



ขอกราบขอบพระคุณนิทานธรรมะและคติสอนใจจากพระอาจารย์ประสงค์ ปริบูรณ์  
ขอบคุณภาพสวยๆจากทีมงานจิตอาสา [www.phraprasong.org](http://www.phraprasong.org) โครงการธรรมะกลับตาลปัตร  
และขอบคุณครูและนักเรียนจากมูลนิธิส่งเสริมและพัฒนาคนพิการ [www.fsdd.org](http://www.fsdd.org) สำหรับการจัดทำ Artwork

ปฏิทินฉบับนี้พิมพ์ด้วยหมึกถั่วเหลือง (Soy Ink) และใช้กระดาษรีไซเคิล - ผลิตจาก EcoFiber 100%



## นางฟ้าชื่ออิจฉา

นางฟ้าอิจฉาคนมีความสุข จึงคุยกันว่าจะเอาความสุข  
ของคนไปซ่อนไว้ที่ไหนดี

นางฟ้าตนที่ 1 - ไปซ่อนบนภูเขาที่สูงที่สุดสิ

นางฟ้าตนที่ 2 - ไปซ่อนใต้ทะเลที่ลึกที่สุดสิ

นางฟ้าตนที่ 3 - ไม่ได้หรอก คนนะเก่งจะปีนเขาหรือ  
สร้างเรือดำน้ำก็ได้ เราเอาไปซ่อนไว้ข้างในใจคนนั้น  
แหละ ยิ่งอยู่ใกล้ยิ่งหายาก เพราะคนชอบมองหาไป  
นอกร่างแต่ลืมมองกลับเข้ามาภายในใจตน

ความสุขทั้งมวลล้วนอยู่ที่ใจ  
มัวหานอกกาย ตายก็ไม่เจอ

Happiness comes from within yourself.  
Don't waste your lifetime seeking it outside.



เหม่อมอง จ้องจันทร์  
เพื่อฝัน รำไป  
เหลียวมอง จ้องใจ  
เห็นความเคลื่อนไหวของอารมณ์

Looking at the moon  
and dreaming absent-mindedly is no use.

Looking at your mind  
and seeing the movement of your emotion is awareness.



## กบหูหนวก

กบแข่งกันว่าใครจะปีนขึ้นยอดไม้ที่สูงที่สุดได้ ระหว่างปีนเพื่อนๆที่อยู่ก็พูดว่า ทำไมได้หรอก เป็นไปไม่ได้หรอก บางตัวก็ให้ร้องว่าพยายามไปทำไมเสียเวลาเปล่า เหล่ากบที่ปีนกันอยู่ก็เริ่มหมดแรงและหมดกำลังใจ ค่อยๆร่วงกันไปทีละตัวๆ จนเหลือตัวสุดท้ายที่ปีนได้สำเร็จ ปรากฏว่าเป็นตัวที่หูหนวก!



อย่าพูดให้ผู้อื่นเสียกำลังใจ

Don't discourage others.

### หมู 3 ตัว

หมูตัวที่ 1 - ชี้เกียด จึงสร้างบ้านด้วยฟาง ลวกๆแค่พออยู่ได้

หมูตัวที่ 2 - ดีขึ้นมาหน่อย สร้างบ้านด้วยไม้ ไม่นานก็เสร็จ

หมูตัวที่ 3 - สร้างบ้านด้วยอิฐ ใช้เวลานานและเสียหยาดเหงื่อแรงงานไป  
มาก แต่ก็ไม่ย่อท้อ

เกิดเหตุหมาป่ากำอำมารุกราน เป่าบ้านฟางและบ้านไม้พัง

หมูทั้งสองจึงวิ่งหนีน้ำตานองหน้าไปบ้านหมูตัวที่ 3 ซึ่ง

หมาป่าเป่ายังไงก็ไม่พัง หมูทั้งหมดจึงรอดปลอดภัย



น้ำตาจะให้แค่ความเห็นใจ  
แต่หยาดเหงื่อจะให้ความสำเร็จ

Tears are for sympathy; sweat is for success.



