



โครงการค่ายเยาวชนรู่งานสืบสานพระราชดำริ (RDPB Camp) รุ่นที่ ๑๐



สำนักงาน กปร. จัดโครงการ
ค่ายเยาวชนรู่งานสืบสานพระราชดำริ (RDPB Camp) รุ่นที่ ๑๐
ภายใต้ชื่อ “เยาวชนอาสาอนุรักษ์ผืนป่า พัฒนาสายน้ำ สร้างอาชีพอย่างยั่งยืน”
ระหว่างวันจันทร์ที่ ๑๗ - วันอาทิตย์ที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓
ณ ศูนย์ศึกษาการพัฒนาห้วยฮ่องไคร้อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดเชียงใหม่
และโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำรินในพื้นที่ภาคเหนือ

- เลขฯ ฝากบอ
- กิจกรรมโครงการอันเนื่องฯ
- สืบสาน รักษา ต่อยอดฯ



จดหมายข่าว
สำนักงาน

กปร.

ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๒ เดือนมกราคม-มีนาคม ๒๕๖๓

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับโครงการด้านพัฒนาแหล่งน้ำที่ราษฎรทูลเกล้าถวายฎีกาขอพระราชทานความช่วยเหลือ ไว้เป็นโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จำนวน ๒๐ โครงการ และมีพระราชกระแสให้ผู้เกี่ยวข้องดำเนินการให้เป็นระบบ มีแผนและกรอบขอบเขตให้สอดคล้องและมีเป้าหมายที่ตรงกับความต้องการของประชาชน นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณในการพระราชทานความช่วยเหลือแก่ราษฎรในเรื่องแหล่งน้ำเพื่อใช้ในการอุปโภค บริโภค การเกษตร บรรเทาภัยแล้ง อุทกภัย ตลอดจนพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งต่อไป

ด้วยสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ได้แพร่กระจายอย่างรวดเร็วและกว้างขวางไปหลายประเทศทั่วโลก รวมทั้งประเทศไทย ทำให้มีผู้ติดเชื้อและเสียชีวิตเป็นจำนวนมาก ผมขอให้เจ้าหน้าที่สำนักงาน กปร. ดำเนินชีวิตด้วยความมีสติ ปัญญา ระมัดระวังการไปอยู่ในที่ชุมชน และจุดเสี่ยงต่าง ๆ รู้จักป้องกันดูแลตัวเองให้แข็งแรงสมบูรณ์เพื่อสามารถต้านทานต่อสู้กับเชื้อโรคไวรัสโคโรนา-๑๙ ที่จะเข้าสู่ร่างกายได้ หากสงสัยว่ามีอาการขอให้ไปพบแพทย์เพื่อทำการตรวจรักษาทันทีต่อไป และปฏิบัติตามข้อกำหนดเกี่ยวกับการเดินทางเพื่อมิให้เป็นภาระต่อสังคม

เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ สำนักงาน กปร. ได้จัดงานสัมมนาประจำปี เพื่อแถลงผลการดำเนินงานในปี ๒๕๖๒ และกำหนดแผนการดำเนินงานในปี ๒๕๖๓ รวมทั้งเป็นโอกาสที่ผู้บริหารจะชี้แจงสร้างความเข้าใจต่อบุคลากรทั้งหมดของสำนักงาน ผมเห็นว่าในปี ๒๕๖๓ ภารกิจมีแนวโน้มหลากหลายมากขึ้น ดังนั้น การทำงานต้องมีความรวดเร็ว และถูกต้อง ละเอียด รอบคอบมากขึ้น ผมได้มอบแนวนโยบายเรื่องการอยู่ร่วมกัน คือ ต้องมีความสามัคคี มีระเบียบวินัย ความโปร่งใส มีความซื่อสัตย์สุจริต การให้อภัยกันและกัน การตรงต่อเวลา และเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง เป็นสิ่งที่ผมอยากให้ทุกคนรักษาเอาไว้และขอให้ทุกคนนำไปปฏิบัติ

เรื่องที่ผมให้ความสำคัญลำดับต่อมา คือ ผมได้กำหนดนโยบายให้ทุกสำนัก/กอง/ศูนย์/กลุ่ม นำระบบสารบรรณอิเล็กทรอนิกส์ (e-Saraban) มาใช้งานในระดับบุคคลให้ครอบคลุมภายในปีงบประมาณ ๒๕๖๓ นี้ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน เป็นการปฏิรูปองค์การสู่ระบบราชการ ๔.๐ ทั้งในด้านการพัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐ ด้านการพัฒนาระบบเทคโนโลยีดิจิทัล ด้านการส่งเสริมพัฒนาศักยภาพบุคลากรในการปฏิบัติงาน การลดปริมาณเอกสาร และประหยัดงบประมาณ

