



สารสัมพันธ์

แก๊งกัลยาดีกษาลัย

ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒ มกราคม - มีนาคม ๒๕๖๐

ทักทายบอกกล่าว

สวัสดิ์คะ กัลยาณมิตรทุกท่าน หากกล่าวถึงวันที่มีความสำคัญยิ่งทางพระพุทธศาสนาแล้ว **วันมาฆบูชา** นับเป็นวันสำคัญวันหนึ่งที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์ คำว่า **มาฆบูชา** มาจากภาษาบาลีว่า **มาฆปุรณมีบูชา** แปลเป็นภาษาไทยว่า **การบูชาในวันเพ็ญเดือนสาม** ซึ่งถือเป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงวางหลักธรรมสำคัญของพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย การทำความดี ละเว้นความชั่ว และทำจิตใจให้บริสุทธิ์ ซึ่งในปีนี้ตรงกับวันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐

หากพูดถึงเดือนกุมภาพันธ์หลายท่าน อาจให้คำนิยามเดือนนี้ว่าเป็น **“เดือนแห่งความรัก”** คำว่ารักนั้นมีหลากหลายรูปแบบ อาจนำมาซึ่งความสุข และความทุกข์ประสมรวมกัน มีสุขก็ย่อมมีทุกข์ นับว่าเป็นสัจธรรมของโลก และในสารสัมพันธ์ฉบับนี้เราจึงได้รวบรวมเรื่องราวดีๆ เพื่อบอกกล่าวเรื่องราวความรักไว้สำหรับผู้อ่านทุกท่าน

จากการนำเสนอบทความเรื่อง **“ลูกพ่อ”** จดหมายในหลวงถึงสมเด็จพระเทพฯ หน้าที่ ๓ ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๑ กองบรรณาธิการได้รับการแนะนำจากผู้อ่านให้ตรวจสอบข้อเท็จจริง เนื่องจาก บทความดังกล่าวไม่ใช่พระราชหัตถเลขาจากในหลวงถึงสมเด็จพระเทพฯ จากการค้นหา <http://www.skynews.thaimom.net> พบว่า บทความนี้เป็นบทความส่วนหนึ่งจากหนังสือ **“บันทึกของลูกรัก บันทึกนี้มอบแด่ลูกหญิง”** จัดทำโดยธรรมสภา ผู้เขียนบทความนี้ใช้นามปากกา **“ว.แหวน”** ซึ่งสมเด็จพระเทพฯ ไม่เคยใช้นามปากกานี้ กองบรรณาธิการต้องขออภัยมา ณ ที่นี้ และขอบคุณในการแนะนำเพื่อช่วยให้การเข้าถึงแหล่งข้อมูลอย่างระมัดระวัง และรอบคอบมากยิ่งขึ้น

ในนามของกองบรรณาธิการ แก๊งกัลยาดีกษาลัย ขอขอบพระคุณสำหรับทุกคำแนะนำ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า สวัสดิ์คะ

นางสุกัญญา รอบจังหวัด
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการแก๊งกัลยาดีกษาลัย

เรื่องเด่นในฉบับ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๑๐ ทรงพระราชทานคำอวยพรปีใหม่ **๒** / วันมาฆบูชา **๓**

วันแห่งความรักในพระพุทธศาสนา **๕**  **วันรักจากบงส์** **๖**
กับนางสาวปาก

สร้างเสริมวินัยและระบบคุณธรรม **๗** / บอชแล้วได้อะไร...รำพึงจตุรกาลา **๘**

เรื่องข้ามชั้นของในหลวง **๙** / การเจริญสติ - สมานในชีวิตประจำวัน **๑๐** / พุทธศาสนสุภาษิต **๑๒**





ในปีใหม่นี้ ขอให้ชาวไทยทุกคนตั้งใจให้แน่วแน่ที่จะรักษาคุณสมบัตินี้ให้เหนียวแน่น และทำความคิดจิตใจให้แจ่มใสด้วยปัญญาที่กระจ่าง พิจารณาทุกสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง โดยปราศจากอคติ ให้มีความมุ่งมั่นมีกำลังใจในอันที่จะร่วมกันปฏิบัติสรรพกิจน้อยใหญ่ ในการะหน้าที่ตามแนวพระบรมราโชบายที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช-บรมนาถบพิตร ได้พระราชทานไว้ให้ว่านทุกอย่างสำเร็จผลเป็นความดีความเจริญทั้งแก่ตนเอง แก่ส่วนรวมและประเทศชาติ เป็นการรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ

ในการนี้ ข้าพเจ้าขอปฏิบัติหน้าที่ร่วมกับประชาชนชาวไทยโดยเต็มกำลังความสามารถ เพื่อสืบสานพระราชปณิธานเช่นกัน ขออานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อันเป็นที่เคารพเลื่อมใสของชาวไทย อีกทั้งพระบารมีแห่งสมเด็จพระมหากษัตริย์ไทยในอดีต มีพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร เป็นอาทิ จงคุ้มครอง รักษาท่านทุกคนให้ปราศจากทุกข์ ปราศจากภัย ให้มีความสุขกายสุขใจ และประสบแต่สิ่งที่พึงปรารถนาตลอดศกหน้านี้โดยทั่วกัน

ที่มา: ข่าวในพระราชสำนักมติชนออนไลน์
วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๙

วันมาฆบูชา

ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓



ความเป็นมาและความสำคัญของวันมาฆบูชา

วันมาฆบูชา เป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาของพุทธศาสนิกชน ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ คำว่า **มาฆบูชา** มาจากภาษาบาลีว่า **มาฆปุรณมีบูชา** แปลเป็นภาษาไทยว่า การบูชาในวันเพ็ญเดือนสาม ซึ่งตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ ของทุกปี แต่ถ้าปีใดมีอธิกมาส (เดือนแปดสองหน) ปีนั้นก็จะเลื่อนไปเป็นวันเพ็ญเดือน ๔ แทน

