

ธรรมะใกล้ตัว Lite

ธรรมะใกล้ใจ...ใกล้ตัวคุณ

ฉบับที่ ๑๐ วันที่ ๘ ตุลาคม ๒๕๕๒

Dharma@Hand Lite
www.Dlitomag.com

...มวลผลกาผลิดอกออกช่องงาม
แต่ต่างแท้ความสดสวยด้วยสรรพสิ่ง
เมธีชมดวงใจใสสดงงามดี
สรรค์สร้างโลกให้มีความสุาเอย

ภาพโดย : Patt777 <http://patt777.multiply.com>
ฉ้อยคำโดย พินธรา

สารบัญ

จากใจ บ.ก. ไกล่ตัว ฉบับที่ ๑๐ การฝึกเจริญสติ	3
สารสองใจ ถัมมะในลิขิต ฉบับที่ ๓	9
โหรา (ไม่) คาใจ ความในใจของชายขี้เหงา	12
ดั่งตฤณวิเศษนา อากาณหน้าเกร็งเวลานั่งสมาธิ อยากทราบว่าเพราะอะไร	15
ห้องดับเพลิง นิทานโทสะ ตอน ฉันทำประโยชน์นะ...ชมหน่อยสิ.....	17
กระปุกอมสิน อย่างอนใจ ภัยบัตรเครดิต	20
บทความรัก ทำยังไงให้ตัดใจเลิกโทรหาอดีตคนรักได้.....	23
วรรณกรรมน่าใจ ม่านมนตรา ฉบับที่ ๕	27
ห้องการ์ตูน ดีคิด เด็กดีหัวใจเทวดา ตอนที่ ๒.....	34
ชวนคิดชวนรู้ ฉบับที่ ๑๐	38

ฉบับที่ ๑๐ การฝึกเจริญสติ

จากใจ ม.ก.โกศลวัค
Lite Talk

อาทิตย์หน้าผมจะทำวิดีโอสอนทำสมาธิ
ซึ่งมือใหม่ทุกคนสามารถนับหนึ่งตามได้
และมือเก่าที่เคยทำอยู่แล้ว
อาจจะเข้าใจหลักวิธีพัฒนาสมาธิที่มีอยู่
ไปใช้ประโยชน์ตามแบบฉบับของพระพุทธเจ้า

เท่าที่ผมคลุกคลีในแวดวงนักเจริญสติมา
พบว่าความเข้าใจผิดของมือใหม่มีคล้ายๆกัน
นั่นคือ การปฏิบัติธรรมเจริญสติที่ได้ผล
หมายถึงการมีความสุขอย่างคงเส้นคงวา
ความจริงก็คือการปฏิบัติธรรมไม่ได้มุ่งให้คุณมีความสุขอยู่ตลอดเวลา
แต่มุ่งให้คุณเห็นตามจริงว่าสุขได้เดียวหนึ่งก็ต้องเป็นทุกข์
และถ้าไม่หลงตามความกระวนกระวายทางใจ
อีกเดียวหนึ่งความทุกข์ก็จะคลายตัวไปเอง
ตามกฎอนิจจัง ซึ่งเป็นธรรมชาติขั้นมูลฐาน
ขอเพียงมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น
ถ้าไม่มีปัจจัยส่งเสริมให้ตั้งอยู่ต่อ
ในที่สุดก็ต้องเสื่อมสลายหายไป
แม้กระทั่งความทุกข์โศกเศร้า
ที่ผู้เป็นเจ้าของทุกข์ส่วนใหญ่มักอุปาทานไป
ว่าทุกข์แล้วจะต้องทุกข์เลย ไม่มีวันดีขึ้นก็ตาม
เจ้าของทุกข์จะรู้ความจริง
ก็ต่อเมื่อมีความเข้าใจกฎแห่งอนิจจัง
กับทั้งเฝ้าตามดูอยู่เรื่อยๆ

และถ้าหากคุณเห็นความจริงลึกลงไปว่า
แม้กระทั่งจิตที่เป็นศูนย์กลางของความรู้สึกว่ามีตัวคุณ
มันก็มีอาการไปต่างๆ ฟุ้งซ่านบ้าง สงบบ้าง

คุณก็จะรู้ว่าถ้าเริ่มเจริญสติถูกจริงๆ
ยอมไม่เป็นไปเพื่อคาดหวังให้จิตสงบประณีตอยู่ตลอดเวลา
แต่เพื่อให้ประจักษ์แจ้งว่าแม้แต่จิตยังคาดหวังไม่ได้
แล้วจะมีอะไรภายนอกจิตให้คาดหวังได้อีก
คุณจะสามารถใจกับทุกเรื่องที่ผ่านเข้ามาให้จิตรู้
และจิตจะไม่ยึดอะไรไว้เป็นเครื่องทำความทุกข์
ทำความกังวลให้ตัวเองเลยครับ

อย่างไรก็ตาม
เมื่อฝึกเจริญสติไปจนก้าวหนึ่งถึงระดับหนึ่ง
จิตจะมีคุณภาพ มีความราบเรียบมั่นคงเป็นส่วนใหญ่
หาจังหวะที่โยกโคลงกวัดแกว่งยาก
พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าจิตที่ฝึกแล้วยอมนำเสนอมาให้
และคุณจะได้รับกิเลส ระวังความฟุ้งซ่านได้ตามปรารถนา
พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าเมื่อฝึกดีแล้ว
เรายอมคุมจิตให้อยู่ในอำนาจได้ครับ

ดังตฤณ
ตุลาคม ๕๒

เรื่องน่าสนใจระจําฉมัท

การพิจารณาขั้น ๕ นั้น
ครูบาอาจารย์ท่านเปรียบเอาไว้ว่า
เป็นเสมือนหินลับปัญญา นำพาสู่การพ้นทุกข์นะคะ
คอลัมน์ "สารสองใจ"
พบธรรมะจาก "ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปนโน"
ในตอน "ธัมมะในลิขิต (ฉบับ ๓)" ค่ะ (-/-)

ใครที่เคยมีอาการหน้าเกร็งเวลานั่งสมาธิ
ต้องไม่พลาดคอลัมน์ "ดังตฤณวิสัชนา" นะคะ

"คุณดังตฤณ" จะช่วยชี้สาเหตุพร้อมแนะวิธีแก้ไขให้ค่ะ

ใครว่าอาการชี้เหงาเกิดเฉพาะกับคุณสาวๆ เท่านั้น

"โหรา (ไม่) คาใจ" ฉบับนี้

"คุณ Aims Astro" ขอพาหนุ่มๆ มาเปิดใจบ้าง

ในตอน **"ความในใจของชายชี้เหงา"** ค่ะ

เมื่อความรักกลายเป็นอดีตไปแล้ว

แต่ใจยังตัดไม่ได้ อยากติดต่อ อยากโทรหา

และสิ่งที่ได้กลับคืนมาก็ล้วนมีแต่ทุกข์

ใครที่กำลังประสบปัญหาเช่นนี้

"คุณเมริน" มีทางออกให้ ที่คอลัมน์ **"บทความรัก"**

ในตอน **"ทำยังไงให้ตัดใจเลิกโทรหาอดีตคนรักได้"** ค่ะ

คอลัมน์ **"การ์ตูนธรรมะ"**

อ่านการ์ตูน **"ดีคิด เด็กดีหัวใจเทวดา"** ตอนที่ ๒

เรื่องนี้ แปลงจากบทประพันธ์เสียดายคนตายไม่ได้อ่านนะค่ะ

ใครที่พลาดตอนแรก ย้อนกลับไปอ่านได้ที่ฉบับ ๙ ค่ะ ^-^



ข่าวประชาสัมพันธ์ ฉบับ ๑๐

ขอเชิญร่วมงานถวายผ้ากฐิน สวนสันติธรรม (^/\^)

๑๑ ตุลาคม ๒๕๕๒ ณ สวนสันติธรรม จ.ชลบุรี

อ่านกำหนดการ และรายละเอียดอื่นๆ เพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ

<http://larndham.net/index.php?showtopic=36326&st=0>

สำหรับผู้ที่ไม่สะดวกเดินทางไปร่วมงานด้วยตนเอง

สามารถร่วมบุญด้วยการโอนเงิน ได้ที่บัญชีนี้ค่ะ

ธนาคารกสิกรไทย สาขาถนนมังกร

บัญชีออมทรัพย์

เลขที่ ๖๐๕ - ๒ - ๐๑๘๗๒ - ๐

ชื่อบัญชี นายธนา รุจิพัฒนกุล (เพื่องานกฐินสวนสันติธรรม)

+++++

เดือนตุลาคม หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชโช จัดแสดงธรรมที่ศาลาลงขันนะคะ

กำหนดการแสดงธรรมครั้งต่อไป

คือวันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ ค่ะ (-/-)

+++++

ชาวดีสำหรับเพื่อนๆ ที่ชื่นชอบภาพปกของ dlitemag ค่ะ

ตอนนี้ภาพปกสวยๆ ของนิตยสาร

ได้กลายร่างมาเป็น Wallpaper งามๆ พร้อมด้วยกลอนเพราะๆ

ให้เพื่อนๆ ดาวน์โหลดไปใช้เป็น Desktop Background สำหรับคอมพิวเตอร์แล้วนะคะ

สามารถเข้าชม และเลือกภาพที่ถูกใจได้ที่นี้เลยคะ

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=177&Itemid=17

[7](#)

+++++

สำหรับเพื่อนๆ ที่เป็นสมาชิกของเว็บ social network ต่างๆ

อาทิเช่น facebook, twitter

ตอนนี้สามารถนำบทความดีๆ ในนิตยสาร

ไปแบ่งปันให้เพื่อนๆ อ่านได้แบบง่ายๆ แล้วนะคะ

ส่วนจะง่ายแค่ไหนนั้น ลองอ่านวิธีการแบ่งปันบทความได้ที่นี้เลยค่า ^_^



ประชาสัมพันธ์โครงการ "สองวัน...ฉันทำได้ กับนิตยสารธรรมะใกล้ตัว Lite"

ตอน "จากลาไม่จากไกล....เพราะในใจมีสองวันฯ (^_^)v"

ในวันออกพรรษาที่ผ่านมา ก็ได้สิ้นสุดระยะเวลาโครงการ "สองวัน...ฉันทำได้" ไปแล้วนะคะ
ช่วงเวลาสามเดือนแห่งเทศกาลเข้าพรรษานี้ ก็ผ่านไปอย่างรวดเร็วเหมือนฝัน
ทีมงานหวังเป็นอย่างยิ่งว่าโครงการนี้
จะเป็นประโยชน์ต่อท่านผู้ร่วมโครงการทุกท่านบ้าง ไม่มากก็น้อยค่ะ

และเป็นความจริงที่ว่า ไม่มีงานเลี้ยงใดที่ไม่เลิกรา
แต่ในเมืองานเลี้ยงนี้ มีเพื่อนกัลยาณมิตรมากมาย
ได้เข้ามาพบและรู้จักกันโดยแรงแห่งกรรมสัมพันธ์อันดี
การปล่อยใจจากกันโดยไม่ได้อำลา
หรือแสดงความรู้สึกดีที่มีต่อกันเลยก็คงดูไม่สวยงาม

ด้วยเหตุนี้ ทางทีมงานจึงขอจัดกิจกรรมส่งท้าย โดยการเชิญชวนให้ทุกท่าน
เข้าร่วมเขียนความในใจต่างๆที่มี ลงในเว็บบอร์ดใหม่
ที่เปิดขึ้นเพื่อเก็บความทรงจำดีๆไว้โดยเฉพาะค่ะ ^_^

โดยมีคำถามปลายเปิดทั้งหมด ๒ ข้อ ที่ขอให้ช่วยกันลองเขียนดูนะคะ คือ

๑. เกี่ยวกับตัวท่านเอง : ท่านมีความเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง เมื่อได้เข้าร่วมโครงการ "สองวัน...ฉันทำได้"

ถ้าเป็นไปได้ ก็ขอให้แสดงความรู้สึกที่มี ทั้ง*ก่อนเริ่มเข้าร่วมโครงการ*
ขณะที่ร่วมโครงการ และ*ต่อจากนี้ไปเมื่อโครงการได้สิ้นสุด* ให้ครบทั้งสามกาลเลยนะคะ :)

๒. เกี่ยวกับเพื่อนกัลยาณมิตร : ท่านรู้สึกอย่างไรกับโครงการและมิตรสหายที่ได้พบในโครงการ

มีหลายท่านไม่เคยรู้จักหน้าค่าตากันมาก่อนเลย แต่ก็เข้ามาเติมแรงใจให้แก่กันและกันอยู่เสมอ
จะเขียนรวมๆรวบยอดเพื่อนทุกคนเลยก็ได้ หรือจะแสดงความประทับใจแก่เพื่อนทีละคนๆก็ได้
รูปแบบไม่ตายตัว คิดว่าเขียนกันสบายๆสไตล์ **สมุด friendship** ให้เพื่อนๆก็แล้วกันนะคะ