เรื่องที่ผมให้ความสำคัญตลอดมา คือ การฝึกอบรมพัฒนาองค์ความรู้และเครือข่าย โดยในปีนี้ได้จัดทำโครงการค่ายเยาวชน ฐานสืบสานพระราชดำริ (RDPB CAMP) เป็นรุ่นที่ ๑๐ ดำเนินการ ในเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ ให้กลุ่มเยาวชนรุ่นใหม่จากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ที่สนใจเข้ามาเรียนรู้หลักการพัฒนาตามแนวพระราชดำริ และฝึกปฏิบัติจริงให้ได้ประสบการณ์ตรงในพื้นที่ ณ ศูนย์ศึกษาการพัฒนาห้วยฮ่องไคร้อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดเชียงใหม่ และพื้นที่ตัวอย่างความสำเร็จของปราชญ์ชาวบ้าน หรือเกษตรกรต้นแบบ เพื่อเป็นพลัง เครือข่ายขับเคลื่อนการพัฒนาตัวเอง ครอบครัว ชุมชน ท้องถิ่น และประเทศชาติต่อไป

จากนโยบายต่าง ๆ และการดำเนินงานที่ผ่านมา นับเป็นโอกาสอันดีที่พวกเราจะได้ร่วมมือร่วมใจดำเนินการโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ และเผยแพร่องค์ความรู้ตามแนวพระราชดำริ ให้แก่ภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชนต่อไป

นายตฤชา สินธวานนท์
เลขาธิการ กปร.



ระบบงบประมาณและติดตามความก้าวหน้าโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (e-Project)

โดย ศูนย์สารสนเทศ

สำนักงาน กปร. มีพันธกิจหลักในการศึกษา วิเคราะห์และจัดทำแผนงานเกี่ยวกับโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ รวมทั้งพิจารณาเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดสรรงบประมาณเพื่อดำเนินโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ตลอดจนการติดตามประเมินผลการดำเนินงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของหน่วยงานที่ได้งบประมาณสนับสนุนในแต่ละปีงบประมาณ ซึ่งสำนักงาน กปร. มีการใช้ระบบฐานข้อมูลโครงการที่รวบรวมข้อมูลโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริที่ได้พัฒนาใช้งานตั้งแต่ปีงบประมาณ ๒๕๕๘ ชื่อว่า “ระบบงบประมาณและติดตามความก้าวหน้าโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ หรือ e-project” ซึ่งมีผู้ใช้งานประกอบด้วย

๑. กองแผนงานและวิเทศสัมพันธ์ผู้รับผิดชอบหลักงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริในภาพรวมของสำนักงาน กปร. ดำเนินการนำข้อมูลโครงการฯ เข้าตั้งแต่ประธาน กปร. (นายกรัฐมนตรี) ได้ลงนามอนุมัติโครงการ และบันทึกข้อมูลหลังจากที่สำนักงบประมาณพิจารณาเงินงวด
๒. ผู้แทนหน่วยงานที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนในโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริจะต้องมีการรายงานความก้าวหน้าโครงการฯ ผ่านระบบฯ รายไตรมาสนับตั้งแต่การได้รับเงินงวด
๓. เจ้าหน้าที่ของกองประสานงานโครงการฯ ทั้ง ๔ พื้นที่ของสำนักงาน กปร. ที่ทำหน้าที่วิเคราะห์โครงการฯ สามารถใช้ระบบฯ เป็นเกณฑ์ในการพิจารณา เพื่อลดความซ้ำซ้อนของโครงการฯ
๔. ผู้บริหารสามารถติดตามการใช้เงินงบประมาณ (งบกลาง) พร้อมรายงานสรุปในภาพรวม และสามารถติดตามผลความก้าวหน้าการดำเนินงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของแต่ละหน่วยงานได้อีกด้วย



ระบบงบประมาณและติดตามโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (e-Project)

โครงการหลัก โครงการ กิจกรรม/แผนงาน ติดตามผลการดำเนินงาน รายงาน - ข้อมูลพื้นฐาน - ออกจากระบบ

