

ปีใหม่เดินทางมาสร้างหัว
เพิ่มพลังชีวิตใหม่ให้โน่นหนอน
มาแต่ไกลเต็มเต็มสวนอภิประการ
ปลูกวิถึบ้านดินวันอันสุขหรือ
เก็บดีพรจากฟ้ามาเรียงร้อย
บรรจงร้อยตามสูงทั่วทุกที่
4 ที่สดชื่น สมน้องไปทั้งปี
และพบแต่สิ่งดีดีของชีวิต



คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ทำบุญวันขึ้นปีใหม่

คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา และคณะกรรมการนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ ได้จัดงาน “ทำบุญวันขึ้นปีใหม่ 2547” เพื่อเป็นการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมอันดีงามของไทย เมื่อวันที่ 30 ธันวาคม 2546 ณ โถงชั้นล่างอาคารวิทยาศาสตร์ 1 และในตอนกลางวันมีการเลี้ยงสังสรรค์ปีใหม่ระหว่างคณาจารย์ ข้าราชการ ลูกจ้าง และพนักงานของคณะวิทยาศาสตร์



คณะวิทยาศาสตร์ ร่วมกับโรงเรียนแก่นนำโนโครงการความร่วมมือเพื่อพัฒนาการเรียนการสอนและการจัดการศึกษาวิชาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ระดับโรงเรียน จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ

✘ โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “เทคนิคการสอนวิทยาศาสตร์ให้น่าเรียนและการสร้างสื่อไอทีคราตาถูก” โดยมีอาจารย์จากโรงเรียนแก่นนำระดับมัธยมศึกษาและระดับประถมศึกษา จำนวน 22 คน โดยผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จันทร์ชัย หลูญู ประยูร เป็นวิทยากร เมื่อวันที่ 20-21 ธันวาคม 2546 ณ ห้อง 125 อาคารวิทยาศาสตร์ 3 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

✘ โครงการอบรมเพิ่มพูนความรู้ความสามารถด้านวิชาการอาจารย์สาขาวิชาคณิตศาสตร์ เรื่อง “การคิดเชิงคณิตศาสตร์ 2 (ระดับช่วงชั้น 1,2 และ 3)” โดยมีอาจารย์จากโรงเรียนแก่นนำระดับมัธยมศึกษาและระดับประถมศึกษา จำนวน 22 คน โดยคณาจารย์ภาควิชาคณิตศาสตร์เป็นวิทยากร ระหว่างวันที่ 11, 18, 28 มกราคม และวันที่ 1, 8, 15, 22 กุมภาพันธ์ และวันที่ 1, 8, 15 มีนาคม 2547 ณ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

กิจกรรมบริการวิชาการ

ภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ร่วมกับเทศบาลตำบลชะอำ จัดโครงการบริการทางวิชาการเพื่อสังคมในหัวข้อ “การพัฒนาและยกระดับคุณภาพบุคลากรผู้ปรุงอาหาร และผู้ให้บริการเพื่อบริการนักท่องเที่ยวให้มีความปลอดภัยในการบริโภคและพึงพอใจในการใช้บริการ” เมื่อวันที่ 10 ธันวาคม 2546 ณ ห้องประชุมนิพนธ์รีสอร์ท เทศบาลตำบลชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยมีผู้เข้าอบรมและผู้สังเกตการณ์รวม 140 คน

บริจาคคอมพิวเตอร์

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราณี นิลกรณ์ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ มอบเครื่องคอมพิวเตอร์ให้กับโรงเรียนบ้านหนองพงนอก อำเภอกำแพงแสน โรงเรียนเทศบาล 5 วัดพระปฐมเจดีย์ อำเภอเมือง นครปฐม โรงเรียนวัดหอมเกร็ด (ไพศาลประชานุกูล) อำเภอสามพราน โรงเรียนอนุบาลบ้านโป่ง (วัดปลักแรด) อำเภอบ้านโป่ง และ โรงเรียนวัดโพรงมะเดื่อ (ศรีวิทยากร) อำเภอเมืองนครปฐม โรงเรียนละ 5 เครื่อง เพื่อใช้ในการเรียนการสอน เมื่อวันที่ 16 ธันวาคม 2546 ณ ห้อง 1135 อาคารวิทยาศาสตร์ 1

แข่งขันเขียนโปรแกรมภาษา C

สาขาวิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ภาควิชาคณิตศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ร่วมกับ บริษัท รอยเตอร์ ซอฟต์แวร์ (ประเทศไทย) จำกัด จัดโครงการ “การแข่งขันเขียนโปรแกรมภาษา C” ระดับมัธยมศึกษา ครั้งที่ 1 ปีการศึกษา 2546 ขึ้น รับสมัครตั้งแต่วันที่ 10 มกราคม 2546 อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.cs.su.ac.th>