ขอเชิญเข้ามาเขียนกันได้เรื่อยๆนะคะ ที่ [เว็บบอร์ดแห่งนี้](#) (<-- มีลิ้งค์)
เพราะยังไม่ได้กำหนดระยะเวลาวันปิดรับข้อความ ดังนั้นจึงไม่ต้องรีบร้อนคะ
ค่อยๆคิด ค่อยๆเขียน เรียบเรียงความรู้สึกจากใจของคุณ
เพื่อให้เพื่อนๆก็ลายณมิตรทั้งหลาย
ได้รับทราบถึงความรู้สึก และความประทับใจที่มีต่อกันและกันคะ

สุดท้ายนี้ ทางทีมงานก็ต้องขอกราบขอบพระคุณ**คุณดังตฤณ**
ซึ่งเป็นผู้จัดประกายไฉเดียวการอธิษฐานจิตสองวัน
ขอขอบคุณท่านผู้ร่วมโครงการทุกคน
ที่มีส่วนร่วมแบ่งปันน้ำใจและความอบอุ่นซึ่งมีมากมายให้แก่กันและกัน
และขอขอบคุณและอนุโมทนากับทุกๆท่านที่เกี่ยวข้อง
ที่ช่วยทำให้โครงการนี้ผ่านไปได้ด้วยดีคะ

สุดท้ายของสุดท้าย :D

สำหรับผู้เข้าร่วมโครงการท่านใดที่ยังไม่ได้ส่งชื่อที่อยู่มายังทีมงาน

ขอให้รีบส่งกันเข้ามาได้ **ที่นี่** นะคะ เพราะทีมงานตั้งใจกันว่า

จะเริ่มส่งของที่ระลึกฉบับกิ่งแสนดีเมด (^ ^,)v ไปให้ทุกท่าน คงไม่เกินต้นเดือนหน้านี้คะ :)

ขอธรรมจรรักษาวาธรรมะใกล้ตัว Lite ผู้ประพฤติธรรมทุกท่านคะ ^/\^

ธรรมะในลิขิต ฉบับที่ ๓



โดยท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสมฺปนฺโน
วัดป่าบ้านดาด อุดรธานี

(รวบรวมโดย คุณเอียน ธรรมัญญู จ.จันทบุรี)

ฉบับที่ ๓

วัดป่าบ้านดาด อุดรฯ

๑ มิถุนายน ๒๕๕๙

เรื่องคุณโยมจวน

หากท่านอดสำหรับพิจารณาค้นคว้าในกองชั้น ๕ เข้าให้มาก

ก็จะเห็นโทษคุณมากขึ้นทีเดียว

จุดใดปมใดซึ่งเป็นเครื่องขัดข้อง

ในเมื่อเราพิจารณาชั้น ๕ เข้าให้มากแล้ว

ต้องเห็นจุดเห็นปมนั้นแน่นอน

การพิจารณาชั้น ๕ นี้พิสดารมาก

ทั้งเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญา วิชาอันเป็นเครื่องถอดถอนกิเลส

"ด้วยคำว่าจุดว่าปม" นั่นก็คือตัวกิเลสนั่นเอง

เมื่อปัญญายังไม่ละเอียดพอๆ กับกิเลสชนิดนี้

ก็ยังมองไม่เห็น แก้มัดก ถอนไม่ขึ้น

กิเลสชนิดที่มองไม่เห็นนี้

ก็เลยกลายเป็นภัยแก่ท่านเองอีกหลายภพหลายชาติ

ถ้าจะคิดไปหน้าเดียว ไม่พิจารณาด้วยปัญญาให้ทั่วถึง

ก็อาจสำคัญตนว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ก็ได้

ซึ่งเหมือนหนทางเดินที่เราเข้าใจว่าเป็นทางเตียนโดยถ่ายเดียว

ก็ไม่ค่อยจะระวังอันตราย

แต่ว่าเสี้ยนหนามหรือเศษแก้วแตกอาจแทรกอยู่ในหนทางนั้นก็ได้

ในเมื่อเดินไปไม่ระวังก็ตาทำให้ได้รับความเจ็บปวดเดือดร้อนแก่ตัวเอง
นี่โทษเกิดขึ้นเพราะความตายใจเกินไป
ไม่มองด้วยสายตาให้ทั่วถึง

อนึ่งจิตนี้เมื่ออยู่ตามธรรมดาของตนก็เป็นของละเอียดอยู่แล้ว
เมื่อได้รับอบรมในทางที่ถูกยิ่งละเอียดขึ้นไป
ส่วนกิเลสเล่าก็ละเอียดไปตามกัน
อาศัยปัญญาเท่านั้น จะแก้กิเลสส่วนนี้ได้
ความสำคัญว่าอย่างนั้นอย่างนี้
อันนี้เป็นตัวสัญญา จะแก้กิเลสอย่างละเอียดไม่ได้
แก้ได้แต่ส่วนหยาบเท่านั้น

ดังนั้น ท่านจึงสอนให้อบรมปัญญา
การอบรมปัญญา ก็ได้แก่การค้นคิดในชั้น ๕
เอาชั้น ๕ เป็นหินลับ ปัญญาก็กล้ำสามารถตัดกิเลสอย่างละเอียดได้
ก็พ้นทุกข์ได้ โดยไม่ต้องสำคัญตน
เมื่อพอแก่เหตุแก่ผลแล้ว
คำว่า "อมต หรือวิสุทธิธรรม" ก็เป็นขึ้นเอง
โดยไม่ต้องแสกสรรหรือสำคัญใดๆ
ใครๆ จะแต่งผลไม่ได้ แต่งได้แต่ตัวเหตุเท่านั้น

อนึ่ง การพิจารณาชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ
ก็คือการพิจารณาเรื่องความเกิดความดับของชั้น ๕ นั้นเอง
ทั้งที่เป็นส่วนอดีต อนาคต และ ปัจจุบัน
มีความเกิดความดับเป็นอันเดียวกัน
พิจารณาให้เห็นเป็นของไม่น่าไว้วางใจหรือนอนใจ
ซึ่งเรียกว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เหมือนกันหมด

ต่อจากนั้นก็ทวนเข้ามาพิจารณาจิต
ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งอารมณ์ทั้งหลายอีก
ไม่อย่างนั้นก็จะกลายเป็นมหาโจรผู้สังสมกิเลสไว้ในตัวอีกเหมือนกัน
จึงควรพิจารณาจิตผู้รู้
ซึ่งธรรมทั้งหลายให้เห็นเป็นความจริงเสมอกับธรรมทั้งหลายอีก
ไม่อย่างนั้นจิตก็จะสำคัญว่าตนฉลาดเพราะไปรู้ธรรมทั้งหลาย
เลยลืมทวนกระแสเข้ามาพิจารณาและรู้เท่าตัวของตัวเอง

ประการหนึ่ง เมื่อจิตยังเพลนไปรู้
หรือตาคิดชมธรรมส่วนอื่นว่าดีว่าชั่วอยู่ตรงใด
พึงทราบเถิดว่าจิตนั้นยังเป็นอวิชชาอยู่ตรงนั้น จิตว่ายังไม่ฉลาดพอ
และจิตว่ายังพันทุกขไม่ได้ เพราะยังหลงตัวคือจิตอยู่

การพิจารณาที่จะให้รอบคอบในขั้นทั้งหลาย
ทั้งที่เป็นขั้นนอกขั้นใน และจิตเรา
ซึ่งนอกจากขั้นทั้งสองประเภทนั้น เป็นของสำคัญไม่น้อย

จิตนี้จะใช้ให้พิจารณาธรรมประเภทใด ทั้งใกล้ทั้งไกล
ทั้งหยาบทั้งละเอียด ทั้งภายในภายนอกใน พอรู้ได้เห็นได้ไม่ยากนัก
แต่จะทวนเข้ามาพิจารณาจิตนี้ซึ่งสำคัญยิ่ง
เมื่อกลับเข้ามาพิจารณาตรงนี้ได้แล้ว รู้ตรงนี้แล้ว
ว่าเป็นความจริงชนิดหนึ่งซึ่งต่างจากความจริงใดๆ ทั้งหมด
พร้อมทั้งความไม่ยึดมั่นถือมั่นเสมอธรรมทั้งหลายแล้ว
นั้นแหละจึงจะหมดอวิชชาและอุปาทาน
จะปฏิญาณตนว่าหลุดพ้นหรือไม่ก็หมดปัญหาในตัว

ดังนั้น ท่านผู้สิ้นจากความสำคัญใดๆ แล้ว
จึงเป็นเหมือนปิดปาก ไม่อยากพูดสนมสนมหัว
ไม่อยากอวดตัวไม่อยากทดลอง
เมื่อปรากฏเฉพาะหน้าก็ดูไป ฟังไป ไม่อาลัยในความอยากดูอยากฟังอีก
ในเมื่อรูปเสียงเป็นต้น ผ่านพ้นไป
หมดคำว่าตัวดี ตัวชั่ว อยู่กลางๆ ตามความจริง
เพราะคำว่าดีหรือชั่วเป็นเหมือนสีย้อม
เมื่อจิตบริสุทธิ์แล้ว หมดเรื่องเสกสรรเหมือนน้ำที่บริสุทธิ์แท้ไม่มีสีจะนั้น เอว.

บัว

ความในใจของชายชู้เหงา



โดย Aims Astro

ถาม – ผมแต่งงานมาหลายปีแล้ว ความสัมพันธ์กับภรรยาในช่วงหลังๆ ห่างเหินกันไปมาก จนเหมือนคนแปลกหน้าที่มาอยู่รวมบ้านเดียวกันเข้าไปทุกทีๆ ตอนนี้ออมรับว่าหันเหไปกับผู้หญิงอื่นบ้าง แต่ไม่ถึงขนาดผิดศีลธรรม อยากทราบว่าผมควรจะวางตัววางใจอย่างไรดีครับ

คงมีคนจำนวนไม่น้อยที่แต่งงานมาหลายปี แล้วเริ่มประสบปัญหานี้ค่ะ มีลูกคำหญิงบางท่านเล่าให้ฟังว่า บางทีก็ไม่ว่าจะคุยอะไรกับสามี เหมือนไม่ค่อยมีกิจกรรมให้ทำร่วมกัน ซึ่งที่แนะนำก็คือให้ชวนกันไปทำบุญ เช่น ปล่อยนกปล่อยปลา ทำบุญโรงพยาบาล เลี้ยงอาหารคนชรา หรือชวนกันไปทำกิจกรรมเพื่อความบันเทิงที่ปลอดอบายมุข เช่น ชมภาพยนตร์ ซื้ของตกแต่งบ้าน ปลูกต้นไม้ เทียวพิพิธภัณฑ์ ฯลฯ ล้วนเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์สายใยให้ครอบครัวได้ดีค่ะ

เรื่องความห่างเหินระหว่างคู่สมรส จนกลายเป็นชนวนปัญหาขึ้นมาได้พบบ่อยๆ ค่ะ บางคู่โชคร้าย ปัญหาเกิดขึ้นถล่มทลายจนยากเยียวยา แต่บางคนยังโชคดีที่มีธรรมะในหัวใจอยู่บ้าง แต่ก็ถูกกิเลสเล่นงาน จนเป่เหมือนกัน ดังเช่นชีวิตของลูกคำชายท่านหนึ่งอายุประมาณ ๔๐ ปี ซึ่งตรวจดวงกันเมื่อปีก่อนไปแล้ว และกลับมาใช้บริการอีกครั้ง เมื่อผุดวงเสร็จก็หักไปว่าะวังมีปัญหาเกี่ยวกับภรรยาณะคะ ลูกคำบอกรู้เพ่ง ทะเลาะไปเมื่อวานนี้เอง แต่ที่มาดูดวงวันนี้เพราะกลัวใจที่ตัวเองแอบชอบและแอบแซทกับเด็กสาวอายุ ๑๖ ปี เป็นปัญหาที่ไม่รู้จะทำยังงดี เพราะเด็กก็น่ารักมาก และดูเหมือนจะมีใจให้ด้วย ดิฉันได้ฟังแล้วนึกถึงคติพราภผู้เยาว์ขึ้นมาทันที (- -')