### ชนไก่

สมศรีนึกทว่ามาลึกลับซู้เพราะเห็นชายมากหน้ามาหา  
ที่ห้อง มาลึเสียใจมาก ไม่นานก็เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง  
ทราบภายหลังว่าชายเหล่านั้นเป็นหมอและญาติที่มา  
เยี่ยมนั่นเอง สมศรีสำนึกผิดไปหาหลวงพ่อบอกให้ช่วยแก้  
กรรมให้ หลวงพ่อว่าได้สิแต่มีข้อแม้ว่าเธอต้องไปหีบ  
ไก่ตัวหนึ่งแล้วถอนขนไก่ตลอดทางที่เดินกลับมาวัด  
สมศรีทำตาม เมื่อมาถึงวัดหลวงพ่อบอกว่าคราวนี้ให้  
ไปเก็บชนไก่ทั้งหมดเพื่อมาทำพิธี แต่ชนไก่ปลิวไป  
หมดแล้ว เก็บให้ครบกลับมาไม่ได้แล้ว หลวงพ่อบอกว่า  
ฉันใดก็ฉันนั้น คำพูด พูดไปแล้ว เอาคืนกลับมาไม่ได้

คิดทุกคำที่พูด ไม่พูดทุกคำที่คิด  
คิดก่อนพูด ไม่พูดก่อนคิด

Think of every word you say, but don't say every word you think.  
Think before you speak.

## เศรษฐีทดสอบลูก

เศรษฐีให้เหรียญทองลูกคนละ 1 ถูง แล้วกล่าวว่าใคร  
เติมห้องใต้ดินให้เต็มได้มากที่สุดโดยใช้เงินน้อยที่สุด  
ได้ พ่อจะยกสมบัติให้

**ลูกคนโต** – ใช้เงินทั้งหมดซื้อของชิ้นใหญ่ๆ ไปใส่ แต่ก็  
ได้แค่มุมเดียวของห้อง

**ลูกคนรอง** – ใช้เงินทั้งหมดซื้อปูยี่ฝ่ายไปใส่ แต่ก็เติม  
เต็มได้แค่ครึ่งห้อง

**ลูกคนเล็ก** – ใช้เงินเพียงเล็กน้อยซื้อเทียน 1 เล่มกับ  
ไม้ขีดไฟ แล้วจุดเทียนขึ้น พ่อครับห้องนี้เต็มด้วยแสง  
สว่างแล้ว



แสงสว่างเสมอด้วยปัญญาไม่มี

Wisdom is the brightest of all lights.



## หนอนกับเทวดา

ชาย 2 คนเป็นเพื่อนรักกันมาก คนหนึ่งชอบทำความดี รักษาศีล  
ได้ไปเกิดเป็นเทวดา ส่วนอีกคนทำตัวไม่ค่อยดี ได้ไปเกิดเป็น  
หนอนในส้วมหลุม เทวดาสงสารเพื่อน จึงมาหา

**เทวดา:** สหาย มาเถิด ฉันจะแบ่งส่วนบุญให้แล้วพาไปอยู่ด้วย  
ที่สวรรค์นะ หอม สะอาด สวยงาม มีเตียงเพชรและทอง ด้วยนะ

**หนอน:** โอ๊ย ไม่เอาหรอก เตียงแบบนั้นแข็งจะตาย ฉันอยู่ที่นี้มี  
เตียงอันอ่อนนุ่ม ดียูแล้ว

**เทวดา:** สหาย มาเถิด ช้างบนนะ อยากกินอะไร เพียงแค่นี้  
อาหารทิพย์ก็จะปรากฏเลยที่เดียวนะ

**หนอน:** โอ๊ย ไม่เอาหรอก ที่ส้วมฉันเนี่ย ไม่ต้องเสียเวลานั่งนึ่งให้  
ปวดหัว ทุกเช้าอาหารก็จะมาเผละๆเลย  
เทวดาสงสาร เขามืออด้วงลงไปเพื่อจะดึงหนอนออกจากกองขี้ แต่  
หนอนก็รีบมุดหนี ไม่ยอมไป!

ออกจากกองขี้กันเถอะ - ขี้โลภ ขี้โกรธ ขี้หลง  
ขี้โกง ขี้เกียจ ขี้น้อยใจ ขี้รำคาญ ขี้อิจฉา ขี้...

Free yourself from bad habits such as  
greedy, angry, lazy, jealous, bossy and...





เมื่อเกิดเรื่องขัดแย้ง

ให้ใช้เหตุผลอย่าใช้อารมณ์

แต่ถ้าเหตุผลจะทำให้ทะเลาะกัน

ก็ให้ทิ้งเหตุผลเสีย

แล้วใช้เพียงความสงบเย็น

Use reason, don't use emotion.

But if the reason itself is the problem,

then discard it and use only your peaceful mind.





