



รายงานผลการฝึกอบรมหลักสูตร ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ตามที่งานการเจ้าหน้าที่ ฝ่ายอำนวยการ สำนักปลัด เทศบาลตำบลกรุดได้กำหนดจัดโครงการฝึกอบรมหลักสูตรส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ ในระหว่างวันที่ ๑๔-๑๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ ณ วัดป่าเคียนพิง ตำบลต้นยวน อำเภอพนม จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเข้ารับการอบรม ประกอบด้วย คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างของเทศบาลตำบลกรุด จำนวน ๔๐ คน ซึ่งมีผู้สนใจสมัครเข้าร่วมโครงการจำนวน ๓๙ คน แต่มีผู้เข้าร่วมโครงการฯ จริงเพียง ๓๔ คน

สรุปเนื้อหาพอสั่งเขปดังนี้

๑. โครงการดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อ

๒.๑ เพื่อให้คณะผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างของเทศบาลตำบลกรุด ได้ตระหนักถึงการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม สร้างฐานความรู้ให้เป็นภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้อย่างเท่าทันควบคู่ไปกับการให้บริการที่เป็นธรรมและเท่าเทียมกันของประชาชนผู้รับบริการ

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้คณะผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างของเทศบาลตำบลกรุด ได้รับการพัฒนาทางจิตใจ สร้างจิตสำนึกรักองค์กร สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน ประพฤติและปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของศีลธรรมและจริยธรรม

๒.๓ เพื่อให้คณะผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างของเทศบาล ตำบลกรุด สามารถนำความรู้ที่ได้มาเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิต และปฏิบัติงานตั้งอยู่ในความไม่ประมาท มีความซื่อสัตย์สุจริต ช่วยกันเสริมสร้างความเจริญก้าวหน้าให้กับองค์กรชุมชนและสังคม

๒.๔ เพื่อให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐทุกระดับ มีความรู้ความเข้าใจและยึดมั่นในหลักคุณธรรมจริยธรรม และนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปปรับใช้ในการปฏิบัติงานและชีวิตประจำวันได้ อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถเป็นผู้นำด้านคุณธรรมจริยธรรมในองค์กรได้อย่างสร้างสรรค์

๒.๕ เพื่อเป็นการเสริมสร้างวินัยให้แก่ผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างต่อการปฏิบัติงาน

๒.๖ เพื่อเสริมสร้างวัฒนธรรมองค์กรให้เป็นองค์กรสุจริต

๒. รูปแบบการอบรม

เป็นการบรรยายธรรมและอบรมทางวิชาการ โดยกำหนดหัวข้อในการอบรม ดังนี้

วันที่ ๑๔ มีนาคม ๒๕๖๘

- บรรยายธรรมเรื่อง : การปฏิบัติธรรมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตและองค์กรด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา (โดยพระครูสังฆรักษ์ศีลธรรม วิมล เจ้าอาวาสวัดป่าเคียนพิง)

- ชี้แจงกติกา มารยาทชาวพุทธ ในการอยู่ร่วมกันในวัดเพื่อทำกิจกรรม (โดยแม่ชีระเปียบ ชูชาติ)

- บรรยายธรรมหัวข้อ : การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม สำหรับผู้ปฏิบัติงาน : ข้าราชการยุคใหม่ ใส่ใจคุณธรรม (โดยพระธรรมชาติ เขมรโต)

วันที่ ๑๕ มีนาคม ๒๕๖๘

- บรรยายธรรมในหัวข้อ : จริยธรรมสำหรับนักการเมืองและเจ้าหน้าที่ของรัฐ (โดยพระธรรมชาติ เขมรโต)



เทศบาลตำบลกรุด

อําเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๓. ระยะเวลาการอบรม

๑๔ - ๑๕ มีนาคม ๒๕๖๘ ณ วัดป่าเคียนพิง ตำบลต้นยวน อําเภอพนม จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๔. งบประมาณการเบิกจ่าย

เบิกจ่ายจากเทศบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ สำนักปลัด แผนงานบริหารทั่วไป งบดำเนินการ หมวดค่าใช้สอย รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายอื่นๆ หน้า ๑๘ ค่าใช้จ่ายโครงการฝึกอบรมหลักสูตรส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐ ตั้งไว้ ๕๐,๐๐๐.- บาท

เบิกจ่ายทั้งสิ้น	๔๖,๘๗๐.-	บาท
คงเหลือ	๓,๑๓๐.-	บาท
คิดเป็นร้อยละของ	๙๓.๗๔ %	ของการเบิกจ่ายงบประมาณ
คิดเป็นร้อยละ	๖.๒๖ %	ของงบประมาณคงเหลือ



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๕. รายละเอียดของกิจกรรม

ในวันที่ ๑๔ มีนาคม ๒๕๖๔

☞ เวลา ๐๗.๓๐ - ๑๐.๐๐ น. เดินทางไปสถานที่ฝึกอบรม / ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมอบรม





เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๑๐.๐๑ - ๑๑.๐๐ น. พิธีเปิดโครงการฝึกอบรมหลักสูตรส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘

นายจรงค์ ชุมสุข นายเทศมนตรีตำบลกรูด ได้เดินทางไปราชการเข้าร่วมโครงการฝึกอบรมหลักสูตรส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ โดยมี นายสุเชาว์ ทุโมสิก นายอำเภอพนม เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการและกล่าวปาฐกถา โดยมี นายจรงค์ ชุมสุข นายเทศมนตรีตำบลกรูด เป็นผู้กล่าวรายงาน





วัดท่าบ่อ

เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลดรุฑ

อํเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัตสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๑๑.๐๑ – ๑๒.๐๐ น. อารามนาศีล บรรยายธรรมเรื่อง : การปฏิบัติธรรมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตและองค์กรด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา (โดยพระครูสังฆรักษ์ศีลธรรม วิมล เจ้าอาวาสวัดป่าเคียนพिंग)

- ชี้แจงกติกา มารยาทชาวพุทธ ในการอยู่ร่วมกันในวัดเพื่อทำกิจกรรม (โดยแม่ชีระเปียบ ชูชาติ)





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนาดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อําเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อําเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

การกล่าวปาฐกถา

ความจริงเรื่อง “การเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมและธรรมาภิบาลของข้าราชการ” เป็นเรื่อง ที่ทุกท่านในที่นี้รู้กันดีอยู่แล้วว่าควรจะทำอย่างไรบ้าง หลายท่านหรือส่วนใหญ่ในที่นี้เคยมีส่วนหรือกำลังมี ส่วนเกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และธรรมาภิบาลในหน่วยงานที่ท่านเป็นหรือเคยเป็น ผู้บริหารหรือเป็นกรรมการ เป็นคณะทำงานที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องหรือได้รับมอบหมายให้ทำเรื่องดังกล่าว ฉะนั้น การพูดเรื่อง “การเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม และธรรมาภิบาลของข้าราชการ” ในวันนี้ จึงไม่ใช่ เป็นการพูดถึงเรื่องใหม่ที่ยังไม่เคยมีใครได้ยินได้ฟังมาก่อน

นอกจากนี้ เรื่องคุณธรรมจริยธรรมของข้าราชการก็เป็นเรื่องที่มีการบรรยาย การอภิปราย การอบรมสัมมนามากที่สุดเรื่องหนึ่งในวงราชการ มากจนข้าราชการจำนวนไม่น้อยเห็นว่าเป็นเรื่องน่าเบื่อหน่าย เป็นเรื่องจำเจซ้ำซาก เพราะนอกจากจะพูดเรื่องคุณธรรมจริยธรรมให้น่าสนใจเป็นเรื่องยากอยู่แล้ว การที่จะพูดกันถึงแนวทางเสริมสร้างในทางปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม สามารถนำไปใช้ดำเนินการต่อไป ได้อย่างจริงจัง ยิ่งเป็นเรื่องที่ยากกว่าหลายเท่า

ในเรื่องเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมของข้าราชการในปัจจุบัน ก็คงหนีไม่พ้นที่จะพูดถึงสภาพของปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรมของข้าราชการที่นับวันจะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องปัญหาการทำงานที่ผิดพลาด ปราศจากความรับผิดชอบและขาดจิตสำนึกที่ถูกต้องในการปฏิบัติหน้าที่ราชการ ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันข้อหนึ่ง คือการขาด “จิตสาธารณะ” หรือ “Public Mind” อันเป็นหัวใจพื้นฐาน ของการเป็นข้าราชการ และเป็นมูลเหตุสำคัญที่นำไปสู่ปัญหาร้ายแรงอื่นๆ ตั้งแต่เรื่องการประพฤติมิชอบไปจนถึงการทุจริตฉ้อราษฎร์บังหลวง หรือ Corruption ที่นับวันจะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้นตามที่เรารู้ได้ทราบ จากรายงานผลการสำรวจ หรือรายงานการศึกษาวิจัยที่จัดทำขึ้นโดยสถาบันการศึกษาและองค์กร ตรวจสอบการใช้อํานาจรัฐทั้งภายในประเทศและระหว่างประเทศ แต่จะมีใครรู้สึกว่าเป็นปัญหาที่น่าอับอาย ของประเทศชาติบ้างหรือไม่ก็ไม่ทราบ

แต่ที่น่าตกใจยิ่งกว่านั้นคือ ความเปลี่ยนแปลงค่านิยมของคนในสังคมไทยที่ได้สำรวจพบว่า นอกจากจะเห็นว่าเรื่องการทุจริตประพฤติมิชอบในวงราชการเป็นเรื่องปกติธรรมดาแล้ว ยังเห็นว่าคนที่โกงกินแล้วนำผลประโยชน์ส่วนน้อยมาแบ่งปันหรือแจกจ่ายให้คนจนหรือพวกพ้องที่สนับสนุนตนนั้น เป็นคนที่ตนสามารถให้ความยอมรับนับถือได้ นักการเมืองหรือข้าราชการที่สุจริตไม่คดโกงซึ่งไม่มีผลประโยชน์จะแบ่งปันให้ใครได้จะถูกมองว่าเป็นคนใจแคบ ไม่เอาพวกเอาพ้อง ถูกค่อนแคะนินทาว่าทำตัวเป็นผู้บริสุทธ์ผิดฝูง แต่ลูกน้องไม่นับถือไม่เข้าใกล้ ยิ่งผู้บริหารหรือผู้บังคับบัญชาคนไหนเข้มงวดกวดขัน คอยสอดส่องดูแล ให้ข้าราชการอยู่ในระเบียบวินัยและเอาจริงเอาจังกับผู้ไม่รักษาระเบียบวินัย เอาเปรียบคนอื่น หรือ ดำเนินการกับข้าราชการที่ทำผิดอย่างตรงไปตรงมาแล้ว ก็จะกลายเป็นยักษ์เป็นมารในสายตาของผู้ใต้บังคับบัญชา เป็นที่รังเกียจเดียดฉันท์หวาดกลัวและเกลียดชังของลูกน้องไปเลย ทั้งหมดนี้เป็นสถานการณ์ที่เห็นได้ทั่วไปในวงราชการปัจจุบันสำหรับสาเหตุสำคัญของปัญหา ด้านคุณธรรมจริยธรรมของข้าราชการนั้น เกิดจากปัจจัยทั้งภายในและภายนอกของตัวข้าราชการเอง โดยสรุปพอจะแบ่งออกได้อย่างน้อย ๖ ประการด้วยกัน คือ