จริงๆ แล้วคุณผู้ชายท่านนี้ก็เป็นคนปฏิบัติธรรมที่พยายามรักษาศีลห้า แต่เขาไปเพราะกิเลส ตามประสา ปุถุชนนี้แหละคะ จึงขอร้องให้หยุดติดต่อเพราะเขามีภรรยาแล้ว และเด็กก็ยังมีผู้ปกครอง ดีไม่ดีจะได้ติดคุกติดตาราง เขาตอบว่าพอคิดว่าจะต้องเลิกติดต่อก็ปวดใจมาก เพราะรู้สึกว่าเขาชอบเด็กคนนี้เหลือเกิน จะขอเก็บเอาไว้เพื่อเป็นการกระตุ้นราคาตัวเอง เป็นสิ่งเร้าในตามรู้ตามดูจิตได้หรือไม่ ฟังลูกคำแล้วจึงฟันธงว่า “คุณโดนกิเลสหลอกเอาแล้วละ” (- -;)

ลูกคำได้ฟังแล้วรำพึงออกมาว่า “กิเลสเล็ก กิเลสน้อย กิเลสละเอียดยี่ประมาณไม่ได้เลยนะ” จึงตอบไปว่า “กิเลสละเอียดยี่ไหนกัน นี่กิเลสหยาบๆ ชัดๆ เลยคะ” เนื่องจากมีความคุ้นเคยรู้ธยาสัยกันมาก่อน จึงเตือนตรงๆ และแรงๆ เพราะทราบว่าเขาอยากให้เตือนสติเป็นเรื่องหลัก และดูเหมือนเป็นเรื่องรอง ในที่สุด

ลูกคำรับปากว่าจะพยายามเลิกติดตอและเลิกคุย MSN กับสาวน้อยในฝันคนนี้ให้ได้

เวลาผ่านไปประมาณ ๒ สัปดาห์เขากลับมาอีกครั้ง บอกว่ายังไม่สามารถตัดใจจากสาวน้อยอายุ ๑๖ คนนั้นได้ เพราะรู้สึกว่าการนั่งทำงานดีๆ แล้วมีคนมาคอยแซทด้วยทำให้มีความสุข พอจะต้องตัดใจก็รู้สึกเหมือนใจจะขาด แต่ตอนนี้รู้แล้วว่าเด็กไม่ได้มีใจด้วย เขาคิดไปเองอยู่ข้างเดียว แถมเล่าด้วยว่าเมื่อช่วงที่ผ่านมาได้ใช้บริการสาวขายบริการ (sideline) ซึ่งถือเป็นการนอกใจคู่ครองเพราะภรรยาเขาไม่ได้อนุญาต ถึงแม้ยังไม่ถึงขนาดศีลข้ออกาเมสุมิจะจารขาด เพราะยังไม่ถึงขนาดมีเพศสัมพันธ์กันเต็มรูปแบบ แต่ศีลก็หมอง ซึ่งไม่สมควรเลยเพราะเขาเป็นคนปฏิบัติธรรมด้วย และต่อให้ไม่ปฏิบัติธรรมก็ต้องมีศีลห้าเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ลูกคำบอกว่าถ้าจะให้โอกาสผู้หญิงที่เดือดร้อน เลยต้องบอกว่าถ้าอย่างนั้นคุณไปทำบุญบ้านเด็กกำพร้าดีกว่าไหมคะ :)

จากทั้งหมดที่สนทนากันและตรวจดวงประกอบ ทำให้เข้าใจว่าที่มาของปัญหาคืออะไร จึงบอกลูกคำว่าจะขอพูดอะไรสักอย่าง ซึ่งถ้าทำให้สะท้อนใจก็ขอโทษด้วย คือดิฉันเข้าใจว่าสาเหตุของปัญหามันเกิดเพราะ "คุณเหงา" เนื่องจากความสัมพันธ์กับภรรยาเป็นไปอย่างห่างเหิน คล้ายๆ คนอยู่บ้านเดียวกันเท่านั้น มีคู่แต่กลับว่าเหว ไม่มีสัมพันธ์ฉันสามีภรรยามานานแล้ว ลูกคำตอบว่า "สงสัยจะเป็นอย่างนั้นนะ ผมเพิ่งไปทำสังฆทานมา ร้องให้ต่อหน้าพระสงฆ์เลย แล้วตอนที่คุณรับโทรศัพท์ ผมก็จะร้องไห้อีก"

ในการแก้ปัญหาความว่าเหวนี้ ดิฉันขอให้เขาเป็นฝ่ายเริ่มต้นทำอะไรดีๆ ให้กับภรรยา อย่าให้แห้งแล้งขาดหาย หากว่าสามีไม่ได้มาเอาใจใส่ดูแล สร้างบรรยากาศแห่งความรักขึ้นก่อน เธอก็เหนื่อยจากงานนอกและในบ้าน เลยอาจจะดูเฉยๆ ไปบ้าง แต่ไม่ได้แปลว่าหมดรักสามีแล้ว เพราะความรักในแต่ละเวลาก็ไม่เท่ากัน ปรวนแปรไปตามเหตุปัจจัย แต่ที่ต้องมีเป็นพื้นฐานคือความเข้าใจและความรับผิดชอบต่อชีวิตคู่ค่ะ

ใครก็ตามที่ตกลงใจใช้ชีวิตคู่แล้ว ก็ไม่ควรทำให้บ้านกลายเป็นเพียงแค่อุ้งที่อยู่ออาศัย คู่สมรสกลายเป็นคนแปลกหน้า ที่นับวันสายลมแห่งความห่างเหินจะพัดพาคนทั้งสอง ให้ค่อยๆ ห่างกันออกไปทุกทีๆ ต้องพยายามเอาใจใส่ดูแลคู่ครองของตน ที่สำคัญคือหล่อเลี้ยงชีวิตคู่ไว้ด้วยกระแสแห่งบุญ คิดดี พูดดี ทำดีต่อกัน ถือว่าความสุขของอีกฝ่ายเป็นสิ่งสำคัญ มีน้ำใจให้อภัยกันและกัน ถ้าทำได้อย่างนี้ความอบอุ่นในบ้านย่อมเกิดขึ้นได้แน่นอนค่ะ

:)

หากต้องการถามปัญหา รบกวนตั้งกระทู้ที่เว็บบอร์ดแสงดาวสองทาง

<http://www.star4life.com/forum/index.php?board=1.0>

คำถามที่ได้รับการคัดเลือกจะนำมาตอบในคอลัมน์เพื่อนคู่ใจไขปัญหาค่ะ

สนใจอ่านบทความจาก Aims Astro เพิ่มเติม เชิญได้ตามลิงค์ด้านล่างค่ะ
<http://www.star4life.com/forum/index.php?board=15.0>

อาการหน้าเกร็งเวลานั่งสมาธิ อยากทราบว่าเพราะอะไร



ดั่งญาณวิเศษ

ถาม : ตะกั๊นที่คุณเคยให้นั่งหลับตาละ ระหว่างที่วางขาหรือวางมือ ก็ารู้สึกว่าสบายที่เท้าแล้วก็แขน แต่ว่าที่หน้าละ จะรู้สึกเกร็ง ที่หน้าผากก็จะแข็งๆ แล้วก็ที่แก้มทั้งสองก็คือนั่งรู้สึกเกร็ง พยายามที่จะผ่อนคลายตามที่คุณเคยบอกแล้ว แต่ก็ยังไม่ผ่อนคลาย อาการแบบนี้จะเกิดเวลาที่นั่งสมาธิละคะ อยากทราบว่าเพราะอะไรคะ

คือ ยิ่งไปพยายามนะ จำไว้เลยนะครับ
ความพยายามนั่นแหละ คืออาหารหล่อเลี้ยงความเกร็งความเครียด
จำไว้เลยนะ จำไว้เป็นคีย์เวิร์ดเลย
แต่การไม่ทำอะไรเลย แล้วปล่อยสบายๆอย่างรู้ ไม่ใช่อย่างเหม่อนะ
ตัวนั้นจะเป็นตัวการให้เกิดสติ ให้เกิดความผ่อนคลาย
ให้เกิดความสบายทั้งกายและใจนะครับ

อย่างตอนนี้ถ้านั่งฟังผมพูดอยู่นี้ แล้วไม่ได้มีความพยายามอย่างใดอย่างหนึ่ง
เราสำรวจเข้าไป ลองสำรวจเข้าไปที่เท้า เออ...มันก็ผ่อนคลายอยู่นะ
สำรวจเฉยๆ สำรวจเข้าไปที่มือ มันก็ผ่อนคลายอยู่
แล้วใบหน้า ถ้าเราไม่ได้พยายามทำให้มันสบาย มันก็สบายอยู่แล้วโดยตัวของมันเอง

ความหมายของผมในตอนนั้นก็คือ ถ้าหากว่าเราพบว่ามันเกร็ง
หรือว่ามีความเครียดอะไรอยู่ ส่วนใดส่วนหนึ่งของใบหน้าก็ตาม
แค่เรารู้มัน แค่เราปล่อยมันสบายๆ
มันก็สบายได้เท่ากับที่เราปล่อยเท้าปล่อยมือแล้ว
แต่ผมไม่ได้บอกเลยแม้แต่คำเดียวว่าให้พยายามสบายนะ
ตรงนี้เป็นส่วนเกินเข้ามาติดหนึ่งที่พลาดไป

องศาพลาดไปนิดเดียวละ จิตตั้งผิดไว้แค่องศาเดียว
มันเกิดผลทางกาย หรือเกิดผลทางอาการของจิตเอง ไปเป็นคนละเรื่องเลย
บางทีถ้ายังไม่มีอาการชั๊ คุณก็รู้สึกชีวิตเหมือนๆกัน
มันเหมือนกับว่าคิดอะไรก็ได้ ทำอะไรก็คล้อยๆกันครี้อๆกัน

แต่จริงๆแล้วไม่ใช่เลย

เปลี่ยนความคิดนิดเดียว จากการที่ปล่อยให้ใจเป็นยังงี้ก็ได้
เป็นคิดว่า เรานั่งอยู่ตรงนี้ จะไม่เบียดเบียนใครที่อยู่ในห้องนี้
แค่นี้มันก็เกิดกระแสความปลอดโปร่งออกมา กระแสความสบายออกมา
นี่แสดงให้เห็นนะครับ
ถ้าหากว่ามีการตั้งองค์ของจิตให้มันเป็นไปในทิศทางที่ดี ที่สว่าง ที่มันเจริญ
มันก็คือ การออกจากวังวนทุกข์นั้นเอง ออกไปที่ละน้อยๆ

อย่างแม้แต่กระทั่งการที่เราจะมาฝึกสมาธิกันนี้
ถ้าหากว่าตั้งจิตไว้ถูกต้องแล้วถูกต้อง ตั้งแต่เริ่มต้นที่ร่างกายนี้เลยนะครับ
มันได้ความสุขทันที
มันไม่ต้องไปเพ่ง ไม่ต้องไปบริกรรมอะไรเป็นสิบกานาที่เสียก่อน
แค่ตั้งอยู่ในท่าที่ถูกต้อง
แต่ถ้าตั้งจิตไว้ผิดนิดเดียว คือเราไปพยายามสบาย
แค่นั้นแหละความสบายก็หายไปแล้ว

นิทานโศสะ ตอน จันทำประโยชน์นะ...ชมหน้อยสิ



น้องดัมพลิง

โดย ชลนิล

คนที่อยู่กรุงเทพฯ คงไม่ค่อยได้เห็นบรรยากาศการทำบุญ ตักบาตรที่วัดป่าดอนเช้า ๆ สักเท่าใดนัก...

วัดที่ผมไปทำบุญเป็นประจำจะมีญาติโยมมาใส่บาตร ทำบุญกันเป็นจำนวนมากทุกวัน ริมถนนหน้าวัดจะต่อหลังคายาว ตั้งโต๊ะเรียงเป็นแถวให้วางถาดอาหารที่จะใส่บาตรได้อย่างสะดวกสบาย

ถนนหน้าวัดร่มรื่น ต้นไม้เรียงเป็นระยะ บรรยากาศสดชื่น อากาศยามเช้าบริสุทธิ์ เย็นสบาย พาให้จิตใจเบิกบาน มีความสุข

ผมจะมาถึงหน้าวัด รอใส่บาตรแต่เช้า ก่อนพระจะออกไปบิณฑบาตในหมู่บ้าน (พระวัดนี้จะเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านก่อน แล้วค่อยกลับมาบิณฑบาตหน้าวัดเป็นจุดสุดท้าย)

ความที่มาช้ากว่าคนทั่วไป จึงมีโอกาสดำรงกุศลมากกว่าการทำบุญ ใส่บาตรธรรมดา

บริเวณถนนหน้าวัดตอนเช้า ๆ จะกลาดเกลื่อนด้วยใบไม้ที่ร่วงจากต้นข้างทาง ผมเห็นคุณลุงแก่ ๆ สองคนช่วยกันกวาดใบไม้ ทำความสะอาดกันอย่างขยันขันแข็ง

ผมเห็นอย่างนั้นก็นึกอนุโมทนา แล้วไปหาไม้กวาดยาวที่วางไว้ตามโคนต้นไม้มาช่วยกวาดอย่างมีความสุข...รู้สึกว่าการเป็นคนดี ได้ทำบุญที่คนทั่วไปมองข้าม

การกวาดใบไม้บนถนนที่ค่อนข้างยาว ทำให้จิตใจกระปรี้กระเปร่า เข้มขึ้น ไม่ต่างจากการได้ทำบุญ ใส่บาตร เห็นพระเดินออกจากวัดไปในหมู่บ้านก็ยกมือไหว้ จิตใจก็เบิกบาน มีความสุขโดยไม่ต้องทำอะไรเลย

รุ่นพี่ผมคนหนึ่ง ชอบมาทำบุญที่วัดนี้เป็นประจำเช่นกัน แกมาถึงทีหลังผม เพราะตั้งใจรอใส่บาตรตอนพระท่านกลับจากหมู่บ้านพอดี

แกเห็นผมเพิ่งกวาดใบไม้เสร็จ ก็เข้ามาทักทาย ผมนี่ก็อยากอวดผลงานบุญของตัวเอง ก็เลยคุยด้วยใจ เข้มขึ้นไปว่า...

