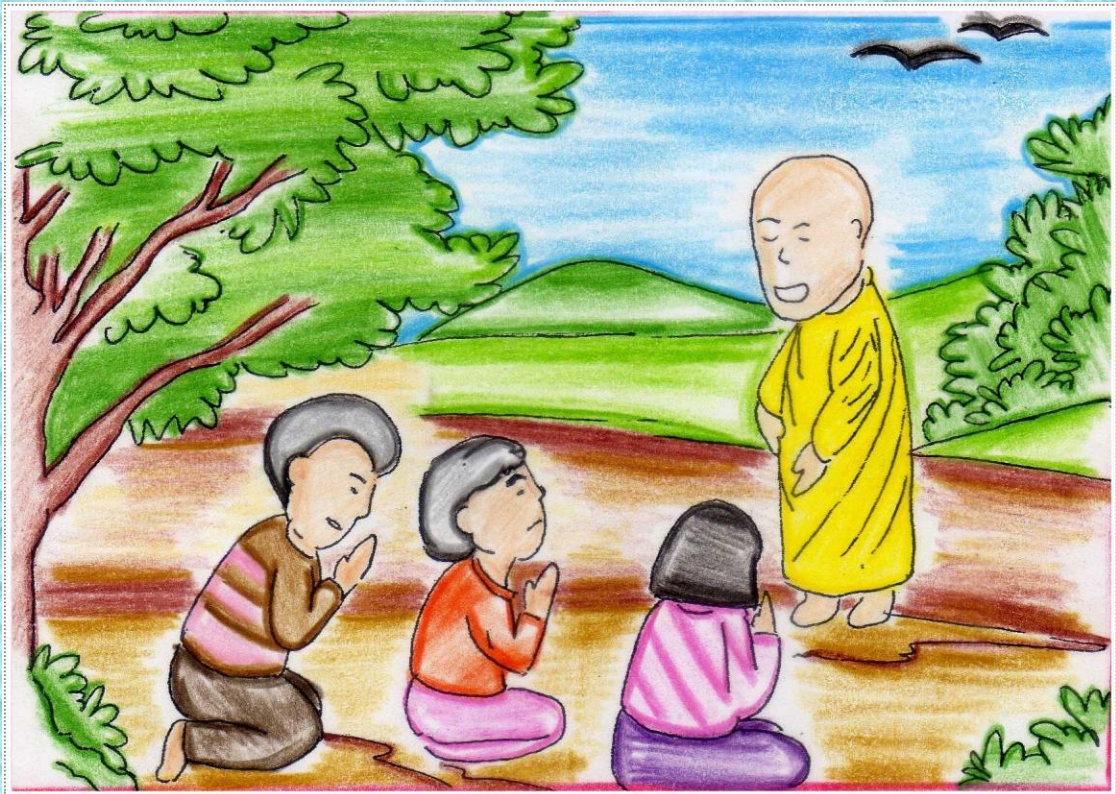


หนังสือส่งเสริมการอ่านทางชีวิต



ผู้ประพันธ์ อรัญน้อย

นางเฉลิมศรี หะวานนท์ ตำแหน่งครู โรงเรียนบ้านโพหวาย
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1

บทนำ



เขียนบทกานทำให้อ่านคิดวิเคราะห์
จุดประกายความคิดแก่นักเรียน
เพลิดเพลินใจได้ความรู้มีสาระ
เรียนเสริมทำแบบฝึกอย่างทอดทิ้ง
กตัญญูกตเวทีมีทุกคน
อริยสัจหลักธรรมช่วยนำพา

เนื้อหาเหมาะสมสอดคล้องฟังอ่านเขียน
ดูจเปลวเทียนส่องทางสว่างจริง
ต้องมานะนำมาใช้ทั้งชายหญิง
ทุกทุกสิ่งควรจดจำจากตำรา
ยามสับสนพิจารณาตัวค้นหา
มีวิชาดับทุกข์ได้สุขใจเอ๋ย

(ผู้ประพันธ์ อรุณน้อย)