๑. **ไม่เชื่อในกฎแห่งกรรม** ยังคงมีความเชื่อว่า ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป หรือค่าของคนไม่ได้อยู่ที่ผลของงาน แต่ค่าของคนอยู่ที่คนของใคร เป็นต้น



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๒. **สำคัญผิดในตำแหน่งหน้าที่** คิดว่าเป็นผู้มีอำนาจไม่มีใครกล้ามาตรวจสอบหรือทำ อะไรได้ หรือมีคนที่มีตำแหน่งหน้าที่สูงและมีอำนาจมีใหญ่โตกว้างขวาง สามารถคุ้มครองป้องกันได้

๓. **มีความต้องการในลาภยศ** ยิ่งใกล้ชิดดูกาลเปลี่ยนแปลงตำแหน่ง เช่น ลื่นปีงบประมาณ หรือฤดูกาลโยกย้ายสับเปลี่ยนตำแหน่งหน้าที่ด้วยแล้ว ก็พร้อมที่จะทาทุกอย่าง เพื่อให้ได้มาซึ่งลาภยศ หรือตำแหน่งหน้าที่ที่ตนต้องการ

๔. **เป็นคนคดในข้ออในกระดุก** ข้าราชการประเภทนี้มีปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรมที่ ฟังลืออยู่ในกมลสันดาน มองเห็นงานทุกอย่างเป็นช่องทางแสวงหาผลประโยชน์มิควรได้ใส่ตัวได้หมด ตั้งแต่เรื่องเรียกรับทรัพย์สินหรือเบียดบังเล็กๆ น้อยๆ ไปจนถึงการคดโกงก้อนโตได้โดยไม่สะทกสะท้าน

๕. **ยอมถูกอำนาจชั่วครอบงำ** ข้าราชการประเภทนี้มักเป็นข้าราชการชั้นผู้น้อยที่ยินยอมทำตัวเป็นเครื่องมือแสวงหาประโยชน์มิควรได้ให้กับนักการเมืองหรือข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ที่ไม่สุจริต โดยอ้างว่าตนเป็นเพียงผู้น้อยไม่สามารถจะคัดค้านหรือโต้แย้งอะไรได้ แต่ในความเป็นจริงก็อาจจะทำด้วยความเต็มใจ เพราะได้ประโยชน์จากการเป็นคนใกล้ชิด หรือได้รับการเลี้ยงดูอย่างดีจากผู้ที่ตนช่วยแสวงหาประโยชน์ให้

๖. **จำใจทำเพราะกลัวเสียประโยชน์** ข้าราชการประเภทนี้ไม่ถึงขนาดยอมเป็นเครื่องมือของอำนาจชั่วตั้งข้าราชการในกลุ่มที่ ๕ แต่อาจจะจำใจทำ เพราะกลัวว่าถ้าไม่ทำให้แล้วจะถูกกลั่นแกล้งด้วยการ โยกย้ายไปสู่ตำแหน่งที่ไม่ดีเท่ากับตำแหน่งที่ตนครองอยู่ หรืออาจถูกย้ายไปอยู่ในต่างจังหวัดที่ห่างไกลและ กังดาร ทำให้ตนต้องแยกจากครอบครัวเป็นที่เดือดร้อน

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมของข้าราชการทั้งในส่วนที่เป็นปัญหา สาเหตุ และตัวอย่างของทางออกในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าของข้าราชการบางรายที่สามารถใช้เป็นแบบอย่างและ สร้างแรงบันดาลใจให้เรายังยึดมั่นในการรักษาความดีได้ไม่ต้องเผชิญกับสภาวะการณ์ที่น่าเศร้าเมื่อได้ยินคำกล่าวเหมือนสิ้นหวังว่า “สังคมเลวเพราะคนดีท้อแท้” สำหรับในเรื่อง “ธรรมาภิบาลของข้าราชการ” นั้น จะเป็นเรื่องที่มีขอบข่ายกว้างขวางกว่า และเป็นนามธรรมไม่น้อยกว่าเรื่องคุณธรรมจริยธรรม และถึงแม้จะไม่ใช้เรื่องเดียวกัน ก็เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกัน กันอย่างเกือบจะแยกไม่ออก เข้าทานอง “คนละเรื่องเดียวกัน” นั้นแหละครับ

ที่ผมพูดว่าเรื่องธรรมาภิบาลเป็นเรื่องที่มีขอบข่ายกว้างขวางและค่อนข้างจะเป็นนามธรรม ก็ เพราะว่า ในมาตรา ๖ แห่ง พ.ร.ฎ. ว่าด้วยหลักเกณฑ์และวิธีการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี ไม่ได้นิยามความหมายเอาไว้ แต่บัญญัติว่า การบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี ได้แก่ การบริหารราชการเพื่อบรรลุ เป้าหมาย ดังต่อไปนี้

- ๑.) เกิดประโยชน์สุขของประชาชน
- ๒.) เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐ
- ๓.) มีประสิทธิภาพและเกิดความคุ้มค่าในเชิงภารกิจของรัฐ
- ๔.) ไม่มีขั้นตอนการปฏิบัติงานเกินความจำเป็น
- ๕.) มีการปรับปรุงภารกิจของส่วนราชการให้ทันต่อสถานการณ์
- ๖.) ประชาชน ได้รับการอำนวยความสะดวก และ ได้รับการ ตอบสนองความต้องการ
- ๗.) มีการประเมินผลการปฏิบัติราชการอย่างสม่ำเสมอ



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ศีล ๕ มีอะไรบ้าง ทำไมจึงต้องรักษาศีล ๕ ประโยชน์ของการรักษาศีล ประวัติของศีล ๕

จากหลักฐานที่ถูกค้นพบด้านประวัติศาสตร์ของพระพุทธศาสนานั้น พบว่า “ศีล” เกิดขึ้นครั้งแรกในสมัยพระเจ้าสมสดีราช ซึ่งมีอายุระบุง่วงปีที่เกิดได้เนื่องจากเป็นระยะเวลาที่ยาวนานมาแล้ว โดยในครั้งนั้นเป็นการเกิดขึ้นของศีลข้อที่ ๒ คือ ห้ามลักทรัพย์ จากนั้นศีลข้อที่ ๓ จึงเกิดตามมา คือ ห้ามประพฤติดินในกาม ซึ่งเมื่อเกิดการประพฤติดินในศีลทั้ง ๒ ข้อแล้วจึงเกิดเป็นการโกหก หลอกลวง ไม่ยอมรับ ไม่ยอมสารภาพผิดต่อขึ้นมา จึงเกิดเป็นศีลข้อที่ ๔ คือ ห้ามพูดเท็จ และเมื่อเกิดความขัดแย้งกันอย่างรุนแรงมากขึ้นถึงกับมีการฆ่าแกงกัน จึงเป็นที่มาของศีลข้อที่ ๑ คือ ห้ามฆ่าสัตว์ ส่วนศีลข้อที่ ๕ คือ ห้ามดื่มสุรา ตามตำนานเล่าว่าเป็นการประพฤติดินที่เกิดขึ้นจากอุบัติเหตุ ได้มีคนเดินทางไปพบน้ำขังบริเวณตามง่ามไม้ เมื่อสังเกตไปยังนก นกได้ดื่มน้ำนั้นเข้าไปแล้วเกิดอาการเมา พยายามจะตะเกียกตะกายบินขึ้นบนฟ้าไปให้ได้ คนที่พบจึงทดลองดื่มดูรู้สึกว่สนุกดี จึงได้นำที่พบนั้นไปศึกษาส่วนประกอบ ต่อมาเมื่อศีลทั้ง ๕ ข้อก็ได้กลายมาเป็นบทบัญญัติของบ้านเมืองและของเหล่าบัณฑิต ในบางยุค บางสมัยที่โลกนั้นได้เจริญขึ้นในด้านจิตใจ ศีล ๕ ก็กลายเป็นธรรมะที่เรียกว่า **กुरुธรรม** หมายถึง ธรรมะของชาวแคว้นกुरु ที่อยู่เ็นชมพูทวีปได้ยึดถือปฏิบัติกัน

เมื่อเวลาผ่านไปได้สักระยะ พระพุทธศาสนาได้อุบัติขึ้น พระพุทธเจ้าจึงทรงนำบทบัญญัติเหล่านี้มาเป็นหลักในการประพฤติดินปฏิบัติของพุทธบริษัท โดยเริ่มต้นจากอุบาสก อุบาสิกา นับว่าศีล ๕ นั้นเป็นเรื่องง่ายที่ยากต่อการปฏิบัติในหมู่ชาวไทย อาจเป็นเพราะว่าคนไทยนั้นมีความคุ้นเคยกับการปฏิบัติในทางตรงกันข้ามกับศีล ๕ ในชีวิตประจำวัน เป็นสิ่งที่ทำต่อเนื่องมาจนเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต ทำให้เมื่อมายึดถือศีล ๕ ก็ไม่สามารถทำได้ทุกข้อ หรืออาจทำไม่ได้เลย

ความหมายของศีล

เมื่อเรารู้ความเป็นมาของหลักปฏิบัติที่เรียกว่า “ศีล ๕” แล้ว ในความเป็นจริง เรารู้กันบ้างรึเปล่าว่่า “ศีล” นั้น มีความหมายว่่าอย่างไรกันบ้าง

- **ศีล** คือ “เจตนา” ความตั้งใจ ที่จะงดเว้นจากกายทุจริต ๓ (ไม่ฆ่าสัตว์, ไม่ลักทรัพย์, ไม่ประพฤติดินในกาม) และวจีทุจริต ๔ (ไม่พูดเท็จ, ไม่พูดคำหยาบ, ไม่พูดส่อเสียด, ไม่พูดเพ้อเจ้อ)
- **ศีล** คือ “เจตสิก” หมายถึงการงดเว้นจากมโนทุจริต ๓ (ความโลภอยากได้ของผู้อื่น, มีจิตคิดพยาบาท, มีความเห็นผิด)
- **ศีล** คือ ความสำรวมระวัง ปิดกั้นความชั่ว
- **ศีล** คือ การไม่ล่วงละเมิดข้อห้าม



