

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช

ปีที่ 45 ฉบับที่ 63 วันพุธที่ 8 ตุลาคม พ.ศ. 2557

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราชเตรียมจัดโครงการ พัฒนาทักษะและความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยี

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช เตรียมจัดโครงการพัฒนาทักษะและความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยี แก่นักศึกษาเพื่อพร้อมก้าวสู่การเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ผศ.ดร.จตุพร อัครวิไลวรรณ รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ กล่าวว่า โครงการดังกล่าวมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช โดยสำนักส่งเสริมวิชาการฯ ได้เป็นผู้รับผิดชอบโครงการ ในเบื้องต้นได้แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานไปเรียบร้อยแล้ว ประกอบด้วย คณะกรรมการที่ปรึกษามีอธิการบดี เป็นประธาน รองอธิการบดีฝ่ายวางแผนและพัฒนา รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา และผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายต่างประเทศ เป็นกรรมการ รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ เป็นกรรมการและเลขานุการ

คณะกรรมการดำเนินงานมีรองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ เป็นประธาน ผอ.สำนักส่งเสริมวิชาการฯ เป็นรองประธาน คณบดีทั้ง 5 คณะ ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายต่างประเทศ ผอ.สำนักวิทยบริการฯ หัวหน้าศูนย์ภาษา หัวหน้าศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ประธานหลักสูตรและเลขานุการ สาขาวิชาภาษาอังกฤษ สาขาวิชาภาษาอังกฤษธุรกิจ สาขาวิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ และสาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศเป็นกรรมการ โดยมีรองผอ.สำนักส่งเสริมวิชาการฯ เป็นกรรมการและเลขานุการ

จึงขอเชิญ “คณะกรรมการพัฒนาทักษะและความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยี” ทุกท่านเข้าร่วมประชุมเพื่อปรึกษาหารือในการจัดโครงการพัฒนาทักษะและความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยี ในวันที่ (8ต.ค.)เวลา 13.30 น. ณ ห้องประชุมสุดหอม สำนักงานอธิการบดี เพื่อการพัฒนาให้นักศึกษาให้เป็นบัณฑิตที่มีความรู้ ทักษะและความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งเป็นทักษะความรู้ที่สำคัญสำหรับการทำงานในประชาคมอาเซียนต่อไป

การทำบุญ

วิชัย บุญชูดวง

เมื่อผมได้อ่านคำกล่าวของคุณหญิงสมปอง กรรณิสสร เศรษฐินิใจบุญ ผู้อุทิศทุนทรัพย์มหาศาลเพื่อพุทธศาสนา ที่ว่า “อย่าลืมนะคะคนเราเนี่ย แค่หยุดหายใจสักสามนาทีก็ตายแล้ว ในขณะที่บรรดาสมบัติทั้งที่หามาได้ก็ไม่สามารถติดตัวไปด้วยได้ ต้องทิ้งไว้บนแผ่นดินทั้งหมด สิ่งที่คุณจะเอาไปได้ คือ บุญกับบาปเท่านั้น” ทำให้นึกถึงปริศนาธรรม “อะไรเอ่ย....? สี่คนหาม สามคนห่อ หนึ่งคนนั่งแคร่ สองคนพาไป” ซึ่งคำเฉลยปริศนาธรรมนี้ คือ “ตัวเรา” โดย

สี่คนหาม หมายถึง ธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ที่ประชุมอาศัยกันเกิดขึ้นมาเป็นตัวเรา

สามคนห่อ หมายถึง 1. อกุศลมูล (ต้นเหตุของความชั่ว) 3 ประการ คือ โลภะ โทสะ โมหะ

2. ไตรลักษณ์ แปลว่า ลักษณะ 3 หมายถึงอำนาจในธรรมชาติที่ครอบงำบังคับให้เราดำเนินชีวิตไปด้วยแรงแท้ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา : ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตน

หนึ่งคนนั่งแคร่ หมายถึง ใจของเราเอง เป็นความรู้สึกลึกซึ้งที่นิ่งแคร์ คอยบัญชาการให้กายทำโน่นทำนี่ไปตาม “สั่ง” ดังคำกล่าวที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว” ซึ่งสั่งโดยอาศัยอำนาจของกิเลส 3 ตัว (โลภะ โทสะ โมหะ)