วันมาฆบูชา ถือเป็นวันที่พระพุทธศาสนาได้วางรากฐานอย่างมั่นคง เนื่องจากเป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงโอวาทปาฏิโมกข์ ซึ่งเป็นหลักการทางพระพุทธศาสนาแก่ภิกษุสงฆ์เมื่อครั้งประทับจำพรรษาที่ วัดเวฬุวัน เมืองราชคฤห์ แคว้นมคธ ในวันนั้นได้มีเหตุการณ์อัศจรรย์เกิดขึ้น โดยสามารถเรียกได้ว่าเป็นวันจาตุรงคสันนิบาต แปลว่า การประชุมพร้อมด้วยองค์ ๔ ประกอบด้วย

๑. ภิกษุสงฆ์ จำนวน ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย
๒. ภิกษุสงฆ์เหล่านั้นล้วนเป็นพระอรหันต์และเป็นพระอรหันต์ขีณาสพที่ได้ภิกษุญา ๖ ได้แก่ (๑) อิทธิวิธีแสดงฤทธิ์ (๒) ทิพโศตหุทิพย์ (๓) เจโตปริยญาณ อ่านใจคนอื่นได้ (๔) ปุพเพนิวาสานุสสติ ระลึกชาติได้ (๕) ทิพจักขุตาทิพย์ (๖) อาสาวัชชยญาณ สิ้นอาสวะกิเลส
๓. ภิกษุสงฆ์เหล่านั้นล้วนแล้วแต่เป็นเอหิภิกขุ (พระพุทธเจ้าทรงบวชให้)
๔. วันนั้นเป็นวันที่พระจันทร์เสวยมาฆฤกษ์ (วันเพ็ญเดือนสาม)

โอวาทปาฏิโมกข์ เป็นหลักคำสอนที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา กล่าวถึง จุดหมาย หลักการ และวิธีการ ของพระพุทธศาสนา ไว้อย่างครบถ้วนโดย

๑. จุดหมายของพระพุทธศาสนา คือ พระนิพพาน (นิพพานปรมาทฺตนิ พุทธา)
๒. หลักการของพระพุทธศาสนา คือ ต้องมีความอดทนในการฝึกตนเอง เพื่อบรรลุจุดหมาย (ขณฺติ ปรมตฺไปตฺตีกขา) ต้องประกอบด้วย
 - ไม่ทำความชั่วโดยประการทั้งปวง ทั้งทางกาย วาจา และใจ (สพฺพปาปสฺสอภฺย)
 - ทำความดีทั้งทางกาย วาจา และใจ (กุสลสุสฺสพฺสมฺปทา) การไม่ทำความชั่วนั้น จะเรียกว่า เป็นคนดียังไม่ได้ การเป็นคนดีจะต้องทำความดี ทั้งทางกาย วาจา ใจ มิฉะนั้นแล้ว คนปัญญาอ่อน คนเป็นอัมพาต เป็นต้น ก็จะเป็นคนดีไปหมด
 - การชำระจิตใจให้สะอาด ผ่องใส สงบ (สจฺจิตฺตปริโยทฺปนํ)



๓. วิธีการที่จะบรรลุจุดหมาย คือ ต้องฝึกฝนตนแบบต่อเนื่อง ให้เกิดมรรคสามัคคี คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ รวมพลังกันเหมือนเชือก ๘ เกลียว หรือให้มี ศีล สมาธิ และปัญญา รวมพลังกัน เหมือนเชือก ๓ เกลียว พัฒนากาย วาจา ใจ ให้พูดดี ทำดี คิดดี ไม่ตกอยู่ในอำนาจแห่งกิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ หรือ ราคะ โทสะ โมหะ ไม่ตกอยู่ในอำนาจแห่งกิเลส ตัณหา หรือความใคร่ ความอยากมี อยากเป็น แบบมีติดบอด ความไม่อยากมี ไม่อยากเป็น ที่มันเป็นไปไม่ได้ เช่น ไม่อยากเป็นคนเสื่อมลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นต้น โดยอาศัยวิธีการ คือ

- ฝึกวาจา ระวังเสมอ มิให้กล่าวคำเท็จ คำหยาบ คำส่อเสียด คำเพ้อเจ้อ (อนุปวาโท)
- ฝึกกาย ระวังเสมอมิให้มีการฆ่า ทำลายชีวิต ตลอดจนจนถึงการเบียดเบียนทางกาย (อนุปฆาโต)
- ละเว้นข้อที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสห้ามไว้ และทำตามข้อที่พระพุทธองค์อนุญาต (ปาฏิโมกฺข จ ส่วโร)
- รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร ตลอดจน รู้จักประมาณในการใช้สอยปัจจัย ๔ (มตตณฺญา จ ภตตสฺสมี)
- ฝึกตนอย่างจริงจัง ในที่ที่สงัดจากสิ่งรบกวน (ปนฺตน จ สยนาสนํ)

- ภาวนาอยู่เสมอ คือ พัฒนาตนเองให้พ้นจากอำนาจของกิเลส ตัณหา การภาวนา หมายถึง การใช้ทั้งสมาธิ และวิปัสสนา แก้ปัญหา หรือจัดการกับกิเลส (อธิจิตเต จ อาโยโค) เป็นการตรวจสอบตัวเองอยู่เสมอ มิให้จิตใจเศร้าหมอง ให้จิตใจผ่องใสอยู่เสมอ (สจิตฺตปริโยทปนํ)