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ศีล ๕ มีอะไรบ้าง

เห็นได้ว่า ศีล ๕ นั้นเป็นเครื่องบ่งชี้ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ โดยสามารถแบ่งการประพฤติปฏิบัติได้เป็น ๕ ข้อที่สามารถจำแนกความเป็นมนุษย์และสัตว์ได้อย่างชัดเจนได้ดังต่อไปนี้

๑. **ตั้งใจงดเว้นจากการฆ่าสัตว์** : ซึ่งโดยปกติของมนุษย์แล้วเราจะไม่ฆ่าแกงกันเอง นั้นเป็นสิ่งแรกที่มนุษย์มีความแตกต่างจากสัตว์ อาทิ เสือ หรือสิงโต ที่เวลาหิวก็จะไล่ล่าสัตว์อื่นเพื่อนำมาเป็นอาหารทันที นั้นจึงทำให้เราสามารถแบ่งแยกความแตกต่างระหว่างคนกับสัตว์ได้อย่างชัดเจน

๒. **ตั้งใจงดเว้นจากการลักขโมย** : โดยปกติของมนุษย์แล้วจะไม่คิดขโมย หรือลักทรัพย์สินของใคร ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นรูปธรรมจับต้องได้ หรือสิ่งที่เป็นนามธรรมจับต้องไม่ได้ เพราะมนุษย์มีความรอบรู้ในเรื่องของกรรมสิทธิ์ ว่านั่นของเรา ว่านี่ของเรา แต่กับสัตว์เดียรัจฉานนั้นไม่รู้ ยกตัวอย่าง เวลาที่สุนัขกำลังเห็นแมวกินปลาอยู่ ถ้ามันมีความคิดที่อยากได้มันก็จะเข้าไปแย่งเลยทันที ฉะนั้น ถ้าใครลักขโมย หรือจี้ปล้นทรัพย์สินของคนอื่นก็แสดงว่าศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของเขาได้สูญเสียไปแล้ว

๓. **ตั้งใจงดเว้นจากการประพฤตินิดในกาม** : มนุษย์เป็นผู้ที่รู้จักควบคุมความต้องการของตัวเอง รู้ถูกผิด รู้ว่าอะไรควร อะไรไม่ควร ซึ่งแตกต่างจากสัตว์ อาทิ เมื่อสุนัขเพศผู้ถึงคราวที่ฮอร์โมนเพศทำงาน มันจะเข้าไปกัดเพื่อแย่งตัวเมียจากตัวผู้ตัวอื่น แต่มนุษย์ปกติกลับไม่ประพฤตินั้น

๔. **ตั้งใจงดเว้นจากการพูดเท็จ พูดคำหยาบ คำส่อเสียด เพ้อเจ้อ** : โดยธรรมชาติของมนุษย์แล้วจะไม่หลอกลวง และเบียดเบียนซึ่งกันและกันด้วยวาจา หรือคำพูด ซึ่งแตกต่างจากสัตว์ อาทิ สุนัขที่อยู่ในบ้าน เมื่อมีสุนัขตัวอื่น หรือมนุษย์คนอื่นเดินผ่านมา มันจะส่งเสียงเห่าในทันที แต่มนุษย์เราโดยปกติไม่ได้เป็นเช่นนั้น ที่อยู่ดีๆ เราจะด่า หรือว่าใครโดยไม่มีเหตุอันสมควร

๕. **ตั้งใจงดเว้นจากดื่มสุรา** : ตามปกติ สัตว์ใหญ่มักมีพลังกำลังมากกว่ามนุษย์ แต่มันบังคับทิศทางเคลื่อนที่ไม่ค่อยได้ เพราะไม่มีสติสำหรับควบคุม ดังนั้น สัตว์จึงไม่สามารถเป็นกำลังกายที่เกิดเป็นคุณงามความดี หรือการช่วยเหลือผู้อื่นได้ ผิดกันกับมนุษย์ มนุษย์มีสติสัมปชัญญะที่จะควบคุมการกระทำของตัวเอง ทำให้สามารถนำพลังกำลัง หรือกำลังกายที่เรามีเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น หรือกระทำความคุณงามความดีได้อย่างมากมาย แต่เมื่อใดที่มนุษย์ดื่มสุรา หรือของมึนเมาเข้าไป ก็จะทำให้ตนเองนั้นขาดสติ ขาดความยับยั้งชั่งใจจนก่อให้เกิดการประพฤตินิสัยที่เลวร้ายได้ ซึ่งศีลข้อที่ ๕ นี้เป็นข้อที่สำคัญที่สุด เพราะคนที่ขาดสติสามารถทำความชั่ว รวมไปถึงการประพฤตินิดในศีลข้ออื่นๆ ได้อีกด้วย



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ทำไมจึงต้องรักษาศีล ๕

๑. ข้อที่ ๑: สิ่งมีชีวิต เป็นสิ่งที่มีคุณค่า เราไม่ควรเบียดเบียน ช่มเหง หรือทำลายคุณค่าแห่งความเป็นอยู่ของเขาให้ตกไป

๒. ข้อที่ ๒: สิ่งของของใคร ใครก็รัก ใครก็สงวน ไม่ควรทำลาย ฉกฉัก ปล้น จี้ อันจะเป็นการทำลายทรัพย์สินสมบัติและทำลายซึ่งจิตใจกัน

๓. ข้อที่ ๓: ลูก หลาน สามี ภรรยาใคร ใครก็รัก ใครก็สงวนอย่างยิ่ง ไม่ปรารถนาให้ใครมาอาจเอื้อมล่วงเกิน อันจะเป็นการทำลายซึ่งจิตใจของผู้อื่นอย่างหนัก อีกทั้งยังเป็นบาปแบบไม่มีประมาณ

๔. ข้อที่ ๔: การมูสา หรือการโกหกพกลม ล้วนแต่เป็นสิ่งที่ทำลายความเชื่อถือของผู้อื่นให้ขาดสะบั้นลงอย่างไม่มีดี ถึงแม้แต่จริงจางก็ไม่พอใจในคำหลอกลวง จึงไม่สมควรโกหก ทำให้ผู้อื่นเสียหาย

๕. ข้อที่ ๕: สุรา ยาเสพติด เป็นของมีนเมาและให้โทษ หากดื่มเข้าไปบ่อยๆ ย่อมทำให้คนดีกลายเป็นคนบ้าได้ อีกทั้งของมีนเมาเหล่านี้จะเข้าไปลดคุณค่าของคนลงโดยลำดับ สำหรับผู้ที่ต้องการเป็นคนดี มีสติปกครองตัวอย่างมนุษย์จึงไม่ควรดื่มสุรา อันนับว่าเป็นเครื่องทำลายสุขภาพทางร่างกายและจิตใจอย่างมาก หากเสพเข้าไปก็ถือเป็นการทำลายตัวเอง และผู้อื่นได้ในขณะเดียวกัน

ประโยชน์ของการรักษาศีล ๕

๑. ทำให้อายุยืน ปราศจากโรคภัยเบียดเบียน

๒. ทรัพย์สินสมบัติที่อยู่ในความปกครองจะมีความปลอดภัยจากโจรผู้ร้ายที่มาราวี จ้องจะเบียดเบียนทำลาย

๓. ระหว่างลูก หลาน สามีและภรรยาจะอยู่รวมกันด้วยความผาสุก ไม่มีผู้คอยล่วงล้ำถ้ากราย ต่างครองกันอยู่ด้วยความเป็นสุข

๔. เมื่อพูดอะไรจะมีแต่ผู้เคารพเชื่อถือ คำพูดมีเสน่ห์ เป็นที่จับใจไพเราะด้วยสัจย์ ด้วยศีล

๕. จะเป็นผู้ที่มีสติปัญญาดีและเฉลียวฉลาด ไม่หลงหน้าหลงหลัง จับโน้นชนนี้จนเหมือนคนบ้าคนบอหาสติไม่ได้ ผู้มีศีล จะเป็นผู้ที่ปลุกและส่งเสริมสุขบนหัวใจคนและสัตว์ทั่วโลกให้มีแต่ความอบอุ่น ไม่เป็นที่ระแวงสงสัย ผู้ไม่มีศีล จะเป็นผู้ที่ทำลายหัวใจคนและสัตว์ให้ได้รับความทุกข์ ความเดือดร้อนอยู่ทั่วทุกหย่อมหญ้า

ก่อนสวดมนต์บทอื่นๆ หรือนั่งสมาธิทุกครั้งเราควรจะสวดอาราธนาศีล ๕ สมาทานศีล ๕ ด้วยเพราะ ศีล ๕ ข้อนั้นเป็นพื้นฐานที่ดีที่ควรมีของมนุษย์ สวดให้เราระลึกถึงอยู่ทุกวันว่าอะไรที่ไม่ควรทำ ไม่ใช่ที่เราสวดมนต์ทุกวัน แต่ไม่ปฏิบัติตนให้อยู่ภายในศีล ๕ ก็จะไม่มีความหมายอันใดเลย



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

เส้นทางความสุข : การภาวนา

๑. กายภาวนา หมายถึง การพัฒนาความสัมพันธ์กายของเรากับสิ่งแวดล้อมภายนอก ปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ เช่น การบริโภคในชีวิตประจำวัน เราจะต้องรู้ว่าเราบริโภคสิ่งต่างๆ เพื่อประโยชน์อะไร เช่น บริโภคเพื่อสุขภาพ เพื่อประโยชน์ต่อร่างกาย มีใช้การบริโภคตามความอยาก ความสนุกสนานหรือความโก้เก๋ ฯลฯ

๒. ศีลภาวนา (ภาษาบาลี : สีล) หมายถึง การฝึกความประพฤติให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน

๓. จิตตภาวนา หมายถึง การพัฒนาจิตให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตา กรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุขผ่องใส ฯลฯ

๔. ปัญญาภาวนา หมายถึง การฝึกปัญญา ให้อูรู้ เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยสภาวะทางปัญญา

การเรียนรู้ระเบียบปฏิบัติในการไปวัด

๑. การแต่งกายไปวัด ควรใช้เสื้อผ้าสีอ่อนๆ ถ้ามีลายก็เป็นลายเรียบๆ เนื้อผ้าไม่ควรโปร่งบางจนเกินไป ไม่หุหรือจนเกินไป เสื้อผ้าไม่ควรหลวมหรือรัดรูปจนเกินไป เพื่อความสะดวกในการกราบไหว้พระและนั่งสมาธิสำหรับผู้หญิงควรแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อย และไม่ควรตกแต่งด้วยเครื่องประดับและเครื่องสำอาง ตลอดจนใส่น้ำหอมมากจนเกินไป ไม่ควรแต่งหน้า เขียนคิ้ว ทาปาก ทาเล็บจนเกินงาม เหตุที่ควรปฏิบัติเช่นนี้เพราะวัดเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม คนไปวัดเพื่อทำบุญ ทำจิตใจให้สงบ จึงควรตัดเรื่องปรุงแต่งกิเลสเหล่านี้ออกไปเสียก่อน