จำนวนสรุปโครงการ ในภาพรวม

โครงการหลัก: ร้อยหล่ม, ประเภทพื้นที่: ร้อยหล่ม, ภาว: ร้อยหล่ม, ประเภทโครงการ: ร้อยหล่ม, ประเภทพระราชดำริ: ร้อยหล่ม, จังหวัด: ร้อยหล่ม

รายงานสรุปโครงการฯ ในภาพรวม

โครงการ	จำนวนโครงการ/พื้นที่	จำนวนงบฯ (ล้านบาท)	งบฯ อนุมัติ	งบฯ อนุมัติ (งบฯ, งบฯ)	งบฯ อนุมัติ (งบฯ, งบฯ)
2563	77	27	1,130,589,712	1,070,020,130	54,284,082
2562	205	55	2,961,397,397	2,652,565,131	2,623,212,513
2561	211	57	3,005,229,380	2,676,900,585	2,570,660,686
2560	229	48	3,006,328,909	2,552,181,004	2,478,333,884

รายงานสรุปโครงการฯ

โครงการหลัก: ร้อยหล่ม, ประเภทพื้นที่: ร้อยหล่ม, ภาว: ร้อยหล่ม, ประเภทโครงการ: ร้อยหล่ม, ประเภทพระราชดำริ: ร้อยหล่ม, จังหวัด: ร้อยหล่ม, ปีงบประมาณ: 2563

รายงานสรุปโครงการฯ ในภาพรวม

โครงการ	ประเภทโครงการ	ปีงบประมาณ	งบฯ อนุมัติ	งบฯ อนุมัติ (งบฯ, งบฯ)	งบฯ อนุมัติ (งบฯ, งบฯ)
ภาคใต้ - จังหวัดนครศรีธรรมราช - อำเภอทุ่งตะกร๋อง - ตำบลทุ่งตะกร๋อง - หมู่บ้านทุ่งตะกร๋อง	พระราชดำริ	2563	-	-	รายงานสรุปโครงการฯ
ภาคใต้ - จังหวัดนครศรีธรรมราช - อำเภอทุ่งตะกร๋อง - ตำบลทุ่งตะกร๋อง - หมู่บ้านทุ่งตะกร๋อง	พระราชดำริ	2563	-	-	รายงานสรุปโครงการฯ
ภาคใต้ - จังหวัดนครศรีธรรมราช - อำเภอทุ่งตะกร๋อง - ตำบลทุ่งตะกร๋อง - หมู่บ้านทุ่งตะกร๋อง	พระราชดำริ	2563	-	-	รายงานสรุปโครงการฯ
ภาคใต้ - จังหวัดนครศรีธรรมราช - อำเภอทุ่งตะกร๋อง - ตำบลทุ่งตะกร๋อง - หมู่บ้านทุ่งตะกร๋อง	พระราชดำริ	2563	-	-	รายงานสรุปโครงการฯ
ภาคใต้ - จังหวัดนครศรีธรรมราช - อำเภอทุ่งตะกร๋อง - ตำบลทุ่งตะกร๋อง - หมู่บ้านทุ่งตะกร๋อง	พระราชดำริ	2563	-	-	รายงานสรุปโครงการฯ

รายงานสรุปโครงการฯ

โครงการหลัก: ร้อยหล่ม, ประเภทพื้นที่: ร้อยหล่ม, ภาว: ร้อยหล่ม, ประเภทโครงการ: ร้อยหล่ม, ประเภทพระราชดำริ: ร้อยหล่ม, จังหวัด: ร้อยหล่ม, ปีงบประมาณ: 2563

กราฟโครงการแยกตามสถานะ

สถานะ	จำนวนโครงการ
อนุมัติ	36
งบฯ อนุมัติ	0
งบฯ อนุมัติ	32
งบฯ อนุมัติ	0
รวม	68

ระบบ e-project ได้พัฒนาในรูปแบบ Web Application เพื่อเป็นเครื่องมือช่วยอำนวยความสะดวก และยังเป็นคลังข้อมูลโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริได้อีกทางหนึ่งด้วย ซึ่งสำนักงาน กปร. ได้อบรมการใช้งานระบบฯ มาอย่างต่อเนื่อง โดยในครั้งแรกได้จัดอบรมการใช้งานระบบฯ เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙ โดยมีผู้แทนจากกรมชลประทานส่วนกลางและสำนักชลประทานที่ ๑ - ๑๗ เป็นหน่วยงานนำร่อง และในปีงบประมาณ ๒๕๖๒ ศูนย์สารสนเทศ (ศสท.) ร่วมกับกองแผนงานและวิเทศสัมพันธ์ (กพว.) จัดประชุมชี้แจงทำความเข้าใจกับหน่วยงานที่ขอรับสนับสนุนงบประมาณเป็นประจำ

ในปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ได้จัดฝึกอบรมการใช้งานระบบฯ อีก ๒ ครั้ง ครั้งแรกอบรมให้แก่หน่วยงานที่เสนอขอรับงบประมาณจากสำนักงาน กปร. เป็นประจำ ซึ่งได้รับการชี้แจงและอบรมแล้ว สามารถรายงานผลการดำเนินงานในปี ๒๕๖๒ เป็นรายไตรมาสได้เอง และนำปัญหาที่พบจากการทดลองระบบฯ มาสอบถามกันในห้องอบรม ครั้งที่ ๒ อบรมให้แก่หน่วยงานที่มีการเสนอขอรับสนับสนุนงบประมาณไม่บ่อยครั้ง เมื่อได้ทดลองใส่ข้อมูล เอกสารแนบและรูปภาพเพิ่มเติมในห้องอบรมแล้ว ได้แจ้งปัญหาที่พบให้ทราบทันที ซึ่ง กพว. และ ศสท. ได้ร่วมกันตอบข้อซักถามและร่วมแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และหลาย ๆ หน่วยงานได้นำข้อมูลโครงการฯ ที่อยู่ในความรับผิดชอบมาทดลองใส่ในระบบ เพื่อทราบปัญหาบางหน่วยงานยินดีที่จะให้ข้อมูลลงปกติเพื่อให้ กพว. ตรวจสอบจำนวนโครงการฯ อีกด้วย

จากการอบรมการใช้งานฯ ได้ข้อสรุปเป็นแนวทางปฏิบัติงานร่วมกัน คือ สำนักงาน กปร. ขอความร่วมมือจากหน่วยงานที่ขอรับสนับสนุนงบประมาณฯ เมื่อได้รับการจัดสรรงบประมาณจากสำนักงบประมาณแล้ว ขอให้รายงานผลการดำเนินงานผ่านระบบ e-project เป็นรายไตรมาสแทนการรายงานเป็นกระดาษแบบเดิม ซึ่งมีข้อตกลงว่าจะทำการรายงานผลภายใน ๑๕ วัน นับจากวันสิ้นสุดของไตรมาสนั้น พร้อมทั้งรายงานต่อเนื่องจนกว่าโครงการฯ จะเสร็จสิ้น โดยเริ่มดำเนินการทดสอบข้อมูลนำเข้าของปีงบประมาณ ๒๕๖๒ และให้ทุกหน่วยงานเริ่มดำเนินการรายงานผลในระบบฯ ทั้งหมด ไม่มีการรายงานเป็นเอกสารกระดาษตั้งแต่ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

ในส่วนของการกำหนดสิทธิ์ผู้ใช้งานระบบ ๑ กรม จะได้รับ ๑ Username-Password ซึ่งมีสิทธิ์ในการนำเข้า/แก้ไข/ตรวจสอบสถานะโครงการฯ ทั้งหมดที่อยู่ในความรับผิดชอบของกรม และสามารถแก้ไขข้อมูลได้ ยกเว้นหน่วยงานที่ขอรับการสนับสนุนเป็นประจำ เช่น กรมชลประทาน ซึ่งมีโครงการพัฒนาแหล่งน้ำจำนวนมาก จึงกำหนดสิทธิ์ให้แก่หน่วยงานระดับสำนักชลประทานที่ ๑ - ๑๗ ให้สามารถทำการรายงานผลได้ โดยส่วนกลางของกรมชลประทาน (กองประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริหรือกองแผนงานฯ) สามารถเข้ามาตรวจสอบสถานะและแก้ไขข้อมูลของสำนักชลประทานที่ ๑ - ๑๗ ได้ และได้ขอความร่วมมือให้ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ทั้ง ๖ ศูนย์ สามารถเข้ามารายงานผลรายไตรมาสได้เอง (เดิมกรมเป็นผู้รายงานผล) โดยกรมสามารถเข้าตรวจสอบสถานะและแก้ไขข้อมูลศูนย์ศึกษาฯ ได้เช่นเดิม และเพื่อประสิทธิภาพในการประสานงานโครงการฯ และสอบถามข้อมูลหรือแก้ไขปัญหาการใช้งานระบบ ศสท. และ กพว. ได้ตั้งกลุ่ม Line ไว้โดยเฉพาะโดยใช้ชื่อว่า “e-Project กปร.” อีกด้วย

