



เรียน ศิลปินแห่งชาติ ผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม และผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม

“ศิลปินสาร” ฉบับนี้ตรงกับเดือนกุมภาพันธ์ ซึ่งเดือนนี้มีวันสำคัญคือ วันศิลปินแห่งชาติ ตรงกับ วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ของทุกปี และยังเป็นฉบับต้อนรับเทศกาล ตรุษจีน ซึ่งชาวจีนจะถือโอกาสนี้ ล้างทำความสะอาดบ้าน ครั้งใหญ่ จะมีการจับจ่ายซื้อของเพื่อเซ่นไหว้บรรพบุรุษ และไหว้เทพเจ้าต่าง ๆ เพื่อความเป็นสิริมงคล จากนั้นจะหยุดกิจการไปเยี่ยมคารวะผู้ใหญ่ และพักผ่อน ท่องเที่ยว ที่เรามักจะได้ยินชาวไทยเชื้อสายจีนเรียกว่า “วันจ่าย วันไหว้ และวันเที่ยว” แต่กิจกรรมสำคัญ ที่ทำให้หลายคนโดยเฉพาะเด็ก ๆ รอคอย คือ “การแจกอังเปา” “อังเปา” หมายถึง ห่อสีแดง โดย คำว่า “อัง” แปลว่า สีแดง ส่วนคำว่า “เปา” แปลว่า ซองห่อ ในอดีตใช้ผ้าห่อสีแดง ใส่ของมงคลมอบให้แก่กัน เช่น ส้ม กำไลหยกและเงิน เป็นต้น ในปัจจุบันใช้แทนด้วยซองสีแดง หรือซองสีชมพูใส่เงิน ที่ผู้ใหญ่มอบให้ลูกหลานครับ

วันสำคัญและวันหยุดเดือนกุมภาพันธ์ และเดือนมีนาคม ๒๕๖๔

๑๒ กุมภาพันธ์ วันตรุษจีน Chinese New Year's Day

๒๖ กุมภาพันธ์ วันมาฆบูชา Makha Bucha Day



ศิลปินสาร

เจ้าของ

กองส่งเสริมและถ่ายทอด

ศิลปวัฒนธรรม

กรมส่งเสริมวัฒนธรรม

ที่ปรึกษาบรรณาธิการ

นางสาวทัศชล เทพกำปนาท

บรรณาธิการ

นายอนุกุล ไบไกล

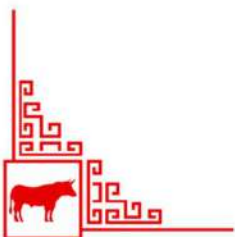
ผู้ช่วยบรรณาธิการ

นายเกษม ปฐมฤกษ์

นายวิรัช นามะยอม

สารบัญ

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| วันศิลปินแห่งชาติ.....๒          |  |
| ข่าวรอบรู้ สาร.....๓             |  |
| ไปเยี่ยม ไปเยือน.....๔           |  |
| วันเกิดศิลปินฯ/ผู้มีผลงานฯ.....๖ |  |
| มุมมองภาพ.....๘                  |  |
| IT น่ารู้.....๙                  |  |
| ขำขันคลายเครียด.....๑๐           |  |
| ธรรมสวัสดี.....๑๑                |  |
| ไหว้พระขอพรตรุษจีน ๖๔.....๑๒     |  |
| ติดต่อสอบถาม.....๑๓              |  |





กรมส่งเสริมวัฒนธรรม (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ เดิม)  
ได้จัดทำโครงการศิลปินแห่งชาติ มาตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๓ เพื่อสรรหา ส่งเสริม สนับสนุน  
และช่วยเหลือศิลปินผู้สร้างสรรค์ผลงานศิลปะล้ำค่า อันทรงคุณค่าของแผ่นดิน  
นับตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๔ จนถึงปัจจุบัน (๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)  
มีศิลปินแห่งชาติแล้วทั้งสิ้น ๓๑๙ ท่าน โดยมีรายละเอียดตามตารางด้านล่างนี้

| ทำเนียบศิลปินแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๒๔ - ๒๕๖๒ |               |                  |            |
|----------------------------------------------|---------------|------------------|------------|
| สาขาทัศนศิลป์ และ<br>สาขาศิลปะสถาปัตยกรรม    | สาขาวรรณศิลป์ | สาขาศิลปะการแสดง | รวมทั้งหมด |
| ๙๓                                           | ๕๖            | ๑๗๐              | ๓๑๙        |

| ศิลปินแห่งชาติ สาขาทัศนศิลป์ (จิตรศิลป์ และ ประยุกต์ศิลป์) (รวมสถาปัตยกรรม) |               |                       |     |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|-----|
| จิตรศิลป์                                                                   | ประยุกต์ศิลป์ | สาขาศิลปะ สถาปัตยกรรม | รวม |
| ๕๓                                                                          | ๓๓            | ๗                     | ๙๓  |

