



หนังสือชุดคู่มือครู
โรงเรียนประถมศึกษา



หน้าที่ของผู้หญิง



ของ
นางนิลรัตน์ บรรณนิลทจิรวรสาส์น
อาจารย์ใหญ่
โรงเรียนฝึกหัดครูสตรีเพชรบุรีวิทยาลงกรณ์

พิมพ์ครั้งที่หนึ่ง ๒๐,๐๐๐ ฉบับ

พ. ศ. ๒๔๙๕

พิมพ์ที่โรงพิมพ์คุรุสภา



หน้าทับของผู้หญิง

ของ

นางนิลรัตน์ บรรณสิทธิ์วรสาสน์

อาจารย์ใหญ่

โรงเรียนฝึกหัดครูสตรีเพชรบุรีวิทยาลัยสงครณ

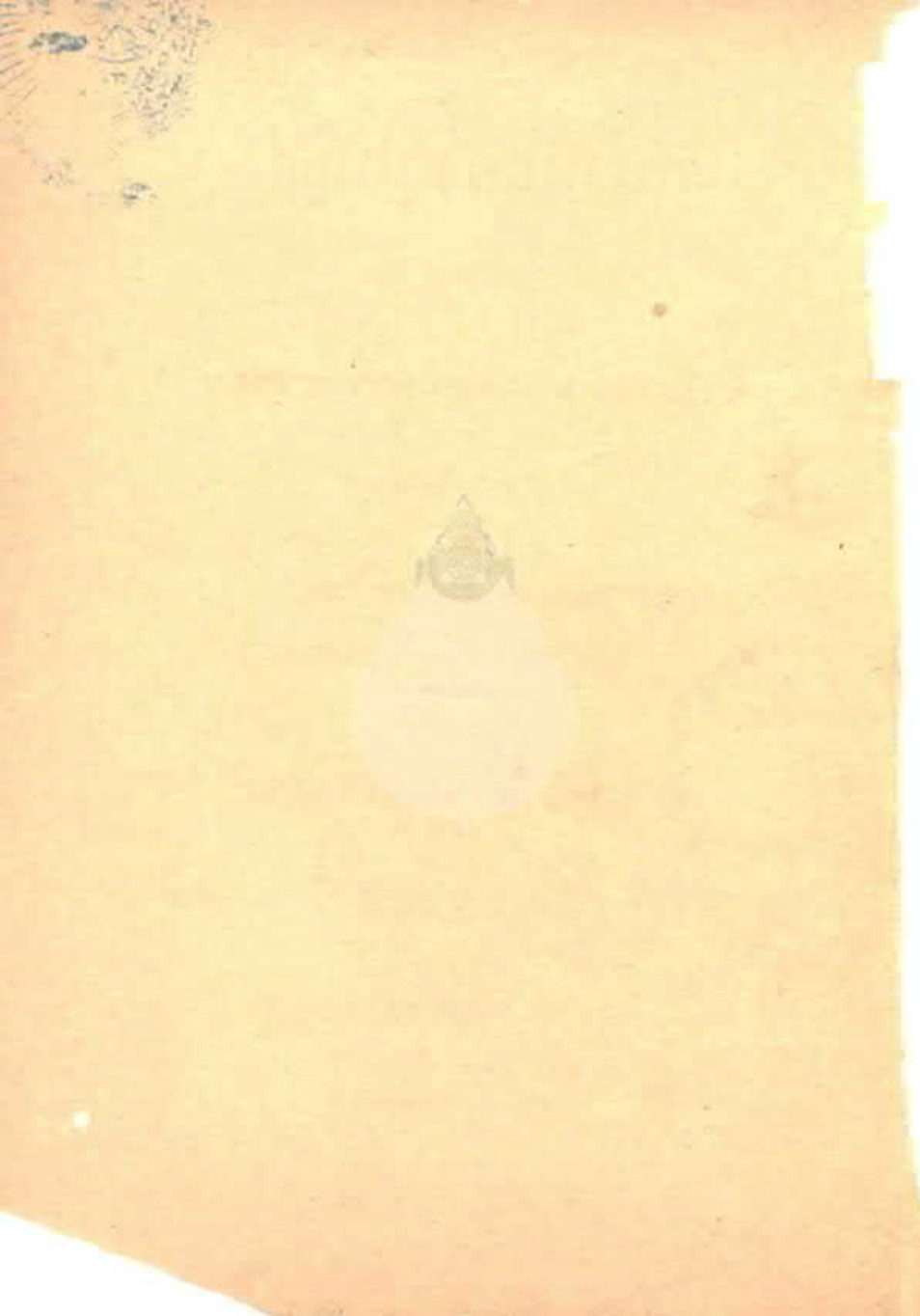
พิมพ์ครั้งที่หนึ่ง ๒๐,๐๐๐ ฉบับ

พ.ศ. ๒๔๙๕

สงวนลิขสิทธิ์

FI 05773 2 1

พิมพ์ที่โรงพิมพ์ครุสภา



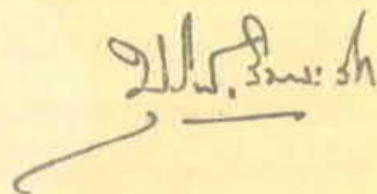
คำชี้แจงกรมสามัญศึกษา

ด้วยกรมสามัญศึกษาได้พิจารณาเห็นว่า เวลานี้ครูที่
ทำการสอนอยู่ในโรงเรียนประชาบาลทั่ว ๆ ไป ส่วนมาก
ยังขาดวุฒิทางครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิธีสอน เพราะไม่
ค่อยได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนมาก่อน มีแต่วุฒิสามัญใช้
เป็นพื้นความรู้ ทำ การ สอน นักเรียน เพียง อย่าง เดียว
นับว่ายังมีเครื่องมือไม่พร้อมสำหรับที่จะดำเนินการสอน
ให้ได้ผลตามความต้องการของทางราชการ กรมสามัญ
ศึกษาจึงได้พยายามหาทางช่วยเหลือบรรดาครูดังกล่าว ให้
มีโอกาสได้ศึกษาหาความรู้ต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับครูให้
กว้างขวางยิ่งขึ้น ได้พิจารณาแล้วเห็นว่า หนังสือเรื่อง
หน้าที่ของผู้หญิง ซึ่ง นางนิลรัตน์ บรรณเสถียรศาสน์
อาจารย์ใหญ่โรงเรียนเพชรบุรีวิทยาลงกรณ์ จังหวัดพระนคร
ได้เรียบเรียงขึ้น เหมาะที่จะใช้เป็นประโยชน์สำหรับครู
เพราะจะได้ใช้เป็น คู่มือสำหรับการสอนนักเรียนในชั้น
ประถมศึกษาได้โดยตรง นอกจากนี้ยังเป็นประโยชน์แก่
ส่วนตัวของครูเองโดยเฉพาะอีกด้วย นับว่าได้ประโยชน์
หลายประการ ด้วยเหตุดังกล่าวแล้ว กรมสามัญศึกษาจึง

ได้ขออนุญาตเจ้าของจัดพิมพ์ขึ้น เพื่อใช้เป็นหนังสือ
คู่มือครู

กรมสามัญศึกษาขอขอบใจ นางนิลรัตน์ บรรณสิทธิ์
วรรณสาร เจ้าของเรื่องไว้ ณ ที่นี้ด้วย ขอให้ครูทั้งหลาย
ได้พิจารณาใช้หนังสือนี้ให้บังเกิดประโยชน์แก่การสั่งสอน
อบรมนักเรียนสืบไป.

วันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๕



ผู้ช่วยอธิบดี รักษาการแทน
อธิบดีกรมสามัญศึกษา

หน้าที่ของผู้หญิง

ผู้หญิงมีหน้าที่สำคัญ ๒ ประการ คือ

๑. เป็นแม่ใจชายผู้เป็นหัวหน้าของครอบครัว ในฐานะแม่เรือน ผู้หญิงใดประพฤติตนไม่สมกับหน้าที่ คือ ไม่มีความรู้ที่จะเอาใจใส่ในการปรนนิบัติ ไม่รู้จักครองตนครองทรัพย์สมบัติ ก็ย่อมเป็นช่องทางให้เกิดความแตกร้างและความเสื่อมทราม ตัวอย่าง เช่น ชายเป็นคนที่หมั่นประกอบกิจการงาน เพื่อหาทรัพย์มาบำรุงครอบครัวของตน แต่หากหญิงผู้เป็นภรรยาประพฤติตนไม่ควรแก่หน้าที่ มีวาจาเถเถระระรำว ปลื้มยินดีให้เขินไปในทางพาล ชอบเล่นการพนันและเที่ยวเตร่ ไม่รู้จักการปรนนิบัติและครองตน ไม่รู้จักสงวนทรัพย์สมบัติ ครอบครัวก็ย่อมไคร้กับความเกียจคร้านอันทอนความเจริญ ผลสุดท้ายก็ต้องแตกสลายฉีกกัน และอาจพาคนชวคเซถึงความหายนะเป็นที่สุด

๒. หญิงเป็นผู้อบรมเด็กที่เกิดมา ในฐานะที่เป็นมารดาของเด็กหรือเป็นพี่เลี้ยงนางนม กิริยา วาจา ตลอดจนจิตใจของเด็ก จะอ่อนโยนหรือแข็งกระด้าง ย่อมผูกพันไปด้วยกันไปจากหญิงทั้งสิ้น ผู้หญิงจึงต้องมีคุณธรรมความดี มีวิชา

ความรู้พอสมควรกับหน้าที่ เพื่อส่งเสริมตนและเกิดในปกครอง
 ของตนให้เป็นบุคคลมีประโยชน์แก่ครอบครัวและชาติบ้านเมือง
 กิจกรรมที่แม่เรอนจะต้องกระทำ คือ

๑. การรัก หมายถึงการรักปลื้มสิ่งของให้เรียบร้อย
 เป็นหมวดหมู่ตามประเภทของไม้ก้าน่ายปนเปกัน ต้องรัก
 วางให้เหมาะแก่สถานที่ หลักสำคัญของการรักก็คือว่า ต้อง
 รักให้หยาบง่ายหาयरักงามตา

๒. การแต่ง หมายความว่า รักตกแต่งสิ่งของต่างๆ
 ให้แลดูงามสะอาดตามสมควรแก่สถานที่และประเภทของของนั้น
 เช่นการตกแต่งบ้านเรือนเป็นต้น จะต้องแต่งให้สะอาดและ
 เป็นสง่างามของใช้ไม่ซั้ดๆ ทั้งนี้ไม่ใช่หมายความว่าระใช้
 ของเก่าๆ แม้จะเป็นของธรรมดา ถ้าเจ้าของรักประณีตรู้การ
 แลดูงามได้

๓. การรักษา หมายความว่า ใ้รักใช้สิ่งของที่มี
 อยู่แล้วให้ถูกตามสภาวะ เช่นไม้เสาของเสาไปใช้ในที่ที่ หรือ
 เสาของที่ไปใช้ในที่ทั่วไป ต้องรักเก็บและรักษาของนั้นให้พ้น
 อันตรายและความเสียหายต่างๆ เช่นของที่มีราคาต้องเก็บไว้
 ให้พ้นโจรภัย หรือของสิ่งใดชำรุดก็ควรรีบซ่อมแซม เพื่อ

ซึ่งกันไม่ให้เสียหายมากขึ้น เมื่อใช้ของสิ่งใดแล้วให้นำเก็บ
ยังที่ อย่าใช้ทิ้งใช้ขว้างจะเป็นต้นทางแห่งความเสียหาย

๔. การซ่อม หมายความว่า จะต้องเป็นผู้รักเสียกาย
ของ ของสิ่งใดชำรุดก็ต้องรักซ่อมแซมให้ใช้ได้นานยาวต่อไป
หรือเปลี่ยนแปลงเฉพาะส่วนที่ยก ไปประกอบเป็นวัตถุอันใช้
ต่อไปได้อีก ให้ใช้ไถ่นถนอมทุกส่วนของของนั้น เช่น
เสื่อขากระตึงเย็บ เมื่อเย็บแล้วยังขากอีกนใช้ใส่ไม้ไ้ ก็
ต้องเก็บไว้ใช้เส็ดด้วยสาม เมื่อใช้เส็ดด้วยสามไม้ไ้ก็ควร
ใช้เป็นผ้าขรขวสำหรับถูเรือน และสิ่งอื่นก็ต้องซ่อมใช้จนถนอม
เช่นเดียวกัน

๕. การปรนนิบัติ หมายความว่า จะต้องปรนนิบัติ
เอาอกเอาใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่คนที่อยู่ใกล้เคียงโดยรอบข้าง มี
บิดามารดา สามี ญาติพี่น้องและคนใช้ เพื่อให้คนเหล่านั้น
รักใคร่และยำเกรง

๖. การพยาบาล หมายความว่า จะต้องเป็นผู้ดูแล
และปฏิบัติเอาใจคนไข้ ให้คนไข้ได้รับความสุข ทำการพยาบาล
ให้ถูกต้องโรค และทำตามคำสั่งของแพทย์ในการให้ยา ให้
อาหารตามเวลา คอยระจำอาการของคนไข้ไว้บอกแพทย์ รู้จัก
หาอาหารที่สมควรแก่คนไข้ ให้คนไข้รับประทาน

๗. การต้อนรับ หมายความว่า ให้เป็นผู้รู้จักการ
ต้อนรับแขกตามสมควรแก่ชั้นของบุคคล โดยแสดงกิริยาวาจา
และอัธยาศัยอันดี ให้แขกเกิดความนิยมในมารยาทของผู้ต้อนรับ
ไม่ให้แขกต้องเกิดอรรถาภา

๘. การชักฟอก หมายความว่า รู้จักฟอกเสื้อผ้าทุก
ชนิดให้สะอาดและเรียบร้อย

๙. การเลี้ยงทารก หมายความว่า ให้รู้จักเลี้ยงทารก
ตั้งแต่แรกเกิดมา ให้มีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรค
ตลอดจนการอบรมนิสัยใจคอให้เป็นคนดี

๑๐. การครัว หมายความว่า ให้รู้จักทำอาหารคาว
หวาน มีการพลิกแพลงทำให้ผู้รับประทานไม่รู้สึกเบื่อ ไม่ให้
หมดเปลือง และให้เป็นประโยชน์แก่ร่างกายด้วย

๑๑. การเย็บปักถักร้อย หมายความว่า จะต้องรู้จัก
เย็บผ้าผืนที่จะต้องใช้สอยได้เอง ทั้งถักร้อยและถักด้วยมือ มีการเย็บเสื่อ
มุ้งและที่นอนเป็นต้น เพื่อจะได้ไม่ต้องเสียเงินจ้าง
หรือให้वानคนอื่น ในการปักต้องรู้จักปักผ้าเช็ดหน้า หมอน
และเสื้อผ้าได้ ในการถักต้องรู้จักถักด้วยด้าย เป็นผ้าปูโต๊ะ
ตุ๊กไม้ ถักรังคม รู้จักถักไหมพรมเป็นผ้าพันคอผ้าห่ม หมวก
และถุงเท้า เสื้อเด็ก ๆ ในการร้อยก็ต้องรู้จักร้อยดอกไม้สดแห้ง

จักบอกไม้พาน บั๊กแกกันและผูกพวงมาลาวางศพ อันเป็นเวร
ที่ตองใช้ในกิจการบ้านเรือนไค

๑๒. การบัญชี ให้รู้จักการบัญชีรับจ่าย บัญชี
เงินสด และบัญชีสิ่งของเครื่องใช้ในบ้านไคถูกต้อง

การจัดและแต่งบ้าน

ความธรรมดาบ้านเรือนจะต้องมีสถานที่สำคัญที่สุด คือ
ห้องนอน, ครัว, ครัวแขก, ห้องน้ำ, ห้องส้วม ต่อจากนั้นห้อง
หนังสือ, ห้องพระ, ห้องแต่งตัว, ห้องกินข้าว, ห้องเก็บ ตาม
ฐานะของเจ้าของบ้าน ว่าจะเป็นผู้มั่งคั่งหรือขาดแคลน มีเวลา
ว่างมากหรือน้อยอย่างไร ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะแต่ทำเป็น
การจัดบ้านเรือนให้ไคระเบียบเรียบร้อยเป็นการแสดง วัฒนธรรม
ของเจ้าของบ้าน และส่งเสริมจิตใจของผู้อยู่ในบ้านให้เข้มแข็ง
ผ่องใส เราเห็นคเห็นอยในการทำมาหากิน ก็ต้องปรารภ
การอยู่ก็กินก็ จึงเป็นความจำเป็นที่เรตองรู้จักทำและอบรม
ผู้คนในบ้านให้รู้จักช่วยกัน เมื่อไคทำอยู่เสมอก็จะเกิดเป็นนิสัย
ขึ้น ไม่เป็นควรยากที่จะปฏิบัติ

ขึ้นกันจะต้องรักษาพื้นบ้านให้เคยนและสะอาด ประ
คหน้าต่างตองเป็กรับอากาศและแสงแดดทุกขาน ถ้ามีข้อสัคตอง

สัปดาห์หรือสองสัปดาห์ เมื่อไม่มีคนอยู่บ้านจึงยก ตามหน้าต่างและราว
 ถูกกระเบื้องหรือสิ่งอื่นที่สกปรก ฝุ่นและข้าวของ
 ควรอยู่ตามที ถ้าต้องการจะผึ่งแดดก็นำไปผึ่งยังราว อย่าห้อย
 แขนงอะไรจากเพดานหรือข้างฝาผนัง สิ่งกรงรังเช่น ตะกร้า
 ไม่ควรวางลงบนพื้น ไม้คานหรือเครื่องมือนานาชนิดให้เก็บเข้าที่เก็บ
 สบายผู้อื่น แม้จะเป็นคนต้องทำมาหากินโดยออกจากบ้านแต่เช้า
 ก็ควรแบ่งเวลาเก็บกวาดให้เรียบร้อยก่อนเวลาออกจากบ้าน เมื่อ
 เลิกร่างงานเหนื่อยมาเห็นบ้านเรียบร้อยจะทำให้ใจสบาย

หลักในการจัดบ้านสรุปได้ดังนี้

๑. ต้องรู้จักรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ เพราะความสะอาด
 เป็นเครื่องป้องกันไม่ให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ ทั้งมองดูงามตา ทำให้
 เกิดความสุขใจ

๒. จะต้องจัดให้เรียบร้อย วางสิ่งของเครื่องใช้ให้เป็น
 ระเบียบ ไม่เกะกะก้าวก่ายปนเปกัน ของจำพวกใดควรระวัง
 ณ ที่ใด ก็ควรวางให้เป็นหมวดหมู่ เพื่อหยิบใช้ได้ง่าย

๓. สิ่งของที่ไม่งามตา ควรแยกให้ล้นตา ถ้าไม่
 ความจำเป็นจะต้องไว้ ก็จงเก็บไว้ในห้องเก็บของหรือที่ล้นตาคน
 ของสิ่งใดที่งามควรวางไว้ในที่เปิดเผย จะเป็นเครื่องประดับ
 ห้องให้คงความยิ่งยง

๔. ของสิ่งใดที่ควรวางประจำที่เสมอ ถ้าเป็นของหนัก
ยากแก่การยก ย่อมวางให้ติดฝา จะใช้เชือกมัดไว้สะดวก
และต้องเลือกที่คงอย่าให้ก่กเกาะ

๕. ในห้องหนึ่ง ๆ ควรให้มีแต่เครื่องใช้ที่จำเป็นจะต้อง
ใช้ในท้องถิ่น สิ่งใดไม่เกี่ยวข้องไม่ควรนำไปไว้ เช่น ห้องนอน
ไม่ควรมิด้วยซามเป็นต้น

๖. ของสิ่งใดที่หยิบไปใช้แล้ว ต้องนำกลับมาไว้ที่ เพื่อ
หยิบใช้ได้ง่ายและเป็นระเบียบ

๗. เครื่องใช้ชนิดใดที่ของการใช้เสมอ ควรจะวางให้
หยิบง่าย และการที่จะวางให้หยิบง่ายนั้น จะต้องเลือกวางให้
เหมาะอย่าให้รกรุงรัง จะเสียความงามของห้อง และจะต้อง
นำเครื่องใช้ที่เราจำเป็นต้องใช้ในท้องถิ่น ๆ ดังแรก
จนถึงที่สุด แล้วนำมาไว้ในห้องนั้น เพื่อความสะดวกในการ
หยิบใช้

๘. การจัดห้อง จะต้องนึกถึงเหตุผลเสมอ คือนึกถึง
ความสะดวก ความสุขสบาย ความงาม เช่น การจัดเตียง
นอน ต้องตั้งใกล้หน้าต่าง แต่อย่าให้ชิดผ้าม่าน ให้พอมีทาง
เดินได้ การตั้งเช่นนี้ย่อมมีเหตุผล การอยู่ใกล้หน้าต่างจะได้ลม

ทำให้เย็นสบาย และในเวลาสาย ๆ แคะจะได้สองตันนอน ทำให้
หายชื้น การทอผ้าฝักเพื่อความสะดวกในการเช็ดกวาด

๘. ก่อนจะรักษานะต้องนึกว่า ห้องนี้จะใช้เป็นที่
อะไร มีของอะไรที่จำเป็นจะต้องหามาไว้สำหรับห้องนั้น ๆ และ
จะต้องนึกถึงความสิ่งใดบ้างที่สมควรนำมาแต่งห้อง เพื่อทำให้ห้อง
นั้นงดงามขึ้นและเป็นประโยชน์

ห้องต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับทุก ๆ บ้าน มักจะต้องมี

๑. ห้องนอน ควรจะมีเตียง โต๊ะเล็กวางสิ่งของที่จะใช้ใน
เวลากลางคืน ถ้าไม่มีห้องแต่งตัวต่างหากก็มักเสื่อผ้า, โต๊ะ
เครื่องแป้ง ฯลฯ แต่จะมีเครื่องประดับห้องอะไรบ้างก็ตาม จะ
ต้องกวาดถูให้สะอาดเสมอ ถ้านอนบนเตียง พอตื่นขึ้นก็ต้อง
ลุกมารวมทางเท้าหัวนอนหรือปลายเท้า ถ้าไม่มีหัวรูกก็คลย
ชายมุ้งขึ้นบนเพดานมุ้งให้เรียบร้อย ปิดกันนอน ตยหมอน ให้
นุ่มฟู สดกผ้าห่มนอนพับ ปูกันนอนให้คงและวางเครื่องใช้
ในการนอนตามที่ใดก็สะดวก ตามฝาคลุมกันนอนสวย ๆ ก็คลุม
ทับอีกชั้นหนึ่ง (สรุปที่ ๑)

ถ้านอนกยพนักก็ให้เรียบร้อยอย่างเดียวกัน เว้นแต่
พนักตรงนั้นจะต้องใช้การอื่นในตอนกลางวัน เช่น ใช้รับแขก
หรือเป็นที่ทำงาน เพราะบ้านเล็กไม่สามารถแบ่งให้เป็นส่วนลึก

ไว้ ก็ต้องเก็บมุ้งหมอนท่อนวางแอบให้เย็นที่ ควรมีม้ารอง
และใช้ผ้าคลุมกระโถก้นผู้ละอองและความน่าเกลียด ท่อนเย็น
ก่อนจะรักท่อน ควรรวากพันเท้าทรงนั้นให้สะอาดก่อนจึงปูท่อน
วางเครื่องใช้ในการนอนให้เป็นระเบียบ แล้วกางมุ้ง

เครื่องใช้ในการนอนต้องรักษาให้สะอาด ต้องมีเวลาได้
ซักผ้าตาก ถ้าหากต้องเย็บปะให้เรียบร้อย เวลานอนจะได้
หลับสนิทและสบาย ทั้งไม่มีกลิ่นอับๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดโรค
สิ่งซึ่งซักไม่ไ้เช่นหมอน ต้องมีปลอก ท่อนต้องมีผ้าห่อ
เล็กรอง เมื่อมีเวลาวางต้องตาก ปลอกหมอน ผ้าปูท่อน ควร
ซักถูกรอบทุกวัน มุ้งประมาณ ๔-๖ เดือนซักครั้งหนึ่ง แล้ว
นึ่งระยิบผู้ละอองมากหรือน้อย การปล่อยให้เครื่องใช้ในการ
นอนสกปรก นอกจากจะทำให้เสียสุขภาพ ยังทำให้เครื่องใช้
เหล่านี้อายุเร็วด้วย

ห้องนอนที่ไม่ได้กวาดบ่อยๆ และเครื่องใช้ในการนอน
ที่ปล่อยไปตามเรื่องโดยไม่ไ้ยักละอองและตาก จะทำให้เกิด
โรคใด การนอนให้เรอคักก็ยิ่งกัก แม้ข้างคนเรหลับไ้ก็
เสียโลหิตในร่างกาย ทั้งสัตว์เหล่านี้อาจนำเชื้อโรคมาสู่
ร่างกายคนได้

๒. ห้องรับแขก ควรอยู่ทางคานหน้าบ้าน เพื่อแขกจะ
 ไปได้ไม่ผ่านส่วนอื่นๆ ของบ้าน ห้องนี้ควรรักษาความสะอาดให้มาก
 เพราะเป็นห้องที่ทุกๆ คนซึ่งเข้ามาในบ้านจะต้องเข้าไป ควรมี
 เก้าอี้ให้แขกนั่ง แต่ถ้าไม่มีควรใช้พรมหรือเสื่อปูแทน ควร
 แต่งให้เรียบร้อย ไม่มีสิ่งของที่ไม่ว่าเป็น นอกจากกระโถน
 เครื่องแต่งบ้านหรือเครื่องใช้ในการรับแขก และควรเป็นของ
 สวยงามตามแต่จะหาได้ ในจำพวกเครื่องใช้เหล่านี้ ต้องรักษา
 ความสะอาดเป็นอย่างดี ตั้งแต่โต๊ะเก้าอี้ ซึ่งต้องขัดและเช็ด
 สะอาดทุกวัน จนถึงถ้วยน้ำเย็นน้ำร้อน ต้องล้างทุกคราว
 เมื่อแขกกลับไปแล้ว (สรุปที่ ๒)

๓. ห้องครัว ห้องครัวควรอยู่ไกลจากห้องนอนและห้อง
 รับแขก ถ้าเลือกได้ให้อยู่ทางหลังบ้านจะเหมาะ ควรรักษาให้
 สะอาดกวาดถูซักล้าง เช็ดเก้าอี้เก้าอี้ไฟและเศษอาหารให้เกลี้ยงเกลา
 อย่าให้มีกลิ่นโชยหมักหมมอยู่ ต้องคิดว่าถ้าครัวสกปรกอาหารก็
 สกปรก อาหารที่สกปรกย่อมไม่ได้อะไรดีในทางบำรุงร่างกาย
 อาจกลับเป็นโทษแก่ร่างกายด้วย การดูแลเรือนก็ไม่ควรละเลย
 ครัวนี้แหละ