โครงการพัฒนาจิต เพื่อชีวิตที่สมดุล ตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

โดย ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต

สภาพสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อประชาชนคนไทยก่อให้เกิดอาการเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจ เนื่องจากไม่สามารถปรับตัวได้ทัน โดยรับรู้ได้จากสถานการณ์ความรุนแรงและคดีความต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และจากผลการสำรวจสถานการณ์ด้านคุณธรรม จริยธรรมของสังคมไทย ปี ๒๕๖๑ ของศูนย์คุณธรรม (องค์การมหาชน) พบว่า ปัญหาทางร่างกายของคนไทยส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคหลอดเลือดสมอง ตามลำดับ และปัญหาทางด้านจิตใจ คือ ด้านความซื่อสัตย์สุจริต ด้านการทุจริตคอร์รัปชัน ด้านจิตสำนึกสาธารณะ ด้านวัตถุนิยม และด้านการขาดระเบียบวินัยตามลำดับ ซึ่งสภาพปัญหาสุขภาพทางร่างกายและจิตใจดังกล่าวส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมที่รุนแรง และส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและการปฏิบัติงานที่ไม่มีประสิทธิภาพอีกด้วย

จากสถานการณ์ดังกล่าว สำนักงาน กปร. ซึ่งเป็นหน่วยงานสนองงานพระราชดำริ มองเห็นความสำคัญถึงการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจ และคุณธรรม จริยธรรม เพื่อให้การปฏิบัติงาน

สนองพระราชดำริได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยนำหลักธรรมมาเป็นหลักคิด หลักปฏิบัติ เพื่อก่อให้เกิดความสมดุลของชีวิตและการทำงาน (Work-life Balance) และส่งเสริม/สนับสนุนสุขภาวะที่ดีแก่เจ้าหน้าที่สำนักงาน กปร. และผู้นำ ๘ ชุมชนโดยรอบสำนักงาน กปร. อีกทั้ง เป็นการขับเคลื่อนสำนักงาน กปร. ไปสู่องค์กรแห่งความสุขตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และส่งเสริมให้ผู้นำชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการขยายผลไปสู่ประชาชนในชุมชนโดยรอบสำนักงาน กปร. ตามหลักบวร (บ้าน วัด ภาครัฐ/โรงเรียน) อีกด้วย

“โครงการพัฒนาจิต เพื่อชีวิตที่สมดุล ตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” จัดขึ้นเมื่อวันอังคารที่ ๗ มกราคม ๒๕๖๓ ณ สำนักงาน กปร. โดยนางสาวอุศนี ธูปทอง รองเลขาธิการ กปร. เป็นประธานเปิดโครงการฯ กิจกรรมแบ่งออกเป็น ๒ ช่วง คือ ช่วงแรกเป็นการเรียนรู้ “อยู่อย่างไร ให้มีความสุข แบบยั่งยืน” โดยพระอาจารย์มนต์ธัช อธิปัญญา พระวิปัสสนาจารย์ วัดชลประทานรังสฤษฎ์ กล่าวถึงสุขภาวะองค์รวม คือ ร่างกายคนเรามีความสัมพันธ์กับจิตใจ คนจะสุขหรือทุกข์อยู่ที่ตัวและใจของตัวเอง ในทางพระพุทธศาสนากล่าวถึง





การเจ็บป่วยมีอยู่ ๓ ข้อ คือ โรคทางกาย โรคทางใจ และโรคทางจิตวิญญาณ ซึ่งโรคทางจิตวิญญาณนี้ บางทีไม่ได้ป่วยที่จิตใจ แต่กลับเป็นโรคทางจิตวิญญาณที่ซับซ้อนอยู่ภายใน เมื่อความซับซ้อนภายในส่งผลกระตุ้นออกมาภายนอกจนเกิดความเคียดชัง กลายเป็นความประทุติ หรือพฤติกรรมอาการต่าง ๆ จะปรากฏก็ต่อเมื่อความโลภในจิตใจกำเริบ เมื่อกำเริบแล้วความสุขก็จะหายไป เพราะความโลภ ความอยากมี อยากได้ ทำให้คนไม่มีความสุขเพราะยังไม่พอใจต่อกิเลส

