

สำเนา
 พระราโชวาท
 สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
 ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่ผู้สำเร็จการศึกษา
 จากมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
 ณ อาคารกีฬาอเนกประสงค์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี
 วันจันทร์ ที่ ๑๙ ธันวาคม ๒๕๕๘

.....

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้ข้าพเจ้ามาปฏิบัติพระราชกรณียกิจแทนพระองค์ ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยอุบลราชธานีประจำปีนี้. ขอแสดงความชื่นชมกับผู้ทรงคุณวุฒิและบัณฑิตทุกท่าน ที่ได้รับเกียรติและความสำเร็จ.

การที่คนเราแต่ละคนจะสามารถดำรงชีวิต และปฏิบัติกิจการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ. ปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง คือการรู้จักแบ่งเวลา. ทุกคนมีเวลาแบ่งได้เป็นสองส่วน ได้แก่เวลาสำหรับทำงาน กับเวลาสำหรับพักผ่อน. ถ้าบุคคลใดหักโหมทำงานจนไม่มีเวลาพักผ่อน ก็ยากที่จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ทั้งงานที่ทำก็อาจบกพร่องเสียหาย เพราะผู้ทำมีสภาพร่างกายและจิตใจไม่สมบูรณ์พร้อม. ในขณะเดียวกัน ถ้าบุคคลใดมัวแต่เพลิดเพลินอยู่กับความสนุกสนาน จนละเลยย่อหย่อนจากหน้าที่การงานของตน ก็ยากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตและกิจการงานได้. ดังนั้น ทุกคนจึงควรจัดสรรเวลาสำหรับการทำงานและการพักผ่อนอย่างเหมาะสม. ในเวลาทำงาน ก็ตั้งใจใช้ความรู้ความสามารถและกำลังที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เพื่อให้งานสำเร็จผลที่ดี มีประสิทธิภาพสูงสุด ทั้งควรจะได้ใช้เวลาผ่อนคลาย ด้วยการทำกิจกรรมที่ชอบ ที่ทำให้เพลิดเพลินพอใจ เช่น อ่านหนังสือ ฟังดนตรี หรือเล่นกีฬา เป็นต้น. แต่แต่ละคนจะได้มีสุขภาพกายสุขภาพจิตที่ดีสามารถดำรงชีวิตและปฏิบัติกิจการงานให้ถึงพร้อมด้วยความสุขและความเจริญ.

ในพระปรมาภิไธยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ขออวยพรให้บัณฑิตทุกคนและทุกท่านที่มาร่วมในพิธีนี้ มีความผาสุกสวัสดิ์ตั้งทั่วกัน.