...วันนี้ผมกวาดใบไม้หน้าวัดเองเลยนะ...

ใจคิดว่าแคงจะอนุโมทนา ชื่นชมกับบุญที่ผมทำ...ที่ไหนได้ แคงกลับย้อนถามง่าย ๆ แบบไม่สนใจว่า

“แล้วจะมากวาดอย่างนี้ทุกวันหรือเปล่า?”

ผมอึ้ง...บุญกุศลหายวับ...จิตเกิดโทสะพุ่งปรี๊ดทันที แทบจะวิ่งกลับไปเอาไม้กวาดมาฟาดกบาลแคง...

หนอย...คนเขาอุตส่าห์ใช้แรงงานเข้าแลกบุญ ทำด้วยใจศรัทธาแท้ ๆ แทนที่จะชื่นชม อนุโมทนา...

ตัวเองก็ทำไม่ได้ (ไม่เคยทำด้วย) ก็น่าจะแสดงความยินดีที่คนอื่นเขาทำดีสิ...หนอยแน่...กลับมาพูดจา
ชวนโมโห กวนโทสะอย่างไม่มีหระแบบนี้...ไม่เหมือนคนมาทำบุญเลย (โวย)

ผมนึกดำแคงในใจอย่างยืดยาว ไม่กล้าเอาไม้กวาดมาตีหัวแคงหรอก กลัวโดนสวนนะ...อีกอย่าง...คงนำ
สมเพชพิลึกที่มีคนมาทะเลาะกันด้วยเรื่องไม่เป็นเรื่องแบบนี้ที่หน้าวัด

พอดใจ ไม่ให้คำตำหนิตถาจากปาก เก็บไม้เก็บมือ ไม่คว่ำไม้มาฟาดปากกัน ผมก็เห็นโทสะที่พลุ่งพล่าน
อยู่ในอก แล้วเกิดสติ...ถามตัวเองว่า...

“เราสามารถมากวาดใบไม้แบบนี้ได้ทุกวันหรือเปล่า?”

เออ...จริง...คงทำไม่ได้หรอก...นิสัยขี้เกียจแบบนี้!

ให้ทำเป็นครั้งคราวพอไหว ให้ทำประจำคงต้องขอบาย...

แล้วทำไม ทำดีแค่วันเดียวถึงหลง ชื่นชมตัวเองเอานักหนา?

เรื่องขี้ประดุ้งแค่นี้ กลับคิดว่าเป็นบุญใหญ่โต...

สมควรแล้วที่โดนตอกกลับเอาแบบนี้!

โทสะลดระดับลง เพราะมีสติ ไม่เพิ่มเชื้อให้ความโกรธ...และยอมรับคำพูดของรุ่นพี่คนนั้น ตามความเป็น
จริง...

**คนเรานี้หน้า...หลงตัวเองก็ปานนั้น อะไรที่ “ฉัน” ทำนะ ต้องดี ต้องวิเศษกว่าคนอื่นเสมอ
แม้กระทั่งเรื่องการทำบุญ!**

พอมามองกันตามความเป็นจริงแล้ว...เห็นมั๊ยล่ะว่าบุญกุศล ความสุข ความแช่มชื่นใจนะ มันหายวับไปใน
แวบเดียว ที่ได้ยินคำพูดผิดหู...

สู้มาขยันตามดูจิต ด้วยใจที่เป็นกลางดีกว่า...

จิตเป็นกุศลก็ชั่วคราว จิตเป็นอกุศลก็ชั่วคราว

พลิกเปลี่ยนรวดเร็ว...ยึดถือเป็นตัวตนไปทำไม

รู้เท่าทันมัน...จนใจยอมรับความจริงได้...มีประโยชน์กว่ากันเยอะเลย

-----ooo-----

อย่านอนใจ กัยบัตรเครดิต



กรมกศน

โดย North Star

ตั้งใจไว้นานแล้วคะ ว่าจะเขียนเรื่องกัยบัตรเครดิต
พอดีเพื่อนสนิทเล่าให้ฟังว่าเพิ่งโดนกับตัวเองเมื่อสัปดาห์ที่แล้ว
ก็เลยมีข้อมูลจริงจากเหยื่อซึ่งเป็นคนใกล้ตัวมากๆ มาแบ่งปันคุณผู้อ่านกันคะ ^_ ^

คุณณัฐ(นามไม่สมมติ) เล่าเหตุการณ์ให้ฟังว่า
ขณะที่กำลังนอนเล่นอ่านหนังสือเพลินๆ อยู่ที่บ้าน
ก็มีโทรศัพท์จากผู้ที่อ้างว่าเป็นเจ้าหน้าที่ธนาคารบัตรเครดิตที่ถืออยู่
ติดต่อเข้ามา อ้างว่าต้องการอัปเดตฐานข้อมูลผู้ใช้บัตร
และพยายามสอบถามเลขที่บัตรประชาชน

คุณณัฐอะใจจึงสอบถามชื่อและนามสกุลของผู้ที่โทรมา
ปรากฏว่าปลายสายอีกอีก และแจ้งเฉพาะชื่อ ไม่บอกนามสกุล
คุณณัฐจึงตัดบท บอกว่าไม่สะดวกคุยตอนนี้
เมื่อวางสาย ก็รีบโทรกลับไปเช็คที่ธนาคาร
ผลเป็นไปตามคาดคะ คือธนาคารไม่ได้ติดต่อมาเลย
เกือบไปแล้ว +_+

เป็นอันว่า คราวนี้คุณณัฐรอดมาได้ด้วยไหวพริบส่วนตัว
และความผิดพลาดของมิจฉาชีพเองที่ไม่แนบเนียนพอ
แต่ก็นั่นแหละคะ เราจะทราบได้อย่างไรว่าเหยื่อรายต่อไปจะไม่ใช่เรา
ดังนั้น ฉบับนี้จึงขอรวบรวมกลโกงและวิธีป้องกันมาบอกกล่าวเล่าขานกันสักหน่อยคะ ^_ ^

ก่อนอื่น เรามาดูกันก่อนนะคะ ว่ากลโกงที่พบบ่อยมีอะไรบ้าง

- ขโมยข้อมูลเจ้าของบัตร โดยอ้างตัวเป็นเจ้าหน้าที่ธนาคาร ติดต่อหาลูกค้า
แล้วเอาข้อมูลไปทำการปลอมแปลงบัตรขึ้นมาใหม่
(ที่คุณณัฐโดน คาดว่าจะเป็นกรณีนี้คะ)

- ร้านค้าเจตนาทุจริต โดยการรูดบัตรเกินราคา หรือทำรายการซ้ำหลายครั้ง

- ปลอมบัตรด้วยเครื่อง skimmer ซึ่งเป็นอุปกรณ์อ่านข้อมูลบนแถบแม่เหล็ก และคัดลอกข้อมูลส่วนตัวที่บันทึกในแถบแม่เหล็กบนบัตร แล้วนำข้อมูลไปทำบัตรปลอม

ข้อแนะนำในการป้องกันกลโกง

๑) ระวังการทิ้งสลิปบัตรเครดิตในที่สาธารณะ

หากต้องการทิ้งจริงๆ ให้ฉีกละเอียดจนไม่สามารถทราบเลขที่บัตรได้ เพราะข้อมูลเหล่านี้ มีอาชีพอ่านนำมาใช้ได้ค่ะ

๒) ข้อมูลสำคัญส่วนตัว เช่น เลขที่บัตรประชาชน เลขที่ใบขับขี่ และเอกสารสำคัญอื่นๆ ควรเก็บไว้ในที่ปลอดภัย และไม่มอบให้กับผู้ที่ไม่น่าไว้วางใจนะคะ

๓) หลีกเลี่ยงการใช้บัตรกับร้านค้าที่มีความเสี่ยงกับการถูกกลโกงแบบ skimming หากจำเป็นต้องใช้ ให้อยู่กับพนักงาน ณ จุดที่ทำรายการด้วยทุกครั้งค่ะ

๔) ตรวจสอบความถูกต้องของรายการใช้จ่ายในสลิปบัตรเครดิตทุกครั้ง และเก็บสำเนาสลิปไว้เพื่อตรวจสอบกับใบแจ้งยอดบัญชี ว่าถูกต้องและตรงกันหรือไม่ หากพบรายการผิดพลาดให้แจ้งผู้ออกบัตรทันทีค่ะ

๕) การเลือกซื้อสินค้าและบริการทางอินเทอร์เน็ต ควรเลือกเว็บไซต์ที่เชื่อถือได้เท่านั้น และไม่ควรรีบบริการผ่านอินเทอร์เน็ตสาธารณะ เช่น อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เพราะข้อมูลอาจถูกโจรกรรมได้ค่ะ

๖) จดหมายเลขบัตรเครดิตและเบอร์โทรศัพท์ของศูนย์บริการบัตรติดตัวไว้เสมอ หากบัตรหายให้แจ้งระงับทันที

จากประกาศของสำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค (สคบ.) ระบุว่า

- ผู้ใช้งานบัตรเครดิตสามารถแจ้งการใช้บัตรชั่วคราวทางโทรศัพท์ โดยแจ้งมายังศูนย์บริการลูกค้า สถาบันการเงินจะต้องระงับการให้บริการทันที หรือไม่เกิน ๕ นาทีหลังจากที่ได้รับแจ้ง จากนั้น ผู้บริโภคไม่ต้องรับผิดชอบภาระหนี้ใดๆ หลังการแจ้ง หรือภายใน ๕ นาที

เว้นแต่พิสูจน์ได้ว่าภาระหนี้ที่เกิดขึ้น เป็นการกระทำของผู้บริโภคจริง

- หากผู้บริโภคไม่ได้เป็นผู้ซื้อสินค้าหรือบริการตามที่ปรากฏในใบแจ้งหนี้ สามารถหักทวงขอรับการเรียกเก็บเงินได้ทันที

เว้นแต่พิสูจน์ได้ว่าภาระหนี้ที่เกิดขึ้น เป็นการกระทำของผู้บริโภคจริง

จึงสามารถเรียกเก็บเงินย้อนหลังได้

หากมีข้อสงสัย หรือต้องการสอบถามร้องเรียน

สามารถติดต่อได้ที่ กองคุ้มครองผู้บริโภค ๐๒ - ๖๒๙๗๐๖๑ - ๓

หรือสายด่วนผู้บริโภค ๑๑๖๖ ค่ะ ^_^

แรกเริ่มเดิมที บัตรเครดิตถูกสร้างขึ้นมาเพื่ออำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยว

และผู้ที่ต้องเดินทางไกล เพื่อไม่ต้องพกพาเงินสดเป็นจำนวนมากๆ ติดตัวให้เป็นอันตราย

ต่อมา บัตรเครดิต กลายเป็นบัตรเงินกู้ ที่ผู้ถือบัตรมีสิทธิ์กู้มาใช้ก่อน แล้วค่อยๆ ผ่อนคืนทีหลัง

ซึ่งแน่นอนว่า ผู้ใช้จะต้องมีวินัยอย่างมากในการใช้งาน

บัตรเครดิตจึงจะเป็นบัตรเพื่ออำนวยความสะดวกอย่างแท้จริง

แต่หากผู้ใช้ขาดวินัย ขาดความรับผิดชอบ และไม่รู้จักควบคุมกิเลสแล้วละก็

ความสะดวกดังกล่าว จะนำมาซึ่งความสะบักสะบอมในที่สุดนะค่ะ ^^”

