

## รายงานสังคมมิตร ศิษย์ ครู ฝึกการพูดครั้งที่ 2496 ประจำวันที่ 31 เดือนธันวาคม พ.ศ.2566

★ **เปิดประชุม** โดยที่ปรึกษาภคิตติมศักดิ์ของสโมสรรฯ **รศ. ดร.บุญลือ เผือกผ่อง** : เปิดประชุมเวลา 13.25 น. ทราบว่ามีตัวแทนสมาชิกไปทำหน้าที่ให้ความรู้กับองค์กรนอกสโมสรรฯ และได้รับคำชื่นชมอย่างล้นเหลือ เป็นเกียรติกับสโมสรรฯ อย่างยิ่ง และเราในฐานะสมาชิกก็ต้องพึงระวังรักษาเกียรตินี้ไว้ เพื่อการฟัง การคิด และการพูดที่ดีกว่า ปัจจุบันความรู้ทั้งหลายสามารถหาเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ดังนั้น ไม่ว่าจะไปอยู่ที่ใดก็ตาม อย่าคิดว่าเราเก่งกว่าคนอื่นให้อ่อนน้อมถ่อมตน เพราะคนจะนับถือกันที่ประสบการณ์และความสามารถ

★ **พิธีกร** โดย **คุณธมกร คล้ายทิพย์** : วันนี้ สโมสรรฯ จัดประชุมประจำสัปดาห์เป็นครั้งสุดท้ายของปีในวันอาทิตย์ที่ 31 เดือนธันวาคม พ.ศ.2566 ซึ่งเป็นวันส่งท้ายปีเก่าและต้อนรับปีใหม่ที่即将来临ในวันพรุ่งนี้ สโมสรรฯ ก่อตั้งเมื่อวันที่ 1 เดือนสิงหาคม พ.ศ.2518 โดย อ.ไมตรี ชาติบุรุษ ได้ร่วมกับคณะบุคคลหลากหลายอาชีพก่อตั้งขึ้นจนถึงปัจจุบันก้าวเข้าสู่ปีที่ 49 แล้ว มีคำขวัญ “เพื่อการฟัง การคิด และการพูดที่ดีกว่า” แนะนำธงและตราสโมสรรฯ รางวัลถ้วยแก้ว และถ้วยไม้สักสำหรับผู้พูดดีเด่น เจ้าจ้อสำหรับเก็บค่าปรับค่าฟุ่มเฟือย จากนั้นดำเนินการประชุมตามวาระ

★ **ประธานฝึกการพูดแบบฉบับพลัน** โดย **คุณโปร่งนภา อัครชีโนเรศ** : รายการฝึกการพูดแบบฉบับพลันเป็นรายการที่มีเสน่ห์และมีความสำคัญมากของสโมสรรฯ ทุกครั้งที่มีการประชุม ไม่ว่าจะมีการปรับเปลี่ยนรายการอย่างไรก็ตาม แต่การฝึกพูดแบบฉบับพลันจะยังคงไว้ เนื่องจากเป็นการฝึกพูดที่สมาชิกจะมีโอกาสนำไปใช้ตอบคำถามต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันมากมาย ดังนั้น หากเราไม่มีทักษะการฟังที่ดี จับประเด็นไม่ได้ และไม่สามารถประมวลให้เป็นระบบเพื่อสื่อสารแล้ว ผู้ที่เราสื่อสารด้วยก็จะไม่ทราบและเข้าใจ ผู้พูดแจ้งกติกากเวลา 2 นาที +/- 30 วินาทีและสัญญาณไฟการให้คะแนนในใบ popular vote และรางวัลการปรบมือ หรือถ้วยแก้ว

