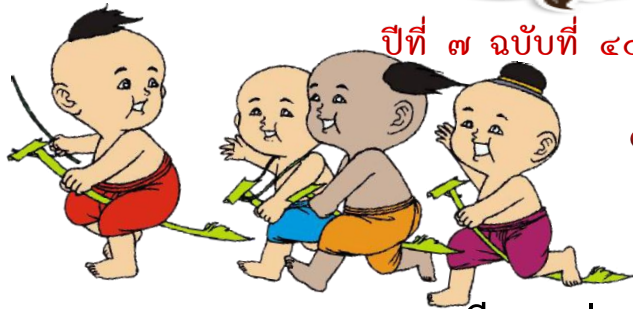


ศิลปินสาร

ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๔๐ (มิถุนายน - กรกฎาคม ๒๕๕๙)



ทักทาย

เรียน ท่านศิลปินแห่งชาติ ท่านผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม
และท่านผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านวัฒนธรรมทุกท่าน

ศิลปินสารฉบับนี้ เป็นฉบับเดือน มิ.ย. - ก.ค. ฤดูแล้งแห่งความชุ่มฉ่ำมาเยือนสักทีนะคะ หลังจากที่ต้องทนกับอากาศร้อนมากมากระยะหนึ่ง เรียกได้ว่า “ร้อนทั่วไทยไปทั่วถึง” คือไปไหนก็ร้อน ร้อนจนไม่อยากจะออกไปไหนเลยทีเดียวนะ ได้ฝนมาช่วยดับร้อน เกษตรกรคงยิ้มได้นะคะ หน้าฝนแล้ว จะไปไหนก็อย่าลืมพกร่มกันด้วย หากเปียกขึ้นมา อาจทำให้เป็นหวัด ไม่สบายได้ค่ะ

ใกล้จะถึงเทศกาลเข้าพรรษา อันเป็นวันสำคัญทางพุทธศาสนาที่พุทธศาสนิกชนนิยมไปทำบุญกันที่วัด ฉบับนี้จึงขอนำเสนอประเพณีตักบาตรดอกไม้มี่หลายท่านอาจจะไม่เคยได้ยิน หรือไม่ทราบว่าเป็นประเพณีที่เกี่ยวข้องกับวันเข้าพรรษา นอกจากนั้น ฉบับนี้ยังได้หยิบสิ่งใกล้ตัวเราอย่าง “น้ำส้มสายชู” มาแนะนำถึงประโยชน์ที่เราอาจจะนึกไม่ถึง และทำในบริหารสมองด้วยวิธีง่ายๆ มาฝากค่ะ

ช่วงเดือนมิถุนายนทางกองกองทุนฯ ได้จัดส่งแบบสอบถามความพึงพอใจต่อการดำเนินงานของกองกองทุนฯ ประจำปี ๒๕๕๙ ให้แก่ท่านศิลปินแห่งชาติ ผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านวัฒนธรรม และผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม เพื่อแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ โดยขอความกรุณาท่านช่วยส่งกลับไปที่ กองกองทุนฯ กรมส่งเสริมวัฒนธรรม เพื่อที่ทางกองกองทุนฯ จะได้นำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการปรับปรุงการดำเนินงานให้ดียิ่งขึ้นนะคะ และในช่วงเดือนมิ.ย. - ส.ค. ๕๙ ทางกองกองทุนฯ จะจัดเจ้าหน้าที่ออกเยี่ยมศิลปินฯ ในจังหวัดต่างๆ โดยหากจะไปเยี่ยมท่านใด ก็จะมีเจ้าหน้าที่ประสานให้ท่านทราบล่วงหน้าค่ะ..

สำหรับเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม นี้ เรามีวันหยุดราชการ ๓ วัน คือ วันอาสาฬหบูชา อังคารที่ ๑๙ ก.ค., วันเข้าพรรษา พุธที่ ๒๐ ก.ค. และเดือน ก.ค.นี้ กรม.มีมติเห็นชอบให้วันจันทร์ที่ ๑๘ ก.ค.เป็นวันหยุดราชการ ส่วนวันสำคัญอื่นๆ ที่มีวันหยุดราชการ ได้แก่ ๑ มิ.ย. วันดีมีผลโลก/ ๕ มิ.ย.วันสิ่งแวดล้อมโลก / ๘ มิ.ย. วันทะเลโลก/ ๙ มิ.ย. วันอานันทมหิดล/ ๒๔ มิ.ย. วันเปลี่ยนแปลงการปกครอง/ ๒๖ มิ.ย. วันสุนทรภู่ และวันต่อต้านยาเสพติด /วันสถาปนาลูกเสือแห่งชาติ และวันหยุดครึ่งปีธนาคาร ๑ ก.ค. และ ๒๙ ก.ค.วันภาษาไทยแห่งชาติ..// พบกันใหม่ฉบับวันแม่ค่ะ

ข้อมูลรูปภาพบางส่วน : <http://news.mthai.com/hot-news/general-news/482298.html>, <http://calendar.kapook.com/2559/july.php> และ <http://papvad.blogspot.com/>



แวดวงศิลปิน



ในช่วงนี้มีกิจกรรมต่างๆ มากมายที่เกี่ยวข้องกับท่านศิลปินฯ ทั้งที่เพิ่งจัดเสร็จไปแล้ว และที่กำลังจะจัดขึ้น โดยเมื่อ ๔ เมษายน ๒๕๕๙ กองกองทุนฯ ได้จัดงาน “เปิดบ้านศิลปินแห่งชาติ นายบุญช่วย หิรัญวิทย์ ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (ประณีตศิลป์) พุทธศักราช ๒๕๕๓” ณ บ้านเลขที่ ๓๓/๑ บ้านประตูปลอง ถนนเปรมประชากรราษฎร์ ตำบลในเวียง อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน เพื่อให้เป็นศูนย์การเรียนรู้และถ่ายทอดภูมิปัญญาเกี่ยวกับเครื่องเงิน

โบราณของจังหวัดน่าน โดยมีนางฉวีรัตน์ เกษตรสุนทร ผู้ช่วยรัฐมนตรีประจำกระทรวงวัฒนธรรม เป็นประธานในพิธี นอกจากนี้ยังได้รับเกียรติจาก นายวุฒิชัย เสาวโกมุท รองผู้ว่าราชการจังหวัดน่าน และคุณหญิงปัทมา ลีสวัสดิ์ตระกูล ประธานกรรมการกองทุนส่งเสริมงานวัฒนธรรม ร่วมงานด้วย ซึ่งนอกจากนิทรรศการประวัติ และผลงานของ อ.บุญช่วย ตลอดจน การสาธิตการทำเครื่องเงินแล้ว ยังมีการแสดงทางวัฒนธรรม ได้แก่ การแสดงฟ้อนสืงเวียงป้อ การแสดงฟ้อนล่องน่าน การตีกลองสะบัดชัย การแสดงขับซอ และการบรรเลงสะล้อ ซอ พิณ สร้างความประทับใจให้แก่ผู้ร่วมงานเป็นอันมาก โดยหากศิลปินฯ ท่านใดผ่านไปจังหวัดน่าน อย่าลืมแวะไปชมเยี่ยมชม และเลือกซื้อเครื่องเงินกันได้นะคะ..// เมื่อวันที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๙ ที่ผ่านมา กองกองทุนฯ ได้จัดกิจกรรม “รดน้ำขอพร