| ศิลปินแห่งชาติ สาขาวรรณศิลป์ |           |         |            |     |
|------------------------------|-----------|---------|------------|-----|
| วรรณศิลป์                    | กวีนิพนธ์ | นวนิยาย | เรื่องสั้น | รวม |
| ๔๐                           | ๗         | ๖       | ๓          | ๕๖  |

| ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง |         |          |     |
|---------------------------------|---------|----------|-----|
| การแสดงพื้นบ้าน                 | ไทยสากล | ภาพยนตร์ | รวม |
| ๙๔                              | ๔๕      | ๓๑       | ๑๗๐ |

| ทำเนียบศิลปินแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๒๔ - ๒๕๖๒ (ถึงแก่กรรม และมีชีวิต) |               |                  |            |     |
|----------------------------------------------------------------------|---------------|------------------|------------|-----|
| สาขาทัศนศิลป์ และ<br>สาขาศิลปะสถาปัตยกรรม                            | สาขาวรรณศิลป์ | สาขาศิลปะการแสดง | รวมทั้งหมด |     |
| รวม                                                                  | ๙๓            | ๕๖               | ๑๗๐        | ๓๑๙ |
| ถึงแก่กรรม                                                           | ๓๙            | ๒๒               | ๙๓         | ๑๕๔ |
| มีชีวิต                                                              | ๕๔            | ๓๔               | ๗๗         | ๑๖๕ |

\*\*\*ข้อมูลจาก กลุ่มยกย่องเชิดชูเกียรติ ฯ  
(ณ วันที่ ๒๘ ธันวาคม ๒๕๖๓)

และขอแสดงความยินดี กับผู้ที่ได้รับการประกาศเป็นศิลปินแห่งชาติ  
ปีพุทธศักราช ๒๕๖๓ ล่วงหน้าครับ





ข่าวรอบรู้กรมส่งเสริมวัฒนธรรม ในช่วงต้นปี ๒๕๖๔ นี้ สวธ. ได้จัดกิจกรรม ประกาศเจตจำนงสุจริต และแสดงสัญลักษณ์ต่อต้านการทุจริตของกรมส่งเสริมวัฒนธรรม โดยมีรายละเอียดดังนี้

วันพุธที่ ๑๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๑๐.๐๐ น. ณ อาคารกรมส่งเสริมวัฒนธรรม นายชาย นครชัย อธิบดีกรมส่งเสริมวัฒนธรรม และผู้บริหารของกรมส่งเสริมวัฒนธรรมร่วมการประกาศเจตจำนงสุจริต และแสดงสัญลักษณ์ต่อต้านการทุจริตของกรมส่งเสริมวัฒนธรรม

โดยร่วมประกาศเจตจำนงว่า จะน้อมนำพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ที่ทรงพระราชทานแก่ข้าราชการพลเรือนมาเป็นหลักยึดในการปฏิบัติหน้าที่ราชการ โดยจะไม่หาความรู้ในการปฏิบัติงาน ทั้งความรู้ในหลักวิชาการ ความรู้ในการบริหารงานตามภาระหน้าที่ และความรู้คดีวินัยจรรยาบรรณที่ต้องด้วยเหตุผล หลักวิชาและหลักธรรม พร้อมทั้งนำมาใช้ในการบริหาร ปฏิบัติงานของแผ่นดินให้สำเร็จตรงตามเป้าหมาย ด้วยความถูกต้องเป็นธรรม โปร่งใสและเป็นไปตามหลักธรรมาภิบาล พร้อมทั้งไม่ให้และไม่รับของขวัญ ของกำนัลทุกชนิดจากการปฏิบัติหน้าที่ ยึดมั่นในผลประโยชน์ของประเทศชาติและประชาชน เพื่อความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนของราชอาณาจักรไทยสืบไป





ในเดือน ธันวาคม ๒๕๖๓ - มกราคม ๒๕๖๔ ที่ผ่านมา กรมส่งเสริมวัฒนธรรม ร่วมกับกองทุนส่งเสริมงานวัฒนธรรมได้มีการจัดกิจกรรม เยี่ยมบ้านศิลปินแห่งชาติ และผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อได้ถามสารทุกข์สุกดิบ ตอบข้อซักถาม ฯลฯ ขณะเดียวกัน ก็เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาปรับการบริการให้มีคุณภาพเพิ่มมากขึ้น

