

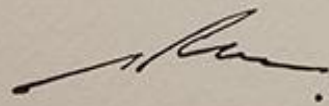
THE BALANCE

Vol. 9 Issue no. 54 (Jan-Feb 2024)



ในหลวง - พระราชินี
พระราชทานบัตรอวยพร (ส.ค.ส.)
เนื่องในโอกาสขึ้นปีใหม่
โดยเป็นพระบรมฉายาลักษณ์
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ที่ทรงฉายกับ สมเด็จพระนางเจ้าฯ
พระบรมราชินี

พระราชทานพรปีใหม่
พ.ศ. ๒๕๖๗



กุ๊กกิ๊ก



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
และ สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี

สารบัญ

บก... ทักทาย

พิกัดไหว้พระ 9 วัดดังในกรุงเทพฯ
..One Day Trip

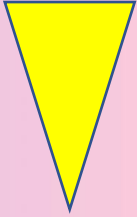
ข่าวแรงงานสัมพันธ์

ดาวนโหลดแอปพลิเคชัน เช็คฝุ่น
PM 2.5 กันเถอะ

ปีชง.. ความเชื่อทาง
โหราศาสตร์จีน

บ.ก.ทักษาย

สวัสดิ์ผู้บริหารและพนักงานทุกท่าน **The Balance** เริ่มต้นฉบับแรก ตรงกับ
นักซ์ตรปีมะโรง พ.ศ.2567 เพิ่งผ่านปีใหม่มาได้ไม่นาน หลายท่านยังคง
ระลึกถึงบรรยากาศการเฉลิมฉลอง การท่องเที่ยวและได้พบปะกับ
ครอบครัว ได้ชาร์จพลังเต็มที่ และกลับมาเริ่มงานกันต่อไปนะคะ ก็ขอให้
เป็นปีที่ดี ราบรื่น สมหวัง ประสบความสำเร็จทุกท่านค่ะ ฉบับนี้เราแนะนำ
สถานที่ทำบุญเพื่อความเป็นสิริมงคล ไม่วัดไหนไกล เป็นวัดในกรุงเทพฯ
9 แห่งที่สามารถไหว้ครบจบในวันเดียว อิมบุญกันไปเลยคะ
ในช่วงต้น บ.ก.ได้กล่าวถึงปีมะโรง จึงขอนำข้อมูลเกี่ยวกับ ปีชง ซึ่งเป็น
ความเชื่อทางโหราศาสตร์จีน ซึ่งถือเป็นความเชื่อส่วนบุคคล มาฝากกันคะ
สุดท้ายนี้ ชาวกรุงเทพฯ ยังต้องประสบกับค่าฝุ่น PM 2.5 ขอให้ทุกท่านดูแล
สุขภาพและสวมหน้ากากอนามัยกันด้วยนะคะ แล้วพบกันฉบับต่อไปคะ



พิกัดไหว้พระ 9 วัดดังในกรุงเทพฯ ฉบับ **One Day Trip**

- วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร (วัดภูเขาทอง) ...
- วัดสุทัศนเทพวรารามราชวรมหาวิหาร ...
- วัดชนะสงคราม ราชวรมหาวิหาร ...
- วัดพระศรีรัตนศาสดาราม (วัดพระแก้ว) ...
- วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์) ...
- วัดราชบพิธสถิตมหาสีมารามราชวรวิหาร ...
- วัดกัลยาณมิตร วรมหาวิหาร ...
- วัดอรุณราชวรารามราชวรมหาวิหาร (วัดแจ้ง)



แจกพิกัดไหว้พระ 9 วัดดังในกรุงเทพฯ วันเดียวก็เที่ยวได้!

วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร (วัดภูเขาทอง)

เริ่มต้นทริปกันที่ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร หรือที่เรารู้จักกันในชื่อวัดภูเขาทอง ซึ่งแน่นอนว่าเมื่อมาที่วัดนี้ สิ่งที่จะพลาดไม่ได้เลยก็คือการขึ้นไปชมวิวดูสวย ๆ และรับลมเย็น ๆ บน 'เจดีย์ภูเขาทอง' หากใครที่อยากจะหาอะไรรองท้อง รอบ ๆ วัดก็มีร้านอร่อยขึ้นชื่ออยู่มากมาย ไม่ว่าจะเป็นร้าน 'ทิพย์สมัย ผัดไทยประตูลี' อันโด่งดัง หรือ 'ร้านเจ้ไฟ' ที่การ์นต์ ความอร่อยด้วยรางวัลมิชลินสตาร์ถึง 6 ปีซ้อน