ดังนั้น ก่อนตัดสินใจใช้บัตรเครดิต โปรดถามตัวเองทุกครั้งว่า

เรามีความสามารถในการชำระหนี้ได้ตรงเวลาหรือไม่

และสามารถควบคุมและจัดการกับกิเลสของตัวเองได้มากน้อยแค่ไหน

หาคำตอบดีๆ ให้ตัวเองได้แล้ว จึงค่อยตัดสินใจค่ะ

สุขสันต์วันปลอดดอกเบ๊ยนะค่ะ (^ ^,)

ทำยังไงให้ตัดใจเลิกโทรหาอดีตคนรักได้



บทความรัก

โดย mayrin

สาวน้อย นั่งมองโทรศัพท์ ด้วยสายตาเหงๆ
หลายวันแล้วที่ชายคนรักไม่โทรมาหา
จนเธอต้องเป็นฝ่ายโทรไปเฝ้าวอน

ซึ่งเขาก็รับสายบ้าง ไม่รับบ้าง
เมื่อเธอกระหน่ำโทรไปหลายครั้งเข้า
เขาก็ออกท่าทางรำคาญ ดัดบถวางสายเอาดี้อๆ
ช่างแตกต่างราวฟ้ากับดิน
เมื่อหวนนึกถึงในยามที่แรกคบกันใหม่ๆ
ที่เขาเพียรตั้งหน้าตั้งตา โทรหาเธอแทบไม่เว้นแต่ละชั่วโมง
สรรหาแต่เรื่องสนุกสนานมาเล่าให้ฟัง
เอาอกเอาใจยกเธอให้เป็น "คนพิเศษ"

โลกช่างดูสดใสกลายเป็นสีชมพู
เธอยิ้มแย้มแก้มปรืแทบทุกวัน จนคนรอบข้างอิจฉา

แต่บัดนี้ คนๆ เดียวกันนี้ก็กลับกำลังทำให้เธอต้องมานั่งจับใจเป็นทุกข์
เหม่อลอยไม่เป็นอันทำงาน จนโดนเจ้านายดุเอาบ่อยๆ
ในใจก็คอยหวาดระแวงว่า บางช่วงที่เขาหายหน้าไป
เพราะเขามี คนพิเศษ อีกหลายคนให้คอยเอาใจหรือเปล่า

อยากจะตัดใจเลิกจากความสัมพันธ์อันคลุมเครือน่าเหน็ดเหนื่อย
แต่บางครั้งเขาก็โทรมาพูดคุยด้วยเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น
ก่อนจะห่างหายไปเหมือนเคย

ซึ่งเธอก็ยังอดใจไม่ไหวต้องโทรตาม ถามหาเขาอยู่ร่ำไป
วนเวียนเป็นวงกลมอยู่อย่างนี้

เฮ้อ...

ถ้ายังตัดใจไม่ได้ ก็ค่อยๆ ถอยค่ะ เช่น เคยโทรหาเขาทุกวัน ก็เปลี่ยนเป็นวันเว้นวัน
จากวันเว้นวัน ก็เปลี่ยนเป็น ๒ - ๓ วัน โทร ๑ ครั้ง
จนถึงอาทิตย์ละครั้ง และเดือนละ ๑ ครั้ง จนกระทั่งไม่โทรอีก

และแต่ละครั้งก็สังเกตความรู้สึกของตัวเองไปด้วยค่ะ
จะเห็นว่า ความทุกข์ทน ร้อนรนกระวนกระวายนั้น
จะค่อยๆ ลดลงไปเรื่อยๆ เมื่อหมดเหตุปัจจัยที่จะมากระตุ้น
คือ รูป รส กลิ่น เสียง ของเขา
จิตมนุษย์เป็นสิ่งที่พัฒนาเปลี่ยนแปลงไปได้ทั้งในทางดีและทางเลื่อม
ขอเพียงเราอดทนไม่ท้อถอย

ส่วนการที่เขาโทรมา ก็ไม่ควรรับค่ะ
แต่ถ้าคุณยังไม่เข้มแข็งพอ ก็ลองรับบ้าง ไม่รับบ้าง
ซึ่งเขาคงจะไม่โทรมาบ่อยนัก
จนกระทั่งไม่รับสายเขาเลย และเปลี่ยนเบอร์โทร

เพราะถ้าเขามีใจผูกพันคิดคบคุณจริงจัง
เขาควรจะเป็นฝ่ายที่ชวนขวย
และทำสิ่งใดเพื่อให้มาใกล้ชิดคุณมากกว่าเดิม
ไม่ใช่โทรมานานๆ ครั้ง เมื่อเห็นคุณเจียบไป
หรือในเวลาที่เขาเหงา ทะเลาะกับอีกคน
ทำให้คุณดีใจ เกิดความหวัง แล้วก็หายเจียบไป
ผลุบๆ โผล่ๆ ไม่มีความเสมอต้นเสมอปลาย

ระยะเวลาจะช่วยเยียวยาบาดแผลทางใจ
และทั้งคุณและเขาได้มีโอกาสดทบทวน
ความรู้สึกของตัวเองด้วยค่ะ

ถ้าเขาเห็นว่า จะต้องสูญเสียคุณไปจริงๆ
เขาแน่ใจตัวเองแล้วว่าจะเลือกคุณ
เขาจะรีบกลับมาสานสัมพันธ์กับคุณให้มากขึ้น
และเอ่ยปากคบคุณเป็นแฟนอย่างจริง
ถึงเวลานั้นคุณก็จะเป็นฝ่ายเลือกและตัดสินใจค่ะ

แต่ก็ขอให้ลองมองให้ไกลไปในอนาคต
ถ้าคุณตกลงปลงใจ แต่งงานกับเขา
และเขาก็ยังเป็นเขา
ปฏิบัติตัวตามนิสัยเดิมอันเปลี่ยนแปลงได้ยาก
คุณจะต้องทุกข์มากขึ้นกว่านี้มากมายนัก
ที่ต้องคอยรอเขากลับบ้าน คอยโทรตามเขา
คอยหวาดระแวงว่า เขาจะมี "คนพิเศษ" คนต่อไปๆ ไม่รู้จบหรือไม่

ลองทบทวนว่าตลอดเวลาที่ผ่านมา
คุณคบกับเขา มีความสุขหรือมีความทุกข์มากกว่ากัน
การกระทำใดที่เบียดเบียนตนเองให้เป็นทุกข์และเดือดร้อน
เราไม่ควรกระทำค่ะ

ผู้ที่กระทำความผิดร่วมกันมา
สัมพันธ์ภาพระหว่างกัน ซึ่งเป็นผลของกุศล
ก็จะเป็นความสุข ความชื่นบาน
เป็นบุญซึ่งจะคอยประคับประคองกันและกันนั้น
ฝ่าฟันปัญหาและอุปสรรคต่างๆ
จะเป็นผู้ที่ช่วยส่งเสริมเราให้เจริญยิ่งขึ้นไป

แต่ถ้าความสัมพันธ์ระหว่างคุณกับเขา
เริ่มกระทบกระทั่งเือนต่อหน้าที่การงาน
ทำให้คุณตกต่ำลงในวิชาชีพ และถึงกับตกงานได้ในอนาคต
ก็แสดงว่า การคบกับเขาไม่ทำให้คุณเจริญรุ่งเรืองขึ้น
ทั้งในด้านจิตวิญญาณและการดำเนินชีพ

ลองมองอีกมุมว่า
เขาอาจจะไม่ใช่ คนที่เคยร่วมบุญ
เคยกระทำความผิดร่วมกันคุณมา
คู่ควรที่คุณจะฝากชีวิตไว้ในอุ้งมือค่ะ

เราเป็นผู้ที่ต้องรับผิดชอบชีวิตตัวเองค่ะ
ถ้าเรายอมให้ผู้ชายแปลกหน้าคนหนึ่ง เดินผ่านเข้ามา
สามารถมีอิทธิพล กำหนดชะตาชีวิตของเรา
โดยเขาไม่ได้มาร่วมรับผิดชอบใด

ก็ดูเป็นการไม่ยุติธรรม และไม่รัก ไม่เมตตาตัวเองเองค่ะ

ถ้าเราไม่รักตัวเอง ไม่ตระหนักในคุณค่าของตน

ปล่อยให้ตัวเองเป็นทุกข์ตกต่ำ หม่นหมอง

คนอื่นก็จะไม่เห็นค่าของเราเช่นกันค่ะ

ตนย่อมเป็นที่รักที่สุดของตนค่ะ

เขาก็ออมรักตัวเอง ต้องการสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับตัวเขา

เลือกคนที่เขาอยู่ด้วยแล้วมีความสุข มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิต

เพียบพร้อมทั้งรูปสมบัติ คุณสมบัติที่ถูกกิเลสของเขาค่ะ

มานมนตรา ฉบับที่ ๕



โดย ชลนิล

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

แสงแฟลชสว่างเป็นครั้งสุดท้าย ก่อนมีกล้องจะเผยใบหน้าสดใสและรอยยิ้มสว่าง เด็กสาวอีกสองสามคนกำลังเก็บสมุดโน้ตกับวิทยุเครื่องเล็กเข้ากระเป๋า

“รูปสุดท้ายนี้ต้องได้ขึ้นปกแหงชะเลย” ปีกแก้วพูดอย่างร่าเริง ก่อนถอดฟิล์มออกจากกล้อง “มากไปยะ แด่อาจารย์ให้ผ่านกันอยู่แล้ว อย่าหวังว่าแกจะเลือกงานเราส่งลงนิตยสารเลย” เพื่อนร่วมกลุ่มขัดขึ้น

“โธ่ แค่เห็นรูปพี่มด ชีคร้านอาจารย์จะให้เอไม่ทัน”
“มากไปแล้วเจ้าแก้ว ถ้าพูดมากพี่ไม่เลี้ยงข้าวเที่ยงนะ” มรรคาขัดแทนเพื่อนน้องสาว
“ไม่ยอม ไม่ยอม...พี่มดให้พวกแก้วมารอตั้งนานกว่าจะได้สัมภาษณ์ อย่างนี้ต้องเลี้ยงใหญ่ด้วยซ้ำ”

“เอาเถอะยอมแพ้ จะไปไหนกับออกมา แต่พี่ต้องเข้าที่ทำงานก่อนบ่ายโมง”
ก่อนที่น้องสาวจอมวอยจะมีปัญหามากกว่านี้ มรรคารีบลุกและเดินนำขบวนเด็กสาวกลุ่มเล็กๆ ออกจากห้องไป

“พี่มด อย่าเพิ่งรีบหนีสิ” ปีกแก้วรีบเกาะแขนเขา และโดยมรรคาไม่ทันสังเกต เด็กสาวก็แอบหย่อนสิ่งบางอย่างลงในกระเป๋าเสื้อเขา...รอยยิ้มโล่งใจผุดขึ้นบนริมฝีปากหล่อน

มรรคามาถึงที่ทำงานก่อนบ่ายโมงเล็กน้อย พบประสิทธิ์รออยู่หน้าห้อง

“เข้ามาสิ” เขาเรียกพร้อมเดินนำ ประสิทธิ์ตามด้วยสีหน้าวิตกกังวล

“เป็นเรื่องร้ายกว่าที่คิดใช่ไหม” มรรคาถามเมื่อนั่งเรียบร้อย

“ครับ”

“ตอนเช้าที่คุณโทร.มาหาผมนะมีเรื่องอะไร” มรรคารู้ ถ้าไม่มีปัญหาที่แก้ไม่ตก รับรองไม่มีใครกล้าโทร.ไปปลุกเขา แต่ถ้าไม่บอกตั้งแต่เข้าก็แสดงว่าปัญหายังไม่เร่งด่วน

“เรื่องให้ชาวบ้านไปตัดไม้ในที่ของเรานะครับ”

ชายหนุ่มครุ่นคิด...เรื่องนี้ไม่น่ามีปัญหา

“พวกเขา ‘เจอดี’ เข้าเลยไม่มีใครกล้าเข้าไปตัดไม้อีกเลย”

“หมายความว่ายังงี้ ‘เจอดี’ ของคุณนะ”

“คนที่เข้าไปตัดไม้วันแรกๆ พอกลับบ้านก็จับใช้ทุกคน แถมยังฝันเห็นผู้ชายตัวใหญ่มาขู่จะฆ่า ถ้ายังเข้าไปตัดไม่ว่านั่นอีก”

มรรคานิ่งอั้น นัยน์ตาหรีวครุ่นคิด ประสิทธิ์สงบใจนั่งรอ

แม้มรรคาจะเป็นคนหนุ่ม แต่ไขว่จะพิสูจน์เรื่องภูติผีปิศาจโดยสิ้นเชิง เขาไม่เคยคัดค้านว่าผีไม่มีจริงและเขาก็ไม่สนับสนุนเรื่องภูติผีปิศาจ ชายหนุ่มคิดว่ายังมีสิ่งต่างๆ อีกมากมายที่มนุษย์เรียนรู้ไปไม่ถึง เขาเชื่อเรื่องการเรียนวายตายเกิด แต่ไม่ได้ยึดถือจริงจัง เขาเชื่อร้อยเปอร์เซ็นต์ว่าทุกคนเกิดแล้วต้องตาย แต่ไม่เคยใส่ใจ...ตายแล้วไปไหน...