## เกิดมาทำไม

มีแพะตัวหนึ่งสงสัยว่าเราเกิดมาทำไม จึงไปถามเพื่อนๆ

หมู: เราเกิดมาเพื่อ กินๆๆๆ

แมว: เราเกิดมาเพื่อ นอนๆๆๆ

นกยูง: เราเกิดมาเพื่อ เต้นๆๆๆ

แพะได้ยินคำตอบเหล่านั้นก็ยังไม่หายสงสัยอยู่ดี จึงหันไปถามดวงตะวัน

ดวงตะวัน: เราเกิดมาเพื่อทำประโยชน์ให้ผู้อื่น

แพะชอบคำตอบนี้มาก และตั้งใจว่าจะใช้ชีวิตของตนให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่น

จงทำตัวให้เป็นของขวัญแก่คนรอบข้าง

Make yourself as a gift to people around you.



### คนช่างติ

มีนายคนหนึ่งชอบหาข้อติของทุกสิ่งทุกอย่างอยู่เสมอ วันหนึ่งชาวบ้านร่วมใจกันสร้างพระพุทธรูปที่สวยงามมากซึ่งมั่นใจว่าไม่มีที่ติ จึงได้ไปชวนนายคนช่างติมาดู เมื่อมาถึงเขาก็ว่า “ก็ดีทุกอย่าง แต่พูดไม่ได้” ชาวบ้านได้ยินก็พากันเกลียดชังหน้าเขา ต่อมาเขาเดินไปเจอผักทอง จึงติว่า ธรรมชาติไม่ได้เรื่อง! สร้างต้นไม้ต้นเล็กนิดเดียวแต่ให้ลูกเบ้อเริ่ม พอไปเจอต้นมะม่วงก็ติว่า นี่ก็อีก ลำต้นใหญ่โตแต่ให้ลูกเล็กนิดเดียว ไม่สมดุลงเสียเลย ต่อมาเขาถอนกลับได้ต้นมะม่วงแล้วโดนลูกมะม่วงหล่นใส่หัว ... อูย โชคดีแล้วล่ะ ที่ผลมะม่วงมันเล็กไม่สมส่วนกับลำต้น!

### อย่าเป็นคนช่างติ

Don't be hypercritical.





กรรมทั้งหลายมีใจเป็นใหญ่  
Our actions are all led by the mind.

### คนหัวล้านกับคนตาบอด

มีเศรษฐีหัวล้านขี้น้อยคนหนึ่ง เคঁาจะหงุดหงิดทุกครั้ง  
ถ้ามีใครพูดเรื่องหัวล้าน วันหนึ่งมีคนเอาเต่างร้านมาให้  
เคঁาก็พาลโกรธคิดว่ามาล้อเลียนเขา จึงเดินหนีมา  
ระหว่างทางพบเด็กตาบอดนั่งยืมหัวเราะอยู่ใต้ต้นไม้

**เศรษฐี:** ตาบอดแล้วยังจะดีใจอะไรอีก

**เด็ก:** ผมตาบอดก็โชคร้ายทางกายอยู่แล้ว ทำไมต้องทำ  
ใจให้ร้ายตามไปอีกล่ะครับ

**เศรษฐี:** เอ็งตอบได้ถูกใจข้านัก พรุ่งนี้ข้าจะพาเอ็งไป  
ทำบุญที่วัดกับข้าด้วย เมื่อมาถึงวัด เด็กตาบอดก็ก้ม  
กราบพระ แต่ด้านหน้าเด็กนั้นเป็นหมาขี้เรื้อน