**คำถามที่ 1** “ขอให้ท่านให้พรปีใหม่ สำหรับ ปี 2567 นี้ แก่เพื่อนสมาชิก” ผู้ตอบ **พญ.วรพินทร์ โกมุทบุตร** : ปีใหม่เป็นการเปลี่ยนแค่ตัวเลขของ พ.ศ. คนเราเกิดมาใช้ชีวิตในโลกแค่ช่วงเวลาหนึ่ง คำอวยพรที่อยากจะให้จากใจแก่มวลมิตรในสโมสรรฯ คือ ทุกเวลา ทุกลมหายใจ ขอให้มีความสุข สติจะนำไปสู่สัมมาทิฐิทำให้เกิดปัญญา และปัญญาจะนำไปสู่ นิพพาน ขออัญเชิญสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั่วสากลโลกและพระบารมีของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทศวรรษกาลมาอำนาจอวยพรเป็นพลวปัจจัยให้ทุกท่านมีชีวิตที่สมบูรณ์ แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ ให้มีสัมมาทิฐิ ดำรงชีวิตอยู่อย่างถูกทำนองคลองธรรม และอย่าลืมใช้ทุกช่วงของลมหายใจเพื่อประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน

**คำถามที่ 2** “อะไรคือสิ่งที่ท่านตั้งใจจะทำในปีใหม่นี้ ?” ผู้ตอบ **ดร.ชวิศา ขวกุล** : สิ่งที่ตั้งใจจะทำในปีใหม่และเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้พูดปักหลักอยู่ที่เชียงใหม่มาเป็นเวลานาน คือสร้างสิ่งที่เป็นนวัตกรรมของคุณพ่อเรื่องโอโซน การบำบัดอากาศ และน้ำ ให้ผู้ที่มาเมืองล้านนาแห่งนี้แล้วปลอดภัย โดยเน้นการให้ คือบริการด้วยการอบโอโซนในสถานที่ต่าง ๆ พร้อม มอบเครื่องไว้ให้ด้วย เพราะความสะอาดเป็นปัจจัยพื้นฐานของสุขภาพอนามัย การติดเชื่อทำให้เกิดปัญหามากมายทั้งผู้ติดเชื้อ ผู้รักษา และค่าใช้จ่ายของประเทศ

**คำถามที่ 3** “ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อนโยบายขยายเวลาปิดผับเป็นตี 4 ?” ผู้ตอบ **คุณสิงห์คำ เคียง** : ผู้พูดไม่เห็นด้วยกับนโยบายนี้ ผู้ออกนโยบายไม่คำนึงถึงสังคมที่เป็นแบบอย่างของเยาวชนจะเป็นอย่างไร และในฐานะผู้พูดเป็นเกษตรกร กลางคืนเป็นเวลาที่ต้องพักผ่อน มีกลุ่มคนเพียงน้อยนิดที่จะไปแสวงหาความสุขจอมปลอมนั้น แต่

ทำให้คนส่วนใหญ่เดือดร้อน ส่งเสริมการตีกันมากไปจะทำให้บ้านเมืองไม่เจริญ ไม่คุ้มกันเลย ความสุขที่แท้จริง ไม่มีอยู่จริง แต่สุขที่มีคือไม่มีทุกข์หรือทุกข์น้อย ผู้พูดจึงรู้สึกเสียใจกับนโยบายนี้

**คำถามที่ 4** “ท่านมีคำแนะนำวิธีการป้องกันให้ปลอดภัยจากโรคติดเชื้อทางเดินหายใจในฤดูหนาวนี้อย่างไร ?”

**ผู้ตอบ อ.จิรภา ปิตาวรรณ :** การป้องกันโรคทางเดินหายใจที่ดีที่สุดคือ การปิดกันไม่ให้โรคนั้นเข้าสู่ทางเดินหายใจของเรา แต่เราต้องหายใจตลอดเวลา อากาศเป็นพิษเมื่อเข้าปอดแตกต่างกับอาหารเป็นพิษเมื่อเข้าสู่ทางเดินอาหารที่สามารถขับถ่ายออกได้ แนะนำให้ดูแลและรักษาปอดของเราให้ดี โดย 1) ดูแลสุขภาพให้แข็งแรงและมีภูมิคุ้มกัน ทิ้งกินอาหารให้ครบโดยเน้นผักมากกว่าเนื้อสัตว์จะทำให้ร่างกายมีภาวะเป็นด่าง รวมทั้งวิตามิน ซี และดื่มน้ำให้เพียงพอ 2) ไม่รับเชื้อ โดยใส่หน้ากากป้องกันเมื่ออยู่ในที่มีความเสี่ยง เช่น ชุมชน โรงพยาบาล เป็นต้น โรคเป็นได้ก็หายได้ ถ้าเรารู้จักดูแลตนเอง

