยของเราปราศจากเหล้า บุหรี่ และก็แอลกอฮอล์ทุกชนิด"

▲ เพื่อแผ่นดิน (ต่อจากหน้า ๑)

แต่เรากียินดีกับการได้เกิดและโตตามเหตุปัจจัยที่จริง

หลังจากการประสานงานอย่างต่อเนื่องโดยตลอดของคณะทำงาน เมื่อวันอังคารที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๕๐ มีการเซ็นสัญญาเช่าสัญญาณ โทรทัศน์เอเชียทีวีที่ออกอากาศทางช่อง ๗

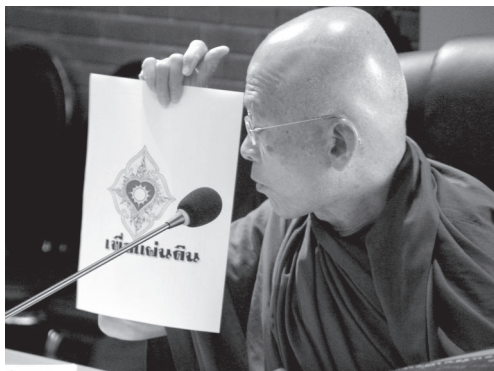
วันรุ่งขึ้น พุธที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๕๐ เวลา ๑๑.๕๑น. เริ่มทดลองออกอากาศครั้งแรกด้วย เทปรายการ”พุทธที่ไปนิพพาน”โดยพ่อท่านสมณะโพธิรักษ์ และสมณะณรงค์ จันทเสฏฐ์ หลังจากนั้นก็มีการเปิดเทปออกอากาศต่อเนื่องตลอดเวลา มีเจ้าหน้าที่สองคนของมูลนิธิเพื่อนช่วยเพื่อนช่วยกันเข้าทำหน้าที่เปิดเทป

ในช่วงแรกของการเปิดสถานีโทรทัศน์เพื่อแผ่นดินเป็นช่วงของการทดลองงานใหม่ที่ทุกคนไม่คุ้นเคยจึงต้องอาศัยการเรียนรู้จากผู้ร่วมงานในส่วนอื่นที่ดำเนินงานอยู่ก่อนแล้วในสถานีโทรทัศน์เอเชียทีวี ซึ่งมีผู้ร่วมงานที่ตีมากเริ่มตั้งแต่เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยหน้าประตูทางเข้าและในบริเวณสถานีโทรทัศน์ รวมไปถึงพนักงานต้อนรับในอาคารล้วนมีลักษณะเหมือนกันอยู่ประการหนึ่งคือทำที่เอื้ออาทรเมื่อเข้าไปสัมผัสบรรยากาศแห่งมิตรภาพแล้วชวนให้ซาบซึ้ง

วันพฤหัสบดีที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๐ เวลา ๑๐.๐๐-๑๒.๓๐ น. ประชุมเพื่อวางแนวทางการดำเนินงานโดยมีพ่อท่านเป็นประธาน ได้สรุปในเบื้องต้นดังนี้ ชื่อสถานีโทรทัศน์ “เพื่อแผ่นดิน For the Earth (FE.TV.)” ชื่อขององค์กร “ถอยหลังเข้าคลอง Back to the Right Path” คัดเลือกโลโก้หรือตราสัญลักษณ์ของทั้งชื่อสถานีและชื่อองค์กร ซึ่งพ่อท่านก็ได้นำภาพโลโก้มาให้เลือกทั้งรูปแบบและตัวหนังสือ ที่ตั้งของสถานีหรือห้องส่งนั้นที่ประชุมมีมติใช้ที่อาคารพระวิหารพินปี ชั้น ๓ สำหรับบุคลากรและผังรายการนั้นรอการตกลงในที่ประชุมครั้งต่อไป

**การดำเนินงานและความรู้สึก
พ่อท่านสมณะโพธิรักษ์**

“อาตมาออกมาจากวงการโทรทัศน์มาบวชแล้วอาตมาก็ไม่คิดว่าจะกลับไปยุ่งวุ่นวายกับโทรทัศน์อีก ออกมาตั้ง ๓๐ กว่าปีมาแล้ว คนที่พอจะรู้จักอาตมา ๔๐ ๕๐ ๖๐ ก็รู้จักว่า รัก รักพงษ์และรู้จักลิ้มแล้วแหละ ตั้ง ๕๐ ๖๐ ปีแล้ว รู้แต่ลิ้มแล้วเพราะ นานแล้ว ทำให้ไม่ต้องมาเกิดโทรทัศน์ หลายนคนด้านด้านอยู่ในใจมากเลยเพราะ รู้สึกว่าหนักว่าอะไรต่ออะไรต่างๆนานา อาตมาก็เข้าใจก็เห็นใจอยู่เหมือนกัน อาตมามองอย่างนี้



มองว่าโทรทัศน์นี้เป็นอะไรที่เราทำไม่ได้ เหมือนกับอาตมาเอาโทรทัศน์เข้ามาไว้ในวัดเนี่ย มันทำไม่ได้ แล้วมันก็สื่อสารที่เป็นประโยชน์ทางสังคมมาก และมันก็เลวร้ายในทางสังคมมากเช่นกัน

มันเป็นงานเชิงสาธารณะ และเป็นงานที่พวกเราจะต้องมีระเบียบวินัย มีหลักมีเกณฑ์ เมื่อรับผิดชอบแล้วก็ต้องรับผิดชอบ จะเอานิสัยเก่าๆแบบโอศอกเดิมๆมาใช้ไม่ได้ ซึ่งมันเป็นระบบจริง ระบบของมนุษยชาติที่จะต้องรู้งานกับเวลาที่มีความสัมพันธ์กันไป อาตมาเห็นว่า งานนี้เป็นงานที่ทำทนายมาก มันเป็นงานของอโศกทั้งหมด เพราะมันต้องระมัดระวังแล้วเงินทองอะไรต่ออะไร ต้องเข้าระบบ ต้องทำให้ถูกโดยเฉพาะพวกเราทุกคนให้เครดิตทุกคนเชื่อถือมาก แล้วเราก็เป็นคนอย่างนั้นจริงๆด้วย ซึ่งอาจจะจริงตรงไปตรงมา ไม่มีเรื่องเลวร้ายไม่มีเรื่องอะไรต่อมิอะไรต่างๆนานา เพราะมันเป็นการประกาศตัวตน เป็นการประกาศความจริง ไม่ใช่เราเป็นลูกพระพุทธรูปเจ้ามาขนาดนี้แล้วไม่ใช่ไปทะเลาะทะเลาะทะเลเหมือนเขาข้างนอก มันจะเป็นการยืนยันจริงๆ เป็นของแท้ เพราะมันถ้าเกิดว่าอันนี้เป็นของจริงแล้วก็ไปทำอย่างเขาทำ แต่เราไม่ได้เป็นอย่างที่เขาเป็นไม่ทะเลาะทะเลาะ ไม่ทุจริต ไม่วุ่นวาย ไม่อะไรเหมือนอย่างเขา จะเป็นการบูชาศานา ชูธรรมะ ชูให้เห็นว่าอันนี้คือสังคมที่ยกระดับขึ้นมาแล้ว แต่ก่อนมันยิ่งเลวเลวลงไปเรื่อยๆ แต่ที่เราดึงมันขึ้นมาได้ขนาดนี้ ในกิจการเดียวกัน ธุรกิจเดียวกัน งานเดียวกัน เหมือนกันแต่เราก็อยู่ในพฤติกรรมที่ไม่เหมือนพฤติกรรมที่เขาเป็น มันไม่ได้หมายความว่า เราทำงานอย่างเดียว มันหมายความว่าเราเปิดเผยสิ่งที่จะอะไรต่ออะไรเราไปแสดง ไปประกาศ ไปยืนยันต่อสังคมให้รู้ด้วย อาตมาถึงว่ามันเป็นการส่งเสริมศาสนาด้วยอย่างแท้จริง ไม่ใช่งานแค่งานๆ หรือว่า เอ้องานนี้มันสนุกดี มันไม่ใช่ มันเป็นเรื่องการก้าวของสังคมนะที่มันจะขยายตัวและเราก็จะต้องพิสูจน์ ยืนยัน แสดงความจริงที่จะให้มนุษย์ได้รับรู้รับทราบ เรากียืนยันตัวเรา มนุษย์ก็รับทราบความจริง ว่า โธ่โลกนี้ก็ยังมืออย่างนี้ด้วยหรือ ดืออย่างนี้มีด้วยหรือเรามันใจในความดีของเรา เราจะพิสูจน์ความดีเราได้ขนาดไหนตรงนี้เป็นจุดสำคัญที่อาตมามุ่งหวังว่าเราจะได้ประกาศศาสนาต่อไปได้ ด้วยองค์ประกอบของสังคมมนุษย์ที่เขาเป็นกัน และเราก็เป็นได้ และเป็นในทางที่ไม่เหมือนเขาเป็นด้วย และยังคงมีความลึกซึ้งอีกหลายด้าน



ซึ่งเขาสื่อในเชิงนั้น แต่เราสื่อในเชิงนี้ มันจะมีรายละเอียดต่างกันไป ซึ่งอาตมาก็คงต้องมีเรื่องต้องพูดกันอีกมาก พูดตอนนั้นก็ยังไม่หมดหรอก ก็ค่อยขยายกันไป เท่าที่อาตมารู้สึกว่า ซึ่งเราก็ต้องทำที่มันเกี่ยวข้องไปหมดทุกด้านนั่นแหละไม่ใช่แค่ศาสนาอย่างเดียว”

สมณะเสียดสี ชาวโร

“มีความรู้สึก ๒ ด้านคือ ๑ ดีใจเพราะว่าเราทำงานมานานแล้วแต่เหมือนอยู่ในมูมมิดซึ่งสังคมไม่เคยได้รู้ ได้เคยสัมผัสเลยทุกอย่างที่สังคมกำลังขาดแคลนในเรื่องคุณงามความดีหรือในเรื่องของคุณธรรม แต่ว่า คุณธรรมกลับอยู่แต่ในห้อง ไม่ค่อยได้ออกไปสู่สังคมภายนอก มันไม่ค่อยมีสื่ออะไร ที่ไหนมาเห็นความสำคัญแล้วมาเอากับเราเลย ที่จริงจะว่าเราเร็วเกินไป อาตมากลับรู้สึกว่ามันช้าจังเลยเพราะสังคมมันวุ่นวายสับสนเหลือเกิน มันจะกลียุคอยู่แล้ว แต่ถ้าจะรีบไปมันก็ไม่ดี เพราะเราความพร้อมมันก็ไม่ดี มันมันก็ไม่ดี เราควรจะทำเมื่อเราแข็งแรงพอแล้วนะนะแม่แต่ตอนนี้ก็ยังไม่ดี รู้สึกว่า มันมีทั้งเร็วไปและก็ช้าไป คือช้าไปต่อสังคม ที่เร็วไปคือ ความพร้อมทั้งในด้านทุน บุคลากร และเรื่องพละอินทรีย์ของพวกเราด้วย(ว่าจะไม่หลงแสงสีเสียงความเด่นความดังอะไรพวกนั้นนะ) ที่ช้าไปก็คือ สังคมมันเดือดร้อนมาก ซึ่งสื่อที่จะเสนอในเรื่องของคุณธรรม ตัวอย่างดีๆในสังคมไม่มีให้ดูเลย สังเกตข่าวที่ลงลิ้มแต่เรื่องชู้ๆ เลวๆ ตัวอย่างดีๆ มันหาไม่ได้ มีน้อยมาก การมีตัวอย่างดีๆ มันก็ทำให้สังคมได้รู้สึกว่ามีสังคมอีกสังคมหนึ่งนะที่มีความหวังอยู่ ซึ่งก็จะมีผลต่อสังคมเร็วมากเลยละ เพราะสังคมมันร้อนระอุมากนะ ประชาชนสุขไหม เกรียม เดือดร้อนกันมากเลย เนี่ยพอเห็นเราแล้วก็จะฮือฮาเลยละ เราต้องตั้งหลักให้ดี งานมันจะเพิ่มขึ้น ต้องรับคน รับแขกกันอีกเยอะ