สารบัญ

บทนำ	หน้า
สวัสดีปีใหม่	1
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	2
อดีตที่ผ่านมา	3
บทเรียนการบริโภค	4
เส้นทางชีวิต	5
ปลดปล่อยโล่งใจ	6
ชีวิตนั้นปลาย	7
สรรพสิ่งล่มสลาย	8
วันสังสรรค์	9
เข้าถึงอนาคต	10
คนไร้ค่า	11
ปัญหาสังคม	12
สิ่งที่ไผ่หา	13
คนพูดโพลง	14
พิจารณาความเป็นจริง	15
มนุษย์มีหน้าที่	16

สวัสดีปีใหม่



สุขฤกษ์ดีถึงขึ้นปีใหม่
 ปราบณาสิ่งใดไม่ติดตัน
 อุปสรรคใดใดไม่ขวางกั้น
 สายใยรักครอบครัวไม่เสื่อมคลาย
 สมเด็จพระปรมหาราช
 ด้วยอำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย

สุขสดไสสมหวังตั้งใฝ่ฝัน
 สิ่งสำคัญสำเร็จโดยง่ายดาย
 จงฝ่าฟันไปได้ถึงจุดหมาย
 ทุกข์สลายสุขกายสบายใจ
 ปลดปล่อยทาสคืนอิสระทุกเงื่อนไข
 คู่มครองไทยผูกสมานสามัคคี

(ผู้ประพันธ์ อรัญน้อย)