ศิลปินแห่งชาติ ผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านวัฒนธรรม และผู้บริหารงานวัฒนธรรม เนื่องในเทศกาลสงกรานต์” ประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๙ ณ หอประชุมเล็ก ศูนย์วัฒนธรรมฯ ในปีนี้ได้รับเกียรติจาก พลเอก ณะศักดิ์ ปภีมาพร รองนายกรัฐมนตรี และประธานกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ เป็นประธานในพิธีเปิดงาน มีศิลปินฯ ผู้มีผลงานฯ และอดีตผู้บริหารฯ ไปร่วมงานหลายท่าน ได้แก่ เรืออากาศตรี สุเทพ วงศ์กำแหง, อ.ส่องชาติ ชื่นศิริ, อ.ผ่องศรี วรนุช, อ.สมเคียร

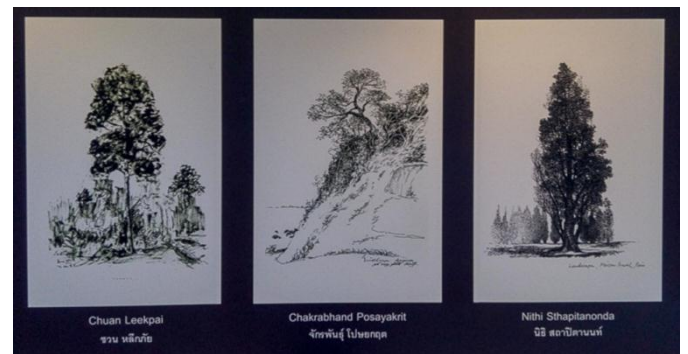
พานทอง (ชาย เมืองสิงห์), อ.ชัยชนะ บุญนะโชติ, อ.วนิดา พึ่งสุนทร, อ.จินตนา ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา, อ.จตุพร รัตนวราหะ, อ.ประยงค์ ชื่นเย็น, อ.สุประวัติ ปัทมสูต, อ.รัจนา พวงประยงค์, อ.นคร ถนอมทรัพย์, อ.เศรษฐา ศิระฉายา, อ.มนัส ปิตีสานต์, พันโทวิชิต ให้อย, อ.ทัศนีย์ ขุนทอง, อ.สะอาด เปี่ยมพงศ์สานต์,

อ.ชมัยกร บางคมบาง, อ.สิริชัยชาญ พักจำรูญ, ศาสตราจารย์วิชัย ลิขิตรัตน์, ศาสตราจารย์เกียรติคุณ เสริมศักดิ์ นาคบัว, อ.เวณิกา บุณนาค, ร.ต.สันติ ลุนเผ่ ร.น., อ.ประเสริฐ ฦ นคร, อ.ปริญญา สุขชิต,



อ.ดรุณีนาถ นาคคง, อ.วาทีต ไทโรวิมาน นอกจากนี้ ยังมีหม่อมราชวงศ์จักรธร จิตรพงศ์ อดีต ปลัดกระทรวงวัฒนธรรม และคุณนันทิยา สว่างวุฒิธรรม อดีตอธิบดีกรมส่งเสริมวัฒนธรรม ได้ร่วมรับน้ำ ให้พรด้วย แม้ว่าปีนี้ ศิลปินฯ หลายท่านจะมีปัญหาด้านสุขภาพ ทำให้ไม่สามารถไปร่วมงานได้ และบางท่าน ก็ประสบกับปัญหารถติด ต้องติดอยู่บนถนนหลายชั่วโมง แต่บรรยากาศของงานรดน้ำขอพร ในวันนั้น เต็มไปด้วยความอบอุ่นและเป็นกันเอง ทางกองกองทุนฯ ต้องกราบขอบพระคุณทุกๆ ท่านที่กรุณาไป ร่วมงาน และให้พรเพื่อเป็นสิริมงคลตลอดจนสร้างความประทับใจให้แก่ลูกศิษย์ลูกหารวมถึงแขกที่ไป ร่วมงานทุกคน 😊..// นับเป็นโอกาสอันดีที่ศิลปิน ๓ ท่าน คือ **ท่านชวน หลีกภัย** ภูพานันดรศิลปิน และสอง

ศิลปินแห่งชาติ ได้แก่ **อ.จักรพันธ์ โปษยกฤต** และ **อ.นิธิ สถาปิตานนท์** ได้ร่วมกันจัดแสดงนิทรรศการ “สามสายลายเส้น” (Lines From Three Lives) ขึ้น อัน เป็นนิทรรศการที่จัดแสดงงานเขียนภาพลายเส้นของทั้ง สามท่าน ถือเป็นงานอดิเรก และเขียนขึ้นในโอกาสที่ เดินทางไปท่องเที่ยวในสถานที่ต่างๆ อีกทั้งยังใช้เวลาว่าง



เขียนภาพลายเส้นจากสิ่งที่ได้พบเห็นและประทับใจ งานจัดขึ้น ระหว่างวันที่ ๘ เมษายน – ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ณ หอศิลป์วัฒนธรรม แห่งกรุงเทพมหานคร ถือเป็นประโยชน์ต่อเยาวชนและประชาชน ผู้สนใจที่มีโอกาสได้ไปชมผลงานดังกล่าว ได้เห็นถึงสุนทรียภาพใน การสร้างงานศิลปะของศิลปิน ซึ่งงดงาม ทรงคุณค่า และหาชม ได้ยาก ..// สำเร็จด้วยดีกับงาน “นิทรรศการเชิดชูเกียรติ ๘๐ ปี

ศิลปินแห่งชาติ นายอินสนธิ วงศ์สาม และนายทวี รัชนิกร” จัดขึ้นระหว่างวันที่ ๔ – ๒๔ พฤษภาคม



๒๕๕๙ ณ หอศิลป์ร่วมสมัย
ราชดำเนิน เขตพระนคร
กรุงเทพฯ มีพิธีเปิดงานไปเมื่อ
วันที่ ๔ พฤษภาคม ๒๕๕๙
โดยมีนางฉวีรัตน์ เกษตรสุนทร

ผู้ช่วยรัฐมนตรีฯ เป็นประธานในพิธี นิทรรศการดังกล่าว เป็นการบอกเล่าเรื่องราวเส้นทางชีวิตของศิลปิน
แห่งชาติทั้งสองท่าน ในการสร้างสรรค์ศิลปะผ่านผลงานอันทรงคุณค่า ทั้งด้านจิตรกรรม ประติมากรรม
และภาพพิมพ์ กว่า ๒๐๐ ชิ้น มีประชาชนเข้าร่วมชมนิทรรศการเป็นจำนวนมาก กส. ขอแสดงความยินดีกับ
อ.อินสนธิ์ และ อ.ทวี มา ณ โอกาสนี้ค่ะ ../ นับงานที่ยิ่งใหญ่อีกงานที่ทางกองกองทุนฯ สวธ. ได้จัดขึ้น
นั่นคืองาน “สามทศวรรษ อัครศิลปินและศิลปินแห่งชาติ” โดยจัดขึ้นเพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘ และใน



โอกาสครบรอบ ๓๐ ปี หรือสามทศวรรษแห่งการถวายพระราชสมัญญา “อัครศิลปิน” ตลอดจนจนเพื่อเป็น
การเผยแพร่พระเกียรติคุณของ “อัครศิลปิน” ผู้ทรงมีคุณูปการต่อศิลปินทั้งปวง และถือเป็นการครบรอบ
๓๐ ปี ของการดำเนินโครงการ
ยกย่องเชิดชูเกียรติศิลปิน
แห่งชาติ นับตั้งแต่ปีพุทธศักราช
๒๕๒๘ เป็นต้นมา กิจกรรม
ประกอบด้วยการจัดนิทรรศการ
การแสดงทางวัฒนธรรม และ





กิจกรรมการอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับศิลปินแห่งชาติ โดยกำหนดจัดขึ้นระหว่างวันที่ ๑๒ พฤษภาคม – ๑๔ มิถุนายน ๒๕๕๙ ณ หอศิลป์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ สำหรับพิธีเปิดนิทรรศการ เมื่อวันที่ ๑๒ พ.ค.๕๙ นั้น ได้รับเกียรติจาก**ท่านชวน หลีกภัย** ฐานันดรศิลปิน, ศิลปินแห่งชาติ, คุณหญิง **ปัทมา ลีสวัสดิ์ตระกูล** ประธานกรรมการกองทุนฯ และคณะกรรมการกองทุนส่งเสริมงานวัฒนธรรม ตลอดจนผู้ทรงคุณวุฒิโครงการสามทศวรรษฯ และสื่อมวลชนจำนวนมาก ..กส. ต้องกราบขอบพระคุณท่าน ศิลปินแห่งชาติ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดงานครั้งนี้ทุกท่านมา ณ โอกาสนี้ค่ะ ../ เมื่อวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๕๙ อธิบดีกรมส่งเสริมวัฒนธรรม ได้ร่วมงานแถลงข่าว **ชรินทร์ อิน คอนเสิร์ต** หมายเลข

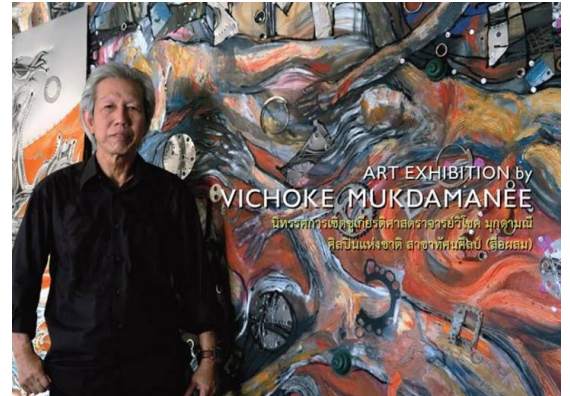


๑๕ “**คืนจันทร์กระจ่างฟ้า**” อันเป็นการแสดงคอนเสิร์ต ของ **อ.ชรินทร์ นันทนาคร** ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง กำหนดจัดขึ้น ในวันเสาร์ที่ ๒ และอาทิตย์ที่ ๓ กรกฎาคม ๒๕๕๙ เวลา ๑๙.๐๐ น. ณ หอประชุมใหญ่ ศูนย์วัฒนธรรมฯ ผู้ชมจะได้เพลิดเพลินกับเพลงรักในบรรยากาศอันอบอุ่นและอบอุ่นไปด้วยกลิ่นอายของอดีต อันงดงาม อาทิ คิดถึง, ค่อนคิน, รัศมีแข, ดาวล้อมเดือน,

ที่รัก....ฉันจะฝันถึงเธอ, เป็นไปไม่ได้, ความรักเพรียกหา, ฉันเป็นของเธอ ฯลฯ และความพิเศษในคอนเสิร์ตครั้งนี้ ผู้ชมจะได้ชมการแสดงโขนบนเวทีเพลงไทยสากล ที่บรรเลงเพลงโดยวงดนตรีบางกอกซิมโฟนี ออร์เคสตรา อำนวยเพลงโดย **ผศ.ดร.นรอรธ จันทร์กล้า** นอกจากนั้นยังมีศิลปินรับเชิญ ได้แก่

อรวี สัจจานนท์, นริกระจำง คันธมาศ, ไก่ มิสเตอร์แซกแมน, เปาวลี พรพิมล, กลัวย เชิญยิ้ม และ
นักร้องรับเชิญกิตติมศักดิ์ คุณบุญเกียรติ โชควัฒนา สำนองบัตรได้ที่ไทยทิคเก็ตเมเจอร์ทุกสาขา โทร.

๐ ๒๒๖๒ ๓๔๕๖..// ขอเชิญเข้าชมงาน “นิทรรศการเชิดชูเกียรติ
ศาสตราจารย์วิโชค มุกดามณี ศิลปินแห่งชาติ สาขา
ทัศนศิลป์ (สีผสม)” มีพิธีเปิดงานในวันที่ ๓ มิ.ย. ๒๕๕๙ เวลา
๑๘.๐๐ น. และจัดแสดงผลงานระหว่างวันที่ ๓ – ๓๐ มิถุนายน
๒๕๕๙ (หยุดวันจันทร์และอังคาร) ณ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ
หอศิลป์ ถนนเจ้าฟ้า กรุงเทพฯ..// เมื่อวันที่ ๖ เมษายน ๒๕๕๙
พระเทพวิสุทธิคุณ (กุศล คนธโร) หรือหลวงพ่อกุศล ผู้มีผลงาน



ดีเด่นฯ สาขาพัฒนาคุณภาพชีวิต พ.ศ. ๒๕๓๔ อายุ ๙๐ ปี ๓๐ พรรษา เป็นพระสงฆ์ชั้น
ผู้ใหญ่ของล้านนา ท่านเป็นที่ปรึกษาเจ้าคณะจังหวัดเชียงใหม่ เจ้าอาวาสวัดบุพพาราม
ได้มรณภาพอย่างสงบ และมีพิธีพระราชทานน้ำหลวงสรงศพ ณ วัดบุพพาราม จ.เชียงใหม่
เมื่อวันที่ ๖ เม.ย.๕๙ ..//เมื่อวันที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลาประมาณ

๑๓.๑๕ น. **อ.ประคิน ชุมสาย ณ อยุธยา** ศิลปินแห่งชาติ สาขา
วรรณศิลป์ (กวีนิพนธ์) พ.ศ. ๒๕๓๖ ได้ถึงแก่กรรมแล้วด้วยโรคมะเร็งลำไส้ใหญ่
ที่โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ สิริรวมอายุ ๙๗ ปี มีพิธีสวดพระอภิธรรมศพ ระหว่างวันที่
๗ - ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลา ๑๙.๓๐ น. ณ โบสถ์วัดพระมหาไถ่ ซอยร่วมฤดี
กรุงเทพฯ และกำหนดพิธีปลงศพ วันที่ ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลา ๑๑.๐๐ น.



ณ สุสานศานติคาม อ.สามพราน จ.นครปฐม..// และเมื่อวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙ **อ.สุข เพิ**



ผู้มีผลงานดีเด่นฯ สาขาศิลปะ (การช่างศิลปะและการช่างฝีมือ) พ.ศ. ๒๕๓๔ ได้ถึงแก่กรรม
ด้วยโรคชรา ที่บ้านพักฝั่งธนบุรี กรุงเทพฯ สิริรวมอายุ ๙๑ ปี มีพิธีรดน้ำศพไปเมื่อวันที่
๓๐ พ.ค.๕๙ เวลา ๑๖.๐๐ น. ณ ศาลา ๑ วัดหิรัญญูจิวรวิหาร (วัดน้อย) และกำหนดสวด
พระอภิธรรมศพ ระหว่างวันที่ ๓๐ พ.ค. – ๓ มิ.ย. ๕๙ เวลา ๑๙.๐๐ น. ณ ศาลา ๑
วัดหิรัญญูจิวรวิหาร (วัดน้อย) และฌาปนกิจ วันที่ ๔ พ.ค.๕๙ เวลา ๑๗.๐๐ น. ณ เมรุวัด
หิรัญญูจิ (วัดน้อย) เขตธนบุรี กรุงเทพฯ.. กส.ขอแสดงความเสียใจกับศิษยานุศิษย์ของหลวงพ่อดลอดจน
ครอบครัว ทายาท และลูกศิษย์ของศิลปินแห่งชาติ และผู้มีผลงานฯ ที่ถึงแก่กรรมทุกท่าน มา ณ โอกาสนี้จะ

กิจกรรม กส.