ในส่วนของคุณธรรมอินทรีย์หมายถึง ต้องระวังโลกธรรมเพราะสื่อจะมีโลกธรรมเยอะ ความดังมันเร็ว แต่มันก็จะมามีทั้งหมดเลยแหละทั้งลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เยอะแยะ ซึ่งไม่ควรประมาทแม้เล็กแม้หน่อย”

สมณะณรงค์ จันทเสฏฐ์ (ท่านจันทร์)

“อาตมาเติบโตมากับงานผลิตรายการวิทยุและโทรทัศน์ คู่กันเคยกับงานผลิตรายการวิทยุและโทรทัศน์ไม่คุ้นเคยกับงานในระดับบริหารรายการ จึงต้องเรียนรู้เพิ่มเติมเพื่อให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นการเพิ่มพูนแห่งการเรียนรู้ของข้าพเจ้าให้สูงขึ้นกว่าเดิมอีกด้วย

การใช้เวลาอยู่กับงานที่สถานีโทรทัศน์เป็นการใช้เวลาเพื่อสอดส่องในรายละเอียดของงาน เพราะงานโทรทัศน์มีรายละเอียดมากต้องประสานงานอย่างใกล้ชิดและติดตามถามไถ่

คนทั่วไปในโลกนี้ไม่ว่าฉลาดหรือปัญญาทึมก็ใช้สื่อเพื่อการทำให้คนชอบและทำให้คนเชื่อ เราจะทำทุกอย่างที่เรามีต้นทุน(เงิน)น้อย แต่เรามีต้นทุนทางใจค่อนข้างที่จะสูงมากขอให้ทราบว่ามีสื่อต่างๆในโลกนี้เยอะคือสื่อที่มีปัญญาฉลาดเฉลียว หรือฉลาดแกมโกงใช้ไปกับการทำความเข้าใจและทำให้คนหลงเชื่อว่ามีดี ทั้งๆที่จริงๆแล้วไม่ดี เป็นการสร้างอำนาจ เราจะพบว่าแม้มีการปฏิวัติกันก็ปฏิวัติด้วยสื่อ การทำสื่อของเราเป็นการที่จะให้เราได้เสริมสร้างสิ่งดีๆ ในการที่จะได้มีชีวิตสืบต่อไป

พ่อท่านได้แจ้งให้ข้าพเจ้าทราบทางโทรศัพท์ว่า เทปโทรทัศน์มีการเปิดซักกันในช่วงที่ไม่ห่างกันมากนัก ข้าพเจ้าเกิดความสำนึกในทันทีว่า ตนเองบกพร่องที่มีได้เข้าไปดูรายละเอียดในเรื่องนี้ แทบมิได้เข้าไปดูเลยก็ว่าได้ เพราะปล่อยให้คุณใจเด็ดและคุณแสงทิพย์ เลือกเปิดตามที่เห็นสมควรเพื่อให้เขาตัดสินใจด้วยตนเอง ลืมคิดไปว่าโดยปกติควรมีฝ่ายรับผิดชอบตรวจทานขณะออกอากาศ และควรจะมีฝ่ายประเมินผลหลังออกอากาศแล้ว จักเกิดผลดีโดยประการทั้งปวงอย่างแท้จริง ในการนี้ข้าพเจ้าตั้งใจว่าจะเป็นผู้ดูแลฝ่ายรายการลงไปรับรู้อะไรรายละเอียดการเปิดเทป เพื่อผ่อนแรงของเจ้าหน้าที่เปิดเทป มีให้ต้องแบกงานหนักเกินไป”

▲ **คอดรายฯ** (ต่อจากหน้า ๑)

โอกาสอันดียิ่งนี้มีสมณะมาให้การอบรม ๓ รูปท่านดินไท, ท่านดินทอง, ท่านโพธิสิทธิ์ ผู้เข้ารับการอบรม ๒๙ คน ในการอบรม ครั้งนี้ได้เน้นการฝึกอบรมทางด้านกรรมฐาน เจาะลึกเข้าไปในจิตวิญญาณของตนเอง เช่น ให้ทุกคนทบทวนสภาวะธรรมทุกลมหายใจเข้า ออก รู้ตัวทั่วพร้อมทุกขณะ ทั้งเมื่อเวลาทำงานในเณร และส่วนตัว นอกจากนี้ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ปรับความเข้าใจ เข้าใจซึ่งกันและกัน จุดมุ่งหมายเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตในชุมชน และขบวนการกลุ่ม ให้ชุมชนแข็งแกร่ง และสันติสุขยิ่งขึ้น

เนื่องจากชุมชนบุญนิยมคอดราย ปลายฟ้าเป็นชุมชนต้นแบบทางด้านจริยธรรม และนำแนวคิดในการพัฒนาอย่างยั่งยืนมาใช้ โดยอยู่บนรากฐานของหลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเป็นปรัชญาในการดำเนินชีวิตที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พลกนิกรชาวไทยนำมาใช้กับการดำรงชีวิต

ชาวชุมชนฯ มีสมาชิกอยู่ด้วยกันทั้งผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่ และคนหนุ่มสาว อีกทั้งยังมีแรงงานมากมายหลากหลาย เพื่อการพัฒนาชุมชนฯ ให้เข้มแข็งสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืนต่อไปในอนาคต ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ชาวชุมชนฯ ต้องมีการพัฒนาศักยภาพในด้านจิตภาพ เพื่อบรรลุการใช้ชีวิตร่วมกันในชุมชนอย่างอบอุ่น ผาสุก และสมานสามัคคี ในแนวทางบุญนิยมชาวชุมชนฯ อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขกับธรรมชาติ สังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นพลังรวมตามหลักสราณีธรรม

วัตถุประสงค์

- ๑. ชาวชุมชนมีโอกาสพบสมณะ
- ๒. ได้เปิดใจ เรียนรู้ ให้อภัยซึ่งกันและกัน
- ๓. เสริมสมรรถนะในการดำรงชีวิตในฐานะสมาชิกของชุมชนต้นแบบด้านคุณธรรม
- ๔. ผึกหัดให้ชาวชุมชนได้ทำงานเป็นทีม

และมีกระบวนการกลุ่มที่เข้มแข็ง

ด้านจิตภาพ

พบสมณะ เพิ่มอริศัล โดยหลัก ๔ พ. ๖ ม.

หลัก ๔ พ

- ๑. พร้อมให้เวลา
- ๒. พร้อมให้ความเข้าใจ
- ๓. พร้อมให้อภัย (ไม่ถือสา)
- ๔. พร้อมให้ความร่วมมือ (ไม่ทำอะไรตามใจตนเอง)

หลัก ๖ ม

- ๑. ไม่พูดแนะนำสั่งสอนใคร (ยกเว้นพูดให้ผู้อื่นแนะนำสั่งสอน)
- ๒. ไม่พูดขบถพร่องของผู้อื่น (ยกเว้นตัวเอง)
- ๓. ไม่พูดข้อดีของตนเอง (ยกเว้นผู้อื่น)

๔. ไม่รีบปฏิเสธควรรับไว้พิจารณาก่อน (ยกเว้นของปรึกษาหารือ)

๕. ไม่พูดโต้เถียงหรือต่อปากต่อคำ เมื่อได้รับชมทรัพย์หรือถูกตั้งข้อกล่าวหาใดๆ ก็ตาม (ยกเว้นการพูดคำว่า "ขอบคุณ")

๖. ไม่พูดสุรภักิเลสผู้อื่น (ยกเว้นตัวเอง)

ความดีเด่นและกำหนดนำของผู้เข้าร่วมอบรม

นายไม้เพชร กุระปะ อายุ ๔๔ ปี ได้ประโยชน์มากคือ

- ❖ ได้ตระหนักในการรักษาจิตใจ และสร้าง ความยินดีให้ได้ทุกขณะจิต
- ❖ ได้มองเห็นจุดบกพร่องของตนเอง พร้อมการปรับปรุงแก้ไข
- ❖ ได้มีโอกาสทบทวนเรื่องราว เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นทั้งที่เป็นกุศล และอกุศล แล้วเราหาวิธีปรับปรุงแก้ไข หรือสร้างความยินดีได้มากน้อยเพียงใด
- ❖ ได้รับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของเพื่อน สพรหมจรรย์
- ❖ ชื่นชมคุณความดีของเพื่อน และหมู่ กลุ่ม



- ❖ ได้ฟังในสิ่งที่ไม่เคยได้ฟังมาก่อน
- ❖ ได้ทบทวนปริยัติ เพื่อไปสู่การปฏิบัติ
- ❖ ได้ฟังสัตบุรุษ
- นางอรพิน (แนวพร) สุริยะไชย อายุ ๖๖ ปี ประโยชน์ที่ได้รับจากการอบรม
- ❖ ได้รับความรู้ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ
- ❖ ได้ฝึกปฏิบัติการอ่านตนเอง การระลึกถึงศีลให้ได้มากที่สุด
- ❖ มีปิตินดีในการเข้าคอร์สอบรม และพร้อมที่จะรับการอบรมในครั้งต่อไป
- ❖ มีความยินดีพอใจที่ได้เสวนากับสัตบุรุษ
- ❖ ได้หลักในการที่จะดำเนินชีวิตต่อไป ทั้งต่อตนเอง และคนอื่น
- นายแก่นแท้ แก่นธรรมนำจิต อายุ ๕๒ ปี "ในระยะแรก ๔ ชั่วโมงของวันพฤหัสบดีที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๐ กับประมาณ ๘ ชั่วโมงของวันศุกร์ที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๕๐ กระผมรู้สึกซาบซึ้งในสิ่งต่อไปนี้
- ❖ ได้เห็นได้สัมผัส ภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิจิต ของท่านสมณะทั้ง ๕ รูป (ส.ดวงดี ส.ดินไท ส.ดินทอง ส.โพธิสิทธิ์ ส.วิเชียร) แล้วรู้สึกประทับใจ ในคุณภาพที่ท่านสมณะมีอยู่

ไม่ว่าเรื่องพุทธปัญญา และวัตรปฏิบัติ (การปฏิบัติ)

❖ วิธีการเรียน-การสอน ก็เป็นแบบ Two-way Communication (การสื่อสาร ๒ ทาง ระหว่างท่านสมณะกับญาติธรรม ทำให้ได้ผล)

นางเครือวัลย์ ทิพรัตน์กุล อายุ ๒๗ ปี มีความประทับใจ และมีปิตินดี ที่ท่านสมณะได้มาเปิดคอร์สที่ชุมชนนี้ ได้เข้าใจในหลักของการปฏิบัติธรรมมากขึ้น และมีความยินดีพร้อมจะปฏิบัติตามหลักในการเข้าคอร์สครั้งนี้ คือ