ความยั่งยืนจะเกิดขึ้นได้นั้น จิตใจของคนนั้นจะต้องไม่คิดเล็กคิดน้อย ต้องระวางความคิดของตัวเอง ดังคำที่ว่า “จงระวางความคิด เพราะความคิดคือการกระทำ จงระวางการกระทำ เพราะการกระทำ จะกลายเป็นความเคียดชัง จงระวางความเคียดชัง เพราะความเคียดชัง จะกลายเป็นนิสัย จงระวางนิสัย เพราะนิสัยจะกลายเป็นสันดาน จงระวางสันดาน เพราะสันดานจะเป็นตัวกำหนดชะตากรรมของเรา ไปตลอดชีวิต คนที่รู้ดี รู้ชะตาตนก็คือ ตัวเรา”



ความสุข ถ้ามนุษย์มี ๕ ดี ได้แก่ คิดดี พูดดี ทำดี คบคนดี ไปสู่สถานที่ดี ชีวิตก็จะมีความสุข นอกจากนี้แล้ว มนุษย์ยังต้องมีพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เป็นหลักธรรมประจำใจให้ตนดำรงชีวิตได้อย่างประเสริฐและบริสุทธิ์ เป็นแนวธรรมเนียมปฏิบัติของผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ทุกคน

เศรษฐกิจพอเพียง คือ การรู้จักพอประมาณในตน ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ประัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจะเป็นหลักที่ทำให้เราอยู่รอดปลอดภัย พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ไม่ได้ให้เราขอความช่วยเหลือจากใคร ให้พึ่งพาอาศัยตนเอง เราเป็นมนุษย์เงินเดือนเราต้องบริหารเงินเดือนให้มีประสิทธิภาพ ไม่สร้างภาระหนี้สิน ของที่ไม่จำเป็นอย่าซื้อ ในภาวะเศรษฐกิจแบบนี้ ต้องคิดให้รอบคอบ ถ้าเรารู้จักประมาณตนเอง ก็จะพบหนทางแห่งความสุขอย่างยั่งยืนได้

สำหรับกิจกรรม ในช่วงที่สองเป็นการฝึกสมาธิบำบัด SKT โดย รศ.ดร.สมพร กันทรดุษฎี เตรียมชัยศรี อธิการบดีประจำภาควิชา





พยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล สมานธิบำบัด SKT เป็นการผสมผสานแนวคิดและทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ จิตวิทยา สังคมศาสตร์ และศาสนศาสตร์ที่อาศัยการเชื่อมโยงของการปฏิบัติสมาธิกับการทำงานของระบบประสาท และการควบคุมประสาทสัมผัสเข้าด้วยกัน และวิธีการนี้ได้มีการทดลองเยียวยารักษาผู้ป่วยมานานกว่า ๒๐ ปี และผลจากการศึกษาวิจัยพบว่า สมานธิบำบัด SKT สามารถควบคุมและฝึกระบบประสาทสัมผัสทั้ง ๖ ได้แก่ หู ตา จมูก ลิ้น การสัมผัส การเคลื่อนไหวที่มีผลต่อการทำงานของระบบประสาท ส่วนกลาง ระบบประสาทส่วนปลาย ระบบประสาทอัตโนมัติ ระบบอารมณ์ และพฤติกรรม ระบบภูมิคุ้มกันต้านทานในร่างกาย ระบบไหลเวียนของเลือด และปรากฏการณ์เหนือวิทยาศาสตร์ระบบอื่น ๆ ในร่างกาย ซึ่งวิธีการฝึกสมาธิแบบ SKT จะช่วยพัฒนาร่างกายให้สามารถเยียวยาตัวเองได้ สามารถบำบัดและรักษาโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ อย่างได้ผล โดยอาศัยหลักการสำคัญคือ การปรับความสมดุลระหว่างร่างกายกับจิตใจ

นอกจากนี้ สมานธิบำบัดยังมีประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เช่น ๑) ทำให้ใจสบาย ไม่เครียด มีความสุข ผ่องใส ๒) หายหวาดกลัว หายกระวนกระวายโดยไม่จำเป็น ๓) นอนหลับง่าย ไม่ฝันร้าย ๔) กระจับกระจ่าง ว่องไว รู้จักเลือกและตัดสินใจเหมาะสมแก่สถานการณ์ ๕) มีความแน่วแน่ในจุดหมาย มีความใฝ่สัมฤทธิ์สูง ๖) มีสติสัมปชัญญะดี