๒. การนำเด็กหรือบุคคลอื่นๆ ไปวัด เป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีแก่เด็ก เพราะทำให้เด็กได้ใกล้ชิดพระศาสนา ตั้งแต่อยู่ในวัยอันสมควร แต่มีข้อระวังคือ อย่านำเด็กอ่อนไปวัดโดยไม่จำเป็น เพราะอาจก่อให้เกิดความรำคาญ หรือในกรณีที่เกิดชุกชอน อาจส่งเสียงดังรบกวนสมาธิของผู้อื่นที่ต้องการความสงบในกรณีที่มีความจำเป็นต้องนำบุคคลอื่นๆ เช่น พนักงานขับรถหรือคนรับใช้ไปวัดด้วย ก็ควรเปิดโอกาสให้เขาได้ร่วมทำบุญด้วย และกวดขันเรื่องกิริยามารยาทและการแต่งกาย การขับรถเข้าไปในบริเวณวัด ควรระมัดระวังในเรื่องการใช้แตร การเร่งเครื่องยนต์เสียงดัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่พระกำลังสวด และการจอดรถก็ควรจอดให้เป็นระเบียบในสถานที่ที่ทางวัดได้กำหนดไว้

๓. การเตรียมอาหารไปวัด อาหารที่เหมาะสมสำหรับการนำไปถวายพระภิกษุ นั้น ควรเป็นอาหารที่เรารับประทานกันทั่วไป คือ ปรุงจากพืช ผัก หรือเนื้อสัตว์ที่มีขายอยู่ในท้องตลาด แต่ควรระมัดระวังอาหารที่ปรุงด้วยเนื้อสัตว์ที่เป็นที่ห้ามสำหรับพระภิกษุ อันได้แก่



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

- ๑. เนื้อมนุษย์ ๒. เนื้อช้าง
- ๓. เนื้อม้า ๔. เนื้อสุนัข
- ๕. เนื้องู ๖. เนื้อราชสีห์
- ๗. เนื้อเสือโคร่ง ๘. เนื้อเสือเหลือง
- ๙. เนื้อเสือดาว ๑๐. เนื้อหมี

อย่านำอาหารที่ปรุงจากเนื้อดิบๆ เลือดดิบๆ ไปถวายพระภิกษุสงฆ์ เช่น ปลาดิบ กุ้งดิบ ฯลฯ จนกว่าจะทำให้สุกด้วยไฟ นอกจากนี้ไม่ควรนำอาหารที่ปรุงด้วยสุราที่มีสีหรือกลิ่นหรือรสปรากฏชัดไปถวายพระภิกษุสงฆ์ และอย่าฆ่าสัตว์โดยจำเพาะเจาะจงว่าจะนำเนื้อนั้นไปทำอาหารถวายแต่พระภิกษุสงฆ์

๔. การเตรียมตัวก่อนไปวัด อาจจะทำได้ดังนี้ คือ

- ๑. จัดทำภารกิจของตนให้เรียบร้อยเพื่อจะได้ไม่ต้องเป็นที่กังวล
- ๒. ทำจิตใจให้แจ่มใส โดยการระลึกถึงบุญกุศลและคุณงามความดีที่เคยได้ทำมาแล้ว
- ๓. รำลึกถึงคุณพระรัตนตรัยเพื่อทำให้ใจบริสุทธิ์
- ๕. การปฏิบัติตนโดยทั่วไปภายในวัด

วัดเป็นที่รวมของคนหลายประเภทซึ่งแตกต่างกันมาก ทั้งอายุ ฐานะ และความเป็นอยู่ การศึกษา อาชีพ ตลอดจนนิสัยใจคอ โอกาสที่จะกระทบกระทั่งกันย่อมเกิดขึ้นได้ง่าย จึงจำเป็นต้องระมัดระวังสำรวมตนโดยปฏิบัติดังนี้

- ๑. สำรวมกาย วาจา ใจ ให้สงบเรียบร้อย งดอาการคะนองด้วยประการทั้งปวง ทั้งนี้เพื่อให้กาย วาจา ใจ ของเราเหมาะสมที่จะบำเพ็ญบุญกุศล
- ๒. งดสูบบุหรี่โดยเด็ดขาด
- ๓. ควรนั่งให้เป็นระเบียบในสถานที่ที่กำหนดไว้
- ๔. ในการประกอบศาสนพิธี เช่น สวดมนต์ สมาทานศีล ถวายสังฆทาน ฯลฯ ควรเปล่งเสียงอย่างชัดเจนโดยพร้อมเพรียงกัน

๕. เมื่อมีสิ่งใดทำให้ชวนข้องหมองใจ เช่น อากาศร้อน กระจายน้ำ เห็นหรือได้ยินกิริยาอาการที่ไม่เหมาะสมของคนอื่น หรือการไม่ได้รับความสะดวกในเรื่องต่างๆ ขอให้อดทนและแผ่เมตตา ให้ความเห็นอกเห็นใจทุกสิ่งทุกอย่าง อย่าให้เกิดโทสะขึ้นได้

๖. การสนทนากับพระ ในการสนทนากับพระนั้น หากเป็นผู้ชายไม่ค่อยมีระเบียบปฏิบัติที่เคร่งครัดนัก เพียงแต่ให้ตระหนักว่าเป็นการสนทนากับพระ ซึ่งเป็นปุชนียบุคคลของสังคม มีเพศ คือ สถานะทางสังคมเหนือกว่าตนเมื่อเข้าไปถึงที่อยู่ของท่าน ควรจะกราบพระพุทธรูปมาที่ประดิษฐานอยู่ในนั้นก่อน แล้วจึงกราบพระสงฆ์ ซึ่งนิยมกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์สำหรับคนที่ต้องแสดงความเคารพอย่างสูง ทุกครั้งที่พูดกับท่านควรพนมมือไหว้ ใช้สรรพนามที่ใช้เรียกตนเอง เช่น “กระผม” “ดิฉัน” โดยมองที่สถานะของพระเป็นต้นกำหนด หากท่านเป็นพระธรรมดา สรรพนามที่เรียกท่านมักนิยมคำว่า “ท่าน” “พระคุณเจ้า” หากเป็นพระที่มีสมณศักดิ์สูงก็อาจจะใช้คำว่า “ใต้เท้า” “พระเดชพระคุณ” “พระคุณ” “เจ้าพระคุณ” สำหรับสมเด็จพระสังฆราชใช้คำว่า “ฝ่าบาท” สรรพนามแทนตนเองใช้คำว่า “กระหม่อม”



เทศบาลตำบลลพบุรี

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

การกราบ นิยมกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๕ คือ หัวเข่า ๒ ฝ่ามือ ๒ และหน้าผาก ๑ ให้จรดลงแนบกับพื้น และกราบ ๓ ครั้ง เมื่อกรานั้น ควรกล่าวคำนมัสการให้จบเสียก่อน จึงค่อยนอบน้อมตัวลงกราบ อย่างนอบน้อมตัวลงในขณะที่กล่าวคำนมัสการยังไม่จบ มิฉะนั้นคำนมัสการจะขาดหายไป และเป็นการกราบที่ไม่พร้อมเพรียงกัน ไม่น่าดู

ขั้นตอนการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์

ขั้นตอนการกราบมีทั้งหมด ๓ ขั้นตอนหลัก คือ อัญชลี (การพนมมือไว้ระหว่างอก) วันทา (การพนมมือจรดศีรษะ) และอภิวาท (การก้มลงกราบ)

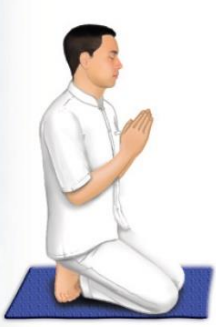

มีที่แตกต่างกัน ๒ แบบคือ สำหรับผู้ชาย เรียกว่า ท่าเทพบุตร และผู้หญิง เรียกว่า ท่าเทพธิดา

ท่านชาย	ท่านหญิง
๑. นั่งชันเข่า ๒. ระหว่างเข่าห่างประมาณ ๑ ฝ่ามือ ๓. นั่งหลังตรง	๑. นั่งคุกเข่าราบ ๒. ระหว่างเข่าห่างประมาณ ๑ ฝ่ามือ ๓. นั่งหลังตรง
	
ท่านชาย นั่งคุกเข่า	ท่านหญิง นั่งคุกเข่าราบ

ขั้นตอนที่ ๒ ทำอัญชลี

ท่านชาย และท่านหญิง

- นำมือทั้ง ๒ มาพนมบริเวณหน้าอก ทำมุมเฉียง ๔๕ องศา
- มือทั้ง ๒ ช่าง อุมเพียงเล็กน้อย ไม่มากจนตุกลม หรือ แพนจนดูแบน เป็นสัญลักษณ์ของดอกบัวที่ใ้บูชาพระ
- นิ้วทั้ง ๕ เรียงชิดติดกัน

	
---	--



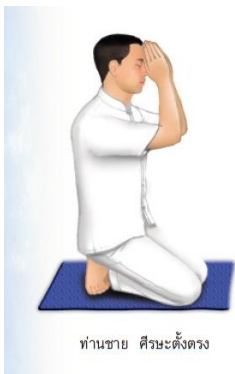
เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

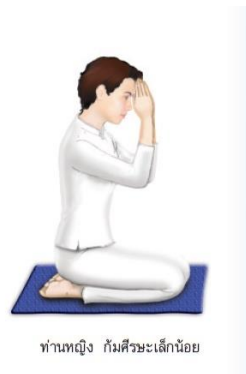
ขั้นตอนที่ ๓ วันทา

ท่านชายและท่านหญิง

- นำมือจรดศีรษะโดย นิ้วชี้จรดประมาณจอนผม นิ้วโป้งจรดประมาณหัวคิ้ว
- ถ้าเป็นฝ่ายชายตั้งตรง ฝ่ายหญิงค้อมคอลงเล็กน้อยประมาณ
- จังหวะที่ใช้ทำวันทานี้ หากใช้ขณะสวดมนต์ จะรองจนจบเท่านั้นๆ เสร็จก่อนจึงค่อยวันทา ยกตัวอย่างเช่น เมื่อ สวดมนต์บูชาพระก็จะรองจนจบ "พุทัง ภาคะวันตัง อภิวาเทมิ" ก่อน จึงค่อยวันทา แล้วเข้าสู่ขั้นตอนที่ ๔ ต่อไป