★ **ผู้ประเมินฝึการพูดแบบฉบับพลัน** โดย **อ.สถิตย์ ผลทิพย์ :** ประธานฝึการพูดแบบฉบับพลันทำหน้าที่ได้อย่างดีเยี่ยม ในการอธิบายกติกาการตอบฉบับพลัน มีบุคลิกภาพและภาษากายดีมาก ยิ้มแย้มและมองสบตาผู้ฟังทั้งห้องอย่างทั่วถึง ซึ่งเป็นการประเมินความสนใจของผู้ฟัง และพร้อมที่จะปรับการพูดให้เหมาะกับผู้ฟัง สำหรับผู้ตอบทุกท่าน มีบุคลิกภาพ และการแต่งกายเหมาะสมที่จะเป็นแบบอย่างของสมาชิกได้ การใช้ภาษากายเหมาะสมและสง่างาม แนะนำเพิ่มเติม สำหรับผู้ตอบบางท่าน ธรรมเนียมปฏิบัติของสโมสรฯ เมื่อขึ้นแท่นพูดให้โค้งศีรษะเล็กน้อยไม่ต้องยกมือไหว้ เพิ่มเติมการอธิบายคำตอบให้ตรงประเด็นคำถามจะทำให้ผู้ฟังเข้าใจยิ่งขึ้น ไม่ต้องออกตัวเมื่อเริ่มการพูด ให้ตอบคำถามอย่างมั่นใจ หลังจากทักที่ประชุมแล้ว

★ **5 นาที มีสาระดี ๆ มาฝาก** เรื่อง “ปากู่ละ” โดย **คุณสุทัศน์ ไชยพรหมมา :** โลกสว่างด้วยแสงไฟ ใจสว่างด้วยแสงธรรม แสงธรรมส่องใจ แสงไฟส่องทาง “ปากู่ละ” หมายถึง ผู้ที่เกิดใน 2 ตระกูล ( ปา แปลว่า สอง, กู่ละ แปลว่า ตระกูล ) เป็นเอตทัคคะในเรื่องของสุขภาพที่มีอายุยืนที่สุดถึง 160 ปี และเป็นสาวกของของพระอโนมทัสสิพุทธเจ้า ได้มีโอกาสปรุงโอสถให้แก่พระอโนมทัสสิพุทธเจ้าเพื่อรักษาโรคลมและเพื่อให้มีอายุยืนยาว เป็นพระที่ได้รับความเคารพนับถือมากในพม่า ผู้พูดเล่าถึงอาจารย์ของผู้พูดว่าประสงค์จะแกะสลักไม้เพื่อสร้างพระปากู่ละที่ประเทศพม่า จึงเชิญชวนให้สมาชิกร่วมสืบทอดพระศาสนาด้วยการสร้างพระปากู่ละด้วยกันเพื่อนำไปประดิษฐานที่วัดพระนอนตาหวาน เมืองย่างกุ้ง ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ - เดือนมีนาคม พ.ศ.2567 ที่จะถึงนี้ โดยจะนำชื่อผู้ร่วมทำบุญไว้ที่ฐานขององค์พระด้วย เพื่อเป็นอานิสงส์ให้มีอายุยืนและไม่มีโรคภัยอา