จุดหมาย หลักการ และวิธีการ ที่พระพุทธเจ้าได้ประกาศไว้จะเป็นไปด้วยดี และบรรลุวัตถุประสงค์ที่พระพุทธเจ้าทรงมุ่งหมายไว้ นั้น พระองค์ได้ย้ำเตือนไว้ว่า จะต้องปฏิบัติตนให้เป็นอย่างบรรพชิต และเป็นอย่างสมณะ คือ เว้นจากความชั่วทุกประการ และเป็นผู้ปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างเพื่อระงับบาปอกุศล ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นอริยบุคคล ทั้งไม่เบียดเบียนและไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่คนที่ประพฤติดี ปฏิบัติชอบทั้งหลาย (น หิปพพิชิตํ ปฺรฺพฆาตี สมฺโณโหติ ปรี วิเรฺฐยนฺโต)

การปฏิบัติตนในฐานะพุทธศาสนิกชนเนื่องในวันมาฆบูชา

วันมาฆบูชาซึ่งถือเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ในฐานะของพุทธศาสนิกชนสามารถร่วมกิจกรรมทางศาสนาด้วยการทำบุญให้ทาน ถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสามเณรในช่วงเช้าหรือช่วงเพล การบริจาคทรัพย์ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้ยากไร้และการบำเพ็ญสาธารณกุศล การเจริญจิตตภาวนา บำเพ็ญภาวนาด้วยการไหว้พระสวดมนต์และปฏิบัติสมาธิ วิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ รวมถึง การร่วมกิจกรรม เวียนเทียน บูชาพระรัตนตรัยด้วยอามิสบูชาและปฏิบัติบูชา และการรักษาศีล สำรวมระวังกาย วาจา ใจ ด้วยการรักษาศีล ๕ หรือศีล ๘ เพื่อเป็นการรำลึกถึงการประกาศหัวใจของพระพุทธศาสนาของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาจนถึงปัจจุบัน

ที่มา : มณี พยอมยงค์. ประเพณีสิบสองเดือนล้านนาไทย. พิมพ์ครั้งที่ ๕ ฉบับปรับปรุงเพิ่มเติม, มาฆบูชา กรมศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม



วันแห่งความรัก ในพระพุทธศาสนา

เมื่อกล่าวถึงวันแห่งความรัก หลายคนมักจะนึกถึงวันวาเลนไทน์ ซึ่งเป็นวันแห่งความรักของวัยรุ่น หรือความรักของหนุ่มสาว ในการมอบความรักให้แก่กันด้วยความเสน่หา ด้วยการมอบดอกกุหลาบ ช็อคโกแลต หรือของขวัญอันเป็นที่พึงพอใจต่อคู่รักของตน แต่ความรักที่จะมอบให้แก่กันและกันนั้น สามารถมอบให้ได้ในทุกๆ วันไม่เพียงแต่เฉพาะในวันแห่งความรักเท่านั้น เนื่องจาก ความรัก มีหลากหลายรูปแบบไม่เพียงแต่เป็นความรักในลักษณะที่เกิดขึ้นจากความเสน่หาเท่านั้น แต่ความรักในทางพระพุทธศาสนาเป็นความรักที่มีความแตกต่างจากความรักที่คนทั่วไปรู้จัก เนื่องจากความรักในทางพระพุทธศาสนาเป็นความรักที่ประกอบด้วยหลักธรรมที่สำคัญ

วันแห่งความรักในพระพุทธศาสนาหลายท่านเมื่อได้ยินคำกล่าวนี้ อาจจะเกิดข้อสงสัยขึ้นภายในใจว่า ในศาสนาพุทธของเรา มีวันแห่งความรักด้วยหรือ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาวันแห่งความรักที่แท้จริง สามารถเปรียบได้กับวันมาฆบูชาที่มีความสำคัญ ในประเด็นที่พระพุทธเจ้าได้แสดงโอวาทปาฏิโมกข์ ที่ถือว่าเป็นการวางรากฐานประกาศหลักธรรมไว้ให้กับพุทธศาสนิกชนคนรุ่นหลัง ได้นำมาศึกษาปฏิบัติ ว่าด้วยเรื่องของหลักการของพระพุทธศาสนา คือ ละชั่ว ทำดี (ทั้งกาย วาจา ใจ) ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องใส เป็นคำสอนที่เป็นไปเพื่อป้องกัน แก้ปัญหาต่างๆ จนนำไปสู่ความหลุดพ้น จากหลักการนี้จึงเป็นสิ่งที่จะต้องคำนึงถึงความปรารถนา ของพระพุทธองค์ ที่มุ่งให้มนุษย์ชาติได้พ้นทุกข์ ซึ่งถือเป็นความรักที่แท้จริง

นอกจากนี้ ความรักในพระพุทธศาสนายังเป็นความรักที่ประกอบด้วยหลักธรรมที่สอนให้มนุษย์มีความรักในการอยู่ร่วมกัน อย่างสันติสุข ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา เป็นความรักที่บริสุทธิ์ปราศจากเงื่อนไข ไม่หวังที่จะนำตนเองเป็นศูนย์กลาง หรือการสนองความต้องการของตนเองเป็นหลัก แต่กลับมุ่งให้ประพัตติตนเพื่อให้ผู้อื่นพ้นทุกข์จากการที่ต้องมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม และให้เราเป็นที่พึ่งของผู้อื่นตามหลักของ พรหมวิหาร ๔ ซึ่งประกอบด้วย

๑. เมตตา คือ ความรักที่เกิดจากการมองแง่ดี ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข แม้จะไม่ใช้มิตรของตนเอง
๒. กรุณา คือ การช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน ขณะที่มีความทุกข์ ด้วยความปรารถนาให้เขาพ้นทุกข์ที่เขาประสบอยู่ ทั้งทางกายและทางใจ
๓. มุทิตา คือ การยินดีต่อผู้อื่นเมื่อทำความดี ประสบความสำเร็จ ปราศจากความอิจฉาริษยา
๔. อุเบกขา คือ การปล่อยวาง เมื่อเกิดความรักต่อกันแล้วต้องปล่อยวางและพึงระลึกอยู่เสมอว่า คนเราทำดีย่อมได้ดี ทำชั่วย่อมรับผลแห่งความชั่ว ไม่ควรดีใจหรือเสียใจหรือซ้ำเติม ควรให้ออกาสได้ปรับปรุงตนให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