วัดชนะสงคราม ราชวรมหาวิหาร

มาถึงวัดที่ 3 ของทริป ซึ่งเป็นวัดดังในกรุงเทพฯ ที่สายมูทุกคนต้องรู้จัก! ด้วยชื่อของวัดที่บ่งบอกถึงชัยชนะ ทำให้หลายต่อหลายคนมักจะแวะเวียนมากราบไหว้สักการะกันอย่างไม่ขาดสาย ซึ่งนอกจากชื่ออันเป็นมงคลแล้ว สิ่งที่น่าสนใจก็คือ วัดนี้ยังเป็นวัดที่ขึ้นชื่อในเรื่องของสถาปัตยกรรมอันเลิศล้ำ รับรองว่าหากใครที่ชื่นชอบในงานฝีมือ จะต้องประทับใจอย่างแน่นอน

วัดสุทัศนเทพวรารามราชวรมหาวิหาร

ขยับมาต่อกันที่อีกหนึ่งวัดดังในกรุงเทพฯ ที่มีไฮไลต์เป็น 'เสาชิงช้า' อันเก่าแก่ ตั้งอยู่คู่มืองกรุงมานานกว่า 200 ปี หลังจากถ่ายรูปเช็คอินกับเสาชิงช้าแล้ว เมื่อเข้ามาในวัดก็จะได้พบกับพระวิหารหลวง ที่มี 'พระศรีศากยมุนี' พระประธานสำริดที่องค์ใหญ่ที่สุดในสมัยสุโขทัย ให้เราได้กราบไหว้ขอพรเพื่อความเป็นสิริมงคล

วัดพระศรีรัตนศาสดาราม (วัดพระแก้ว)

สำหรับวัดนี้ เป็นวัดที่เปรียบได้กับแลนด์มาร์กสำคัญของเมือง และถือว่าเป็นจุดหมายปลายทางที่ไม่ควรพลาดของการมาเที่ยวกรุงเทพฯ เลยทีเดียว ในแต่ละวันจะมีทั้งคนไทยและชาวต่างชาติแวะเวียนมาเยี่ยมชมอย่างเนืองแน่น นอกจากจะได้กราบไหว้ 'พระแก้วมรกต' ซึ่งเป็นพระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมืองของประเทศไทยแล้ว เรายังได้เยี่ยมชมงานศิลปกรรมหลากหลายรูปแบบที่ทั้งงดงามและเปี่ยมไปด้วยคุณค่าทางประวัติศาสตร์อีกด้วย





แจกพิกัดไหว้พระ 9 วัดดังในกรุงเทพฯ วันเดียวก็เที่ยวได้!

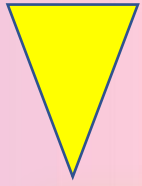
วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์)

เข้าสู่ครึ่งทางของทริปไหว้พระกรุงเทพฯ ฉบับสายมู เราก็เดินทางมาถึงวัดโพธิ์ ที่มี 'พระพุทธไสยาสน์' พระพุทธรูปที่ใหญ่ที่สุดในกรุงเทพฯ ประดิษฐานอยู่ ทั้งยังเป็นวัดที่โดดเด่นด้วยมหาเจดีย์ขนาดใหญ่ ที่ประดับประดาด้วยกระเบื้องเคลือบหลากสีสัน ให้เราได้เก็บภาพสวย ๆ ไว้เป็นที่ระลึก ซึ่งหากใครที่เริ่มหิวแล้วละก็ รอบ ๆ วัดก็มีร้านอร่อยให้เลือกชิมอยู่มากมาย ทั้งได้เติมพลังด้วยอาหารอร่อย ๆ แล้วยังได้ชมวิວวัดอรุณฯ ที่อยู่ฝั่งตรงข้ามกันแบบชัด ๆ เลยทีเดียว



วัดราชบพิธสถิตมหาสีมารามราชวรวิหาร

หลังจากเติมพลังแล้ว เราก็มาเริ่มครึ่งหลังของทริปกันที่อีกหนึ่งวัดดังในกรุงเทพฯ ซึ่งถือเป็นพระอารามหลวงชั้นเอกที่อยู่มานานกว่าร้อยปี โดดเด่นด้วยสถาปัตยกรรมที่ผสมผสานระหว่างสไตล์ไทยและตะวันตก บอกเลยว่ากิจกรรมที่ไม่ควรพลาดก็คือการเช่าชุดไทยใส่ถ่ายรูปรอบ ๆ วัด รับรองว่าจะได้รูปสุดประทับใจ แบบหาที่ไหนไม่ได้แน่นอน!