เครื่องใช้ในห้องครัว

๑. เตาไฟ ควรใช้เตาแก๊ส จะทนกว่าอย่างอื่น และทำ
เปลี่ยนสำหรับให้ควันออกนอกห้อง

๒. เครื่องทำครัว เช่น หม้อ กระทะ เขียง ครก ฯลฯ
ควรมีสถาของไว้อย่าง เมื่อแตกหักในเวลาฉุกเฉินจะได้ไม่ขัดข้อง
แก่การงาน นอกจากนี้ เมื่อจะใช้ในการทำบุญหรือเลี้ยงแขกก็
จะสะดวก

๓. การทำครัวแบบใหม่ เขาใช้เตาสูง มีโถรองหัน
ของและวางกับข้าว และใช้วิธีขึ้นหรือนั่งบนม้าสูงทำอาหาร
ทงนิกเพื่อกันความสกปรก เช่น ของตกบนพื้น หรือเกินกรวย
กับข้าว เป็นต้น ทั้งผิดเคยในวิธีนี้ว่าทำให้คนทำครัวต้องแคระ ถ้า
จะเปลี่ยนแบบการทำครัวก็ยากที่จะทำ เพราะคนชาติอื่นๆที่เจริญ
เขาใช้วิธีขึ้นทำทั้งนั้น คงจะเป็นผลดีทั้งนี้ใช้วิธีขึ้นกันมาก
(สรุปที่ ๓)

๔. ข้างเตา ควรมีม้าหรือโถรองของ เช่นฝาหม้อ
เครื่องปรุงกับข้าว เป็นต้น

๕. มีโถ่งน้ำใช้

๖. มีที่ใส่ข้าวสาร เช่น ถังหรือหีบ ตามแต่ใช้มาก
หรือน้อย และมีฝายกเรียบร้อย

๗. ที่เก็บขยะซึ่งควรกรวดกละเอียดกันแมลง และ
มีช่องสำหรับอากาศผ่านเพื่อไม่ให้กลิ่นอับ คุณของตากและ
ชักล้างเสมอ

๘. ชั้นวางของ เช่น หม้อข้าวหม้อแกง และเครื่องใช้
ในการครัว ตลอดจนถ้วยชาม ชั้นแบบนี้ทำให้ง่ายและเก็บของ
ได้มาก เพราะติดข้อสำหรับแขวนเครื่องใช้ไว้รอบตัว จะทำ
ให้หยิบง่ายหายยุ่งยาก (รูปที่ ๔)

๙. ฝาชีครอบอาหาร บางบ้านเขาใช้ตัวกรรปรัด
หน้าต่างและช่องลมของห้องครัวเพื่อกันแมลงวันได้คอม เวล
แมลงวันนั้นสำคัญมาก เพราะอาจจะนำเชื้อโรคหรือเชื้อ
โรคสาบและเชื้ออื่นๆมาให้ ต้องระวังมันจริงๆ ถ้าเราจะต้อง
ตายเพราะสัตว์เหล่านี้เราเชื่อโรคหรือความสกปรก โตโตกรมา
ไว้ให้ ถูกน้ำเสียตายเพราะเป็นเหตุแห่งความประมาท ซึ่ง
ถ้าระวังมันกับของกันไว้ได้ไม่ยาก

๑๐. ต้องมีที่ใส่จานหรือพนสำหรับใช้ และเมื่อใช้แล้ว
ต้องเก็บให้สนิท มีมากับน้ำไฟไหม้เพราะเศษไฟเล็กๆ น้อยๆ
กระเด็นไปตกอยู่ หรือกับไฟที่เหลือน้ำมันทิ้งกับเศษมา

๑๑. มี ต้องมีใช้หลายขนาดเพื่อความเหมาะสมแก่การ
งาน เช่น มีสับ มีหั่นและมีมีดเล็กที่ใช้ในงานประณีต

๑๒. ^๕ท้องมีที่^๕ได้ผิงและทางระบายน้ำ^๕ การทงผิงลง

ใต้ถุนและรวาน้ำลงจนเป็นน้ำครำ ทำให้เกิดกลิ่นเหม็นสกปรก
เป็นช่องทางให้เกิดโรค และทั้งหนูจะมากินเศษอาหาร เมื่อหา
ไม่ได้จากเศษก็จะไต่ตามขนเรือน กัดสิ่งของ ขโมยอาหาร
ต่อไป หนูเป็นสัตว์ที่หาเชือกพาโรคมาสู่คน ควรป้องกันหนู
โดยไม่ให้ครัวรกรุงรังหรือมีเศษอาหารเหลือไว้ สำหรับเศษ
อาหาร ถ้าเราเลี้ยงสัตว์ก็นำไปให้กิน ที่เป็นเศษผงก็ชucks
ใส่ไว้ และหมั่นฉอม เมื่อเต็มจะไต่ขยในคนเพิ่มจนควย

๔. ห้องน้ำห้องส้วม ทั้งสองอย่างจำเป็นต้องจัดใหม่
แม้แต่จะเป็นบ้านเล็กบ้านน้อย เมื่อเราขาน้ำ เราต้องขกสภาวะ
ความสะอาดแก่ร่างกายอย่างนี้ การระบายน้ำกลางแจ้งจึงเป็นการ
น่าเกลียด การขาน้ำในคลอง ในแม่น้ำ บางทีก็มีอันตรายจาก
สัตว์ร้าย และก็ไม่พ้นความประเจิดประเจ้อน่าเกลียด ถ้าเรา
ตักน้ำมาใส่คุ่มไว้ในห้องน้ำ ซึ่งแม้ไม่มีหลังคา ระกันฝารอย
สีกานก็ยังดี นอกจากนั้นยังระสะอาดขึ้น เพราะกะถอนยอม
ตักกันคุ่ม ห้องส้วมก็จำเป็นมากและต้องทำให้มีกฉิด ถ้าใช้
ส้วมขนกับส้วมขมโตกก็จะระงับกลิ่นและคุ่มกันแมลงวันไว้ที่ทอม
ห้องน้ำที่ขงรักษาให้สะอาดไม่มีอะไรน่าและสิ่งโสโครก ส่วน
ห้องส้วมก็ควรกวาดให้เตียนและชักล้างอยู่เสมอ ห้องส้วมทมิ

ถ้าน เจ้าของบ้านจะถูกตำหนิ บ้านใหญ่ๆ เขาจักห้องน้ำห้อง
สามให้อยู่ที่ห้องนอนหรือหลังออกไป ทำให้ได้รับความสะดวก
ทั้งในยามปกติและในยามเจ็บไข้

การรักษาความสะอาดบ้านเรือน

ความสะอาดย่อมเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะปรังความดีและ
สร้างคามมีสง่าให้แก่เจ้าของบ้าน บริเวณบ้านส่วนที่เป็น
พื้นดิน จะต้องเกลี่ยทอปรายให้เรียบและสะอาด ไม่มีขยะมูลฝอย
ทิ้งเกลื่อนกลาด ที่เป็นหลุมกักตักให้เกรียนเขี้ยวชุ่ม ไม่ให้มี
ใบไม้แห้งและเศษผงปนอยู่ ที่เป็นคันไม้ใหญ่ไม่ควรให้มีกิ่งแห้ง
ถ้าปากหรือกิ่งที่ยืนเกาะกระปะปน ควรตัดออก เมื่อถึงต้นฤดูฝน
ได้แตกกิ่งใหม่และคนต่างให้เป็นพุ่มงคราม ที่เป็นไม้เลื้อยก็ควรมี
รยะพรรณกันรกรำ แต่คงความเข้าใจของเจ้าของบ้าน สิ่งใด
ไม่มีประโยชน์ควรถอนและกวาดทิ้งไป เศษอาหารและเปลือก
เมื่อกดไม้ ใบทองและสานอ้อยคองทิ้งเทในบ่อขยะซึ่งเขามักชด
ไว้หลังบ้าน หรือมีที่ใส่แล้วนำไปทิ้งที่ ไม่ควรทิ้งให้
เกลื่อนกลาดตามพื่นที่หรือทิ้งออก ทางหน้าต่าง และใต้ถุนบ้าน
จะทำให้เกิดกลิ่นอับชุน ทงจะเป็นที่คิดเคยนว่าไม่รู้จักรักษาความ
สะอาดปล่อยให้บ้านรก สิ่งเขื่อนเปื้อนทั้งหลาย เช่นการขวน

น้ำหนัก, น้ำลาย, การถ่ายปัสสาวะต้องไปขับถ่ายไปถ่ายยังที่ จะ
 เทียบวันเทียบถ่ายทั่วไปไม่ก็ จะทำให้แบคทีเรียในกระเพาะและ
 มีกลิ่นที่ไม่น่าสีกน่าคมทั่วไป อีกประการหนึ่ง การเอามือเขมือบ
 เทียบถ่ายเช็ดตามบ้านเรือนหรือที่ทั่วไปไม่ก็ ถ้ารู้สึกรู้สึกเขมือบ
 ไปล้างแล้วเช็ด ง่ายกว่าที่จะต้องซักผ้าหรือเสาย่านที่เอารอยเขมือบ
 ไปเช็ดไว้

วิธีกวาดเรือน การกวาดเรือน ต้องใช้ผงจากที่สิ่ง เช่น
 ขนโคหรือข่อยๆ ที่โคลงก่อน ตามข้อข่อยดกกรรระเบียง ประตู
 หน้าต่างก็ควรใช้ข่อยให้มันละของจับ แล้วกวาดผงจากข้างในมา
 ข้างนอก ต้องกวาดทวนเข้าๆ ให้ผงหมด ถ้ามีของวางคว
 เลื่อนโคคองเลื่อน กวาดแล้วจึงเลื่อนของนั้นมาวางยังที่ ถ้า
 กระดานมีร่องก็ไม่วาดให้ทรง และไปตามร่องแล้วกวาด
 ทวนๆ ให้หมดละของ ขณะที่จะกวาดผ้าเท้าทั้งสองจะช่วย
 ความดังเกกวาดผงหมดหรือไม่ กวาดดังข้างนอกสักทาง รอง
 ผงไปทิ้งเทยังที่ ในระยะ ๑ เดือนควรทำการกวาดใหญ่สัก
 ๑ ครั้ง ที่เรียกว่ากวาดใหญ่นี้ หมายถึงการกวาดตั้งแต่เพดาน
 ลงมาถึงพื้น ก่อนเช็ดหยอกใยและกวาดผงเพดาน ใช้ผ้าคลุม
 ที่นอนหมอนมุ้งและสิ่งของที่อยู่ในบริเวณนั้นเสียก่อน เมื่อกวาด
 เพดานและข้างฝาแล้วจึงสระกับผ้าคลุม และใช้ผงซักล้างของ เขาก็

แล้วกวาดพื้นต่อไป เรือนที่มีช่องกระดานข้างควรใช้ไม้กวาด
ทางมะพร้าวขัดผิงในช่องกระดานให้หมด แล้วกวาดผิงตะเชือกๆ
ให้หมดอีกครึ่งหนึ่ง

ไม้กวาดที่ใช้กวาดมีหลายชนิด ที่ใช้กันมาก ๆ ไม้เท้า

๑. ไม้กวาดขนไก่ ใช้ขี้เถ้าของตามตุ้โตะและ
พื้นที่เรียบ ๆ ไม่ค่อยไต่ประโชน ถ้าต้องการกวาดวัง ๆ ใช้ได้
ก็สำหรับขี้เถ้าของ

๒. ไม้กวาดคอกหญ้า ใช้กวาดไต่คับบนพื้นเรือน
กระดานเรียบ ไม้กวาดชนิดนี้กวาดผิงตามร่องไม้ไต่หมด ถ้า
กระดานขรุขระวังกวาดไม้ไต่

๓. ไม้กวาดทางมะพร้าว กวาดไต่ทั่ว ๆ ไป ถ้า
เป็นพื้นกระดานเรียบต้องนอนไม้กวาดลง ก็ไต่ข้างนี้กวาด
แต่ถ้ากระดานมีร่องต้องการกวาดผิง ในร่องก็ตั้งไม้กวาดขึ้นและ
แซะผิงในร่องให้หมด ในการกวาดละอองตะเชือกๆ ด้วยไม้กวาด
ทางมะพร้าว เขาใช้ผ้าพันหุ้มไม้กวาดและนอนไม้กวาดลงระ
กวาดไต่หมดทุกที่

การเก็บไม้กวาด ไม้กวาดขนนกจะใช้แขวนหรือวางขายๆ
กับพื้นไม้ไต่ ไม้กวาดคอกหญ้าใช้พิงเขาคอกหญ้าขึ้น ถ้าวาง
คอกหญ้าลงนาน ๆ คอกหญ้าจะอใช้กวาดไม้ไต่ก็ ไม้กวาดทาง

มะพร้าวพังเขาปลายลงเขาทางคามหรือทางกำทมปลอกขึ้นเพราะ
ไม้กวาดขึ้นคนใช้กวาดน้ำบ่อยๆ เช่นกวาดน้ำในการล้างบ้าน
ล้างครัวหรือกวาดห้องน้ำ ถ้าวางเขากำลงน้ำจะชงทศพลอก
ทำให้ผุง่าย

การถวเรือน ตามธรรมเนียมการใช้ผ้าเช็ดหน้าให้แห้งดูตาม
แผ่นกระดานควรวาดละ ๔—๕ แผ่น ถูจากข้างในมาข้างนอกเพื่อ
มิให้ผืนเรือนต้องเหยียบย่ำแผ่นกระดานที่ถูแล้ว เวลาถูกล้าง
สำหรับถูออกแบมอทยชนผ้า และถูเข้าดูแล้วเลือนควรถูๆมา
จนสิ้นกระดานแถบนั้น ตอนสุดท้ายเหเท้าออกข้างนอกและเช็ด
ทั้งแต่แผ่นในจนถึงแผ่นนอก แล้วเลือนผ้าออกมาจนหมดพื้น
เรือนที่เรถ ถูจนหมดผ้า ถ้าเห็นเบอนทั่วทั้งผืนชักใหม่
แล้วจึงใช้ผ้าเช็ดไป

พื้นที่ที่ใช้เหยียบย่ำหรือเบอนเปราะมาก เช่นนอกชาน
บันไดและครัว ห้องน้ำ นานๆก็ควรชักด้วยแปรงลวดหรือกาย
มะพร้าว โดยมากมักชักกันในคราวฝนตกใหญ่ๆ หรือในคราว
มีงานพิเศษที่จะเบอนเปราะมาก แต่ถ้าจะชักได้เสมอๆ เมื่อเห็น
เบอนเปราะก็จะสะอาด

การรักษาความสะอาดพัดเครื่องใช้
ของใช้ในบ้าน เช่น ถัง เหยือก โต๊ะ เก้าอี้ ต้องขัดและ
เช็ดบ่อยๆใหม่ผืนละของวัน ถ้าเก่า หรือสีเศร้าหมองก็ควรชัก

หรือทาน้ำมันหรือสเสียใหม่ จะทำให้แลกลีตกลไสยอยู่เสมอ
 เครื่องไม้ จำพวกเครื่องครัว ชักด้วยก้ามมะพร้าวอย่าให้
 มีครายดำ

ถ้วยชาม ถ้วยชชเฒ่าแล้วล้างให้สะอาดกว่าตากให้แห้ง
 ครก หม้อ กระทะ ฯลฯ ถ้ามีมันไขนําร่อนล้างให้หมดมัน
 ก่อนหรือดามกากมะพร้าวใช้กากมะพร้าวถู แล้วใช้ก้ามมะพร้าว
 ชูขี้เถ้าถูให้สะอาดล้างให้หมดขี้เถ้า ถ้ายังมีครายดำใช้สบู่
 ลูบหนักหน่อยครายดำจะหลุดหมด แล้วตากให้แห้ง นานๆ ชัก
 ก้นกระทะด้วยแกลบเพื่อชักเขม่าไฟออก ทั้งไว้นานๆ ทำกระทะผุ
 เร็ว ถ้ากระทะเป็นสนิมใช้ผ้าละมุดแล้วชักด้วยแกลบ ก่อนใช้เอา
 ผักขี้ดองต้มสัก ๕-๖ ยอด คนให้ทั่วแล้วสาบทิ้ง ต่อไปก็ใช้
 กระทะทำด้วยข้าวได้ จะผุสิ่งใดก็ไม่ดำ

เครื่องแก้ว เช่นถ้วยแก้ว ขวดโหล จะใช้ขี้เถ้าหรือสยัก
 โขลกให้ทั่วแล้วล้างให้สะอาด ถ้าเป็นกระเจกหักก็ดกก็ยี้ เช่นชามถ้วย
 ใช้ผ้าชุบน้ำยักให้แห้งเช็ด ถ้ายังไม่ใสสะอาดละลายดินสอพอง
 ทาให้ทั่ว พอแห้งแล้วใช้ผ้าแห้งถู กระเจกใสสะอาด

ข้อนํ้าขอม ล้างให้สะอาดแล้วใช้ขี้ก้วยคินส้ม แก้วขอม
 คินส้มแพง ในคราวล้างใช้ขี้เถ้าถู ล้างน้ำตากให้แห้ง แล้วใช้
 ผีสะอาดเช็ดทุกๆ วันก็จะเป็นเงางามเหมือนกัน

เครื่องที่ทำด้วยไม้ไผ่ ถ้าเปราะเขย่นให้ล้างด้วยน้ำอุ่นผสม
กับเกลือหรือน้ำชา แล้วซักด้วยผ้าอ่อนๆ

เครื่องทองเหลือง ใช้ของเปรี้ยวเช่นส้มมะขามเปียก
เปลือกกล้วยประคุดกับขี้เถ้าละเอียด แล้วล้างตากให้แห้ง ใช้วิธี
ผบนํ้าใสละเอียดแล้วกรองด้วยผ้า ชักซักเงาให้ผลเท่ากับใช้ซัก
ด้วยบรลโซ

เครื่องอลูมิเนียม ซักด้วยขี้เถ้าแล้วล้างนํ้าให้สะอาด เช็ด
ด้วยผ้าสะอาดให้แห้ง ถ้าต้องการให้เงาใช้กินสอพองซัก
ซักเงา

เครื่องเงิน ฟอกด้วยสบู่หรือล้างด้วยส้ม เช่นส้มมะขามแล้ว
ซักเงาด้วยกินสอพอง หรือจะใช้แคโทด (ซื้อได้จากร้านขายเครื่อง
ยาร้าน) ถ้าภาชนะหรือสิ่งของนั้นเล็กก็ใส่ต้มไปด้วยกัน ถ้าเป็น
ของใหญ่ก็ใช้นํ้ายาต้มเคี่ยวแล้วลงมาซักล้าง ต้องใช้แปรง
ซักตามท่อนๆ ไป นํ้ายาจะกัดสิ่งที่ไม่ทนออกหมด ถ้าเครื่องเงิน
มีรอยดำๆ คำๆ ให้ใช้เคียวผ้าชุบแอมโมเนียถูให้ทั่วซักด้วยผ้า
สะอาดจะหายดำ

เครื่องเหล็ก จำพวกเครื่องใช้ธรรมดา เช่น เตาวิธ กระทะ
ใช้วิธีผบนํ้าขี้เถ้าหรือเกลือให้ทั่วทุกส่วน แล้วล้างตากให้แห้ง
เทวรีดซักแล้วทาลาน้ำมันมะพร้าว หรือเทียนไขละลายด้วยความ

รอน ตอนจะใช้ทองรวรรคย่นผาเก่าเพื่อเช็กเขารัดให้หมดน้ำมัน
 ก่อนรวรรคเสื่อผาทของการรวก มีฉนวนผาจะดำ จำพวกเหล็ก
 เครื่องมือ เช่น มีด เลื่อย กบ ล้วนแล้วเช็กให้แห้งเก็บไว้ในที่
 ไม้ซัน เครื่องเหล็กอื่นๆ เมื่อซกสนิมออกแล้ว ซดน้ำมัน
 ห่อเก็บไว้ในที่แห้งเช่นกัน

เครื่องถม ใช้ล้างด้วยสับ ฟอกสิ่งสกปรกออกเสียก่อนแล้ว
 ใช้มะนาวผ่าซีกทาให้ทั่ว ขยี้น้ำมันวทาแล้วถู พอเสร็จแล้ว
 ล้างเช็ดด้วยผ้าสะอาด ทอถนอมและลวกด้วยไฟระส่ำขุ่นอย่าง
 ของไหม

เครื่องมือที่ใช้แทงไม้กัไว้ทั่วแล้วเช็ดด้วยผ้าสะอาด มุกซ์
 กระจกใสและฟันทองรักไว้ระฆัง

การชักฟอก

การชักเสื่อธรรมดา ก่อนชักต้องเลือกเสื่อผาทขาว ซ้อม
 เสียก่อน แล้วเลือกผ้าสักระดกไก่ออกจากผ้าขาว ผาทเขื่อนน้อย
 เขื่อนมาก ชักผาทเขื่อนน้อยๆ ก่อน ใช้ผ้าขี้ผึ้งเช็ดผาทเขื่อน
 มากออกเสียชั้นหนึ่ง แล้วฟอกสับ ชักรวมๆ กันไป เมื่อหมด
 รอยเขื่อนแล้วชักน้ำเปล่าให้หมดสับ ถ้าใช้สับกรกไม่ต้องลง
 ความ เพราะสีครามมีมากอยู่แล้วในสับจำพวกนี้ ถ้าใช้

สับเหลือง เช่น สับชันโล่ ก็ควรลงครามในหนสูกท้ายของ
การชัก การลงครามต้องสระขย้าให้คลี่ แล้วรุมผ้าลงในน้ำคราม
ขย้าให้ทั่ว มีละนนั้นผ้าจะกาง

เสื้อผ้าสไคยมากเขาไม่ใช่ฟอกสับ หรือจะใช้ข้างก็เฉพาะ
รอยเปื้อนเช่น คอ ปลายแขน เพราะเกรงสีจะชักเร็วเกินไป ทั้ง
ในเวลาใช้ เจ้าของย่อมระวังที่จะไม่ใช่สับยกลสมย่นอยู่แล้ว

เสื้อผ้าโคตของการให้แข็งกลึงแย่ง ใ้สับตามความต้อง
การ แล้วตากให้แห้ง ถ้าพวกผ้าสี ตากในร่มเพื่อไม่ให้แกล
เลียด การละลายแย่ง ถ้าเขื่อนามนากาสถนิก จะทำให้เสื้อเป็น
เงารวม

การซักผ้าใหญ่ เช่น มุ้ง ผ้าห่มนอน ถ้าจะคั้นน้ำสับให้
ละลายแล้วรากลงบนผ้าให้ท่วมผ้าซักไว้พอเย็นซักให้แรงขยให้ทั่ว
แล้วชกน้ำเปล่าให้หมดสับ นำไปตาก การคั้นน้ำสับแทนการ
ฟอกเป็นการทุ่นแรง และทำให้ผ้าสะอาดง่ายขึ้น

การรด พรหมผ้าให้ชื้นเสมอกัน ม้วนใส่ทัวไว้ เมื่อพรหมเสร็จ
ควรแขวหรือขย้าให้ม่นม ใส่ถ่านทกคไฟแล้วยุผ้ารองไว้ให้เรียบ
ผ้าบางๆ และแพร่ ควรใช้ไฟอ่อนหน่อย ผ้าหนาๆ จึงใช้ไฟแรง
พอสมควร ถ้าแรงเกินไป ผ้าจะเหลืองหรือเกรียม ถ้ามรย
เหลืองเกรียม เขาใช้ผงแย่ง เช่นแย่งสาส์โรยบนรอยนั้นในน้ำ

พอแยกแล้วขยี้ แล้วจึงชกนํ้า จะกร่อยเกรียมให้หายไป ใน
 บางแห่งกล่าวว่าถ้าใช้เกลือกร่อยเกรียมจะหายไปก็ได้ ถ้าเฝ้า
 วิกฤต ใช้เทียนไขทานึกหน้อย แล้ววัดผ้าวรอกหรือผาที่จะยอม
 ให้เปลี่ยนโคเสียก่อน ถ้าเฝ้ารอนแรงเกินไป ใช้รีบนใบทองที่
 พรหมนํ้า ก็จะแบ่งความรอนให้เขาเอง การที่รอกผาไม่เรียบร้อย
 จากเหตุเฝ้ารอนเกินไป หรือพรหมนํ้าไม่เสมอกัน

วิธีชกผาที่เปลี่ยนจากสิ่งต่างๆ

๑. เฝ้าผาที่เปลี่ยนหมักหรือหน้าหมากใหม่ๆ จะเอาเกลือโรย
 ให้ทั่ว ถักด้วยมะนาว แล้วชกให้สะอาดในทันที

๒. ผาที่เปลี่ยนนามนกิน จะถักด้วยไข่สัตว์ แล้วเอาเศษผ้าชุบ
 นามนสดอกครึ่งหนึ่ง แล้วนำไปชก รอยเปลี่ยนนั้นจะหายหมด

๓. ผาเปลี่ยนนํ้าชา เมื่อยังเปียกอยู่ จะใช้แป้งข้าวเจ้าโรย
 ให้ทั่ว ทั้งไว้ให้แห้ง แล้วขัดด้วยแปรงผ้าจะสะอาดได้

๔. เฝ้าผาที่เปลี่ยนโคลนเป็นรอยค่าง ถ้าเอาฟองนํ้าและนํ้า
 ของมันฝรั่งให้ทั่ว จะสะอาดได้

๕. ถ้าจะชกผาสดหาลากหรือผาขนแกะ จะเหาะแอมโมเนีย
 ลงในนํ้าสัก ๒-๓ หยด จะทำให้ผ้านั้นอ่อนนุ่มและรักษาสีให้คงอยู่

๖. ถ้าเฝ้าผาเปลี่ยนกาแฟ จะใช้นมสดปนไข่ขาวของไข่ไก่
 ทาบนรอยเปลี่ยนแล้วขยี้เช่นเคยวกบยี้ แล้วชกนํ้าให้สะอาด

๗. วิธีทำให้เสื้อผ้าขาวสะอาด เวลาซักเสื้อผ้า รัง
ไข่เปลือกไข่ที่เก็บไว้ใส่ลงผ้าซักไปก้วย ปูนที่เปลือกไข่จะทำ
ให้ผ้าขาวขึ้น

๘. การซักแพร ใช้สบู่ละลายน้ำอุ่น แล้วเอาแพร
ลงขยำ ขยี้ตามรอยเขื่อนให้สะอาด เอาลงซักน้ำเปล่าที่อุ่น ๆ
บนสะอาด แล้วขยำให้แห้ง อย่าซักเนื้อแพรจะรวน ถ้าซักแพร
เก่าลง ให้ใช้น้ำซาวซักอีกหนหนึ่ง สักระดกขึ้น แล้วจึงผึ่ง
ให้แห้ง

การครัว

เราต้องกินอาหารเพื่อประโยชน์ในเหตุต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑. เพื่อก่อให้เกิดเนื้อหนัง ทั้งซ่อมส่วนที่สึกหรอให้