แม้ว่าจะเป็นวันแห่งความรักของตะวันตกอย่างวันวาเลนไทน์ หรือจะเป็นวันมาฆบูชาซึ่งถือเป็นวันแห่งความรักในพระพุทธศาสนา หากเราสามารถทำความเข้าใจเกี่ยวกับความรักได้อย่างถูกต้องก็จะสามารถมอบความรักให้แก่กันและกันได้ในทุกๆ วัน

ที่มา : ก้องเกียรติ พุทธรักษ์ชิต วันแห่งความรักในพระพุทธศาสนา
ผู้จัดการออนไลน์ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗



(๑) ซ้อมขานนาค



(๒) มอบผ้าไตร



(๓) บรรพชาอุปสมบท



(๔) เลี้ยงพระเพลทำบุญตักบาตร



(๕) ทำบุญตักบาตร



(๖) การปฏิบัติธรรม ณ วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร



(๗) การเจริญจิตภาวนาปลงธรรมสังเวช



(๘) ลาลิกขา

โครงการบรรพชาอุปสมบท ๘๘ รูป ถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ณ วัดบวรนิเวศวิหาร (๑) ซ้อมขานนาค วันที่ ๒๕ - ๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๙ (๒)-(๓) มอบผ้าไตรแก่นาคและบรรพชาอุปสมบท วันที่ ๑๕- ๑๖ มกราคม ๒๕๖๐ (๔)-(๕) ทำบุญตักบาตรและเลี้ยงเพลพระภิกษุสงฆ์ใหม่ ณ กระทรวงสาธารณสุข วันที่ ๒๐ มกราคม ๒๕๖๐ โดยมี ศ.นพ.ปิยะสกล สกลสัตยาทร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธาน (๖) ปฏิบัติธรรม ณ วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร วันที่ ๒๓ - ๒๙ มกราคม ๒๕๖๐ (๗) การเจริญจิตภาวนาปลงธรรมสังเวชพระบรมศพพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ณ พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาทในพระบรมมหาราชวัง วันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖๐ (๘) ลาลิกขา ณ วัดบวรนิเวศวิหาร วันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๖๐



โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขรวมใจ “ทำดีที่สุด ถวายเป็นพระราชกุศล” พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ณ วัดบางไผ่ ระหว่างวันที่ ๒๙ พฤศจิกายน - ๑ ธันวาคม ๒๕๕๙ โดยนายแพทย์โสภณ เมฆธน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธาน ในพิธีเปิดโครงการฯ



โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุข “ขับเคลื่อนโรงพยาบาลคุณธรรมเพื่อเฉลิมพระเกียรติ” ปีงบประมาณ ๒๕๖๐ เมื่อวันที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐ ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพมหานคร โดยนายแพทย์โสภณ เมฆธน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานเปิดโครงการฯ



ไปหลายร้อยวัน

นายทศพล ข้าราชการได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ในการเรียกเก็บเงินจากผู้ป่วยที่มารับบริการ และออกใบเสร็จรับเงินมีพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องหลายประการ คือ ขาดราชการโดยไม่ได้รับอนุญาตการลาในแต่ละเดือนเป็นเวลาหลายวัน โดยไม่ติดต่อกันในช่วงเวลาทั้งหมดจำนวน ๑๖ เดือน รวมขาดราชการทั้งหมด ๑๑๗ วัน และได้มาลงชื่อปฏิบัติงานในบัญชีลงเวลาการปฏิบัติราชการหลังจากเวลา ๐๘.๓๐ น. (มาสาย) ในแต่ละเดือนจำนวนหลายวัน ในช่วงเวลาทั้งหมดจำนวน ๑๒ เดือน รวมวันที่มาทำงานสายทั้งหมด ๓๕ วัน นอกจากนี้เมื่อมาปฏิบัติงานแล้วยังได้ออกไปก่อนเวลาพักเที่ยง คือ ๑๒.๐๐ น. หรือกลับบ้านก่อนเวลา ๑๖.๓๐ น. อีกทั้งในการปฏิบัติงานก็ไม่เรียบร้อย มีความผิดพลาดบ่อยครั้ง เช่น ทำใบแจ้งยอดจ่ายเงินเดือนของเจ้าหน้าที่จำนวนหลายรายผิดพลาดและไม่ถูกต้องเป็นประจำ พฤติกรรมของนายทศพล ดังกล่าว เป็นการกระทำผิดวินัยอย่างร้ายแรง

ฐานไม่ปฏิบัติตามระเบียบแบบแผนของทางราชการ ฐานไม่ปฏิบัติหน้าที่ราชการให้เกิดผลดีหรือความก้าวหน้าแก่ราชการด้วยความตั้งใจอดสูหะ เอาใจใส่รักษาผลประโยชน์แก่ทางราชการ และฐานละทิ้งหน้าที่ราชการ ตามมาตรา ๘๒(๑) มาตรา ๘๒(๓) มาตรา ๘๒(๕) และมาตรา ๘๔ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ.๒๕๕๑ ลงโทษลดเงินเดือนในอัตราร้อยละ ๔ ของเงินเดือนที่ได้รับ



เอาไปทั้งสองที่

นางคำทอง ข้าราชการ มีหน้าที่รับผิดชอบทางด้านการเงิน ของ รพ.สต. เมื่อนางคำทอง ได้รับเงินโอนราชการมาแล้ว แต่ก็ไม่ได้นำเงินไปฝากในบัญชีทางการเงิน เมื่อมีการนำเงินฝากธนาคารก็ไม่บันทึกในบัญชีทางการเงิน นอกจากนี้นางคำทองยังได้ลงบันทึกในบัญชีการเงินว่าได้นำเงินราชการฝากเข้าบัญชีธนาคาร แต่ความจริงกลับไม่ปรากฏว่ามีรายการฝากเงินในสมุดบัญชีธนาคาร รวมทั้งได้ทำการ

