



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองการเจ้าหน้าที่ ฝ่ายบุคลากรทางการศึกษา โทร. ๐ ๕๖๘๐ ๓๕๖๙ ต่อ ๑๐๒

ที่ นว ๕๑๐๒๘/ว ๑๒๓

วันที่ ๖ มกราคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอเผยแพร่หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา หลักสูตร “ส่งเสริม คุณธรรมและจริยธรรม
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ และพนักงานจ้าง”

เรียน หัวหน้าสำนักปลัด อบจ., เลขาธิการ อบจ., ผู้อำนวยการกองทุกกอง, หัวหน้าหน่วยตรวจสอบภายใน
และผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย(จирประวัติ)นครสวรรค์

ตามที่องค์การบริหารส่วนจังหวัดนครสวรรค์ ได้อนุมัติโครงการพัฒนาบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครสวรรค์ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ หลักสูตร “ส่งเสริม คุณธรรมและจริยธรรม
ข้าราชการ ลูกจ้างประจำและพนักงานจ้าง” เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรในสังกัดได้รับการพัฒนาทางด้านจิตใจ
สร้างจิตสำนึกที่ดี ประพฤติตนปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของศีลธรรมอันดี สามารถนำหลักธรรมคำสอน
ของพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมถึงการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
และมีความสุข นั้น

ในการนี้ จึงขอเผยแพร่หลักธรรมคำสอนพระพุทธศาสนา ประจำเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๕
ให้กับบุคลากรในสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครสวรรค์ จำนวน ๒ กรณี ดังนี้

หลักคำสอนที่ ๑

อยากเลิก ผัดวันประกันพรุ่ง ทำอย่างไรดี

ง่าย ๆ คือ ต้อง “ทำทันที” มีคนทำวิจัยสรุปออกมาว่า จะให้เราไม่เป็นคนไม่ผัดวันประกันพรุ่ง
แล้วดีนพอกทางหมู คือ อะไรก็ตามที่เราดูแล้วมันไม่ได้ยุ่งยากสามารถทำเสร็จได้ภายใน ๒ นาที ติดต่อใคร
โทรคุยบอกเขาสั่งงานเขา ๒ นาทีไม่เกินเสร็จ แน่ ให้ลงมือทำเลย หรืองานบางชิ้นมาถึง จะส่งข้อความ
ส่งเอกสาร ปรับนั่นแกนี้ นิดหน่อย เสร็จภายใน ๒ นาที ก็ทำเลย เพราะฉะนั้นมันเดี่ยวเดี่ยวทำเลย
พอเป็นอย่างนี้เราจะรู้สึก ว่า ดินที่มันพอกทางหมู มันน้อยลงๆ ตัวเราจะโปร่งเบาขึ้น มีความสุขขึ้นมาอย่างทันที
แล้วทำไม่เกิน ๓ วัน ความรู้สึก อารมณ์เราจะเปลี่ยน กลายเป็นคนสดชื่นกระฉับกระเฉง เห็นอะไรแล้ว
อยากจะทำทันที นิสสัยผัดวันประกันพรุ่ง จะลดลงแล้วหมดไป

หลักคำสอนที่ ๒

เปลี่ยนคนขี้เกียจ เป็นคนสำเร็จ

ข้อที่ ๑ ต้องเห็นประโยชน์ คนเราถ้าให้เห็นประโยชน์จริงๆ อย่างยิ่งยวด รับผิดชอบต่อไม่ขี้เกียจ
ขยันทันที เพราะฉะนั้นถ้าเกิดเราอยากจะปรับตัวเองให้พ้นจากความขี้เกียจ จะต้องตั้งเป้าชีวิตให้สูงส่ง
ต้องเห็นว่าจะทำอย่างไร จะเข้าเป้าต้องเตรียมตัว สร้างปัจจัยเงื่อนไข พร้อมสำหรับความเจริญก้าวหน้า
คนเราบางทีสบายเกินก็ติดสบาย ติดสุขไม่เห็นประโยชน์ ต้องรู้สึกว่ามีอะไร ให้หน้าตาดีหน่อย มีวิถุ
บิณฑ์หน่อยๆ ความขยันขันแข็งก็จะเกิดขึ้นมา

ข้อที่ ๒ เมื่อเราตั้งใจทำอะไร ให้เริ่มลงมือโดยเร็ว อย่าคิดนานเกินไป วิธีการที่ดี คือ เริ่มลงมือ
ทำทันที แล้วความขี้เกียจจะหายไปแล้วงานจะเสร็จ

ข้อที่ ๓ ให้ระวังข้าศึกของความขยัน คืออบายมุข ๖ ข้อ ตีมน้ำเมา, เทียวกลางคืน, ดูการละเล่นเป็นนิจ, เล่นการพนัน, คบคนชั่วเป็นมิตร, และความเกียจคร้านการทำงาน

เราจะเปลี่ยนตัวเองจากคนขี้เกียจ ให้เป็นคนสำเร็จได้ระวังอย่าไปยุ่งกับอบายมุข เราจะเอาชนะความขี้เกียจแล้วเป็นคนที่ประสบความสำเร็จในชีวิตได้

คำสอนจากรายการ “ธรรมะ ๑ นาที” และรายการ “ธรรมะดีดี” โดยพระครูปลัดสุวัฒนโพธิคุณ (พระมหาสมชาย ฐานวุฑโฒ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

จำเอก



(เอกราช กระจะกล)

ผู้อำนวยการกองการเจ้าหน้าที่

หลักคำสอนที่ ๑



รับชมผ่านคลิบวิดีโอ

หลักคำสอนที่ ๒



รับชมผ่านคลิบวิดีโอ