



# แคว้นบาริชาต

เอกสารเพื่อการประชาสัมพันธ์ภายในมหาวิทยาลัยทักษิณ



ปีที่ 3 ฉบับที่ 8

ประจำวันที่ 4 มีนาคม 2541

## ขอเชิญร่วมงาน นิทรรศการศิลปกรรม

## ขอเชิญผู้สนใจร่วม เป็นผู้ดำเนินการเลือกตั้ง

ภาควิชาศิลปกรรม คณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ ม.ทักษิณ จะจัดนิทรรศการผลงานศิลปกรรมขึ้น ในวันที่ 6 - 11 มีนาคม 2541 ณ ลานชั้น 2 ศูนย์การค้าโรบินสัน โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมการแสดงผลงานของนิสิต ที่ได้รับการศึกษามาทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ทั้งยังเป็นการเผยแพร่ผลงานของนิสิต และคณาจารย์ อันแสดงให้เห็นถึงศักยภาพและประสิทธิภาพในการสร้างสรรค์ศิลปกรรมต่อสาธารณชน ตลอดจนเป็นการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจทางด้าน ศิลปกรรมต่อสังคมด้วย

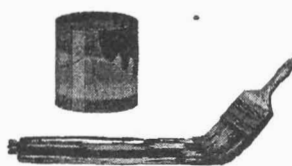
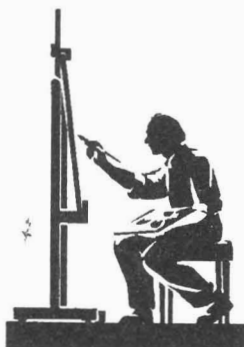
ในการจัดนิทรรศการครั้งนี้ จะเป็นครั้งแรกที่ภาควิชาได้รวบรวมผลงานของนิสิตออกแสดง ซึ่งผู้สนใจจะสามารถเข้าชมได้ ตั้งแต่วันที่ 6 - 11 มีนาคม 2541 ณ ลานชั้น 2 ศูนย์การค้าโรบินสันหาดใหญ่

ขอเชิญท่านที่สนใจ จะเข้าร่วมเป็นผู้ดำเนินการเลือกตั้ง เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ วิจารณ์การเลือกตั้ง ตรวจสอบการเลือกตั้งกับคณะกรรมการเลือกตั้ง โปรดแจ้งชื่อได้ที่ ผศ. ภิญญา ดันพิทยคุปต์ ภายในวันที่ 5 มีนาคม 2541

## ประชุมปรึกษาหารือ

เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2541 ตั้งแต่เวลา 09.30 น. ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 2 อาคาร 7 ได้มีการประชุมเพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับเรื่อง การเปิดสอนหลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิตทางการสอน ให้แก่ครูโรงเรียนเอกชนในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ระหว่างมหาวิทยาลัยทักษิณ กับสำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนราธิวาส

สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ งานประชาสัมพันธ์ จะได้นำเสนอในโอกาสต่อไป



# บัญญัติพรหมศาสตร์

## ระเบียบปฏิบัติสำหรับชาวพุทธ

### วิธีการนั่งพับเพียบ

- นิยมนั่งพับขาทั้งสองราบลงกับพื้นหันปลายเท้าไปด้านหลัง พับขาทั้งสองไปทางซ้ายหรือพับไปทางขวาก็ได้ ตามถนัด

- ถ้าผู้นั่งพับขาราบไปทางขวา ก็นิยมหงายฝ่าเท้าซ้ายขึ้นวางขาขวาทับลงบนฝ่าเท้าซ้าย ปลายเท้าขวาหันไปทางด้านหลังระวังอย่าให้นิ้วเท้าซ้ายเกินหัวเข่าขวาออกมาข้างหน้า วางมือทั้งสองประสานกันวางไว้บนขาพับข้างซ้าย

- ถ้าผู้นั่งพับขาราบไปทางซ้าย นิยมหงายฝ่าเท้าขวาขึ้นวางขาซ้ายทับลงบนฝ่าเท้าขวา ปลายเท้าซ้ายหันไปทางด้านหลังระวังอย่าให้นิ้วเท้าขวาเกินหัวเข่าซ้ายออกมาข้างหน้า วางมือทั้งสองประสานกันวางไว้บนขาพับข้างขวา

- การนั่งพับเพียบ นิยมนั่งตั้งตัวตรง มือทั้งสองประสานกันวางไว้ที่หน้าตัก หรือที่ขาพับ

- การที่วางมือประสานกันนั้น นิยมวางมือซ้ายหงายขึ้น วางมือขวาทับลงบนมือซ้ายก็ได้ หรือวางมือซ้ายคว่ำลงวางมือขวาทับบนหลังมือซ้ายก็ได้ ไม่จับกันจนแน่น ไม่เกร็ง ไม่ใช่ลำแขนเป็นเครื่องค้ำยันลำตัว

- การนั่งพับเพียบ สำหรับสุขภาพบุรุษ นิยมนั่งแยกหัวเข่าทั้งสองออกห่างกันพอสมควร ประมาณ ๑ คืบ ขณะนั่งอยู่ต่อหน้าผู้ใหญ่ สำหรับสุขภาพสตรี นิยมนั่งให้หัวเข่าทั้งสองแนบชิดกัน ไม่นิยมนั่งแยกหัวเข่าทั้งสองออกห่างจากกัน และหันปลายเท้าไปทางปูชนียบุคคลหรือปูชนียวัตถุ เพราะเป็นการไม่เคารพ

## คำพระ

โย สหสฺ สหสฺเสน สงฺคาเม มานุเส ชิโน เอกญฺจ เขยฺยมตฺตานํ ส เว สงฺคาเมชฺชุดฺยาโม.

ผู้ชนะมนุษย์ในสงครามทั้งล้าน ก็ไม่วิเศษไปกว่าคนที่ชนะตนคนเดียวได้ เขาแหละคือจอมผู้พิชิตในสงคราม

โอกาสที่ควรใช้ :- เตือนให้ชนะตัวเองเสียบ้าง แทนที่จะก้มหน้าก้มตาเอาชนะคนอื่นรำไป

ความหมาย :- คำว่าชนะตนคือชนะกิเลสในใจของตนเอง เช่น ชนะความเกียจคร้านและนิสัยที่ไม่ดีต่าง ๆ ในตน

พ.อ. ปิ่น มุกุพันธ์

## คำคม

จงยอมให้คนอื่นได้เปรียบท่าน  
โดยไม่ต้องโต้เถียงกับเขา

แล้วท่านจะเป็นผู้ชนะอย่างถาวร  
หมายความว่า...

ท่านจะชนะความทุกข์อย่างถาวร  
แม้ว่า...

จะมีคนมากลั่นแกล้งท่าน

หรือตั้งตัวเป็นศัตรูกับท่าน

อยู่เสมอก็ตาม

อิสระมุนี