บริบูรณ์

๒. เพื่อคอยคุ้มครองมรวิธิต่าง ๆ ของร่างกายให้
ดำเนินไปตามปกติ

๓. เพื่อให้ร่างกายเจริญเติบโตและปราศจากโรค

๔. ทำให้เกิดกำลังวังชา, เกิดความร้อนและ
กำลังงาน

จากความสำเร็จเหล่านี้ จึงเห็นได้ว่าร่างกายของคนเร
 อยุ่เป็นปรกตีสข ต้องอาศัยอาหาร และเมื่อร่างกายได้รับ ความ
 สุขสมบูรณ์ จิตใจก็พลอยมีความสละสลวยไปด้วย ทั้งเห็นความ
 เจริญในการงานและความสุขของครอบครัวก็จะติดตามมา โดย
 ลำดับ การครัวจึงเป็นผลสำคัญอย่างหนึ่ง ในหน้าที่ของผัว
 การที่จะทอดทิ้งงานประเภทนี้ให้อยู่ในมือคนอื่นเช่นคนใช้ เป็น
 การทอดทิ้งหน้าที่สำคัญของตน แม้หม่อมแม่บ้านที่มีงานทำ
 ประจำอยู่ ก็ยังต้องเข้าครัวทุกโอกาสที่มีเวลาว่าง ข้อสำคัญ
 ในการครัวซึ่งควรระมัดระวังไว้ มีดังต่อไปนี้

การจ่าย การจ่ายข้าวของในการทำครัว ถ้าซื้อของ
 เป็นจำนวนมากย่อมได้ราคาถูกลง และมีความสะดวกในคราว
 ทีเดียวเสีย แต่สำหรับบ้านธรรมดาที่มีคนรับประทานไม่มาก จึง
 มักซื้อเฉพาะของแห้ง เช่น พริก กระเทียม หอม กระเทียม เกลือ รส
 วันเส้น กุ้งแห้งและอื่น ๆ ที่เก็บไว้ได้นาน ในภูมิประเทศที่
 โกลดตลาด แม้บ้านธรรมดาแม้ยัง น้ำตาล สาบและผลไม้กวน
 และของแห้งอื่น ๆ ไว้สำหรับบ้าน ทั้งในฤดูที่ผลไม้ของมากควร
 สะสมไว้ใช้เช่น มะขามแขก ปลาย่าง ปลาแห้ง หัวผักกาด
 เค็ม น้ำปลา ก็ควรเก็บไว้ และมีของใช้สอยตลอดปี แต่
 สิ่งของเหล่านี้ แม้บ้านต้องรู้จักเก็บรักษา

จำพวกของสัตว์ ก่อนจะย้ายควรคิดว่า วันไหนจะทำกับข้าว
 อะไร จำนวนคนรับประทานเท่าไร และประมาณการซื้อให้
 เป็นไปพอเหมาะพอควร และพลิกแพลงการทำโดยใช้ของ
 ตามฤดูกาล เช่น หน้าปลาที่จับได้ทำสิ่งต่าง ๆ เช่น ใช้แกง
 ต้มส้ม แกงเผือก ย่าง ทอด ทำทอดมัน ทำนํ้ายาและอื่น ๆ
 สลับกันไป ให้รสแปลก ๆ ก็จะไม่ชวนเบื่อ พอสิ้นหน้าปลา มี
 ของอื่นที่จับได้อีกโดยวิธีเปลี่ยนรสให้ต่าง ๆ กันย่อมย้ายของ
 ใ้ครัวได้ดี บางคนเห็นของที่มีมากกรสก็เบื่อ พยายามย้ายของ
 ที่มีน้อย ๆ ก็ต้องซื้อของแพง ราคาส่งเปลี่ยนมาก ทั้งอาหาร
 เหล่านี้จะมีรสไม่ใคร่ดีด้วย เช่น จำพวกนก หรือปลาที่ระดม
 ไม่มัน ทั้งนี้เพราะผิดฤดูกาล แต่จำพวกอาหารรสแปลกบาง
 สิ่งบางอย่างที่ไม่มีในท้องถิ่นของเรา ถ้ามีมาขาย แม่บ้านจะ
 ชอบก็เป็นการสมควร จะเป็นเครื่องเร้าความสนใจในความอร่อยและ
 เอาใจใส่ของแม่บ้าน ที่จะให้คนในบ้านได้รับประทานอาหารรส
 แปลกในบางโอกาส

การทำ การทำครัว บางคนเห็นเป็นไม่สำคัญ โดย
 ถือคติว่า "เพียงแต่ของจะกินเข้าไป ไม่น่าจะคิดพิถีพิถันให้
 เสียเวลา" ข้อนี้นั้นความเข้าใจผิด ที่เราทำมาหากินนี้
 เพื่อบำรุงความสุขสบาย เราหามาได้เราแบ่งเก็บไว้ใช้เมื่อหา

ไม่ใช่อย่าง บ้างเลี้ยงผู้ให้ความอุปการะมาแล้ว เช่น บิณฑบาต และบ้างเกิดในปกครองบ้าง ช่วยเหลือบ้านเมือง ทำบุญและเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนมนุษย์อันตามสมควร นอกจากนั้นเราควรบำรุงตัว การบำรุงตัวทำให้ร่างกายไม่เจ็บไข้ ทำให้เกิดกำลังและความคึกคัก ๆ ที่ระทำมาหากิน การกินก็จึงเป็นสิ่งจำเป็นของชีวิตอย่างหนึ่ง

การปรุงอาหาร การปรุงอาหาร บางคนถือรสของตนเป็นประมาณ เช่นชอบรสหวานก็ทำหวาน ไม่คำนึงถึงคนอื่น ๆ ซึ่งถือรสของบุคคลสำคัญในบ้าน เพราะบุคคลนั้นเป็นผืนศาลให้เกิดความสมบรมบริบูรณ์ทาง ๆ หรือบุคคลนั้นเป็นหลักของบ้าน ส่วนที่ระมอชยาศิยณกลงคนอื่น ๆ ไทยเพิ่มเติมรส หรือแบ่งปันทำ ก็เป็นความคึกของคนทำ หลักสำคัญอยู่ที่ว่าต้องนึกถึงคนอื่น ไม่ใช่ไม่นึกถึงตัวเป็นคนทำ ผู้ทำจะต้งเสียสละให้ลดรสผืนก่อนตนเองจึงจะสมควร

อนึ่ง ที่เชื่อกันว่า ความมรตมอดจะปรุงอาหารให้อร่อย ความมรตมอด อยุ่กับความพึงพอใจเพราะที่ ความฉลาดไหวพริบและความตั้งใจ เช่นทราบว้ายหว่ารสคน ในน้ำพริกแกงเผือก ย่อมใส่น้อยกว่าลูกผักชี หรือตะไคร้มรสเปรี้ยว ถ้าใส่มาก ย่อมทำให้รสเปรี้ยว ก็ระวังให้เป็นไปตามสมควร ก่อนที่จะใส่

นำปลาในแกง ควรจะชิมน้ำแกงนั้นก่อน เพราะอาจไต่รสเค็ม
จากเครื่องที่ประกอบเป็นแกงไว้ข้างแล้ว เมื่อทราบรสอ่อนอยู่
เพียงไร ก็เค็มลงไปแต่พอเหมาะเช่นนี้เป็นต้น นอกจากนี้
อาหารบางอย่างถ้าเคี้ยวมากกลับเหนียว แต่บางอย่างก็ต้อง
เคี้ยวในเรื่องราวอย่างนี้ จะแก้ไขด้วยความรู้ความสนใจหาความรู้
ความชำนาญเพิ่มเติมอยู่เสมอ

ความสะอาด ความสะอาดเป็นหลักสำคัญ ที่ทำให้
อาหารน่ารับประทานและปราศจากโรค จำพวก กุ้ง หอย แห้ว
เค็ม ปลาแห้ง ฯลฯ ควรล้างให้สะอาดแล้วจึงปอกหรือหั่น
ผักต่างๆ ต้องล้างให้สะอาดเลือกที่เน่าทิ้ง อาหารต่างๆ ที่
ไม่ผ่านความร้อน เช่นจำพวกผักก็ควรล้างด้วยน้ำสะอาดและ
แช่ต่างที่ที่มิใช่สิ่งใดรู้ว่าสกปรก หรือไม่แน่ใจว่าจะใช่
เป็นอาหารใดเช่น เห็ด ซึ่งอาจมีพิษ หรืออาหารรวมกับผัก
ว่าไม่เป็นไร เช่นนย้อมมีโทษมากกว่าคุณ ต้องขบองกนหรือ
พิจารณาให้ต้องแท้ก่อน ขณะทำอาหารควรระวังในเรื่องการ
เปลี่ยนแปรรูปจากภาชนะต่างๆ ที่ใช้ อะไรใช้แล้วล้างให้สะอาด
หนึ่ง ควรระวังแมลงจะไต่ค่อม เมื่อทำเสร็จต้องเก็บเข้าตู้กับ
ข้าว หรือมิดอะไรครอบ ภาชนะที่จะใส่รับประทานควรใช้ที่
สะอาด ซึ่งใช้ล้างและคว่ำตากไว้นั้นแล้ว การจัดการอาหาร

เรียบร้อยชวนให้น่ารับประทานยิ่งขึ้น . อย่าหลงเครื่องใช้สอย
ในการครัวให้ประอะเพี้ยนเป็นทนายเงยงแลผู้พบเห็น เขาจะ
ตีเพี้ยนได้ว่าเป็นคนสกปรก เมื่อทำเสร็จแล้ว ควรล้างให้
สะอาดและเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อย

ประโยชน์ของอาหาร ในปัจจุบันนี้ เราได้รับความรู้
ว่า การรับประทานอาหารไม่ใช่เพื่ออิ่มหรือทนทุกข์แต่อย่าง
เดียว นักวิทยาศาสตร์ได้ค้นพบว่า อาหารเป็นส่วนสำคัญที่จะให้
ความเจริญเติบโตและควบคุมความปรกติ สุข ของร่างกายด้วย
ถ้ารับประทานอาหารขาดด้วยวัตถุอาหารร่างกายต้องการ ก็
จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพ แต่จะค่อย ๆ ปรากฏอาการออกมา
เช่น เกิดจากขาดอาหารจำพวกของสีก จะไม่แสดงอาการเจ็บ
ป่วยอย่างใด แต่ตัวจะเล็กแคระไม่เติบโตตามสมควร (ถ้า
เติบโตจนจะมีอาการอื่น ๆ เช่น ขาดก คุมสติไว้ไม่อยู่) แม้ผู้
ใหญ่ก็เช่นเดียวกัน ถ้าขาดวัตถุอาหารร่างกายต้องการความ
เป็นอยู่ของร่างกายก็จะขาดความปรกติสุข และอาหารจำเป็น
ทุกตัวนั้น มิใช่จะมีในของกินราคา ย่อมมีอยู่ในอาหาร
หลายอย่างซึ่งอาหารใด แม้ครัวจำเป็นต้องรู้จักประโยชน์ของ
อาหาร เพื่อประกอบส่วนให้เหมาะกับความต้องการของร่างกาย
ก็ยังไม่

๑. ไปตื่น ไ้จากเนื้อหมูเนื้อวัว เนื้อปลา เนื้อเป็ด
เนื้อไก่ เนื้อกิ้ง เนื้อปู เนื้อหอย นม เนย ถั่ว วาซา มีหน้าที่
บำรุงร่างกายให้แข็งแรง และซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอให้กลับคืน
ก็ อาหารประเภทเนื้อพอจะมีความต้องการที่จะไปก่อเกิดเนื้อหนัง
แล้ว ที่เหลือร่างกายจะกำจัดออก ฉะนั้นถ้ารับประทานอาหาร
จำพวกนี้มาก ๆ เสมอแล้ว จะทำให้เกิดขยะเปรียบชนกับอาหาร
ในลำไส้ใหญ่และทำให้ไตต้องทำงานมาก

๒. คาโบไฮเดรต ไ้จากข้าว แป้ง เผือกมัน น้ำตาล
ถั่วและผักต่าง ๆ อาหารจำพวกนี้ทำหน้าที่เป็นเชื้อเพลิงให้ร่าง
กายมีกำลังงานซึ่งแสดงออกมาเป็นความร้อนและกำลัง

๓. ไขมัน ไ้จากนมเนย น้ำมันหมู กะทิ และไข
มันต่าง ๆ อาหารพวกนี้ทำหน้าที่เป็นเชื้อเพลิง ทำให้ร่างกายมี
กำลังงานเช่นเดียวกันจำพวกคาโบไฮเดรต และถ้าเหลือใช้
ร่างกายยังสะสมไว้เป็นกำลังงานอีก

๔. เกลือ จำพวกมาจากแร่ มีหน้าที่ไม่เฉพาะแต่ช่วย
ก่อเกิดเนื้อหนัง ขวียะต่าง ๆ ของร่างกาย เกลือบางชนิดก็
ให้เครื่องจักรในร่างกายทำการปรกติด้วย ปูน (แคลเซียม)
เป็นหัวหน้าสำคัญที่คุมให้ร่างกายทำงานโดยปรกติ เช่นให้หัวใจ

แทนเสริมข ทำให้โลหิตมีความข้นไก และเป็นอาหารที่ว่างกาย
ต้องการเอาไปทำกระดูกและฟัน ไก่จาก นม ไข่ ผักสีเขียว

ฟอสฟอรัส นับเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยก่อเกิดกระดูก และ
ช่วยให้อวัยวะต่างๆ เช่นเส้นประสาททำการตามหน้าที่ และ
ให้ความเจริญก่อเกิดของเซลล์ ไก่จาก นม เนย ไข่แดง
เนื้อวัวที่ไม่มัน ปลา ยิ่งปลาทะเลยิ่งมีมาก แยังต่างๆ ถั่ว
ถั่วเตา ถั่วต่างๆ และเผือกมัน เหล็กมีอยู่เป็นส่วนน้อยแต่ก็
นับว่าสำคัญ เป็นส่วนประกอบสำคัญของเม็ดเลือดแดง ทำ
หน้าที่ขนส่งออกซิเจนจากปอดไปสู่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ทำให้
ร่างกายเกิดความอบอุ่น มักจะมีในไข่แดง เนื้อสัตว์ ถั่ว
ข้าวสาลี มันเทศ มันฝรั่ง

ไอโอดีน มีหน้าที่คุมเครื่องจักรของร่างกายให้เดินโดย
ปกติ เมื่อร่างกายขาดธาตุไอโอดีนจะทำให้ต่อมสำคัญทางหน้า
คอที่เรียกว่าไทรอยไม่ทำงาน และจะเกิดคอพอก อาหารที่มี
ธาตุไอโอดีนมากคือปลาทะเลและอาหารที่มาจากทะเล

อาหารที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือน้ำ ซึ่งช่วยให้ก่อ
เกิดเนื้อหนังและอวัยวะ เหตุใดในวณหนึ่ง ๆ จะต้องไคดมน้ำ
ให้พอ มีฉะนั้นอาหารอื่นๆ จะไม่ละลายหรือไม่สามารถไปแจก

จ่ายแก่ร่างกายที่ต้องการได้ และหากอาหารอันสิ้นประโยชน์ก็จะ
ไม่ถ่ายออกจากร่างกาย เซลล์ต่างๆ จะทำงานไม่ได้ นอก
จากนี้ยังช่วยคุมความร้อนในร่างกาย ให้อบอุ่น ใน ความ
ปรกติ

๕. วิตามิน เป็นอาหารสำหรับส่งเสริมความเติบโต
ของร่างกาย ช่วยในการย่อยอาหาร ช่วยร่างกายต่อสู้และ
ต้านทานเชื้อโรค มีหลายชนิด ที่รู้จักกันแพร่หลายแล้ว คือ

๑. วิตามินเอ มีอยู่ในนม เนย ไข่ น้ำมันตับปลา
ไขมันอื่นๆ กระหล่ำปลี ใบไม้สด ผักสด ผักกอก มัน ถั่ว เนื้อ
ปลา ถ้าร่างกายขาดวิตามินเอ ทำให้เกิดโรคเกี่ยวกับตา คือ
ตาบวม กระพริบตาถี่

๒. วิตามินบี มีอยู่ในผลิตภัณฑ์ข้าว ถั่ว ผักสด ไข่
มันเนอ นม ผลไม้ต่างๆ มะเขือ แตงกวา แตงโม แตง
ไทย ในข้าวเจ้า ข้าวเหนียว มีปริมาณมากที่ผลิตภัณฑ์
ข้าวที่สกัดจากโรงสีข้าวสีไม่ได้ออก ถ้าร่างกายขาดวิตามินบี ทำให้
เป็นโรคเหน็บชา แม้จะไม่ถึงเป็นโรคเหน็บชา ก็ทำให้
กำลังร่างกายไม่แข็งแรงประสาทไม่กระพริบอาหารและลำไส้แปร
ปรวนร่างกายรับเชื้อโรคได้ง่าย

๓. วิตามินซี มีอยู่ในผักเช่นกะหล่ำปลี ผักกาด ส้ม
มะกรูด มะนาว ส้มเขียวหวาน ส้มจิน ส้มซ่าและส้มอื่น ๆ
มะเขือเทศ แต่อาหารจำพวกแป้งต่าง ๆ ผักต่าง ๆ เนื น้ำตาล
น้ำมันเหล่านี้ขาดวิตามินซีหรือทอกระษะบกพร่องด้วยวิตามินซี แม้
ในน้ำนมก็ไม่ว่า วิตามินจำพวกนี้จะคงอยู่ ความร้อนจะ
ทำลายคุณสมบัติของอาหารที่ช่วยป้องกันโรค มีแต่มะเขือเทศ
เท่านั้นที่แพทย์ยืนยันว่า แม้จะต้มหรือทอดก็คุณสมบัติไม่เสื่อม
ถ่วงร่างกายขาดวิตามินซี จะทำให้ร่างกายรับเชื้อโรคก็คือง่าย
และทำให้เป็นโรคเลือดออกตามไรฟัน ที่เรียกว่าลัคมีค
ลักเซต

๔. วิตามินเค มีอยู่ในน้ำมันตับปลา ไข่มัน หมู เนย
และแสงแดด เมื่อคนปล่อยให้ร่างกายได้รับแสงแดด วิตามิน
เค จะเกิดขึ้นในร่างกาย ถ้าขาดวิตามินเคจะทำให้เป็นโรค
กระดูกอ่อน

อาหารจำพวกผัก กล้วย ผลไม้ ใบผัก ข้าวเจ้า ข้าว
โพด ฯลฯ มีเชื้อใยผสมอยู่พร้อม จะช่วยนำของไม่
ประโยชน์ออกมา การรับประทานอาหารที่มีเชื้อ ใยช่วยให้
ท้องไม่ผูก

การรักษาคูณประโยชน์ของอาหาร

การเก็บรักษาอาหารไม่ให้ประโยชน์ของอาหาร เสื่อมไป มีอยู่หลายวิธีคือ

๑. เก็บด้วยความร้อน เช่น แห้งหรือใส่ตู้เย็น ความเย็นรักษาของไม่ให้เสีย การใช้ความร้อนเก็บรักษาอาหาร เป็นวิธีที่ดี เพราะความร้อนไม่ได้เปลี่ยนแปลงส่วนผสม คุณค่าและรสชาติ นอกจากจะเสียวิตามินเล็กน้อย

๒. ทำแห้ง เช่น ตากแห้ง เป็นวิธีที่นิยมและใช้กันมากสำหรับอาหารที่มันน้อยมาก เช่น ผลไม้ ผัก การทำแห้ง ไม่ทำลายวิตามินเอและมีส่วนที่หายไปก็มีแต่น้ำ และสีของอาหารอาจเปลี่ยนแปลงไปก็บ้าง

๓. ใส่เกลือ เนื้อเค็มหรือปลาเค็ม ฯลฯ เกลือเป็นยาฆ่าเชื้อโรค จำนวนเกลือที่ใส่แล้วแต่ละชนิดของอาหาร การใส่เกลือทำให้ค่าและรสของอาหารหมดไปบ้าง

๔. แช่หรือกวน น้ำตาลเป็นยาฆ่าเชื้อโรค น้ำเชื่อมทุกแก้ว ทำให้เชื้อที่ก่อให้เกิดเสียไม่เจริญ หรือถ้าเป็นอาหารกวนถูกความร้อนช่วยฆ่าเชื้อโรค ในอาหารเกือบหมดหรือหมดแล้ว

๕. ย่าง เช่น ปลาย่าง เนื้อย่าง การย่างเป็นวิธีทำ
 ให้นำคอกเป็นเหตุให้เชื้อโรคไม่เจริญหรือตาย และความร้อน
 ก็ช่วยทำลายเชื้อโรค

๖. การฉีกกระป๋องหรือขวด เป็นวิธีที่ใช้ความร้อนอบ
 ตามเวลาที่ต้องการ เพื่อจะทำให้เชื้อที่ระทำให้ของเสียไม่เจริญ
 หรือตายลง ของนั้นๆ จะเก็บไว้ได้นาน

ตามวิธีที่กล่าวแล้วข้างบนนี้ จะช่วยให้หมู่บ้านเก็บอาหาร
 ต่างๆ ที่มามากไว้ใช้ได้นานๆ

การรับแขก

การต้อนรับแขก เป็นคุณลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งของ
 แม่บ้าน แม่บ้านควรจะต้องรู้ว่า ผู้ที่มาเยี่ยมบ้าน เป็นคนมาจากไหน
 ให้ ถ้าต้อนรับเขาดีๆ เขาจะมีความซาบซึ้งในอัธยาศัย
 ไม่ตรี อาจให้ความเมตตาปรารถนาของทางบ้าน หรือทักท้วง
 มาทำร้ายก็ทำไม่ลง นอกจากนั้นยังจะนำไปสู่ผลดีอื่นๆ ซึ่งนับว่า
 เป็นเกียรติของหมู่บ้าน การต้อนรับที่เรียกว่าก็มีแนวปฏิบัติ
 ดังนี้คือ

๑. พูกหาข้ออ่อนหวานไพเราะ ไม่ใช่คำหยาม คำพูดที่
 หยายนอกจากจะไม่เป็นมงคลแก่ผู้กล่าว ยังจะทำให้เกิดฯ ใน

บ้านเก่า ใกล้เคียงไม่ก็ใกล้ไป ต้องมีทางเลี้ยว เช่นกระชา
 จะทำ ตามชั้นของบุคคลที่พูดด้วย การใช้ว่าจาก ก็ เป็นเหมือน
 เครื่องประกับของผู้ใช้ ไม่ใช่สำหรับผูกมัดสายเคียว ซึ่งส่วน
 มากเราเข้าใจกันไม่ตรง คือมีการใช้คำพูดๆ สำหรับคนที่
 ยกย่องหรือชอบพอ ถ้าคนที่ไม่ยกย่องหรือไม่รักก็ไม่ระวัง
 ในการใช้คำพูด

๒. พกในเรื่องเป็นประโยชน์ บางคนพูดเพื่อเอื้อไม่ชวน
 พัง ย่อมเกิดความเบียดเบียนแก่คู่สนทนา การพูดเป็นประโยชน์
 นี้ หมายความว่าพูดให้มีความมุ่งหมาย เช่นจะคุยกันเพื่อสนก
 กัก็ให้ผลเป็นความสนกเพลิดเพลิน จะคุยกันถึงทุกข์สุขหรือเรื่อง
 มีประโยชน์เป็นความรหรือเกี่ยวด้วยการอาชีพ ก็เ็นไปตาม
 ความต้องการ และในการสนทนา จะต้องสังเกตความสนใจ
 ของคู่สนทนาว่า จะพอใจหรือเบียดเบียน ถ้ารู้สึกว่าจะมีความ
 เบียดเบียนต้องเปลี่ยนเรื่อง การพูดคุย ต้องถือความพอใจของ
 ผู้ฟังเป็นสำคัญ ไม่ใช่ถือความพอใจของตนเอง ซึ่งจะทำให้คน
 สนเบียดจะคุยด้วย

๓. เครื่องรับรองเช่น น้าชน น้าเย็น หมายความว่า
 ต้องดูแลให้ตามสมควร และต้องระวังให้สะอาด

๔. ต้องรู้จักใช้กิริยาวาจาให้เหมาะแก่บุคคล เช่น เด็กหรือผู้ใหญ่ คนใกล้หรือคนไกล แต่จะต้องประกอบด้วยความยกย่องตามสมควร

๕. ถ้าผ่านเวลาอาหาร เช่น เช้า กลางวัน เย็น ต้องเชิญแขกมารับประทานอาหารด้วย และโดยเฉพาะผู้ที่มาจากหนทางไกล ต้อง款待อย่างตั้งใจจริงๆ

๖. ถ้ามีแขกหลาย ๆ คนควรรวมกันอยู่ และยังไม่รู้จักกันทั่ว ต้องแนะนำให้รู้จักกัน โดยแนะนำเด็กให้รู้จักผู้ใหญ่ หรือแขกผู้ชายรู้จักแขกผู้หญิง ในการพุดจา ถ้าในหมู่แขกนั้น ไม่สนิทสนมกับเขายาวอย่างใกล้ชิด ก็จะต้องเอาใจใส่คอยให้ทั่วถึงกัน อย่าให้เกิดความน้อยเนื้อต่ำใจกันได้

๗. อย่าถือฐานะความมั่งคั่งของแขกในการรับรอง ควรแสดงความสัภาพต่อแขกทั่ว ๆ ไป

๘. อย่าพุดถึงเรื่องของผู้อื่นท่านของค่อนแคะ จะเป็นเหตุให้แขกเห็นใจ

๙. การแสดงความซื่อสัตย์ และแสดงความอาทรแก่ผู้ร่วมสนทนาคือเป็นเครื่องผูกพันใจอย่างดี

๑๐. ถาถยานมั่งงาน ต้องรู้จักต้อนรับยกเชิญแขกให้ทั่วถึง และรับรองให้เกียรติยศแก่แขกให้สมควรฐานะของบุคคล

นั้น ๆ ระวังการต้อนรับให้เป็นไปโดยถูกต้องเรียบร้อย ก่อนถึง
 งานต้องเตรียมเครื่องรับรองไว้ให้พร้อม ภาชนะอย่างไหน
 ไข่กับแขกชั้นใด และเครื่องอาหารของเลี้ยงสังสรรค์ของแห่ง
 ครัวเตรียมไว้ล่วงหน้า ต้องรู้จักมอบหมายการงานว่า หน้าที่
 ใครมอบกับใคร ว่าจะได้ผลเป็นทพพอใจ อนึ่งเราควรระ
 เชาใจใส่กับผู้ที่มาช่วยทำงานให้มาก กุศลเสียเลี้ยงก็ให้หมดหน้า
 สำราญโดยทั่วกัน เมื่อเสร็จงานควรให้ย่ำเห็นแก่คนชั้นต่ำ
 แสดงความซอซบบุญคุณแก่คนชั้นสูง ตามสมควรแก่การงาน