กิจกรรมนักศึกษา

* นายโสวัจ ตันตระอำไพ รหัส 741171 และนายณัฐพงศ์ วานิชชินชัย รหัส 742317 นักศึกษาสาขาวิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 จากการประกวด Java Software Contest ของ Sun Micro Systems

* นางสาวมลฤดี สิงห์นุกูล รหัส 743016 สาขาวิชาคณิตศาสตร์ ได้รับทุนการศึกษา จากโครงการเขียนเรียงความเพื่อขอรับทุนการศึกษาสำหรับเด็กและเยาวชนตามนโยบายของรัฐบาล เป็นเงิน 20,000 บาท

* คณะกรรมการนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ จัดโครงการกีฬาวิชาเอกคณะวิทยาศาสตร์ ในระหว่างวันที่ 8-10 ธันวาคม 2546 ณ สนามกีฬา มหาวิทยาลัยศิลปากร

* คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา และคณะกรรมการนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ จัดโครงการทำบุญวันขึ้นปีใหม่ 2547 ในวันอังคารที่ 30 ธันวาคม 2546 ณ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

* คณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา และคณะกรรมการนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ จัดโครงการ “แต่... ผู้สูงอายุ” ในวันจันทร์ที่ 12 มกราคม 2547 ณ บ้านพักคนชรา จังหวัดนครปฐม

* คณะกรรมการนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ จัดโครงการ “วันเด็ก” ในวันศุกร์ที่ 9 มกราคม 2547 ณ โรงเรียนบ้านบึงคา อำเภอบางปลาม้า จังหวัดสุพรรณบุรี

บรรยายพิเศษ

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร เชิญนักวิจัยมาบรรยายพิเศษในหัวข้อ "การคาดการณ์สถานภาพการวิจัยด้านวิทยาศาสตร์กายภาพในประเทศไทย" ในวันพุธที่ 21 มกราคม พ.ศ. 2547 ณ ห้อง 4103 อาคารวิทยาศาสตร์ 4 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ตั้งแต่เวลา 13.00 - 16.00 น. โดยมีนักวิจัยร่วมบรรยายดังนี้

- | | |
|--------------------------------|---|
| 1. รศ.ดร.สุพจน์ หาญหนองบัว | ภาควิชาเคมี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 2. รศ.ดร.เกตุ กรุดพันธ์ | ภาควิชาเคมี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ |
| 3. รศ.ดร.วันชัย ดีเอกนามกุล | ภาควิชาเภสัชเวท จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 4. รศ.ดร.วัชรพงษ์ อนันต์ชื่น | สาขาวิชาศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช |
| 5. ผศ.ดร.ธีรเกียรติ์ เกิดเจริญ | ภาควิชาฟิสิกส์ มหาวิทยาลัยมหิดล |