- ❖ ต้องมีความยินดี มีฉันทะ เมกขานแจ่มใส
- ❖ ต้องสำรวมสังวรในศีล ๕ ที่ปฏิบัติ และระลึกถึงศีลอยู่เสมอ
- ❖ และปฏิบัติตาม ๔ พร้อม ล้อม ๖ ไม่ใช่เรื่องตลกแต่เป็นเรื่องลึกซึ้ง รวมไปถึงกถาวัตถุ ๑๐

ซึ่งข้าพเจ้าจะนำไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และจะพยายามสำรวมสังวรระวังในทุกๆ อริยาบถของข้าพเจ้า เพื่อไม่ให้มีกรรม ๓ คือ กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรมที่เป็นอกุศล (อ่านต่อหน้า ๑๐)



รถเมล์แสงอาทิตย์ ไทยทำคันแรกของโลก



พล.อ.ท.มรกต ชาญสำราจ หัวหน้าโครงการวิจัยรถเมล์ขนาดเล็ก ขับเคลื่อนด้วยพลังงานแสงอาทิตย์และพลังงานไฟฟ้าภายใต้การสนับสนุนของคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ออกแบบรถเมล์พลังงานแสงอาทิตย์ จากมินิบัสขนาด ๒๐ ที่นั่ง ขับเคลื่อนด้วยพลังงานแสงอาทิตย์ควบคู่กับพลังงานไฟฟ้า ราคาขายคันละ ๓ ล้านบาท ช่วงกลางวันจะรับพลังงานจากแสงอาทิตย์จากแผงโซลาร์เซลล์ แบบมัลติคริสตัลไลน์ ซึ่งมีคุณสมบัติในการดูดแสงได้ดี มีความทนทานและมีอายุการใช้งานถึง ๒๐ ปี



แต่หากเป็นเวลากลางคืนหรือช่วงฤดูฝน ใช้พลังงานไฟฟ้าจากแบตเตอรี่แบบ Deep Cycle เพื่อจ่ายกระแสไฟฟ้าให้รถขับเคลื่อนโดยชาร์จไฟประมาณ ๘ ชั่วโมง วิ่งด้วยความเร็ว ๕๐-๖๐ กิโลเมตรต่อชั่วโมง ต้องการรถนี้วิ่งในถนนสาทร สีลม เยาวราช เพื่อลดปัญหาหมอกพิษ.

(นสพ.มติชน ๒๙ ธ.ค.๒๕๔๙)

สอบไล่... “๑0 วัน ม.อุบลฯ”



งานวันเกษตรแห่งชาติ ๒๕๕๐ วันที่ ๒-๑๑ มีนาคม ณ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี จ.อุบลราชธานี ที่ผ่านมา สำหรับญาติธรรมชาวโศกหลาย ๆ คนถือว่าการเข้าห้องสอบไล่ครั้งใหญ่ ซึ่งก่อนหน้านั้นการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ มากมายหลายงานก็คือการเข้าชั้นเรียนหรือการทำเวลาเรียน เพื่อสั่งสมความรู้และประสบการณ์เพื่อเข้าสอบนั่นเอง ข้อสอบคือ...

- ความเป็นคนมีสมรรถนะ
- ความเป็นคนมีความขยัน
- ฝึกให้ (ให้ในสิ่งที่ดีที่สุด, ให้อย่างอ่อนน้อมถ่อมตัว, ให้อย่างพยายามตลอดตัวตลอดตนไม่มีตัวตนใดยิ่งดี)

ญาติธรรมกว่าร้อยละ ๕๐ ตอบข้อสอบดังต่อไปนี้

“ได้นั้นภาพของความอบอุ่น ความห่วงใยซึ่งกันและกันของแต่ละกลุ่มอย่างมีนัยหนึ่งได้เช่นกันแล้วที่ในภาพรวมของงานรวมกันออกมาเป็นภาพที่กลมกลืน ซึ่งน่าจะเอามันมาอย่างว่า ถ้าแต่ละคนมีเมตตาใจไม่แล้วทำเมตตาดีมีพร้อมตามองอะไรก็นั้นหน้าทำด้วยกันและก็ด้วยกัน คือเอาพลังที่จะสู้ๆสู้ไม่ถอยการขัดแย้งกันแต่กลับเอาความห่วงใยกันแทน เพราะว่าทุก

คนในตำซังกันและกัน และมองเห็นว่าคนแต่ละคนมีเด้นกันคนละอย่างและไม่เอาความต่างนั้นมาแย้งต่ออีก แต่เราเอาดีมาสนับสนุนในดีจึงเห็นส่วนดีไม่ดักใจไว้ก่อน แล้วในโอกาสกันแก้มิได้นารวมกัน การได้เติมพลังคือ การได้พึ่งทำอรรถเทิกกัน และพบสมณะทุกแห่ง

งานนี้ได้พัก ได้ตรองมิได้เร็วได้ทัน เอา มัจจุมันมันหนัก ทำตรงนั้นดีก็สุด ได้อ้อมๆ ได้ชิงเนลือกันแล้วก็มีความสุข ได้ผ่อนกลางผ่อนเพลลา สบายใจ ไม่กังวล สิ่งที่ได้เวลานี้ มาจากความศรัทธา (ตามความหมายว่า... ใช้ก็ใช้ฟัง ใช้มัน) ฉะนั้นเมื่อมีนิทานหรือธรรมะอะไรก็ตาม ก็จะมีสติในการไตร่ตรองแต่ละเรื่องอย่างรอบคอบ และมีมุมมองที่ตรงส่วนที่ตนเองก่อนว่า มิได้น่าเริ่มที่แรกเริ่มก็ทำก่อน เมื่อแก้ที่เรารู้ก่อนแล้วทุกเรื่องที่เกิดขึ้นจึงดูมันเรื่องที่ถูกแก้ไขอย่างง่ายและลงตัว

จิตใจเราจะมีไฟที่จะอยู่ในใจ ได้สักทางจิต ได้กำลังทุกอย่างที่จะทำ เกิดความรู้สึกทวนศาวะ มีความร่มนืดชอบ ได้นั้นความสบาย รู้สึกว่าตัวเองได้มีความตื่นตัวตลอดเวลา ได้ขีดตัวเองตลอดเวลา ทุกวันนั้นต้องทำเพื่อที่จะไม่แก๊ง

ขอแสดงความยินดีและอนุโมทนากับผลสอบที่ผ่านฉลุยอย่างยิ่ง. ☆ ดาวดวงนั้น

เกาะติดน้ำเมา’(ตอนจบ)

Total Ad Ban แบบโฆษณาเหล่า ปกป้องอนาคตชาติ

การควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ผลต่อการลดการบริโภคและลดผลกระทบจากการบริโภค

ประเทศที่มีการควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีปริมาณการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่าประเทศที่ไม่มีการควบคุมการโฆษณาร้อยละ ๑๖

มาตรการเขตปลอดการโฆษณาในสถานศึกษาและรัศมีโดยรอบ ๕๐๐ เมตร และให้การโฆษณาป้ายกลางแจ้งต้องระบุค่าเตือนตั้งแต่วันที่ ๒๙ กรกฎาคม ๒๕๔๖ หรือประมาณ ๓ ปีก่อน เมื่อ ๑ ต.ค. ๒๕๔๘ (ประมาณ ๑ ปีก่อน) ศูนย์ความปลอดภัยทางถนนตั้งข้อสังเกตเสนอนายกรัฐมนตรีว่า

แม้ประเทศไทยได้ประกาศใช้มาตรการควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มาทางวิทยุ โทรทัศน์ และป้ายกลางแจ้งมาเป็นเวลาประมาณ ๑ ปี แต่มีการสำรวจพบว่าได้มีการพยายามใช้ช่องว่าง

โฆษณาแฝงเพื่อส่งเสริมการขายในรูปแบบต่างๆจึงมีข้อเสนอ(โดยนายจตุรนต์ ฉายแสง รองนายกรัฐมนตรี) ว่า หากไม่เคารพกติกาและไม่แสดงความรับผิดชอบต่อสังคม

ในที่สุดเห็นควรนำมาตรการห้ามการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ผ่านสื่อสาธารณะทั้งหมด (Total Advertising Ban) มาพิจารณาใช้ ซึ่งแนวคิดนี้ได้เสนอถึงและลงนามเห็นชอบในหลักการโดยนายกรัฐมนตรีแล้วในวันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๔๗

ตลอดช่วงเวลาหลังมีมาตรการควบคุมการโฆษณาและการส่งเสริมการขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บางส่วน ตั้งแต่ ๒๙ กรกฎาคม ๒๕๔๖ มา นี้ มีการท้าทายความเข้มแข็งของภาครัฐอย่างมากโดยการฝ่าฝืนทั้งการโฆษณาโดยตรงและโดยแฝงจากกลุ่มธุรกิจสุราทั้งในทางโทรทัศน์ และป้ายกลางแจ้ง เช่น ข้อมูลโครงการศึกษาและเฝ้าระวังสื่อเพื่อสุขภาพ



สิงห์, ลีโอ, เรดฮอสส์, BACARDI, Change, Deaght, มีการจงใจฝ่าฝืนการทำโฆษณา Johnie Walker บนตึกโบตยอก อยู่ห่างจากโรงเรียนศรีอยุธยา เพียง ๒๕๓ เมตร, ป้ายโฆษณาตราสิงห์สีทองบนตึก KPN ถ.พระราม ๙ อยู่ใกล้โรงเรียนชาญวิทย์ เพียง ๓๐๐ เมตร และ ป้ายโฆษณา ๑๐๐ Pipers บนตึกโรงหนัง Imax อยู่ติดกับโรงเรียนอนุบาลหทัยสยาม

แม้ว่ารัฐได้ออกมาตรการควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์บางส่วนแล้ว แต่มีการจงใจฝ่าฝืนมาตรการ ไม่เคารพกติกาและไม่แสดงความรับผิดชอบต่อสังคมจากกลุ่มธุรกิจสุรา จึงถึงเวลาแล้วที่ประชาชนและเยาวชนไทยจะได้รับการคุ้มครองจากการมอมเมาจากธุรกิจสุรา โดยการดำเนินมาตรการห้ามโฆษณาและส่งเสริมการขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อย่างจริงจังของคณะกรรมการควบคุมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แห่งชาติ

(นสพ.ไทยโพสต์ ๓๐ ต.ค. ๒๕๔๙)

ของสังคม (Media Monitor) พบว่า มีการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั้งทางตรงและทางแฝงทางโทรทัศน์ ๖ ช่อง (ได้แก่ ช่อง ๓, ๕, ๗, ๙, ๑๑ และ ITV) ในช่วงเวลา ๑๖.๐๐-๒๒.๐๐ น.ซึ่งเป็นช่วงเวลาห้ามโฆษณา เพิ่มขึ้นเรื่อยๆจาก ๑๐๕ ครั้ง/เดือน ในเดือนสิงหาคม ๒๕๔๘ เป็น ๒๓๗ ครั้ง/เดือน ในเดือนเมษายน ๒๕๔๙ คิดเป็นเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ ๑๒๖ ภายในเวลาเพียง ๙ เดือน ตั้งแต่กันยายน ๒๕๔๘ คณะกรรมการว่าด้วยการโฆษณา คณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค ออกคำสั่งห้ามการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทางป้ายกลางแจ้งที่ฝ่าฝืนการทำโฆษณาโดยใช้ข้อความและรูปภาพในลักษณะเชิญชวนให้ดื่มโดยตรงหรือทางอ้อม ของผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ๘ ยี่ห้อ ได้แก่ Blue Ice, CRUISER Berrt, ไทยเกอร์,



อาริยทรัพย์คือ... ลตโลภ ลตโกรธ ลตหลง

จากการที่ชาวโสภได้ไปร่วมงานเกษตรแห่งชาติ ที่มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี เมื่อวันที่ ๒-๑๑ มี.ค. ที่ผ่านมา ท่านสมณะเดินดิน ดิกขวิโรภิมของฝากหลายเรื่องด้วยกัน ดังนี้ค่ะ

งานเกษตรแห่งชาติที่ผ่านมาท่านได้ข้อคิดอะไรบ้างคะ?