ท่านชาย ศีรษะตั้งตรง



ท่านหญิง ค้มศีรษะเล็กน้อย

ขั้นตอนที่ ๔ อภิวาท

ท่านชายและท่านหญิง

- กราบโดยอวัยวะทั้ง ๕ ส่วนสัมผัสกับพื้นได้แก่ ฝ่ามือทั้ง ๒ หัวเข่า ๒ หน้าผาก ๑
- ความห่างระหว่างฝ่ามือทั้ง ๒ เท่ากับความกว้างของบริเวณหน้าผาก ไม่กว้าง หรือไม่แคบจนเกินไป

ท่านชาย , ข้อศอกต่อเข่า

ท่านหญิง , ข้อศอกแนบเข่า

๓. อยู่ในท่าค้ำงนั้บประมาณ ๓ วินาที (ช่วงภาพมักจะเก็บภาพในจังหวะนี้) จึงค่อยขึ้นมาอยู่ในท่าอัญชลีเหมือนเดิม

๔. เมื่อกราบครบ ๓ ครั้ง จึงค่อยค้อมศีรษะลงเล็กน้อยแล้วจบด้วยท่าวันทา ถือเป็นารเสร็จแบบอย่างการกราบที่สมบูรณ์



ท่านชาย ข้อศอกต่อกับหัวเข่า



ท่านหญิง ให้ข้อศอกทั้งสองแนบเข่า



เทศบาลตำบลกรูด

อําเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

หลังพักเบรคบ่าย

☞ เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น. บรรยายธรรมหัวข้อ การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม สำหรับ
ผู้ปฏิบัติงาน : ข้าราชการยุคใหม่ ใส่ใจคุณธรรม โดยพระธรรมชาติ เขมรโต





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

การพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

งานด้านคุณธรรม จริยธรรม เป็นงานที่มีความอ่อนไหว ลึกซึ้ง และเข้าถึงได้ยาก กระบวนการพัฒนา ต้องใช้ความละเอียดอ่อน กอปรกับวิธีการที่เรียบง่ายและที่สำคัญต้องสร้างความรู้ความเข้าใจเพื่อให้เกิดการยอมรับและพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการพัฒนาด้วยความเต็มใจ “ความสำเร็จในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมไม่ได้อยู่ที่ได้ทำ (มีเงิน มีคน มีแผน) แต่อยู่ที่ทำแล้วได้อะไร (ได้สร้างคุณค่าให้แก่ตนเอง ผู้อื่น และ ราชการ)”

การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม หมายถึง การทำให้ดีให้เจริญ โดยใช้หลักประพฤติปฏิบัติที่ก่อให้เกิดคุณงามความดี ผู้เขียนนำหลักประพฤติปฏิบัติที่ก่อให้เกิดคุณงามความดี ที่เรียกว่า “หลัก ๔ ก.” มาใช้ในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ซึ่งประกอบด้วย ก.ที่ ๑ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ก.ที่ ๒ หลักการกำกับดูแลองค์กรที่ดี ก.ที่ ๓ หลักการบริหารกิจการบ้านเมืองและสังคมที่ดี และก.ที่ ๔ หลักการจัดการความรู้ และเสริมด้วยหลักการจงใจอันเป็นหลักการเพื่อการรักษาคุณงามความดีให้คงอยู่ โดยหลักประพฤติปฏิบัตินี้จะนำมาบูรณาการให้สอดคล้องกับนโยบายขององค์กร การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ต้องยึด**หลักประพฤติปฏิบัติ**ที่ดีตั้งที่ได้กล่าวมาแล้ว และต้องมี**กลยุทธ์**ที่เหมาะสมกับบริบทขององค์กร และประการสำคัญคือ **บุคลากรขององค์กร** ตั้งแต่ระดับผู้บริหารระดับสูงไปจนถึงเจ้าหน้าที่คนสุดท้ายต้องมีความเข้าใจและยอมรับในบทบาทหน้าที่ของการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ผู้บริหารต้องให้ความสำคัญ สนับสนุนและเป็นแบบอย่าง ผู้ให้การพัฒนาต้องมีความรู้ในหลักการเชิงทฤษฎี มีความเข้าใจในเชิงปฏิบัติ มีความศรัทธาในคุณงามความดี และลงมือทำด้วย “หัวใจ” ที่เต็มเปี่ยมด้วย “ความรัก” ผู้รับการพัฒนาต้องเข้าใจ ยอมรับพร้อมที่จะเข้าสู่การพัฒนาด้วยความสมัครใจ

กลยุทธ์การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม จะต้องดำเนินไปด้วยวิธีที่สร้างสรรค์ เรียบง่าย ไม่เพิ่มภาระงาน และค่อยเป็นค่อยไปในลักษณะการซึมซับเพื่อให้ฝังลึกในจิตใจ ทั้งนี้ ความสำเร็จในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมที่แท้จริงไม่ใช่เพียงแค่การบรรลุเป้าหมายตามที่คาดหวังไว้ แต่ต้องรักษาความมีคุณธรรม จริยธรรมให้คงอยู่และดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง **ปัจจัยแห่งความสำเร็จ**

๑. ความศรัทธาในคุณงามความดี
๒. การให้ความสำคัญ สนับสนุน และการเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้บังคับบัญชา
๓. การมีส่วนร่วมและความเสียสละ
๔. การประพฤติปฏิบัติด้วยจิตสำนึกที่ดี
๕. การธำรงไว้ซึ่งความยั่งยืนในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๑๘.๐๐ น. เป็นต้นไป ฝึกปฏิบัติธรรม นั่งภาวนา ทำวัตรเย็น





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอทาจวนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลต่าบลกรุด

อภากอญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฏร์ธานี





เทศบาลตำบलगู๊ด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

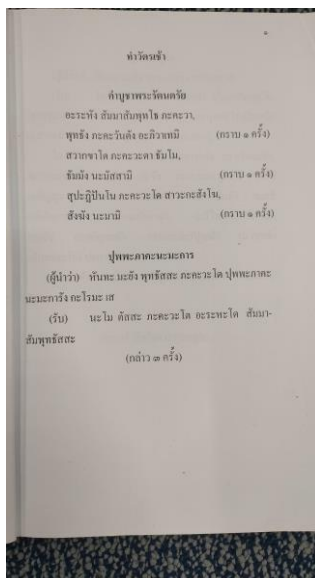
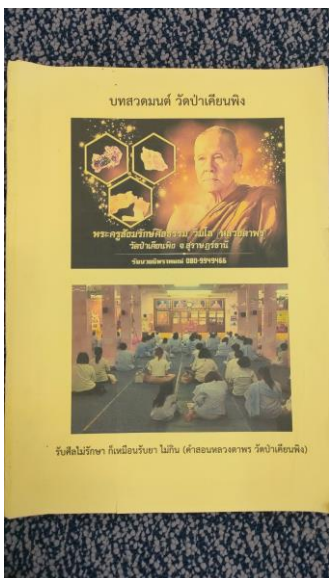
☞ วันเสาร์ ที่ ๑๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ เวลา ๐๕.๐๐ น. - ๐๖.๓๐ น. ทำวัตรเช้า / ธรรมะรับอรุณ





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลต่าบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๐๘.๐๑ น. - ๑๐.๐๐ น. ถวายภัตตาหาร





เทศบาลตำบลดรุฑ

อํเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัตสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๑๐.๐๑ น. - ๑๒.๐๐ น. บรรยายธรรมในหัวข้อ : จริยธรรมสำหรับนักการเมืองและ
เจ้าหน้าที่ของรัฐ (โดยพระธรรมชาติ เขมรโต)





เทศบาลตำบลกรุด

อําเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนาดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

☞ เวลา ๑๓.๐๐ น. เป็นต้นไป สรุปลงและรับการรับฟังความคิดเห็น นายกเทศมนตรีตำบลกรูดกล่าวให้โอวาทและกล่าวปิดการฝึกอบรม





เทศบาลตำบลกรุด

อําเภอทําบองจันทบุรี จังหวัดสุราษฎร์ธานี





เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๖. สรุปความรู้ ประโยชน์ ที่ได้รับจากโครงการในครั้งนี้

แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับผู้นำและภาวะผู้นำ (Leaders and Leadership)

ผู้นำ (Leaders) หมายถึง ผู้ที่สามารถมีอิทธิพลเหนือคนอื่น ได้รับความเคารพนับถือ ความร่วมมือจาก ผู้ใต้บังคับบัญชา

ผู้นำ (Leaders) หมายถึง บุคคลที่เป็นหัวหน้าหน่วยงาน ที่มีบุคคลยอมรับนับถือและเชื่อฟัง ปฏิบัติ ตามที่ผู้นำต้องการ

ผู้นำ (Leaders) หมายถึง ผู้ที่มีลักษณะต่อไปนี้

๑. เป็นศูนย์รวมของพฤติกรรมกลุ่ม
๒. เป็นผู้ที่สามารถนำกลุ่มไปสู่จุดมุ่งหมายที่ต้องการได้
๓. เป็นผู้ที่ได้รับเลือกจากสมาชิกของกลุ่มในสังคมมิติ
๔. เป็นผู้ที่มีอิทธิพลเหนือผู้อื่นในกลุ่มและสามารถทำให้กลุ่ม เกิดการเปลี่ยนแปลง
๕. เป็นผู้ที่มีคุณลักษณะหรือมีพฤติกรรมของความเป็นผู้นำ

ผู้นำ หมายถึง บุคคลต่อไปนี้

๑. บุคคลที่ชี้แนวทางและเป็นผู้ที่มีอิทธิพล หรืออำนาจเหนือคนอื่น
๒. เป็นคนที่มีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะเป็นผู้นำ
๓. บุคคลที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่อย่างเป็นทางการ
๔. บุคคลที่ได้คะแนนสังคมมิติสูงสุด

๑๐ คุณสมบัติสำคัญของผู้นำ

๑. มุ่งมั่นในการทำงาน ผู้นำต้องมีพลังในการทำงาน มุ่งมั่นสู่เป้าหมาย เพื่อขับเคลื่อนทีมให้ กระตือรือร้นไปพร้อม ๆ กัน

๒. สื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้นำที่ดีต้องเป็นนักสื่อสารที่ดีด้วย สื่อสารได้ตรงประเด็น แม่นยำ ไม่อ้อมค้อม ไม่ว่าจะเป็นการชมเชย วิจารณ์เชิงสร้างสรรค์ การบอกเป้าหมายและสิ่งที่ดีควรทำอย่าง ชัดเจน และควรสื่อสารอย่างพอเหมาะพอดี มีการลำดับความสำคัญอย่างเหมาะสม