มอบเงินรางวัลสนับสนุนการผลิตผลงานทางวิชาการของคณาจารย์

คณะวิทยาศาสตร์ มอบเงินรางวัลสนับสนุนการผลิตผลงานทางวิชาการของคณาจารย์ดังนี้

- การเผยแพร่ผลงานวิชาการระดับนานาชาติ รางวัลละ 4,000 บาท (สี่พันบาทถ้วน) ได้แก่
 1. ศาสตราจารย์ ดร.พิทยา ตันติเวชวุฒิกุล ภาควิชาเคมี ผลงานเรื่อง Sulfur-Containing Compounds from *Clinacanthus siamensis* ในวารสาร Chem. Pharm. Bull. 51(12), 1423-1425(2003)
 2. รองศาสตราจารย์ ดร.นวิรัตน์ อนันต์ชัน ภาควิชาคณิตศาสตร์ ผลงานเรื่อง On a Minimum Cutset of Strongly k -Extendable Graphs ในวารสาร JCMCC 45(2003) หน้า 63-78
 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญศรี จงเสรีจิตต์ ภาควิชาชีววิทยา ผลงานเรื่อง Production of 5-Aminolevulinic Acid and Vitamin B₁₂ Using Metabolic Engineering of *Propionibacterium freudenreichii* ในวารสาร Fermentation Biotechnology 862 หน้า 221-232
 4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน ไกรลาส ภาควิชาชีววิทยา ผลงานเรื่อง LOCALIZATION OF ANTIGENIC MOLECULES OF ADULT FASCIOLA GIGANTICA USING MONOCLONAL ANTIBODIES AGAINST THE PARASITE TEGUMENTAL ANTIGEN ในวารสาร The Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health Volume 34 Supplement 2,2003 หน้า 110-113
- การเสนอแบบบรรยายในการประชุมสัมมนาทางวิชาการระดับประเทศ รางวัลละ 1,000 บาท (หนึ่งพันบาทถ้วน) ได้แก่
 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จันทนา จันทราพรชัย ภาควิชาคณิตศาสตร์ ผลงานเรื่อง VISUAL PARALLEL PROGRAMMING FOR AUTOMATIC CODE GENERATION IN C BASED ON MPI ในการประชุมวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 ณ ศูนย์ประชุมอเนกประสงค์กาญจนาภิเษก มหาวิทยาลัยขอนแก่น วันที่ 21 ตุลาคม 2546
 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัศมี ชัยสุขสันต์ ภาควิชาเคมี ผลงานเรื่อง การตรวจวัดเชิงโพเทนซีโอเมตริกของทองแดง (II) โดยใช้ขั้วคาร์บอนเพสต์ที่ดัดแปลงด้วยเนพธาซารินในระบบโพลินเจกชัน ในการประชุมวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 ณ ศูนย์ประชุมอเนกประสงค์กาญจนาภิเษก มหาวิทยาลัยขอนแก่น วันที่ 21 ตุลาคม 2546
- การเสนอแบบโปสเตอร์ในการประชุมสัมมนาทางวิชาการระดับนานาชาติ รางวัลละ 1,000 บาท (หนึ่งพันบาทถ้วน) ได้แก่
 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรษา ปานเจริญ ภาควิชาเคมี ผลงานเรื่อง New Limonoids from *Sandoricum koetjape* ในการประชุมนานาชาติ Eleventh Asian Symposium on Medicinal Plants, Spices and Other Natural Products (ASOMPSXI) ณ เมืองคุนหมิง ประเทศจีน ระหว่างวันที่ 26-30 ตุลาคม 2546
 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน ไกรลาส ภาควิชาชีววิทยา ผลงานเรื่อง STUDIES OF THE INFECTION RATE OF TREMATODE IN THE FISH FROM A WASTEWATER TREATMENT FACTORY' POLISHING POND AND BANGYAI CANAL, MUANG DISTRICT, PHUKET PROVINCE, THAILAND ในการประชุม 4th Seminar on Food and Water-borne Parasitic Zoonoses 2nd International Meeting on Gnathostomiasis Joint International Tropical Medicine Meeting 2003 ณ Siam City Hotel, Bangkok, Thailand 2-4 December 2003

- การเสนอแบบโปสเตอร์ในการประชุมสัมมนาทางวิชาการระดับประเทศ รางวัลละ 500 บาท (ห้าร้อยบาทถ้วน) ได้แก่
 1. อาจารย์ ดร.รัชฎา บุญเต็ม ภาควิชาเคมี ผลงานเรื่อง ศึกษาวิธีการสังเคราะห์และคุณสมบัติเชิงโครงสร้างของ 4-(cis-2-(4-(5,10,15-Triphenyl-20-porphyrinyl)phenyl)ethen-1-yl)benzaldehyde ในการประชุมวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 ณ ศูนย์ประชุมอเนกประสงค์กาญจนาภิเษก มหาวิทยาลัยขอนแก่น วันที่ 20-22 ตุลาคม 2546

ข่าวบุคคล

☺ รองศาสตราจารย์ ดร.เสริม จันทร์ฉาย อาจารย์ประจำภาควิชาฟิสิกส์ ได้รับเชิญให้เป็นสมาชิกในคณะกรรมการที่ปรึกษาการตรวจวัดความเข้มรังสีอุลตราไวโอเลตจากดวงอาทิตย์ทั่วโลก (SAG/UV) ภายใต้โครงการ Global Atmospheric Watch (GAW) ขององค์การอุตุนิยมวิทยาโลก (WMO) โดยได้เดินทางไปร่วมประชุมคณะกรรมการดังกล่าว ณ เมืองบัวโนสไอเรส ประเทศอาร์เจนตินา ระหว่างวันที่ 24-27 พฤศจิกายน 2546 ปัจจุบันรองศาสตราจารย์ ดร.เสริม จันทร์ฉาย อยู่ระหว่างดำเนินโครงการศึกษาความเข้มรังสีอุลตราไวโอเลตจากดวงอาทิตย์ในประเทศไทย โดยได้รับทุนวิจัยจากสำนักกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)