ถอนเงินจากบัญชีธนาคารโดยไม่มีหลักฐานการขออนุมัติใช้จ่ายในงานราชการและไม่บันทึกในบัญชีทางการเงิน โดยนางคำทองได้กระทำการดังกล่าวจำนวนหลายครั้ง ต่อมาเมื่อนางคำทองย้ายไปที่ รพ.สต. แห่งใหม่และมีหน้าที่รับผิดชอบปฏิบัติงานด้านการเงิน นางคำทองก็ทำการปลอมลายมือชื่อของผู้มีอำนาจลงนามเบิกถอนเงินของ รพ.สต. ถอนเงินราชการไปอีกจำนวนหลายครั้ง และได้นำเงินทั้งหมดไปใช้ประโยชน์ส่วนตัว รวมเงินราชการของหน่วยงานทั้งสองแห่งที่ขาดบัญชีซึ่งเกิดจากการทุจริตของนางคำทองจำนวน ๖๐๐,๐๐๐ บาท ทั้งนี้ นางคำทองได้ให้การรับว่าตนได้กระทำการดังกล่าวจริงและยังไม่ได้มีการชดเชยคืนให้กับทางราชการแต่อย่างใด พฤติกรรมของนางคำทอง ดังกล่าวเป็นการกระทำผิดวินัยอย่างร้ายแรงฐานปฏิบัติหน้าที่ราชการโดยทุจริตและฐานกระทำการอันได้ชื่อว่าเป็นผู้ประพฤติชั่วอย่างร้ายแรง ตามมาตรา ๘๕ (๑) และมาตรา ๘๕ (๔) แห่งพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ.๒๕๕๑

ที่มา : จุลสารข่าววินัยและคุณธรรม กระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ ๑ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๙

บวชแล้วได้อะไร...รำพึงจุดิจากลา

โดย : นายแพทย์ไพศาล เกื้ออรุณ
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด กระบี่

อรุณรุ่งของ ๓๑ มกราคม ๒๕๖๐ ก่อนอาตมาจะลาจากเพศบรรพชิตเข้านี้ อาตมาตื่นก่อนเวลาปกติมาทักทายตนเอง และสภาพการณ์ยามนั้นท่ามกลางท้องฟ้าที่มีมิติระยิบระยับได้ด้วยแสงดาราประดุจหิ่งห้อยบนต้นลำพูริมที่กระพริบแสง ทักทายอาคันตุกะผู้มาเยือน จิตอาตมาบัดนี้ก็เหมือนเสร์ล่า เพราะรู้ว่าชีวิตนักบวชกำลังจะจุดิจากลาในไม่กี่ชั่วโมงข้างหน้า ช่างคล้ายกับตอนเรียนแพทย์วันสุดท้ายที่ทำงานก่อนจบยิ่งนัก จากนั้นจิตที่ประภัสสรก็แทรกขึ้นมา เพราะมั่นใจว่าได้ทำภารกิจ นักบวชเฉพาะกิจอย่างครบถ้วนสมบูรณ์ยิ่ง

อาตมาให้กำเนิดบทความนี้เพื่อปิดบทบาทนักพุทธสิกขาตามเหตุปัจจัยที่ถือกำเนิดมาจากโครงการบวชเพื่อถวายเป็น พระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ด้วยการศึกษาเกี่ยวกับพุทธศาสตร์ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ซึ่งนับเป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่เน้นพัฒนาจิต สามารถเทียบเคียงได้กับ Mind Fullness Model ในยุคนี้

อาตมาเข้าสู่กระบวนการพุทธสิกขาโดยพกพาอดีตชาติของนักการเงินการคลัง นักสันติวิธีมาด้วย ได้มีโอกาสทบทวน แนวคิดการแปลงจิตเป็นทุน การขับเคลื่อนงานสุขนิยมท่ามกลางกระแสทุนนิยมให้กับสาธารณะด้วยหลักเศรษฐศาสตร์สาธารณสุข พบว่าสามารถเสริมหนุนการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับธรรมชาติและธรรมชาติของสรรพสิ่งที่ล้วนอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สามารถ ตรีภตรองกระบวนการให้สร้างสุขได้ตามสถานการณ์จริงที่มีก็ได้ไม่มีก็ได้

อาตมาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับสหายธรรมซึ่งต่อไปจะเป็นเครือข่ายการทำงานที่ใกล้ชิดกันในประเด็นที่ว่าทำไมเราจึงบวช บวชแล้วได้อะไร เราบวชเพื่อหนึ่งานมาหาใจทิ้งหรือเปล่า พบว่าเหมือนชีวหาขิมแกงที่แม้จะมีความต่างในการสื่อสารที่ได้รับ แต่ล้วนไปในทิศทางเดียวกัน ล้วนรู้สึกที่สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการทั้งสามประการเป็นเบื้องต้นและต่อไปในผลกระทบ ที่การขับเคลื่อนงานสุขสาธารณะให้ประชาชนแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ

เสียงหยาดน้ำค้างร่วงพรูกระทบใบไม้ที่ระบัดทักทายประดุจเด็กน้อยตีมือกันเพื่อเป็นการทักทาย ในภวังค์หวนคิดถึง มานพน้อยนาม กามนิต ยอดรักของวาลิภุชสีที่ถือกำเนิดมาจากปลายปากกาของ คือฟเจลลารูป เธอออกบวชด้วยข้อคำถามเดียวกัน กับอาตมา มองหาสิ่งที่ดีกว่าของชีวิต แต่โชคร้ายที่ชีวิตต้องดับไปในปลายเขาโคบ้าโดยยังไม่พบสิ่งที่ต้องการ ต่างจากสงฆ์หมู่หนึ่ง ที่สามารถตามล่าฝันจนเจอโดยไม่มีภาระสูญเสียดังที่เกิดจากการเรียนรู้มากนัก