๓. มอบหมายงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้นำที่ดีไม่ต้องทำอะไรทุกอย่าง เมื่อมอบหมายงาน ให้ทีมหลักสำคัญคือควรทำให้ลูกทีมรู้สึกว่าเขามีความสำคัญ และรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของในงานที่ได้รับ มอบหมายอย่างเต็มที่

๔. เป็นผู้ฟังที่ดี ผู้นำที่ดีจะเป็นผู้ฟังที่ดีด้วย ต้องฟังเป็นและถามเป็น เพื่อที่จะได้ข้อมูลและ เข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นช่วยตอบสนองได้อย่างมีประสิทธิภาพเข้าถึงประเด็นต่าง ๆ ได้รวดเร็วขึ้น

๕. มีระบบและระเบียบ ผู้นำที่มีระบบและระเบียบจะช่วยให้ทุกอย่างชัดเจน ไม่วุ่นวายไม่ สับสน ช่วยให้ทีมงานได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๖. มีส่วนร่วมกับทีมการเป็นผู้นำไม่ใช่การสั่งการหรือควบคุมเท่านั้นแต่ต้องมีส่วนร่วมกับทีม โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่ทีมมีปัญหาหรือต้องการความช่วยเหลือ และที่สำคัญคือต้องแน่ใจว่า ทีมเข้าใจสิ่งที่กำลังทำอยู่ร่วมกัน

๗. เป็นเจ้าของงานและความรับผิดชอบถึงจะมีการแบ่งงานให้ลูกน้องในทีมไปแล้ว แต่ผู้นำยังคงความเป็นเจ้าของงานและความรับผิดชอบอย่างเต็มที่ตลอดเวลา

๘. กล่าวหาและตรงไปตรงมาผู้นำต้องกล้าเผชิญกับปัญหา กล่าวพูดให้ทีมรู้ถึงจุดอ่อนของตัวเอง หรือสิ่งที่งานออกมาไม่ได้อย่างที่คาดหวัง เพื่อที่ทีมจะช่วยแก้ปัญหาค้นคว้าได้ชัดเจนและไม่สับสน

๙. รู้จักลูกทีมผู้นำต้องรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของลูกน้อง และรู้ว่าอะไรบ้างที่ทำให้ทีมทำงานได้ดี ผู้นำควรจะต้องรู้ถึงชีวิตส่วนตัวลูกทีมด้วย เพราะจะช่วยให้เข้าใจและผลักดันได้อย่างเหมาะสม

๑๐. เป็นผู้ตามที่ดีผู้นำที่ดีจะเป็นผู้ตามที่ดีด้วย ด้วยการให้ค่าของทุกคนในทีม สร้างแรงบันดาลใจร่วม ส่งเสริมให้ลูกทีมสื่อสาร ระดมความคิดและเปิดกว้าง เพราะไม่อย่างนั้นผู้นำจะกลายเป็นผู้บังคับบัญชา

สังคหวัตถุ ๔

แปลว่า ธรรมที่เป็นที่ตั้งแห่งการสงเคราะห์กัน, ธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน หมายถึง หลักการครองใจคน, หลักยึดเหนี่ยวใจกันไว้, วิธีทำให้คนรัก, หลักสังคมสงเคราะห์ ซึ่งเป็นเครื่องประสานใจ และเหนี่ยวรั้งใจคนให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ และทำให้อยู่กันด้วยความรักความปรารถนาดีต่อกัน เหมือนลิ่มสลักกรงที่ตรึงตัวรถไว้มิให้ชิ้นส่วนกระจายไป ทำให้รถแล่นไปได้ตามที่ต้องการมีสี่ประการ คือ

ทาน คือ การให้ การเสียสละ การแบ่งปันเพื่อประโยชน์แก่คนอื่น ช่วยปลูกฝังให้เป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัว แบ่งปันกัน (แบ่งปันไปมา) เพียงแค่คิดว่าการให้ทาน จิตใจเราก็รู้สึกสบาย แทนที่จะประพฤติปฏิบัติ ในการใส่บาตรทุกเช้า ใส่บาตรข้าวสารอาหารแห้ง ให้กับพระภิกษุ

ปิยวาจา คือ การพูดจาด้วยถ้อยคำไพเราะอ่อนหวาน จริงใจ ไม่พูดหยาบคายก้าวร้าว พูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์ เหมาะกับกาลเทศะ พูดดีต่อกัน (พูดจาจับใจ) การใช้วาจาเป็นสิ่งที่ดีเลิศ ประเสริฐศรี วาจาเป็นสิ่งที่ทะนุถนอม ความผูกพันให้ถูกเกิดขึ้น เช่นกับวาจา หากใช้วาจาให้ความเดือดร้อน แก่เป็นทุกข์แก่ผู้อื่น วาจาจึงเป็นสิ่งสำคัญ ตัวอย่างเช่น เราทำงานในหน้าที่บริหารประชาชน ให้บริการแก่ชาวบ้านผู้มาติดต่อ หากเราใช้วาจาอันเป็นมิตร ก็พิจารณาใคร่ครวญใช้วาจาให้เป็นทีผู้พินิจให้เป็นกัลยาณมิตร อย่างสม่ำเสมอ

อัตถจริยา คือ ช่วยเหลือกัน (ช่วยกิจการไป) เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นในส่วนรวม ประพฤติ ปฏิบัติในสิ่งที่เป็นส่วนรวมให้เกิดขึ้น สิ่งใดที่เป็นงานสังคม และทำเพื่อส่วนรวม

สมานัตตตา คือ การเป็นผู้มีความสม่ำเสมอ โดยประพฤติตัวให้มีความเสมอต้นเสมอปลาย วางตัวดีต่อกัน (นิสัยเป็นกันเอง) ความไม่ถือตัว ไม่ถือตน องค์กรได้อยู่กันเปรียบเสมือนพี่น้อง ญาติ บุตร พ่อปกครอง ลูก อยู่กันเหมือนพี่ อยู่กันเหมือนน้อง พร้อมทั้งจะปรึกษาหารือ มีกิจการพร้อมที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

ไม่ถือตัวอวดแบ่งผู้บ่อยก็ให้ความเคารพผู้ใหญ่ เชื่อฟังในสิ่งที่ดี มีเหตุมีผล ไม่แบ่งชั้น ไม่เย่อหยิ่ง ช่มเหลง และรังแกกัน

อคติ ๔ ประการ และแนวทางการละอคติ

อคติ ๔ หมายถึง วิธีในทางที่ผิดหรือการดำเนินไปในทางที่ผิด ทั้งนี้ อันเกิดจากทัศนคติหรือความคิดเห็นในทางที่ผิด ซึ่งต่อมากจึงใช้คำให้เข้าใจง่ายเป็น ความลำเอียง หรือ ความไม่เที่ยงธรรม ประกอบด้วย ๔ ประการ คือ

๑. ฉันทาคติ คือ ความลำเอียงเพราะชอบพอ
๒. โทสาคติ คือ ความลำเอียงเพราะโกรธหรือชิงชัง
๓. โมหาคติ คือ ความลำเอียงเพราะหลง หรือ ความลำเอียงเพราะความเขลา
๔. ภยาคติ คือ ความลำเอียงเพราะกลัว

ขรราวาสธรรม ๔ คือ

๑. **สังขะ** คือ ความจริง, ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริง หากนำไปประพฤติปฏิบัติแล้ว ก็ย่อมอยู่อย่างมีความสุข ครอบครองอยู่ด้วยกันอย่างสมบูรณ์ พร้อมทั้งนำไปสู่ความมั่งคั่งได้

๒. **ทมะ** คือ การฝึกฝน, การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดสินใจ แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา ความข่มใจ พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนแก่อริยธรรมสิ่งที่ควรพัฒนา คือการพิจารณาตน การพิจารณากาย พิจารณาวาจา พิจารณาใจ บุคคลที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน

๓. **ขันติ** คือ ความอดทน, ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทานไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย แต่จะต้องอดทนในสิ่งที่เหมาะสม อดทนและมีเป้าหมาย และจะนำผลไปสู่ความสำเร็จ

๔. **จาคะ** คือ ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือ ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว บุคคลที่ควรแบ่งปันคือ ๑ คู่สามี-ภรรยา คือ มอบความเป็นผู้ใหญ่ให้กับภรรยา+แบ่งปัน สำหรับบุตรธิดา ให้ความสำคัญกับบุคคลที่อยู่ในครอบครัว จะทำให้เกิดความสำเร็จ ดังคำสุภาษิตที่ว่า **ธมมจารีสุขุเสตี** หมายถึง “ผู้ประพฤติธรรม ย่อมอยู่เป็นสุข”



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

กฎกระทรวง ๑๑ แบ่งออกเป็น ๓ หมวด ดังนี้

กายกรรม ๓ ประการ (ความสะอาดทางกาย)

๑. ไม่ฆ่าหรือทำลายชีวิตผู้อื่น
๒. ไม่ลักขโมย ไม่เอาทรัพย์สินของผู้อื่นมาเป็นของตน
๓. ไม่ประพฤตินิโคตในกาม

วจีกรรม ๔ ประการ (ความสะอาดทางวาจา)

๔. ไม่พูดเท็จ
๕. ไม่พูดส่อเสียด
๖. ไม่พูดคำหยาบคาย
๗. ไม่พูดเพ้อเจ้อ

มโนกรรม ๓ ประการ (ความสะอาดทางใจ)

๘. ไม่โลภอยากได้ของคนอื่น
๙. ไม่คิดพยาบาทปองร้ายผู้อื่น
๑๐. เห็นชอบตามคลองธรรม

จากความหมายของคำว่า กรรม ดังที่กล่าวมาแล้ว ในพุทธศาสนาจึงแบ่งกรรมออกเป็น ๓ ด้าน คือ

๑. กายกรรม ได้แก่การกระทำทางกาย ดังเช่น การเคลื่อนไหวร่างกาย การใช้ร่างกายทำกิจกรรมต่างๆ