☺ อาจารย์ ดร.รัชฎา บุญเต็ม อาจารย์ประจำภาควิชาเคมี ได้รับอนุญาตเข้าร่วมประชุมคณะกรรมการสอบคัดเลือกผู้สมัครรับทุน พสวท. ระดับปริญญาตรี-โท-เอก ศึกษา ณ ต่างประเทศ ประจำปีการศึกษา 2547 เมื่อวันที่ 26 ธันวาคม 2546 เวลา 9.00-12.00 น. ณ ห้องประชุมสนั่น สุมิตร ชั้น 4 อาคารปฏิบัติการ สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สสวท.) และได้รับอนุญาตไปสำรวจเส้นทาง สถานที่ศึกษา คูงาน และเชิญประชุม เพื่อนำคณะนักเรียนไปศึกษาคูงาน ระหว่างวันที่ 10-11 ธันวาคม 2546 ณ โครงการพระราชประสงค์หุบกระพง อำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี และโครงการในพระราชดำริ อำเภอปราณบุรี อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และเข้าร่วมประชุมปรึกษาหารือครั้งที่ 3/2546 วันเสาร์ที่ 13 ธันวาคม 2546 เวลา 9.00 น. ณ ห้องประชุมสนั่น สุมิตร ชั้น 4 อาคารปฏิบัติการ สสวท.

☺ อาจารย์ ดร.กลางพล กมลโชติ อาจารย์ประจำภาควิชาเคมี ได้รับอนุญาตเป็นกรรมการที่ปรึกษาในการจัดทำคุณลักษณะเฉพาะเครื่องมือวิทยาศาสตร์และทางการแพทย์ ณ สำนักนิติวิทยาศาสตร์บริการ สถาบันนิติวิทยาศาสตร์ ถนนแจ้งวัฒนะ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

☺ นายจตุรนต์ มีทวี ลูกจ้างมหาวิทยาลัยจากเงินรายได้ ตำแหน่งพนักงานเครื่องคอมพิวเตอร์ สังกัด สำนักงานเลขานุการ ได้รับอนุญาตให้ลาออกจากราชการ เพื่อไปประกอบอาชีพอื่น ทั้งนี้ตั้งแต่วันที่ 16 ธันวาคม 2546

บุคลากรใหม่

* นางสาวนิลวรรณ พงศ์ศิลป์ วุฒิ วท.ค (เทคโนโลยีชีวภาพ) จาก มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี บรรจุและแต่งตั้งเป็นพนักงานมหาวิทยาลัย ตำแหน่ง อาจารย์ ภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 11 ธันวาคม 2546

ข่าวคณะวิทยาศาสตร์ มีจุดมุ่งหมายเพื่อเป็นสื่อกลางระหว่างคณะวิทยาศาสตร์ ศิษย์เก่า และผู้มีอุปการคุณ หากท่านมีความประสงค์ที่จะส่งข้อเสนอแนะ ข่าวสาร หรือเปลี่ยนที่อยู่โปรดแจ้ง คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ นครปฐม 73000
โทรศัพท์ 0-3425-5093 โทรสาร 0-3425-5820 E-mail science@su.ac.th
สามารถเปิดอ่านข่าวคณะวิทยาศาสตร์ได้ใน www.sc.su.ac.th ได้เช่นกัน

ปีใหม่.....อีกแล้ว

วศิน อิงคพัฒนกุล

แล้ววันที่โลกมนุษย์หมุนรอบตัวเองมาครบ 365 รอบ และหมุนรอบดวงอาทิตย์มาจนบรรจบจุดเริ่มต้นอีกครั้งหนึ่งก็มาถึง แสดงให้เห็นว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น เป็นอยู่ และเป็นไปตามธรรมชาติของสิ่งนั้น ที่เรียกว่า “ธรรมชาติ” ยังคงรักษาจักรวาลของมันไว้เช่นเคย