**\*\*\*หมายเหตุ\*\*\*** “ปากู่ละ” หมายถึง พระปากู่ละเถระ (ข้อมูลเพิ่มเติมจาก <http://kalyanamitra.org> – ผู้เรียบเรียง)

★ **3 นาที แห่งความพรรณานำพาความสุข** เรื่อง “ตามากับยายมี” โดย **รศ. ดร.นันทนิ เสถียรศักดิ์พงศ์ :** ตามากับยายมี 2 สามภรรยาอายุกันมาอย่างยาวนาน มีลูกหลานมากมาย อาศัยอยู่ใกล้ ๆ อบต.สุเทพนี้เอง วันนี้หลานส่งไลน์มาบอกตามาและยายมีว่า จะพาเหลนตัวน้อยชื่อ “น้องก้อย” อายุ 2 เดือนมาฝากให้ตามากับยายช่วยเลี้ยงสัก 6 ชั่วโมง ตามากับยายดีใจมากและรีบส่งไลน์บอกเพื่อนๆ ว่าจะฉลองและเลี้ยงอาหารเพื่อน ๆ ในโอกาสส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ พร้อมจะอวดเหลนตัวน้อยด้วย เมื่อเพื่อน ๆ มาถึงบ้านและรอตั้งนานก็ยังไม่มามีที่ว่าจะเจอหน้าเหลน “น้องก้อย” สักที จึงได้ถามยายมีว่า “เมื่อไรเธอจะอุ้มเหลนมาให้ชื่นชมล่ะ ?” ยายมีตอบ “เดี๋ยวก่อน..เดี๋ยวก่อน..รอสักเดี๋ยวก่อน...รอให้น้องก้อยร้องไห้ก่อนนะ...เพราะฉันจำไม่ได้ว่าฉันเอาน้องก้อยไปวางไว้ตรงไหน...!!!

★ **ปฏิคมแนะนำผู้มาเยือน** โดย คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์ : วันนี้มีผู้มาเยือนสโมสรฯ จำนวน 1 ท่าน

1. **คุณพัชรินทร์ แหล่งอุโมงค์** พยาบาลวิชาชีพเกษียณอายุราชการ มาตามคำเชิญของ **คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์**

สโมสรฝึกการพูดแห่งลานนาไทย เชียงใหม่ ขอขอบคุณและขอต้อนรับท่านด้วยความยินดียิ่ง

★ **เล่าสู่กันฟัง** เรื่อง “แดนมหัศจรรย์จอร์แดน” โดย **นพ.ธีรวุฒิ โกมุทบุตร** : ผู้พูดเล่าประสบการณ์ท่องเที่ยวช่วงกลางเดือนที่ผ่านมาที่ประเทศจอร์แดน จอร์แดนมีชายแดนด้านตะวันตกติดกับประเทศอิสราเอล และแวดล้อมไปด้วยกลุ่มประเทศอาหรับ คือ อียิปต์ ซีเรีย อิรัก และซาอุดีอาระเบีย มีประชากรประมาณ 10 ล้านคน เป็นประเทศที่แห้งแล้งติดอันดับ 1 ใน 5 ของโลก แต่มีสกุลเงินที่แข็งเป็นอันดับ 4 ของโลก ไม่มีแหล่งน้ำมัน มีพื้นที่รวมทั้งประเทศเป็น 4 เท่าของจังหวัดเชียงใหม่ แต่น่าประหลาดใจเพราะไปเที่ยวครั้งนี้ อาหารอุดมสมบูรณ์มากรวมถึงผักผลไม้ ได้มีโอกาสไปถึงยอดเขาเนโบซึ่งมองเห็นอิสราเอลเกือบทั้งประเทศ เห็นสถาปัตยกรรมแห่งโมเสก (Mosaic) จัดเรียงจากหินที่มีความวิจิตรงดงามในหมู่บ้านมาตาบา ป้อมปราการปราสาท (Kerak) บนยอดเขาที่ยังคงความสมบูรณ์มากแม้สร้างมากกว่าพันปี และเป็นหนึ่งในหลายป้อมปราการในยุคสงครามครูเสด สถานที่ศักดิ์สิทธิ์ที่เชื่อว่ามีเทพารักษ์สถิตอยู่ รวมถึง Treasury สูงตระหง่านที่แกะสลักจากหิน พื้นที่แห่งนี้ใช้น้ำจากใต้ดินมาทำการเกษตร ทั้งหมดนี้อยู่ในเมืองเปตรา (Petra) ซึ่งเป็นเมืองมรดกโลกตั้งแต่ปี พ.ศ.2528 ได้ลงเล่นน้ำที่ Dead Sea ที่มีน้ำทะเลเค็มที่สุดในโลก โดยมีความเข้มข้นของเกลือ 354 กรัมในน้ำทะเล 1 ลิตร (มากกว่าน้ำทะเลทั่วไปประมาณ 10 เท่า) ซึ่งปัจจุบันขนาดและระดับน้ำของทะเลแห่งนี้ลดลงจากเดิมมาก เชื่อว่าอีกไม่นานจะหายไปจากโลกนี้แล้ว และได้ไปที่เมือง Jerash หรือเมืองเสาพันต้นที่สร้างจากหินเป็นโบราณสถานของโรมันที่อยู่นอกอิตาลีและใช้เป็นส่วนราชการของโรมันที่ขนาดใหญ่ที่สุดในโลก และมี Theater กลางแจ้งที่ยังสมบูรณ์และเพียงพอสำหรับจุผู้ชมได้ถึง 6,000 คน นับเป็นความมหัศจรรย์ของจอร์แดนเชิญชวนสมาชิกฯ หากมีโอกาสท่องเที่ยวต่างประเทศแล้ว แนะนำให้ไปที่จอร์แดนด้วยตนเองสักครั้งหนึ่งจะดีกว่า ฟังจากผู้พูดเล่ามากมาย