จากการได้ฟังเสียงของอาจารย์จากมหาวิทยาลัยอื่นๆ ที่เขามาร่วมงานนี้ เขาบอกว่าการจัดงานเกษตรแห่งชาติครั้งนี้เป็นการจัดงานที่สมบูรณ์กว่าทุกๆ แห่งที่ผ่านมา แม้จากแม่ค้าที่เขาเอาของไปขายทุกครั้งในงานเกษตรแห่งชาติ เขาก็มีความเห็นสอดคล้องกันว่า เป็นการจัดงานที่สมบูรณ์ที่สุด ส่วนหนึ่งก็มาจากที่มีนิทรรศการที่มีชีวิตจริงของพวกเราที่ได้นำเสนอออกไป มีทั้งแปลงผัก มีทั้งนา และมีทั้งวิถีชีวิตจริงที่ดำเนินกิจกรรมภายในงานจริงๆ แล้วก็คงไม่มีการเตรียมงานที่ไหนใช้เวลายาวนานกันถึง ๔ เดือนเต็มๆ และก็เป็นการทำงานทั้งวันทั้งคืนอย่างไม่รู้เหน็ดเหนื่อย ผลที่ออกมาจึงน่าทึ่ง พวกเราสามารถปลูกผักกะหล่ำปลีในที่ดินที่พวกเราเรียกกันเล่นๆ ว่าทุ่งกุลาไร่พัน มันจะออกอากาศหนักกว่ากุลาไร่อื่นให้ เพราะขนาดใส่ปุ๋ยเข้าไปหมักยังไม่ขึ้นเลย แต่เราก็ปลูกหัวกะหล่ำปลีหัวใหญ่ๆ ได้ถึงหัวละ ๘ กิโล ผักต่างๆ ก็งามอย่างไม่น่าเชื่อ

ตรงนี้ก็ให้เห็นถึงความอัศจรรย์ของพลังสามัคคี และความเป็นเอกภาพ หรือความเป็นเอกภาพในหมู่กลุ่มของพวกเรา ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วงานนี้เราแทบจะไม่มีทุนรอนอะไรเลยในการจัดงานใหญ่ระดับชาติ ต้องพยายามที่จะไปชูดกันมาจากหน่วยงานต่างๆ ทางส่วนกลาง แล้วคนของเราก็น้อย แต่ความที่เราสามารถถอดตัวถอดตนกันไม่ยึดติดว่าเป็นชุมชนของฉัน เป็นส่วนของฉัน ซึ่งงานนี้พ่อท่านนั้นแม่แต่ว่าไม่ต้องมาประกาศบุญนิยม ไม่ต้องมาประกาศตัวตนของเรา ให้มานำเสนอกิจกรรมความเป็นอยู่ของเราที่ดำเนินตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงเท่านั้นก็พอ ก็เลยมีผลให้งานครั้งนี้ได้ ผนึกวิญญานของพวกเราให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ได้ฝึกตั้งตนอยู่บนความลำบาก และได้ทำตนให้เป็นประโยชน์กับมนุษยชาติโดยเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดงานระดับชาติครั้งนี้ ซึ่งก็จะได้บันทึกไว้เป็นประวัติศาสตร์หน้าหนึ่งของการเข็นกงล้อพระธรรมจักร ที่พวกเราได้มาร่วมแรงร่วมใจกัน ให้เกิดความอัศจรรย์ในการดำเนินวิถีชีวิตตามหลักธรรมคำสอนของพระบรมศาสดา

มีมุมมองว่า...งานนี้ไม่น่าจะคุ้มเพราะเราลงทุนลงแรงเอาคนไปกันมาก แต่ดูเหมือนประชาชนจะมามากน้อย ในมุมมองของพ่อท่านนั้นท่านมองว่า การทำงานที่ผ่านมา

มาท่านไม่เคยเอาจำนวนคน ปริมาณคนมาเป็นตัววัดว่างานนั้นได้ผลหรือไม่ได้ผล ท่านไม่เคยเอาจำนวนเงินที่ได้มาเป็นตัววัดว่า การจัดงานในครั้งนี้ได้ผลหรือไม่ได้ผล แต่ท่านจะมองไปถึงความเจริญก้าวหน้าทางจิตวิญญาณของมนุษย์เป็นสำคัญ โดยเฉพาะจิตวิญญาณคนข้างในเป็นหลัก

พ่อท่านมองว่า การจัดงานครั้งนี้เป็นการนำเสนอวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียงที่ให้เห็นถึงการพึ่งตนเองได้ ซึ่ง ๔-๕ เดือนที่พวกเราเป็นชีวิตจริงๆ ได้ฝึกฝนทำกันมาจนเป็นวิถีชีวิตที่พึ่งตน อย่างเข้มข้น พ่อท่านบอกว่ามันคุ้มแล้ว ส่วนคนจะมาดูมากดูน้อยก็เป็นเพียงผลพลอยได้ไปเท่านั้นเอง ถ้าคนมาดูมากเราก็เหนื่อยมาก ถ้าคนมาดูน้อยเราก็เหนื่อยน้อย ไม่ต้องเสียเงินเสียทองมากไปอีกเท่านั้นเอง

ซึ่งผลกำไรที่สำคัญในงานนี้ก็คือ น่าจะมีส่วนทำให้พวกเรามีความมั่นใจในการที่เราจะไปอยู่ที่ไหนก็ตามในโลกนี้ แม้ทุกกันดารหนักกว่านี้ เราก็สามารถเนรมิตความเชี่ยวชาญและความอุดมสมบูรณ์ให้เกิดขึ้นมาได้ ถ้าเจอที่ที่มันไม่ได้แล้วรายขนาดนี้พวกเราก็คงจะทำให้มันเป็นดินแดนสวรรค์บนดินได้อย่างแน่นอน และการที่สามารถรวบรวมจอมยุทธ์ด้านเกษตรกรรมมารวมตัวกันได้เป็นกลุ่มเป็นก้อนขนาดนี้ก็ถือว่าคุ้มแล้วแหละ แทนที่จะให้เขาอยู่กระจัดกระจาย คนละที่ แล้วมันไม่มีพลังในการที่จะขับเคลื่อนให้เกิดฤทธิ์เกิดพลังขึ้นมาซึ่งมันก็มีผลน้อย แต่การที่เรารวมตัวรวมกลุ่มกันได้ คิดว่ามันจะเป็นพลังขับเคลื่อนให้เกิดความรู้ ความชำนาญ และประสบการณ์ ที่จะแพร่กระจายออกไปได้อย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะ ในทางวิชาการที่จะต้องสัมพันธ์กับมหาวิทยาลัยอุบลฯ อยู่แล้ว ก็คิดว่าสิ่งนี้ก็จะไปประโยชน์ที่สำคัญต่อพี่น้องเกษตรกร

ดังนั้นผลสำเร็จก็คงจะไม่ได้อยู่แค่สิ่งที่เรามองเห็นเป็นจำนวนเงินหรือจำนวนคนเท่านั้น พ่อท่านเอง ท่านจะมองไปที่การพัฒนาการของมนุษย์มองโดยองค์รวมทั้งภายในภายนอกอยู่ตลอดเวลา แม้แต่ภายในงานนี้เป็นวันมาฆบูชา พวกเราเองก็ตั้งใจที่จะได้ฟังธรรมกัณฑ์พิเศษในวันสำคัญทางศาสนา แต่พ่อท่านก็กลับให้งดแสดงธรรมในวันนั้นเสีย เพื่อให้พวกเราได้อ่านรับแขกทำงานทำการตามปกติ เพราะพ่อท่านเห็นว่ากลุ่มกิจกรรมอีกฝั่งหนึ่งเขาก็จะมีพิธีเวียนเทียน มีพิธีทางศาสนาของเขาอยู่ ถ้าพวกเราไปจัดงานขึ้นมา มันจะกลายเป็นสองฝักสองฝ่ายเกิดการแบ่งแยกกัน แม้จะได้แสดงธรรมอย่างลึกซึ้ง พวกเราก็ได้ฟังธรรมอย่างลึกซึ้ง แต่ภาพรวมที่ออกมากลายเป็นแตกแยก ความไม่เป็นเอกภาพ พ่อท่านเองก็ยอมให้พวกเราจะลดตัวตนลงไปรวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับของเขา ซึ่งสิ่งนี้เป็นความลึกซึ้งของธรรมะที่ชาวโสภ แกนอนุรักษ์คงจะต้องคอยพิจารณากันอย่างสำคัญ เพราะธรรมะไม่ใช่การพูดธรรมะสูง ๆ ไม่ใช่การรู้ธรรมะสูง ๆ แต่การที่จะถอดตัวถอดตนออกให้เป็นคนเล็กคนน้อยคนต่ำคนด้อยเพื่อมาร่วมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งกว่า

ในปีภษนี้ท่านมีข้อคิดอะไรที่จะฝากญาติธรรมคะ?

ในช่วงที่อากาศร้อนๆ เดือนนี้ที่บ้านราชฯ ก็มีอาจารย์พิเศษสองท่านมาแสดงธรรมให้กับพวกเราได้สดความร้อ้น ผ่อนคลายกัน อาจารย์ท่านหนึ่งเป็นคนปัญญาอ่อน คืออาจารย์เอ๋ อีกท่านหนึ่งก็คือ อาจารย์สิงห์ ที่พวกเราให้ออกไปจากชุมชนเกือบจะร้อยครั้ง แต่แล้วเขา

ก็กลับมาอยู่ตลอดเวลา อาจารย์เอ๋จะออกเชิงปัญญาอ่อน แต่อาจารย์สิงห์จะเป็นลักษณะเชิงปัญญาเกิน ปัญญาสั้น อาตมาเคยแนะนำอาจารย์สิงห์ บอกว่า ถ้าอยากจะมาอยู่วัดต้องเชื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นะ อาจารย์สิงห์เขาก็แย้งว่า ถ้าพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อยู่ในตัวเราแล้วนี่ เราต้องไปเชื่อใครอีกหรือเปล่า?