**เศรษฐี:** ฮ่าๆๆ นั้นเอ็งกราบหมา พระอยู่อีกทางไวย

**เด็ก:** ไม่เป็นไรครับ ผมกราบที่ไรโดนพระทุกที่  
กราบพระด้วยใจ กราบยังไงก็โดน!



### นายพรานกับนกกระทา

นายพรานจำ ปล่อยฉันไปเถอะนะ แล้วฉันจะให้ของดี 4 ประการ

**นายพราน:** ไหนลองว่ามาก่อนซิ ถ้าดีจริงจะปล่อย

**นก:** ของดีประการที่หนึ่ง “เมื่อได้สิ่งดีๆมาในชีวิต ให้พยายามดูแลรักษาสิ่งนั้น อย่าปล่อยให้หลุดมือไป”

**นายพราน:** ใ้ จริง เราไม่ค่อยได้ดูแลครอบครัว ซอบว่าเพื่อนแล้วก็บ่งงานของตน แล้วข้อสองละ

**นก:** ของดีข้อที่ 2 “เมื่อสิ่งดีๆหลุดลอยจากชีวิตไป อย่าเสียใจเพราะอดีตผ่านไปแล้ว มัวก่ลุ่มใจก็เสียเวลาเปล่า”

**นายพราน:** ใ้ จริง กลุ่มแล้วเต็มเหล้าก็ไม่ช่วยอะไร แล้วข้อ 3 ละ

**นก:** ของดีข้อที่ 3 “ฟังให้ดี อย่าเชื่ออะไรง่ายๆ”

**นายพราน:** ใ้ จริง ในชีวิตเราเสียหายเพราะหุเบามาบ่อยแล้ว  
เอ้าเราให้อิสระแก่เจ้า แล้วอย่าลืมบอกข้อ 4 มาด้วย  
**นก:** รีบบินออกไปพร้อมมกล่าววว่า ของดีข้อที่ 4 คือในท้องฉันมีเพชร  
เท่าลูกมะนาว ใครได้จะรวยไปทั้งชาติ

**นายพราน:** ยืนงง ตกใจ ร้องให้ตีโพยตีพาย

**นก:** เราล้อเล่นนะ บอกแล้ว อย่าเชื่ออะไรง่ายๆ สอนไม่จำเลย!



อย่าเป็นคนหุเบา

Don't be credulous.



## หอยทาก

ตอนเช้า ท่านโฮ้ เห็นหอยทากบนพื้น จึงเก็บไปปล่อยริม  
รั้วเพราะกลัวเพื่อนจะเดินมาเหยียบ สายวันนั้นชาวบ้าน  
เดือดร้อนบอกว่าหอยทากมากัดกินพืชผักเสียหายหมด

**ท่านเล้ง :** ท่านโฮ้ผิดเพราะเป็นคนเอาหอยทากไปปล่อย

**หลวงพ่ :** เอ้อ ถูของท่านเล้ง

**ท่านโฮ้ :** ผมไม่ผิด ผมช่วยชีวิตหอยทากและช่วยให้เพื่อน  
ไม่อาบติ (ไม่เหยียบหอยทากตาย)

**หลวงพ่ :** เอ้อ ถูของท่านโฮ้

**ลูกเณร :** ท่านตัดสินอย่างนี้ได้ยังไง ต้องมีองค์หนึ่งถู  
องค์หนึ่งผิดสิ

**หลวงพ่ :** เอ้อ ถูของลูกเณร

แล้วหลวงพ่ก็ลุกไป ปล่อยให้ทะเลือ 3 คนนั่งทะเลาะกัน  
....หลวงพ่กลับมาอีกที่ถือจอบมาด้วย 4 อัน เอ้าเอาไป  
คนละจอบ ไป ไปขุดดินแล้วปลูกผักให้ชาวบ้านใหม่



Spending time to solve problem  
is better than losing time quarreling who is right or wrong.

เมื่อเกิดปัญหาให้รีบช่วยกันแก้  
เพราะมันจะแย่งถ้ามีแต่ทะเลาะกันว่าใครผิดใครถูก



Document Parcel Express Co., Ltd.

บริษัท ดอคคิวเมนต์ พาร์เซล เอ็กซ์เพรส จำกัด

www.dpex.com, www.dpexthailand.com



## CONTACT INFO./ ข้อมูลการติดต่อ

- **DPEX BKK Head Office (กรุงเทพฯ สำนักงานใหญ่)**  
60 Soi Aree 5 North, Phaholyothin Rd., Samsennai, Phayathai,  
Bangkok 10400  
Tel. (02) 278 2900, (02) 278 2788  
Fax. (02)278 2600  
Email: [bkk@dpex.com](mailto:bkk@dpex.com)  
Website: [www.dpex.com](http://www.dpex.com), [www.dpexthailand.com](http://www.dpexthailand.com)
- **DPEX Chiang Mai (เชียงใหม่)**  
Tel. (053) 140808-9, Fax. (053)801508  
Email: [ccs-cnx@hotmail.com](mailto:ccs-cnx@hotmail.com)
- **DPEX Had Yai (หาดใหญ่)**  
Tel. (074) 365597-9  
Email: [msankpc@loxinfo.co.th](mailto:msankpc@loxinfo.co.th)
- **DPEX Lamphun (ลำพูน)**  
Tel. (053) 575608-9, Fax. (053) 575610  
Email: [nexslamphun@gmail.com](mailto:nexslamphun@gmail.com)