๕ ๘ การเลี้ยงเด็ก

การเลี้ยงเด็กก่อนมีพิธีตั้งชื่อไป

วิธีปฏิบัติในขั้นต้น พอเด็กคลอดจากครรภ์มารดา

ตามธรรมดาเขาก็มีขบแก่งนางผดุงครรภ์หรือหมอคำแย ซึ่งจะ

เช็ดในปากและล้างตาให้สะอาด ทักและห่มห่อสายสะดือ

การที่จะทำอย่างไรนั้น เป็นหน้าที่ของผดุงครรภ์ ซึ่งสำคัญต้อง

ระวังเรื่องรักษาความสะอาด ในเรื่องความสะอาดนี้ บางคน

ยังเอาใจใส่น้อย โดยถือประเพณีที่เคยทำสืบต่อกันมาแต่ครั้ง

โบราณ แต่ตัวนั่นเองไม่สะอาดพอ เพราะในดินหรือในน้ำที่

สกปรกอาบเชื้อโรคเขย่นอยู่ เชื้อโรคอาจเกิดกระดุมหรือเกิด
 สายสะดือ ภายหลังก็มีสายสะดือหรือผาหรือหุ้ม อาบเป็นเหตุ
 ให้สะดือแตกออกเสีย เกิดเป็นซากทะลักของเด็กนอน ทนเรียกกัน
 ตามบ้านว่าสะพ้าน เป็นเหตุให้เกิดตายเสียมากต่อมาก โรค
 นี้ร้ายแรงนักของกินได้ง่าย โดยการรักษาความสะอาดด้วย
 อานาความร้อน สิ่งใดที่ระมาแต่ต้องสะกิด เช่น เครื่องตัด
 สะกิดและคายที่ระผูก ให้มันจนเค็ช กิ่งนำมาใช้ และผ้าที่ระ
 หอสายสะดือของใช้ผ้าใหม่และรัดหรือขึงไฟให้ร้อนแล้ว ผูก
 จะรัดต้องวางกายเด็กหรือมารดา จะต้องระวังความสะอาดทมิ
 ของตน และบรรดาผ้าผืนทั้งปวงเสมอ

การอาบนำเด็กครั้งแรก

เมื่อเกิดคลอดแล้ว ควรอาบน้ำครั้งแรกโดยเร็วที่สุด
 นำที่อาบควรเย็นน้ำอุ่น และควรใช้สบู่นักกรด่อนที่ใสล้างหน้า
 ได้ ใช้ผ้าอ่อนๆ แทะสับแล้วดู ไม่จำเป็นต้องถูมาก เมื่อนำเด็ก
 ขึ้นจากน้ำแล้ว รีบเช็ดตัวให้แห้งโดยเร็ว แล้วจึงทาขี้ผึ้งหรือ
 กินสอพอง ควรระวังทำให้ทั่วตามข้อพับต่างๆ และตามผิวหนัง
 ที่เป็นรอยพับหรือม้วน มารดาจะต้องระวังรักษาความสะอาดให้
 มุตร ภายหลังที่ใดอาบชำระหรือขี้ส้วมาเสมอไป

ความจำเป็นที่จะต้องให้รับประทานนมมารดา

เด็กทุกคนควรรับประทานนมมารดา เพราะนมมารดาเกิดขึ้นมาโดยธรรมชาติที่โค้ตระกูลเตรียมไว้พร้อมสำหรับเด็ก ประกอบด้วยคุณสมบัติของอาหาร และจำนวนที่ขังการเหมาะสมกับเด็กพอดี ไม่ควรพลอยหลงเชื่อคำแนะนำว่านมไม่เหมาะแก่เด็ก ควรเลือกใช้นมชนิดอื่น ๆ ก็ถือว่า จำนวนเด็กที่ตายโดยมากมักจะเนื่องจากการใช้นมชนิดอื่นที่ไม่ใช่นมมารดา

การให้เด็กพึงคลอได้รับประทานนม

ในระยะ ๓ วันแรก นมของมารดาจะน้อย แต่ควรให้เด็กดูดและรับประทานนมโค้ทันที เพราะนมแรกเกิดที่เรียกว่านมเหลืองนั้น มีลักษณะเป็นยารักษาโรคซึ่งจะบำรุงเด็กให้แข็งแรง

วิธีให้รับประทาน ตลอดระยะนี้ ไม่ควรให้อาหารอื่นแก่เด็ก นอกจากน้ำและนมมารดา พอพ้นระยะ ๓ วันแรก มารดาควรให้เด็กรับประทานนมเป็นเวลาโดยแน่นอน คือใช้นาฬิกาเป็นหลักไม่ใช่เพียงคาดคะเน ขึ้นต้นเวลากลางวันควรให้รับประทาน ๓ ชั่วโมงต่อครั้ง ตอนกลางคืน ๘ ชั่วโมงตั้งแต่ ๒๒ นาฬิกาลง ๖ นาฬิกา ควรให้รับประทานเพียง

ครึ่งแก้ว ถ้าเด็กร้องวัยประทานนมก่อนถึงกำหนด ให้
 วัยประทานน้ำสะอาดสัก ๑ หรือ ๒ ช้อนเล็ก ไม่ควรให้
 วัยประทานสิ่งอื่นนอกจากน้ำ บรรดาอาหารต่าง ๆ หรือน้ำผลไม้
 ไม่ควรหยอกลงให้เด็กก่อนวัยประทานเลย นอกจากแพทย์จะไ้
 ครอบอาการและตั้งยาไว้ การเลี้ยงโดยให้อาหารเป็นเวลา
 ครึ่งแรก ๆ เด็กจะร้องบ้าง แต่ถ้าหักให้เคยระเล็งง่าย
 และไม่ไข้โรค

ขณะเด็กเจริญเติบโตขึ้น นานนมของมารดาจะเปลี่ยนไป
 ความอายุของเด็ก โดยมีลักษณะเหมาะแก่เด็กนั้นเอง ควร
 ให้วัยประทานนมอายุเด็กได้ ๘ เดือนแล้วให้หย่านม การให้
 วัยประทานนมมานานกว่านี้ ย่อมให้โทษทั้งแก่บุตรและมารดา
 ไม่ควรให้เด็กดูดนมเกินไป จนอึดอย่างที่เคยว่า
 สันกระเพาะ การดูดนมคราวหนึ่ง ๆ ควรให้เวลาเพียง ๑๐
 นาที ถ้าเด็กวัยประทานนมเกินขนาดจะกลายเป็นอุจจาระโดยไม่
 ย่อยหรืออาเจียนออกมา

กระเพาะอาหารของเด็ก ไม่มีน้ำย่อยอาหารแข็งได้เลย
 จนกว่าจะมีอายุ ๖ เดือนหรือหกขวบนั้น พอเด็กมีฟันจะเป็นเครื่อง
 หมายแสดงว่า เด็กจะวัยประทานอาหารอ่อนทยอยง่ายได้ ถ้า
 ให้อาหารแข็งแก่เด็กซึ่งมีอายุไม่ถึงกำหนดก็ควรวัยประทาน จะ

เป็นต้นเหตุให้ขาดเสีย หรือชวียะแห่งการย่อยอาหารพิการมี
อาการสูงจากร่วงและอาเจียน โรคนี้เรียกกันว่า "ทรง" ซึ่งได้
ทำให้เด็กตายเสียเป็นจำนวนมากโรคขาดเสียหรือชวียะแห่งการ
ย่อยอาหารพิการนี้ เกิดขึ้นโดยให้รับประทานอาหารที่ไม่สมควร
ให้รับประทานมากและให้อาหารสกปรก เมื่อเด็กหย่านมแล้ว
มารดาควรระวังให้อาหารที่ไม่ผสมกันมากอย่างทั้งต้องสะอาดและ
ย่อยง่าย

ความสะอาดของบ้านเรือน เครื่องประกอบในการกิน
อยู่หลับนอนของเด็กเป็นสิ่งสำคัญในความเจริญเติบโตของ เด็ก
บ้านที่เต็มไปด้วยกลิ่นคาวของ ขยะมูลฝอย เศษอาหาร ผลไม้
ส้วมโสโครก น้ำกิน น้ำใช้สกปรก ห้องที่อับคทขย
เยือก ย่อมทำให้เด็กไม่เจริญด้วยความสะดวก และมั่ว
กายอ่อนแอกว่าความสมควร

การปลูกฝีและฉีดยาป้องกันโรค มีโรคร้ายแรงที่
มารดาควรจัดการป้องกันบุตรของตน คือโรคไข้ทรพิษหรือฝีดาษ
กับโรคคอตัน (คิซอเรีย) นับตั้งแต่เด็กมีอายุครบ ๒
เดือน ถึง ๖ เดือน ควรให้เด็กได้ปลูกฝีป้องกันไข้ทรพิษ และ
เมื่ออายุครบ ๘ เดือนเต็ม ควรให้แพทย์ฉีดยาป้องกันโรค
คิซอเรีย

การเจ็บไข้เล็กน้อย การเจ็บไข้ของเด็ก ควรต้องเช็ด
 แพบัวมาถูหรือไปปรึกษาหาโรคภัยแต่เพื่อประโยชน์
 จะแนะให้มีความระมัดระวัง สำหรับเวลาที่ไม่มีแพทย์และผู้นั้น
 ใดแก้ไขเหตุการณ์เช่นนี้ทันใดจึงควรไป

๑. ท้องผูก ปกติเด็กควรจะไปถ่ายอุจจาระวันละ ๑
 หรือ ๒ ครั้ง อาการท้องผูกมักเกิดจากให้อาหารที่ไม่สม
 ควร ให้อาหารประเภทน้ำส้มคน หรือน้ำนมมะพร้าวที่เคี้ยวใหม่ ๆ
 ลึก ๒—๓ หยดทุกวัน ให้อาหารประเภทน้ำสะอาดให้มาก ถ้าไม่
 ออกก็พยายามให้น้ำจืดหรือน้ำขุ่นจนสุดให้หมด ถ้ายังไม่
 ออกก็ควรเข้าใจว่าอุจจาระผูกเป็นประจําซึ่งต้องปรึกษาแพทย์

๒. สงท้อง อุจจาระร่วงอาจเป็นอาการที่ร้ายแรงหรือไม่
 ร้ายแรงก็ได้ ถ้ามีเคสน้ำนมหรือสิ่งอื่นเป็นก้อนเจือปนออกมา
 กับน้ำอุจจาระ อาจเป็นเพราะให้อาหารเด็กมากเกินไป เกิน
 กำลังน้ำย่อยอาหารจึงทำให้เกิดความระคายแสบได้ ตาม
 ธรรมดาร่างกายย่อมพยายามที่จะแก้ไขความผิดปกตินี้ โดยขับ
 ออกมาเสีย จึงอย่าใช้ยากุม แต่ควรแก้หาอาหารให้ถูกต้อง และ
 ค่อยไปควรให้อาหารน้อย ๆ และให้อาหารประเภทน้ำสุกที่ทิ้งไว้จน
 เย็นแล้ว น้ำจะช่วยพุงกำลังและทำให้สบายขึ้น

ถ้าอาหารว่างเพราะมีเชื้อโรคเข้าไปใน กระเพาะ อาหาร
เพราะเหตุการรบกวนความสะอาดภายในช่องท้อง หรือ
อาหารไม่สะอาดพอ ก็จะมีอาการตัวร้อน อาหารเป็นน้ำหรือ
เป็นเมือกบางครั้งมีโลหิตเจืออยู่ด้วย และอาจถ่ายบ่อย ๆ อย่าง
นี้ต้องรีบไปหาแพทย์

๓. อาเจียนหรือสะอึก เกิดขึ้นโดยมากมักอาเจียนหรือ
สะอึกเมื่อรับประทานอาหารแล้ว ถ้าเด็กไม่ปรากฏอาการเจ็บไข้
อย่างใดอีก อาการนี้มักจะเนื่องจากการให้อาหารมาก

๔. ปวดท้อง อาการปวดโดยมีลมในท้อง เนื่องจาก
การให้อาหารที่ผิดหรือให้มากเกินไป เกิดการร้องเสียงดัง สดัก
เท้ากัน และเช่นเข้าอุจจาระหนักท้อง จะทำให้ท้อใจโดยนวดท้อง
เบา ๆ ที่หน้าท้องหรือใช้ประคบด้วยของอุ่นก็ได้ การให้อาหารจะ
อาการเจ็บปวดควรเป็นหน้าที่ของแพทย์

๕. ชักหรือกระตุก มักจะเนื่องมาจากเหตุต่าง ๆ กัน ควร
เชิญแพทย์มาตรวจทันที ขณะที่เกิดชักแพทย์อย่าตื่นตกใจ
กลัวลมหัวเด็ก แต่ถาเด็กนั้นตัวร้อนจัด ควรอุ้มลงแช่น้ำอุ่นจัดๆ
ระวังอย่าให้เกิดหนาวได้

๖. หวัด โรคหวัดธรรมดา อาจเป็นได้โดยค่อนเนื่องมา
จากคนอื่นเป็นหวัดอยู่แล้วไม่ควรให้บุตรหรืออุ้มเด็ก ระวังอย่าให้

ใครหามาใกล้เด็ก หรือเอาผ้าของผู้อื่นมาเช็ดหน้าให้เด็ก ถ้าเด็ก
 กักตุนเล็กน้อยใช้วิธีลันทาในช่องนมหรือให้ดื่มน้ำมันย คา ลีย
 ชลัฏโก ระวังสวมเสื้อผ้าให้เด็กได้รับความอบอุ่น ถ้ารู้สึกว
 เป็นมาก ควรเชิญแพทย์มาตรวจ

๗. ผิวหนังเปื่อย ผิวหนังแดงหรือเปื่อย มักเกิดเพราะไม่
 ระวังปล่อยให้ผิวหนังนั้นชื้นอยู่เสมอ มักเป็นตามรอยพับ
 และถื่น จะแก้ไขได้โดยหมั้นรอยแข็งผิวยับเหงื่อให้แห้งอยู่
 เสมอ ขณะเด็กถ่ายท้องชำระและขับน้ำให้แห้ง แล้วรอยแข็งผ
 รอยแตก ถ้าไม่มีอย่างอื่นใช้กินสอพองเผาไฟบดให้ละเอียด
 ผสมพิมเสนนํ้าทนน้อยก็ได้

มารดาไม่ควรระวังอยู่เป็นถึงวลกัยบุตรของตนจนไม่วาง
 แค่ว่าควรหมั้นสังเกตุบ้าง อย่าเพิกเฉยต่อความผิดปกติ
 เกินไป เช่น ปากเปื่อย ตาและหูเป็นน้ำหนอง เป็นเม็ด
 ผื่นขวม ควรไปปรึกษาแพทย์

การร้องไห้ การร้องไห้ของเด็กควรสังเกตโดยละเอียด
 ว่า ร้องเพราะเหตุใด สีหน้าและลักษณะของเสียงจะช่วย
 ในการสันนิษฐานได้ เด็กจะร้องไห้บ่อยๆ และทวย
 ความรักความสมารถเวทนา มารดามักจะก้มขึ้น หรือได้เปิด
 โถงหรือยื้ออาหาร การกระทำอย่างนั้นย่อมไม่เหมาะ เป็น

การเพิ่มความลำบากและเสียเวลาของมารดา ถ้าเกิดร้อง ควร
จะตรวจร่างกายและเสื้อผ้าที่ห่อหุ้ม ว่าสิ่งใดผิดปกติบ้าง
เช่นนมผ้าทำให้เกิดครั่นรำคาญ หรือเต็กกำลังงอกเสียด ถ้า
ไม่พบการผิดปกติ อาการที่ร้องก็ควรจะหายากให้คนอุ้ม รัง
หอยอกน้ำสะอาดให้สัลดัดน้อย แล้วช่วยให้นอนเปลี่ยนท่า
จากเดิม ปล่อยไว้แต่ลำพัง วันแรกๆ เกิดอาการร้องต่อไป
อีกนาน แต่ภายหลังเมื่อรู้สึกลัว ถึงจะร้องสักเท่าไร ก็ไม่มี
ใครปลอบโยนอุ้มชู ไม่ช้าจะหลับไปเอง เกิดบางคนร้อง
เพราะต้องการให้อุ้ม ถ้าไม่ยอมตามใจ ไม่ช้าก็เกรี้ยวอยู่
ไต่เอง

การร้องทมิฬอาการเจ็บป่วยประกอบอยู่ มักสังเกตได้ดังนี้

๑. การร้องให้สิ้นครั้ง ๆ หยุด ๆ แล้วต่อไปก็
กำเริบขึ้นเช่นเสียงร้องอย่างมากมายแล้วหยุดนิ่ง มักเนื่อง
จากอาการงอกเสียด ถ้าปรากฏอาการทั้งของประกอบด้วย ก็
ทายได้แน่ทีเดียว

๒. การร้องให้ไม่หยุด อาจเนื่องจากความรบกวน
ที่คงอยู่นาน เช่นถูกสิ่งใดทำไต่เจ็บหรือชกฉีฬวนึง เมื่อกด ๆ วดา

๓. เด็กที่ง่วงนอนมักจะร้องอย่างดกรบกวน แต่
มักจะยอมอุ้มชยทา

๔. การร้องรำไว้ที่เรียกว่าฮอน มักเป็นแก่เด็กที่
ร่างกายอ่อนแอ ในระยะที่เด็กอ่อนเพลียเพราะพิษของโรค
เกิดการร้องควางและทำหน้าเข้ เช่นเคี้ยวก้นลักษณะร้องไห้
แต่ไม่มีเสียงออกมาเลย

๕. ถ้าเกิดร้องทุกครั้งที่ยก น้ำระลอกความเห็นใจว่า
เป็นเพราะน้ำหนักของหน้าอกทำให้เจ็บ ซึ่งเป็นผลของโรคที่
เกี่ยวด้วยเยื่อหุ้มปอดอักเสบ และเด็กที่เป็นโรคเกี่ยวกับปอด
เสียงทรวงไหระลอก เพราะเด็กไม่สามารถจะหายใจยาวได้
ถ้าร้องไห้เมื่อขยับสิ่งใดเข้าปาก หมายความว่าความผิดปกติ
อยู่ในปาก หรือถ้าร้องไห้เมื่อจับของส่วนใดส่วนหนึ่งของ
ร่างกายเข้าแล้ว ย่อมชี้ให้เห็นว่าส่วนนั้นผิดปกติ

การฝึกนิสัยเด็ก ผู้เป็นพ่อแม่ของเด็ก มักมีความ
คิดเห็นว่า หน้าท้องของพ่อแม่ คือท้องรักลูกและเขาในโลก
ไม่มีใครมีใครคิดถึงว่า เมื่อรักลูกจะต้องฝึกนิสัยลูก การ
ฝึกนิสัยเด็กจะเริ่มได้แต่เด็กยังเป็นทารกนอนในเบาะ กุญแจ
ในเรื่องกินเรื่องถ่าย เรื่องนอน เรื่องคนนอน เรื่องหัวเราะ
เรื่องร้องไห้ ถ้ายามารยาท ความกล้า ตลอดจนการบังคับ
ตนเอง อันเป็นความรูสึกฝ่ายสูง

ในการฝึกคนสี่เท้า มีข้อควรสังเกตอยู่ว่า เราจะ
ปลูกฝังให้เด็กมันส้อยเหมือนกันหาได้ไม่ นิสัยอย่างใดของเด็ก
ก็อยู่เราควรส่งเสริม นิสัยใดไม่ก็ เราไม่ควรขัดกับหรือขัดกับ
และการขัดกับก็ขัดกับนั้น ทั้งทำด้วยความเมตตากรุณา
อย่าใช้คำก่าคำเข่นตี ระวังอย่าเพ่งโทษเป็นคนสุภาพอ่อนโยน
ค่อย ๆ ใช้นิสัยเด็กไปทีละน้อยก็จะมีผลก็ได้ ว่าควรระแ
กอย่างไร

คนง่อก็ข่มไม่มีความสามารถเท่าเทียมกัน ระวังผลภายใน
ในขอบเขตความสามารถของเด็ก และค่อย ๆ ทั่วจน ทั้ง
เด็กเกิดเป็นหลักในการฝึก ไม่ใช่ถือความพอใจของผู้ฝึก
เป็นหลัก

ในการฝึกคนสี่เท้า หลักสำคัญอยู่ที่การฝึกทางใจ การ
ส่งเสริมทางใจให้เป็นและสำคัญมาก การทำลายกำลังใจด้วย
การข่มขู่ขู่ขู่ โดยถือความผิดความเห็นของตนเป็นใหญ่
ไม่เรียกว่าเป็นกรฝึก ข่มเป็นโทษแก่ชีวิตของเด็ก โดย
เด็กจะกำหนดความเย็นใจโดยไม่สมควร จะเลื่อมจากลักษณะ
อันเข้มแข็ง ไม่สามารถนำตนให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จอย่าง
ใหญ่หลวงได้ การที่จะให้เด็กมีกำลังใจที่จะกระทำเช่นนั้น
เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะกล่อมเกลี้ยงเจ้าน้ำทาง แต่ต้อง

ค่อย ๆ นำให้เป็นไปตามแนวทางที่มุ่งหมาย และถ้าเด็กนั้น
 เป็นลูกมีเหตุผลในการคำนึงแม่ก็ควรฟัง ไม่ใช่พ่อแม่จะมุ่ง
 เอาชนะลูก หรือลูกมุ่งเอาชนะพ่อแม่ ซึ่งเป็นเรื่องไม่เข้าใจ
 ชงกันและกัน และสุดท้ายก็เป็นรอยแห่งความเศร้าเสียใจ
 เรื่องผลเกิดเป็นเรื่องใหญ่ ซึ่งต้องศึกษาและรักษาโดย
 รอยคอบ จึงเขียนไว้พอเป็นแนวพิจารณาตามสมควรเท่านั้น
 มีตัวอย่างคำประพันธ์ของท่านเจ้าพระยาธรรมศักดิ์มนตรี
 เขียนแสดงความไม่เข้าใจกัน การเอาชนะโดยใช้อำนาจบังคับ
 และเขย่งกั้น ทำลายกำลังใจอันแข็งแกร่งของเด็กให้หายไป
 ในทางผิด เลยเป็นโทษแก่สังคมมนุษยชาติ ดังต่อไปนี้
 ไม่เร็ว

หนูเขียนมารดาทว่าถือ ที่แท้ คือความเห็นเห็นคน
 ละเอียด ความเข้าใจทำให้หนูเขย่งกระด้าง มารดาขวางที่ไรได้
 เขย่งกั้น

แม่ลูกต่างก็ไม่เข้าใจกัน เลยต่างคนต่างกันกันเต็มที
 การที่ชกกระหนกชนทุกที เพราะเกิดมีบ้านไม้ชนในตน

โรคบ้านไม้ลามไปถึงใจจิต บ้านความคิด, บ้านหน้า,
 และบ้านกัน, ชนากเขย่งต้องเปลี่ยนไปตามคน ที่ความบ้าน
 เข้าผจญประจำตัว

ยังทรงทนแต่เล็กยังแรงแล่น กว่าระโถกแก่่นมิใช่ชั่ว
 แม็กุญแจมือใส่ยังไม่ถวัล เกินตากหน้าไถ่หัวทั้งพารา
 หน้^๔เบียดม^๔กำลังใจ^๔กึ่งเพชร ท้องระเหิดระเหินต้นเข้าป่า
 เป็นเสื่อสง^๔แม่นางโงะยกโหลงพา เพาะพยาวิทนอนบ่อน
 บ้านเมือง

กำลังใจ^๔กึ่งวานหาซาก อบรมคึกคึกมากหากฟังเพลง เป็น
 ขรรษรัตนคุณประเทือง ไม่ใช่เรื่องหักท้าวผลาญคุณธรรม

วิสัยเด็กเปรี้ยวไขว่ไขว่ไขว่ ทักท้วงร่อนเลนไฟนั้นไม้คร่ำ
 ทักเย็นไถ่ไฉนจักไม่ทำ ทักท้วงน้ำ รักกระบังอ่อนทั้งใจ

ถึ้ออำนาจเหตุผลทุกศกกรรม ยุติธรรมปลุกเสกเด็กผู้ใหญ่
 ของใครก็ให้ประณอมยอมกันไป แต่มิให้ตามใจชอไปก็

ให้เหตุผลครอบงำยอมทำได้ เกิดผู้ใหญ่ครูศิษย์ไม่ผิดที่
 อบรมทวยเหตุผลไต่คนก็ นารักมเมตตาเป็นยาพอ

เก็บไม่เรี่ยวห่อไว้ในค^๔เหล็ก สำหรับเด็กเกกมะเหรกและ
 เหลือชช^๔ ทารกอ่อนเขาวนไว^๔ใช้ลูกขอ แล้วหุ้มห่อทวยรักจัก
 มชย

ครูเป็นผู้เพ่งจิตวิทยา ให้วิชาทวยวิชาที่แจ่มใส เพื่อ
 ศิษย์ล้วนว่าเร้าบันเทิงใจ ไก่เรียวเขาวนไว^๔ในชีวิต

การเขียนคือเป็นวิธีทำลายขวัญโทษมหันต์คุณมีกระหริก
ห้ามก้าวหน้าพาหุอยู่เป็นนิตย์ เป็นยาพิษมิให้ใช้บำรุง

ผู้เขียนคือโทษมากไม่อาจคิด โทษหริกครอบงำทำให้
ยุ่ง มีอำนาจกระใช้ไม่ปรบปรน ทั้งศาลเคยกามมุ่งแต่โทษ

เหตุฉะนั้นการก็มีแต่ห้าม ไม่ต้องตามยงสั่งเสริมผล
ก็สงครามใครตามไปปรือปรน มีแต่คนคอยห้ามสงครามไว้

โบราณว่าเสียกายไม่เย็นภัยแก่ ชุวชนนนั้นแตรออนไลน์
เคยวนโลกเจริญมากหากเปลี่ยนไป เป็นขอให้เสียกายพร้อม
ยอมไม่เรียว

ธารยชนไม่ชอบหวายฉนโค ลูกของเขาไม่ชอบไม้หวก
เกี้ยว ๆ อนนิกเสนกณฉนนเทย พงเฉลยเฉลกใส่ให้
ชอบ เทอญ

การพยาบาล

บ้านทกบ้าน ถ้ามีเครื่องใช้ในการพยาบาล และยา
ประจำบ้านทำเป็นไว้อย่าง จะเป็นความสะดวกที่มีของใช้ในการ
เวลาช่วยไข้ และแก้ไขอาการเบื้องต้นของโรค สิ่งของ
และยาเหล่านี้ ควรจัดไว้เช่นเครื่องยาแห่งหนึ่งต่างหาก
สำหรับยาคงมีผลลากบอกชื่อยา บอกเวลา บอกจำนวนหรือ

ขนาดและบอกชนิดยากินหรือยาใช้ภายนอก ยาทั้งสองชนิดนี้
 ต้องเก็บแยกกัน เพื่อป้องกันการหยาบยาผิด
 เครื่องใช้ในการพยาบาลที่ควรมีไว้สำหรับบ้าน มัก
 จะไป