๒. วจีกรรม ได้แก่การกระทำทางวาจา ดังเช่น การพูด การสื่อสาร การเขียนหนังสือ

๓. มโนกรรม ได้แก่ การกระทำทางใจ ดังเช่น ความคิด ความเชื่อ ความเห็น การยึดถือมโนกรรม นี้ในพุทธศาสนาถือว่ามีความสำคัญมาก เพราะมโนกรรมหรือการกระทำทางใจนี้หมายถึง กระบวนการคิดทั้งหมด ตั้งแต่ความคิดนึก การคิดปรุงแต่ง รวมทั้งความเชื่อถือ ความคิดเห็น ทศนคติ ค่านิยม แนวความคิด ทฤษฎี ลัทธิ อุดมการณ์ทั้งหลาย ซึ่งทางพระใช้คำรวมคำเดียวว่า “ทิฏฐิ” เช่น สัมมาทิฏฐิ มิจฉาทิฏฐิ เป็นต้น มโนกรรม คือ ทิฏฐินี้เป็นตัวกำหนดทิศทางและความเป็นไปของสังคม ตลอดจนอารยธรรมของมนุษยชาติทั้งหมด ดังเช่นแนวความคิดที่มุ่งจะพิชิตธรรมชาติ ซึ่งเป็นตัวบันดาลอยู่เบื้องหลังพัฒนาการของอารยธรรมตะวันตกที่เป็นมาจนถึงปัจจุบันแต่สิ่งที่เป็นแกนกลางร่วมกันของกรรมทั้ง ๓ ประการนี้ก็คือเจตจำนง ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า “เจตนาหิ ภิกขเว กम्मํ วทามิ” แปลความได้ว่า เรากล่าวเจตนาว่าเป็นกรรม เจตนาในความหมายว่า เจตจำนง ความตั้งใจคิดหมาย การเลือกตัดสินใจว่าจะเอาอย่างไรในการกระทำ ในการพูดจาสื่อสารและในความคิดทุกกรณีมีเจตจำนงอยู่ ที่แท้กรรมก็คือตัวเจตจำนงนี้เอง และโลกมนุษย์นั้นถือว่าเป็นโลกแห่งเจตจำนง ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นและเป็นไปในโลกมนุษย์



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๑๐ หลักธรรมของพระพุทธเจ้า ที่ชาวพุทธสมควรศึกษา

๑. "อิทธิบาทสี่" ศึกษาเพื่อบ่มเพาะคุณธรรมแห่งความสำเร็จ ไม่สับสนระหว่างฉันทะกับตัณหา คือความรักที่จะลงมือทำและความอยากมี อยากได้ อยากเป็น ผู้เข้าใจอิทธิบาทสี่จะประเมินตนเองได้ว่า สิ่งที่ตนกำลังทำอยู่จะพบกับความสำเร็จได้หรือไม่ เป็นหลักธรรมที่หาค้นคว้าได้ทั่วไป

๒. "ศีลห้า" ศีลห้านี้เป็นหลักธรรมที่เราได้ยินกันบ่อยที่สุด แต่ความจริงแล้ว เป็นเรื่องละเอียดอ่อน มีแง่มุมที่น่าสนใจมากมาย โดยเฉพาะศีลในข้ออาจา งดเว้นการพูดเท็จ ซึ่งในสังคมปัจจุบันทำผิดกันมาก จนกลายเป็นเรื่องธรรมดา ในพระสูตรหนึ่งพระพุทธเจ้าเคยตรัสว่า ผู้ใดก็ตามที่โกหกจนเป็นนิสัย หรือบิดเบือนความจริงจนเป็นนิสัย ทำสิ่งเหล่านี้ได้โดยไม่กระพริบตา บุคคลผู้นั้นย่อมมีอันตรายเพราะมีโอกาสสูงที่จะต้องตกอบายภูมิ ดังนั้น ศีลห้าจึงเป็นคุณธรรมอันยิ่งใหญ่ ที่จะทำให้ชีวิตของตน และสังคมสงบได้ คุณธรรมนี้สามารถศึกษาค้นคว้าได้ทั่วไป

๓. "อริยสัจสี่" อริยสัจสี่นี้เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา เป็นความจริงของชีวิต เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าค้นพบและทำให้พระองค์หลุดพ้น ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค คืออะไร ชาวพุทธทั้งหลาย ไม่ควรสงสัย คลุมเครือ หรือไม่แน่ใจ แต่ควรจะมีใจความเข้าใจ แดกฉาน สามารถตอบคำถามและแนะนำได้ หากมีผู้สงสัย แม้ไม่รู้จักสิ่งนี้ คุณกำลังไม่รู้จักพระพุทธเจ้าของตนเอง หลักธรรมข้อนี้ สามารถศึกษาค้นคว้าได้ทั่วไป

๔. "ขันธห้า" หลักธรรมที่ว่าด้วยเรื่องขันธห้านี้ อาจดูไกลตัวสำหรับคนทั่วไป แต่ที่จริงแล้ว ขันธห้าคือสิ่งที่ทุกคนต้องศึกษาเล่าเรียน เพราะขันธห้านี้เอง ที่เป็นต้นเหตุที่ทำให้เราสำคัญมั่นหมายว่ามีตัวกูของกู พระพุทธเจ้าเคยตรัสว่า มนุษย์ทั้งหลายไม่เคยตื่นขึ้นเลย มนุษย์ล้วนใช้ชีวิตอยู่ในการหลับไหล ก็เพราะไม่รู้เรื่องขันธห้า トラบที่ยังไม่เคยศึกษาเรื่องขันธห้า อย่าพูดเด็ดขาดว่าท่านรู้จักชีวิตของท่านดีแล้ว

๕. "ระบบกรรม" ธรรมเนียมเป็นหนึ่งในกฎธรรมชาติทุกอย่าง ที่พระพุทธเจ้าทรงเลือกมาสั่งสอนชาวโลก ระบบกรรมเป็นระบบที่ยุติธรรมเสมอ ไร้ช่องโหว่ ถ้าเราศึกษาจนเข้าใจ เราจะสามารถตอบคำถามของชีวิตได้อีกหลายอย่าง ระบบกรรมนี้ ไม่ได้ระบุไว้เพียง ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว หากแต่ยังมีรายละเอียดที่ซับซ้อนมากมาย ซึ่งถ้าไม่ศึกษา ก็ไม่มีวันเข้าใจได้จากการคิด วิเคราะห์ด้วยตนเอง เพราะต้องใช้ปัญญาระดับพระพุทธเจ้าเท่านั้น จึงสามารถแยกย่อย ตีแผ่ออกมาได้ แนะนำให้ศึกษาโครงสร้างของกรรม เพราะจะสามารถวิเคราะห์ได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องไปถามใครต่อใครอีกว่า ทำไมเราเกิดมาเป็นแบบนี้ ทำไมต้องพบกับคนนี้ ทำไมมีแต่เรื่องแบบนี้ และจะแก้ไขชีวิตได้อย่างไรให้ดีขึ้น กรรมคืออะไร อาสันนกรรมคืออะไร อาจิณกรรมคืออะไร กตัตตากรรมคืออะไร เหล่านี้คือสิ่งที่ชาวพุทธคนสนใจศึกษาเล่าเรียน



เทศบาลตำบลลพบุรี

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๖. "ภพภูมิและการเวียนว่ายตายเกิด" ในเรื่องภพภูมินี้ แม่คนส่วนใหญ่จะพิสูจน์ให้เห็นด้วยตาไม่ได้ แต่หากไม่ศึกษาค้นคว้าไว้เลย ก็จะเป็นเหตุให้มองโลกผิดไปจากความเป็นจริงอยู่มาก เพราะความรู้ภพภูมินี้ จะทำให้เราเข้าใจว่า เราเองไม่ได้วิเศษวิโสมาจากไหน ไม่ใช่คนยิ่งใหญ่ที่สุด ไม่ใช่คนที่เก่งกาจที่สุด ตรงกันข้าม เรานี้แหละที่เคยเกิดเป็นสัตว์นรก เป็นเปรต เป็นอสุรกาย เป็นสัตว์เดรัจฉานมาแล้วนับไม่ถ้วน เป็นเทวดาก็เป็นมาแล้ว สูงที่สุดก็เคยเป็นมาแล้ว ต่ำที่สุดก็เคยเป็นมาแล้ว ทุกคนเป็นเพียงสัตว์โลกที่เวียนว่ายตายเกิด ไม่มีใครดีไปกว่าใคร ความเข้าใจเรื่องภพภูมินี้ จะทำให้เราสำนึกตนเองว่า เราไม่สมควรประมาทต่อชีวิต อีกทั้งควรมองผู้อื่นดุจกัลยาณมิตร หรือคนในครอบครัว ไม่แบ่งเขา แบ่งเรา ไม่แบ่งชนชั้นวรรณะ กระทบตนต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ ความรู้เรื่องภพภูมินี้ สามารถศึกษาได้จากหนังสือเล่มต่างๆ (ร้านบริเวณท่าพระจันทร์จะมีหนังสือเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาขายอยู่เป็นจำนวนมาก ลองไปหาซื้อมาอ่านได้ตามอัธยาศัย)

๗. "จิตสุดท้าย" หลักธรรมในข้อนี้ ถ้าพูดกันตามตรงอาจเป็นหัวข้อแรกๆ ที่เราควรทำความเข้าใจ เพราะความตายนั้นเป็นสิ่งใกล้ตัวมากกว่าที่คิด วันพรุ่งนี้กับชาติหน้า เราไม่สามารถรู้เลยว่าอะไรจะมาก่อนมาหลัง ในการเวียนว่ายตายเกิดนั้น มีคำว่า "จิตดวงเดียวท่องเที่ยวไป" คุณคนเดียวเท่านั้นที่เกิด คุณคนเดียวเท่านั้นที่ตาย คุณคนเดียวเท่านั้นที่สามารถช่วยเหลือตนเองในนาทีสุดท้ายของชีวิต ความรู้เรื่องจิตสุดท้ายนี้จะทำให้เราเข้าใจว่า เราควรวางจิตก่อนตายอย่างไรเพื่อไม่ต้องเสวยภูมิอยู่ในนรก นรกไม่ได้มีสำหรับคนชั่วเท่านั้น แต่ยังมีไว้สำหรับคนดีที่มีความประมาทด้วย เมื่อศึกษาความรู้เรื่องจิตสุดท้ายแล้ว ขอให้ลองสังเกตอารมณ์ระหว่างวันของตนเองให้ดี การสังเกตอารมณ์ของตนเอง เป็นเหมือนการทำนาย ประเมินผลแบบคร่าวๆ ว่าเมื่อสิ้นภพชาตินี้แล้วเราจะไปเกิดเป็นอะไรต่อ สิ่งนี้ไม่ต้องไปถามใคร ไม่ต้องไปพึ่งหมอดูที่ไหน รู้ได้เป็นปัจเจกตั้งเฉพาะตน ทำอย่างไร ได้อย่างนั้น ฝึกจิตมาอย่างไร เตรียมรับผลแห่งการกระทำไว้ได้เลย

