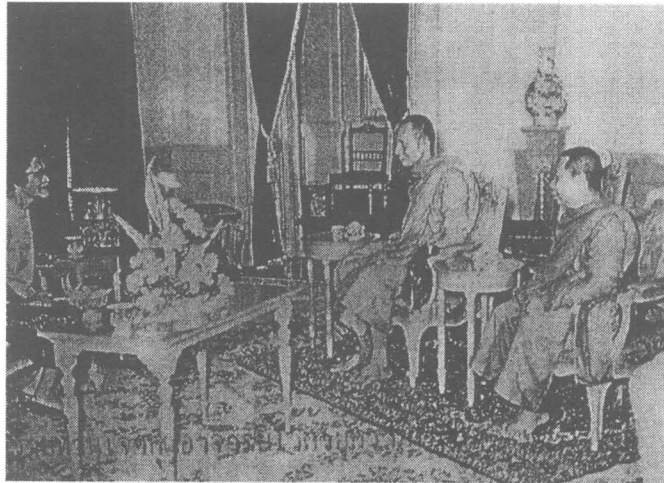


สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี กับการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

คณะพลศึกษา



สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีทรงคุณลักษณะผู้นำนันทนาการทางพุทธศาสนา

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีทรงงานอดิเรกหลายอย่างที่ทรงพอพระราชหฤทัย ทรงมีความเชื่อมั่น และทรงยึดมั่นในธรรมะของพุทธศาสนา ทรงปลูกฝังความรู้ทางพุทธศาสนา แก่พระราชโอรสธิดามาแต่ทรงพระเยาว์ สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้าฯ กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ได้ทรงเล่าไว้ในพระนิพนธ์เรื่อง “เจ้านายเล็กๆ- ยุวกษัตริย์” ว่า

“วันอาทิตย์แม่จะพาไปวัดต่างๆ เป็นเพียงการไปชมภายนอก เพื่อให้รู้จักลักษณะของวัด เช่น วัดพระแก้วโดยเฉพาะระเบียงที่มีภาพรามเกียรติ์ วัดสุทัศน์ฯ วัดโพธิ์ วัดอรุณฯ ที่วัดสระเกศฯ นั้นได้ไปเวลายังงานภูเขาทอง เพื่อดูละครลิงและซื้อดอกไม้ไฟ แม่ไม่ได้พาไปฟังเทศน์ เพราะเด็ก ๆ คงนั่งนิ่ง ๆ อยู่ไม่ไหวและคงไม่เข้าใจอะไรเลย แม่จะอธิบายพุทธประวัติในถ้อยคำง่ายๆ ที่เราสามารถจะเข้าใจได้และก่อนนอนจะให้สวดมนต์ ”

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีโปรดให้จัดรายการวิทยุของสถานีวิทยุ อ.ส. ชื่อรายการ การบริหารทางจิต ทุกเช้าวันอาทิตย์ สำหรับผู้ฟังทั้งวัยสูงอายุ วัยรุ่น และวัยเด็ก โดยโปรดให้ อารามสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (ครั้งยังทรงดำรงสมณศักดิ์ที่พระศาสนโสภณ) จัดดำเนินรายการ

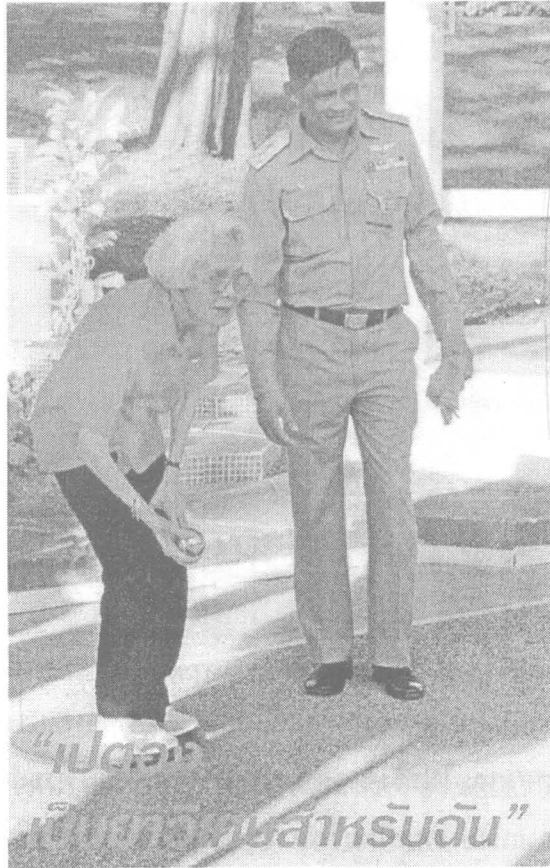


โปรดให้จัดพิมพ์หนังสือธรรมะสำหรับพระราชทานเป็นส่วนพระราชกุศลธรรมทานใน
มงคลวโรกาสต่าง ๆ เช่น “หลักการทำสมาธิเบื้องต้น” “พระพุทธเจ้าทรงสอนอะไร” “การหลงลืมตน”
ซึ่งมีพระราชอุตสาหะคัดเลือกหัวข้อธรรมะด้วยพระองค์เอง