และจากฉบับที่แล้ว ข่าวนอบบัว ๆ สัญญาว่าจะมาอัปเดต สารทุกข์สุกดิบ หรือข้อเสนอแนะต่าง ๆ ของศิลปินแห่งชาติ และผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม สายภาคเหนือกันมาให้ท่านได้รับทราบ มีท่านใดบ้าง ว่าอย่างไรบ้าง ติดตามกันได้เลยครับ

- พระครูพิทักษ์นันทคุณ (สงวน จารุวัฒน์) ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม สาขามัธยมศึกษา (อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม) พ.ศ. ๒๕๕๗
- อาจารย์บุญช่วย หิรัญวิทย์ ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (ประณีตศิลป์) พ.ศ. ๒๕๕๗
- อาจารย์วิทยา สุริยะ ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม สาขาศิลปะ (ประติมากรรม สถาปัตยกรรม) พ.ศ. ๒๕๖๒
- อาจารย์ประนอม ทาแปง ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (ประณีตศิลป์- ศิลปะผ้าทอ) พ.ศ. ๒๕๕๓
- อาจารย์ประทีป สุปัสสา ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม (สะสมวัตถุและการละเล่นพื้นบ้าน) พ.ศ. ๒๕๖๕
- อาจารย์ธัญญา สังขพันธ์านนท์ศิลปินแห่งชาติ สาขาวรรณศิลป์ พ.ศ. ๒๕๕๙
- อาจารย์ชัยวัฒน์ วรรณานนท์ ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม (ศิลปะ) พ.ศ. ๒๕๖๙
- อาจารย์ทองเจือ สืบชมภู ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม (มนุษยศาสตร์) พ.ศ. ๒๕๖๔
- อาจารย์ทวี บุรณเขตต์ ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม พ.ศ. ๒๕๖๖
- อาจารย์วิบูลย์ อินทร์คล้าย ผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม (การพัฒนาคุณภาพชีวิต) พ.ศ. ๒๕๖๔
- อาจารย์กิตติศักดิ์ มีสมสืบ ศิลปินแห่งชาติ สาขาวรรณศิลป์ (กวีนิพนธ์) พ.ศ. ๒๕๕๙



จากการไปเยี่ยมครั้งนี้ ท่านศิลปินแห่งชาติ ท่านผู้มีผลงานดีเด่นทางวัฒนธรรม แต่ละท่านส่วนใหญ่ ยังคงมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง แม้บางท่าน เช่น อาจารย์บุญช่วย หิรัญวิทย์ จะมีปัญหาเกี่ยวกับความดันโลหิต และอาการปวดขาอยู่บ้าง แต่ก็มีจิตใจที่มุ่งมั่นที่จะถ่ายทอดองค์ความรู้ให้แก่เด็ก และเยาวชนต่อไป ส่วน อาจารย์ประนอม ทาแปง ท่านก็แข็งแรง มีความคิดสร้างสรรค์ตลอดเวลา ท่านกล่าวว่า “ จะไม่หยุดนิ่ง พยายามออกแบบลวดลายใหม่ ๆ อยู่เสมอ ๆ หนีคนอื่นตลอด ไม่เดินตามใคร แต่ก็ไม่ทิ้งลวดลายที่เป็นเอกลักษณ์ดั้งเดิมไป ” และท่านยังเปิดสอนเทคนิคต่าง ๆ ตั้งแต่การเริ่มปลูกฝ้าย ตลอดจนถึงขั้นตอนการเก็บเกี่ยวให้แก่เด็กและเยาวชนตามสถานศึกษาต่าง ๆ และก่อนกลับ กทม. คณะได้แวะเยี่ยม อาจารย์วิบูลย์ อินทร์คล้าย ท่านก็ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการปลูกข้าว จาก ๑ เมล็ดซึ่งปกติจะสามารถแตกกอได้ ๘ หน่อ ท่านได้คิดค้นการผสมปุ๋ยอินทรีย์ขึ้นเองจนข้าวเปลือก ๑ เมล็ดสามารถแตกกอได้ถึง ๑๒ หน่อ อย่างน่าทึ่ง นอกจากนี้ ท่านยังได้เปิดเผยเคล็ดลับในการปลูกพืชพรรณให้สวยงามตามภูมิปัญญาคนไทยโบราณ ดังนี้ ปลูกวันอาทิตย์เอาราก (พืชหัว เช่น กระชาย) ปลูกวันจันทร์เอาลำ (เช่น ไม้ไผ่ อ้อย) ปลูกวันอังคารเอาท่อน (ก้าน/ใบ) ปลูกวันพุธเอาดอก ปลูกวันพฤหัสบดีเอาลูก ปลูกวันศุกร์เอาพืช (ต้นไม้ทุกชนิด) ปลูกวันเสาร์เอาใบ และถ้าปลูกวันไหนไม่ทันให้ปลูกวันศุกร์เนื่องจากวันศุกร์สามารถปลูกต้นไม้ได้ทุกชนิดครับ