กับเรื่องภูติผีที่ประสบอยู่ตรงหน้า ปัญหาไม่ได้อยู่ตรงการเจอผีนั้นจะเกี่ยวกับปิศาจจริงหรือไม่ ปัญหาอันแท้จริงคือเวลานี้ไม่มีใครไปตัดไม้ให้เขา

“ถ้าฉันเราว่าจ้างให้บริษัทรับเหมามาจัดการก็ได้” มรรคาบอกระบายๆ น้ำเสียงไม่แสดงความรู้สึก

“เวลานี้ไม่ได้แล้วครับ” คำตอบแสดงความอึดอัด “เมื่อเข้าผมตั้งใจจะโทรศัพท์ไปบอกชาวบ้านกับคุณ แต่พอคุณว่าจะเข้าออฟฟิศ ผมก็ว่าคงรอบอกตอนบ่ายได้ ดังนั้นพอวางหูจากคุณ ผมก็โทรศัพท์ติดต่อผู้ดูแลทางนั้น สั่งให้เขาหาผู้รับเหมาไว้ ก็เลยได้รู้ข่าวอีกข่าวว่า ชาวบ้านเขาไปตั้งศาลเพียงตากราบไหว้ดวงไม้ นั่นแล้ว”

“มันเกี่ยวอะไรกัน ดงไม้ที่ออกกว้างขวาง เราก็ทำในส่วนที่เขาไม่ได้ตั้งศาลสิ”

“แล้วใครจะรับรองล่ะครับว่าพวกชาวบ้านจะไม่เอาเรื่องเจ้าที่มาบอกกับพวกคนงาน”

มรรคาอึ้งไปชั่วครู่

“ถ้าเราทำให้พวกเขาไม่เชื่อเรื่องเจ้าที่ล่ะ” ชายหนุ่มพูด

“ทำยังไงล่ะครับ”

“**รื้อศาล**” มรรคาโพล่งขึ้น คนฟังแทบสะดุ้ง

“คุณมัวแต่พูดเป็นเล่นไปได้ ใครเขาจะกล้ารื้อล่ะครับ”

ชายหนุ่มนิ่ง หากสมองทำงานอย่างหนัก ที่จริงงานได้ปรับแต่งที่ดินแห่งนั้นไม่ใช่งานเร่งด่วน เพราะกว่าสาธารณูปโภคจะพร้อมก็ปีหน้า แต่งานอย่างนี้หากชักช้าเกินไปจะทำให้เสียเวลาและผลประโยชน์อย่างน่าเสียดาย

“คุณเคยบอกผมใช้มั้ยว่า เมื่อก่อนเคยมีคนเข้าไปตัดพวกไม้ใหญ่ๆ อยู่เหมือนกัน” มรรคาพูดซ้ำๆ

“ครับ”

“ทำไมเวลานั้นถึงไม่มีปัญหา” เขาเน้นคำท้าย นัยน์ตาทอประกายเจิดจ้า “หรือมันจะมีปัญหาเฉพาะตอนพวกเราเข้าไปกัน”

ประสิทธิ์พยายามตามความคิดของผู้เป็นนาย

“หมายความว่ามีการกลั่นแกล้งกันหรือครับ”

“ถ้าพวกชาวบ้านฝันเห็นผีผู้ชายเหมือนกันหมดทุกคน ผมก็นึกไม่ออกเหมือนกัน ว่าจะมีใครสามารถทำได้ถึงขนาดนั้น”

“แล้วเรื่องจับใช้” ประสิทธิ์ถาม

“เราน่าจะไปดูที่นั่นกันนะ” มรรคาสรุปในที่สุด

ประสิทธิ์ดูนาฬิกา เวลาบ่ายโมงกว่าแล้ว

“ถ้าขับรถไปกันตอนนี้ กว่าจะถึงก็เย็นพอดีนะครับ กว่าจะกลับมาอีกมืดโขหรือครับ” เพราะ
คุ้นเคยถึงกล้าแสดงความเห็นตรงๆ

“คุณมีธุระอะไรมั๊ย” คำถามง่ายๆ แต่แววตาเจ้าตัวแฝงอำนาจโดยไม่รู้ตัว

“ไม่มีหรอกครับ” ประสิทธิ์อุบอปป...นึกในใจ...ก็พอคุณเล่นมองแบบนี้ใครจะกล้าพูดว่าไม่ว่าง
มรรคาไม่เคยรู้ว่าตนเองมีสิ่งที่คล้ายพลังอำนาจแฝงอยู่ ทำให้คนอยู่ใกล้เกรง ทั้งที่บางครั้ง
เขาพูดจากันเองก็ยังไม่มีการกล้า ‘เล่น’ กับเขา

“ดี” เขายิ้มนิดๆ “เดี๋ยวผมจะโทร.ไปบอกที่บ้านก่อน คุณจะทำธุระอะไรก็ตามสบาย อีกสัปดาห์
เจอกันที่ลานจอดรถ ผมขอเอกสารเกี่ยวกับที่ดินแปลงนั้นด้วยนะ รวมถึงสัญญาว่าจ้างผู้รับเหมาดูด้วย”

“ครับ” ประสิทธิ์รับคำ พร้อมออกจากห้องอย่างโล่งอก

หลังจากมรรคาโทรศัพท์บอกป้าแจ่มเรียบร้อยเขาก็เตรียมตัวออกจากห้อง แต่มีเสียงโทรศัพท์
มาขัดจังหวะ

“มรรคาครับ”

“นี่แกวะนะคะพี่มด วันนี้นักกลับบ้านก็โมง แก้วเตรียมอาหารพิเศษไว้รอด้วย”

ชายหนุ่มยิ้ม “พี่กลับดึกจะ เรื่องกับข้าว ไว้วันหน้านะจ๊ะ แล้วพี่จะรอชิม”

“พี่มดจะไปไหนคะ” คำถามมีรอยสะออดนิดๆ

มรรคาจึงอธิบายง่ายๆ รวบรัดก่อนลงท้าย

“แล้วพี่จะหาของฝากมาให้จ๊ะ”

“ไม่เป็นไรหรอกค่ะ” น้ำเสียงปึกแกว่แปลกไป “แค่พี่มดกลับมาก็ดีแล้ว ระวังตัวด้วยนะค่ะ”

ท้ายเสียงแฝงความเป็นห่วงอย่างปิดไม่มิด

“จ้ะ ประสิทธิ์ก็ไปด้วย ไม่มีปัญหาอะไรหรอก” เขาพูดอย่างสบายใจ

**“รักษาเนื้อรักษาดูให้ดีนะค่ะ ระวังตัวให้มาก” ปึกแกว่ยก่อนวางหู มรรคาเริ่มสะอิดใจ
ครั้งนี้ปึกแกว่ห่วงเขาจนผิดปกติเกินไป**

๔

ศาลเพียงตาแห่งนั้นถูกปกคลุมด้วยครันรูปสี่เหลี่ยม มาลัยดอกมะลิส่งกลิ่นหอมตลบ
หน้ากระถางรูปขนาดใหญ่มีชาวบ้านกลุ่มเล็กๆ ปล่อยคุยกะกราบไหว้ด้วยความเคารพศรัทธา
เจือหวั่นเกรง

มรรคายืนห่างจากกลุ่มชาวบ้านเล็กน้อย บันทึกรูปทุกภาพที่เห็นไว้ในความทรงจำ จนเชื่อว่า
ชาวบ้านเคารพและเกรงกลัว ‘สิ่งที่มองไม่เห็น’ อย่างจริงจัง

ประสิทธิ์กำลังพูดคุยดีสนิทกับชาวบ้านบางคนที่ค่อนข้างช่างพูดมากกว่าคนอื่น

“ฉันไม่ได้มาขอหยหยหรอกจ้ะ แต่มาขอขมาเอาของมาถวาย ‘เจ้าพ่อ’ ท่านนะ”

“แล้วคนอื่นเขามาบนอะไรหรือน้า เห็นชนหัวหมุ่ บายศรี มากันใหญ่”

“โอย ไม่ได้บนกันหรอก พวกมาราบไหวถวายหัวหมุ่ บายศรี ขอขมากันทั้งนั้น...คืออย่างนี้ พวกข้าเข้าไปตัดต้นไม้ในนั้น...ก็ไม่ว่าเจ้าพ่อท่านเพิ่งมาอยู่ก็เปลืองวงเงินท่านไป ท่านก็เลยแสดงอิทธิฤทธิ์มาเข้าฝันพวกเราทุกคน แถมยังทำให้จับไข้อยู่ตั้งหลายวัน นี่พอสร้างไข ก็เลยมาตั้งศาลให้ท่าน แล้วพากันมาขอขมานี้แหละ”

“เยอะขนาดนี้เขี้ยวหรือจ๊ะ”

“ใช่สิ นี่ขนาดทยอยๆ กันมานะ บางพวกมาตั้งแต่เมื่อวานแล้ว”

“แล้วที่แถวนี้ของใครละน้า เจ้าของเขารู้มั๊ย”

“คงไม่รู้มั้ง พวกเศรษฐีเมืองกรุงจะไปรู้อะไร เห็นว่าทำให้พวกข้าตัดไม้ไม่ได้ก็เพราะกำลังจะไถที่ ทำเป็นโรงงานอะไรนี่แหละ”

“อ้าว แล้วเจ้าของที่เขาจะทำโรงงานได้หรือเปล่าน้า ถ้าเจ้าพ่อยังอยู่แบบนี้”

“ข้าก็ไม่รู้หรอก แต่ถ้าให้มาตัดไม้ในนี้อีก ข้าก็ไม่เอาแล้ว คนแถวนี้ทั้งหมดด้วย”

ตะวันใกล้พลบทอแสงสีส้มๆ อาบไล่ผืนดินกว้าง ลมอุ่นๆ พัดกระไอดินและกลิ่นหอมของแม่น้ำเข้ามา บริเวณศาลเพียงตาเริ่มร้างผู้คน ชาวบ้านกลุ่มสุดท้ายเข้ามา ‘ลา’ ของไหว้ขอขมาจากเจ้าพ่อ กลับไปยังบ้าน

กลิ่นหอมแปลกๆ เจือจางอบอวลอยู่รอบตัวมรรคา ฟ้าหม่นบรรยากาศเหมือนถูกครอบคลุมด้วยหมอกมองไม่เห็น ประสิทธิ์เหลียวหน้าเหลียวหลังกระสับกระส่าย

“กลับหรือยังครับ” ผู้ติดตามถาม

มรรคาถอนสายตาดูจากศาลตรงหน้าแล้วบอกง่ายๆ

“ผมจะเข้าไปดูในดงไม้นั้นหนอย” ประสิทธิ์สะดุ้งโหยง

“ชะ...เข้าไปทำไมครับ...ไม่มีประโยชน์อะไรหรอก...เดี๋ยวมันจะมืดแล้ว”

“ผมอยากเข้าไปดู นอกจากศาลแห่งนี้แล้ว อะไรคือ ‘เจ้าพ่อ’ ที่พวกเรากลัวกัน”

มรรคายิ้มนิ้ๆ เป็นรอยยิ้มที่ผู้พบเห็นต้องแอบหนาวหัวใจ

“คุณรออยู่ที่นี้แล้วกัน” เขาสั่งหัวนๆ ก่อนจะเดินผ่านศาลเข้าไปในดงไม้อย่างรวดเร็ว

บรรยากาศที่ล้อมรอบด้วยแมกไม้สงบเงียบกว่าด้านนอก แสงสว่างเหลือเจือจาง ต้นไม้ ใบไม้ทุกใบนิ่งสนิทไม่ไหวติงราวภาพวาด ไม่มีเสียงสายลม ไม่มีเสียงแมลง มรรคาเดินค่อนข้างเร็วตามทางเล็กๆ ที่พาเขาสู่กลางดงไม้

กลิ่นหอมแปลกๆ นั้นยังไม่จางหายคล้ายติดตามมาโดยตลอด มรรคาไม่รู้สึกรีดอัด หน้าซ้ำเขาคิดว่าคุ้นเคยกับกลิ่นนี้ดี ชายหนุ่มมีจุดหมายอยู่ข้างหน้า แต่บอกไม่ถูกกว่าเป็นที่ไหน เขาเดินไปเรื่อยๆ แล้วชะงักเท้าราวสะดุดกับต่อไม้ เบื้องหน้ามีกอหญ้าขึ้นสูงระดับบั้นเอว ถัดไปเป็นต้นไม้ระเกะระกะ สายตาเขาพุ่งตรงสู่ต้นไม้ต้นเดียว

...ต้นไทร...