๑. หินบดหรือโกร่งบดยา
๒. ปรอท
๓. ถ้วยกินยา
๔. ถ้วยล้างตา
๕. สำลและผ้าพันแผล
๖. เครื่องสวนอุจจาระ
๗. ถังน้ำร้อนหรือขวดใส่น้ำร้อน
๘. ถังสำหรับใส่น้ำแข็ง
๙. โถอุจจาระ
๑๐. คีมทำแผล

ยาที่ควรมีประจำบ้าน

ยากิน

ยาดำย ก็เกล็ด, น้ำมันละหุ่ง
 ยาแก้ปวดท้อง, ท้องขึ้น, ท้องเฟ้อ, ทุเลา
 ยาธาตุ เหล้าสระแทน ทั้งเชอร์เคมเฟอ
 (แผนการะขุน) โซคามินท์

ยาแก้บิด โทเวสเพอร์เกอร์

ยาแก้ลม แอมโมเนียหอม

ยาแก้ปวดศีรษะ แอสไฟวิน

ยาแก้ไข้ ควินิน

ยาที่ใช้ภายนอก ยาใส่แผล เมอคิวโรโครม(ยาแดง) ทิงเจอร์

ไอโอดีน ยาเหลือง

ยาดังแผล ค่างทขิม

น้ำมันฉุนกวนในเวลาเคล็ดขยวมซ้ำตามร่างกาย

มีน้ำมันสะโตก, น้ำมันเขียว, น้ำมันระกำ

ยากมแก้หวัด คือ น้ำมันยูคาลิปตัส

ยาแก้ปวดฟัน น้ำมันกานพลู

ยาแก้ไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก เช่น แวสดิน

ยาหยอดตา คือ ชิงซัลเฟต ๑% และซัลฟา

๐.๘% และจำพวกอาวีรอล

ยาดังตา น้ำโยวีก

ยาขายคอ แมนเดิลสโตรคเพ้นท์ (Mandle's
throat paint)

หลักในการพยาบาลคนไข้

เมื่อคนในบ้าน มีอาการป่วยแต่เล็กน้อย เช่น ปวดท้อง
ปวดศีรษะ หรือเป็นโรคอื่นที่เราพอรู้จักโรค ต้องให้ยา
รับประทาน ให้นอนพัก ให้อาหารให้ถูกกับโรค ถ้าเห็นว่า
ไม่ทุเลาหรือมีอาการเปลี่ยนแปลง ควรเชิญแพทย์หรือพาไป
หาแพทย์ และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

หน้าที่ของผู้พยาบาลทั้งปฏิบัติกับคนไข้ซึ่งมีดังต่อไปนี้

๑. ระวังคนไข้ให้เรียบร้อย มีสิ่งของเฉพาะจำเป็น
ที่คนไข้ อาหารก็ ยา ก็ ควรเก็บไว้ที่อื่น ไม่ควรมาตั้ง
เกตุอนกลางอยู่ จะทำให้คนไข้เขิน

๒. ควรรักษาอกไม้หอมๆ งามๆ วางไว้ข้างหัว หรือ
ปักไว้ในแจกันใกล้กับคนไข้ เพราะกลิ่นหอมและสิ่งงามๆ
ของดอกไม้ จะทำให้คนไข้สดชื่น

๓. รักษาห้องให้สะอาด อย่าให้อากาศ ใหม้แสงแดด
และอากาศ แต่ต้องระวังอย่าให้แดดส่อง หรือให้ลมโกรกถูก
คนไข้ เว้นแต่ใช้บางอย่างเช่น โรคตา โรคเส้นประสาท
ต้องให้มืดและเงียบสงัด

๔. ให้ยาตรงตามเวลาที่แพทย์สั่ง

๕. เจกจำอาหารที่เป็นปรกติ หรืออาหารเปลี่ยนแปลง
ไว้เล่าให้แพทย์ฟัง

๖. ต้องเอาใจใส่ต่อคนไข้ ในเรื่องอาหาร การพักผ่อน
ยาและความสุขสบาย

๗. ต้องรู้จักปล่อยใจ เอาใจคนไข้ อย่าถือโกรธ
ในการรู้จักของคนไข้ เพราะธรรมชาติคนไข้มักรู้และ
ใจน้อย

๘. จะทำสิ่งใด ต้องระวังอย่าให้ยิ่งยั้ง โครมความ
อย่าทำของตก จะทำให้คนไข้รำคาญ

๙. ต้องพูดค่อย ๆ และ ค่อย ๆ พูดให้ชัดถ้อยชัดคำ
ประจบด้วยอาการยิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ อย่าแสดงให้คนไข้
เห็นว่ามั่งงานมากเหลือเกิน จะทำให้คนไข้เกรงใจไม่กล้าขอ
อะไร

๑๐. อย่าให้คนไข้ต้องทุกข์ เวลาขอให้ทำอะไร คนไข้
จะเหนื่อยและไม่พอใจ เมื่อรีบจะทำให้แล้วต้องรีบทำให้สำเร็จ

๑๑. ช่วยเตือนสติ ให้รู้สึกมีความมั่นใจ ในการรักษา
พยาบาล ไม่ให้คนกลัวในสิ่งต่าง ๆ อย่าพูดถึงการตายการ
เจ็บหนัก

๑๒. อย่าให้คนไข้ต้องทรมาณด้วยความกระหายน้ำหรือ
หิว คนที่เจ็บหนักมักขอแห้งเสมอ ควรให้รับประทานน้ำบ่อยๆ
นอกจากแพทย์สั่งห้ามเป็นพิเศษ

๑๓. หมั่นพลิกคนไข้ ให้ไถ่เปลี่ยนท่าเสมอ อย่าให้
นอนในที่เดียว ควรใช้หมอนหรือผ้ารอง ควรทำให้ผิวหนังสะอาด
หมั่นขยันทวนให้ตามเนื้อที่ใดที่ใดเกินไปจนลำบาก จะทำให้ความเมื่อย
ทุเลาลง

๑๔. ผู้พยาบาลอย่าเห็นแก่การนอนเกินไป ต้องคอย
ระวังอาการคนไข้อยู่เสมอ

๑๕. ถ้าคนไข้ลุกไม่ได้ ต้องช่วยในเรื่องรักษาความ
สะอาดของร่างกาย เช่น แปรงฟันในเวลาเช้าและค่ำ ล้างหน้า
เช็ดตัวและเปลี่ยนเสื้อผ้าเมื่อคนไข้เข้า ถ้าอากาศร้อนก็ควร
ชุบตัวให้บ้างในตอนกลางวันหรือบ่าย ในเวลาคนไข้ถ่ายอุจจาระ
มีสีสวาว กุขารเล่างให้สะอาด

๑๖. ถ้าคนไข้เป็นโรคติดต่อกัน เช่น ไข้รากสาคุน้อย ไข้
ทรพิษ จะต้องแยกคนไข้ไว้ในห้องโดยเฉพาะ ควรจะมีผู้พยาบาล
ไม่ให้อื่นประปน แยกเสื้อผ้าและเครื่องใช้จากของ
คนอื่นๆ ที่เวลาไข้และทำความสะอาด ผู้พยาบาลต้องระวังตัวเอง
และระวังไม่ให้นำเชื้อโรคมาแพร่ให้ผู้อื่น โดยการล้างมือให้

สะอาควัยนาและสบู ในระะที่กำล้งพยาบาลใช้ คนพยาบาล
ไม่ควรคลุกเคล้าปะปนกับคนกอื่น ๆ

อาหารสำหรับคนเจ็บ

ในสมัยโบราณ เราถือของแสลงสำหรับคนไข้มาก จน
ไม่มีใครมีอะไรรับประทานและทำให้เสียกำล้งมาก เพราะ
ความเชื่อใช้ที่กำล้งงำล้งลงส่วนหนึ่งแล้ว ข้าต้องเสียอาหาร
ที่ระทำให้เกิดกำล้งใหม่ จึงว่าเสียกำล้งมาก เช่นคนเป็นไข้
ซึ่งมีความร้อนในร่างกายสูงกว่าปรกติ ย่อมทำให้กำล้งใน
การย่อยอาหารอ่อนลง อุตระะบัสสวะน้อย อาหารดอย
ผิวหนังแห้งผาก ถ้าให้รับประทานข้าวกับปลาแห้ง ปง ซึ่ง
เป็นของแข็งของเหนียวและแห้งผาก ย่อมทำให้ย่อยยากกลาย
เป็นของแสลงก็ได้ ควรระะต้องให้รับประทานอาหารที่เป็นของ
น้ำ ๆ เหลว ๆ เพอนาย่อยอาหารซึ่งถูกใช้เผาแห้งเหลืออยู่
น้อยระะไคย่อยได้ เท่ากับไม่ฝันให้เคระะจิกที่ไม่ปรกติทำงาน
หนัก อาหารเหลวกักแล้วได้แก่ ข้าวต้ม, แข้ง, นม,
แกงจืดที่เคียวจนเปื่อยเป็นคั้น เมื่อใช้ถกแล้ว ก็เริ่มให้
อาหารแข็งขึ้นเช่น ไข่เจียว, ไข่ต้ม, ข้าวต้มปลา, แกงจืด

เนื้อไก่หรือเนื้อวัวที่เปื่อยก็ได้อ การให้อาหารคนไข้ต้องมอด
น้อยๆ แต่ให้บ่อยครั้งดีกว่าจะให้ครั้งเดียวมาก ๆ

อาหารคนไข้รากสาต คนเป็นไข้รากสาคนนั้นคอที่ลำไส้
เล็กที่ลำไส้ใหญ่เกิดเป็นแผล และแผลนี้จะมากหรือน้อยก็
แล้วแต่ความรุนแรงของโรค ตรงที่ลำไส้เป็นแผลนี้จะบาง
เหว่นอาหารที่จะให้แก่คนโรคเช่นนี้ ต้องเป็นน้ำแท้ๆ ไม่มี
อาหารที่เป็นกากปนเลย ทดทั้งสุกก่อนม หรือมีละน่นก็น้ำข้าว
ซึ่งต้องกรองไม่ให้มีเศษข้าวติดเลย แต่ในน้ำข้าวไม่มีอาหาร
ที่ร่างกายต้องการครบถ้วน สันไม่ได้อาหาร โรคนี้ขึ้นให้อาหาร
แข็งจะเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิต แม้ฟื้นแล้วยังต้องห้ามอาหาร
แข็งต่อไปอีก ๕-๖ สัปดาห์

อาหารของคนเป็นโรคเบาหวาน ที่เรียกว่าโรคเบาหวาน
ก็โดยในปัสสาวะคนไข้มีน้ำตาล อาหารที่น้ำตาลจึงเป็นของ
แสดงทั้งสัน และอาหารแข็งก็ห้ามด้วย อาหารที่ไม่แสดงคือ
เนื้อหมู มันหมู ปลา ไก่ ไข่ แกรงก็ที่ไม่แข็ง รุน กาแฟ
ครีม ผักต่างๆ ถ้าเรขยประทานข้าวต้ม ก็ขยประทานไก่โดย
ไม่ตองเคี้ยว ถ้าอาหารมากต้องงก สิ่งที่ใช้แทนน้ำตาลคือ
อินทศกร

อาหารของคนเป็นโรคไต นมวัวสดเป็นดีกว่าอย่างอื่น เพราะนอกจากจะเป็นอาหารสำคัญ ยังช่วยให้มีสสารมาก ความประสัคทำให้มีสสาร มากก็เพื่อชำระของเสีย ที่จะกำจัด ออกไม่หมดด้วยความสามารถของไตให้หมดไป ปลาผัก ผลไม้ มันหมู ข้าวเหนียว ข้าวเจ้า รับประทานได้ทั้งสิ้น แต่ต้อง ให้รัก จำพวกเนื้อสัตว์ไม่กิน จะทำให้ไตต้องทำงานมากขึ้น

อาหารสำหรับคนที่ท้องเสียและบิด ก็ยังเป็นอาหาร ชนิดไม่ระคายคายได้ และละลายง่าย เพื่อไม่ให้ลำไส้ทำการ ขับและขับขับตัวมากเกินไป จึงต้องใช้อาหารเหลว เช่น น้ำข้าวต้ม นม แข่ง น้ำแกงจืด ส่วนของเหนียวของแข็ง ผัก ผลไม้ต่าง ๆ เป็นของแสลง อาหารจำพวกน้ำซากาแฟ ควร ห้ามมากกว่าอาหารที่ไม่มีโลหิตและเสมหะ คนเป็นบิดมักกระหาย น้ำ ควรให้รับประทานน้ำโคโสมฯ

อาหารของคนเป็นวัณโรค โรคชนิดนี้ รับประทาน อาหารธรรมดาที่มีประโยชน์มาก ๆ เพราะเป็นไข้เรื้อรัง และ ร่างกายต้องการบำรุง อาหารที่กินที่สุดคือไข่และนมสด แต่ ถ้าคนไข้ท้องเสียจึงเปลี่ยนเปลี่ยนรับประทานอาหารที่ย่อยง่าย

อาหารสำหรับคนเป็นโรคบาดแผลตามผิวหนังต่าง ๆ ที่วิ่งเกิดขโมยของแสลง ที่จะมีอาการมากหรือเกิดหนองขึ้น เพราะปล่อยแผลสกปรก

การปรนนิบัติ

คุณสมบัติของผู้หญิงอีกอย่างหนึ่งคือ การปรนนิบัติ เป็น
ประเพณีเก่าแก่ของไทย ทดถือนะเบียบปฏิบัติข้อ ๆ กันมา
ด้วยความรู้สึก ว่า ธรรมชาติให้ผู้หญิงเป็นผู้ช้อนโยนไม่กำลัง
แข็งแรงเท่าชาย หน้าที่ของผู้หญิงจึงต้องอยู่กับเหย้าเรือน มี
หน้าที่ปรนนิบัติผู้ใหญ่ เช่น บิดามารดาและสามี การปรนนิบัติ
แบ่งออกได้เป็น ๒ อย่างคือ เวลาปรกติและเจ็บไข้ ในเวลา
เจ็บไข้ไต่กล่าวไว้ในหลักการพยาบาลแล้ว จะไต่กล่าวต่อไปถึง
การปรนนิบัติในเวลาปรกติ

ในครอบครัวส่วนมาก ชายเป็นหลักในการทำมาหากิน
และหญิงมีหน้าที่ดูแลการบ้านเรือน ปรนนิบัติชายให้ได้รับ
ความสุขและสะดวกสบายในการกินอยู่หลับนอน แม้ในสมัยนี้
การทำมาหากินอึดอัดและการครองชีพสูง หญิงจะต้องออก
ช่วยทำมาหากินบ้างก็ตาม แต่ถนัดเพียงเป็นส่วนประกอบ หญิง
จะทรงการเหย้าเรือนหาได้ไม่ การปรนนิบัติจึงเป็นลักษณะ
สำคัญที่จะเชิดชูหญิงให้เป็นผู้มีค่าในครัวเรือนอย่างสูง

ในการกินอยู่หลับนอนของผู้เป็นหลักในชีวิตหญิง ทั้งแต่
บิดามารดาและสามี หญิงควรระไต่ดูแลเอง เพราะความสุข

สหายของท่านเหล่านั้น เป็นหลักประกันความสุขของตนเอง และ
ไม่ใช่ทำพ้อเป็นพ้อ ต้องปลุกความภักดีแก่ตัวตนเองด้วย,
ระเบียบประเพณีของไทยเป็นดังนี้ นักเรียนที่เป็นหญิงจึงควร
ปรนนิบัติปกครองของตนทั้งคำสอนต่อไปนี้

เรื่องอาหารการกิน เป็นสิ่งสำคัญ ที่จะมอบหมายให้
ผุ้สอนทำ เขาก็จะทำพ้อเสร็จสรรพ ถ้ามีเวลาทำได้ควรดูแลรักษา
เอง ให้ปราณีคและเรียบร้อย ทั้งประกอบประโยชน์แก่ร่างกาย
ของทุกคนควรระวังให้อ่อน สิ่งใดต้องการความเย็นก็ต้องให้
เย็น ฤดูร้อนประทานกลิ่นให้เย็นไปโดยเร็วเรียบร้อย บ้านช่องที่
หลบร้อนขอให้สะอาดและงดงามตามสมควร อย่าให้บ้านเป็นที่
เบียดหนาย เสื้อผ้าเครื่องใช้สอยต้องรักษาเตรียมให้ทันสมัยและ
ถูกกาลเทศะ รักษาให้สะอาดเรียบร้อย ผู้ชายที่แต่งตัว
สกปรก เขามักคิดเขินผู้หญิงที่เป็นผู้รักเตรียม เขาหาได้คิด
ผู้ชายไม่

เมื่อผู้ปกครองกลัวยากงาน ควรทราบว่า มาด้วยความ
เห็นอกเห็นใจ ต้องคอยรับด้วยความขมขื่นแถมใส่ ดูแลน้ำ
อาบและเครื่องใช้อย่าให้ต้องเป็นกังวลด้วยตนเอง น้ำร้อนน้ำ
เย็นหรืออาหารว่างต้องเตรียมไว้ให้ สิ่งใดที่เป็นเรื่องร้อนใจ
หรือเป็นกิจวัตรที่ไม่เร่งร้อน อย่าเพิ่งบอกเล่าควรรอไว้ให้พ้น

เวลาอาหารเย็นเมื่อมีอารมณ์สบาย ๆ ใจค่อยบอก กลอดกัน
เรื่องส่วนตัวที่ประทับใจหรือหรืออะไรในเรื่องใด ๆ ก็เช่นกัน
ควรใช้เวลาที่ท่านผู้ปกครองไปวิ่งไต่หอยเห็นก่อก่อน ถ้า
ท่านมีความขัดข้อง สิ่งใด หรือขัดข้องใคร คนในคนนอก
หรือญาติมิตรก็ ใจค่อยพูดจาเอาไว้ ให้คำปรึกษาหารือและ
แบ่งเบาไปตลอดให้คลายความขุ่นเคืองอย่าช้าเกินไปเลย เรื่อง
ใหญ่ก็จะกลายเป็นเรื่องเล็ก ที่ไม่ควรเป็นเรื่องอะไรที่ไม่เป็น
พียงบำรุงความสงบให้เกิดขึ้นในครอบครัวจึงมีความสุข ทั้ง
มีความอดทนและเชื่อมั่นเพียร อย่าเอาแต่เที่ยวเตร่ จะทำ
ให้งานอื่นเป็นหน้าที่ ขกพร่องไป

การเย็บปักถักร้อย

การเย็บปักถักร้อย เป็นวิชาสำคัญอย่างหนึ่งของผู้หญิง
เราต้องใช้เสื้อผ้าตลอดเวลา ถ้าเย็บและจัดทำไปเองก็จะ
ประหยัดรายจ่ายได้มาก และทั้งสะดวกที่จะซ่อมแซมเสื้อผ้าที่
ชำรุด ทำเครื่องตกแต่งบ้านและเครื่องใช้อื่น ๆ เช่นผ้าปูโต๊ะ
ท่อนหมอนมุ้ง ฯลฯ อันการทำดอกไม้สดหรือเครื่องใช้ของ
ก็เป็นความจำเป็นของแม่บ้าน เพราะต้องใช้ในการทำบุญและ
อื่น ๆ อยู่เสมอ จึงควรสนใจหาความรู้เหล่านี้ไว้ประกอบตัว
เป็นทุนสำรองเผื่อว่าถึงแก่เริ่มมีกิจใช้ การเย็บควยผมของเข็น
ศิลปะของไทยเลื่องลือ ซึ่งนำเสียค่ายอยู่มากเหมือนกัน

การเย็บตะเข็บต่างๆ

๑. ด้น ก. กันตะลุย นำผ้าสองชิ้นมาทาบรวม
กันเข้าให้ริมเสมอกัน แล้ววางแท่งเข็มลงแล้วช้อนปลายขึ้นเป็น
ระยะสั้น ๆ สลับกันไป จนเหลือแต่ปลายเข็มพอที่จะปักเข็ม
ออกจากผ้าได้ ก็ดึงเสียคราวหนึ่ง แล้วคันต่อไปจนพอกับ
ความต้องการ ใช้เสียหัวเข็มจนวงจรกลวงบนตะเข็บที่คน
ให้เรียบ มีด้นตะเข็บระย่น ส่วนการกันดหรือหางนั้น แล้ว
แต่ความต้องการ ตะเข็บชนิดนี้ ถ้าจะใช้เป็นตะเข็บถาวรก็
ควรคันให้ถี่ เมื่อคงเข็มออกจากผ้า และเมื่อจะแท่งเข็มลงไป
อีก ควรขยิบจนถอยมาแท่งลงข้างหลังของเส้นด้ายขึ้นทุกครั้ง
จะทำให้ตะเข็บที่เย็บนั้นมีความมั่นคงขึ้นอีกมาก แม้ตะเข็บจะ
ขาดก็คงขาดเฉพาะที่ ถ้าจะใช้เป็นตะเข็บเนาที่กันห่าง ๆ เพื่อ
สะดวกในเวลาเลาะด้ายเนาเมื่อการเย็บเสร็จแล้ว

รูปแสดงวิธีเย็บด้นตะลุย (รูปที่ ๕)

ข. ตะเข็บผูกแค นำผ้าสองชิ้นมาทาบ
กันเช่นเคยวกบกันตะลุย ผักก้นแต่ต้องให้ผ้าชนบนเหลื่อมค้ำ
กว่าชนล่างพอพบได้ แล้วคนตะลุยด ๆ เมื่อคนกลอกลงที่สก
ของผ้าแล้ว พยวรมผ้าชนล่างทวยรรมผ้าชนบน แล้วลวยรรมผ้าทพบ

ไว้นั่งลงบนผ้าอีกด้านหนึ่ง เพื่อชวนวิมลาทพยไว้อ้างใน ไซ
 รัลย์หรือปลายเข็มกรัดให้เรียบ จึงลงเข็มทอวิมลาทพยไว
 กันดๆไปจนสุดตะเข็บ ตะเข็บนี้เหมาะที่จะใช้ต่อผ้าหรือเพลาผ้า
 รูปแสดงวิธีเย็บตะเข็บผักแว่น (รูปที่ ๖)

ก. กันด้อยหลัง นำผ้าสองชิ้นมาทาบกัน
 หยิบวิมให้เสมอกัน แล้วพยวิมพอสมควร กลับไปข้างหน้า
 (การพยวิมผ้าต้องระวังให้ผ้าสนิทกัน มิฉะนั้นเวลาเย็บตะ
 รอยเย็บเพียงชั้นเดียว) แทะเข็มลงบนผ้าห่างจากวิมลาทพย
 แค่น้อย ช้อนเข็มขึ้นห่างจากที่แทงลงพอสมควร ชักเข็มขึ้นถ
 ายพอตึง แล้วยื้อกลับไปที่แทงลงระหว่างกลางของผ้าเข็มที่
 แทะลงแล้วแทงขึ้น ช้อนปลายเข็มขึ้นเท่าระยะฝีเข็มในตอนต้น
 กันดตลอดไป การเย็บขึ้นคนเป็นตะเข็บถาวร จึงเหมาะก
 การเย็บที่คงการความทนทาน

รูปแสดงวิธีเย็บต้นด้อยหลัง (รูปที่ ๗)

ง. ตะเข็บเข้าด้า นำผ้าสองชิ้นมาทาบ
 กัน หยิบวิมผ้าให้เสมอกันแล้วแทงเข็มลงบนผ้าห่างจากวิม
 เพียงเล็กน้อย แล้วกันตะเข็บอย่างดๆ จนตลอดผ้า ไซ
 กรวไกรขลิบวิมผ้าให้เสมอกัน แล้วกลบรอยที่กันไว้ให้อยู่

ภายใน ใช้เล็บหัวแม่มือกับนิ้วชี้ คว้ากรวยที่คนไว้ให้เรียบร้อย แล้วแทงเข็มลงจนถึ ออกตรงทรวง การคันทรวงหลังนั้นต้องระวังกันให้พ้นริมผ้าที่คนไว้ก่อนแรก ถ้าปล่อยไว้ริมทะเลักออกมาระไม่เรียบร้อย ตะเข็บขึ้นคันเหมาจะทะเป็นตะเข็บเสีย หรือส่งผลกระทบต่อความเรียบร้อย

รูปแสดงการเย็บตะเข็บเข้าถ้ำ (รูปที่ ๘)

๒. สอย ก. สอยธรรมดา จับผ้าสองชั้นชนกันริมของผ้าอยู่แล้วเข้าทาบกัน หยิบริมให้เสมอกันแล้วแทงเข็มลงที่ริมผ้าตรงออกไปข้างหน้า ชักเข็มและถ้ายออก ทั้งถ้ายให้ถึงแล้ว กลับมาแทงเข็มลงที่ริมผ้าภายใน (ด้านทางตัวผู้เย็บ) ตรงออกไปข้างหน้า เช่นเกี่ยวกับการแทงเข็มในคอชั้น สอย เช่นทอดยาวมาแล้วจนตลอดไป ตะเข็บจะมีลักษณะเป็นเกลียวของเส้นถ้ายพัน ส่วนการสอยดหรือทางตลอดจนแทงเข็มลงจนต้องแล้วแต่ความต้องการ ข้อสำคัญคือจะสอยดทางใดก็ตามอย่างไรก็ตามต้องสอยให้เสมอกันหรือเท่ากันตลอดทั้งระกวม ความงามอยู่ที่สอยเสมอกันหรือเท่า ๆ กัน ตะเข็บขึ้นคันใช้สำหรับเพลาผ้า

รูปแสดงการสอย (รูปที่ ๙)

ข. สอยหลบหลังคา นำผ้าสองชั้น พับ
ริมออกข้างนอกทั้งสองด้าน หีบรอยที่พับไว้เข้าทาบให้เสมอกัน แล้วแทงเข็มตรงที่รอยริมพับตรงออกไปข้างหน้า จึงกลับ
มาแทงพื่นเช่นเดียวกันวิธีสอยที่โครชยายมาแล้ว ตะเข็บ
ชนิดนี้เหมาะสำหรับการใช้เย็บท่อน

รูปแสดงการเย็บสอยหลบหลังคา (รูปที่ ๑๐)

ค. สอยตะเข็บแบน พับริมผ้าชนทบ
เพียงเล็กน้อย แล้วพับออกชนทบ ใหรรอยที่พับเท่าๆ กัน แล้ว
ซ้อนให้ริมที่พับอยู่ภายในทั้งสองชั้น จึงขึ้นสอยตลอดไปด้าน
หนึ่ง เมื่อตลอดแล้วใช้เล็บกดให้เรียบ จึงกลับมาสอยอีก
ด้านหนึ่ง เมื่อเสร็จแล้วตะเข็บจะมีลักษณะแบนเช่นเดียวกับ
ตะเข็บผูกแค เหมาะในการใช้ต่อผ้า ระวังความท้นและ
เรียบรอย

รูปแสดงการสอยตะเข็บแบน (รูปที่ ๑๑)