ปิดท้ายสายภาคเหนือครั้งนี้ เราได้ไปเยี่ยม อาจารย์กิตติศักดิ์ มีสมสืบ (ศักดิ์สิริ มีสมสืบ) ซึ่งท่านได้พาเยี่ยมชม “บ้านศิลปะ ศุภกนิษฐ” อันเป็นแหล่งเรียนรู้ทางด้านศิลปะแห่งใหม่ ที่ท่านได้ร่วมกับ ดร.ศุภชัย สุวรรณกนิษฐ จัดทำขึ้น โดยหวังให้เด็ก ๆ และเยาวชนได้มีที่เรียนรู้ศิลปะเพิ่มขึ้น

หากท่านใดสนใจ สามารถแวะไปเยี่ยมชมกันได้ที่ บ้านศิลปะ ศุภกนิษฐ ริมแม่น้ำน่าน ตลาดชุมแสง

อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ เปิดให้เข้าชมทุกวันศุกร์-วันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๓๐ น – ๑๕.๓๐ น.

หรือติดต่อได้ที่ ดร.ศุภชัย สุวรรณกนิษฐ โทร. ๐๘๕ ๘๗๓๒๖๙๙



พระครูพิทักษ์นันทคุณ



อาจารย์บุญลย์ อินทร์คล้าย



อาจารย์บุญช่วย หิรัญวิทย์



อาจารย์ทวี บุรณเขตต์



อาจารย์วิทยา สุริยะ



อาจารย์ชัยวัฒน์ วรรณานนท์



อาจารย์ประทีป สุโขไสภา



อาจารย์ธัญญา สังขพันธ์านนท์



อาจารย์ประนอม ทาแปง



อาจารย์ทองเจือ สืบชมพู



อาจารย์กิตติศักดิ์ มีสมสืบ





เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ มีวันเกิดของศิลปินแห่งชาติ  
ผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม และผู้มีผลงานดีเด่น  
ทางวัฒนธรรม ดังนี้



|                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| นายชรินทร์ นันทนาคร          | ๑ กุมภาพันธ์ ๒๔๗๖  |
| นายบุญช่วย หิรัญวิทย์        | ๕ กุมภาพันธ์ ๒๔๗๖  |
| นายพิชัย นิรันดร์            | ๗ กุมภาพันธ์ ๒๔๗๘  |
| นายองอาจ สาทิสพันธุ์         | ๘ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๗  |
| นางบัวซอน ถนอมบุญ            | ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๗ |
| นายไพโรจน์ ขาวงาม            | ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๐๔ |
| ศ.เกียรติคุณอติธิพล ตั้งโฉลก | ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๘ |
| นายประยงค์ ชื่นเย็น          | ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๘ |
| นายเจริญ มาลาโรจน์           | ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๕ |
| นายสถาพร ศรีสัจจ             | ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๓ |

|                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| นายเฉลิมชัย โฆษิตพิพัฒน์   | ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๘ |
| นายฉลาด ส่งเสริม           | ๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๐ |
| นางดุขมิ บัญทัศน์กุล       | ๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๒ |
| พันเอกชูชาติ พิทักษากร     | ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๔๗๗ |
| นายจำลอง ฝั่งชลจิตร        | ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๖ |
| นายหะมะ แบลือแบ            | ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๔๙๒ |
| นายยรรยง โอฬาระชิน         | ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๑ |
| นายปรีชาเกียรติ บุญเกียรติ | ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๔๘๘ |
| นายศักดิ์ สักเสริญ รัตนชัย | ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๔๗๑ |





เดือน มีนาคม ๒๕๖๔ มีวันเกิดของศิลปินแห่งชาติ  
ผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม และผู้มีผลงานดีเด่น  
ทางวัฒนธรรม ดังนี้

|                             |                |
|-----------------------------|----------------|
| นายศิริ วิเศษ               | ๑ มีนาคม ๒๔๗๔  |
| ดร.จำเริญ วิเชียรเขตต์      | ๒ มีนาคม ๒๔๗๔  |
| นายบุญศรี รัตน์             | ๕ มีนาคม ๒๔๙๖  |
| นายเทพศิริ สุขโสภา          | ๖ มีนาคม ๒๔๙๖  |
| นายไพบจน์ สกุลนี้           | ๗ มีนาคม ๒๔๙๕  |
| คุณหญิงกุลทรัพย์ เกษแม่นกิจ | ๙ มีนาคม ๒๔๗๔  |
| รศ.ดร.วิญญู สุวรรณคีรี      | ๑๐ มีนาคม ๒๔๙๐ |
| คุณหญิงวินิตา ดิถียนต์      | ๑๔ มีนาคม ๒๔๙๒ |
| นายเสวต เทศนธรรม            | ๑๔ มีนาคม ๒๔๗๘ |
| นายคงศักดิ์ ยุกตะเสวี       | ๑๕ มีนาคม ๒๔๙๖ |