เวลานั้น 'สิ่งประหลาด' ในตัวเขากำลังเคลื่อนไหวเหมือนถูกปลุกให้ตื่นด้วยกลิ่นหอมแปลกๆ และไทรข้างหน้า มันกำลังจะโผล่แล่นออกมาจากหัวใจเพื่อเข้าเผชิญกับสิ่งที่เขาไม่รู้จัก

ไทรต้นนี้เขาเคยพบมาแล้ว มันไม่ใช่ไทรเก่าแก่อายุนับร้อยปี แต่เป็นไทรขนาดย่อมๆ อายุราวสิบยี่สิบปีเป็นอย่างมาก รากมันห้อยระย้อยระยงลงมาราวกับจะปิดบังความลับบางอย่าง

กลิ่นหอมมันแรงจัดขึ้น จนรู้สึกว่ามันจะเป็นกลิ่นจากตัวเขาเอง สิ่งที่อยู่ในหัวใจของมรรคาคล้ายกระโจนออกมานอกอกจนไม่อาจควบคุมตัวเอง คำพูดบางคำหลุดมาโดยไม่ตั้งใจ

"ฉันมาแล้ว" เขาพยายามเม้มริมฝีปาก แต่ไม่อาจทำได้ **"ตามสัญญา"**

หลุดคำท้ายออกไปหัวอกค่อยโล่งขึ้น จิตใจแจ่มใส แม้สติจะบริบูรณ์ แต่ก็รู้สึกดังตนเองมีอีกคนอยู่ในร่าง เป็นคนกล้าที่ไม่เกรงกลัวต่อสิ่งใดง่ายๆ รอยยิ้มแปลกๆ ผุดขึ้นบนใบหน้า มันคือรอยยิ้มของขุนศึก...ยามเผชิญหน้ากับศัตรู

เมื่อมรรคาออกจากดงไม้ ความมืดกำลังเคลื่อนตัวซ้ำๆ ชับไล่แสงตะวัน ลมพัดแรงกรรโชกจนยอดไม้โอนเอน เสียงใบไม้ดังกราวซู่ซ่า

"คุณมด" ประสิทธิ์ร้องอย่างดีใจ ความเครียด อาการกังวลระหว่างรอคอยหายไปสิ้น

"เป็นยังงี้บ้างครับ ช่างในมีอะไร" เขากามชายหนุ่มเป็นชุด

มรรคามองหน้าด้วยแววตาเรียบลึก นำเกรงขาม ก่อนแลเลยไปที่ศาลเพียงตา

"พຽ່ງนี้ติดต่อผู้รับเหมาให้มาจัดการเกรดไถได้เลยนะคุณประสิทธิ์" เขาสั่ง

"แล้วเรื่องศาลกับเจ้าพ่อล่ะครับ"

"ไม่ต้องห่วง ถึงพวกชาวบ้านไม่กล้าตัด แต่คงไม่กล้าขัดขวางอะไรหรอก"

"แต่ถ้าพวกชาวบ้านเขามาเล่าเรื่องนี้ให้คนงานของผู้รับเหมาฟัง ผมกลัวว่าจะเกิดปัญหา ศาลก็ยั้งตั้งอยู่ทนโท"

สายตาของมรรคาเยือกเย็น

"เจ้าพ่อก็อยู่ส่วนเจ้าพ่อสิ" คำพูดแฝงความตระนงชนิดที่ประสิทธิ์ไม่เคยได้ยินมาก่อน **"แต่ถ้าไม่ใช่เจ้าพ่อแท้ ก็ไม่น่าให้อยู่ศาลหรอกนะ"**

มรรคาหยุดยืนหน้าศาลเพียงตา มือไขว้หลังก้าวไปรอบๆ นัยน์ตาวาววับ เอื้อมมือหยิบมาลัยดอกไม้มและเครื่องเซ่นไหว้ต่างๆ บนศาลลงมาอย่างใจเย็น จากนั้นก็ถอนเสาหลักหน้าตาเจย ประสิทธิ์ตาโต มือสั่นระริกพูดอะไรไม่ออก

"กลับกันเถอะ" มรรคายิ้มให้แล้วออกเดินนำหน้า

ธรรมดาชายหนุ่มไม่ใช่คนชอบยิ้มแย้ม ใครได้เห็นนับว่าโชคดี แต่สำหรับประสิทธิ์เขายินยอมไม่ได้รอยยิ้มจากมรรคา ดีกว่าเมื่อได้แล้วต้องเสี่ยงกับเรื่องที่มองไม่เห็นเช่นนี้

"...เราเป็นอะไรไป..." มรรคาถามตนเองขณะขับรถกลับกรุงเทพฯ เขารู้ตัวดีทุกอย่างว่าทำอะไรลงไปบ้าง พูดคำพูดแปลกๆ บ้าบิ่นขนาดบุกเข้าไปในดงไม้คนเดียว กระทั่งรื้อศาลเพียงตา เขาน้ำหรือเปล่า...

เขาไม่มีทางทำสิ่งเหล่านี้เด็ดขาดหากเป็นเวลาปกติ...แต่เขาก็ทำไปแล้ว

...เพราะอะไร เขาก็มีความกล้าเช่นนี้...

คำตอบคือความเจ็บงันในห้วงความคิด

“ประสิทธิ์” มรรคาพูดลอยๆ คนนั่งข้างๆ สะดุ้ง

“คะ...ครับ...มีอะไรครับ” ท่าทางของประสิทธิ์ออกจะกลัวเขาเกินธรรมดา

“คุณกลัวผมเรื่องอะไร” ชายหนุ่มถาม คนตอบยื้มแหยๆ ใครจะกล้าตอบว่าเจ้านายเขาน่ากลัว
อย่างไร

มรรคาเป็นคนดูมานานแล้ว ทุกคนรู้ดีแต่กับคนคุ้นเคยเช่นเขาไม่มีใครกลัวนัก แต่มรรคาที่เขาเห็น
เมื่อครู่ดูแปลกไปเหมือนไม่ใช่คนเดิม ท่าทางการเดิน การมอง การยิ้ม และคำสั่งที่เด็ดขาดน่าเกรงขาม
อยู่ในที่ ทำให้ดูไม่ต่างจากผู้ทรงอำนาจคนหนึ่งทีเดียว

“ได้กลิ่นอะไรบ้างมั๊ย” เมื่อไม่ได้คำตอบแรกมรรคาจึงเปลี่ยนคำถาม

“กลิ่นอะไรครับ” ประสิทธิ์สงสัย

“กลิ่นหอมๆ เหมือนดอกไม้” มรรคาพึมพำ ไข่ กลิ่นดอกไม้ เป็นกลิ่นดอกไม้เคยคุ้น ที่ติดตามเขา
มา

“เอ...ผมได้กลิ่นแต่แอร์เฟรชนะครับ ไข่กลิ่นนี้มั๊ยครับ” ผู้ติดตามพยายามหาคำตอบมาให้

“ไม่ใช่...” มรรคาหยุดคำถาม

ฟ้ามีดสนิท เหลือระยะทางอีกไกลกว่าจะถึงกรุงเทพฯ ถนนสายนี้ค่อนข้างว่าง แสงไฟหน้ารถ
ส่องกราดเป็นทางไกล รถแล่นด้วยความเร็วกว่าปกติจนผู้โดยสารต้องแอบเหลือบมองคนขับอยู่บ่อยๆ

มรรคานั่งนิ่ง เอนหลังพิงพนักทำทางสบาย นัยน์ตามองถนนเบื้องหน้า มือกำพวงมาลัยหลวมๆ
กลิ่นดอกไม้ที่เขาหาที่มาได้ยังแผ่อยู่ในอณูบรรยากาศ เขาพยายามหาต้นตอของมัน จนชั่วครู่ รู้สึกว่า
มันน่าจะมาจากกระเป๋าสีเสื้อตนเอง ขณะที่กำลังเอื้อมมือล้วงกระเป๋า เสียงสั่นๆ ของประสิทธิ์ก็ดังขึ้นมา

“คะ...คุณมัค”

“อะไร” มรรคาหันไปดูผู้ร่วมทาง เห็นเจ้าตัวกำสั่งมองมาทางหน้าต่างรถด้านเขาด้วยนัยน์ตา
เหลือกลาน

ชายหนุ่มพลิกสายตากลับทันที!

นอกหน้าต่าง มีเงาขาวๆ ก่อตัวคล้ายผู้ชายคนหนึ่ง กำสั่งลอยติดตามรถมาชนิดไม่ห่าง ส่วนที่
เป็นใบหน้าเห็นชัดเจนกว่าส่วนอื่น เริ่มจากนัยน์ตาแดงก่ำ จมูกบานพะเยิบริมฝีปากเม้มสนิทเป็นเส้นตรง

มันตามมาในขณะที่รถแล่นไม่ต่ำกว่าร้อยสี่สิบ...!

มรรคาแทบมืออ่อนปปล่อยพวงมาลัย ส่วนลูกน้องตัวสั่นงๆ

“เรา...จะ...เจอ...ดี...เข้า...แล้ว...”

ประสิทธิ์พูดเหมือนเอาเสียงเป็นเพื่อน

“คุณมัค...ไม่น่าเลย...ไปรี้อศาลท่านอย่างนั้น...ดูสิ...ท่านมาเอาเรื่องแล้ว”

คำพรับ่นของลูกน้องทำให้มรรคาเริ่มเข้าใจ แต่เขาไม่อาจออกแวก นี่คือการครั้งแรกในชีวิต ที่
ประสบกับเหตุการณ์พิสดารเช่นนี้

เขาไม่สนใจถามแล้วว่า ฝีมือจริงหรือไม่ แต่เขาต้องการรู้ สิ่งทีรูปร่างหน้าตาคล้ายคนเช่นนี้
ต้องการอย่างไรกับเขา

"จอดรถคุยกับเขาได้มั๊ย คุณประสิทธิ์" เสียงมรรคาแฝงอารมณ์ขันลึกๆ

“บ้านะสิคุณม้ค” ครั้งแรกจริงๆ ที่เขาโดนลูกน้องขึ้นเสียง “ไม่ต้องคุยอะไรกันแล้ว ทำยังงี้ให้เขาไปตีกว่า...อ้อ ผมนึกได้แล้ว สวดมนต์ไล่ดีกว่า...นะโม...ตัสสะ...พุทโธ ธัมโม...”

จากปลายทางตามรรคาเห็นเจ้าสิ่งนั้นกำลังเคลื่อนตัวเข้าใกล้รถมาเรื่อยๆ ริมฝีปากเริ่มสั่นทกกำลัง
ส่ายยั้มอย่างล่ำพอง ประสิทธิ์ประนมมือ หลับตาสวดมนต์อย่างเอาเป็นเอาตาย มรรคากลับนึกขึ้น และ
ยั้มได้ในสถานการณ์เช่นนี้

ปีศาจคนนั้นเกาะประตुरुถ เอาใบหน้าแนบกระจก พยายามจะแทรกร่างเข้ามา...นำแปลกเพราะ
ขณะเขามีอารมณ์ขันต่อท่าทางของประสิทธิ์ ‘สติ’ กลับตั้งมั่นอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน จิตใจสงบอึดเอม
มือเท้าขยับไปตามปกติ ริมฝีปากกลับขมขมิบบทสวดสั้นๆ

"พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ สังฆัง สรณัง คัจฉามิ"

ยามใดเกิดความกลัวให้ระลึกถึง คุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์...