รู้เท่าทันปรากฏการณ์และยับยั้งใจได้ดี ๗) มีประสิทธิภาพในการทำงาน ทำกิจกรรมสำเร็จด้วยดี ๘) ส่งเสริมสมรรถภาพมันสมอง เรียนหนังสือเก่ง ความจำดีเยี่ยม และ ๙) เกื้อกูลต่อสุขภาพร่างกาย เช่น ชะลอความแก่ หรืออ่อนกว่าวัย และยังมีประโยชน์ในด้านการพัฒนาบุคลิกภาพสำหรับผู้ฝึกสมาธิบำบัดเป็นประจำจะมีบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา เช่น ๑) มีบุคลิกหนักแน่น เข้มแข็ง ๒) มีความสงบ เยือกเย็น ไม่ฉุนเฉียวเกรี้ยวโกรธ ๓) มีความสุภาพ นิ่มนวล ท่าทีมีเมตตากรุณา ๔) สดใส สดชื่น เบิกบาน ๕) สง่า งามอง น่าเกรงขาม ๖) มีความมั่นคงทางอารมณ์ ๗) กระจับกระจ่าง ไม่เชื่องซึม และ ๘) พร้อมเผชิญเหตุการณ์ต่าง ๆ แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ฉับไว

ดังนั้น การฝึกสมาธิบำบัด (SKT) จึงเปรียบเสมือนการรักษาโรคโดยเริ่มที่จิตใจ ใช้ใจรักษากาย เพราะสาเหตุของโรคมักพบว่ามีอำนาจเหนือกว่ากาย (จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว) การฝึกสมาธิบำบัดจึงเป็นการฝึกจิตที่มีอยู่ในกายเพื่อให้ร่างกายได้รับการผ่อนคลาย และเป็นวิธีการที่ช่วยแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างตรงจุดที่ส่งผลต่อร่างกาย ทำให้สุขภาพกายและสุขภาพใจดี สำหรับสิ่งสำคัญในการฝึกสมาธิบำบัดคือความตั้งใจ ความเพียรพยายาม ความศรัทธา ความอดทน และความสม่ำเสมอ เมื่อผู้ใดฝึกปฏิบัติเป็นประจำก็จะส่งผลให้มีจิตใจที่สงบเป็นสมาธิ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับการดำเนินชีวิตแบบไม่ประมาท เพราะคุณภาพชีวิตที่ดีย่อมส่งผลให้คุณภาพงานออกมาดีด้วย

สืบสาน รักษา ต่อยอด... สร้างสุขปวงประชา (ตอนที่ ๑๒)

Nurture, Conserve and Extend: Legacy for the Happiness of the People (Part 12)

โดย กลุ่มวิเทศสัมพันธ์ กองแผนงานและวิเทศสัมพันธ์

พระปฐมบรมราชโองการในรัชกาลที่ ๑ - ๕ The First Royal Command of King Rama I – King Rama V

ในพระราชพิธีบรมราชาภิเษกของพระมหากษัตริย์ไทยนั้น พระมหากษัตริย์ทุกพระองค์แห่งราชวงศ์จักรีจะทรงกล่าวพระปฐมบรมราชโองการ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงพระราชปณิธานในการปกครองบ้านเมืองของแต่ละพระองค์ และยังสะท้อนให้เห็นถึงการสืบสานแนวทางการพัฒนาประเทศเพื่อความผาสุกของอาณาประชาราษฎร์โดยเสมอมา

Upon completion of the Crowning and Investiture procedures of the Royal Coronation Ceremony in the Chakri dynasty tradition, the King gives the first Royal Command. Oath in ruling the country which reflects the determination of each king to follow the legacies of the previous kings for the happiness of the people.

พระปฐมบรมราชโองการ

พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช พ.ศ. ๒๓๒๘

“...พรรณพฤกษ ชลธิ์ แลสิ่งของในแผ่นดิน ทั่วเขตพระนคร ซึ่งหาผู้หวงแหนมิได้นั้น ตามแต่สมณชีพราหมณาจารย์ราชครูปรารณาเถิด...”

พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย วันที่ ๑๗ กันยายน พ.ศ. ๒๓๕๒

“แต่บรรดาพฤกษาและแม่น้ำใหญ่ น้อย แลสิ่งของทั้งปวง ซึ่งมีในแผ่นดิน ทั่วขอบเขตแดนพระนคร ซึ่งหาเจ้าของหวงแหนมิได้ ให้พระราชทานแก่ สมณะพราหมณ อณาประชาราษฎร์ทั้งปวง ตามแต่ปรารณาเถิด”

พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๓๖๗

“เจ้าพระยา และพระยา ของซึ่งถวายทั้งนี้ จงจัดแจงบำรุงไว้ให้ดี จะได้รับรักษาแผ่นดิน”

พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๓๙๔

“พรรณพฤกษ ชลธิ์ แลสิ่งของในแผ่นดิน ทั่วเขตพระนคร ซึ่งหาผู้หวงแหนมิได้นั้น ตามแต่สมณชีพราหมณาจารย์ราชครูจะปรารณาเถิด”

พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว

วันที่ ๑๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๑๑ (ครั้งแรก)

“แต่บรรดาที่ไม่มีเจ้าของผลไม้ทั้งนี้ ในหัวยลหารตรงท่ากัศิ ตามแต่สมณพราหมณาจารย์ อาณาประชาราษฎร์จะมาแต่จตุรทิศต่างๆ ตามแต่จะปรารณา”

วันที่ ๑๖ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๑๖ (ครั้งหลัง)

“ครั้งนี้ท่านทั้งปวงพร้อมใจกัน ยอมให้เราเป็นเจ้าครองราชสมบัติได้รับมรดกภิเษก เป็นใหญ่ในสยามราชภูมิจักรณนี้แล้ว เราขออนุญาตยอมให้ โดยธรรมิกราชประเพณี พรรณพฤกษชลธิ์ในสยามราชภูมิจักรณนี้ ซึ่งไม่มีเจ้าของหวงแหนนั้น ตามแต่ สมณพราหมณาจารย์ ประชาษฎร์ทั้งปวงจะปรารณาใช้สอยเทอญ ฯ”

The First Royal Command

His Majesty King Buddha Yod Fa Chulalok (Rama I) in 1785

“Plants and trees, streams and rivers; and various items scattered throughout the Kingdom, if they do not belong to anybody, then let all the monks, Brahmins and people decide what to do with them...”

His Majesty King Buddha Lert La Nabhalai (Rama II) on 17 September 1809

“Concerning all plants and trees in the land, streams and rivers; and items around the realm of the kingdom that have no people to care for them, these are to be given to monks, Brahmins and the general public, as they desire.”

His Majesty King Phra Nang Klao (Rama III) on 1 August 1824

“To Chao Phrayas and Phrayas, all the treasures presented in this ceremony, may you all look after them well in order to maintain our land.”

His Majesty King Mongkut (Rama IV) on 15 May 1851

“Plants and trees, streams and rivers; and various items scattered throughout the Kingdom, if they do not belong to anybody, let all the monks, Brahmins and all people decide what to do with them...”

His Majesty King Chulalongkorn (Rama V)

in the first coronation on 12 November 1868

“Plants and trees, streams and rivers; and various items scattered throughout the Kingdom, if they do not belong to anybody, let all the monks, Brahmins, and all people from the four cardinal directions of compass decide what to do with them...”

in the second coronation on 16 November 1873

“Now that all of you together grant me accession to the throne and anoint me to rule the Kingdom of Siam, I give permission by the tradition of Dhamma, concerning all plants and trees, streams and rivers in the Kingdom of Siam, if they do not belong to anybody, let all the monks, Brahmins and all people do what they wish with them...”



พบเห็นการทุจริตหรือประพฤติมิชอบ หรือประสงค์แสดงความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะการปฏิบัติราชการกรุณาแจ้งไปยังศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต (ศปท.) นางสาวจุไรรัตน์ อินทร์โต (ผู้อำนวยการศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต) โทรศัพท์ ๐-๒๔๔๗-๘๕๐๐ ต่อ ๑๓๑ โทรสาร ๐-๒๔๔๗-๘๕๔๕ E-mail: anticorrupt.rdpb@gmail.com ที่อยู่: สำนักงาน กปร. ๒๐๑๒ ซอยอรุณอมรินทร์ ๓๖ ถนนอรุณอมรินทร์ แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ Website: www.rdpb.go.th

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเป็นช่องทางสื่อสารภายในองค์กร และภายนอกองค์กรเกี่ยวกับการดำเนินโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
๒. เพื่อเผยแพร่นโยบาย กฎ ระเบียบ ข่าวดสาร ความรู้ ประสบการณ์ รวมทั้งกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับเจ้าหน้าที่ของสำนักงาน กปร. เจ้าหน้าที่ศูนย์การศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ และหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

จัดทำโดย

กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (สำนักงาน กปร.)

๒๐๑๒ ซอยอรุณอมรินทร์ ๓๖ ถนนอรุณอมรินทร์ แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๔๔๗-๘๕๐๐-๖ ต่อ ๑๐๒ และ ๑๒๕ โทรสาร ๐-๒๔๔๗-๘๕๔๕

พิมพ์ที่ บริษัท จุดทอง จำกัด