แว่วเสียงคูเหว้าร้องที่ฟังดูเศร้าและเหง่านักประดุจเป็นการสั่งลาภิกษุเยี่ยงอาตมาที่กำลังจะลาจากสมณเพศเข้านี้ และเตือนให้รู้ว่าถึงเวลาครองผ้ากาสาวพัสตร์เพื่อดำเนินกระบวนการภิกษาจารภัตราหารมื่อสุดท้ายของอาตมาในฐานะบรรพชิต ที่เพิ่งปฏิสนธิเมื่อ ๑๕ วันก่อนนี้เอง มาบัดนี้คำตอบที่เกิดจากภิกษุเฒ่ารำพึงในเวลาว่าง ในประเด็นว่า บวชแล้วได้อะไรก็ปรากฏ ในบทราพันก่อนจุดิจากลา อีกไม่นานอาตมาก็จะกล่าวว่า สิกขา ปัจจัก ขามิ คิหิติ มังธาระณะ...ลา ก่อนเพศบรรพชิตที่สงบเย็น เมื่ออาตมาละเพศนักบวชสู่การเป็นฆราวาสผู้ทำหน้าที่สร้างสุขให้สาธารณะ หวังจะทำได้ดีกว่าเมื่อครั้งที่เป็นฆราวาสที่ยังไม่ได้บวชเรียน เพราะนักบวชหมู่หนึ่งมีการพัฒนาตามกระบวนการพุทธศาสตร์อย่างตั้งใจหาใช่หาใจทิ้งไม่...



เรื่องทำขึ้นของในหลวง รัชกาลที่ ๙

เรื่องเศร้าที่สุดในรอบปีนี้ คงหนีไม่พ้นเรื่องการสวรรคตของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชที่พสกนิกรชาวไทย ไม่มีวันลืม แต่เรื่องที่พระองค์ทรงทำให้กับประชาชนชาวไทย ยังคงตราตรึงอยู่ในใจพวกเราไปจนชั่วลูกชั่วหลาน วันนี้ Healthy Awake จะพาทุกท่านไปพบกับ เรื่องทำขึ้นของในหลวง เพื่อผ่อนคลายความทุกข์ที่ผ่านมา

๑. พระองค์เสด็จพระราชดำเนินเยี่ยมพสกนิกรทางภาคใต้ คือจังหวัดนราธิวาส ทางใต้มีปัญหาเรื่องดินเป็นกรด มีความเค็ม พระองค์จึงทรงรับสั่งถามกับชาวบ้านที่มาเฝ้ารับเสด็จว่า **“ดินหลังบ้านเป็นอย่างไร เค็มไหม”** ชาวบ้านก็มองหน้ากันแล้วทำหน้าง้อก่อนตอบกลับมาว่า **“ไม่เคยชิมซักที”** ในหลวงก็รับทรงสั่งกับข้าราชการที่ตามเสด็จว่า **“ชาวบ้านแถวนี้เขามีอารมณ์ขันกันดีนะ”**

๒. มีอยู่ครั้งหนึ่งทรงเสด็จไปพระราชทานปริญญาบัตรให้กับนักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ในระหว่างที่ทรงเปลี่ยนในครุย ทรงสูบมวนพระโสมแต่ทรงหาที่จุดไม่ได้ ทางอธิการบดีซึ่งเฝ้าอยู่ก็จุดไฟให้พร้อมทูลว่า **“ถวายพระเพลิงพระเจ้าข้า”** ในหลวงทรงชะงักก่อนจะแย้มสรวลน้อยๆ ก็อธิการบดีว่า **“เรายังไม่ตาย ถวายพระเพลิงไม่ได้หรอก”**

๓. วันหนึ่งพระองค์ท่านเสด็จเยี่ยมเยียนพสกนิกรของท่านตามปกติ ที่ต่างจังหวัดก็มีชาวบ้านมาต้อนรับในหลวงมากมาย พระองค์ท่านเสด็จพระราชดำเนินมาตามลาดพระบาท ที่แถวหน้าก็มีหญิงชราแก่คนหนึ่งได้ก้มลงกราบแทบพระบาทแล้วก็เอามือของแกมาจับพระหัตถ์ของในหลวงแล้วก็พูดว่า ยายดีใจเหลือเกินที่ได้เจอในหลวง แล้วก็พูดว่า ยายอย่างโน้น ยายอย่างนี้อีกตั้งมากมาย แต่ในหลวงก็ทรงเฉยๆ มิได้ตรัสรับสั่งตอบว่าอะไร แต่พวกข้าราชการก็มองหน้ากันใหญ่กลัวว่าพระองค์จะทรงพอพระราชหฤทัยหรือไม่ แต่พอพวกเราได้ยินพระองค์รับสั่งตอบว่ากับหญิงชราคนนั้น ก็ทำให้เราถึงกับกลั้นหัวเราะไว้ไม่ไหว เพราะพระองค์ทรงตรัสว่า **“เรียกว่ายายได้อย่างไร อายุอ่อนกว่าแม่ฉันตั้งเยอะ ต้องเรียกน้ำซี้ถึงจะถูก”**