ง. สอยตะเข็บกลม จับผ้าสองชั้น ให้
ริมผ้าเสมอกัน พับริมออกไปข้างหน้าแล้วกันดอยหลังให้ตะเข็บ
ด้านซ้ายอยู่ข้างใน (คือทางตัวเย็บ) การกันดอยหลังเพื่อสอย
ตะเข็บกลมนี้ ต้องระวังกันให้แนวของเส้นด้ายตรง เมื่อพอกับ

ความต้องการแล้ว กลับเขาริมผ้าเข้าหาตัว ใช้กรรไกรตัด
 ตักริมผ้าออกให้เรียบ แล้วพับขึ้นสอย แต่ต้องระวังอย่าให้
 แน่นทั้งสอยตะเข็บจะกลบสวย การสอยตะเข็บกลบใช้ในการ
 เย็บจักร ตะเข็บกางเกงขึ้น และสิ่งที่จะต้องความเรียบร้อย
 รูปแสดงการสอยตะเข็บกลบ (รูปที่ ๑๒)

๓. เล่ม ก. เล่มสาธิตอย่างรวมแบบ พยรรณมาตาม
จนาคทกของถาวร แล้วกลบรอยพยัคคกรงหน่ง เพือซ่อนรุมผา
ไวซางในแตรคนทะลย เช่นเคียวกบทไคอชบายมาแล้ว เพือ
ความทนทานจงควรวนไท่สกกหนอย

รูปแสดงการเดินเท้าอย่างริมแบบ (รูปที่ ๑๓)

ข. ได้มีวิธีอย่างนั้นสอย ไข่ต้ม
 มีอกบนวชทยวิธีนั้น ค่อย ๆ กลิ้งมันให้แน่นและเล็ก ๆ
 แล้วสอกลายเข็มสอยซ้อนเนื้อผ้าเพียงน้อย ๆ เมื่อเสร็จแล้ว
 จะดูรอยที่มันเป็นเส้นตรง

รูปแสดงการเล็มริมผ้าอย่างม้วนสอบ (ทรัพย์ที่ ๑๔)

๑๘ ๒ ๘ ๘
วชิระยาเยบทนอน

ขนาดสัมมุติ ก้านกว้าง ๔ ฟุต เท่ากับความกว้างของผ้า
ยาวขนาดธรรมดา ๖ $\frac{1}{2}$ ฟุต

ส่วนสูง

๔ นิ้ว

๓ พย

วิธีกะผ้า

ตามยาวของท่อน ๖ $\frac{๑}{๒}$ ฟุต เมื่อรวมชั้นล่าง
กับชั้นบนเข้าด้วยกันแล้วรวมเป็นผ้า ๑๓ ฟุต
เมื่อแบ่งเป็น ๓ พย จึงต้องนำเอาส่วนสูง
ของท่อนตามที่จะยกเป็นพย ๖ ชั้น

สูงชั้นละ ๔ นิ้ว รวมเป็นผ้ายาว ๒๔ นิ้ว

ต้องกะผ้าไว้ทำพนักทั้งสองข้างใช้ผ้า ๓ ชั้น ๑๒ นิ้ว

กะผ้าไว้เผื่อพรมของผ้าที่ใช้เป็นพนักและทรงบรรจบ ๖ นิ้ว

รวมทั้ง ๓ จำนวนคงได้ ๔๒ นิ้ว

ก็จะเป็นผ้า ๓ $\frac{๑}{๒}$ ฟุต รวมกับผ้าท่อน ๑๓ ฟุต คงเป็น

ผ้า ๑๖ $\frac{๑}{๒}$ ฟุต คือ ๕ $\frac{๑}{๒}$ หลา ที่ต้องกะผ้าไว้เผื่อพย ๖ นิ้ว

นั้น เนื่องจากผ้าที่ซอกกันโดยมากมักจะย้วย จึงต้องกะไว้เผื่อ

จะต้องค้ำให้หน้าของผ้าตรงด้วย ส่วนผ้าที่จะใช้ทำล้นหรือพนัก

ในนั้น ยากที่จะกำหนด เพราะผู้เย็บอาจจะแบ่งเป็นลูกเล็กลูก

ใหญ่สุดจนทำให้ความถี่ของการ ที่กำหนดไว้เป็นฟุตเป็นหลา หากผู้

ทำจะคิดเป็นเมตรก็เทียบได้

วิธีกะผ้าเย็บมุ้ง

ขนาดสมมติ

มุ้งเพดานแถบครึ่ง ส่วนสูงของมุ้งที่ใช้ขึ้น
กับพื้นโดยมากมักสูงไม่เกิน ๒ หลา

มีประตูก้านเกี้ยว ก้านยาว ๖ ฟุต ๘ นิ้ว

วิธีกะผ้า

ก้านกว้างเพดานแถบครึ่ง ส่วนกว้างทั้งหัว
นอนและปลายเท้า ใช้ผ้า ๓ แถบ ก้าน

ยาว ๒ ก้าน ใช้ผ้า ๕ แถบ ใช้เป็นประตู

๑ แถบ รวมทั้งหมกเป็นผ้าตัวมุ้ง ๘ แถบ

สูงแถบละ ๒ หลา รวมผ้า ๑๘ หลา ที่

กะก้านยาว ๕ แถบ ก็เพือไว้ย่นตามมุมข้าง

ส่วนผ้าที่จะใช้ทำเพดาน ยาว $4\frac{1}{2}$ หลา

ตัดเป็น ๒ ท่อน เพลาะติดกันแล้วแบ่งออก

ครึ่งแถบ ที่แบ่งออกไปนั้นแบ่งเป็นชิ้นเล็ก ๆ

ตามยาวของผ้า ใช้ประกองประตูและเชิงของ

มุ้ง หากจะทำมุ้งซึ่งมีขนาดใหญ่หรือเล็กก็

ตาม ก็นายหรือลดส่วนลงตามที่ต้องการ

การปัก

วิชาการปักเป็นวิชาใหญ่ ซึ่งจำแนกออกได้หลายชนิด
 ขางชนิดเป็นงานประดับมาก ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะการปักขึ้น
 กัน มีดังต่อไปนี้

๑. ปักลูกโซ่ นำผ้าที่เขียนลายไว้แล้ว ตามความต้ง
 การ ใช้ก้านไม้หรือไหมที่ไครยเข็มแทงขึ้นตรงกันของลาย
 กิ่งกายจนต้ง แล้วกระหวักเส้นก้ายให้เป็นห่วง กลับแทงเข็ม
 ลงตรงรอยเข็มที่แทงขึ้น ซ้อนปลายเข็มขึ้นในห่วงของก้าย ตรง
 รอยเส้นลาย ห่างจากที่แทงเข็มลงเพียงเล็กน้อย ก้างกายจน
 ห่วงต้ง แล้วกระหวักเส้นก้ายให้เป็นห่วง กลับแทงเข็มลงใน
 ห่วงเดิม แล้วซ้อนปลายเข็มขึ้นในห่วงใหม่ ค่อย ๆ กันไปตลอด
 เส้นของลาย ปักจนคนจะปักตัวหนังสือหรือทำลวดลายผ้า
 ได้ง่าย ๆ ก็ได้

๒. ปักพันปลา แทงเข็มขึ้น ก้างกายจนต้ง แล้วเยื้อง
 ไปแทงเข็มอีกทางหนึ่ง ซ้อนเข็มถอยไปข้างหลังเล็กน้อย ก้าง
 กายจนแล้วพาดเส้นก้ายเยื้องไปแล้วแทงลง ซ้อนเข็มขึ้นตาม

ทอชบายมาแล้วข้างต้น บักชนคนเหมาะที่จะใช้บักทบตะเข็บ
แชน คอและเชวเลอ หรือรวมผ้า เพอทบรอยตะเข็บ

รูปแสดงการปักพื้นปลา (กรุปที่ ๑๕)

๓. บักเกินเส้นสำหรับปักกันขอบลาย แทงเข็มชนไขว้
ท้ายทแยงลงเป็นรูปเส้นทแยง บักปลายเข็มตามระยะทของ
การแล้วซ้อนปลายเข็มชนไขว้ท้ายทแยงชน บักปลายลงแล้ว
ซ้อนเข็มชน ทำต่อ ๆ ไปถึงวิธทกล่าวแล้ว จนพอความประสงค์
ปักชนคนเหมาะที่จะใช้สำหรับเกินเส้นรวมผ้าเพอทบรอยเย็บ หรือ
ใช้กันขอบลาย

รูปแสดงการปักเดินเส้น (กรุปที่ ๑๖)

๔. เกินเส้นสำหรับราย แทงเข็มชนไขว้ท้ายลอคเข็มลง
แล้วซ้อนปลายเข็มชน ให้ท้ายคล้องปลายเข็ม ถึงเข็มชนกระ
ระยะให้ทแยงห่างพอสมควร ไขว้ท้ายแทงเข็มลงแล้วซ้อนปลาย
เข็มให้ท้ายคล้องปลายเข็ม ทำเช่นนั้น ๓ ครั้ง กลับท้ายไขว้ไป
ทางก้านตรงกันข้าม ทำถึงวิธทกล่าวมาแล้วอีก ๓ ครั้ง แล้วกลับ
ท้ายสลับกันไปมาจนพอความต้องการ บักชนคนเหมาะที่จะ
ใช้สำหรับเกินเส้นรวมผ้าเพอทบรอยเย็บ

รูปแสดงการปักเดินเส้นสำหรับ (กรุปที่ ๑๗)

๕. บักเดินเส้น ใช้ขี้กลายที่เป็นเส้นเดียว แทะเข็ม
 ขนที่ต้นสายแล้วแทงลงบนเส้นสาย ระยะห่างพอควร (แล้วแต่
 ขนาดของไหมที่ใช้ ถ้าเส้นเล็กต้องระยะถี่ ถ้าเส้นโตต้องแทะ
 ระยะห่าง) เช่นประมาณ $\frac{1}{2}$ ซม. ให้เส้นไหมทาบบนเส้นสาย
 แล้วทะเข็มย้อนไปขึ้นตรงกลางระยะของช่วงที่ขี้แล้วคือ $\frac{1}{2}$
 ซม. แล้วทะเข็มต่อไปอีกตามเส้นสายเท่าระยะแรก คือ $\frac{1}{2}$
 ซม. แล้วทะเข็มย้อนไปขึ้นตรงกลางระยะของช่วงหลังที่
 ขี้แล้ว ทำดังนี้เรื่อยไปจนตลอดกลาย ใช้สำหรับขี้กลาย
 บนผ้าปูโต๊ะปลอกหมอน ฯลฯ

รูปแสดงการปักเดินเส้น

(รูปที่ ๑๘)

การถัก

การถัก การถักมีหลายชนิดเหมือนกัน เช่น ถักโครเช
 ถักนิต ถักแทต แต่ละอย่างจะเรียนโดยอธิบายไต่ยาก ต้อง
 เรียนกันด้วยปฏิบัติ คือ ทำจริง ๆ แต่ละอย่างต้องเรียนจากง่าย
 ไปหายาก ใช้ประกอบเป็นเครื่องใช้ต่าง ๆ เช่น ถักด้วยถ้วย
 โครเช เป็นลูกไม้ดักเสื้อและที่คลุมเครื่องใช้เช่นผ้าปูโต๊ะ หรือ
 ถักผ้าปูโต๊ะด้วยด้ายถักไหมพรมด้วยโครเชเงาหรือเหล็ก เป็น
 ผ้าพันคอ เสื้อ ถุงเท้า ที่รองดาด ที่รองขาตร ฯลฯ ถักไหม

พรมหรือไหมด้วยนิต เป็นดั่งเท้า เสือ ผ่าฟันคอ และดักท้าย
ไหม เป็นดั่งไม้ ผ่าปัดไคร่ เป็นต้น

วิชฌกรังคัม ใช้กรรไกรเจาะสายเสื่อให้ขาดกว้างเท่า
ความต้องการ ใช้ท้ายอย่างเส้นเชือกสักหนึ่งร้อยเข็ม ทั่ว
ท้ายให้ตัดแล้วซึ่งท้ายโยงไปให้รอบรังคัม แทะเข็มชนตรง
ริมสักของรอยคานทศกถกขยวเสื่อ แล้วทะทะเข็มลงทศรอยเจาะ
ซ่อนเข็มชนรวบท้ายที่ตรงไว้ให้ตกอยู่ภายในรังคัม แล้วทงชน
ให้ท้ายคล่องปลายเข็ม ทั่วหัวเข็มมาทางตัว แล้วทะทะเข็ม
ลงต่อ ๆ กันมาทางท้ายซ้ายมือ ให้ดลพอสมควรจนรอยรอยเจาะ
ทะทะเข็มเข้าตรงที่บรรจบกันให้แน่นแล้วตัดท้ายออก

การถักรังคัม อาภะประกิษฐ์เป็นลายเสื่อ เป็นผ่าปัดไคร่
โดยดัดไปตามลายทศโคเชยน์ เมื่อเสร็จแล้วจึงตัดผ้าที่ไม่ต้อง
การออก ระปรากฎเป็นดวลลายงามมาก

รูปแสดงการถักรังคัม (รูปที่ ๑๘)

ดอกไม้สี่ด

วิชาดอกไม้สี่ด อาภะประกิษฐ์เป็นเครื่องตกแต่งใ้มาก
อย่าง ในทันทะกล่าวถึงทศต้องใช้เสมอ คือ

๑. การผูกดอกไม้นี้สำหรับให้เป็นของขวัญ

การผูกคอกไม้ซ้อ โดยมากเขาใช้คอกไม้งาม ๆ ชนิด
โคชนิดหนึ่ง ส่วนมากก็ใช้คอกไม้ชนิดเดียว ถ้ามีหลายสีเช่น
คอกเขยเขยว่าก็สลับสีให้เข้ากัน ผูกรวมกับไม้จำพวกพื้น
ท่ง ๆ ข้างนอกเล็กแหลมและขยายใหญ่เป็นพุ่มพองาม ตรง
โคนใช้กระต่ายแก้วขาวดำเป็นลวดลาย หุ้มไว้รับกับคอกไม้
ชั้นล่าง ถ้าคอกไม้ไม่มีสีหลายสี จะใช้กระต่ายแก้วสีเข้ากัน
กับคอกไม้ก็ใช้ได้แล้วผูกกับขั้ว

๒. การจัดทำคอก

จะจัดทำคอกไว้ครอบคอกเฉพาะคอกใดก็ได้ ถ้าแก้กันทั้ง
อยู่ในคอกเห็นไว้ครอบคอกก็ทำให้เป็นพุ่มพองามก็ครอบคอก ต้องใช้
คอกไม้มากหน่อย ถ้าเป็นแก้กันทั้งคอกผ่า มีคอกไม้งามเฉพาะ
คอกเดียว การใช้คอกไม้เปลืองน้อยกว่าชนิดที่ครอบคอก

คอกไม้ที่ใช้ในคอกนี้ ต้องเป็นคอกไม้ที่ทนทานยาว ควร
เป็นชนิดเดียวกันหรืออย่างมากที่สุด ๒ ชนิด ซึ่งจะต้องทำให้สีและ
ลักษณะของคอกเข้ากันได้ เช่น คอกขั้วกับคอกท่งอื่นก็ได้ ทั้ง
สองอย่างลักษณะของคอกไม้เข้ากัน ถ้าผูกรวมกันจะดูไม่สวย
ใบไม้ที่ใช้สลับกับคอกไม้ก็ต้องทำให้เหมาะ เช่นถ้าใช้เขยเขยว่า
กับใบโกศละแฉ่งสีกัน และลักษณะของใบก็ไม่เข้ากัน ทำ
ให้แก้กันไม่สวย คอกเขยเขยว่าควรใช้กับพื้นชนิดใดก็ได้

หรือใบไม้สีเขียวทึบกันแข็ง คอกบัวหลวงดำใช้ใบขนาดเล็ก ๆ
ใบอ่อน, ผลอ่อน, ดอกตูม, ดอกบาน, บักรวมกันจะเข้าชุดแ
ความก

วิธีปักแกล่นหรือชวบทที่ควรระวังพิจารณาคือ แกล่นหรือ
ชวบทนั้นมืทรงเตยหรือสูงเล็กหรือใหญ่ แล้วปักให้กระขายคอก
กบใบสลับกันให้ไ้ระยะ และชวบททรงกลมกับรูปภาชนะที่ใช้
ปักคอกไม้ คอกแต่งให้งดงาม สิ่งเหล่านี้จะทำให้ความยังยืน
ถ้าผู้ปักเป็นผู้มีความตั้งใจและสนใจในการช่างขึ้น

การปักคอกไม้พาน คอกไม้ที่ใช้ปักพานมีคอก บานมี
รูโหว่ ผลากรวง เบญจมาศ ดอกเข็ม ดอกแก้วมะหยี่ ดอก
ดาวเรือง ใบผักเป็ด และเล็บครุฑ และคอกไม้ใบไม้อื่น ๆ ที่
เป็นคอกเล็ก ๆ หรือเป็นข้อ และมีต่าง ๆ กัน

รูปลักษณะของคอกไม้ที่ปักแล้ว จะทำเป็นพุ่มหรือพุ่ม หรือ
รูปแปลก ๆ ก็ได้ แต่โดยธรรมดาจักเป็นรูปพุ่ม หรือรูปกลม
คล้ายบาตรคว่ำ

วิธีปัก ใช้ขี้เลื่อยสวะกวักกว่าของอื่น ใส่น้ำพอเปียกเกาะ
กันดี ใช้ใบของผักกลมรองกันพานให้สีเขียวลงข้างล่าง แล้ว
ใส่ขี้เลื่อยที่ลงบนใบของเสมอปากพาน วางคอกไม้ขึ้นไปเป็น

อื่นๆใช้ขลุ่ยทึบให้แน่น ค่อยๆใส่คอกและทับคอกด้วยขลุ่ย
จนเต็มพาน ขี้ปให้รูปกระต๊ากเท่ากันทุกด้าน

การวางผลกลาย ย่อมแล้วแต่ผู้กระป๋องให้สิ่งของ
คอกไม้สลับกันเป็นผลกลายอย่างไร แต่ถ้าจะวางผลอย่างไร
ในพานหนึ่งจะต้องระวังให้ไ้ระยะกัน ไม่ใช่ตั้งห่างบ้าง วิชา
นี้จะเจริญได้ทั้งอาศัยการสังเกตและกระทำ กับทั้งขยันในการ
ทำอยู่เสมอ ฝีมือและความคึกจะเจริญขึ้นโดยลำดับ

เครื่องใบทอง

ใบทองเป็นของที่เราได้ใช้สอยอยู่เป็นประจำอย่างหนึ่งขอ
ใช้ห่อของและเย็บกระทังใส่สิ่งของหรือคอกไม้ เย็บบายศรี และ
ในประโยชน์ที่กว้างขวางยิ่งขึ้น อาจเย็บเป็นแฉกกัน พานและ
อื่นๆ อีกหลายอย่าง ซึ่งแล้วแต่ผู้ชำนาญจะประคิษฐ์ขึ้น จะ
ใดกล่าวแต่ที่ใช้เป็นธรรมดา

๑. ใบทองห่อของ ใบทองทำนสี่เหลี่ยมหรือเขี้ยวสด และ
ใบยางไม้สักรอบ เหตุนี้ถ้าจะทำเครื่องใบทองจึงต้องหาทอง
คำนี้ การเย็บใบทองห่อของก็ไม่แปลกอะไร ขึ้นต้นต้องเช็ด
ให้สะอาดทั้งสองหน้า และถักให้กว้างพอกับความคึกการ ส่วน
ที่เป็นเศษเศษๆ คือทางส่วนคั่นทางปลายทาง เขามักใช้เป็นลูก
ทอง คือ ทองชั้นใน ทองชั้นในเย็บเล็กและสั้นกว่าชั้นนอก

เมื่อใดที่จำนวนพอกับความต้องการแล้ว ก็เขียนข้างของ
 ด้านหัวด้านท้ายออก ต้องการให้ห่อเป็นรูปสี่เหลี่ยมเท่าไรก็ใช้ของ
 ยาวเท่านั้น ท่อนเดียวไม่พอก็ใช้สองท่อนต่อกัน ในการซ้อน
 ของเขามักกลบท้ายด้านข้างให้เรียบร้อยกันข้าม คือ ถ้าหัวของด้าน
 ด้านข้างยาวมอดกลบของหัวด้านข้างไปทางซ้าย เพื่อลดความ
 ลื่นให้เท่ากัน จะใช้ห่อของใ้งาม ๆ

๒. การเย็บกระทรง ๖ มุม ใช้ด้ายเย็บเป็นแผ่นกว้าง
 พอกับความต้องการ ซ้อนให้ทุกชั้นเสมอกัน วางลงบนเขียง
 หรือแผ่นกระดาน ใช้ผ้าขาวหรืออะไรก็ได้ที่มีย่นปดและขนาด
 พอกับความต้องการที่ลงบนใบของ ใช้มีดกรีดตามขอบให้
 หนาจากกัน ใบของที่เย็บนั้นจะเป็นแผ่นกลม ใช้ใบของ ๒ ชั้น
 ซ้อนให้เส้นขวางกัน กระบี่ใบของ กลมมอดกลบเป็นหัวหรือหัว
 หีบตรงรอยทักไว้ พับแล้วใช้ไม้เล็กๆ กลัด เพื่อให้คง
 เป็นมุมทั้งหกมุมเท่า ๆ กัน ฉีกใบของเป็นชิ้นเล็กพอสมควรกับ
 ตัวกระทรง เมื่อชายริมชั้นใบของหุ้มลงที่ปากกระทรง ปลดชาย
 ใบของไปทางซ้ายของมือที่บีบ แล้วกลัดด้วยไม้เล็กๆ เพื่อ
 ความฉับไว เวลาแทงไม้ต้องเฉยปลายไม้ให้ชนทางซ้ายของมือ
 หักไม้ที่กลัดกันสั้นๆ และให้ถี่ๆ เสมอกันโดยรอบ ขณะเย็บกัน
 ต้องให้ชายใบของทับกันเพียงเล็กน้อย ปากกระทรงที่กลัดไว้

จะใช้ใบมะพร้าวขลิบแทนใบของก็ได้ ถ้าต้องการให้กระถางใหญ่
เช่นกระถางสังฆทาน ก็เย็บให้ใหญ่และมีตัวสูงหนาพอสมควร
และเย็บอีกใบหนึ่งให้เทียบเคียงเป็นฝา ขลิบปากเช่นเดียวกับ
กระถางเล็ก

รูปแสดงการเย็บกระถาง ๖ มุม (รูปที่ ๒๐)

กระถางเจิมปาก คุณคณจะต้องทำเป็นกระถางขลิบปาก
เช่นที่อธิบายมาแล้ว ใบของที่จะใช้เจิมปากเล็กเป็นชิ้นเล็กๆ ให้
เท่ากัน คุณแบ่งส่วนปากกระถางและกระวาระควรใช้ใบของสักกี่ชิ้น
จึงจะรอบปาก แล้วพับครึ่งกลางใบของให้เป็นปลายแหลม
เหมือนกลีบดอกไม้ พับชายใบของอีกด้านหนึ่งแนบลงบนกลาง
ของกลีบท้ายลงตรงขอบกระถาง ใช้ไม้เล็กกลัดไว้ เมื่อวางกลีบ
รอบแล้ว จึงซ้อนลิ้นระหว่างกลีบอีกชิ้นหนึ่งจึงจะงาม กระถาง
อย่างนี้ใช้ใส่ดอกไม้ เมื่อใส่ดอกไม้แล้วใช้กรวยครอบปากกัน
ดอกไม้เหี่ยว

รูปแสดงการเย็บกระถางเจิมปาก (รูปที่ ๒๑)

คุณสมมติที่แม่เรือนควรอบรมให้ไว้ในคน คือ

๑. การครองตน หมายความว่า การรักษากฎไว้ในทาง
ที่ชอบ และตั้งตนให้สมควรแก่ฐานะ อันเป็นหน้าที่จำเป็นของ
มนุษย์ด้วยเหตุหลายประการ จึงจะกล่าวต่อไป

(๑) “บุคคลย่อมมีกรรมเป็นของตัว” เป็นพระ—

พุทธทวารวชิ ๑ แสดงความว่าใครประภคณกรรมอย่างใด ผล
แห่งการกระทำนั้นย่อมเป็นของตน ทำดีก็ได้รับผลดี ทำชั่วก็
ได้รับผลชั่ว ดังนั้นผู้รักตนและปรารถนาทั้งตนไว้โดยชอบ จึง
ควรอดสำหรัสร้างสมความดีให้มากขึ้นในตน จะประกอบการสิ่งใด
อย่าสักแต่ว่าทำตามใจชอบ จะต้องไตร่ตรองให้เห็นคุณโทษให้
รอบคอบก่อน เพราะผลแห่งการกระทำนั้น ๆ จะต้องเป็นของ
ตนเองเสมอ ในการรักษาตัวของหญิงย่อมละเสียและปรารถนาก็ยิ่ง
กว่าชาย ถ้าหญิงใดประภคณความชั่วแล้ว แม้ในเวลาหลังจะ
ทำความดีแก้ตัว ก็ไม่วยเป็นราก ก็มิกล้ากล่าวว่า หญิงจะ
ชั่วระคึกหนเกี่ยวเท่านั้น จึงจำเ็นต้องใช้บุญญาสิทธิองค์และ
สติเห็นยววังมิให้ตนพลาดพลั้งเสียหายนไปได้

(๒) “คนของคนย่อมเป็นทพงแก่ตน” นักเขน

พระพุทธทวารวชิอีกข้อหนึ่ง ซึ่งฝ่ายหญิงผู้ไม่ใช้หัวหน้าของครอบครัว
กลัว จะวางตัววางใจเสียว่าตนมีทพงแล้ว ไม่จำเป็นจะต้องยึด
เอาตนของตนเป็นทพงอีก ทั้งนี้ เป็นการเข้าใจผิดโดยแท้ ถ้าตน
ประพฤติเป็นคนไม่ดี ใครก็ไม่อยากรัยไว้ในบ้านเรือนของเขา
เพราะนอกจากกินแรงคนอื่น ยังจะทำให้บ้านได้รัยความเสียหาย
เสื่อมเสียชื่อเสียง ให้ควอย่างไม่ดีแก่คนอื่น ย่อมก่อความ

มีวาจาที่ ๑ มีใจปราศจากเครื่องเศร้าหมอง ๑ กังระโก
จำแนกไว้ต่อไปนี้

ก. การไม่คบคนชั่วพริบตา วาจา ใ ทูริตเป็น
มิตรนั้น ย่อมเป็นเครื่องของกนกรักษาชื่อเสียงของตัว บัณฑิตทาง
ความชั่วอันเกิดจากมิตรเป็นผู้นำ ไม่เป็นที่รักเกียของสังคม

ข. การคบผู้ประพฤติกุศล ด้วย วาจา ใ นั้น
ย่อมเป็นทางเพิ่มพูนความดีของตนที่มีอยู่แล้วให้เจริญยิ่งขึ้น
สร้างความดีที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ย่อมนำไปให้รู้จักบุญคุณ
โทษ ย่อมนำทางให้ละความชั่วที่เกิดขึ้นแล้วแก่ตน