สำหรับในเดือนมิถุนายน และกรกฎาคมที่จะถึงนี้ ทางกองกองทุนส่งเสริมงานวัฒนธรรม (กส.) ได้กำหนดจัดกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ค่ะ

๑๕ มิถุนายน ๕๙ พิธีเปิดบ้านศิลปินแห่งชาติ นายณรงค์ จันทร์พุ่ม ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง (หนังตะลุง) พ.ศ. ๒๕๕๗ เวลา ๑๖.๐๐ น. ณ บ้านเลขที่ ๑๐๙ หมู่ที่ ๖ ต.ก้นดงใต้ อ.ก้นดง จ.ตรัง

๒๑ กรกฎาคม ๕๙ งานเชิดชูเกียรติ “บุรพศิลปิน” จัดขึ้นเป็นครั้งที่ ๒ ณ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย เพื่อยกย่องเชิดชูเกียรติ ศิลปินไทยผู้ล่วงลับที่มีคุณูปการต่องานด้านศิลปะและวัฒนธรรม

เยี่ยมบ้านสานสัมพันธ์

ในปีงบประมาณนี้ทางกองกองทุนฯ ได้จัดกิจกรรมเยี่ยมบ้านศิลปินแห่งชาติ และผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านวัฒนธรรม ไปแล้ว ๒ ครั้ง คือทางภาคเหนือในช่วงเดือน ธ.ค. ๕๘ และ ม.ค. ๕๙ สำหรับในเดือน พฤษภาคมที่ผ่านมา ทาง กส. ได้เดินทางไปเยี่ยมท่านศิลปินฯ เป็นครั้งที่ ๓ ในจังหวัดนครราชสีมา สุรินทร์ และสระบุรี ระหว่างวันที่ ๒๓ - ๒๗ พ.ค. ๕๙ นำโดย คุณมนต์จิต เทียมสิงห์ โสภา (เอส) หน.กลุ่มสวัสดิการศิลปินฯ และเจ้าหน้าที่ ได้แก่ คุณอุมาพร ดิษกร (จ๊กจั่น), คุณธิดำพร อดทน (แอม), คุณหัสดี นะเอ้ม (เปิ้ล) และคุณอรนุช อุดมสมฤดี (แอน) ในครั้งนี้ได้ไปเยี่ยมศิลปินฯ และผู้มีผลงานดีเด่นฯ รวม ๖ ท่าน ดังนี้

ท่านแรกคือ **อ.ทวี รัชนิกร** ศิลปินแห่งชาติ สาขาทักษะศิลป์ (จิตรกรรม) พ.ศ. ๒๕๔๘ ไปเยี่ยมท่านที่หอศิลป์ ทวี รัชนิกร ใน อ.เมืองฯ จ.นครราชสีมา ปัจจุบันนอกจากท่านจะสร้างสรรค์งานศิลปะแล้ว ท่านยังถ่ายทอดความรู้ให้กับครู นักเรียน นักศึกษา ซึ่งมาศึกษาดูงาน และฝึกอบรมที่หอศิลป์ฯ อยู่เป็นประจำ มีสิ่งหนึ่งที่ท่านตระหนักและให้ความสำคัญในการถ่ายทอดความรู้ นั่นก็คือ การส่งเสริมการให้คุณค่าต่องานศิลปะ ที่สังคมวัตถุนิยมในปัจจุบันมักมองข้าม ท่านกล่าวว่า ผู้ปกครองส่วนมากนั้น จะให้ความสำคัญกับ



ศาสตร์แขนงอื่นมากกว่างานศิลป์ เน้นส่งเสริมเด็กในวิชาหลักๆ เช่น วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ และภาษาอังกฤษ ซึ่งจริงๆ แล้วการเสริมวิชาศิลปะเข้าไปด้วย จะช่วยต่อยอดความคิดให้แก่เด็กๆ การเรียนศิลปะ ไม่จำเป็นต้องไปเป็นครูวาดเขียน จบแล้วสามารถไปทำอะไรได้มากมาย โดยนำความรู้ที่ได้เรียนไปปรับใช้ และใช้เพิ่มมูลค่าสินค้า อาทิ การออกแบบผลิตภัณฑ์ต่างๆ ตัวอย่างเช่น ในประเทศญี่ปุ่นที่บรรจุกุภัณฑ์ต่างๆ ถูกออกแบบมาเพื่อดึงดูดใจผู้ซื้อ หรือการออกแบบเฟอร์นิเจอร์ การเป็นดีไซเนอร์ เป็นสถาปนิก เป็นต้น ท่านยึดหลักคำสอนของ **อ.ศิลป์ พีระศรี** ที่ว่า ของทุกอย่างนั้น มีทั้งความงามและประโยชน์ใช้สอย ดังนั้น ท่านจึงใช้แนวคิดการเปลี่ยน Function ให้กับผลงาน จะช่วยต่ออายุของงานนั้นให้ยาวขึ้น เช่น การออกแบบเครื่องปั้นดินเผาให้มี Function แตกต่างจากที่มีอยู่เดิม เช่น แจกัน โคมไฟ ที่ใส่ดินสอ เป็นต้น ถือเป็นศิลปินที่มีความมุ่งมั่น ทุ่มเท สืบสาน และถ่ายทอดความรู้ให้แก่เยาวชนอย่างแท้จริง ปัจจุบันท่านได้ขยายพื้นที่ของหอศิลป์ ทวี รัชนิกร เพิ่มขึ้นอีก เพื่อรองรับผู้สนใจเข้าชมงานศิลป์ ซึ่งขณะนี้ มีเยาวชนและหน่วยงานต่างๆ ให้ความสำคัญต่องานศิลปะและสนใจเข้ามารับการถ่ายทอดความรู้จากท่านเป็นจำนวนมาก



ท่านที่ ๒ ได้ไปเยี่ยม **อ.ชาติ กอบจิตติ** ศิลปินแห่งชาติ สาขาวรรณศิลป์ พ.ศ. ๒๕๔๗ เมื่อเอ่ยถึง อ.ชาติ หลายคนต้องนึกถึงผลงานวรรณกรรม อาทิ “คำพิพากษา” และ “เวลา” ที่ทั้งสองเรื่องได้รับรางวัลซีไรต์ อันเป็นรางวัลที่ยิ่งใหญ่และทรงเกียรติที่มอบให้กับนักเขียนแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นอกจากนั้นยังมีเรื่อง “พันธุ์หมาบ้า” เป็นผลงานที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก ผลงาน