๔. เหตุการณ์เกิดที่จังหวัดตาก เมื่อพระเทพทรงเสด็จไปเยี่ยมราษฎรตามที่ต่างๆ และได้ทรงเสด็จไปเยี่ยมประชาชนในตลาดสด และถามความเป็นอยู่กับบรรดาแม่ค้าในตลาด แต่ก็มาถึงแม่ค้าปลา ซึ่งพระองค์ทรงตรัสถามว่า **“ปลาพวกนี้ขายอย่างไรจ๊ะ”** แม่ค้าตอบว่า **“ที่สวรรคตแล้วก็โลละ ๔๐ บาท และที่เสด็จไปเสด็จมา ก็โลละ ๘๐ บาทจ๊ะ”** เหตุการณ์นี้ทำให้ข้าราชการที่ตามเสด็จหัวเราะกันทุกคน

๕. เคยมีเรื่องเล่าให้ฟังว่า ในหลวงเสด็จไปในถิ่นทุรกันดารเพื่อเยี่ยมเยียนราษฎร มีอยู่ครั้งหนึ่งพระองค์ท่านทรงแจกพระเครื่องให้กับราษฎรจนหมดแล้ว ราษฎรผู้หนึ่งจึงกราบบังคมทูลขอรับพระราชทานพระเครื่องว่า **“ขอเดชะ ขอพระหนึ่งองค์”** ในหลวงทรงตรัสว่า **“ขอเดชะ พระหมดแล้ว”**

๖. เมื่อครั้งท่านพระชนม์มายุ ๗๒ พรรษา มีการผลิตเหรียญที่ระลึกออกมาหลายรุ่น เจ้าของกิจการนาฬิกาหือหนึ่งได้ยื่นเรื่องขออนุญาตนำพระบรมฉายาลักษณ์ของท่านมาประดับที่หน้าปัดนาฬิกาเป็นรุ่นพิเศษ ท่านทราบเรื่องแล้วตรัสกับเจ้าหน้าที่ว่า **“ไปบอกเค้านะ เราไม่ไขมิ๊กก็เมาส์”**

๗. ครั้งหนึ่งหลายๆ ปีมาแล้ว พระเจ้าอยู่หัวทรงประชวรนิดหน่อยเกี่ยวกับพระฉวีมีพระอาการคัน มีหมอมโรคผิวหนังคนหนึ่งไปเข้าเฝ้าฯ เพื่อถวายการรักษา คุณหมอเป็นผู้เชี่ยวชาญทางโรคผิวหนังแต่ไม่ได้เชี่ยวชาญทางราชาศัพท์ ก็กราบบังคมทูลว่า **“เอ้อ - ทรง... อ้า - ทรงพระคันทนานแล้วหรือยังพะยะค่ะ”** พระเจ้าอยู่หัวก็ทรงพระสรวล ตรัสว่า **“ฉันไม่ใช่ผู้หญิงนี่ จะท้องได้ยังไง”** แล้วคงจะทรงพระกรุณาว่าหมอมองจะไม่รู้ราชาศัพท์ทางด้านอวัยวะร่างกายจริงๆ ก็พระราชทานพระบรมราชานุญาตว่า เข้าพูดภาษาอังกฤษกันเถอะ เป็นอันว่าก็กราบบังคมทูลซักพระอาการกันเป็นภาษาอังกฤษไป

ที่มา : กลุ่มพิทักษ์รัชราชนันท์ เรื่องเล่าจากในวังและพระราชอาภรณ์ชิ้นของในหลวง สำนักพิมพ์ธรรมะอินทเรนต์ ๑๕ มี.ค. ๒๕๕๕ จากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์

การเจริญสติ – สมาธิ ในชีวิตประจำวัน

เมื่ออยู่ในห้องกรรมฐาน ซึ่งปฏิบัติอย่างเดี่ยวต่อเนื้อทำให้จิตสงบเร็ว สติสัมปชัญญะเกิดง่าย และการปฏิบัติเป็นไปได้ดี เพราะบรรยากาศเอื้ออำนวย สนับสนุน จูงใจ ประกอบกับมีครูบาอาจารย์ให้กำลังใจอย่างใกล้ชิด ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงเป็นการที่ท่านทั้งหลายได้กอบโกย บุญมหาคุณ และเพิ่มพูนทักษะการปฏิบัติ อย่างแน่นอน

แต่เมื่อท่านทั้งหลายกลับบ้าน ท่านต้องเผชิญกับสภาวะความซุกมุ่นวุ่นวายในการกิจ การทำงานส่วนตัว และความรับผิดชอบในครอบครัวอาจทำให้ท่านย่อหย่อน ไม่สามารถปฏิบัติธรรมได้ตามที่ควรจะเป็น สติและสมาธิที่เคยฝึกฝนไว้อย่างดี ก็ค่อยๆ เสื่อมรางและหมดไปในที่สุด ท่านทั้งหลายก็ตกเป็นเหยื่อของกิเลสอีกตามเคย เป็นที่น่าเสียดาย ท่านทั้งหลายได้ของที่ดีที่สุดไปแล้วแต่ไม่เพียงระวังรักษา สิ่งเหล่านั้นก็จะเสื่อมราง และหายไปในที่สุด จึงจำต้อง “รักษา” ไว้ด้วยการหาเวลาพักเพียรปฏิบัติต่อไป

ข้อเสนอแนะของการปฏิบัติธรรมที่บ้าน และการเจริญสติไปใช้ในชีวิตประจำวัน

๑. ท่านต้องไม่ประมาทต่อวัน เวลา ความตายมาเยือนทุกลมหายใจเข้าออกของท่านต้องระลึกอยู่เสมอว่าท่านต้องหาเวลาและเพียรปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ให้คิดอยู่เสมอว่า การเจริญสติ-สมาธิ มีความสำคัญเทียบเท่ากับการรับประทานอาหาร ซึ่งจะขาดไม่ได้

๒. พึงระลึกว่า วันหนึ่งๆ ท่านจะต้องเดินจงกรมสักครึ่งชั่วโมง นั่งสมาธิสักครึ่งชั่วโมงหรือมากกว่านั้น จะเป็นเวลา กลางคืนก่อนนอน ตอนเช้า หรือก่อนไปทำงาน