★ **ผู้ประเมินทั่วไป** โดย **อ.ภาณุพงศ์ ไชยวรรณ** : ชื่นชมผู้เล่าสู่กันฟังมาก ทำให้ได้รับความรู้มากมายและมีมุมมองในมิติบวกเกี่ยวกับจอร์แดนมากขึ้น ปฏิคมแนะนำผู้มาเยือนทำหน้าที่ได้ดี ผู้พูด 3 นาที ทรรศนะเล่าเรื่องให้ผู้ฟังได้หัวเราะสนุกสนานจากการหักมุมของเรื่อง ผู้พูดรายการ 5 นาที มีสาระฯ วันนี้มาบอกบุญเพื่อให้มีอายุยืนขึ้น ประธานฝึกการพูดแบบฉับพลันทำหน้าที่ได้สมบูรณ์แบบ รู้สึกประทับใจทุกครั้งที่ได้ฟังการพูดของผู้พูดท่านนี้ พิธีกรทำหน้าที่ได้ดีมากและทำให้บรรยากาศการประชุมสนุกสนาน ผู้ที่ทำหน้าที่เปิดประชุมในวันนี้ให้ข้อคิดที่ดีมากสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิต และผู้พูดได้อวยพรแก่สมาชิกฯเนื่องในโอกาสวันขึ้นปีใหม่เป็นภาษาล้านนาด้วย

“ปอนใดที่ว่าประเสริฐ ปอนใดที่ว่าเลิศกว่าปอนดังหลาย ขอปอนนั้นจงมาแผ่ขยาย ปกป้องรักษาพี่น้องมวลหมู่สมาชิกสโมสรฯและแขกผู้มีเกียรติ ท่านก็คิดสิ่งหนึ่งประสงค์สิ่งใด ตี๋บ่เป็นปิดบ่เป็นภัย ก่ขอหื้อสิ่งนั้นจงเป็นมาปรากฏ ต่อหน้าท่านโดยเร็ววัน ก็ดจะไปตะวันตก ก่ขอหื้อมีคนไขคนบอก ก็ดจะไปตะวันออก ก่ขอหื้อมีคนจ้วยคนเหลือ ก็ดจะไปตางเหนือ ก่ขอหื้อมีคนกราบคนไหว ก็ดจะไปตางใต้ ก่ขอหื้อมีเตวะบุตรเตวะดาอัक्षा หลับก่ขอหื้อได้เงินหมื่น..เน้อ.. ตื่นก่ขอหื้อได้เงินแสน ถ้าวั้นไหนมันแก้น ๆ ก่ขอหื้อได้เต้าคะแนงหมากป้าว ฮิก่ขอหื้อได้กำไฮเต้าหอบข้าว จะก้าก่ขอหื้อได้กำไฮเต้าหอบกล้วย วันไหน..ถ้าวั้นนี้คิดจะซื้อหอย ก่ขอหื้อถูกรางวัลตี้ 1 ตี้ 2 ตี้ 3 ตี้ 4 ตี้ 5 ส่วนเลขต้าย 2 ต้ว 3 ต้ว ขออ..เป็นของข้า ปู้หื้อปอนก้าเต้อะ..”