แจกพิกัดไหว้พระ 9 วัดดังในกรุงเทพฯ วันเดียวก็เที่ยวได้!

วัดกัลยาณมิตร วรมหาวิหาร

มาต่อกันที่วัดที่ 7 ของทริป ที่สายบุญนิยมแวะเวียนมาไหว้ด้วยความเชื่อว่าจะช่วยให้มีมิตรภาพที่ดี และมีโชคลาภหลังไหลมาอย่างไม่ขาดสาย ทั้งยังได้ชื่นชมความงดงามของศิลปะที่ผสมผสานเสน่ห์ของไทย-จีนไว้ได้อย่างลงตัว และที่พลาดไม่ได้ก็คือ 'หอระฆัง' ที่ใหญ่ที่สุดในกรุงเทพฯ ที่เชื่อกันว่าหากได้มาเคาะระฆัง ก็จะช่วยให้เราไม่มีชื่อเสียงโด่งดัง เหมือนกับเสียงระฆังที่ดังกังวานนั่นเอง

วัดอรุณราชวรารามราชวรมหาวิหาร (วัดแจ้ง)

มาถึงอีกหนึ่งวัดดังในกรุงเทพฯ ที่ได้รับความนิยมในหมู่ชาวต่างชาติไม่แพ้กับวัดพระแก้ว ด้วยความงดงามของสถาปัตยกรรม 'พระปรางค์ใหญ่วัดอรุณ' ที่ตั้งเด่นเป็นสง่าอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา ประดับประดาด้วยกระเบื้องเคลือบและถ้วยชามเบญจรงค์อันเก่าแก่ เป็นวัดสำคัญที่ไม่ว่าจะเป็นสายบุญหรือนักท่องเที่ยวก็ต้องมาเยือนให้ได้สักครั้ง

วัดระฆังโฆสิตารามวรมหาวิหาร

ปิดท้ายทริปไหว้พระกรุงเทพฯ ฉบับสายบุญกันที่วัดระฆัง ซึ่งตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา โดยเชื่อกันว่าหากได้มากราบไหว้ที่วัดนี้ จะช่วยให้มีชื่อเสียงโด่งดังตลอดปี เหมือนกับเสียงระฆังอันไพเราะ หลังจากไหว้พระแล้ว เราก็สามารถเดินไปกินของอร่อย ๆ ที่ 'ตลาดวังหลัง' กันต่อได้เลย! เป็นการจบทริปที่ทั้งอิ่มท้อง อิ่มใจ และได้ความทรงจำดี ๆ กลับบ้านไปเพียบ!



HAPPY 8 ตอนที่ HAPPY RELAX (ผ่อนคลาย)

Happy Relax (ผ่อนคลาย)

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าการที่คนทำงานหากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

กิจกรรม **Outing** คือ กิจกรรมที่ได้ทำร่วมกันประจำปีของบริษัท สำหรับพนักงาน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างพนักงานภายในองค์กร และตอบแทนพนักงานทุกคนหลังจากที่ทำงานกันมาอย่างเต็มที่ การได้ไปท่องเที่ยว ทำกิจกรรมร่วมกันก็เหมือนได้พักผ่อนไปในตัว ช่วยลดความเครียด เมื่อพนักงานมีความสุข ผลงานก็ย่อมที่จะออกมาดี รวมถึงมีกิจกรรมที่ช่วยกระชับความสัมพันธ์ของคนในองค์กรให้แน่นแฟ้นขึ้น ซึ่งมักเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นละลายพฤติกรรมพนักงานให้กล้าพูดคุยกัน สร้างความสัมพันธ์อันดี และก่อให้เกิดความสนิทสนมกันระหว่างพนักงาน

AGE ก็มีนะ...



กิจกรรม **Outing AGE 2023**

พบกับตอนต่อไปของ Happy 8 ในฉบับต่อไป ติดต่อพวกเราได้ที่ Kosin.de@age.co.th



เช็คฝุ่น PM 2.5

ดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน เช็คฝุ่น PM 2.5 กันเถอะ

แอปพลิเคชัน “เช็คฝุ่น”
รู้ไว เข้าใจง่าย ด้วยปลายนิ้ว

ระบบติดตามฝุ่นละออง PM2.5 จากดาวเทียม

เช็คฝุ่น

เช็คฝุ่น

ระบบปฏิบัติการ Android

ระบบปฏิบัติการ iOS

ดาวน์โหลดฟรีได้แล้ววันนี้ ทั้ง Android และ iOS

GISTDA KU

GISTDA

เช็คฝุ่น **PM 2.5**

ค่าฝุ่น **PM 2.5** ปริมาณเท่าไรอันตรายอย่างไร ?