|                          |                |
|--------------------------|----------------|
| รศ.สดใส พันธุมโกมล       | ๑๘ มีนาคม ๒๔๗๖ |
| นายบุญฉลอง รักดีวิจิตร   | ๑๘ มีนาคม ๒๔๗๔ |
| นายเนาวรัตน์ พงษ์ไพบูลย์ | ๒๖ มีนาคม ๒๔๙๒ |
| นายเสกสรรค์ ประเสริฐกุล  | ๒๘ มีนาคม ๒๔๙๒ |
| ดร.สุเมธ ชุมสาย ณ อยุธยา | ๓๐ มีนาคม ๒๔๙๑ |
| นางมณฑนา เกียรติคุณ      | ๓๐ มีนาคม ๒๔๖๗ |
| นายปริญญา ตันติสุข       | ๓๑ มีนาคม ๒๔๙๘ |
| นายอัมพร ดั่งปาน         | ๗ มีนาคม ๒๔๙๖  |
| นายทinker อุตไพบูลย์     | ๑๘ มีนาคม ๒๔๗๘ |



เจียง รยือ ไคว่ เลื่อ





## “บัวหิมะ” พืชมหัศจรรย์ ลดไขมัน-น้ำตาล-ความดันสูง

ถ้าพูดถึงคำว่า “บัวหิมะ” หลาย ๆ ท่านก็คงจะนึกถึงครีมจากแดนมังกรที่มีสรรพคุณในการช่วยรักษาบาดแผลต่าง ๆ ซึ่งน้อยคนจะทราบว่าจริง ๆ แล้วชื่อนี้ยังเป็นชื่อของพืชกินหัวอีกชนิดเช่นกัน วันนี้ “มุมมองสุขภาพ” เลยจะหยิบเอาพืชที่มีชื่อเดียวกันนี้มาให้ทุกท่าน ทำความรู้จักกันให้มากขึ้นครับ ขอบอกเลยว่าพืชชนิดนี้กินได้ มีรสชาติหวานอ่อน ๆ คล้ายสาลี่ผสมกับหัวแถมยังดีต่อสุขภาพ ใครอยากมีสุขภาพดี พืชชนิดนี้ก็เป็นทางเลือกที่น่าลื้มลองมาก ๆ เลยครับ



### บัวหิมะ หรือ ผลบัวหิมะ

เป็นพืชใต้ดิน มีต้นกำเนิดใน ประเทศแถบอเมริกาใต้ อยู่ในวงศ์เดียวกับดอกทานตะวัน มีลักษณะต้นคล้ายกับมันเทศ ความสูงของต้น ๒-๓ เมตร ลักษณะดอกคล้ายกับดอกเดซี่

ผลบัวหิมะมักถูกนำมาใช้รับประทานสดเป็นอาหาร และผลิตเป็นสารให้ความหวานจากธรรมชาติ เช่น น้ำเชื่อมบัวหิมะ เนื่องจากอุดมไปด้วยแร่ธาตุและวิตามิน ไม่ว่าจะเป็น แคลเซียม แมกนีเซียม เหล็ก สังกะสี เซเลเนียม

นอกจากนี้ยังเป็นพืชที่มีแคลอรีไม่สูงมากนัก โดยผลบัวหิมะ ๑๐๐ กรัม มีพลังงาน ๕๔ กิโลแคลอรีทำให้ผลบัวหิมะกลายเป็นอาหารในการลดน้ำหนักที่ได้รับความนิยมไม่น้อยเลยครับ

### บัวหิมะ สรรพคุณทรงคุณค่า ที่ไม่ได้มีดีแค่รสชาติอร่อย

บัวหิมะเป็นพืชที่มีสรรพคุณเกี่ยวกับสุขภาพมากมาย เนื่องจากอุดมไปด้วยสารอาหาร โดยประโยชน์ของบัวหิมะมีดังนี้ครับ

- ช่วยในการลดน้ำหนัก
- ลดระดับน้ำตาลในเลือด
- ลดความเสี่ยงโรคหัวใจและความดันโลหิต
- ต้านมะเร็ง
- ป้องกันภาวะไขมันพอกตับ
- สร้างเสริมระบบขับถ่าย ลดอาการท้องผูก

ทราบประโยชน์ของพืชกินหัวชนิดนี้กันไปแล้ว ท่านใดสนใจก็ลองหามาลองลิ้มชิมรสได้นะครับ สรรพคุณมากล้นจริง ๆ ครับ



“ IT น่ารู้ ” ฉบับนี้ มี Application ดี ๆ มาแนะนำกันอีกเช่นเคยครับ ซึ่งก็คือ Application หมอชนะ “หมอชนะ” คือ ?