ของท่านทุกเรื่องแฝงไว้ซึ่งอุดมการณ์ทางความคิด ความเชื่อ การสะท้อนภาพสังคมที่ชัดเจน และการมีแนวการเขียนที่เป็นของท่านเอง ผลงานของท่านจึงได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด อ.ชาติ ได้ยึดอาชีพนักเขียนเป็นอาชีพหลัก ท่านอาศัยอยู่ที่บ้าน ใน อ.สีคิ้ว จ.นครราชสีมา โดยพื้นที่ส่วนหนึ่งของบ้านอยู่ใน จ.ลพบุรี แวดล้อมด้วยธรรมชาติที่สงบ ร่มรื่น มีต้นไม้ใหญ่ปกคลุมเสมือนอยู่ในป่า มีลำน้ำไหลผ่านบริเวณบ้าน และอากาศที่บริสุทธิ์ การอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีช่วยให้มีสุขภาพที่ดี และเป็นผลดีต่อการสร้างสรรค์งานโดยเฉพาะงานเขียน ปัจจุบันท่านเป็นผู้หนึ่งที่มีแนวคิดสนับสนุนการสร้างอาชีพให้กับคนในท้องถิ่น ทำให้ไม่ต้องออกไปหางานทำในเมืองใหญ่ หรือนอกภูมิภาคอื่นๆ โดยการผลิตสินค้า อาทิ เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย และกระเป๋า ฯลฯ ออกวางจำหน่ายที่ร้านทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด และจำหน่ายทางอินเทอร์เน็ตด้วย การจ้างงานจากการดำเนินกิจการดังกล่าว ช่วยทำให้คนในท้องถิ่นมีรายได้เลี้ยงครอบครัว และอยู่ด้วยกันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา ถือเป็นตัวอย่างของการใช้ชีวิตที่เรียบง่าย แต่เปี่ยมด้วยความสุข

ท่านที่ ๓ ไปเยี่ยม **อ.สมบุญสุข นิยมศิริ** หรือที่รู้จักกันดีในชื่อ **เป๊ยก โปสเตอร์** ศิลปินแห่งชาติ สาขาศิลปะการแสดง



(ภาพยนตร์และละครโทรทัศน์) พ.ศ. ๒๕๕๘ ที่ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา ปัจจุบันท่านอายุ ๘๔ ปี แล้ว แต่ตัวจริงของท่าน ดูราว ๗๐ กว่าปีเท่านั้นเอง อาจเป็นเพราะท่านเป็นคนดูแลสุขภาพเป็นอย่างดีมาโดยตลอด นอกจากนั้น ในวันหยุดท่านก็จะนัดกับกลุ่มเพื่อนมาร้องเพลงเล่นดนตรีกันที่บ้าน ตั้งชื่อวงที่เล่นกันว่า “ระเปียงแบนด์ (Rabieng Band)” มาจากการรวมกลุ่มนั่งเล่นดนตรีอยู่ที่ระเปียงหน้าบ้านของท่านนั่นเอง ส่วนใครสนใจจะนำหลักในการดำเนินชีวิตของท่านไปใช้ ท่านก็ยินดี นั่นก็คือ ๑.การรับประทานอาหารที่ดี ๒.การอยู่ในสถานที่ที่มีอากาศที่ดี ๓.การมีอารมณ์แจ่มใส ๔.การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และ ๕.คือการทำงานเพื่อส่วนรวม โดยหากทำได้ทั้ง ๕ ข้อ จะนำมาซึ่งสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และสุขภาพใจที่เป็นสุข ทุกวันนี้ท่านจึงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และสามารถสร้างงานที่ตนรัก โดยเฉพาะการวาดภาพ และรับเชิญเป็นวิทยากรให้กับหน่วยงานต่างๆ อยู่เสมอ

ท่านที่ ๔ ไปเยี่ยม **อ.ปลั่งศรี มูลศาสตร์** ผู้มีผลงานดีเด่น สาขาการพัฒนาคณาชีพชีวิต พ.ศ. ๒๕๓๓ ที่ จ.สุรินทร์ ท่านเป็นอดีตผู้อำนวยการโรงเรียนสิรินธร จ.สุรินทร์ เป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์ต่อท้องถิ่นและส่วนรวมมาโดยตลอด จึงมีลูกศิษย์ลูกหามากมาย แม้ว่าปัจจุบันท่านจะมีปัญหาสุขภาพอยู่บ้าง แต่ท่านยังคงช่วยงานของมูลนิธิปลั่งศรี มูลศาสตร์ ศิษย์และญาติมิตรอยู่อย่างต่อเนื่อง โดยการสนับสนุนด้านทุนการศึกษาให้แก่เด็กนักเรียนที่ขาดโอกาสทางการศึกษา การสร้างห้องสมุด การมอบอุปกรณ์กีฬาให้แก่โรงเรียนต่างๆ และการพิมพ์หนังสือรวบรวมความรู้ที่มีประโยชน์มอบให้แก่ห้องสมุด บางเล่มมุ่งหวังให้ครูอาจารย์ได้อ่านเพื่อนำความรู้ไปใช้ในการสอนลูกศิษย์ต่อไป และในช่วงที่ไปเยี่ยมท่าน ท่านกำลังจะจัดพิมพ์หนังสือครบรอบอายุ ๘๖ ปี เพื่อถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ตลอดระยะเวลาการทำงานของท่านเพื่อเป็นประโยชน์แก่สาธารณชน ท่านกล่าวว่า “ความสุขที่แท้ของชีวิตนั่นก็คือความสงบ” ปัจจุบันท่านมีความสุขกับการใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย แต่เปี่ยมไปด้วยความสุขที่ได้เห็นผู้อื่นมีความสุข



ท่านที่ ๕ ไปเยี่ยม **อ.ผ่องศรี ทองหล่อ** ผู้มีผลงานดีเด่น สาขาศิลปะการแสดง (การแสดงพื้นบ้าน) พ.ศ. ๒๕๓๖ ที่บ้านพักใน อ.เมืองฯ จ.สุรินทร์ ในอดีตท่านถือเป็นศิลปินเรียมอันเรที่มีชื่อเสียงที่สุดคนหนึ่งของ จ.สุรินทร์ ปัจจุบันท่านอายุ ๙๑ ปี แล้ว และมีปัญหาด้านสุขภาพในด้านการฟังและความทรงจำ จึงไม่สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านการแสดง และแสดงเรียมอันเรได้เหมือนในอดีต แม้จะจำเรื่องราวต่างๆ ไม่ค่อยได้แล้ว แต่สามารถพูดคุยได้อย่างสนุกสนาน ด้วยท่านเป็นคนอารมณ์ดี จิตใจเบิกบาน ทุกวันนี้ท่านจึงมีความสุขกับชีวิต และอยู่กับครอบครัวอย่างอบอุ่น

ท่านที่ ๖ ท่านสุดท้ายของการไปเยี่ยมในครั้งนี้ คือ **อ.ทำนุ อ้นประเสริฐ** ผู้มีผลงานดีเด่นฯ พ.ศ. ๒๕๓๔ ที่จังหวัดสระบุรี ท่านเป็นนักเขียนที่สร้างผลงานไว้มากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งวรรณกรรมเยาวชน โดยหลายๆ เรื่องที่ท่านเขียนนั้น ได้รับรางวัลมาแล้วมากมาย อาทิ “กระท่อมน้อยกลางทุ่ง” และ “เพื่อนแท้” ซึ่งทั้งสองเรื่องได้เข้ารับพระราชทานโล่รางวัลจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จากงานสัปดาห์หนังสือแห่งชาติในปี พ.ศ. ๒๕๒๔ และ ๒๕๒๗ และยังได้รับรางวัลอื่นๆ อีกหลายรางวัล นอกจากงานเขียนแล้ว ท่านยังเป็นข้าราชการครูที่เคยอาสาไปสอนนักเรียนชาวเขา ๓ เผ่า บนดอยสูงใน จ.แม่ฮ่องสอน อันเป็นกิจกรรมภายใต้โครงการ “ทำความดีถวายในหลวง” ซึ่งภายหลังได้นำประสบการณ์