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

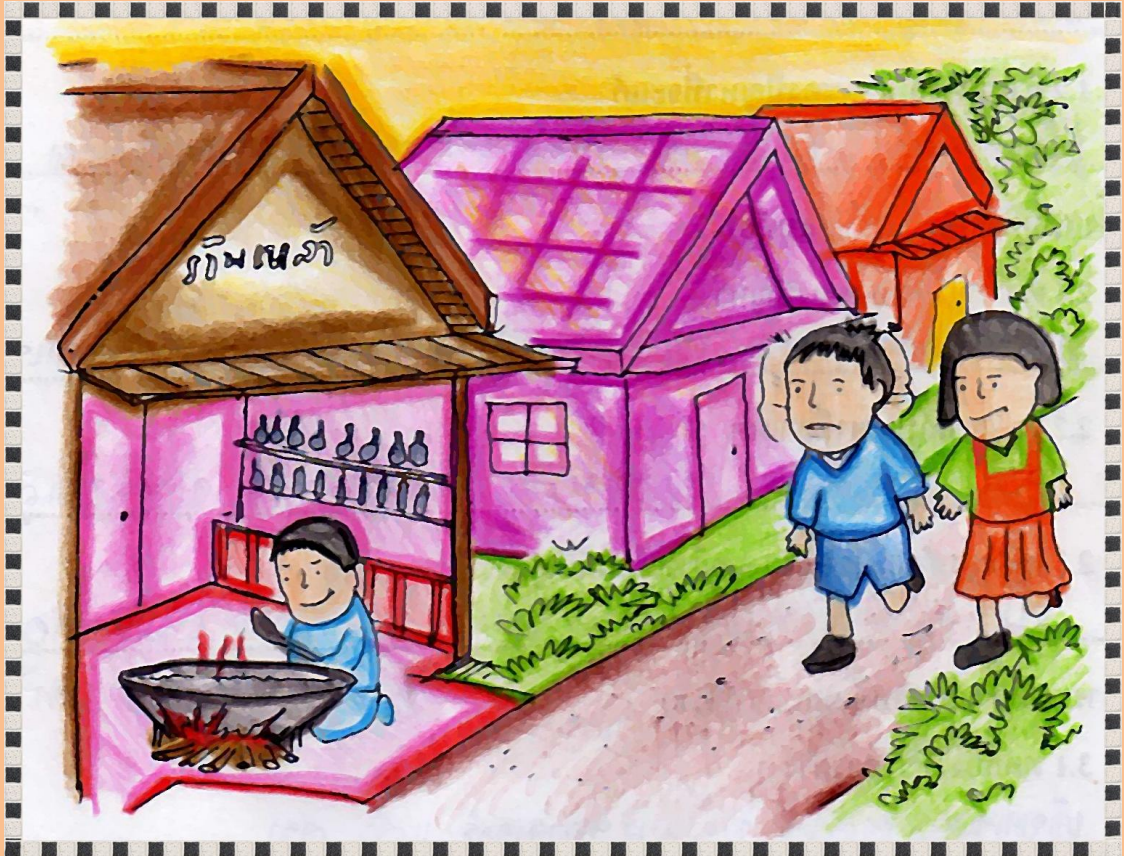


คุณลักษณะอันพึงประสงค์
 ผู้เรียนมีประสิทธิภาพยืนนาน
 รักษาศาสนาภักดิ์ด้วยหัวใจ
 ซื่อสัตย์สุจริตต่อแผ่นดิน
 ระเบียบข้อบังคับมีวินัย
 ตั้งใจใฝ่เรียนรู้ฝึกกิริยา
 มุ่งมั่นการทำงานให้สำเร็จ
 รักความเป็นไทยสื่อสารเรียบเรียง

มีพฤติกรรมบ่งชี้เป็นแก่นสาร
 เร่งขันขานปลุกฝังเป็นอาจิม
 เราคนไทยแห่งกรุงรัตนโกสินทร์
 ทุกชีวิตปฏิบัติตามสัญญา
 เป็นปกติวิสัยสุดปรารถนา
 ชีวิตมีคุณค่าอยู่อย่างพอเพียง
 อย่างมีกลเม็ดหยุดตกเตียง
 ไม่ล่าเอียงมีจิตสาธารณะ

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

อดีตที่ผ่านมา



เด็กชายหญิงตัวน้อยเดินหาพ่อ
ถามบ้านโน้นบ้านนี้เห็นหรือไม่
เข้าพุงร้องเรียกพากลับบ้าน
โลกนี่คือละครเพลงตอบรับ
สุราบุหรีมีกลิ่นทุกแห่งหน
อวิชาอำพาทคร่าชีวิต

อยู่ไหนหนอพ่อฉันอยู่ที่ไหน
เดินไปไกลจึงพบนั่งคอพับ
ฮือฮือขานรับลึมนอนหลับ
เสียงร้องขับทุกวันฟังจนชิน
ความยากจนต้องดิ้นรนอย่าดีดิ้น
อย่าถวิลรำไห้เลยถูกรัก

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

บทเรียนการบริโภคน



เส้นเลือดหัวใจมะเร็งเบาหวาน
 ครั้นเติบโตใหญ่หลุกหลานฝ้าฟวมพัก
 บทเรียนการบริโภคนต้องแก้ไข
 มีศีลธรรมประจำทุกเวลา
 รัชชพิชสมุนไพรร้างรสฝาด
 รักษาโรคบางอย่างต้องจดจำ

อาหารการกินเป็นปัจจัยหลัก
 อย่างมปลักอดีตที่ผ่านมา
 อนามัยทุกคนรู้รักษา
 ชื่นอุราปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
 ธรรมชาติเกื้อหนุนอุปถัมภ์
 มีหลักธรรมนำกมลพินัย์เอย

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

เส้นทางชีวิต



เส้นทางชีวิตปรับเปลี่ยนกันได้
 คิดวิเคราะห์หามีเหตุผลตลอดกาล
 ช่วงวัยเยาว์ขวนขวายหาความรู้
 ระดมสมองค้นคว้าเอาใจใส่
 มงคลชีวิตหนทางก้าวหน้า
 ฝึกฝนตนพักผ่อนรู้หลักต้น

ต้องเปิดใจกว้างรับฟังข่าวสาร
 ไม่ช้านานรู้ถึงผลมอองการณ์ไกล
 เคารพครูพากเพียรเป็นนิสัย
 ปฏิบัติไตรสิกขาทุกวันคืน
 พัฒนาจิตใจอย่าฝ่่าฝืน
 สุขสดชื่นสร้างสรรค์สังคมไทย

(ผู้ประพันธ์ อรุณน้อย)

ปลดปล่อยโล่งใจ



เครื่องประดับทรัพย์สินสิ่งมีค่า
 ระแวงระวังกลัวภัยมาย่ำยี
 ความประมาทนลานมีมากหลาย
 สร้อยแหวนเงินทองจัดถักถั่น
 โชว์ร่ำรวยคนข้างเคียงพลอยเดือดร้อน
 มีกรรมะขัดเกลตาในจิตใจ
 อันวัตถุถ้าติดมันกัศกร่อน
 จงปลดปล่อยโล่งใจไว้จดจำ

