

## เลือกของใส่บาตรตามวันเกิด

นำเสนอเมื่อ : 6 ก.ค. 2552

เป็น อีกหนึ่งเรื่องราวดี ดี จาก FORWARD MAIL ที่สรรหามาฝากในวันหยุด ยาวนี้เจ้า

### วันอาทิตย์

อาหารคาว : ประเภทไข่ ไข่ดาว ไข่เจียว ไข่อูกเขย ดัม แกงกะทิ

อาหารหวาน : ไข่หวาน มะพร้าวอ่อน มะพร้าวแก้ว ขนมใส่กะทิ น้ำกระเจี๊ยบ น้ำมะพร้าว น้ำขิง เงานะ

ของถวายพระ : หลอดไฟ ไฟฉาย เทียน รูป อุปกรณ์แสงสว่าง แวนตา หมากพลู

ไหว้พระ : ปางถวายเนตร ( พระประจำวันเกิด) กำลังวันเท่ากับ 6 (สวดแบบย่อ อะ วิช สุ นุส สา นุต ตี)

ทำทาน : เติมน้ำมันตะเกียงตามวัด คนตาบอด โรงพยาบาลโรคตา มูลนิธิคนตาบอด  
โรงพยาบาลโรคหัวใจ มูลนิธิโรคหัวใจ

พฤติกรรม : ออกรับแสงอาทิตย์อ่อนๆ ช่วงเช้าหรือเย็นๆ เพื่อให้เกิดพลัง อย่าใจร้อน เลิกทิว  
ทำตัวเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น

### วันจันทร์

อาหารคาว : ประเภทสัตว์ปีก สัตว์น้ำ เช่นไก่ผัดขิง ไก่ย่าง ไก่ทอด ปูผัดผงกะหรี่ ปูหนึ่ง ข้าวมันไก่  
ข้าวผัดปู เต้าหู้ทอด แกงจืดเต้าหู้ แกงเผ็ดเป็ดย่าง ปลาสดทอด

อาหารหวาน : น้ำเต้าหู้ นมถั่วเหลือง น้ำอ้อย โดนัท นมสด นมกล่อง เผือก มันล้างสาด ขนมเป็ยะ

ของถวายพระ : แก้วน้ำ แจกัน ของโปร่งๆ สีๆ

ไหว้พระ : ปางห้ามญาติ ( พระประจำวันเกิด) กำลังวัน เท่ากับ 15 ( สวดแบบย่อ อี ระ ชา คะ ตะ ระ  
สา)

ทำทาน : มูลนิธิช่วยเหลือสตรี

พฤติกรรม : ทำจิตใจให้สดชื่น แจ่มใส อยู่เสมอ อย่าวิตกกังวลเกินเหตุ ให้ความช่วยเหลือสตรีเช่นลูก  
ให้สตรีหนึ่งบรรณเมลบริหารกลามเนื้อหนอกให้แข็งแรง

### วันอังคาร

อาหารคาว : อาหารประเภทเส้น ขนมจีน วุ้นเส้น บะหมี่ ก๋วยเตี๋ยว เนื้อวัว ปลาช่อนตากแห้งทอด

อาหารหวาน : ฝอยทอง สลิม ลอดช่อง ทูเรียน ะกำ ขนุน น้ำสไปร์ท น้ำอัดลม

ของถวายพระ : เหล็ก เครื่องมือประเภทเหล็ก กรรไกร แปรงสีฟัน ยาสีฟัน พัดลม กรรไกรตัดเล็บ

ไหว้พระ : ปางไสยาสน์ (พระนอน) มีกำลังเท่ากับ 8 (สวดแบบย่อ ดิ หัง จะ โต โธ ถิ หนัง)

ทำทาน : คนพิการทางปาก ปากแหว่ง ผู้ป่วยโรคลมชัก

พฤติกรรม : ทำตัวให้กระฉับกระเฉง ตื่นตัว ขยันให้มากขึ้น ลดอารมณ์ร้อน การชิงดีชิงเด่น

### วันพุธ (กลางวัน)

อาหารคาว : เน้นสีเขียว-หมู แกงเขียวหวานหมู หมูบั้ง หมูทอด ผัดพริกหมู คะน้าน้ำมันหอย

อาหารหวาน : ขนมเปียกปูนเขียว น้ำฝรั่ง ชมพู่เขียว องุ่นเขียว มะม่วงเขียวเสวยฝรั่ง ชามะนาว

ของถวายพระ : สมุด กระดาษ ปากกา ดินสอ อุปกรณ์การเรียนการศึกษา

ไหว้พระ : ปางอุ้มบาตร (พระประจำวันเกิด) มีกำลังเท่ากับ 17 (สวดแบบย่อ ปี สัม ระ โล ปุ สัต พุท )