อาจารย์เอ๋ ที่เหมือนเขาเป็นคนปัญญาอ่อน เหมือนไม่รู้เรื่องรู้ราวอะไร แต่จริงๆ แล้วเขารู้เรื่องรู้ราวทั้งหมด คนของเราเชื่ออะไรเขาก็รู้ เขาจะพูดเฉพาะเรื่องที่เขาอยากพูด เรื่องที่เขาสนใจ แต่ถ้าเราไปถามในเรื่องที่เขาไม่อยากจะพูด เขาก็จะทำเหมือนคนปัญญาอ่อน

ที่ต้องถือว่าทั้งสองคนเป็นอาจารย์ของเราก็เพราะเขามาแสดงให้เห็นว่า แม้จะมาอยู่ในวัด แต่ถ้าเอาแต่ใจตัวมากๆ ก็จักกลายเป็นคนปัญญาอ่อน หรือปัญญาเกินก็ได้ อาจารย์ทั้งสองท่านนี้จริงๆ รู้เรื่องรู้ราวทั้งหมด แต่เขาก็พร้อมที่จะทำอะไรตามใจตัวเองตลอดเวลา ไม่มีกฎเกณฑ์ของสังคมที่จะไปควบคุมจัดระเบียบเขาได้ อาจารย์ทางด้านปัญญาอ่อนก็แสดงให้เห็นว่าชีวิตของคนเราที่ทำตัวเองแบบไม่รู้ร้อนรู้หนาว ใครจะเดือดร้อนจะเป็นจะตายไม่รู้ไม่ชี้ ไม่สน สนใจแต่เฉพาะเรื่องของตัวเองชอบ เรื่องไหนไม่ชอบก็จะเป็นไม่รู้ไม่ชี้ไป อันนี้ก็เป็นการเดินทางไปสู่คนปัญญาอ่อน

ส่วนคนปัญญาเกินก็คือเหตุผลเยอะแยะมากมาย แต่ก็พร้อมที่จะทำตามใจตัวเองทุกอย่าง วันๆ หนึ่งก็จะไปครุ่นคิดหมกหมุ่นอยู่กับเหตุผลมากมายของตัวเอง สุดท้ายก็จักกลายเป็นคนปัญญาเกิน

ชีวิตของคนที่มาอยู่ในชุมชนหรืออยู่ในวัดที่เป็นระบบสาธารณโภคีก็จะต้องตระหนักกันว่า เรามาทำงานให้ส่วนกลาง เราไม่มีรายได้เงินเดือน พ่อท่านเองย้ำกับพวกเราตลอดเวลาว่า สิ่งที่เราจะได้ อย่างเดียวก็คือ เราจะได้แต่อาริยทรัพย์คือลตโลภ ลตโกรธ ลตหลงของเราเท่านั้นเอง ดังนั้นเราไม่มีทางอื่น เราต้องเอาธรรมะเป็นหลัก เราต้องชวนชวยในธรรม ต้องฟังธรรม ต้องปฏิบัติธรรม

แต่สิ่งที่ต้องระวังก็คือ เมื่อไหร่ที่เราหยุดชวนชวยในการฟังธรรม ในการปฏิบัติธรรม จิตมันก็จะพุ่งไปกับงานหรือพุ่งไปกับเรื่องที่เราชอบ หรือ หลุดตกกบไปอยู่กับเรื่องหนึ่งเรื่องใด ซึ่งตรงนี้ก็ทำให้เราตกอยู่ในภาวะอันตราย ต้องไปเจริญรอยตามอาจารย์ปัญญาอ่อน หรือ อาจารย์ปัญญาเกิน เพราะเราเองก็จะกลายเป็นคนที่เกิดความโลภได้มากกว่าคนทั่วไป ไป เกิดความโกรธได้มากกว่าคนทั่วไป ไป หรือเกิดความหลง โมหะได้มากกว่าคนทั่วไป เพราะใจที่ไปพ่วงเล็งกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งมากเกินไป

ดังนั้นเราคงจะต้องชวนชวยในการฟังธรรม ในการปฏิบัติธรรมกันให้มากขึ้น เพื่อจะได้ไม่ให้ใจไปจมอยู่กับภพใด ๆ จนได้เจริญรอยตามอาจารย์ปัญญาอ่อน และอาจารย์ปัญญาเกิน.



▲ หมอกควันฯ (ต่อจากหน้า ๑)

จากสถานการณ์ไฟป่าที่กำลังลุกลามอย่างต่อเนื่องและมีหมอกควันจำนวนมากแพร่กระจาย ส่งผลกระทบต่อพี่น้องประชาชนในพื้นที่ ๗ จังหวัดภาคเหนือตอนบน

การเกิดควันไฟปกคลุมไปทั่วเมืองหลายจังหวัดของภาคเหนือ ตามมาด้วยฝุ่นละอองเขม่าควัน มีผู้ป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจจำนวนมาก

ปัญหามลพิษทางอากาศในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับฝุ่นละอองปนเปื้อนในอากาศเกินค่ามาตรฐานต่อเนื่องมากกว่า ๑๐ วันมีผลถึงญาติธรรมชาวโศกพอสมควร เช่นมีอาการแสบตา เจ็บคอ ไอแห้งๆ บางคนไอจนกระทั่งล้าคออักเสบ นอกจากนี้ยังมีส่งผลกระทบต่อจำนวนของลูกค้าที่มาใช้บริการร้านชมรมมังสวิรัตินานาชาติเชียงใหม่(ชมร.ช.ม.) ลดลงบ้างเล็กน้อย แต่อาสาสมัครที่เคยมาช่วยร้านทุกวันขาดหายไปหลายคนโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ตามที่ทางการแจ้งว่า การอยู่ในบ้านจะมีความปลอดภัยมากกว่าออกมานอกบ้าน อาสาสมัครผู้สูงอายุจึงงดการออกนอกบ้าน อาสาสมัครที่อยู่ประจำที่ร้านหลายคนเจ็บป่วยเพราะเหตุควันพิษครั้งนี้

มีอาการไม่แตกต่างกันจะต่างกันบ้างก็ตรงที่อาการมากน้อยไม่เท่ากัน โดยเฉพาะผู้ที่มิปัญหาสุขภาพอยู่ก่อนแล้วจะมีอาการหนักมาก ผู้รับใช้ของร้านให้ข้อมูลว่าเบื้องต้นทางราชการแจกแผ่นพับวิธีดูแลและป้องกันสุขภาพจากควันพิษครั้งนี้ให้อาสาสมัครได้ทราบและยังฝากแจกถึงลูกค้าอีกด้วย และขออนุโมทนาอย่างยิ่งกับญาติธรรมซึ่งเป็นเจ้าหน้าที่พยาบาลได้เย็บผ้าที่ใช้ปิดปากและจมูกด้วยตัวเอง แล้วนำมาแจกจ่ายให้กับอาสาสมัครในร้านได้ใช้ป้องกันควันพิษครั้งนี้ด้วย

ในส่วนของญาติธรรมที่อยู่ต่างอำเภอได้ให้ข้อมูลดังนี้

คุณยุพา บ้านโป่ง ต.แม่แฝก อ.สันทราย จ.เชียงใหม่

“ที่หมู่บ้านkrimไปด้วยหมอกควันแต่ไม่หนาแน่นเหมือนกับในตัวเมือง มีผลกับสุขภาพคือ แสบตาและคอแห้งบ้างเล็กน้อย”

คุณทองธรรม เจนชัย ชุมชนภูผาฟ้าน้ำบ.แม่เถา ต.ป่าแป๋ อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่

“อยู่บนดอยมีหมอกควันมีดกริมตลอดทั้งวันแทบจะไม่เห็นแสงอาทิตย์ มี ๒ วันที่ความครึ้มจางหายไปแต่แล้วก็กลับมีดกริมอย่างเดิมอีก มีญาติธรรมหลายคนมีอาการคอแห้ง แสบตา บางรายมีอาการไอ

ระคายเคืองตา ตื่นเช้าขึ้นมาจะมีจี้มูกจี้ตา มากเป็นพิเศษ ได้ดูแลรักษาไปตามอาการ สำหรับเรื่องการทำแนวกันไฟและดับไฟป่าซึ่งทางชุมชนฯได้ปฏิบัติตามทุกปีนั้น ปีนี้ก็เริ่มดำเนินการบ้างแล้วตามกำลังที่มีอยู่และได้รับแจ้งจากทางหน่วยป้องกันไฟป่าของตำบลว่า ขออาสาสมัครช่วยดับไฟป่า โดยจะได้รับค่าตอบแทน ๑๖๐ บาท/วัน”

คุณสร้างขวัญ ชุมชนดอยรายปลายฟ้า อ.เมือง จ.เชียงราย

“ภายในชุมชนดอยรายฯ ไม่ค่อยได้รับ

ผลกระทบจากหมอกควันมากนัก เพราะมีต้นไม้อยู่เป็นจำนวนมาก การเจ็บป่วยเพราะเหตุนี้ก็มีบ้างคือ คนสูงอายุจะแสบตาและไอเล็กน้อยๆ”

คุณใบไฟ บ้านแม่แตง ต.แม่มาลัย อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่

“หมู่บ้านอยู่ในบริเวณทุ่งกว้างมีลมพัดผ่านตลอดวัน หมอกควันก็ไม่หนาแน่นอย่างในเมืองที่มีทั้งควันรถและการเผาไหม้เป็นอย่างอื่นผสมด้วย จึงไม่มีอาการเจ็บป่วยแต่อย่างใด” □



▲ ดอยรายฯ (ต่อจากหน้า ๓)

น.ส. เวียงคำ มหาวงศ์ อายุ ๕๘ ปี “ได้ประโยชน์มากคือ

- ❖ ได้หลักการเข้าคอร์ส ๔ ให้ ไม่ ๖ พร้อมปฏิบัติให้เกิดมรรคผล
- ❖ ได้ฝึกอ่านนิลสในตน แล้วหาวิธีแก้ไข พัฒนาตนเอง เน้นด้านจิตวิญญาณ
- ❖ ได้ฝึกกระลึกถึงศีลตลอดเวลา
- ❖ ได้ฝึกวิเคราะห์ข้อดีข้อบกพร่องของชุมชนในแง่มุมมองต่างๆ
- ❖ ได้รับรู้สารทุกข์สุขดิบ ความรู้สึกนึกคิดของเพื่อนๆ ญาติธรรม ทั้งคนภายในและคนภายนอก
- ❖ ฝึกพัฒนาจิตวิญญาณ สำคัญกว่าการพัฒนาตัวร่างกาย และอาชีพการงาน

สิ่งที่ระหนักไม่ปฏิบัติในภพธรรม

- ★ จะเป็นคนตรงต่อเวลา
- ★ จะพยายามนำหลักการ ๔ ให้ ไม่ ๖ ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง และส่วนรวมให้มาก
- ★ จะพยายามอ่านตนเองให้ออก บอกตนเองให้ได้ ใช้ตนเองให้เป็น แล้วพัฒนาจิตตนให้อยู่เหนือกิเลสให้ได้จนถึงที่สุดเท่าที่ภูมิตนเองมี

★ จะฝึกกระลึกถึงศีลตลอดเวลาโดยใช้สติกำกับ ใช้ปัญญาตัดสินวินิจฉัยข้อดีข้อบกพร่อง

★ จะเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างมิตรดี สหายดี และสร้างสังคมสิ่งแวดล้อมดี เพื่อให้มีสัปปายะทั้ง ๔

★ ฝากกราบขอบพระคุณท่านสมณะที่มีเมตตา มาชี้ทางสว่างให้ พร้อมพาทำปาปฏิบัติ จนเกิดมรรคเกิดผลตามที่กล่าวมาข้างต้น โอกาสต่อไปคงได้รับความเมตตาอย่างนี้อีก