ตีราคาค่าของคนไว้ศักดิ์ศรี
 กลายเป็นผีปากร้ายแข่งชกกัน
 คูถื่นลายรุ่มร่ายช่างขบขัน
 มัวเมามั่นใสร้ายกันทำไม
 พระท่านสอนละกิเลสสิ่งยิ่งใหญ่
 ไม่เท่าไรของคนทั้งโลกมีศีลธรรม
 รู้จักผ่อนสละเลิกอุปถัมภ์
 ล่องลำนนำเพลินตาแนวพงไพร

(ผู้ประพันธ์ อรุณน้อย)

ชีวิตบ้านปลาย



บังกะ โลหลังน้อยพร้อมรับใช้
 อยู่อย่างไทยสุขเกษมเปรมปรีดิ์
 เสาร์อาทิตย์ว่างงานรู้หลักหลบ
 ธรรมชาติสวยงามถิ่นแดนไทย
 เศรษฐกิจพอเพียงผสมผสาน
 ปลูกพืชผักสวนครัวรับประทาน

ญาติผู้ใหญ่ผู้น้องให้สุจริต
 พัฒนาชีวิตด้วยสมุนไพรมะ
 บ้านตะกรบหาดทรายขาวชนหลงไหล
 ต้นไม้ใหญ่อนุรักษ์ให้ยืนนาน
 รู้ประมาณการบริโภคช่วยสมาน
 มีน้ำใจเจือจางให้ญาติมิตร

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

สรรพสิ่งล่มสลาย



อุทกภัยวาตภัยที่เมืองไทย
สรรพสิ่งล่มสลายในพริบตา

เส้นทางขาดดินถล่มเป็นวงกว้าง
ทำลายล้างธรรมชาติเกือบทั้งปี

เมื่อยังมีลมหายใจต้องเรียนรู้
หาวิธีปกป้องอันตราย

เกิดคลื่นใหญ่ลมแรงน่ากังขา
อนิจจาฟ้าดินไม่ปราณี

สิ่งกีดขวางแตกแยกตามวิถี
ทุกชีวิหนีไม่พ้นซึ่งความตาย

ต่างต่อสู้ดิ้นรนเร่งชวนช่วย
เราทั้งหลายร่วมด้วยช่วยป้องกัน

(ผู้ประพันธ์ อรุณน้อย)