ทำทาน : คนพิการทางหู โรงพยาบาลโรคสมอง โรงเรียนสอนคนหูหนวก

พฤติกรรม : อ่านหนังสือธรรมะ ร้องเพลง ฝึกสร้างความมั่นใจให้ตนเอง

### วันพุธ (กลางคืน)

ห่อหมก

อาหารคาว : ของหมักดอง ผักกาดดองผัดไข่ อาหารกระป๋อง แกงใบยอ หมูยอ แหนม ไข่เยี่ยวม้า

ทุเรียน

อาหารหวาน : ข้าวหมาก ขนมเปียกปูนดำ เจาก้วย ข้าวเหนียวดำ เม็ดมะม่วงหิมพานต์ ผลไม้หัวโตๆ

ของถวายพระ : พัดลม เทปธรรมะ ยาแก้โรคลม ยาหอม

ไหว้พระ : ปางป่าเลไลย์ ( พระประจำวันเกิด) มีกำลังเท่ากับ 12 (สวดแบบย่อ คะ พุท บัน ทุ ธัม วะ คะ )

ทำทาน : มูลนิธิหรือหน่วยงานที่เกี่ยวกับยาเสพติด

พฤติกรรม : เลิก บุหรี่ เลิกดื่มหรือลดปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด เลิกการพนัน เลิกทำตัวเหลวไหล เลิกเที่ยวกลางคืน เลิกยาเสพติดทุกชนิด

### วันพฤหัสบดี

อาหารคาว : ประเภทเถา แกงเลียง บวบผัดไข่ น้ำเต้า

อาหารหวาน : แดงโม แดงไทย น้ำสมุนไพรร ส้ม สาลี่ น้ำมะตูม น้ำว่านหางจระเข้

ของถวายพระ : สบง จีวร หนังสือธรรมะ ตู้ยา โต๊ะหมู่บูชา

ไหว้พระ : ปางสมาธิ ( พระประจำวันเกิด) มีกำลังเท่ากับ 19 ( สวดแบบย่อ ภาะ สัม สัม วิ สะ เท ภาะ)

ทำทาน : โรงพยาบาลสงฆ์ บริจาคข้าวสาร เสื้อผ้า ผ้าห่มกันหนาว

พฤติกรรม : นั่งสมาธิ สวดมนต์ ถือน้ำศีล 5 อย่างต่อเนื่องกันไป

### วันศุกร์

อาหารคาว : ประเภทของหอม หวาน ข้าวหอมมะลิ ผักกาดหอม ไข่เจียวหอมใหญ่ ยาหัวหอม

อาหารหวาน : ขนมหวาน หอมทุกชนิด น้ำเก๊กฮวย ผลไม้ที่มีกลิ่นหอม กัลยหอม เค้ก

ของถวายพระ : นาฬิกา โต๊ะรับแขก ดอกไม้สวยหอม ระฆัง ย่าม

ไหว้พระ : ปางรำพึง ( พระประจำวันเกิด) มีกำลังเท่ากับ 21 ( สวดแบบย่อ วา โห โน อะ มะ มะ วา)

ทำทาน : เด็กด้อยโอกาส ให้เงิน ให้เสื้อผ้า อาหารที่หอมหวานชวนกิน เช่น ไอศกรีม

พฤติกรรม : ทำตัวให้สดชื่นแจ่มใส บำรุง ดูแลตัวเองให้ดูดีอยู่ตลอดเวลา จัดสิ่งแวดล้อมให้น่าอยู่ สวยงาม เลิกการฟุ้งเฟ้อ

### วันเสาร์

อาหารคาว : ประเภทของخم ของด่ำมะระยัดไส้ สะเดาน้ำปลาหวาน น้ำพริกปลาทุ มะเขือยาว

อาหารหวาน : ลูกตาลเชื่อม กาแฟ โอเลี้ยง

ของถวายพระ : รมสีด้า กระเบื้องมุงหลังคา ไม้กวาด สร้างห้องน้ำถวายวัด

ไหว้พระ : ปางนาคปรก ( พระประจำวันเกิด) มีกำลังเท่ากับ 10 ( สวดแบบย่อ โส มา ณะ กะ ระ ธา โธ)

ทำทาน : โรงพยาบาลโรคจิต โรงพยาบาลโรคประสาท

พฤติกรรม : กวาดลานวัด ล้างห้องน้ำวัด ไม่เครียด มองโลกในแง่ดี ขยะในบ้านยกทิ้งทุกวัน  
อย่าหมกหมม