0-25	อากาศดีมาก ทำกิจกรรมได้ปกติ
26-37	อากาศดี กลุ่มเสี่ยงต้องเริ่มระวังตัว
38-50	อากาศปานกลาง ประชาชนและกลุ่มเสี่ยงเริ่มระวังตัว หลีกเลี่ยงทำกิจกรรมกลางแจ้ง
51-90	อากาศเริ่มแย่มาก ประชาชนและกลุ่มเสี่ยง ไม่ควรทำกิจกรรมกลางแจ้ง และสวมหน้ากากป้องกันฝุ่น PM 2.5
91 ขึ้นไป	ประชาชนและกลุ่มเสี่ยง งดทำกิจกรรมกลางแจ้ง และสวมหน้ากากป้องกันฝุ่น

ที่มา : กรมควบคุมโรค

ปี 2567 เป็นปีนักษัตร มะโรง (งูใหญ่) มีปีชงและชงร่วมดังนี้

ปีชง

ปีชง 2567 ตรง ๆ แบบ 100% ได้แก่ ปีจอ (หมา) หรือผู้ที่เกิดตรงกับปี พ.ศ. 2477, พ.ศ. 2489, พ.ศ. 2501, พ.ศ. 2513, พ.ศ. 2525, พ.ศ. 2537, พ.ศ. 2549, พ.ศ. 2561

ปีชงร่วม

- ปีมะโรง (งูใหญ่) หรือผู้ที่เกิดตรงกับปี พ.ศ. 2459, พ.ศ. 2471, พ.ศ. 2483, พ.ศ. 2495, พ.ศ. 2507, พ.ศ. 2519, พ.ศ. 2531, พ.ศ. 2543 และ พ.ศ. 2555
- ปีฉลู (วัว) หรือผู้ที่เกิดตรงกับปี พ.ศ. 2456, พ.ศ. 2468, พ.ศ. 2480, พ.ศ. 2492, พ.ศ. 2504, พ.ศ. 2516, พ.ศ. 2528, พ.ศ. 2540, พ.ศ. 2552 และ พ.ศ. 2564
- ปีมะแม (แพะ) หรือผู้ที่เกิดตรงกับปี พ.ศ. 2462, พ.ศ. 2474, พ.ศ. 2486, พ.ศ. 2498, พ.ศ. 2510, พ.ศ. 2522, พ.ศ. 2534, พ.ศ. 2546 และ พ.ศ. 2558

วิธีแก้ปีชง 2567

1. ไหว้องค์เทพให้ส่วย ตามความเชื่อของชาวจีน การไหว้องค์เทพให้ส่วย สามารถที่จะช่วยบรรเทาเคราะห์กรรมในปีชงนี้ให้เบาบางลงได้ และควรที่จะต้องไปไหว้เป็นอย่างยิ่ง เพื่อเป็นการสะเดาะเคราะห์และเสริมสิริมงคลให้กับตัวเอง

2. ทำบุญช่วยชีวิตสัตว์ต่าง ๆ เช่น การไถ่ชีวิตโค-กระบือ ปล่อยนก ปล่อยปลา การบริจาคโลหิต ฯลฯ

3. ไหว้พระ 9 วัด ช่วยเสริมสิริมงคลให้ชีวิต วัดจีนสำคัญ ๆ รวมถึงสถานที่ที่แนะนำให้เดินทางไปไหว้แก้ปีชง ได้แก่

- วัดมังกรกมลาวาส (วัดเล่งเน่ยยี่) กรุงเทพฯ
- วัดบรมราชากาญจนานิกะกอนุสรณ์ คณะสงฆ์จีนนิกายรังสรรค์ (วัดเล่งเน่ยยี่ 2) จ.นนทบุรี
- วัดทิพยวารีวิหาร (วัดกัมโล่วยี่) กรุงเทพฯ
- วัดโพธิ์แมนคุณาราม (วัดโพวมิ่งป้ออึ้งยี่) กรุงเทพฯ
- วัดมังกรบุปผาราม (วัดเล่งฮั่วยี่) จ.จันทบุรี
- วิหารเทพสถิตพระกิติเฉลิม (ศาลเจ้าหน้าจาช่าไท่จื้อ) จ.ชลบุรี
- ศาลเจ้าพ่อเสือ เสาชิงช้า กรุงเทพฯ ฯ

4. หากมีเวลาควรถือศีล กินมังสวิรัต และปฏิบัติกรรมฐาน เข้าวัด และทำบุญ



Thank You