หมอชนะเป็นแอปพลิเคชันที่บันทึกข้อมูลการเดินทางของผู้ใช้งานด้วยเทคโนโลยี GPS และ Bluetooth ร่วมกับการสแกน QR Code เช่นเดียวกับ App ไทยชนะ เพื่อเช็คติดตามสถานที่ต่าง ๆ ทำให้บันทึกการเดินทางของผู้ใช้งานแม่นยำและเที่ยงตรงมากยิ่งขึ้น จึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยอำนวยความสะดวกให้กรมควบคุมโรค และบุคลากรทางการแพทย์สอบสวนโรคได้อย่างรวดเร็ว โดยหมอชนะจะแจ้งไปยังกลุ่มผู้ใช้งานที่มีประวัติสัมผัส หรือเข้าใกล้กับผู้ติดเชื้อ Covid-19 ถึงวิธีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องครับ

แอปฯ หมอชนะ ใช้งานอย่างไร ?

แอปฯ หมอชนะจะคอยส่งบันทึกข้อมูลการเดินทางของผู้ใช้งานแบบอัตโนมัติ โดยแอปฯ จะทำการระบุตำแหน่งของผู้ใช้งาน ซึ่งสามารถตรวจพบความเสี่ยงของผู้ใช้งานหากมีประวัติเคยสัมผัสหรือใกล้ชิดกับผู้ป่วย Covid-19 ผู้ใช้งานที่มีความเสี่ยงจะได้รับข้อความแนะนำวิธีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องจากกรมควบคุมโรค ผ่านช่องทางแอปพลิเคชันครับ



Scan QR Code

เพื่อดาวโหลด Application

หมอชนะ

หมอชนะจะมาส่องถามอาการของคุณ

สวัสดีครับ วันนี้หมอจะมาส่องถามอาการของคุณ หมอจะแนะนำวิธีปฏิบัติตัวของคุณ ให้เหมาะสมกับความเสี่ยงที่หมอประเมินได้

เริ่มประเมิน

ย้อนกลับ หมอชนะ

คุณมีอาการดังต่อไปนี้หรือไม่ ?  
กรุณาเลือกอาการที่ตรงกับคุณ เลือกได้มากกว่า 1 อาการ

1 / 4

มีไข้สูง 37.5 องศาขึ้นไป ☐

ไอ ☐

เจ็บคอ ☐

เหนื่อยหอบผิดปกติ ☐

ความเสี่ยงต่ำมาก

หมอจะให้ QR Code สำหรับตรวจสอบความเสี่ยง

ระดับความเสี่ยง

ต่ำมาก ต่ำ ปานกลาง สูงมาก



บ้า ๆ กับเรื่องราวของเทพบนฟ้า !!

เจ็กเขียนฮ่องเต้เรียกประชุมชาวสวรรค์ แต่เห็นที่นั่งว่างมากมาย เลยถามท่านไท่เสียงเล่าคุณ เลขาในที่ประชุมว่า....

เจ็กเขียน : ป่านนี้ท่านกวนอิมพ้นมือ ทำไมยังไม่มา

เลขา : ท่านยังล้างมือไม่เสร็จครับท่าน

เจ็กเขียน : แล้วท่านพรหมล่ะ

เลขา : คือหน้ากากอนามัยเขาจำกัดให้ซื้อได้คนละ ๓ ชิ้น ท่านยังขาดอีกชิ้นนึงครับ

เจ็กเขียน : ท่านโยยสัครุ ก็ไม่มาหรอก

เลขา : ท่านยังหาซื้อหน้ากากอนามัยไม่ได้เลย

เจ็กเขียน : แล้วโยยเขียนล่ะ

เลขา : ท่านเหล่านั้นเพิ่งกลับจากไปโปรดสัตว์มา ต้องถูกกักตัว ๑๔ วัน ครับ

เจ็กเขียน : แล้วท่านกวนอูล่ะ

เลขา : ท่านมาแล้ว แต่หน้าแดงมาก วัดอุณหภูมิได้สูงเกิน ๓๗.๕ องศา เลยโทร ๑๖๖๙ มารับท่านที่โรงพยาบาล