วันสังสรรค์

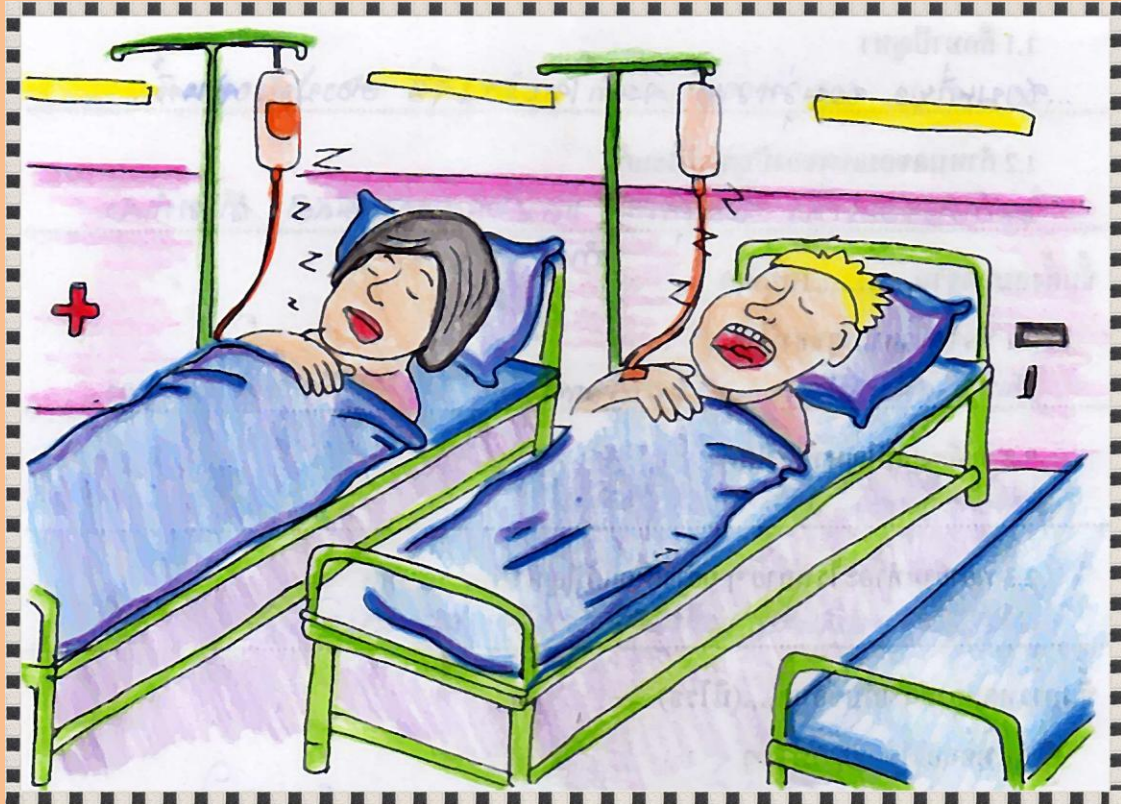


วันรวมญาติสังสรรค์ขึ้นปีใหม่
 ทุกครอบครัวกินเลี้ยงเป็นอาจณ
 หลักธรรมคำสอนไม่เคยเชื่อ
 ของมีนเมาสี่ส้นช่วยวนใจ
 จงระวังดูแลกายใจเจ้า
 การดำเนินชีวิตต้องตรึตรอง

ญาติผู้ใหญ่นำทางให้ผิดศีล
 ความเคยชินฝังลึกในจิตใจ
 ก็ในเมื่อสังคมนีเอนใจ
 ถึงพิษภัยมากหลายยังอยากลอง
 ต้องคอยเฝ้าฝักจิตอย่าเสรีหมอง
 ตามครรลองเส้นทางเดินสายกลาง

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

เข้าถึงอนัตตา



เมื่อเจ็บป่วยจิตใจอ่อนว้าวุ่น
 อันมนุษย์เกิดมารวยหรือจน
 ลมหายใจเข้าออกกำหนดรู้
 อานาปานสติรู้จิตกาย
 ใช้สติตามดูความไม่เที่ยง
 อนิจจังทุกขังก็บรรเทา

อย่าเที่ยวจุ่นวุ่นวายให้สับสน
 หินไม่พ่นเกิดแก่และเจ็บตาย
 คอยตามดูลมปราณเร่งชวนขวย
 ช่วยผ่อนคลายผัสสะให้บางเบา
 แล้วหลีกเลียงอวิชชาที่โง่เขลา
 ชีวิตเราเข้าถึงอนัตตา

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

คนไร้ค่า



อันมนุษย์เกิดมาคู่ไร้ค่า

มีความรู้เอาเปรียบคนยากจน

ไสยศาสตร์การเมืองวนกันมั่ว

ปลุกระดมรากหญ้าเป็นผู้นำ

ส่งเสริมวิทยาศาสตร์ให้ก้าวหน้า

บ้านเมืองเจริญรุ่งเรืองศิวิไลซ์

ด้วยปัญญาละเลยในเหตุผล

วีระชนคนกล้าท่านไม่ทำ

หลงลืมตัวเมามันดูน่าขำ

เรียกร้องความเป็นธรรมใช่เพื่อใคร

พัฒนาประเทศทันสมัย

เพราะคนไทยร่วมแรงร่วมใจกัน

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

ปัญหาสังคม



ปัญหาของสังคมที่ย่ำแย่
 ลดกิเลสตัณหาควบคุมตน
 สนับสนุนส่งเสริมเพื่อนทำผิด
 คลิปลามกสื่อู้สาวนั้นไม่ดี
 หลักธรรมเพลงธรรมะมีเผยแพร่
 ทุกศาสนาบ้างก็มีศาสดา