พระราชกรณียกิจนานัปการที่ทรงบำเพ็ญด้วยพระวิริยะอุตสาหะ เพื่อประโยชน์สุขของพสกนิกร
ตลอดพระชนม์ชีพในด้านนันทนาการ พระองค์ทรงมีพระราชจริยวัตรอันงดงาม สมบูรณ์แบบที่สุด
นอกจากช่วยสร้างความสุขหรือผ่อนคลายความเครียดแล้ว กิจกรรมนันทนาการของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนียังเป็นแบบอย่างตามปรัชญา หลักการทั้งทางทฤษฎีและปฏิบัติทาง
นันทนาการที่ถือเป็นตำราได้ดีให้กับประชาชนชาวไทย

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีกับ กีฬาเปตอง



สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงโปรดกีฬาเปตอง
ทรงมีรับสั่งว่า
“เปตองเป็นกีฬาพิเศษสำหรับฉัน”

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีทรงมีรับสั่งว่า

“พระองค์เคยเล่นกีฬาประเภทนี้ตั้งแต่ทรงมีพระชนมายุ 30 กว่า กีฬาเปตองมีประโยชน์มาก ได้ทั้งบริหารร่างกายเพื่อให้สุขภาพดีและสร้างสรรค์ความสามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งมีประโยชน์มากมายสำหรับคนไทย ขอให้นายจันท์ โปษหาญ จงทำหน้าที่ต่อไป พระองค์จะช่วยส่งเสริมและเผยแพร่ให้อีกทางหนึ่ง”

เมื่อปี พ.ศ. 2521 สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงเสด็จเยี่ยมราษฎรที่เขื่อนห้วยหลวง จังหวัดอุดรธานี นายจันทร์ โยพหาญ ได้ตามเสด็จและนำอุปกรณ์กีฬาเปตองไปถวายและแนะนำวิธีการเล่นให้แก่ข้าราชการบริพาร ซึ่งพระองค์ทรงโปรดปรานมาก



เมื่อวันที่ 9 ตุลาคม พ.ศ. 2527 สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับสมาคมเปตองและโปรวังซาลแห่งประเทศไทยไว้ในพระอุปถัมภ์ ต่อมาเปลี่ยนชื่อสมาคมเป็น “สหพันธ์เปตองแห่งประเทศไทยในพระอุปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี”



พระองค์ทรงส่งเสริมและเผยแพร่กีฬาเปตอง ให้เป็นที่รู้จักและนิยมเล่นกันอย่างแพร่หลาย ด้วยเหตุนี้นักกีฬาเปตองทั่วประเทศจึงให้สมญานามกีฬาเปตองว่า “กีฬาสมเด็จพระย่า”

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีกับงานสุขศึกษา



องค์การอนามัยโลกได้ตระหนักถึงพระราชภารกิจอันยิ่งใหญ่ที่น่าประทับใจที่ได้พระราชทานแก่ปวงชนชาวไทยตลอดระยะเวลาเกือบหนึ่งศตวรรษแห่งพระชนม์ชีพ จึงเห็นสมควรพระราชทานพระวโรกาสน้อมเกล้าฯ น้อมกระหม่อมถวาย “เหรียญทองแห่งสุขภาพดีถ้วนหน้า” แต่ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี เป็นพระองค์แรกในประวัติศาสตร์ขององค์การอนามัยโลก

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงสนพระทัยงานส่งเสริมคุณภาพชีวิตจนนำไปสู่การปฏิบัติ อันได้แก่

- การวางแผนครอบครัวและประชากร
- การโภชนาการ
- การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
- การส่งเสริมสุขภาพ

“คนคิดยา เขาเป็นคนหรือเปล่า ในเมื่อเขาเป็นคนเรามีการช่วยเหลือเขาได้ไหม ถ้าช่วยเหลือได้ เท่ากับชุบชีวิตให้เขา เราก็ควรทำ”



สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้บำบัตร์รักษาผู้ติดยาเสพติดจากหมู่บ้านในพื้นที่โครงการ จึงมีการก่อตั้ง ศูนย์บำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ที่บ้านผาหมีซึ่งเปิดดำเนินการในเดือนมกราคม พ.ศ. 2535 โดยเน้นการรักษาพร้อมกับการพัฒนางานอาชีพและติดตามผลการรักษาเป็นเวลา 3 ปี



สมเด็จพระบรมราชชนนีทรงเอาพระราชหฤทัยใส่และติดตามการดำเนินงานของศูนย์นี้อย่างใกล้ชิด ในวันที่ 10 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ได้เสด็จเยี่ยมศูนย์บำบัดตรงทั้ทหายผู้มารับการบำบัดอย่างป็นกันเอง รวมทั้งทอดพระเนตรงานฝึกออาชีพด้วย ก่อเกิดขวัญกำลังใจและความปลื้มปิติเหลือที่จะพรรณนา