สองคนพาไป หมายถึง กรรม นั้นเอง คือ

1. กุศลกรรม คือ กรรมที่เป็นกุศล หรือกรรมดี หรือ “บุญ”

2. อกุศลกรรม คือ กรรมที่เป็นกุศลธรรม ผลที่ได้จากการทำบุญ คือ ความสุขใจ ความสบายใจ ความเบิกบานใจ ความอิ่มเอิบใจ ความพู่ใจ การทำบุญ คือ การกระทำความดีทั้งปวง

ก๊อง สหรัถ สังคปริชา กล่าวว่ “ผมชอบทำบุญครับ ใครมาชวนทำบุญผมมักจะไม่พลาดเสมอ เพราะคิดงาย ๆ ว่า เป็นสิ่งที่เราทำแล้วเกิดความสุขสบายใจ ในความคิดผม ผมคิดว่าการทำบุญด้วยความตั้งใจดี เป็นอุปนิสัยอย่างหนึ่งที่ทำให้เราละอึดตา ละตัวตน คิดถึงคนที่เขาลำบากและแย่ว่าเรา ขณะเดียวกันควรทำบุญยังทำให้เราอึดเมใจ เป็นอีกทางหนึ่งที่ทำให้เกิดความสุขที่แท้จริงขึ้นได้”

หากเราอยากมีชีวิตที่ดีทั้งในปัจจุบันและในอนาคต (และในชาติต่อ ๆ ไป) องค์ประกอบที่สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งก็คือ เราต้องทำบุญมากพอ ดังนั้นเราต้องเร่งสร้างบุญ เพื่อจะได้มีชีวิตที่ดีและเมื่อตายไปจะได้ไปสู่สุคติภูมิ (ภพแห่งการเสวยสุขจากกรรมดี)

ผมได้อ่านเรื่องทำบุญอย่างไรไม่ต้องใช้เงิน ในหนังสือซีเครท เห็นว่าเป็นประโยชน์ สำหรับพวกเราในการสร้างบุญโดยมีวิธีต่อไปนี้

วิธีที่ 1 ยิ้มสร้างบุญ การมอบรอยยิ้มที่แสนจริงใจถือเป็นการทำบุญที่ง่ายที่สุด และได้านิสงส์มากไม่แพ้การทำบุญอื่น ๆ เพราะทุกครั้งที่คุณมอบรอยยิ้มให้ใคร จะก่อให้เกิดความสุขในใจของผู้รับเสมอ ที่สำคัญ คือ ความสุขที่คุณมอบให้ผู้อื่นนี้ไม่ได้หายไปไหน แต่สะท้อนกลับมาเป็นบุญ เป็นความสุขแก่คุณด้วยเช่นกัน

(อ่านต่อหน้า 3)

การทำบุญ (ต่อจากหน้า 2)

วิธีที่ 2 คำชมขลิบใจ เพียงคำชมสั้น ๆ ที่คุณเปล่งออกมาด้วยความจริงใจ ก็สามารถช่วยให้ผู้รับมีความสุขได้ยาวนานกว่าคุณคาดไว้เสียอีก เพราะคำชมของคุณจะช่วยเพิ่มพลังให้เขาได้

วิธีที่ 3 มองโลกในแง่ดีมีแต่สุข การมองโลกในแง่ดีเป็นสิ่งทำได้ง่ายอีกทั้งยังทำให้ใจของคุณรู้สึกเบาสบายขึ้นด้วย เพราะการมองโลกในแง่ดีนั้นทำให้คุณไม่นั่งจับผิด คิดร้าย และไม่เพ่งโทษใคร แม้ในยามที่คุณกำลังทุกข์เพราะคนอื่น การมองโลกในแง่ดีนั้นจะช่วยให้คุณทุกข์ไม่นาน และมีความสุขมากขึ้น เมื่อใจสุขจิตก็เบาสบาย บุญกุศลก็จะบังเกิด

วิธีที่ 4 พลังแห่งการให้อภัย ให้อภัย คือ คำสั้น ๆ ที่เข้าใจง่าย แต่ทำให้ยากยิ่ง เพราะคนที่คุณต้องให้อภัย ส่วนใหญ่คือคนที่เคยทำให้คุณเจ็บช้ำน้ำใจหรือเคยทำร้ายคุณมาก่อน แต่เชื่อเถอะว่าการให้อภัยที่ออกมาจากใจจริงนั้นให้คุณประโยชน์อนันต์ เพราะนอกจากจะเป็นการปลดห่วงโซ่แห่งความบาดหมางระหว่างกันแล้ว จิตใจของคุณจะรู้สึกโล่งเบา สบายอย่างไม่เคยรู้สึกมาก่อนเลย