ค. ความเป็นผู้มีกิริยามารยาทเรียบร้อย คือ รู้จัก
ใช้กิริยาให้เหมาะแก่บุคคลและเวลา เช่นแสดงแก่ผู้มีบรรพชา—
ศิกิหรือสามเณร ตามที่สมควร ถกแขนยกแขนยกกัน
รู้จักแสดงกิริยาในเมื่อไปบ้านผู้อื่น หรือเอนทาง หรืออยู่ใน
บ้านของตน เช่นผู้มีกิริยาละมุนละม่อมไม่ชักขวาง ไม่ใช้
กิริยาที่เขาคติเตียนว่าชั่ว

ง. ความมีวาจาที่ คือ ไม่ใช่วาจาที่ประจบสอ
ความเท็จ ไม่กล่าวคำหยาม ไม่พูดล้อเลียนให้ผู้อื่นแกล้วกัน
ไม่กล่าววาจาตลกคะนอง อันไม่สมควรแก่ฐานะของหญิงจะกล่าว

จ. ความมีใจปราศจากเครื่องเศร้าหมอง คือ มีใจ

โดยอ้อมอวี่ ไม่ศึกษาลาภในทางผิด ไม่ปองร้ายผู้อื่น ไม่ทำ
ประโยชน์ของผู้อื่น ให้เสียไป ด้วย ความริษยา, มีความ
เห็นชอบ

นอกจากนี้ เมื่อเห็นธรรมทุกโค ๆ เป็นไปในทางที่ชอบ
ทุก ก็จงปฏิบัติให้เกิดมโนในนิสัยของตน

๒. การครองคน ตามธรรมตายคดลย้อมมีความเป็น
อยู่ในความทุกข์ความสุข ความเจริญและความเสื่อม เกี่ยวข้อง
สัมพันธ์กัน ผู้ชอบย้อมพวงพาดคือผู้ใหญ่ โดยอาศัยการ
ปกครองของท่าน ผู้ใหญ่ก็ต้องอาศัยกำลังผู้น้อย ในบ้านหนึ่ง
ย่อมมีแม่เรือนเป็น ผู้รักษาความสุขของคนทั้งปวง ในบ้านและ
หนาทแม่เรือนย่อมคดแก่หญิง เพราะฉะนั้นหญิงผู้เป็นแม่เรือน
จึงควรทราบหลักของการครองคนไว้ดังต่อไปนี้

(๑) วัฏฏโคคนที่มีความสัมพันธ์แก่ตนโดยรอบให้มีความ
กรุณารักใคร่และนบถิตตน ด้วยมีพรหมวิหาร ๔ ประจำ
อยู่ในตัวคือ เมตตา ใ้แก่มีความรักใคร่เอ็นดู กรุณา ใ้แก่
ความมีโสงสาร มุทิตา ใ้แก่มีความยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้
อุเบกขา ใ้แก่ความวางอารมณ์เฉยเมื่อไม่สามารถช่วยทุกข์
เขาได้ และต้องประกอบด้วยความเที่ยงธรรมปราศจากอคติ ๔
ใ้แก่กล้าแข็งเพราะ รัก โกรธ กลัว และหลง ต้องมีสัมมาคารวะ

แต่ผู้สูงอายุกว่าคนในฐานะ ไม่ขึ้นยังไว้ศและอำนาจเกิน
สมควร

(๒) มีความโอบอ้อมอารีต่อคนในครอบครัว ด้วย
การดูแลความทุกข์สุข ว่าผู้ใดเกิดหรือชราหรือชกแคลนอย่างไร
ควรช่วยใดก็ต้องช่วย ถ้าช่วยไม่ได้ก็ควรปลอบโยนหรือแนะนำ
ตามสมควร การใช้ย่ำคลอชกนการกินอยู่ของบุตรหลาน
และคนใช้ ต้องรับรู้เห็นด้วย พยายามหาความสุขให้แก่คน
ในบ้านตามสมควร ในเวลาเจ็บไข้ต้องเป็นพระรักษาพยาบาล
ไม่เอาแต่ใช้งาน รู้จักคิดถึงอกเขาอกเรา ไม่เอาแต่ใจของ
ตน ไม่ชักขวางกิจการประโยชน์ของคนในบ้าน โอบมุงแต่
ประโยชน์ของตนฝ่ายเดียว

(๓) ทำความปราณีประนอมในระหว่างเพื่อนบ้าน
ด้วยความผกไมตรี มิให้มีความบาดหมางแตกร้างกัน รู้จัก
ถนอมน้ำใจคน มิโหดกันแน่น ไม่เป็นคนเหยา ใจเร็วโกรธ
ง่าย สิ่งใดที่ควรช่วยเหลือควรยกต้องกระทำตามสมควร
เมื่อถึงคราวมีกิจหรือชกหรือชกแคลนสิ่งใด จะไปพึ่งกันก็ได้

(๔) รู้จักวางตนและปฏิบัติต่อผู้ใหญ่ผู้น้อย ต่อ
ผู้เสมอกับตน ต่อคนใกล้ชิดและคนอื่น ให้พอเหมาะพอควรว่า
ใครควรปฏิบัติอย่างไร หรือควรบังคับบัญชาให้วามในกิจการ
อย่างไร ให้สมควรแก่บุคคลนั้นๆ

(๕) รู้จัก เขา ใจหนึ่ง โดยแสดง เมตตาปรารถนา
เป็นต้นว่า ให้อภัยของหรือพิกษา ทำความยอมเยี่ยงใจ
แก่ผู้น้อย ให้ได้ความเยือกเย็นใจพอสมควร

(๖) เป็นผู้มีความสม่ำเสมอ คือ ค่อนข้างอย่างไร
ลงหลังก็อย่างนั้น ประกอบด้วยความซื่อสัตย์ ต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง
ซึ่งด้วย

๓. การครองสมบัติ ทรัพย์ที่เรานับว่าเป็นสมบัติ แบ่ง
เป็นสองประเภท ได้แก่ อสังหาริมทรัพย์ คือทรัพย์เคลื่อนที่ไม่ได้
เช่น ที่ดิน ตึก วา กับ สหหาริมทรัพย์ คือ ทรัพย์ที่นำไปมาได้
ไม่ติดกั เช่น เงินทอง ทรัพย์เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้เจ้าของอุ่นใจ
และเป็นสิ่งสำคัญที่ควรใช้จ่ายใช้สอยตลอดชีวิต เมื่อขาดแคลน
ลงก็ทำให้ได้รับความลำบากแสนสาหัส อย่างน้อย ๆ ก็ทำให้
ไม่มีความสุขใจไว้วางใจ มีภาษิตกล่าวว่า “หาเมือก เกียไว้กิน
เมื่อไซ” นี้ก็หมายความว่าให้รู้จักมีความมอดยั้ง แม้เรือนผู้
เป็นบุคคลสำคัญในการใช้จ่ายใช้สอยเงินทอง พึงยกหลักดังนี้

(๑) เป็นผู้พร้อมด้วยความหมั่น คือ หมั่น
ประกอบกิจการอันเป็นอาชีพหรือกิจการอันเป็นหน้าที่ของตัว
ให้สำเร็จเสร็จกิจไปตามระยะของกิจการนั้น ๆ อย่าปล่อยให้
ลังเลช้า อย่าเสียเวลาแรง เสียความปัญญา เพราะสิ่งเหล่านี้

เราประกอบเพื่อความสุขของคนเองทั้งสิ้น ต้องเลือกอาชีพ
เป็นต้นมาอาชีพ เพราะทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบธรรมให้ความสุข
ถึง ๒ ชั้น คือความสุขชั้นเกิดแต่ทรัพย์ชั้นหนึ่งและเกิดแต่
ทางหาทรัพย์ชั้นเป็นธรรมอีกชั้นหนึ่ง ส่วนทรัพย์ที่หามาได้
โดยทุจริตผิดกรรม มีแต่จะนำไปให้เกิดความร้อนใจหาความ
สุขไม่ได้

(๒) ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือ รักษาทรัพย์
พิศุทธิ์หามาได้ ด้วยความหมั่นมิให้อันตรธานไป ด้วยการเก็บ
ไว้ในที่สมควรและเกิดผล เช่น ฝากทรัพย์ไว้ในคลังออมสิน
หรือธนาคาร รักษาทรัพย์สมบัติของตระกูลให้ถาวร มิให้
บิ่นเปื่อยเสียหายลงในมือตน และรักษาการงานในหน้าที่ของตน
ให้เจริญรุ่งเรืองขึ้นโดยลำดับ ด้วยความหมั่นพิจารณาและ
พากเพียรหาทางที่จะเกิดผลดีการให้ดียิ่งขึ้น

(๓) รู้จักประมาณในการบริโภค คือ เมื่อหา
ทรัพย์มาได้ รู้จักจ่ายในการเลี้ยงชีพตามสมควรไม่ฟุ่มเฟือย
ไม่ฝืดเคือง โดยแบ่งประมาณรายจ่ายไว้เป็นประเภทๆ และ
พยายามใช้ให้อยู่ในวงที่กะประมาณไว้ ไม่เป็นคนประมาณ
รู้จักผ่อนปรน เก็บหอมรอมริบไว้ในเวลาจำเป็นภายหลัง

(๔) รู้จักแสวงหาพิศุทธิ์หายแล้ว คือ เมื่อรู้ว่

อะไรหาย ต้องพยายามค้นคว้าหาให้ได้ไม่ว่าหายแล้วหรือ
หาใหม่ จะเป็นเหตุให้ทรัพย์สินเงินทองหมดไปทุกที

(๕) วัตถุบุรณะหรือสิ่งชำรุด กล่าวคือ สิ่งใด
ชำรุด ต้องรีบซ่อมแซมให้หายขาดไปเสีย สิ่งของที่เรารู้ว่าเป็น
ต้องใช้มีมากมายหลายสิ่ง ประเภทของของสิ่งนั้น ประเภทที่
ต้องซ่อมสิ่งนี้ เพราะของเก่าชำรุด, เสื่อม, หมด ย่อมทำให้
เปลืองมากอยู่แล้ว ถ้าไม่รีบซ่อมแซมสิ่งของที่ชำรุดเล็ก ๆ
น้อย ๆ ค่อยแก้ไขใหม่ ก็ตกอยู่ในฐานะเป็นคนสุรุ่ยสุร่าย
อันเป็นผู้ครองทรัพย์สินไม่ได้

(๖) แม้เรือนทองเช่นคนมีศีลมีสติ บุคคลอื่น
เป็นคนไม่มีศีลไม่มีสติอยู่ในตน ย่อมเป็นคนไม่ดี บ้านเรือน
ใดมีคนไม่ดีเช่นหัวหน้าดูแลการบ้านเรือน ก็ย่อมทำให้
ทรัพย์สินสมบัติในบ้านเรือนนั้นพินาศไป การปกครองทรัพย์สินสมบัติ
เป็นงานละเอียด แม้บุคคลที่โง่เขลา ไม่รอบคอบ ก็ไม่
สามารถคุ้มครองทรัพย์สินสมบัติไว้ได้ แม้เรือนจึงจำเป็นต้องมี
สติปัญญาและความรอบคอบ ประกอบอีกชั้นหนึ่งด้วย

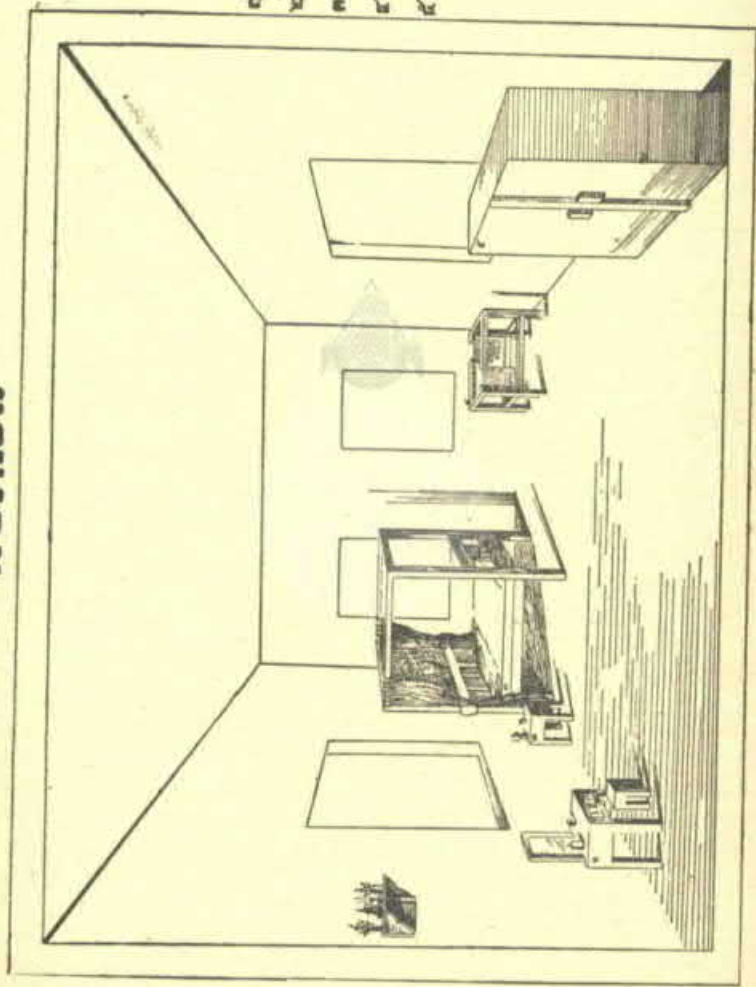
หญิงผู้หวังความดีของเจริญให้มีแก่ตน พึงอบรม
ตนใหม่คุณสมบัติทั้งกล่าวแล้ว ประสงค์ความสุขตลอดไป



พิมพ์ที่โรงพิมพ์ไตรสาร
กองบริหารสิ่งพิมพ์ กรุงเทพมหานคร

๑๐ ตุลาคม ๒๕๕๕

ห้องนอน

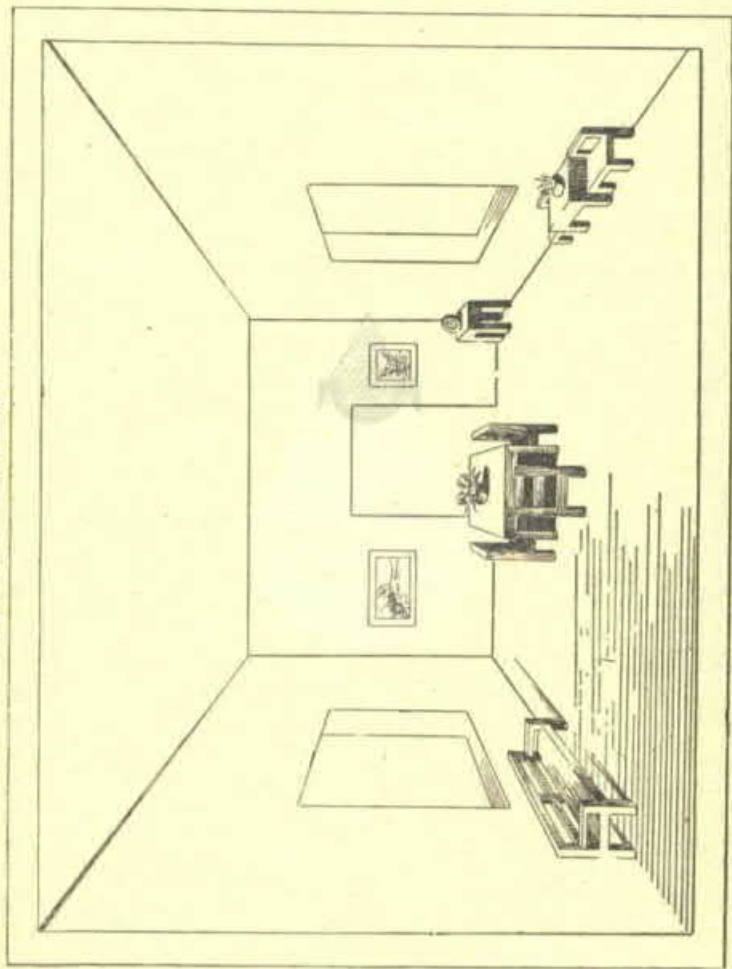


โต๊ะเครื่องแป้ง
โต๊ะวางของ
เตียง
ตู้เสื้อผ้า
ตู้เสื้อผ้า

รูปที่ ๑

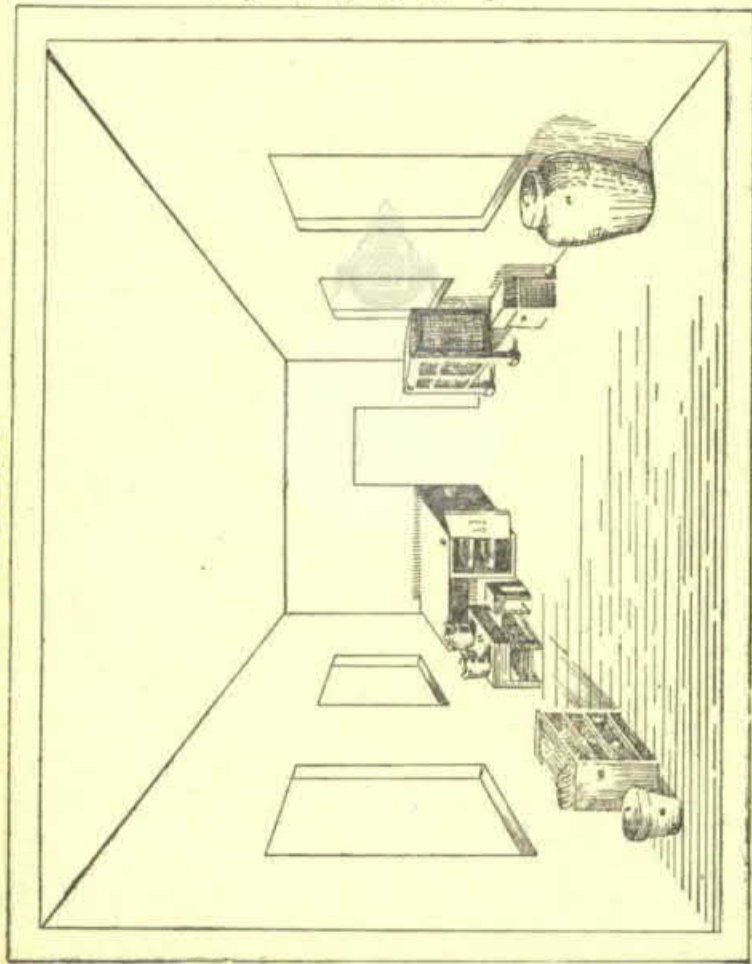


ห้องรับแขก



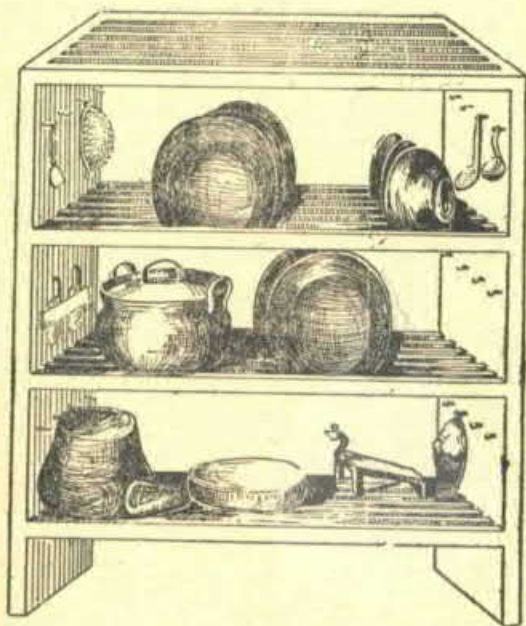


ห้องครัว



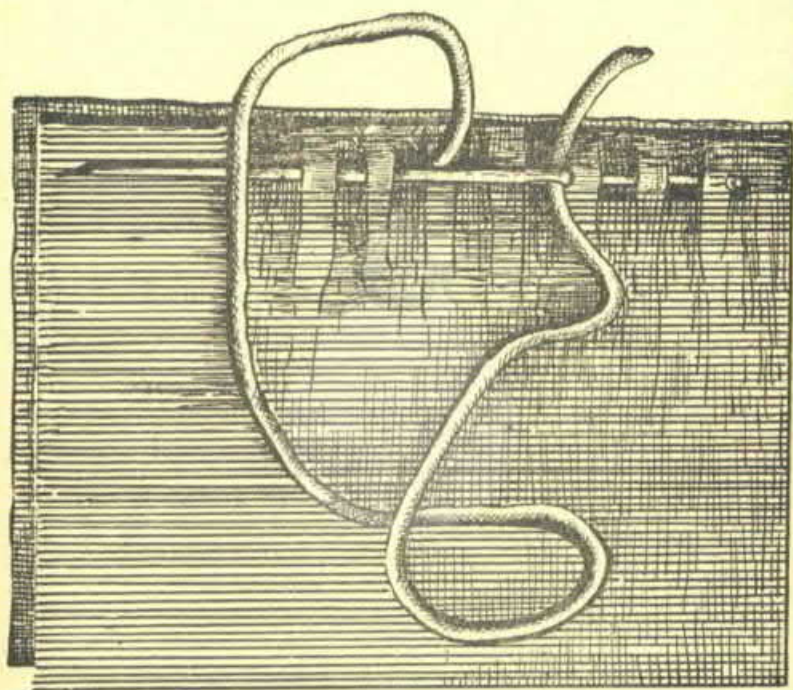
- ๑ ถังน้ำ
- ๒ ตู้กับข้าว
- ๓ ม้าลาย
- ๔ ฝาหม้อ
- ๕ ถังน้ำ
- ๖ ถังน้ำ
- ๗ ถังน้ำ