นายอริชัย ทิพย์รัตน์กุล อายุ ๕๒ ปี “การได้เข้าร่วมรับการอบรม คอร์ส มหัทศจรย+เตวิชไซ์ ได้รับประโยชน์ดังนี้

- ❖ เพิ่มความยินดีในการปฏิบัติธรรม และการอยู่ร่วมกับชาวชุมชนฯ
- ❖ หมั่นระลึกถึงศีลอยู่เสมอ ทำให้จิตวิญญาณพัฒนาขึ้น
- ❖ ได้หลักในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นให้อบอุ่นผาสุก ได้แก่ ๔ ให้ ไม่ ๖ (๔ พร้อมล้อม ๖) การพูดที่มีหลักกถาวัตถุ ๑๐ ยอม (ยิ้มแย้ม อิทธิบาท มองตน)

ข้อเสนอแนะ

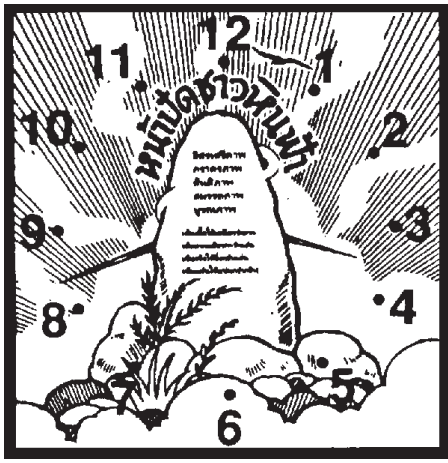
★ เวลาที่เหมาะสมสำหรับคอร์สนี้ควรอยู่ระหว่าง ๕-๗ วัน เพื่อเพิ่มเวลาในการ

ฝึกปฏิบัติ โดยมีท่านสมณะกำกับดูแล และให้คำแนะนำแก้ไขเบื้องต้น

- ★ เวลานั้นไปควรจะมีสัก ๔ คืน ๕ วัน จะชัดเจน ได้เนื้อหามากขึ้น
- ★ ออกจากคอร์สแล้วควรทำต่อเนื่องไปเรื่อยๆ จนเป็นนิสัย เป็นทักษะ โดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นตัวขับเคลื่อน มีสมณะเป็นกัปตันจะดีมาก
- ★ เน้นการเคร่งครัดที่ตน ผ่อนปรนผู้อื่น (ภูมิใคร ภูมิเขา ภูมิเราดีกว่านี้)
- ★ กราบอาราธนาสมณะท่านสมณะแวะเวียนมาให้ความเมตตาต่อกับพวกเราด้วย เป็นครั้งคราวตามโอกาสจะอำนวย และขอชมทักทายจากท่านด้วย ทั้งเพื่อตนเองและหมู่กลุ่ม
- ★ ให้ทุกคนมีทัศนคติที่ดีต่อ “คอร์ส มหัทศจรย”
- ★ ๓ วันน้อยเกินไป อยากให้เป็น ๕ วัน หรือ ๗ วัน
- ★ ควรใช้เวลาในการแลกเปลี่ยน-เรียนรู้ มากกว่านี้
- ★ ควรให้ญาติธรรมผู้เข้ารับการแลกเปลี่ยน-เรียนรู้ หมุนเวียน-เปลี่ยนสถานที่ เพื่อให้ได้พบกับท่านสมณะ (ในฐานะวิทยากร) ครบทุกท่าน

★ นอกจากเรียนพุทธธรรม/พุทธปรัชญาแล้ว ควรมีวิชาทางโลก เช่น

- ★ การเมือง-การปกครองในทัศนะของ (ชาวโศก) พุทธแท้
- ★ ระบบเศรษฐกิจในทัศนะของ (ชาวโศก) พุทธแท้
- ★ ระบบเกษตรกรรมในทัศนะของ (ชาวโศก) พุทธเกษตรกรรม
- ★ การสร้างสังคมอุดมธรรม-สันติธรรมให้ปรากฏเป็นจริง
- ★ ท่านสมณะที่มาเป็นวิทยากร ควรแยกเป็นวัย เช่น ท่านสมณะอาวุโสให้วิทยาทานกับญาติธรรมอาวุโส ท่านสมณะวัยกลางคนให้วิทยาทานกับญาติธรรมวัยกลางคน ท่านสมณะวัยรุ่นให้วิทยาทานกับญาติธรรมวัยรุ่น เพื่อจะได้เข้าใจในพฤติกรรมอารมณ์ของญาติธรรม
- ★ ควรมีสักฆาตุมาร่วมเป็นวิทยากรกับญาติธรรมหญิง
- ★ เมื่อเสร็จสิ้นการแลกเปลี่ยน-เรียนรู้ในกลุ่มย่อยแล้ว ควรมีการสรุปในกลุ่มใหญ่เพื่อให้เป็น “มติ” “ปริญาญา” เช่น หลัง การเข้า Course ดอยรายปลายฟ้าแล้วมีข้อสรุปเรียกว่า “ปริญาญาดอยรายฯ ครั้งที่ ๑” ☸



เจริญธรรม สำนักดี พบกับ นสพ.ชาวโศก ฉบับที่ ๒๙๙(๓๒๑) ปีภหัง ๑๖-๓๑ มีนาคม ๒๕๕๐

สำหรับข่าวความเคลื่อนไหวในแวดวงชาวเรานำมาฝากกัน ดังนี้

ฟังกันได้... ช่วงงานเกษตรแห่งชาติที่มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี จังหวัดได้ไปเยี่ยมเยียนชาวบ้านราชธานีเมืองเรือ เห็น**สมณะถักบุญ**กำลังทอผ้าประหยัดพลังงาน พอได้แฉ่งโซล่าเซลล์มาก็เอามาต่อสายเข้าแบตเตอรี่ แล้วต่อเข้ากับเครื่องสูบน้ำ โดยมีนักเรียนสมัครมาศึกษาวิชานี้อีก เรียนรู้เรื่องการต่อไฟอยู่ใกล้ๆ จังหวัดสังเกตดูเด็ก เขามีความสนใจก็ได้แฉ่งคิดว่า ถ้าเราให้เด็กเรียนตามความสนใจในสิ่งที่ไม่ผิดศีลธรรม หรือมีผู้ใหญ่ที่คอยดูแลอยู่ใกล้ๆ ให้ความรู้ก็น่าจะได้หายาที่ที่ดี สืบต่อจากผู้ใหญ่ เป็นการฟังกันได้ระหว่างผู้ใหญ่กับเด็ก ผลของการต่อไฟสูบน้ำจากพลังงานแสงอาทิตย์ (โซล่าเซลล์) ปรากฏว่าได้ผล แต่ต้องต่อกันหลายเครื่อง(เครื่องสูบน้ำ) ซึ่งพ่อท่านก็อนุมัติโครงการประหยัดพลังงานนี้แล้ว โดยเครื่องสูบน้ำมันจะทำงานตลอดวัน เว้นแต่ช่วงดึกที่ไฟจะหมดเพราะไม่มีแสงอาทิตย์สว่างเหมือนกลางวัน พลังงานไฟฟ้าที่สะสมไว้ก็หมด ท่านถักบุญก็ต้องฟัง**หลวงพ่อสอน โสป่าโก** ช่วยตื้นขึ้น มาปิดสวิทช์ หลวงพ่อสอนก็น้อมรับด้วยความยินดี เรื่องนี้ก็จบลงด้วยดี เพราะมีหลวงพ่อบุญที่ฟัง ที่อาศัย...ในบ้านราชธานี จังหวัดจะสังเกตเห็นผู้เฒ่าหรือผู้สูงอายุหลายคนเป็นพ่อของ**คุณดินดอน พ่อของอาพรตะวัน พ่อของคุณปะพอดตัว พ่อของคุณวิภาจรรย์ เจริญสุข และแม่ของพื้มด(ถึงดิน)** แล้วเห็นลูกๆ และญาติธรรมในชุมชนช่วยกันดูแล ก็รู้สึกอบอุ่นใจที่สังคมของลูกๆ ที่บ้านราชธานี สามารถฟังพาอาศัยกันได้ใญ่ยามแก่เฒ่า...มีอยู่วันหนึ่ง**เจ้าหลัน**จากปากช่องพาพี่สาวมารักษาสุขภาพในงานเกษตรแห่งชาติ ได้พาแม่ของพื้มดขึ้นไปพบสมณะ จังหวัดเห็นแม่ของพื้มดแล้ว ก็รู้สึกทึ่ง เพราะดูว่าสาวชั้กว่าที่เคยเห็น แม่จะเดินไม่ค่อยสะดวก ต้องมีคนคอยจูง แม่ของพื้มดเปิดใจให้สมณะฟังว่าแต่ก่อนรู้สึกไม่ชอบเลยเวลาใครเรียกตนว่าเป็นแม่ผด แม่ของพื้มดพูดถึงตอนนี้ก็แสดงอาการขำตัวเอง แล้วบอกกับเพื่อนพ้องน้องพี่และสมณะว่า เดี่ยวนี้ก็เข้า

ใจแล้วไม่ถือสาอะไร เจ้าหลันบรรยายกันว่าคงมีความสุขที่พ่อด เอ๊ย **พ่อของพื้มด คือพ่อจลวย** จะพยายามเคลียร์ตัวเองแล้วมาอยู่กับครอบครัวที่บ้านราชธานี อย่างพร้อมหน้าพร้อมตา จังหวัดก็หวังว่า ความตั้งใจคงสัมฤทธิ์ผลนะ...สำหรับ**คุณพ่อสมพงษ์ เสงประถม**ที่เป็นพ่อของอาพรตะวัน เคยเป็นคนแข็งแรงช่วยเหลือตัวเองได้ แต่ตอนนั้นเป็นอัมพาต หลังจากไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลราชวิถี อาพรตะวันก็พามาดูแลที่บ้านราชธานี ตอนเช้าก็เห็นอาพรตะวันพาคุณพ่อนั่งรถเข็นมาที่ศาลาเฝ้านกัน เพื่อใส่บาตรสมณะนี้แหละชะบรรยากาศที่จังหวัดรู้สึกว่าคุณเราชาวบุญนิยมฟังกันได้ แม้ไม่มีเงินเดือนหรือไม่มีเงินเก็บเช่นคนทางโลก เป็นคนจนมหัศจรรย์ชะ...จิต ๕๕๕