ต่างๆ ที่ได้รับมาสร้างงานเขียนเพื่อสะท้อนภาพความเป็นจริง อันก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาท้องถิ่นห่างไกลต่อไป และแม้ว่าปีนี้จะเป็นปีสุดท้ายในอาชีพข้าราชการครู ซึ่งอายุท่านครบ ๖๐ ปี ในปีนี้แล้ว แต่จะยังคงทำงานเพื่อสังคมเรื่อยไป ปัจจุบันรับเป็นพิธีกรตามงานต่างๆ เช่น งานพิธีการที่สำคัญของจังหวัด งานศพ งานบวช โดยไม่รับค่าตอบแทน จึงนับเป็นอีกผู้หนึ่งที่ทุ่มเททำงานเพื่อส่วนรวมอย่างแท้จริง

และโปรดติดตามกิจกรรมเยี่ยมบ้านสานสัมพันธ์ ครั้งที่ ๔ ในฉบับต่อไปนะคะ 😊

สุขสันต์วันเกิด

เดือนมิถุนายน – กรกฎาคม ๒๕๕๙ มีวันคล้ายวันเกิดของท่านศิลปินแห่งชาติ ผู้มีผลงานดีเด่นทางด้านวัฒนธรรมและผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม ดังนี้

มิถุนายน ๒๕๕๙

๑ มิ.ย. พระโสภณพัฒนโมดม/ ๓ มิ.ย. นายธงชัย รักปทุม, นายธีรภาพ โลหิตกุล และนางทองเจือ สืบชมพู่/ ๕ มิ.ย. นางผ่องศรี วรนุช และนางชมัยกร บางคมบาง/ ๑๒ มิ.ย. นายสมส่วน พรหมสว่าง/ ๑๕ มิ.ย. นางสมพันธ์ โชตนา/ ๒๑ มิ.ย. ศ.เรืองอุไร กุศลาสัย/ ๒๒ มิ.ย. ร.ต.สันติ ลุนเผ่ ร.น./ ๒๓ มิ.ย. นายทำนุ อ้นประเสริฐ/ ๒๔ มิ.ย. นายสุชาติ สวัสดิ์ศรี และนายสะอาด เปี่ยมพงศ์สานต์/ ๒๕ มิ.ย. นายชาติ กอบจิตติ และนางปลั่งศรี มูลศาสตร์



กรกฎาคม ๒๕๕๙

พลเรือเอก ม.ล.อัศนี ปราโมช และนายมนัส ปิติสานต์/ ๕ ก.ค.นางสองชาติ ชื่นศิริ และคุณหญิง
วิมล ศิริไพบูลย์/ ๖ ก.ค. นายชาลี อินทวิจิตร และนายนิติ สถาปิตานนท์/ ๗ ก.ค. นางผ่องศรี ทองหล่อ/
๑๐ ก.ค. นายอัศศิริ ธรรมโชติ/ ๑๑ ก.ค. พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (ปวง รัชมปัญญาโญ)/ ๑๓ ก.ค. นางเกลียว
เสรีกิจ (ขวัญจิต ศรีประจันต์)/ ๑๔ ก.ค. นางเพ็ญแข วัจนสุนทร/ ๑๙ ก.ค. นายวาที ไทโรวิมาน/
๒๒ ก.ค. นายสำราญ เกิดผล และนายสุประวัติ ปัทมสุต/ ๒๓ ก.ค. นายอุทัย แก้วละเอียด/ ๒๙ ก.ค.
นายบุญเลิศ นางพินิจ/ ๓๐ ก.ค. นายชวลิต เสริมปรุงสุข / ๓๑ ก.ค. ดร.ศุภชัย จันทร์สุวรรณ



☆☆☆ขออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก โปรดดลบันดาลให้
ทุกๆ ท่าน ประสบแต่ความสุข มีสุขภาพพลานามัยที่สมบูรณ์แข็งแรง และประสบ
ความสำเร็จดังปรารถนาทุกประการค่ะ ☆☆☆

เรื่องน่ารู้

สารพัดประโยชน์ของ “น้ำส้มสายชู”

ทราบหรือไม่ว่าของใกล้ตัวที่เราอาจมองข้าม แท้จริงแล้ว สามารถใช้ทำประโยชน์อะไรได้มากมาย
อย่างเช่น “น้ำส้มสายชู” เพียงขวดเดียวในครัวของบ้านเรา สามารถเอามาใช้ประโยชน์ได้นานาประการ

๑. ผีเสื้อที่เจอแดดจัดๆ จนเป็นรอยเกรียม หากถูบด้วยน้ำส้มสายชู ผีเสื้อที่ไหม้จะไม่พองให้ปวดแสบปวดร้อน
๒. รองเท้าหนัง รองเท้ายาง หรือสารสังเคราะห์ใดๆ ก็ตาม หากเปื้อนน้ำมัน ให้เช็ดด้วยน้ำส้มสายชู
แล้วจะหมดรอย

๓. กระจกบานเกล็ดสกปรก ล้างด้วยน้ำส้มสายชูผสมน้ำสะอาดรับรองเงางาม
สะอาดใส

๔. ยามไปเที่ยวทะเล เจอแมงกะพรุนไฟเข้า ราดน้ำส้มตรงบริเวณที่ถูก
แมงกะพรุนทันที จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อนได้ทันที



๕. หม้ออะลูมิเนียมเป็นคราบดำ น้ำส้มสายชูละลายซี้ได้เตาถ่าน ชัดดูจะสะอาดเอี่ยม

๖. ภาชนะทองแดง ทองเหลือง ชัดด้วยน้ำส้มผสมเกลือในอัตราส่วนเท่ากัน ใช้ผ้านุ่มจุ่มพอมหาด เช็ดดูจะแวววาวขึ้น



๗. ปัญหาของเตาอบ ถาดอบ เครื่องครัวสเตนเลส และพื้นครัว เป็นคราบสกปรกล้างยาก ใช้ น้ำส้มสายชูเช็ดดู คราบฝังแน่นกับเศษอาหารตามพื้น จะหลุดง่าย ไม่เปลืองแรงขัด

๘. ของใช้พลาสติก ตลอดจนภาชนะอื่นๆในครัวเปื้อนไขมันมากจนเป็นรอยดำ ให้แช่ในน้ำอุ่นผสมน้ำส้มสายชู รอยเปื้อนจะหายไปพร้อมกับกลิ่นอาหาร

๙. อ่างล้างมือ อ่างอาบน้ำ ราวโครเมียมสกปรก เป็นสนิม น้ำส้มสายชูกับน้ำสบู่ เช็ดดู ทุกอย่างเงางามสะอาดตา

๑๐. กลิ่นอาหาร กลิ่นผลไม้แรงๆ อย่างทุเรียนที่ติดตามภาชนะพลาสติกนั้น ให้เช็ดด้วยน้ำส้มสายชูตามด้วยน้ำสะอาดหลายๆ ครั้ง