(โปรดติดตามต่อฉบับหน้า)

ดีคิด เด็กดีหัวใจเทวดา ตอนที่ ๒

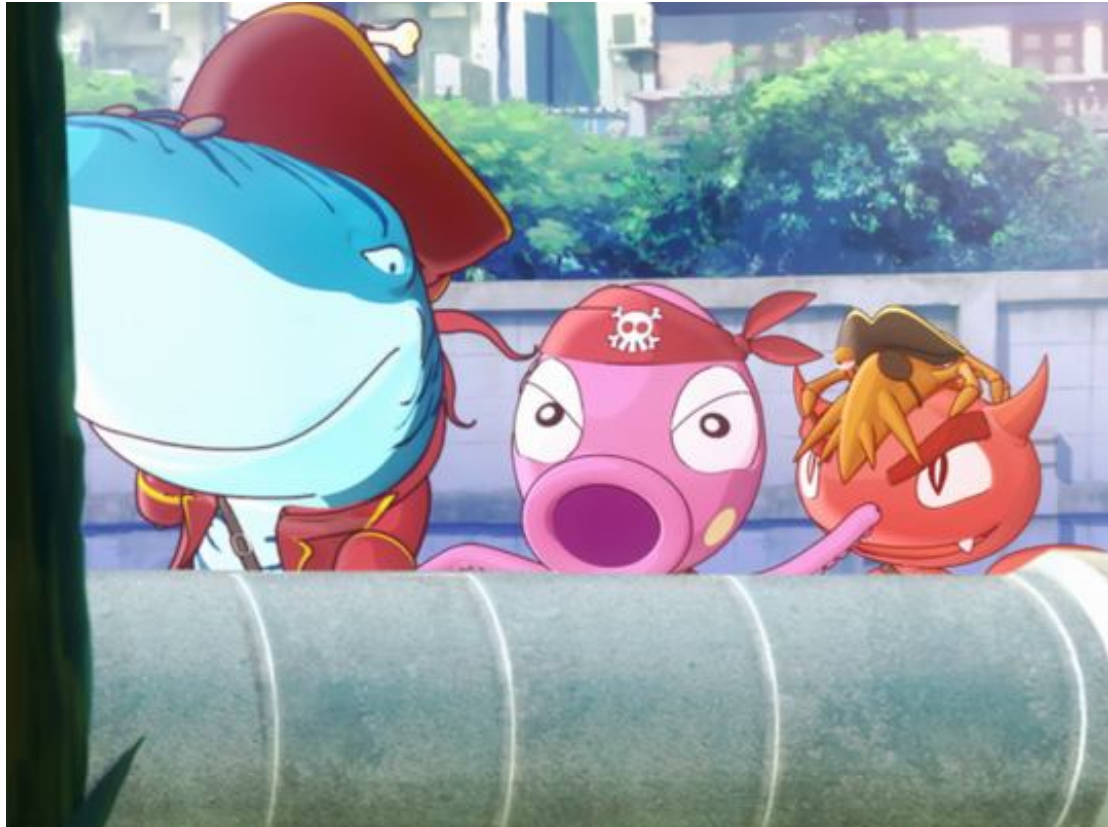


Comic

ห้องการ์ตูน

ดีคิด เด็กดีหัวใจเทวดา ตอนสอง

การ์ตูนแปลงจากบทประพันธ์เสียดายคนตายไม่ได้อ่าน



(คำเตือน เด็กสตรีมีอาการคันเพราะแพ้อาหารทะเล โปรดพิจารณาก่อนอ่านและชมภาพทุกครั้ง)

คราวนี้มีภาพฝั่งผู้ร้ายมาให้ดูเพิ่มเติม มีคนถามมาว่า ทำไมฝั่งปีศาจถึงต้องเป็นโจรพวกปีศาจซีฟู้ด ก็คงตอบว่ามันน่ากิน และมีโปรตีนจากเนื้อปลา (เอ้ย ไม่ใช่) คิดว่ามันน่าจะเป็นบุคลิกที่ใกล้เคียงกับตัวกิเลส

แต่ละตัว

อย่างปีศาจปลาหมึกโละระ จอมกระต๊อ ก๊วยก๊วย อาการอยากได้ของมันเหมือนมีมือมากมายดังของโนนนี่เข้าหาตัว มันเป็นความหนึ่ดๆที่หวนของไว้ เลยคิดว่าปลาหมึกน่าจะเหมาะ
ถ้าสังเกต จะเห็นว่าตัวโละระจะมีสองหน้า (ความอยากมันตีสองหน้าได้เก่งนักแล)

ส่วนปีศาจโทะระ ก้ามโตเลือดเดือด เวลาโกรธมันเหมือนมีอาการผลักรอก ก็คงเหมือนปูก้ามใหญ่ๆ คอยผลักรอกดันสิ่งที่ไม่พอใจออกไปนอกตัว

แล้วการร่อนรนเหมือนไฟท่วมตัวคงไม่ต่างอะไรกับปูเผา (พูดแล้วพาลน้ำลายไหล แฮ่ ความหิวเป็นทุกข์)

โมหะเป็นลูกพี่ใหญ่ ตอนแรกจะเอาเป็นปลาวาฬสีน้ำเงินแก้มแดง หรือปลาการ์ตูนก็คงดูน่าเอ็นดูเกินไปก็เลยเป็นปลาฉลามฟันแหลม มือตะขอจะดูน่าเกรงขามกว่า

ย้อนมาฝั่งคนดีบ้าง มีคนถามมากกว่า ทำไมต้องตี๋มซ่า ก็คงต้องบอกให้หายสงสัยกันไปเลยว่าตี๋มซ่า ชื่อเล่นจริงๆ คือ ตี๋มตี๋ม แต่กลัวจะเรียกยากเลยเปลี่ยนเป็นชื่อตี๋มซ่า เป็นลูกคนที่สองของตระกูลตี๋ม พี่ชายคนโตชื่อ ตี๋มเดอะบีกับราเธอร์
คงไม่ต้องแปลกใจถ้ารู้ว่า ตี๋มซ่า เกิดจาก พ่อตี๋ม และ แม่ตี๋มเช่นกัน

เห็นเทวดาวินซิมอเตอร์ไซค์ คนส่วนใหญ่คิดว่า วิน คงมาจากคำว่า วินมอเตอร์ไซค์แน่นอน กลัวว่าจะคิดเลยเถิดกันไปใหญ่ เลยต้องชี้แจงแถลงไขให้หายสงสัยดังนี้

คำว่าวิน มาจากคำว่า Win แปลว่าชนะ แต่เมื่อนำตัวหนังสือ คำว่า Win มาสลับกันใหม่จะได้เป็น Inw ลองเปลี่ยนมุมมองสักนิดจะเห็นเป็นคำภาษาไทยอ่านว่า เทพ (เปลี่ยนมุมมองสักนิด ชีวิตจะเปลี่ยนไป)

คราวนี้มีตัวอย่างเล็กน้อยแบบเคลื่อนไหวกระดุกกระดิกได้ มีเสียงพากย์สนุกๆมาด้วย พร้อมเพลงไตเติ้ลมาให้ดูกัน

เพลงเพราะๆ สนุกๆ ที่เปิดให้ฟังพอเป็นน้ำจิ้มเพลงนี้ชื่อ เพลงดีคิด คิดดี

ส่วนนักร้องสาวน้อยเสียงน่ารักที่มาร้องเพลงนี้ คือน้องจูน มีรูปยิ้มหวานมาฝาก



แต่น้องจูนฝากบอกว่าตัวจริงสวยกว่าในรูปค่ะ ชื่อจริง ด.ญ. จิตภา อายุ ๑๑ ปี ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
น้องจูนร้องอยู่หลายเพลงในอัลบั้มนี้ คราวหน้าจะมาแอบๆเปิดให้ฟังกันอีก
เข้าไปดูได้ที่

<http://www.goodfamilychannel.com/video/321/ใหม่-ดีคิดเด็กดีหัวใจเทวดา-การ์ตูนจากหนังสือเสียดายคนตายไม่ได้อ่าน>

แต่จะบอกว่าเพลงทั้งชุดเพราะมาก ไม่ได้แอบโฆษณาแฝง แต่ก็บอกกันซื่อๆ ว่าถ้ามีโอกาสก็ช่วยกัน
อุดหนุนด้วยก็แล้วกัน

ยากเหมือนกันที่ทำการตูนสนุก ดี ดนตรีเพราะ แต่โชคดีได้คุณอ้อ อนุชา หลงบางพลี ทั้งร้องทั้งเล่น
เครื่องดนตรี แต่ไม่รู้ว่าจะเดินด้วยหรือเปลา

ที่ทำดนตรีเพลงพุทธคุณมาช่วยทำให้ ได้พูดคุยว่าล่าสุดทำอะไรอยู่คุณอ้อ เล่าให้ฟังว่า

"ที่เพิ่งเสร็จไปก็คือ เพลงเทิดพระเกียรติสมเด็จพระสังฆราช ที่เพิ่งผ่านมาเมื่อวันที่ ๓ ต.ค.นี้ ครับ ตอนนี้อยู่กำลังชุมทำเพลงธรรมะดีๆเอาไว้มาฝากทุกๆคนอยู่ครับ "

อย่าลืมเข้าไปฟังได้ที่

<http://www.goodfamilychannel.com/video/322/เพลงเทิดพระเกียรติ>

วันนี้เวลาหมด หมดเวลาคราวหน้าว่ากันใหม่

โมโม หกตุลาห้าสอง

(เกร็ด จริงบ้างเท็จบ้าง คาดว่าช่วงเวลานั้น กระแสความนิยมของคนช็อคติ่มอยู่ในความนิยมอย่างมาก จนกระทั่งมีเพลง ไม่เคยรักใครเท่าติ่ม หรือแม้กระทั่ง รักติ่มเท่าฟ้า จึงมีการตั้งชื่อนุตรหลานว่าติ่มเป็นจำนวนมาก)

ชวนคิดชวนรู้ ฉบับที่ ๑๐



ชวนคิดชวนรู้ ฉบับที่ ๑๐ ขอเชิญให้ท่านผู้อ่านมาชวนคิดชวนรู้
กับคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับสัปดาห์ ๑๐ นะคะ
ทราบคำตอบแล้ว ส่งคำตอบได้ที่นี้คะ --> [คลิกที่นี่](#)

ร่วมสนุกภายในวันศุกร์ที่ ๑๖ ตุลาคม ๒๕๕๒

ผู้โชคดีจะได้รับ ซีดีและหนังสือ ณ มรณาทานละ ๑ ชุด จำนวน ๕ รางวัลค่ะ ^_^/

จงเลือกคำที่เกี่ยวข้องกับคำอธิบายในแต่ละข้อ จากกลุ่มคำต่อไปนี้

อรุณราคะ สีสัพทปรัมผาส กามราคะ รูปราคะ สักกายทิฏฐิ
มานะ วิจิกิจฉา อวิชชา อุทัจจะ ปฏิฆะ

๑. ความเห็นว่าเป็นตัวของตน
๒. ความลึกลับสงสัย
๓. ความถ่อมมันศีลพรต
๔. ความติดใจในกามคุณ
๕. ความกระทบกระทั่งในใจ
๖. ความติดใจในรูปธรรมอันประณีต
๗. ความติดใจในอรุณธรรม
๘. ความถือว่าตนเป็นนั่นเป็นนี่
๙. ความฟุ้งซ่าน
๑๐. ความไม่รู้จริง



เฉลยของฉบับที่แล้ว

๑. การลงจากเทวโลก หมายถึงการที่พระพุทธเจ้าเสด็จลงจากเทวโลก.....เทโวโรหณะ

๒. การเอาผ้าที่จะเย็บเป็นจีวรเข้าซึ่งที่ไม้สะดึง เย็บเสร็จแล้วบอกแก่ภิกษุทั้งหลายผู้ร่วมใจกันยกผ้าให้ในนามของสงฆ์เพื่อ อนุโมทนา.....กรานกลืน
๓. ผ้าผืนหนึ่งที่ใช้เป็นองค์กลืนสำหรับกราน แต่บางที่พูดคลุมๆ หมายถึงผ้าทั้งหมดที่ถวายพระในพิธีทอดกลืน.....ผ้ากลืน
๔. ไม้สะดึง คือไม้แบบสำหรับซึ่งเพื่อตัดเย็บจีวร.....กลืน
๕. ระยะเวลาที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ประกอบกลืนกรรมได้ มีเพียง ๑ เดือน ต่อจากสิ้นสุดการจำพรรษา.....เขตกลืน
๖. ผ้านุ่ง เรียกสามัญว่า สบง.....อันตราสก
๗. ของถวายอื่นๆ ที่ถวายรวมกับผ้ากลืน.....บริวารกลืน
๘. การที่คฤหัสถ์ผู้ศรัทธาหรือแม่ภิกษุสามเณร นำผ้าไปถวายแก่สงฆ์ผู้จำพรรษาแล้ว ณ วัดใดวัดหนึ่งเพื่อทำเป็นผ้ากลืน.....ทอดกลืน
๙. การกรานกลืน.....กลืนนิตถารกรรม
๑๐. ผ้าห่ม เรียกสามัญในภาษาไทยว่า จีวร.....อุตราสงค์

รายชื่อผู้โชคดีที่ได้รับหนังสือวาทะดังตฤณ ฉบับรักแท้มีจริง จำนวน ๕ รางวัล

๑. คุณอมรรัตน์ จ.สระบุรี
๒. คุณอรุณี จ.นนทบุรี
๓. คุณอัคนิฐา จ.นนทบุรี
๔. คุณวารีย์ จ.สมุทรปราการ
๕. คุณหทัย กรุงเทพฯ

ขอแสดงความยินดีด้วยค่ะ ทางทีมงานนิตยสารจะจัดส่งรางวัลให้โดยเร็วนะคะ
และขอขอบพระคุณทุกท่านที่ร่วมสนุกกับทางนิตยสารด้วยค่ะ _/_ *^_^*