วิธีที่ 5 “ให้” คำสั้น ๆ ที่ยิ่งใหญ่ คุณสามารถบริจาคสิ่งของ เครื่องใช้หรือสิ่งใดก็ได้ที่เคยเป็นของคุณแล้วแบ่งปันส่งต่อให้คนอื่น อาทิ เสื้อผ้า หนังสือที่คุณไม่ได้ใช้แล้ว หรือแม้แต่อวัยวะร่างกาย ซึ่งการแบ่งปันนี้จะช่วยลดโมหะ หรือความหลงผิดในตัวเองว่าเป็นของฉัน อีกทั้งช่วยลดโลภะ หรือลดความตระหนี่ลงไปด้วย แล้วคุณจะพบว่า สิ่งของที่สละไป เทียบไม่ได้กับความสุขที่ได้กลับมา

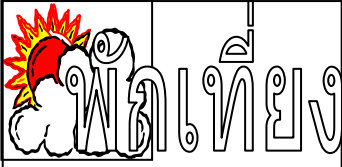
วิธีที่ 6 อาสาช่วยงานบุญ สิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งที่ขาดไม่ได้ในทุกงานบุญ คือ อาสาสมัคร คุณสามารถเข้าไปอาสาช่วยงานบุญได้ไม่จำกัดตำแหน่ง ตามความสามารถที่คุณถนัดและโอกาสอันเหมาะสม เช่น ช่วยออกแรงยกของ ล้างจานชามในครัว หรือแม้กระทั่งอาสาทำความสะอาดห้องน้ำของวัด แล้วคุณจะแปลกใจว่า ต่อให้เหนื่อยจนเหงื่อโชกกายเพียงไร แต่คุณกลับรู้สึกอึดเอิบและมีความสุขอย่างอัศจรรย์

วิธีที่ 7 อานิสงส์ของการอนุโมทนาบุญ คำว่า “อนุโมทนา” พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ความหมายไว้ว่า ยินดีตาม ยินดีด้วย พลอยยินดี เพียงคุณเห็นคนอื่นทำความดีแล้วพลอยยินดี มีความสุขและอนุโมทนาบุญไปกับเขา หรือแค่กล่าวคำ “สาธุ” จากใจหากมีใครนำบุญมาฝาก จิตอันเป็นกุศลนี้จะทำให้คุณเกิดความปิติ เบิกบานใจ รวากับคุณได้ทำบุญด้วยตัวเองเลยทีเดียว

วิธีที่ 8 แค่อีศ 5 ก็เพียงพอ เพียงถือศีล 5 ข้อที่เราต่างคุ้นเคยกันเป็นอย่างดี ทั้งการไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่พูดปด รวมทั้งไม่ดื่มสุราและของมึนเมา คือ แหล่งสะสมอันยิ่งใหญ่ หากคุณตั้งใจปฏิบัติอย่างดีไม่บิดพลิ้ว อานุภาพของการทำความดี ละเว้นความชั่วนี้จะส่งผลให้ชีวิตของคุณมีแต่ความปกติสุข อีกทั้งยังทำให้คุณมีร่างกายและพลังใจที่จะทำความดี ๆ ตามมาอีกด้วย

วิธีที่ 9 ปฏิบัติธรรมที่สุดของบุญ การทำบุญที่ได้รับผลบุญสูงสุดและก้าวเข้าไปใกล้นิพพานมากที่สุด คือ การปฏิบัติธรรม ซึ่งมีหลากหลายวิธีให้เลือกปฏิบัติตามความถนัด เช่น การตามดูลมหายใจเข้า – ออก ฝ้าดูกายที่เคลื่อนไหว เป็นต้น ซึ่งทุกวิธีนี้มีจุดมุ่งหมายที่สำคัญอย่างเดียวกัน คือ การฝึกสติให้รู้เท่าทันจิตของตนเองเกิดปัญหารู้แจ้งและได้บรรลุธรรมในที่สุด

ผลบุญจากการที่คุณได้ใช้ร่างกายและความตั้งใจในการทำด้วยจิตอันบริสุทธิ์ ย่อมมีพลังและอานิสงส์มากกว่าบุญที่ได้มาเพราะการบริจาคเงินตรา แต่ไร้ซึ่งแรงศรัทธาอย่างแท้จริง