เจ็กเขียน : พระถังซำจั๋งล่ะ

เลขา : ท่านเพิ่งกลับจากชมพูทวีป โดนกักตัว ๑๔ วัน ตามระเบียบเหมือนกันครับ

เจ็กเขียน : ว้าแม้แต่ท่านยมบาลก็ไม่มา

เลขา : โอ้...ช่วงนี้ท่านยมบาลที่ดูแลครับ เห็นว่าไม่สามารถ update บัญชีคนตายได้ทันกับที่ส่งเข้ามาเพิ่มในแต่ละวัน

ในที่สุดสวรรค์ ก็จำเป็นต้องยกเลิกการประชุม เพราะองค์ประชุมไม่ครบ T^T



## · วันมาฆบูชา วันแห่งความรักทางพระพุทธศาสนา ·

ในเดือนกุมภาพันธ์นี้ ถือว่าเป็น เดือนแห่งเทศกาลสำคัญเลยก็ว่าได้ ไม่ว่าจะเป็น วันตรุษจีน วันวาเลนไทน์ และยังมีอีกวันสำคัญของชาวพุทธ นั่นก็คือ วันมาฆบูชา ซึ่งตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ ของทุกปี โดยในปีนี้ ตรงกับวันศุกร์ที่ ๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ ซึ่งถือได้ว่าเป็น " วันแห่งความรักทางพระพุทธศาสนา " ดังที่ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) สมเด็จพระสังฆราช องค์ที่ ๑๙ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ รับสั่งว่า

"ถ้าจะถือว่ามีวันแห่งความรัก ก็ต้องถือวันมาฆบูชา"

วันที่พระพุทธเจ้าทรงประกาศความรักอันบริสุทธิ์สูงส่ง

วันมาฆบูชา - วันแห่งความรัก

"วันที่พระจันทร์เต็มดวง เสด็จมาสมณกฐน์ ในเดือนสาม"

ด้วยทรงมีความรักบริสุทธิ์สูงส่ง ไม่มีเสมอเหมือน "พระพุทธองค์จึงทรงแผ่พระมหากรุณาได้กว้างใหญ่ไพศาลไม่มีขอบเขต" ทั้งแก่พรหมเทพ มนุษย์สัตว์ ปราภภูแจ้งชัดใน "พระโอวาทปาติโมกข์ ที่ทรงแสดงในวันมาฆบูชา"

- พึงไม่ทำบาปทั้งปวง
- พึงทำกุศลให้ถึงพร้อม
- พึงรักษาจิตของตนให้ผ่องใส

บาปย่อมก่อให้เกิดทุกข์โทษภัยแก่ผู้ทำและผู้อื่น

"พระพุทธองค์จึงทรงเตือนไม่ให้ทำ"

กุศลย่อมเป็นคุณแก่ผู้ทำและผู้อื่น

"พระพุทธองค์จึงทรงเตือนให้ทำ"

จิตผ่องใสคือจิตไกลได้จากกิเลสโกรธหลง ที่มีอยู่เต็มโลก

ย่อมให้ความสงบสุขอย่างยั่งยืนจนถึงเป็นบรมสุข

"พระพุทธองค์จึงทรงเตือนให้รักษาจิตของตน"

ความรักของพระบรมศาสดา ที่ในวันมาฆบูชาทรงประกาศ เป็นความรักสัตว์โลกที่สูงสะอาด

"กราบละองพระพุทธบาทเป็นพระพร"





## ไหว้พระขอพรตรุษจีน ๒๕๖๔

เมื่อถึงตรุษจีน ชาวจีนอยู่ที่ไหน ก็คงจัดงานเฉลิมฉลองกันถ้วนหน้า ปีนี้ ๒๕๖๔ ปีฉลู สำหรับพี่น้องชาวไทยเชื้อสายจีน ก็คงเตรียมเฉลิมฉลองตรุษจีนปีวัว กันอย่างคึกคักไม่น้อยหน้าประเทศอื่น ๆ นอกจากการเฉลิมฉลองอย่างยิ่งใหญ่แล้ว หนึ่งในธรรมเนียมปฏิบัติที่ลูกหลานแดนมังกร ทำต่อเนื่องกันมาทุกปีก็คือการ “ไหว้เจ้า” หรือเทพเจ้าองค์สำคัญ ที่ชาวจีนเชื่อว่าจะช่วยส่งเสริมดวงชะตา ความเป็นสิริมงคล รวมถึงความมั่งมีศรีสุขให้แก่ครอบครัวในช่วงเทศกาลปีใหม่นี้ และหนึ่งในนั้นก็คือ “ไต้ซ่งกง”