## SERVICE OFFERINGS/ สิ่งที่ให้บริการ

- **Worldwide Express Document and Parcel Service**  
รับส่งเอกสารและพัสดุภัณฑ์ทั่วโลกแบบ Door to Door
- **Domestic Express Service (Next Day Delivery)**  
รับส่งสินค้าด่วนทั่วประเทศแบบ Door to Door
- **Customs Brokerage & Paperless Clearance Service**  
บริการเดินพิธีการและตรวจปล่อยสินค้าแบบไร้เอกสาร  
(ทั้งขาเข้าและขาออก)
- **International Dangerous Goods Express Service – by Air**  
รับส่งสินค้าวัตถุอันตรายทางอากาศระหว่างประเทศ
- **Air Freight**  
บริการขนส่งสินค้าทางอากาศ
- **Import Express Service**  
บริการนำเข้าจากต่างประเทศทางอากาศ
- **Logistics Service**  
บริการลอจิสติกส์

# TOLL

# DPEX

WORLDWIDE



ปฏิทินนี้พิมพ์ด้วยหมึกถั่วเหลือง และใช้กระดาษรีไซเคิล - EcoFiber 100% คือเยื่อหมุ่นเวียนนำกลับมาใช้ใหม่และเศษวัสดุเหลือทิ้งจากการเกษตร อาทิ ซานอ้อย ฟางข้าว โดยไม่ใช้ต้นไม้ใหม่แม้แต่ต้นเดียว

## การไหว้ (พนมมือรูปดอกบัว)

ดอกบัวเป็นเครื่องหมายแทนความบริสุทธิ์ ดอกบัวแม้เกิดแต่โคลมตม แต่สามารถเติบโต โผล่พ้นโคลน ส่งกลิ่นหอมเย็นไม่มีกลิ่นสาบโคลน เราจึงพนมมือเพื่อแสดงถึงความบริสุทธิ์ ในการทำความเคารพต่อกัน

ไหว้เพื่อน	พนมมือตั้งไว้ที่ใจ	คบเพื่อนด้วยความบริสุทธิ์ใจ
ไหว้ครู	พนมมือตั้งไว้ที่ปาก	ระลึกถึงคำสอนจากปากครู
ไหว้พ่อแม่	พนมมือตั้งไว้ที่จมูก	ระลึกถึงพระคุณผู้ให้ลมหายใจ
ไหว้คุณพระ	พนมมือตั้งไว้ที่หว่างคิ้ว	ที่ตาปัญญา ดับทุกข์ด้วยปัญญา

สวัสดีปีใหม่ พ.ศ. 2555 การไหว้เป็นเอกลักษณ์วัฒนธรรมไทยอันดีที่เราควรรักษาไว้ พระอาจารย์ประสงค์ ปรีชญุโณ ท่านได้อธิบายความหมายของการไหว้ ไว้ดังบทความข้างต้น ทำให้พวกเราได้ซาบซึ้งถึงภูมิปัญญาของ

บรรพบุรุษไทยที่ต้องการสอนลูกหลานผ่านวิธีการง่ายๆ คือการไหว้

ปฏิทินปีนี้ได้นำภาพมาจาก “โครงการธรรมะกลับตาลปัตร” ซึ่งเป็นการเปลี่ยนตาลปัตรเก่าที่ไม่ได้ใช้แล้วให้กลายเป็นสื่อธรรมอันทรงคุณค่า เชิญชมภาพเพิ่มเติมได้ที่ [www.phraprasong.org](http://www.phraprasong.org)

ปีนี้เป็นอีกครั้งที่ครูและนักเรียนจากมูลนิธิส่งเสริมและพัฒนาคนพิการ ได้ช่วยจัดทำ Artwork สวยๆ ให้กับปฏิทินเล่มนี้ DPEX ขอขอบคุณทุกท่านที่ทำให้ปฏิทินเล่มนี้สำเร็จด้วยดี ทางทีมงานขอถือโอกาสนี้ส่งความสุขและความปรารถนาดีให้กับทุกท่าน และขอฝากทิ้งท้ายเชิญชวนท่านร่วมเป็นสมาชิก “เครือข่ายคนกินข้าวกล้องชาวนา” เพื่อช่วยซื้อข้าวจาก “ชาวนาคุณธรรม” ซึ่งเป็นชาวนาที่ถือศีล 5 ปลุกข้าวอินทรีย์ ดีต่อสุขภาพผู้บริโภค(เชิงจิต) สุขภาพผู้ปลูก และดีต่อสิ่งแวดล้อม ถือเป็นการรักษาแผ่นดินไทยไว้ให้ลูกหลานสืบไป (ปลัดหนี้ชาวนา ไม่ต้องขายที่ดินให้ต่างชาติ) ข้อมูลเพิ่มเติมที่ [www.tvburabha.com/tvb/rice/](http://www.tvburabha.com/tvb/rice/)