๑๑. เฟอร์นิเจอร์ ฝาผนังบ้านต่างด้า มีคราบนิ้วมือของสมาชิกตัวเล็ก ใช้ผ้านุ่มชุบน้ำส้มสายชูร้อนๆ เช็ดปุ๊บหายปั๊บ

๑๒. ท่อระบายน้ำภายในอาคารบ้านเรือนที่มักสกปรกเร็ว ตามด้วยกลิ่นเหม็นรุนแรงรบกวนความสุข ให้เทผงฟูลงท่อนำร่องไปก่อน ๑ กำมือ สักครู่ตามด้วยน้ำส้มสายชูอีก ๑ ถ้วย ทิ้งไว้สักพัก แล้วเปิดน้ำระบายอีกครั้ง

๑๓. ขวด แจกัน คนโทที่ปากแคบคอดเล็ก ทำความสะอาดยาก กรอกน้ำส้มสายชู ผสมเปลือกไข่ทุบพอละเอียด แช่ไว้ แล้วเขย่าๆ เศษคราบสกปรกจะหลุดโดยง่าย

๑๔. รอยเปื้อนเสื้อผ้าบริเวณรักแร้ที่เป็นคราบเหลือง ใช้ น้ำส้มสายชูทาตรงรอยเปื้อนให้ชุ่ม หากได้แช่เสื้อผ้าในน้ำส้มสายชูสักครู่ก่อนซักตามปกติ กลิ่นเปรี้ยวและเหม็นอับจากเหงื่อจะหายไปพร้อมรอยเปื้อน

๑๕. ไซ้ที่สดและใหม่มากเกินไป เวลาทำไซ้ต้มมักมีปัญหาปอกเปลือกยาก ไซ้เป็นรอยขรุขระ ไม่น่ารับประทาน ลองเติมน้ำส้มสายชูครึ่งช้อนชาลงในน้ำต้มไซ้ ไซ้ขาวจะไม่ติดเปลือก ปอกง่ายขึ้นกว่าเดิม



๑๖. ฝักบัวในห้องน้ำเกิดอุดตันใช้ไม่สะดวก น้ำที่ไหลกะปริดกะปรอย ลองถอดชิ้นส่วนออกมาแช่ น้ำส้มสายชู ปิดเศษฝุ่นด้วยแปรง แทะตามรูด้วยเข็มหมุด ล้างให้สะอาดประกอบเข้าที่เดิม คราวนี้ฝักบัวน้ำไหลแรงแน่นอน

๑๗. ปัญหาหินปูนจับตามเครื่องซักผ้า เครื่องล้างชาม แก้วด้วยน้ำส้มสายชู ๑ ถ้วย เทใส่เครื่องพร้อมปิดฝา เปิดเครื่องให้ทำงานตามปกติจะเห็นเครื่องสะอาดทันตา หรือวิธีรักษาเครื่องซักผ้า ให้ใช้น้ำอุ่นพอประมาณ ผสมน้ำส้มสายชูสักครึ่งลิตรใส่ลงไป ในเครื่องซักผ้า เปิดสวิตช์ทำงานปกติ น้ำส้มสายชูจะช่วยไล่คราบฝุ่นออกจากตัวเครื่อง และป้องกันการอุดตันได้ด้วย

๑๘. หม้อและกาต้มน้ำชากาแพทั้งหลาย ใช้ไปนานๆ มักมีตะกอนหินปูนจับหนา ใช้ น้ำส้มสายชูผสม น้ำอย่างละถ้วย เทลงในภาชนะ ต้มให้เดือด แล้วทิ้งให้เย็นค้างไว้ ๑ คืน ตะกอนจะหลุดอย่างง่ายดาย

๑๙. แก้ปัญหากันหม้อหุงข้าวไฟฟ้าที่ใช้ไปนานๆ เกิดคราบดำผสมคราบโคลนน้ำข้าวจับหนา อย่าใช้ ฝอยขัดหม้อขัด ให้ใช้น้ำส้มสายชูครึ่งส่วนผสมน้ำ ๑ ส่วน เติมลงหม้อ เสียบปลั๊ก รอจนเดือดปุดๆ จึงถอด ปลั๊ก เทน้ำทิ้ง ล้างด้วยฟองน้ำจะออกง่าย

๒๐. หยดน้ำส้มสายชูลงบนแว่นตา เช็ดด้วยผ้านุ่ม รอยขีดข่วนจะหายไป พร้อมคราบเหลืองโคล

๒๑. เสื้อผ้าสีขาวสะอาด เมื่อใช้ไปนานๆ มักกลายเป็นสีเทาๆ เพียงผสมน้ำส้มสายชูขณะซัก จะทำให้ผ้าขาวสะอาดยิ่งขึ้น

๒๒. อยากรับประทานผัดไทย หอยทอด ขนมจีน กับถั่วงอกอบอ้วน ขาว กรอบ ต้องแช่ถั่วงอกลงในน้ำผสมน้ำส้มสายชูไว้สักครู่

๒๓. รอยเปื้อนกวบนเสื้อผ้า ใช้น้ำส้มสายชูเช็ดที่รอยเปื้อน นำมาแช่ใน น้ำเย็น แล้วซักตามปกติ

๒๔. แก้ปัญหาสีน้ำแห้งแข็ง ใช้น้ำส้มสายชูผสมทิ้งเอาไว้ สีน้ำที่แห้งแข็งก็จะอ่อนเหลว นำมาใช้ได้ใหม่อีกครั้ง

๒๕. แก้ปัญหากระทะใหม่ ที่มักประสบปัญหาทอดอาหารแล้วติดกระทะ ก่อนนำกระทะมาใช้ให้เท น้ำส้มสายชูผสมกับน้ำเท่าๆ กันลงในกระทะและนำไปตั้งไฟรอจนเดือด แล้วเทน้ำส้มสายชูทิ้ง ใช้น้ำสะอาด ล้างอีกที จากนั้นก็ใช้งานตามปกติ

๒๖. ย่างปลาไม่ให้ติดตะแกรง นำน้ำส้มสายชูมาทาให้ทั่วตะแกรงก่อนย่างปลา เวลาปลาสุกจะไม่ติด และทำความสะอาดตะแกรงง่าย

๒๗. ดอกกุหลาบช่อใหญ่ อยากให้สดอยู่นานๆ น้ำส้มสายชู ๑ ถ้วย น้ำตาลทราย ๕ กรัม ผสมน้ำ สะอาด ๕ ถ้วย ให้ฉีดพ่นกุหลาบทั้งช่อ

๒๘. ก่อนจะลอกหนังปลาหมึกให้แช่ปลาหมึกในน้ำส้มสายชูสักครู่ จะลอกหนังง่ายขึ้น

๒๙. ป้องกันไม่ให้หัวปลีดำ ต้องแช่หัวปลีลงในน้ำส้มสายชูทิ้งไว้ ๑๕ นาที แล้วล้างน้ำสะอาดอีกครั้ง

๓๐. หุงข้าวสวยให้เป็นปุย ใส่น้ำมะนาว หรือน้ำส้มสายชู ลงในหม้อข้าวขณะหุง เมื่อข้าวสุกจะไม่เหนียวติดกัน