★ ผู้รายงานการใช้ภาษา โดย คุณสุกัญญา เนียมลากเนือง : มีการใช้คำที่ต้องหาความหมายหรือคำอธิบายเพิ่ม เช่น ปากูละ (เป็นชื่อเฉพาะ) ปริพาชก (หมายถึง นักบวช) เป็นต้น การใช้คำไม่ถูกต้อง เช่น ประสพการณ์ (ต้องเป็น.. ประสบการณ์) ถูกเชิญ (ต้องเป็น รับผิดชอบ) การพูดที่เว้นวรรค เช่น ยินดี..ต้อนรับ (ควรพูดติดกัน..ยินดีต้อนรับ) คำพูดที่ขยายคำมากเกินไป เช่น คำคมเล็ก ๆ น้อย ๆ (ตัดคำว่า..เล็ก ๆ น้อย ๆ) รวบรวมความกล้าอย่างเต็มเปี่ยม (ตัดคำว่า..อย่างเต็มเปี่ยม) แนะนำเพิ่มเติม คำว่า ตึก หมายถึงทำเครื่องหมายเล็ก ๆ (Tic)

★ ผลฝึกการพูดประจำสัปดาห์

♡ ผู้ตอบคำถามจับพลันดีเด่น : รางวัลปรบมือ พร้อมรับ POPULAR VOTE CARD : คุณสิงห์คำ เคียง

★ ผู้รายงานคำพุ่มเพ็ญ โดย คุณดรุณี วงศ์รัตนธรรม

★ ผู้รายงานการใช้เวลา โดย คุณธันวรัตน์ มณีพรรณ

★ ข้อคิดคำคมประจำสัปดาห์นี้ : “เปลี่ยนวิธีมองโลก แล้วโลกของคุณจะเปลี่ยนไป”

★ ปิดประชุม เวลา 16.10 น.

★ เรียบเรียง / รายงาน โดย คุณนิตยา ว่องกลกิจศิลป์

\*\*\*\*\*ขอขอบคุณผู้ทำหน้าที่ และผู้เข้าร่วมการประชุมทุกๆท่าน\*\*\*\*\*



★ รศ. ดร.บุญลือ เผือกผ่อง แจงวันที่ 7 เดือนมกราคม พ.ศ.2567 หลังประชุมประจำสัปดาห์ของสโมสรฯแล้ว จะมีงาน สนุกสนานต้อนรับปีใหม่ ที่ห้องโอเปี่ยม โรงแรมเชียงใหม่ออกคิด โดยมีค่าอาหาร - เครื่องดื่ม 300 บาท และแลกของขวัญ มูลค่า 200 บาท ขึ้นไป เชิญสมาชิกทุกท่านร่วมกิจกรรม

★ ขอเชิญชวนมิตร ศิษย์ ครู และกัลยาณมิตรทุกท่านเข้าไป กด Like กดแชร์ กดติดตามข่าวสาร รูปภาพและ กิจกรรมของสโมสรฯได้ทางเพจเฟซบุ๊ก [www.facebook.com/lannapublicspeakingclub](http://www.facebook.com/lannapublicspeakingclub)

และเข้าเยี่ยมชมติดตามข่าวสาร ข้อมูล รูปภาพ และรายการฝึกการพูดประจำสัปดาห์ ได้ที่เว็บไซต์อย่างเป็นทางการของสโมสรฯ <http://lannathaispeakingclub.com>