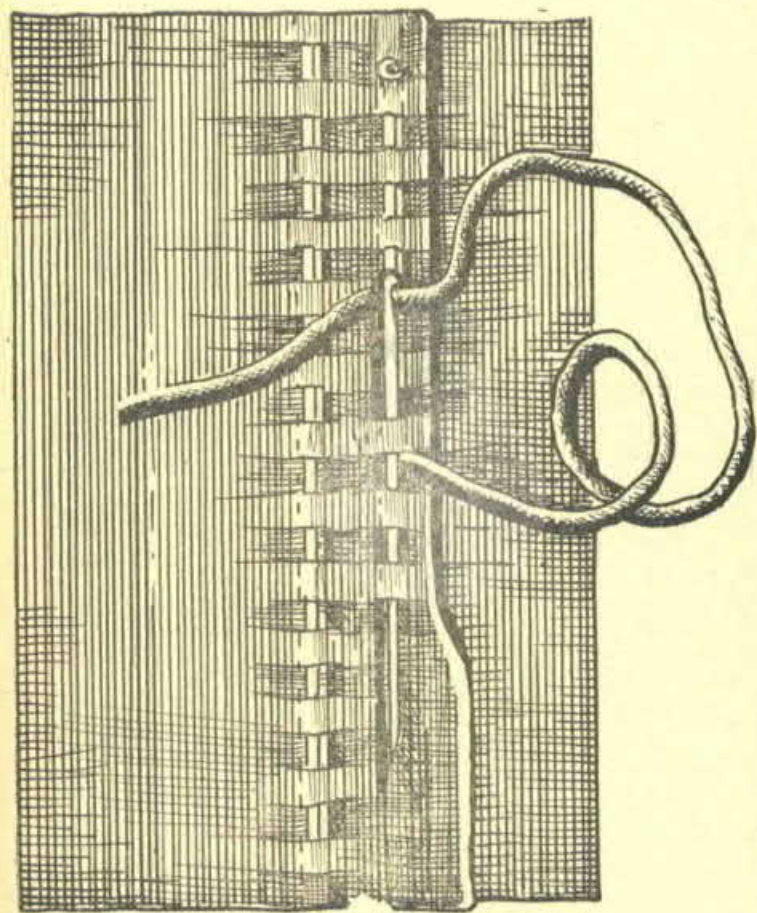
รูปที่ ๔





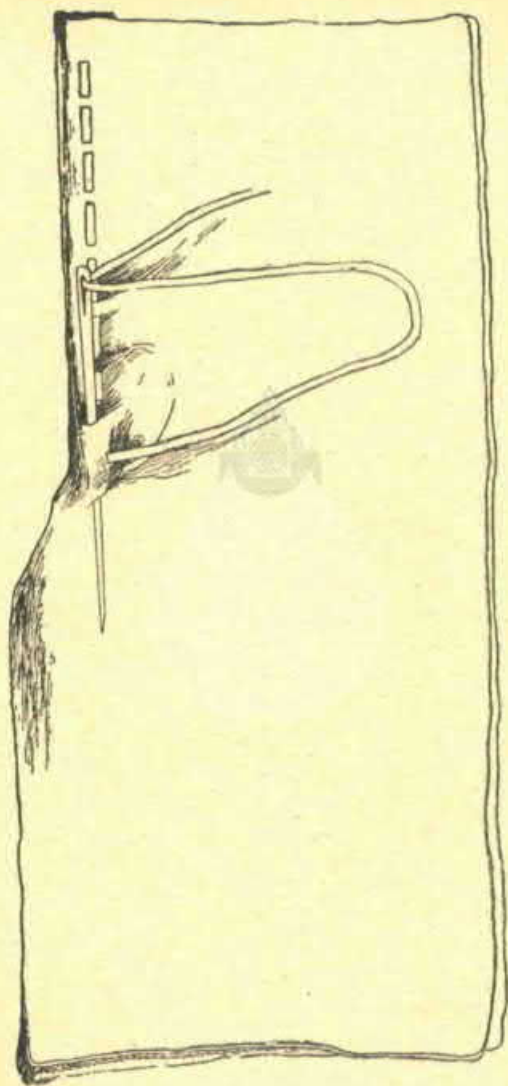
รูปที่ ๕





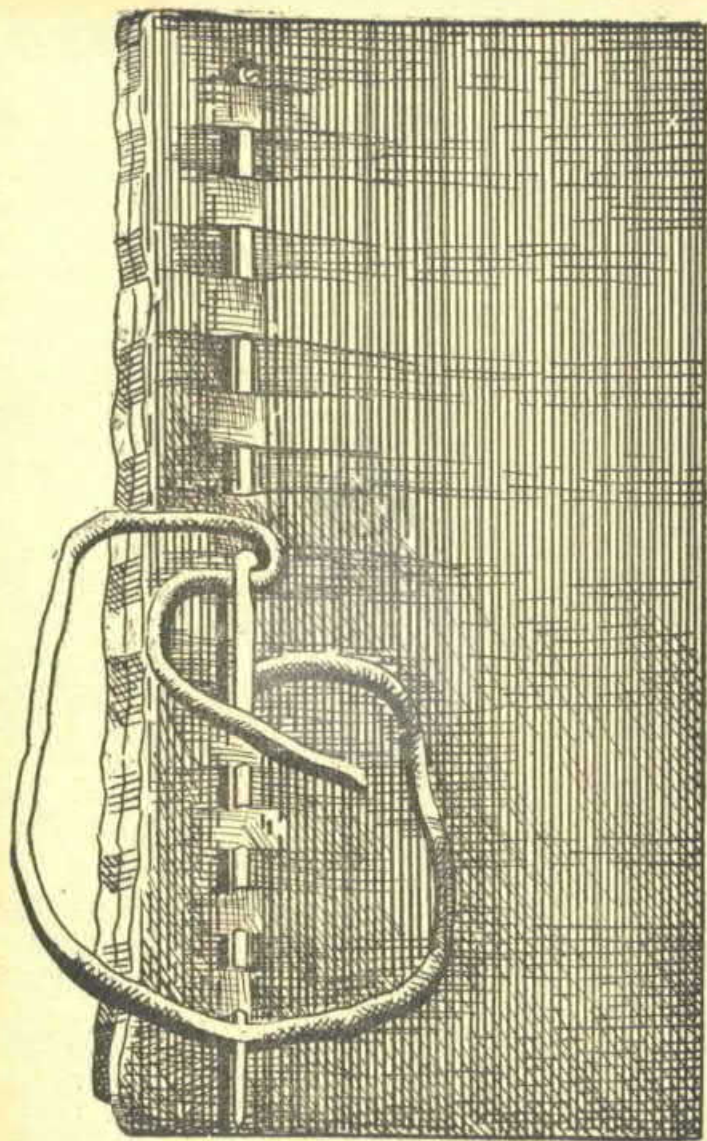
a. 1872





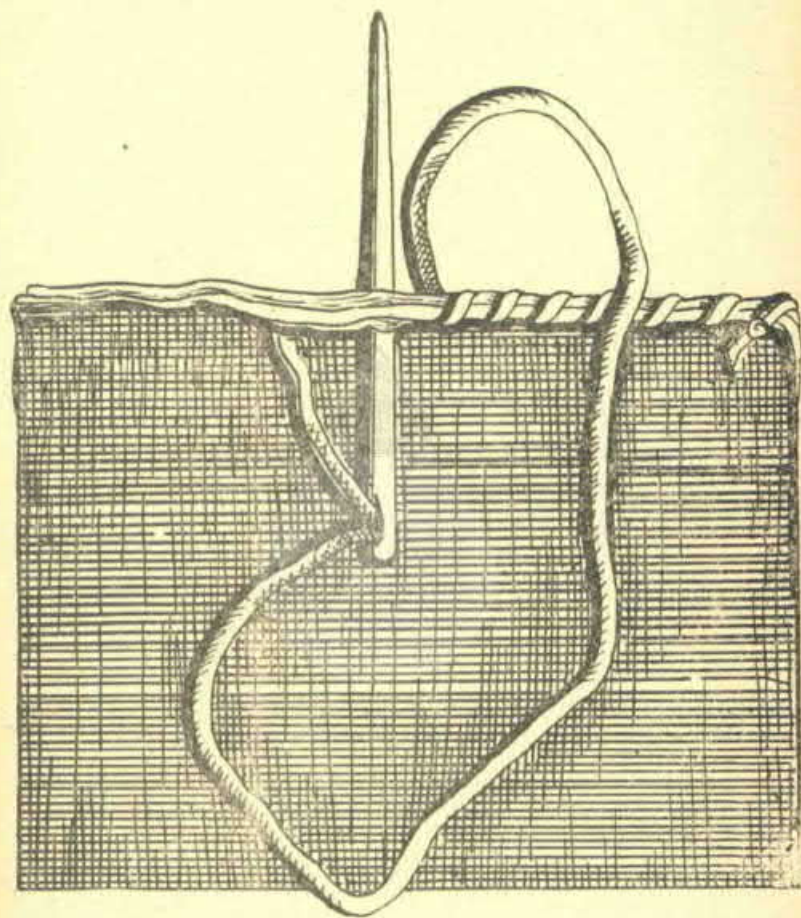
10
11
12





รูปที่ ๘



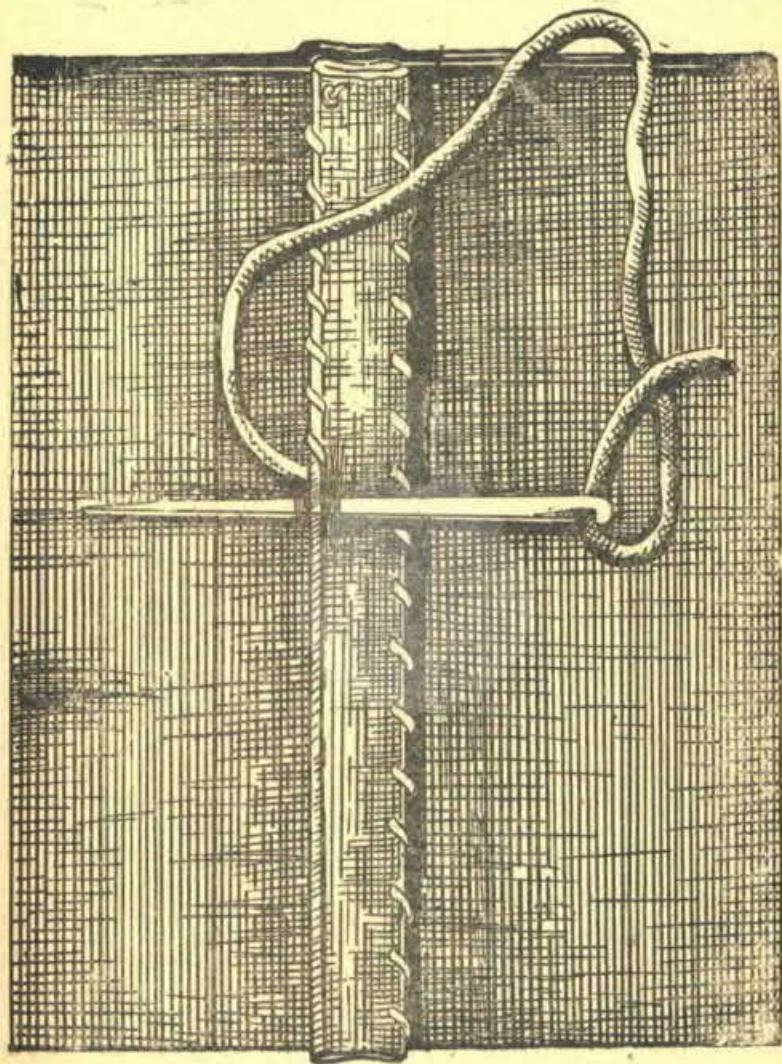


รูปที่ ๔



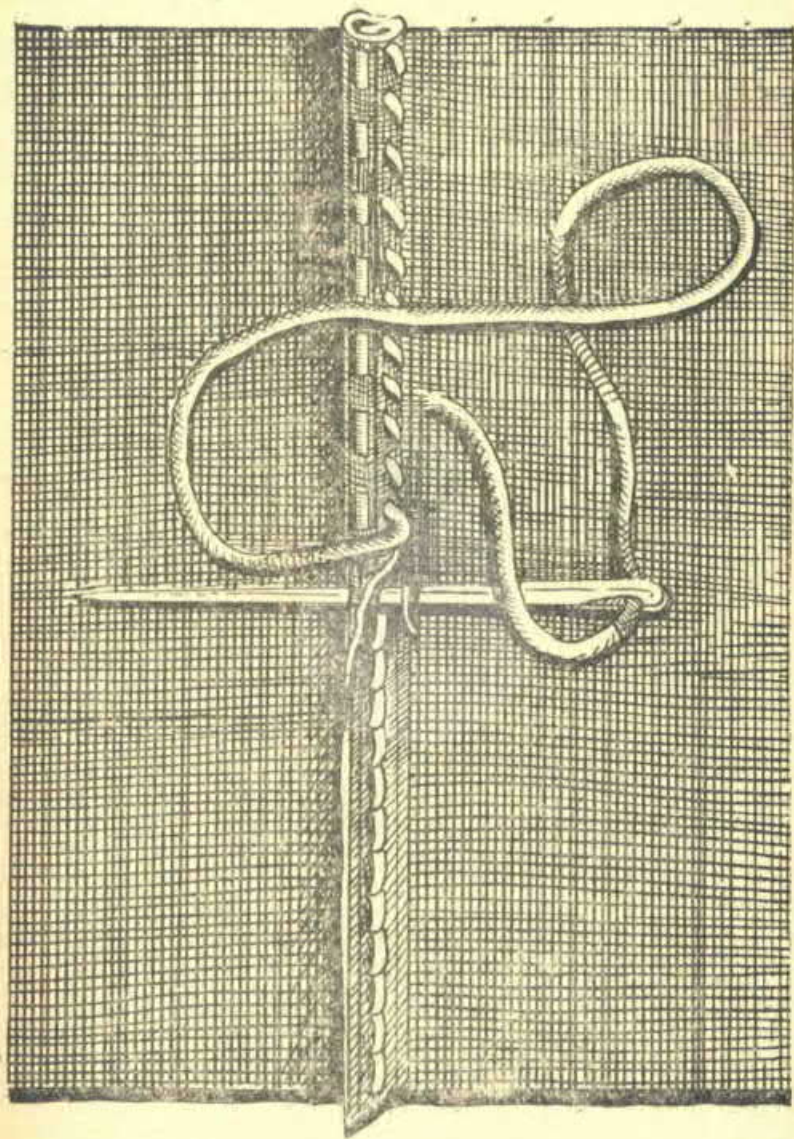






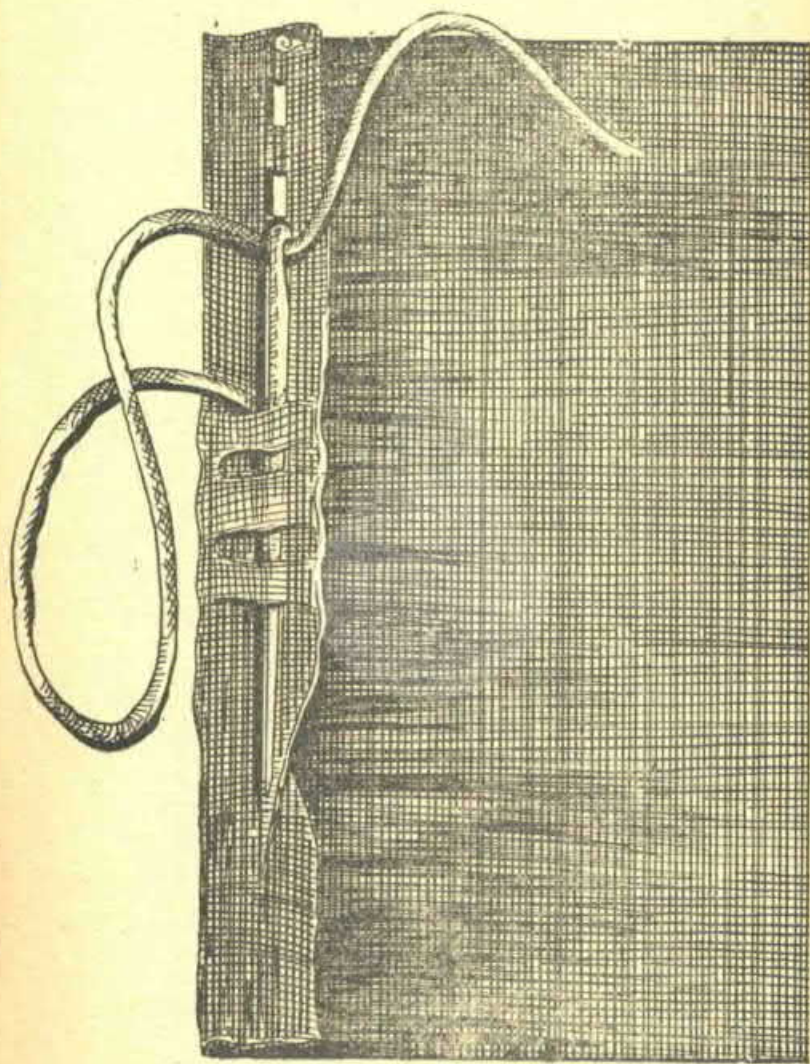
சுருதி
யு



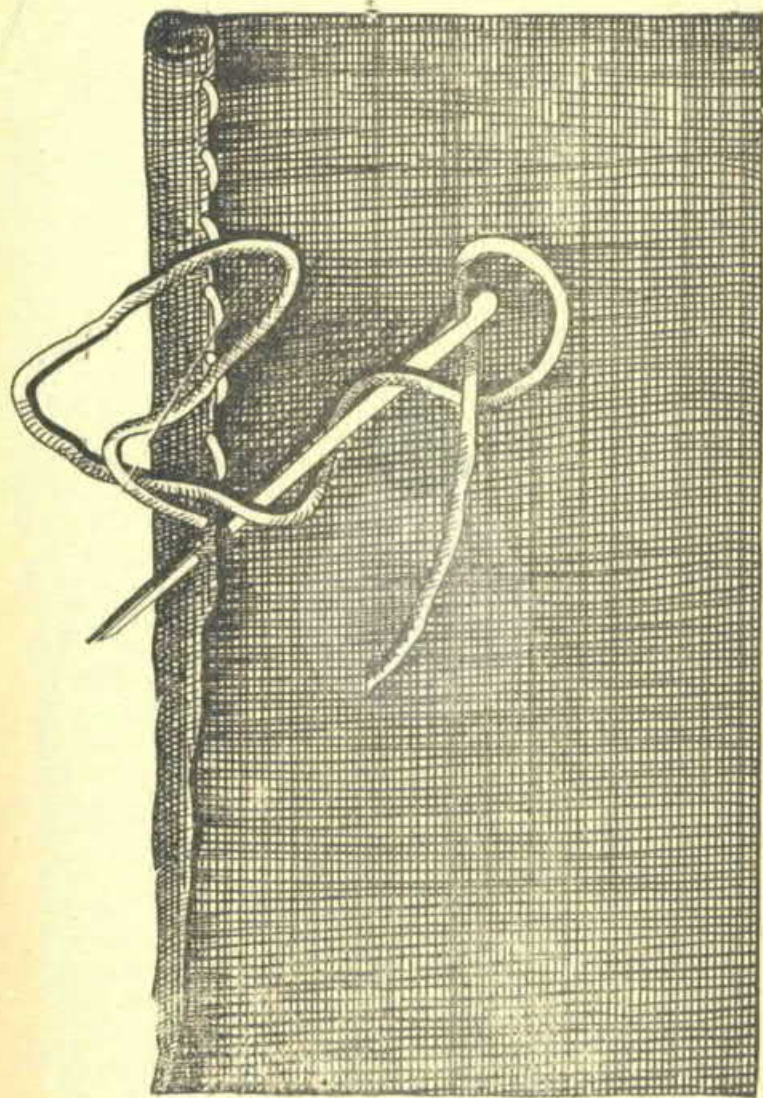


पुस्तक १००



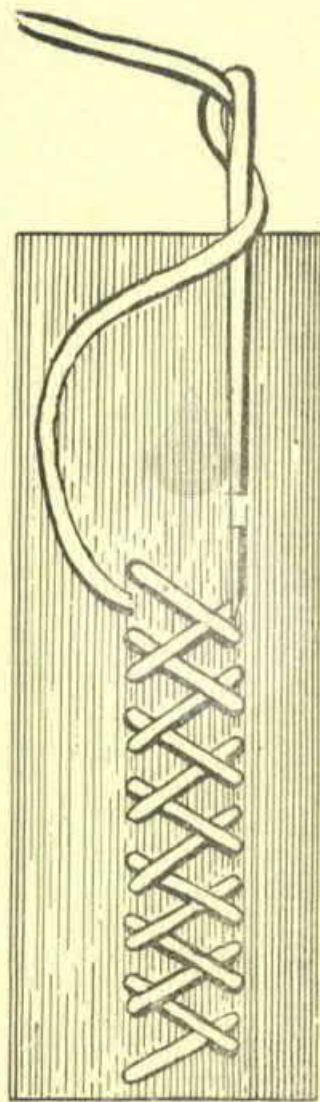






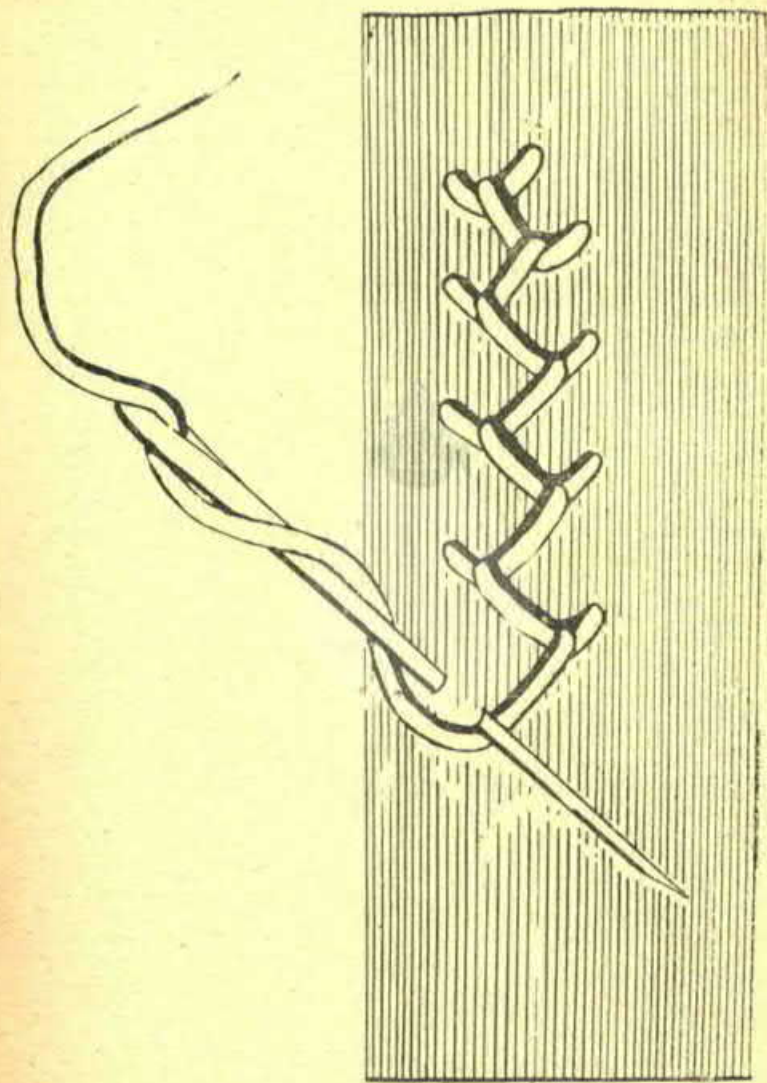
20 11 11





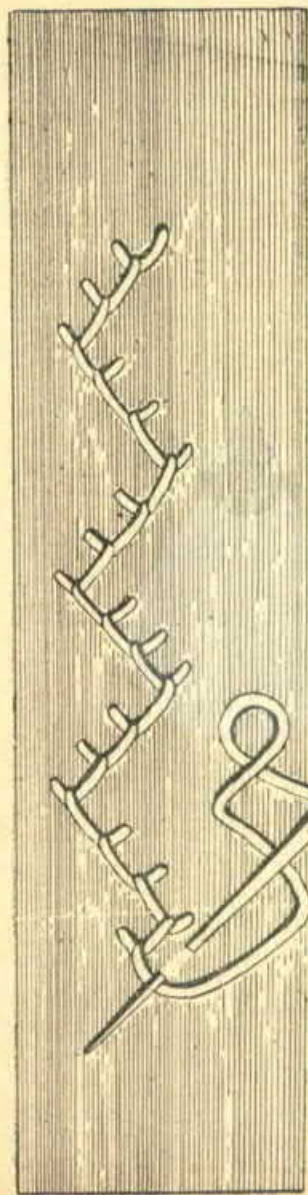
五十一
卷之五





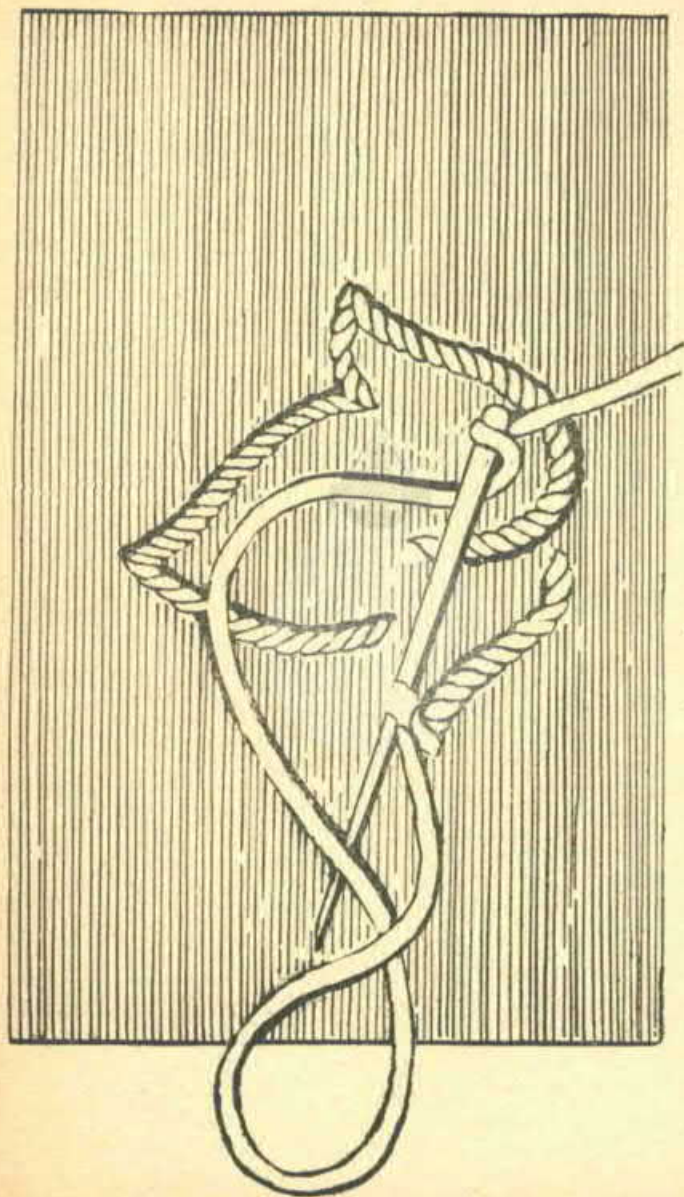
รูปที่ ๑๖





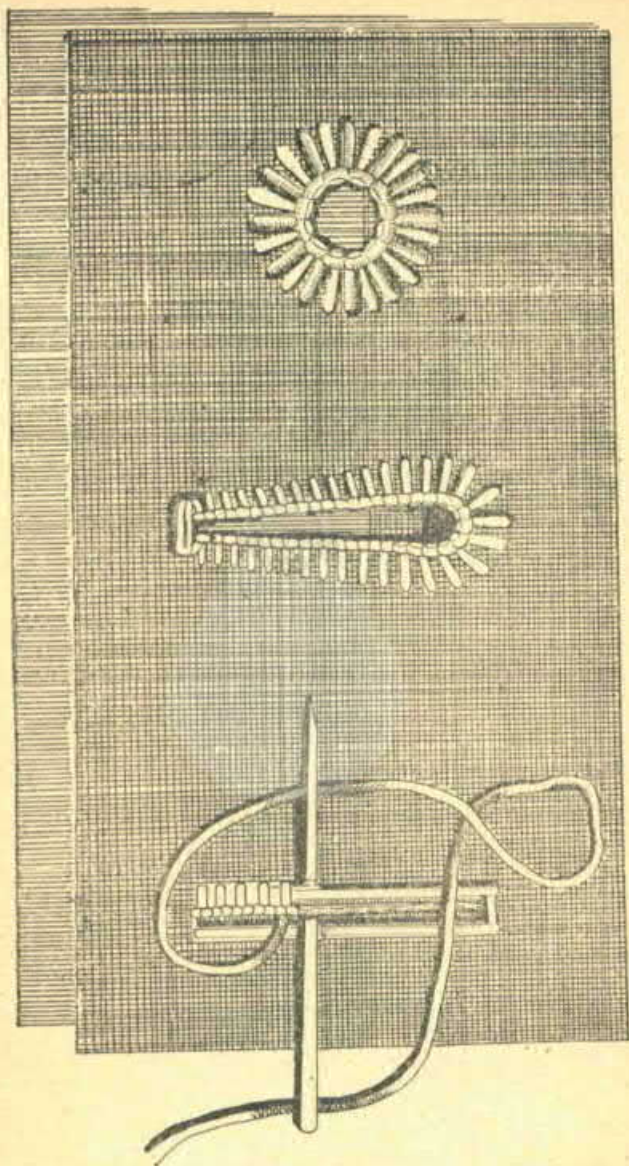
๖๖ ๑๗

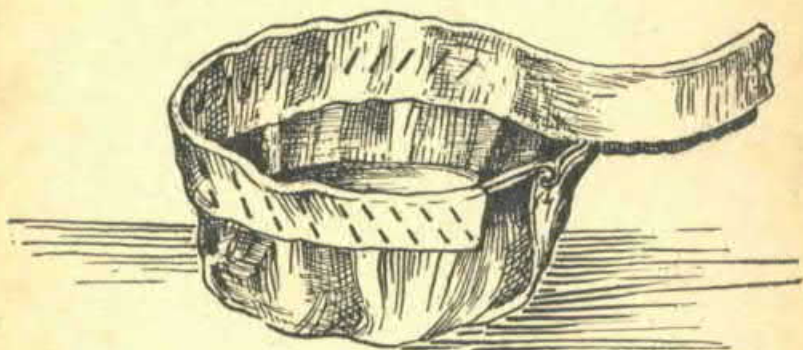




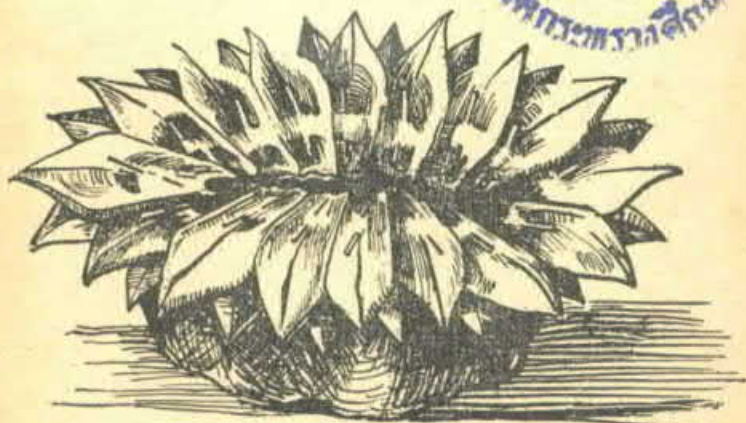
รูปที่ ๑๘







รูปที่ ๒๐
๖



รูปที่ ๒๑
๖