ในทุกกรอบปี ก่อนจะถึงวันเริ่มต้นนับหนึ่งกันใหม่ในปีถัดไป หลายสิ่งที่คุณต้องประสบ และกระทำจนจนถือว่าเป็นกิจวัตรประจำปี นอกเหนือจากการหาซื้อของขวัญ หรือ ส.ค.ส. เพื่อมอบให้คนที่เรารัก หรือผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ รวมทั้งการเข้าร่วมงานเลี้ยงสังสรรค์แล้ว อีกสิ่งหนึ่งที่มีจะทำกันอย่างสม่ำเสมอ คือ การทบทวนย้อนเวลากลับไปว่าในช่วงปีที่ผ่านมาฉัน ตนเองได้กระทำ หรือไม่ได้กระทำ สิ่งดี ๆ ที่ตั้งใจไว้หรือไม่ รวมทั้งค้นหาว่าในปีที่กำลังย่างกรายเข้ามาฉัน ตนเองจะดำเนินชีวิตให้มีความสุข และคุณค่าได้อย่างไรบ้าง ซึ่งก็มักจะมีพระสงฆ์องค์เจ้าท่านออกมาชี้แนะหนทางสว่างให้อยู่เป็นนิรันดร์ ซึ่งความเป็นจริงแล้ว บุคคลที่จะรู้ดีที่สุดในคำถามดังกล่าว คือ ตัวของตัวเองเท่านั้น เพราะทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ที่จิตใจของคนเท่านั้น ซึ่งผู้เขียนเองได้วิเคราะห์ตนเองเช่นกันว่า รอบปีที่ผ่านมาฉันมีความสุข ความทุกข์ประการใดบ้าง สิ่งใดที่ทำให้เกิดทุกข์ สิ่งใดเป็นหนทางแห่งความสุข จึงขอนำมาเล่าสู่กันฟัง หากใครจะลองนำไปใช้บ้าง น่าจะก่อเกิดประโยชน์ในระดับหนึ่ง ทั้งนี้ การที่จะทำให้ตนเองมีความสุข ปราศจากความทุกข์นั้น คงหนีไม่พ้นการประยุกต์หลักธรรม ซึ่งผู้เขียนได้ดำเนินการกับตนเอง ดังนี้

1. ไม่ทำร้ายร่างกายตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การตรากตรำกับสิ่งที่บั่นทอนความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกาย และการเสพสิ่งทำลายสุขภาพทางร่างกาย เช่น เหล้า เบียร์ บุหรี่ การพนัน เป็นต้น ซึ่งผู้เขียนกล่าวพูดได้อย่างเต็มปากเต็มคำว่า ไม่มีภารกิจแะกับสิ่งต่าง ๆ ที่ยกเป็นตัวอย่างเหล่านี้เลยแม้แต่น้อย

2. ไม่ทำร้ายจิตใจตนเอง จากคำโบราณที่ว่า “ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว” จะพบว่าคนโบราณให้ความสำคัญกับจิตใจมากกว่าร่างกาย ซึ่งจากข้อเท็จจริงที่ปรากฏพบว่า จิตใจที่เข้มแข็งต้องอยู่ในร่างกายที่แข็งแรง ดังนั้น จึงไม่ควรทำร้ายจิตใจตนเอง หรือผู้อื่นในทุกกรณี ควรมองโลกในแง่ดีตลอดเวลา มีอารมณ์ขันเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย และจิตใจ

3. มีความสุขกับการทำงาน และทำงานให้มีความสุข ด้วยเหตุผลทางด้านเศรษฐกิจ และสังคม ชีวิตของคนวัยทำงานจึงต้องมีการจัดสรรเวลาการทำงานเป็นสัดส่วนมากกว่าเวลาอื่น ๆ เสมอ ดังนั้น หากสามารถสร้างความสุขกับการทำงานได้อย่างดีแล้ว นอกจากจะเป็นการไม่ทำร้ายจิตใจตนเองแล้ว ผลงาน (ที่สุจริต) ที่เกิดจากการทำงานด้วยใจ ย่อมมีคุณค่า และเป็นประโยชน์ต่อตนเอง และสังคมเสมอ

4. เป็นนายของเวลา หมายถึง การจัดสรรเวลาให้แก่ตนเอง และคนรอบข้างอย่างสมดุล โดยต้องหลีกเลี่ยงความวิตกกังวลกับสิ่งต่าง ๆ ที่ยังไม่ถึงเวลาของการเป็นไป มิฉะนั้นแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความวิตกกังวลโดยไร้เหตุผล และอาจนำมาซึ่งความทุกข์ทางใจ และทางร่างกายได้

อย่างไรก็ตาม การจะทำให้ชีวิตมีความสุข อาจกระทำได้หลากหลายแนวทาง แต่ทุกเส้นทางที่กำหนดควรจะไม่ก่อให้เกิดการเบียดเบียนสิ่งต่าง ๆ และจากแนวทางที่ได้นำเสนอมานี้ หากท่านใดปฏิบัติตามได้มากบ้าง น้อยบ้าง ย่อมก่อให้เกิดความสุขได้มาก-น้อยลดหย่อนกันไปตามลำดับ ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของปัจเจกบุคคลเป็นสำคัญ