**หลวงปู่ไต้ซ่ง** หรือ **ไต้ซ่งกง** ถือเป็นหนึ่งในเทพเจ้าที่ควรไปกราบไหว้ ในช่วงตรุษจีน ท่านเกิดที่เมืองวินโจว มณฑลเจ้อเจียง เมื่อ พ.ศ. ๑๕๘๒ สมัยราชวงศ์ซ่ง จากตระกูลลี้ เดิมชื่อ หลิงเอ้อ ครอบครัวของท่านสมบูรณ์ด้วยทรัพย์สิน ได้รับการศึกษาทั้งทางวิชาการและพระพุทธศาสนา ท่านสอบได้เป็นบัณฑิตระดับจิ้นซือ (บัณฑิต ชั้นเอก) เข้ารับราชการเป็นนายอำเภอ เมื่ออายุ ๕๔ ปี และมาบวชเป็นพระในพระพุทธศาสนา ปฏิบัติธรรม เผยแพร่ธรรมะเป็นเวลายาวนานในมณฑลฮกเกี้ยน ต่อมาเมื่อท่านเจริญอายุได้ ๘๑ ปี ได้ธุดงค์มาถึงอำเภอเตี้ยเอี้ย เมืองแต้จิ๋ว มณฑลกว่างตุง และเข้าจำพรรษาที่อาราม เล่งจี้ไถวอี้ ในปักซัว ต่อมาจึงได้ย้ายไปที่วัดเมียนอันกวน ในตำบลลั่วเฟ้ง ซึ่งมีภิกษุเกิดภัยพิบัติทางธรรมชาติอยู่เป็นเนืองนิจ ทั้ง พายุ น้ำท่วม ไฟไหม้ โรคระบาด ภัยแล้ง ซึ่งจะมีผู้คนล้มตายเป็นจำนวนมาก ท่านก็เก็บศพไปฝังให้โดยไม่รังเกียจ ตั้งศาลารักษาโรคที่ริมโบริดหินใหญ่ จัดหาอาหารสิ่งของให้ผู้ป่วยยากไร้ที่เดือดร้อน รวมทั้งชักชวนชาวบ้านและสานุศิษย์ให้ประกอบกิจกรรมการกุศลกัน อย่างกว้างขวาง กล่าวคือ จริยวัตรแห่งเมตตาธรรมของท่านนั้น ช่วยเหลือทั้งผู้มีชีวิตที่ยากไร้และผู้ตายที่ไร้ญาติ

ท่านเห็นผู้คนข้ามแม่น้ำเหลียงเจียงที่กว้างใหญ่ถึง ๓๐๐ วา สายน้ำเชี่ยวตลอดปี เกิดเรือล่มคนจมน้ำตายเสมอ ท่านก็ได้ชักชวนชาวบ้านบริจาคกำลังกาย กำลังทรัพย์ลงมือสร้างสะพานฮั่วเฟ้งให้จนท่านมรณภาพลง ในปี พ.ศ. ๑๖๗๐ สิริรวมอายุได้ ๘๘ ปี ดังนั้น ชาวจีนทางตอนใต้แถบแต้จิ๋ว ชาวเถาจึงมีความศรัทธาเลื่อมใสท่านต่อเนื่องกันมา ซึ่งจากการที่ท่านไต้ซ่งกงได้บำเพ็ญสาธารณกุศลสงเคราะห์ ผู้คนทั่วไปมาตลอดชีวิต ผู้ที่มีความศรัทธาต่อไต้ซ่งกง จึงมีความเชื่อว่าไต้ซ่งกงมีความเมตตากรุณา สามารถช่วยเหลือปกป้องคุ้มครองให้ชีวิตดีขึ้น มีความเจริญรุ่งเรืองทั้งในเรื่องการศึกษา หน้าที่การงาน สุขภาพ และความมั่งคั่งร่ำรวย

ประวัติหลวงปู่ไต้ซ่ง โดยมูลนิธิป่อเต็กตึ๊ง

# ติดต่อสอบถาม

Contact Us



ผู้อำนวยการกลุ่มสวัสดิการศิลปินฯ  
: นายเกษม ปฐมฤกษ์ 081-1717530



ทนายจ้างด้านการเจ็บป่วย, การเสียชีวิต  
และเรื่องราวอิสริยาภรณ์  
: นางอรุณ อัมพวัน 089-9964829



เว็บไซต์กองทุนฯ , Facebook  
Line กองทุนฯ และสวัสดิการศิลปินฯ อื่น ๆ  
: นางสาวสุภาทิพย์ มีกุล 083-4293516



ค่าตอบแทนรายเดือนและค่ารักษาพยาบาล  
: นางทฤตมน ไชยจรรูณิษฐ์ 085-6954169



เว็บไซต์กองทุนฯ , Facebook  
Line กองทุนฯ และค่ารักษาพยาบาล  
: นางสาวนันทญา นันทะปิ่น 090-9188845



บัตรประจำตัวศิลปินฯ และศิลปินสาร  
นายวิรัช นามะยอม 064-6160461