ช่วยกันแก้ทุกคนจึงเห็นผล
 เกิดเป็นคนต้องหมั่นทำความดี
 ยาเสพติดการพนันต้องหลีกเลี่ยง
 พาชีวีลำบากขาดปัญญา
 ต้องแน่วแน่ใฝ่ใจเร่งศึกษา
 ก่อเกิดมาเพื่อช่วยมวลมนุษย์

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

สิ่งที่เฝ้าหา



ชายทะเลที่ไชยาชวนฝันเฝ้า
ไม่ไกลจากสวนโมกข์เดินทางมา
อยู่ในเมืองมากมายด้วยวัตถุ
ทุกสิ่งล้วนช่วงชิงแข่งขันกัน
นั่นตัวเราของเราต้องยึดมั่น
ตัณหาภิกษาพาให้อัปริย
แสวงหาสิ่งใดคิดให้ลึก
จึงได้เห็นสิ่งล้ำค่าน้ำใจคน

มีหาดใหม่ที่ฉั้นแสวงหา
สู้สุดสำหรับปลุกพืชหลากหลายพันธุ์
บ้างก็ดูท่าทางน่าขบขัน
เป็นความฝันหรือความจริงคิดให้ดี
ความจริงนั้นสิ่งยึดติดต้องหลีกหนี
สุดท้ายกลายเป็นผีทุกตัวตน
ค่อยค่อยนี้ก็พบความจริงทุกแห่งหน
ไว้ตัวตนเตรียมพร้อมสู่ธรรมชาติ

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

คนพุดโพล่ง



พุดโพล่ง โพล่งเขาเรียกคนปากหมา
 อายตนะทั้งหกต้องตริตรง
 ผัสสะตาหูจมูกลิ้นกายใจ
 มีหน้าที่ตามสถานภาพในชีวา
 การดำเนินชีวิตอย่าประมาท
 ฝึกตนทำสมาธิคิดสิ่งใด

มีปัญหาฝึกคิดจากสมอง
 ตามครรลองยึดหลักมัชฌิมา
 ควบคุมไว้รู้เท่าทันวิหิงสา
 อวิชชาจางหายออกจากใจ
 เลิกวิวาทดับทุกจริตผ่องใส
 ช่วยแก้ไขพฤติกรรมถ้อยวจี

(ผู้ประพันธ์ อรัญน้อย)

พิจารณาความเป็นจริง



โลภะ โทสะ โมหะคือพิษร้าย
 ปลิ้นปล้อน ชิงทรัพย์ก็มากมี
 มนุษย์ คือสัตว์ผู้ประเสริฐ
 อันหลักธรรม พระพุทธองค์ ทรงบรรยาย
 ความโลภ ความโกรธ และความหลง
 มีความรู้ หลักการ มีวิชา

ต่างทำลายเข่นฆ่า ไร้ศักดิ์ศรี
 ทุกชีวิ รักตัว และกลัวตาย
 อย่าเตลิด มัวเมาเราทั้งหลาย
 เร่งชวนขวายยับยั้ง อวิชา
 อย่าพะวง ตัดใจ เร่งศึกษา
 ใช้ปัญญา พิจารณา ความเป็นจริง

(ผู้ประพันธ์ อริญน้อย)

มนุษย์มีหน้าที่



เป็นมนุษย์มีบทบาททำหน้าที่
เยาวชนรุ่นใหม่รู้เท่าทัน

น้อมนำพระบรมราโชวาท
ซื่อสัตย์สุจริตมีน้ำใจ

ความจริงใจสร้างเสริมสมานฉันท์
ลดโลกร้อนด้วยมือของประชา

พาชีวิตก้าวหน้าคิดสร้างสรรค์
พร้อมเพรียงกันพัฒนาสังคมไทย
เลิกอำนาจใช้ปัญญาคิดแก้ไข
ไม่หวั่นไหวเรื่อง โง่เขลาเบาปัญญา
เกื้อกูลกันส่งเสริมการศึกษา
ร่วมปลูกป่ารักษาสิ่งแวดล้อม

(ผู้ประพันธ์ อรุณน้อย)