พาณิชย์บุญนิยม...อุปโลกขวัณจากปฐมโศกบอกกับจังหวัดว่าช่วงก่อนมางานเกษตรแห่งชาติที่ ม.อุบลฯ ทางมร.ฐ.คิดจะปรับราคาจากราคาเดิยคือจานละ ๑๕ บาท เหลือจานละ ๕ บาท เป็นอย่างต่ำยิ่งมาได้เห็นพวกเรามาขายอาหารมังฯ ในม.อุบลฯ ที่งานเกษตรแห่งชาติก็ยิ่งมีความมั่นใจว่าจะน่าจะทำได้ แต่**อาปานรุ่ง**ซึ่งเป็นตัวหลักในการทำอาหารมังฯ ขายพร้อมเพื่อนชาวบ้านราชธานี อีก ๒ คน หลังจากทำตามนโยบายการขายอาหารแบบ **"มี ๐ บาทก็อิ่มได้"** ที่พ่อท่านให้แนวทางไว้ตลอด ๑๐ วันในงานเกษตรแห่งชาติ ก็ยิ่งมีความมั่นใจเช่นกันว่าทางอุทยานบุญนิยมที่ตนและเพื่อนๆ ดูแลอยู่น่าจะทำได้ จึงปรึกษาหารือกันเตรียมเปิดขาย **"มี ๐ บาทก็อิ่มได้"** ถ้ากับ ๒ อย่างก็ราคา ๑๐ บาท ตกข้าวและกับ ๓ อย่าง ก็ราคา ๑๕ บาท ส่วนซื้อกลับบ้านจำหน่ายราคาปกติ เช่นเดียวกับที่ ชมร.เชียงใหม่ ได้ทำอยู่มาตั้งแต่หลังงานมหาปวารณปีที่แล้ว จังหวัดได้ฟังความตั้งใจของแม่ครัวบุญนิยม ที่เกิดแรงบันดาลใจ หลังงานวันเกษตรแห่งชาติ เช่นนี้ก็ต้องถือว่า "คุ้มชะ" กว่าจะได้จัดวิญญานดวงนี้มา เงินล้านก็ซื้อไม่ได้ชะชะคุ้มชะคุ้มชะ...ต่อไปคงไม่มีใครมากล่าวหาธรรมะพ่อท่านว่าเป็นทฤษฎีที่ทำไม่ได้ โดยเฉพาะแนวพาณิชย์บุญนิยมที่มี ๔ ระดับระดับสูงสุดคือ แจกฟรี หลายคนฟังแล้วก็คงคิดว่า จะเป็นไปได้หรือ? ก็รอดูต่อไปชะชะว่าชาวมร.ฐ.กับชาวอุทยานบุญนิยมจะสามารถฝ่าฟันอุปสรรคไปสู่ความสำเร็จสูงสุดของพาณิชย์บุญนิยมได้หรือไม่ ต้องติดตามต่อไปอย่างไม่กะพริบตาทีเดียวชะชะ..จิต ๕๕๕

สัมมนาครู สันติฯ.. ๑๙ มีนาคม ๒๕๕๐ ผู้เข้าร่วม : สมณะ ๓ รูป นาค ๑ กรัก ๑ ปะ ๓ ครู ๓๐ คน **อาทองแก้ว** "เสนอแนวความคิดพัฒนาเด็ก จะปั้นดินให้เป็นดาว ครูฐานมีกรทำการบ้านกันก่อนนำเสนอ"**อากวี** "ปัญหาหมันคืออะไร ที่เรามาประชุมนี้

ส่วนมากจะวนอยู่เรื่องเก่า ไม่มีวิธีการแก้ไขใหม่ เสนอว่าครูควรเป็นศูนย์กลาง อยู่ที่ คลอง ๑๓ เด็กเชื่อฟังดี เด็กเหมือนพลทหาร ควรจัดการศึกษาให้เป็นไปตามธรรมชาติของคนปฏิบัติธรรม" **ปะบัวบุญ**"เด็กเขาเป็นทายาทเรา ต้องอยู่ร่วมกันกับเรา จึงต้องพบกันคนละครึ่งทาง, ให้เด็กมีโอกาสเปิดใจโดยปลอดภัย แล้วเราจะได้จากเด็กมาก ถ้าเด็กร้าย...เราต้องอ่อนน้อมเขาใหม่ เหมือนศาสนาคริสต์ต้องให้ก่อน, ให้เวลาเขาหน่อย น่าจะมีเวทีให้เด็กพูด พูดได้อย่างไม่บาดเจ็บ จะได้ว่าเขาเป็นอะไรจะได้ให้เขาเขาได้ถูก" **อาใจแก้ว** "ฝึกเรื่อยๆตอนนี้ใช้ได้ ไม่ถึงกับดีเลิศ เด็กต้องได้ใจก่อน ไม่ใช่เอาแต่งานๆ การได้ใจเด็กการพัฒนาจะเกิดขึ้น" **อาละออง** "ยอมรับว่าตัวเองมีข้อบกพร่อง เพราะเน้นวิชาการ ไม่ได้เน้นจริยธรรม คุณธรรมเท่าไรก็เลยเกิดความผิดพลาดขึ้นมา, มารยาทมีการสอนน้อย, เด็กไม่เข้าใจวิธีคิดเหตุผลของผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่น่าจะมีเหตุผลให้เขาเพิ่มขึ้น, ต้องเข้าใจกิเลสของเราและของเด็กด้วย เรื่องมารยาทต้องช่วยกันหลายๆฝ่าย โดยเฉพาะเวลาตักอาหาร" **ป่าเมินเงิน** "ฐานงานเหมือนครอบครัว การทำงานพยายามทำงานร่วมกับเด็ก เน้นประณีต สะอาด ประหยัด ๕ ส. เด็กจึงไว้ใจ ไม่คาดหวังเด็ก ตนเองก็ต้องลดอดีต วางใจ ถ้ามีอารมณ์แล้วมันจะไม่อยากสอน สิ่งแวดล้อมเป็นกำลังใจในการสอน ไม่คาดหวังอะไรมาก เน้นเรื่องคุณงามความดี เป็นเหมือนพ่อแม่สอนทุกคน อย่าง ดีที่ได้สอนเด็ก ไม่ให้เด็กรอแต่สั่งงาน ต้องทำงานเองเป็น, เมื่อมีปัญหาเด็กได้เรียนรู้ปัญหาไปด้วย และมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา" **ปะพัดชา**"ยึดเวลาเข้าฐานทำให้เด็กกลัวเพราะคิดว่าตัวเองให้เขามากเกินไป, เด็กไปร้องให้กับท่านลานบุญ คิดว่าจะดีเด็กออกไป ตอนหลังคิดได้ นึกถึงความดีของเขา จึงคุยกันอีกครั้ง ความเต็มใจของเด็กจะทำให้มีผลในการทำงานและการเรียน, เด็กม.๑ สามารถเย็บผ้าถุงได้บ้างแล้ว เด็กควรมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบงานด้านเสื้อผ้าบ้าง" **อาสุภาพ**"การรับเด็กควรมีจุดประสงค์เพื่อพัฒนาตนเองด้วย เพื่อการพัฒนาเด็กด้วย, ได้ฝึกความอดทนเพิ่มขึ้นเมื่อทำงานกับเด็ก, เรื่องเด็กทำอาหารวันจันทร์ ไม่มีผู้ใหญ่ไปร่วมด้วย" **อาเอกองงค์** "เด็กไม่เข้าใจว่าจะทำไปทำไมเสียสละไปทำไม เมื่อพูดให้เด็กเข้าใจก็ได้ผล" **อาจันทร์แรม** "ได้เตือนเรื่องความปลอดภัยเสมอ บางที่ไม่เชื่อต้องเจอด้วยตัวเองจึงจะเชื่อ ตอนหลังก็ดีขึ้น" **สมณะ...**"ทุกอย่างอยู่ที่ครู ครูต้องทำการบ้านถ่ายทอดวิญญานเพื่อจิตวิญญานผู้ใหญ่ทำได้อ่อนสอนคนอื่นภายหลัง ต้องรู้เทคนิคศิลปะ เทคนิคการพูดคุยกับนักเรียน สร้างบันได เป็นขั้นตอน ศึกษาความเป็นครูไม่สิ้นสุด ลดมาจนอดตา เสียสละ ขยัน

อดทน ขวนขวายงานแบบสานหมู่ ใช้การบังคับให้เหมาะสมในการปกครอง ครูฝึกได้ ขอโทษได้ โกรธได้ ใช้หลักอัปมัญญา ๔ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา คือ ๔ ให้ ๑.ความเข้าใจ(เมตตา)รู้จักเขาก่อน การเป็น ผู้ฟังให้มาก ๒.ให้เวลา ลงมือกรุณา ไม่ไปจับผิด ๓.มุทิตา เด็กเป็นตัวผลิตความบกพร่อง ต้องให้อภัยเขาให้ได้ ๔.อุเบกขา วางกิเลสของเราให้ได้ ไม่ไปถือสา เข้าชั้นอุเบกขา พร้อมทั้งจะร่วมมือร่วมใจ ทำอะไรไม่ทำตามภพของตัวเอง, ดูที่วงคุณนี้แหละว่าเราพาดพันกันใหม่ เราจะได้ระวังเด็กมากขึ้น ฟังกันใหม่ในที่ประชุมบอกกันได้ใหม่ ลิส ทำทางเราเป็นยังไง สนใจคนอื่นพอไหม, ครูควรจะไปทำงานด้วยกัน" จังหวัดได้เห็นการย้อนมองเข้าหาตัวเองของครูแต่ละคนแล้วรู้สึกดีใจแทนเด็กจริงๆ อย่างนี้เด็กก็จะได้เห็นตัวอย่างที่ดี ซึ่งตรงกับคำที่ว่า "ตัวอย่างที่ดีมีค่ากว่าคำสอน"...จิต ๕๕๕

ตั้งข้อสังเกต... เห็นที่คนหนึ่งมีอาการข้อเท้าปวดบวมทั้งสองข้างเพราะมีแผลพุพอง น้ำหนองไหลซึม สอบถามจึงได้คำตอบว่า ช่วงที่ผ่านมากินวิตามินและยาเกี่ยวกับน้ำเหลืองเสียอยู่ ผู้รู้ให้ข้อมูลว่า อาการคล้ายกับโรควิตามินเกิน จึงแนะนำให้พี่เขางดวิตามินและยา หลังจากนั้นเพียงแค่วันเดียวอาการปวดบวมที่เป็นมาตั้งหลายวันก็ทุเลาลงไปเยอะ ชวนให้คิดว่า... ผู้ที่กังวลเรื่องสุขภาพมากจนเกินไป กลัวว่าจะขาดโน่นขาดนี้ ก็มักจะเป็นคนแรกที่ป่วย... อะไรที่มันเกินเลยไปจากความพอเพียง เกินเลยความพอดี มันก็จะส่งผลในแง่ลบ ส่งข่าวมาด้วยความห่วงใยพี่น้อง...จิต ๕๕๕

กติธรรม-คำสอนประจำฉบับ

"ชีวิต" คือการเรียนรู้ เพื่อจะรู้ "ทุกข์" แล้วปรับตนให้ "พ้นทุกข์" ผิดตนให้ "พ้นทุกข์" "ชีวิต" ไม่ใช่การใช้ความทดลอง เพื่อ "ชิม" เพื่อ "แข่งขัน" เพื่อ "สั่งสมจิตใจให้มีกิเลสยิ่งขึ้น" ผู้ฉลาดแท้ และรู้ทันความจริงตั้งว่านั่นเท่านั้น จึงจะมี "ชีวิต" บรรลุผลสำเร็จใน "ชีวิต" ได้