๓๑. ทอดอาหารไม่ให้อมน้ำมัน เติมน้ำส้มสายชูลงไป น้ำมันจะเล็กน้อย

๓๒. ขจัดรอยจิบกระโปรง ใช้ฟองน้ำชุบน้ำส้มสายชู ทาตรงรอยจิบให้ทั่ว แล้วใช้ผ้าบางๆ ทาปรีดด้วยเตารีดอุ่นๆ รอยจิบกระโปรงหรือรอยเลาะตรง ขากางเกงจะเรียบหายไปตามต้องการ



๓๓. วิธีกำจัดมดในครัว ใช้น้ำส้มสายชูเช็ดตรงทางเดินมด มดจะไม่เดินมาบริเวณที่เราเช็ดด้วยน้ำส้มสายชูไว้

๓๔. แฉ่ผักชีสักก้านในน้ำส้มสายชู ดูว่าใบยังคงเขียวไม่เปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล เพื่อทดสอบว่าเป็นน้ำส้มสายชูแท้

ที่มา <https://www.girlfriendclub.com/vinegar-benefits/>

“ท่าบริหารสมอง”

ท่าบริหารสมอง 2 ท่า

1. **ท่าบริหารปุ่มสมอง**
กดปุ่มให้เลือดไปเลี้ยงสมองได้ดี

2. **ท่าบริหารปุ่มขมับ**
สมองสองซีกจะทำงานสมดุลกัน

3. **ท่าจับ L**
กระตุ้นการทำงานที่สัมพันธ์ของมือกับตา

4. **ท่าโป้งก้อย**
ให้สมองสั่งการสมดุล

5. **ท่าแตะหู**
กระตุ้นสมองส่วนคิดคำนวณระยะ

สมองฟิต พร้อมลุย!!!

like me
facebook.com/Memblr.Thailand
ขอบคุณข้อมูลจาก หมอชาวบ้าน

ที่มา <http://www.soccersuck.in.th/boards/topic/1322553>

กส.ชวนเที่ยว

“ประเพณีตักบาตรดอกไม้”



ประเพณีตักบาตรดอกไม้เป็นประเพณีที่สำคัญของอำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี โดยถือเอาวันเข้าพรรษา ในวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ของทุกปี กำหนดให้ม้งงานตักบาตรดอกไม้ ประชาชนต่างพากันไปทำบุญตักบาตรเนื่องในวันเข้าพรรษาที่วัด พร้อมกับถวายเทียนพรรษาแก่วัดพระพุทธบาท ซึ่งตามประเพณีชาวพุทธทั้งหลายเมื่อเสร็จจากการทำบุญตักบาตรในตอนเช้าแล้วในช่วงบ่ายของวันเข้าพรรษาจะมีการตักบาตรดอกไม้ที่บริเวณ**วัดพระพุทธบาทราชวรมหาวิหาร** ตำบลขุนโขลน อำเภอพระพุทธบาท ประชาชนจะพากันไปเก็บดอกไม้ชนิดหนึ่ง มีลักษณะคล้ายต้นกระชาย หรือต้นขมิ้น มีดอกสีเหลือง หรือดอกสีขาว เรียกว่า “ดอกเข้าพรรษา” ซึ่งดอกไม้ชนิดนี้ชอบขึ้นตามไหล่เขา มีเฉพาะในช่วงเข้าพรรษา ที่จังหวัดสระบุรีเพียงจังหวัดเดียวเท่านั้น และในขณะที่พระภิกษุเดินขึ้นบันไดเพื่อที่จะนำดอกเข้าพรรษาไปน้สการรอยพระพุทธบาทนั้น ชาวบ้านก็จะนำขันน้ำ หรือภาชนะใส่น้ำลอยด้วยดอกพิกุล น้รงอยอยู่ตามขึ้นบันไดเพื่อคอยที่จะล้างเท้าให้แก่พระภิกษุ ด้วยความเชื่อที่ว่าจะเป็นการชำระบาปที่ได้กระทำมาให้หมดสิ้นไป

กลอนกวี

© คือคำร้องทำนองของอักษร
คือสายทางสุนทรของวรรณศิลป์
คือสายธารกาลเวลาของฟ้าดิน
คือยลยินเมืองทิวาทุ่งราตรี
© คือ 'ขอบฟ้าขลิบทอง' ของคิดถึง
คือคำนี้ 'เพียงแค่เม็ดทราย' วิถี
คือ 'ดาวส่องนภาดิน' ของยินดี
คือ 'ประคิน' 'อุชเชนี' 'กวีนิพนธ์'

ประพันธ์โดย อ.ไพโรจน์ทร์ ขาวงาม ศิลปินแห่งชาติ สาขาวรรณศิลป์ (กวีนิพนธ์) พ.ศ. ๒๕๕๘
เมื่อวันจันทร์ ๙ พฤษภาคม ๒๕๕๙
อาลัยถึง อ.ประคิน ชุ่มสาย ณ อยู่ธยา ศิลปินแห่งชาติ (กวีนิพนธ์) พ.ศ. ๒๕๓๖
ซึ่งถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ ๙ พฤษภาคม ๒๕๕๙

ที่มา [https:// www.facebook.com/people/ทุ่งกุล-ไพโรจน์ทร์-ขาวงาม/100001345234607](https://www.facebook.com/people/ทุ่งกุล-ไพโรจน์ทร์-ขาวงาม/100001345234607)

ยิ้มหน่อยค่ะ



“แกงแกะ”

ภรรยา : “วันนี้มีแกงแกะ นะที่รัก”

สามี : “ว้าว!! จริงเหรอจะที่รัก แกะจากนิวซีแลนด์รีเปล่า ?”

ภรรยา: “แกะจากถุ่ณะ ชี้เกียจทำกับข้าววันนี้”

สามี: !!!!!

“มีน้ำใจ”

นายเอ: “คนสมัยนี้เค้ามีน้ำใจจัง”

นายบี: “ทำไมหรือ”

นายเอ: “เราขับรถปาดหน้าเขา เขายังเป็นห่วงเราเลย”

นายบี: “เขาวางใจล่ะ ?”

นายเอ: “ระวังตัวให้ดีนะมึง!!!”

นายบี:



ที่มาจาก Forward mail

อัจฉราพร พงษ์ฉวี บรรณาธิการ

ธิดาพร อดทน ผู้ช่วยบรรณาธิการ

ติดต่อสอบถาม/แจ้งข้อมูล

- ◆ สวัสดิการฯและเรื่องทั่วไป – คุณมนต์จิต เทียมสิงห์ โสภา (เอส) (หน.กลุ่มฯ) ๐๘ ๔๔๓๙ ๒๐๓/๘
- ◆ ค่าตอบแทนรายเดือนและค่ารักษาพยาบาล – คุณหัสดี นะเอ๋ม (เปิ้ล) ๐๘ ๖๕๖๙ ๓๖๘๔
- ◆ ทายาทแจ้งข่าวการเสียชีวิต – คุณอุ่งน อัมพวัน (อุ่งน) ๐๘ ๙๙๙๖ ๔๘๒๙
- ◆ ทำบัตรประจำตัวศิลปิน – คุณอุมาพร ดิษกร (จ๊กจั่น) ๐๘ ๐๕๕๓ ๘๒๓/๓
- ◆ เว็บไซต์กองทุนฯ – คุณสุภาทิพย์ พระพร (แอน) ๐๘ ๙๐๕๔ ๐๓/๓/๐
- ◆ ศิลปินสาร – คุณธิดาพร อดทน (แอ้ม) ๐๘ ๑๓๔๑ ๕๔๔๐

<http://www.culture.go.th/subculture3>