๘. "สติปัฏฐาน ๔" คงเป็นเรื่องตลกไม่น้อย ถ้าเราบอกว่า เราเป็นชาวพุทธแต่เราไม่รู้จักความหมายของคำๆ นี้เลย สติปัฏฐาน ๔ คือหัวใจแห่งการปฏิบัติที่ทำให้มนุษย์ผู้หนึ่งสามารถเอาชนะความทุกข์ได้ ทุกวันนี้เราเล่าเรียนเรื่องความสุขกันมากมาย จากคนที่ยังมีความทุกข์อยู่ ศึกษาจากผู้อื่นแล้วยังไม่หายทุกข์ ก็มาศึกษาจากพระพุทธเจ้าของเราบ้าง สติปัฏฐาน ๔ คืออะไร กาย เวทนา จิต ธรรม คืออะไร ทำไมสติปัฏฐาน ๔ จึงทำให้มนุษย์ธรรมดาๆ ดับทุกข์ได้อย่างถาวร แล้วเราจะเริ่มต้นปฏิบัติในคุณธรรมข้อนี้ได้อย่างไร ต้องบอกว่า สติปัฏฐาน ๔ นี้คือมรดกของพระพุทธเจ้าโดยแท้จริง เป็นสิ่งที่ทำให้ศาสนาพุทธมีความแตกต่างจากศาสนาอื่น หลักธรรมในข้อนี้ ควรหาเวลาปลีกตัวเพื่อศึกษา เบื้องต้นอาจหาดารามาอ่าน ขึ้นต่อไป อาจลองไปศึกษาจากสำนักวิปัสสนาต่างๆ และสุดท้ายควรนำหลักปฏิบัตินี้ มากระทำลงในชีวิตประจำวันด้วย ถ้าทำได้อย่างนี้ เราจะเป็นผู้ที่ได้ชื่อว่า ไม่เสียชาติที่เกิดมาเป็นมนุษย์



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๙. "อานาปานสติ" อานาปานสตินี้ เป็นเอก เป็นทางที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญยิ่ง ชาวพุทธทุกคนควรสนใจศึกษา เพราะปฏิบัติง่าย เราจะได้ไม่ต้องมานั่งพร่ำบ่นว่าไม่มีเวลาปฏิบัติ หายใจที่ไหน ก็ปฏิบัติที่นั่น หยุดหายใจเมื่อไหร่ ก็คือวันที่เสร็จสิ้นการปฏิบัติ อานาปานสตินี้ ผู้ภาวนาบ่อยๆ ความโลภ โกรธ หลง จะน้อยลง พุดง่าย ๆ ว่าจะเป็นคนดีขึ้น จากเป็นคนดีธรรมดาๆ ก็เป็นคนดีที่มีปัญญา เรียกว่ากัลยาณชน จากเป็นกัลยาณชน ก็กลายเป็นอริยบุคคล เป็นพระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ จริงอยู่ตอนนี้เราเป็นเพียงปุถุชนคนธรรมดา แต่มนุษย์เรานั้นเป็นสัตว์โลกที่สามารถพัฒนาจิตใจได้ อายายอมจำนนกับคำว่าปุถุชนเพียงเพราะว่ามันง่าย แต่จงฝึกจิต ฝึกตน ให้มีคุณธรรมที่สูงส่งยิ่งๆ ขึ้นไป ทำได้อย่างนี้ จึงเป็นการลดทอนภพชาติ ไม่ต้องทุกข์ทรมานตลอดกาลยาวนาน คุณธรรมเรื่องอานาปานสตินี้ ศึกษาได้จากหนังสือหลายเล่ม ของท่านพุทธทาสภิกขุ หรือจะหาอ่านโดยตรงจากพระไตรปิฎก หรือครูบาอาจารย์ต่างๆ ก็สุดแล้วแต่ สำคัญที่สุดคือเมื่อศึกษาเล่าเรียนจากตำราและสำนักแล้ว ก็ต้องนำมาปฏิบัติลงในชีวิตประจำวันด้วย

๑๐. "มรรคมืองค์แปด" มรรคมืองค์แปดนี้ เป็นทางสายเอก แปลภาษาชาวบ้านว่า เป็นคู่มือการใช้ชีวิตของผู้ที่ต้องการความเจริญ ใครที่ต้องการความเจริญก็สมควรศึกษา มรรคแปดนี้ มีอยู่ในศาสนาพุทธเท่านั้น ไม่มีอยู่ในศาสนาอื่น ปฏิบัติตามได้น้อย ชีวิตก็เจริญได้น้อย ปฏิบัติตามได้มาก ชีวิตก็เจริญได้มาก ปฏิบัติตามไม่ได้เลย ชีวิตก็ย่อมพบกับความหายนะอย่างไม่ต้องสงสัย คุณธรรมมรรคแปดนี้ เป็นการบริหารจัดการชีวิตแบบองค์รวมทั้งชาตินี้และชาติหน้า และเป็นไปเพื่อพระนิพพานโดยที่สุด เป็นการมองการใช้ชีวิตด้วยวิสัยทัศน์ของคนระดับพระพุทธเจ้า ดังนั้น เราควรจดจำ ท่องบ่นจนคล่องปาก และจัดสรรชีวิตของตนให้มีความสอดคล้องกับหลักมรรคแปด อาชีพแบบไหนดี ความคิดแบบไหนควรคิด อะไรคือความเชื่อ อะไรคือความจริง เราควรพูดแบบไหน คบใคร สมาธิคืออะไร สติคืออะไร สามารถเรียนรู้ได้จากหลักธรรมนี้ทั้งหมด ขึ้นชื่อว่าชาวพุทธ ไม่รู้หลักธรรมข้อนี้ถือเป็นเรื่องน่าอายเป็นที่สุด

*หลักธรรมทั้ง ๑๐ หมวดนี้ เป็นหลักธรรมพื้นฐานที่ชาวพุทธสมควรศึกษา เพราะเป็นหลักธรรมขั้นพื้นฐาน ที่จะทำให้เราสามารถต่อยอดไปศึกษาในสิ่งที่ละเอียดยิ่งๆ ขึ้นไป ชีวิตคือการปฏิบัติธรรมจนถึงที่สุด ผ่านการงาน ครอบครัวยุ และการทำงานที่ ถ้าเราใช้ชีวิตได้อย่างนี้ เราจะกลายเป็นคนทั้งดงามในสายตาของมนุษย์ สัตว์ เทวดา รวมถึงดงามในสายตาของพระพุทธเจ้าด้วย



เทศบาลตำบลกรุด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

พรหมวิหาร ๔

เมตตา : ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับความสุข

ในยามที่ลูกน้องมีความสุข หน้าที่การงานและชีวิตส่วนตัวดำเนินไปได้อย่างราบรื่น เจ้านายก็ควรสนับสนุน ส่งเสริมให้พวกเขาได้มีความสุขกับชีวิตอย่างยั่งยืน คอยหมั่นสังเกตและซักถามความเป็นอยู่ของลูกน้อง จะทำให้พวกเขา รู้สึกว่าหัวหน้าเอาใจใส่และห่วงใยพวกเขาจากใจจริง เกิดเป็นความสัมพันธ์ที่ดีที่จะช่วยส่งเสริมให้การบริหารเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กรุณา : ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้พ้นทุกข์

ในยามที่ลูกน้องประสบปัญหา ไม่ว่าจะ เป็นปัญหาเรื่องงานหรือเรื่องส่วนตัว หัวหน้าก็ควรจะยื่นมือเข้าไปให้ความช่วยเหลือตามความเหมาะสม เวลานั้นเป็นเวลาที่เราต้องการการสนับสนุนมากที่สุด ซึ่งหลายครั้ง สิ่งที่เราต้องการอาจเป็นแค่เพียงคำพูดที่สร้างแรงบันดาลใจหรือคำพูดที่ให้กำลังใจก็เป็นได้ สิ่งที่สำคัญคือ หัวหน้าจะต้องไม่ทอดทิ้งกันในวันที่พวกเขามีปัญหา

มุทิตา : ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี

ในยามที่ลูกน้องประสบความสำเร็จ ทำผลงานได้ดี ได้เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง เจ้านายก็ควรแสดงความยินดีด้วยจากใจจริง อย่างกลัวว่าลูกน้องจะได้ดีขึ้นมาจนเหนือตนเอง แต่กลับควรส่งเสริมอย่างเต็มที่และภาคภูมิใจเสียด้วยซ้ำว่าคนที่ตนเองดูแลมาตั้งแต่ต้นกำลังได้รับความก้าวหน้า เหมาะสมกับความสามารถและความทุ่มเทที่เขามีให้กับองค์กร

อุเบกขา : การรู้จักวางเฉย ทำใจเป็นกลาง ไม่ปฏิบัติเอนเอียงด้วยความรักหรือชัง

อย่างไรก็ตาม ความหวังดีควรมีขอบเขตและตั้งอยู่บนความยุติธรรม มีหลายครั้งที่แม้หัวหน้าอาจจะเกิดความปรารถนาอยากช่วยเหลือลูกน้องในยามที่เดือดร้อน แต่หากสิ่งที่ลูกน้องทำเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น มีการยกยอก คดโกงบริษัท ทำผิดกฎหมาย ในกรณีเช่นนี้ต่อให้เป็นลูกน้องคนสนิทก็ไม่ควรยื่นมือเข้าไปช่วยเหลือ ควรปล่อยให้เขาได้รับผลจากการกระทำไปตามที่ควรจะเป็น

๗. ปัญหา อุปสรรคการดำเนินงาน

- ไม่มี

๘. ข้อมูลสัมภาษณ์/ตอบแบบประเมิน

- สามารถส่งเสริมให้พนักงานในองค์กรได้รับการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม
- สามารถไปใช้ในการปฏิบัติหน้าที่เพื่อประชาชนได้ดี
- สามารถนำแนวทางคำสอนทางพระพุทธศาสนา มาใช้กับการปฏิบัติงาน
- สามารถประยุกต์ ปรับเปลี่ยนเพื่อให้เหมาะสมกับงานที่ปฏิบัติได้
- มีสติเพิ่มขึ้น มีความละเอียด รอบคอบขึ้น สำรวมกายวาจาเพิ่มขึ้น



๙. ข้อเสนอแนะ

อยากให้มีการอบรมในลักษณะนี้อีกครั้งต่อไปเพราะเป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่จะได้ทำ หน้าที่ได้อย่างถูกต้องสมบูรณ์โดยไม่ขัดต่อกฎ หมายและจะเกิดประโยชน์สูงสุดต่อประชาชนในพื้นที่



โครงการฝึกอบรม
"พัฒนาศักยภาพบุคลากรในองค์กรให้มีความรู้
และทักษะที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงาน
ด้วยวิธีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
ที่วัดพระพุทธบาทบัวบก จังหวัดอุดรธานี
๑๕-๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๕

๑๕๐
๑๕๐