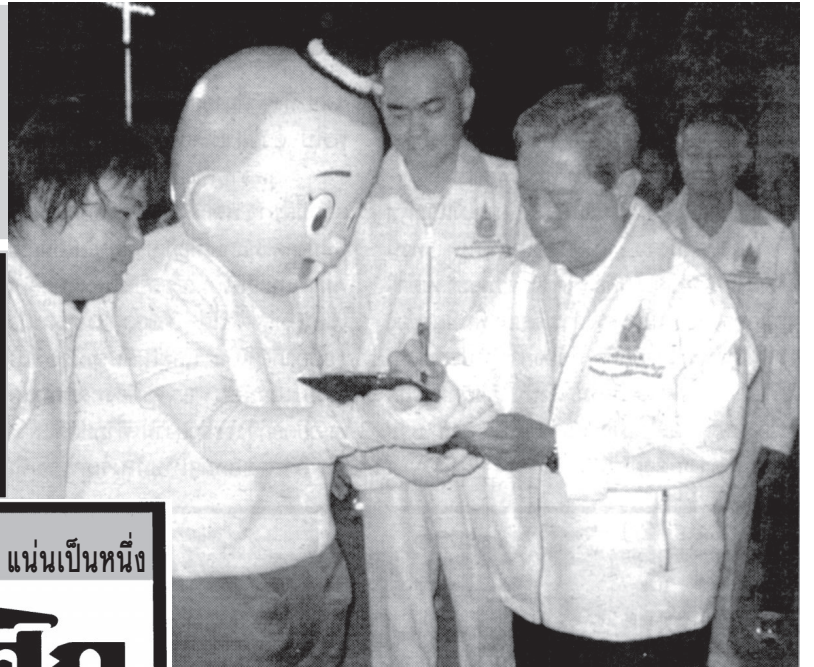
หากเพียรทำให้ถูกต้องอย่างสำคัญจริงจริง มิฉะนั้นแล้ว เขาผู้นั้นจะไม่มีสิ่งทาง และโอกาสประสพผลสำเร็จใน "ชีวิต" เลย แม้เขาจะได้ "ชิม" ความสุขสมใจ มากล้นสุดล้นเท่าใดๆ ก็ตาม แม้เขาจะได้ "ชนะ" ยิ่งใหญ่เหนือใคร! เหนือคนทั้งโลก ด้วยยศ ด้วยเกียรติ ด้วยวัตถุสมบัติยิ่งยวดเท่าใดๆ ก็ตาม หากเขาไม่รู้แจ้งเห็นทุกข์เพราะ "กามตัณหา" และ "ภวตัณหา" อย่างชัดแจ้งแท้จริงแล้ว "ชีวิต" ก็จะไม่คงไม่มีคำว่า "จบ" หรือ "สำเร็จเสร็จสิ้น"

(๒๐ ต.ค. ๒๕)

(จากหนังสือโศกธรรม สมณะโพธิรักษ์ หน้า ๕๒)

'สุรยุทธ์' ร่วมลงชื่อ

วังตำหนักเกล้า'



กรุงเทพฯ - นายคาร์ณ ชูเดชา ผู้ประสานงานเครือข่ายรถบังคับวิทยุแอลกอฮอล์ กล่าวว่า ขณะนี้ ขบวนการ "วังตำหนักเกล้า'ทำความดีปืมหามงคล" ที่เกิดจากความร่วมมือของเครือข่ายรถบังคับวิทยุแอลกอฮอล์ ๒๖๔ องค์กร นำโดยเครือข่ายองค์กรงดเหล้า ชมรมแพทย์ชนบท สมาพันธ์ชมรมวังเพื่อสุขภาพไทย สมาคมหมออนามัย เพื่อลารายชื่อสนับสนุนร่าง พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จาก ๔ ภาคทั่วประเทศ มุ่งสู่กรุงเทพฯ มีผู้ร่วมลงนามสนับสนุนแล้วกว่า ๔ ล้านรายชื่อ รวมทั้งผ่านทางเว็บไซต์ www.stopdrink.com ซึ่งเชื่อมั่นว่ากว่า ขบวนการวังจะมาถึงสนามหลวงในวันที่ ๑๙ มี.ค.นี้ จะมีผู้ร่วมลงนามไม่ต่ำกว่า ๘ ล้านคน และมีผู้ที่สนับสนุน พ.ร.บ.ฉบับนี้ไม่ต่ำกว่า ๕ หมื่นคน เพื่อแสดง

หนึ่งน้อย ทวยเต็ม ☀ เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่ง

ข่าวโศก

ฉบับที่ ๒๙๙(๓๒๑) ปักยี่ห้าถึง มีนาคม ๒๕๕๐

เจตนารมณ์ให้รัฐบาล และสถานิติบัญญัติแห่งชาติเห็นว่คนไทยต้องการกฎหมายที่จะคุ้มครองเยาวชนและสังคมไทยให้รอดพ้นจากปัญหาที่เกิดจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยจะนำปัญหาที่เกิดจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยจะนำรายชื่อทั้งหมดส่งมอบให้กับ พล.อ.สุรยุทธ์ จุลานนท์ นายกรัฐมนตรี และนายมีชัย ฤชุพันธุ์ ประธาน สนช.ในวันที่ ๑๙ มี.ค.นี้ที่สนามหลวง

นายกัณฑ์อเนก ธนพรดิศนันท์ เครือข่ายเยาวชนรถบังคับวิทยุแอลกอฮอล์ กล่าวว่า ได้พบ พล.อ.สุรยุทธ์ จุลานนท์ นายกรัฐมนตรี ในงาน รพ.พระจอมเกล้าฯ - นครศรีฯ มินิมาราซอน ครั้งที่ ๗ ซึ่งท่านนายกฯใจดีให้โอกาสได้ยกอย่างตนเข้าไปพูดคุยด้วย ตนจึงขอให้ท่านร่วมลงนามสนับสนุนร่าง พ.ร.บ.ควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งท่านได้ร่วมลงนามด้วย ตนรู้สึกดีใจเป็นอย่างมากที่ผู้นำประเทศให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ ทำให้มั่นใจว่าท่านจะนำพาเด็กและเยาวชนไปสู่อนาคตที่ดี ไม่ตกเป็นเหยื่ออบายมุข.(นสพ.ไทยโพสต์ เอ็กซ์-ไซท์ ๑๓-๑๔ มี.ค.๒๕๕๐)

๑๕ ข้อเสียปล่อยให้เด็กไว้กับทีวี

ยุคกาลปีดอมมาถึงแล้ว พร้อมกับกิจกรรมประจำของเด็กๆที่กำลังสร้างความกังวลให้กับพ่อแม่ผู้ปกครอง โดยเฉพาะการเล่นเกมส์ตลอดจนการดูทีวี

นายอรุณ จันทวานิช เลขาธิการสภาการศึกษาเปิดเผยว่า จากการวิจัยประเมินการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของผู้เรียนในโรงเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ๒๖ แห่งทั่วประเทศ พบว่า ปัจจุบันปัญหาที่พบมากทั้งโรงเรียนในเมืองและนอกเมือง คือ การติดเกมและนักเรียนจำนวนมากที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับนักเรียนที่ค่อนข้างเรียนดี ซึ่งนำไปสู่ปัญหาการมั่วสุม การหนีเรียน ไม่สนใจภาระหน้าที่อื่น เสียสุขภาพและเสียทรัพย์สิน นอกจากนี้ยังพบว่า บทบาทของสื่อสารมวลชนชักจูงนักเรียนไปในทางที่ไม่สมควร เช่น การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย การเบียดเบียนทางเพศ การมีความสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสมกับเพศตรงข้าม รวมถึงแต่งกายที่ไม่สุภาพ มากกว่าการสนใจให้ทำความดี และเสียสละเพื่อสังคม ส่วนปัญหาหาเสพติดพบว่า นักเรียนมักหลบไปสูบบุหรี่ในสถานที่ลับตา แต่มีจำนวนไม่มาก

นายอรุณกล่าวอีกว่า การจะพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนให้ได้ผลนั้น ครูจะต้องทำหน้าที่เป็นแบบอย่างที่ดี และเป็นฝ่ายสนับสนุนให้นักเรียนมีความเข้มแข็ง มีทักษะชีวิตในการคิดวิเคราะห์ ไตร่ตรอง และรู้จักเลือกสรรกระทำแต่สิ่งที่ดีงาม

นอกจากนี้ยังมีรายงานทางวิชาการของ ดร.เอริก ชิกแมน จากบริติช โซโคโลจิคัล โซไซตี้ แห่งประเทศอังกฤษ ได้ระบุว่าโทรทัศน์เป็น "เรื่องอื้อฉาวทางสุขภาพที่ถูกปกปิด เป็นความลับมากที่สุดแห่งยุคสมัย" ทั้งนี้เขาได้ศึกษาพบว่า เฉลี่ยแล้วเด็กอังกฤษใช้เวลาดูทีวีตลอดทั้งปีเมื่ออายุ ๖ ขวบ และกว่าครึ่งของเด็กอายุ ๓ ขวบมีทีวีในห้องนอน ซึ่งเป็น



เรื่องไม่เหมาะสม โดยเขาชี้ว่า การปล่อยให้เด็กดูทีวีพรวดเพื่อต่อไปถือเป็นการสกัดทั้งความรับผิดชอบในการเป็นพ่อแม่คน และเพื่อให้พ่อแม่ผู้ปกครองเห็นภัยจากทีวี ดร.ชิกแมนได้จำแนกพิษภัยของทีวีต่อเยาวชนไว้ละเอียดลออถึง ๑๕ ข้อ ดังนี้

- ๑.โรคอ้วน เนื่องจากมีการออกกำลังกายน้อยมาก
- ๒.แสงจากทีวียับยั้งการผลิตฮอร์โมนเมลาโทนิน
- ๓.ภูมิคุ้มกันโรคลดลง การที่เมลาโทนินลดลงอาจทำให้มีโอกาสเพิ่มขึ้นที่จะเกิดการกลายพันธุ์ในเซลล์ดีเอ็นเอซึ่งทำให้เกิดมะเร็ง
- ๔.โตเป็นสาว/หนุ่มก่อนวัยซึ่งเกี่ยวข้องกับการลดลงของเมลาโทนินเช่นเดียวกัน
- ๕.มีปัญหาในการนอนหลับ เนื่องจากความตื่นตื้นเร้าอารมณ์ของรายการทีวี
- ๖.โรคอหิวาต์หรือความผิดปกติทางพัฒนาการด้านสังคม ภาษา การสื่อความหมาย พฤติกรรมอารมณ์ และจินตนาการ เกิดจากการขาดการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น
- ๗.ไขมันในร่างกายเพิ่ม เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนเลปตินและเกรลินที่ผลิตไขมันและกระตุ้น



- ความอยากอาหาร
- ๘.ขาดสมาธิ เนื่องจากการพัฒนาเซลล์สมองที่ควบคุมช่วงความสนใจบกพร่อง
 - ๙.มีปัญหาในการอ่าน ผลจากการขาดสิ่งกระตุ้นสติปัญญาขณะเป็นเด็ก
 - ๑๐.เบ้าหวานประเภท ๒ จากกรกินอาหารแคลอรีสูงระหว่างดูทีวี
 - ๑๑.กลิ่นที่แผ่ออกมาจากทีวีมีความเกี่ยวข้องกับารเปลี่ยนแปลงของเซลล์ภูมิคุ้มกันบนผิวหนัง
 - ๑๒.ทำให้คอเลสเตอรอลเพิ่มขึ้น เนื่องจากเด็กไม่ค่อยทำกิจกรรมอื่น นอกจากนั่งเฝ้าหน้าจอทีวี
 - ๑๓.การดูทีวี อาจทำให้กระบวนการเผาผลาญอาหารช้าลงกว่าการไม่ทำอะไรเลย
 - ๑๔.สายตาสั้น และ
 - ๑๕.การดูทีวีมาก ๆ ทำให้มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นที่จะเป็นโรคอัลไซเมอร์. (นสพ.ไทยโพสต์ เอ็กซ์-ไซท์ ๑๓-๑๔ มี.ค.๒๕๕๐)