๓. พึงระลึกว่าท่านจะพยายามเจริญสติ กำหนดรู้ การเดิน ยืน นั่ง นอน อิริยาบถต่างๆ การรับประทานอาหาร ดื่มน้ำ การทำกิจวัตรส่วนตัว ทำงานทางบ้าน และทำงานอาชีพในแต่ละวันให้มากที่สุด

๔. จงกำหนด ๑ วัน ในหนึ่งสัปดาห์เป็น “วันแห่งการเจริญสติ” ในวันนั้นขอให้ท่านให้สัจจะกับตนเอง จะตั้งกำหนดอิริยาบถ การเคลื่อนไหวของกายและจิตและรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับจิตทุกขณะ

๕. ท่านสามารถใช้ประโยชน์จากการเจริญสมาธิและกำหนดอิริยาบถต่างๆ ที่ได้ฝึกฝนมาให้กับตนเองมากมาย

- ผู้ปฏิบัติสามารถอยู่คนเดียว ด้วยความมั่นคง ไม่เหงา ไม่ว่าเหว ไม่โดดเดี่ยว
- ผู้ปฏิบัติ “ใจเย็น” ขึ้นมาเพราะสามารถ “รอคอย” ผู้อื่นได้ โดยไม่โกรธ ไม่เบียด ด้วยการกำหนดรู้ อิริยาบถการเคลื่อนไหวของกายและจิต
- ผู้ปฏิบัติสามารถ “รู้เท่าทันอารมณ์ทางใจ” ของตนได้ดีและใช้ประโยชน์ในการรับอารมณ์ต่างๆ เช่น อารมณ์โกรธ อารมณ์ไม่โกรธ อารมณ์วิตกกังวล ห่วงใย
- ผู้ปฏิบัติจะใช้การเจริญสติ สมาธิ สามารถช่วยตนในการสอบไล่ สอบคัดเลือก สอบเข้าทำงาน ขจัดความตื่นเต้น ความฟุ้งซ่าน ความกลัว และเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น

- ท่านต้องเรียนรู้เพื่อฝึก “การยิ้มอย่างบริสุทธิ์” ซึ่งเป็นการยิ้มจากจิตใจที่ว่างสบายการยิ้มเช่นนี้ จะเกิดได้เฉพาะเมื่อท่านอยู่ท่ามกลางธรรมชาติจริงๆ โปรดยิ้มอย่างบริสุทธิ์เสมอๆ เมื่อตื่นเช้า เมื่อกิจจากบ้าน เมื่อทำงาน เมื่อรู้สึกเครียด เมื่อพบใครๆ จงยิ้ม ยิ้มที่บริสุทธิ์ แล้วความเครียดจะหมดไป ความแจ่มใส ความสบายใจจะเข้ามาแทนที่

๖. พึงระลึกเสมอว่า

- การมีสติรู้ตัวเท่าความรู้สึกและความนึกคิดทุกอย่างที่เกิดขึ้นที่จิตใจ จำต้องมีการฝึกฝน และการปฏิบัติตลอดเวลา ทั้งในชีวิตประจำวันและเวลาของการเดินจงกรม นั่งสมาธิ
- จงเฝ้าดู เฝ้ารู้ กาย ใจของท่านอยู่ตลอดเวลา และมีพฤติกรรมทุกอย่างเป็นปัจจุบัน
- การปฏิบัติธรรม เป็นสิ่งสำคัญยิ่งในชีวิตของท่าน ต้องกระทำตลอดชีวิต
- ธรรมใด ก็ไร้ค่าถ้าไม่ทำ
- ธรรมใด ก็มีค่า ถ้าหมั่นทำ

ที่มา : คู่มือแนวทางการปฏิบัติในการอบรม หลักสูตรวิปัสสนากรรมฐาน
โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุข :การพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข

อจุเจนต์ิ กาลา ตรยนุติ รตฺติโย วโยคฺฉนา อหุปฺพุพฺพิชหฺนุติ
เอตํภยํมรณเปกฺขมาโน ปุณฺณฺยานิ กยิราถ สุขาวหานิ

กาลยํอมลวงไป ราตริยํอมผานไป
ชั้นแห่งวัยยํอมละลำดับไป
ผู้เล็งเห็นภัยในมรณะนั้น พึงทำบุญอันนำความสุขมาให้



ที่มา : มุลนิธิศึกษาและเผยแพร่วพุทธศาสนา,
<http://www.dhammadhome.com>

เข็ดขุ คนดีศรีสาธาณสุข

แก้วกัลยาสิขาลัย สถาบันพระบรมราชชนก
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ
อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตเลขที่ ๘๒/๒๕๕๒
ปณฝ. กระทรวงสาธารณสุข

(ชื่อ - ที่อยู่ผู้รับ)

แก้วกัลยาสิขาลัย สถาบันพระบรมราชชนก สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

โทรศัพท์/โทรสาร : ๐-๒๕๙๐-๑๘๑๖, ๐-๒๕๙๑-๘๖๒๔

E-mail : keawkanlaya@gmail.com Website : www.pi.ac.th

ที่ปรึกษา : นายแพทย์พงษ์สวัสดิ์ รัตนแสง นายแพทย์รุ่งฤทัย มวลประสิทธิ์พร นางคลใจ จองพานิช

บรรณาธิการบริหาร : นางสุกัญญา รอบจังหวัด

กองบรรณาธิการ : นางอรวรรณ จิตตวานิช, นางธัญญลักษณ์ ศิริชนะ, นางสาวไมพร เจริญศรีบุรี, นางสาวนุชศรา นิมา,
นางสาวกันยา หิรัญ, นางสาววันวิสา มหารมย์, นางสาวหทัยา ตระกูลมัยผล, นางสาวคณิตตา วงศ์ตะวัน