ผลิตโดยงานประชาสัมพันธ์ สำนักงานอธิการบดี
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช

สวัสดิ์ดีคะพบกับมหาชัยสารคอลัมน์พักเที่ยงประจำวันพุธที่ 8 ตุลาคม 2557 ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 11 ปีมะเมีย

เย็นวันนี้สโมสรบุคลากรสายสนับสนุน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช ขอเชิญทุกท่าน ร่วมงานเลี้ยงเกษียณอายุราชการ แก่ลูกจ้างประจำ 4 ท่าน ประกอบด้วย คุณบุญลือ ปรีชาชาญ คุณประเสริฐ ชูแก้ว คุณเสถียร สุขพันธ์ และคุณเสถียร โพธิ์ทิพย์ ตั้งแต่เวลา 17.00 น. ณ หอประชุมมหาวิทยาลัย

กำหนดการจัดกิจกรรมมีดังต่อไปนี้ เวลา 17.00 น. ผู้บริหาร คณาจารย์ เจ้าหน้าที่บุคลากร แขกผู้มีเกียรติทุกท่าน ลงทะเบียนพร้อมกัน ณ หอประชุมมหาวิทยาลัย เวลา 17.45 น. ประทานในพิธี โดยรองศาสตราจารย์วิมล ตำศรี กล่าวแสดงมุทิตาจิตพร้อมมอบวุฒิบัตร แก่ผู้เกษียณทั้ง 4 ท่าน “มหาชัยภูมิใจในฝีมือ เสถียร บุญลือ ล้ำเลิศ ประเสริฐ เสถียร” เวลา 18.00 น. เข้าสู่กิจกรรม งานเลี้ยงรับประทานอาหารร่วมกัน และร่วมชมดนตรีพร้อมกิจกรรมบันเทิงอื่นๆ เวลา 22.00 น. ปิดงาน

ขยายเวลารับการเสนอชื่ออีกรอบ สำหรับการเสนอชื่อผู้สมควรดำรงตำแหน่งประธานและ คณะกรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัย เนื่องจากจำนวนผู้ได้รับการเสนอชื่อมีจำนวนน้อย คณะกรรมการสรรหาฯ จึงเห็นสมควรขยายเวลารับการเสนอชื่อผู้สมควรดำรงตำแหน่งคณะกรรมการ ดังกล่าว ต่อไปจนถึงวันที่ 8 ตุลาคม นี้

วันที่ 9-10 ตุลาคม นี้ การจราจรในมหาวิทยาลัยจะคับคั่งเป็นพิเศษ เนื่องจากได้มีการจัด ประเพณีลากพระที่มหาวิทยาลัยของเรา บริเวณถนนสายประตู 1 งานนี้คาดว่าจะมีประชาชนจากตำบล ต่างๆเข้าร่วมกิจกรรมไม่ต่ำกว่า 10,000 คน มหาวิทยาลัย จึงได้จัดการจราจรใหม่ โดยให้ใช้ถนนเส้น หน้าสถาบันวิจัยฯ เป็นทางเข้าหลัก และออกประตู 3 เช่นเดิม ส่วนผู้ที่อยู่หมู่บ้านเกษตร หมู่บ้านมหาชัย นิเวศน์และประชาชนชาวแพลด ให้ใช้ถนนหน้าอาคาร 20 หรือถนนด้านข้างสำนักงานอธิการบดี เข้า ออก ในระหว่างจัดงาน จึงขออภัยมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความยินดีกับ รศ.ดร.สีบพงศ์ ธรรมชาติ ได้รับพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ แต่งตั้งเป็น สมาชิกสภาปฏิรูปแห่งชาติ ตามมาตรา 28 ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักร (ฉบับชั่วคราว) พุทธศักราช 2557 คนดีคนเก่ง ทำงานเสียสละเพื่อสาธารณะตลอดมาในการร่วมพัฒนาจังหวัดนครศรีธรรมราช

ปิดท้ายพักเที่ยงวันนี้ด้วยปรัชญาการทำงานและการดำเนินชีวิต ดร.เทียม โชควัฒนา “การล่าช้า มิได้หมายความว่า เป็นผู้ล่าช้า อย่ารีบร้อนเพราะกลัวว่าจะล่าช้าคู่แข่ง ควรพิจารณาด้วยความ รอบคอบ จะได้ไม่ผิดพลาด ” สวัสดิ์ดีคะ