



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองบริหารทรัพยากรบุคคล กลุ่มงานวินัย โทรศัพท์ ๐ ๒๙๕๖ ๒๑๓๗ - ๘

ที่ รง ๐๖๐๗/ว.๐๖๗๐

วันที่ ๒๐ เมษายน ๒๕๖๔

เรื่อง โครงการเสริมสร้างธรรมาภิบาล ป้องกันและลดความเสี่ยงในการเกิดทุจริตและประพฤติมิชอบ

เรียน ที่ปรึกษาด้านประสิทธิภาพฯ รองเลขาธิการ ผู้ตรวจราชการกรม ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านประกันสังคม ผู้อำนวยการสำนัก เลขาธิการกรม ผู้อำนวยการกอง สปส.กทม.พื้นที่ ศูนย์ กลุ่ม และประกันสังคมจังหวัด

ตามที่สำนักงานประกันสังคมได้ดำเนินกิจกรรมโครงการเสริมสร้างธรรมาภิบาล ป้องกันและลดความเสี่ยงในการเกิดทุจริตและประพฤติมิชอบ พ.ศ. ๒๕๖๔ โดยมีวัตถุประสงค์สร้างองค์ความรู้ และส่งเสริมให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของสำนักงานประกันสังคม ประพฤติตนปฏิบัติตามหลักคุณธรรม จริยธรรม และความซื่อสัตย์สุจริตและให้มีจรรยาและค่านิยมที่ดีในการปฏิบัติหน้าที่ เพื่อเป็นการป้องกันปราบปรามการทุจริต ประพฤติมิชอบ ป้องกันผลประโยชน์ทับซ้อน และเป็นมาตรการในการต่อต้านการทุจริต ซึ่งประกอบไปด้วยกิจกรรมเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างวินัย และการป้องกันผลประโยชน์ทับซ้อน แก่บุคลากร สอดแทรกความรู้ ความเข้าใจเรื่องวินัย การป้องกันผลประโยชน์ทับซ้อนในโครงการฝึกอบรม เจ้าหน้าที่ และการปฏิบัติธรรม และเนื่องจากเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) ทำให้เกิดผลกระทบต่อการจัดกิจกรรมการปฏิบัติธรรม จึงต้องปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมดังกล่าว โดยการเผยแพร่บทความธรรมะในการปฏิบัติงานให้ข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ของสำนักงานประกันสังคม นั้น

กองบริหารทรัพยากรบุคคล จึงขอแจ้งเวียนบทความธรรมะในการปฏิบัติงาน ฉบับที่ ๔/๒๕๖๔ เพื่อเผยแพร่หลักธรรมะให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของสำนักงานประกันสังคม ปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เรืออากาศเอกหญิง

(ศุภพร อยู่วัฒนา)

ผู้อำนวยการกองบริหารทรัพยากรบุคคล



อริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ หลักคำสอนเรื่องอริยสัจ ๔ เป็นคำสอนที่สำคัญที่สุด
เรื่องหนึ่งของพระพุทธศาสนา ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

๑. **ทุกข์** คือ ความจริงว่าด้วยทุกข์ คนทุกคนต่างก็เคยพบกับความทุกข์ หรือประสบปัญหาบางอย่างมาแล้วทั้งนั้น เช่น คนตกงานก็เป็นทุกข์ เศรษฐกิจไม่ดีรายได้ไม่เพียงพอ คนจนก็เป็นทุกข์ เพราะไม่มีสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งความทุกข์ และปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นอาจมีได้ทุกขณะเราจะต้องไม่ประมาท และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาทุกเรื่อง
๒. **สมุทัย** คือ ความจริงว่าด้วยเหตุแห่งทุกข์ ความทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับคนนั้นย่อมเกิดจากสาเหตุบางอย่าง มิได้เกิดขึ้นลอยๆ ดังพุทธดำรัสว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนั้นจึงมี เพราะสิ่งนี้เกิด สิ่งนั้นจึงเกิด” เช่น นักเรียนที่สอบตกอาจเป็นเพราะสาเหตุเดียวคือการอ่านหนังสือ เศรษฐีที่หาเงินได้ยังไม่มากพอตามที่ตนต้องการ ซึ่งสาเหตุของความทุกข์นั้น คือความอยากที่เกินพอดี ซึ่งเรียกว่า ตัณหา มี ๓ อย่างคือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา
๓. **นิโรธ** คือ ความจริงว่าด้วยความดับทุกข์ กล่าวคือ ความทุกข์นั้นเกิดได้ก็ดับได้ เมื่อความทุกข์เกิดจากสาเหตุ ถ้าเราดับสาเหตุนั้นเสีย ความทุกข์นั้นก็ย่อมดับไปด้วย ดังพุทธดำรัสว่า “เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนั้นก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ” ความทุกข์หรือปัญหาของคนเรานั้น เมื่อเกิดแล้วก็จะไม่คงอยู่อย่างนั้นเป็นนิรันดร์ แต่อยู่ในวิสัย ที่เราสามารถจะแก้ไขได้ไม่ช้าก็เร็ว ไม่มากก็น้อย และอยู่ที่ว่ามีความตั้งใจจริงที่จะแก้ไขหรือไม่

หมวดธรรมที่ว่าด้วยนิโรธ ได้แก่ นิพพาน คำว่า “นิพพาน” แปลว่า ดับเย็น นิพพานในพระพุทธศาสนา มีนัยที่ต้องพิจารณาอย่างละเอียดอยู่ ๓ อย่างคือ

๑. การสิ้นกิเลส หรือการดับกิเลส เรียกว่า นิพพาน
 ๒. ผลที่เกิดขึ้นเป็นความสงบปราศจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือภาวะที่ปราศจากความทุกข์ อันเกิดจากการสิ้นกิเลสตนเอง เป็นตัวนิพพาน
 ๓. ธรรมชาติอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ดับของกิเลสและเป็นสภาพที่มีอยู่นิรันดร์ เมื่อใครปฏิบัติหรือลูถึง กิเลสของบุคคลนั้นก็ดับไป ธรรมชาติอันนี้ถูกจัดว่าเป็นนิพพาน หรือบางทีก็เรียกว่า “นิพพานธาตุ”
๔. **มรรค** คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ หรือหมดปัญหาต่างๆ โดยสิ้นเชิง มีองค์ประกอบ ๘ ประการ ได้แก่
๑. เห็นชอบ (สัมมาทิฐิ) คือ เห็นสิ่งต่างๆ ตามที่เป็นจริง
 ๒. ดำริชอบ (สัมมาสังกัปปะ) คือ ไม่ลุ่มหลงมัวเมาด้วยความสุขทางกาย ไม่พยายาและไม่คิดทำร้ายผู้อื่น
 ๓. เจรจาชอบ (สัมมาวาจา) คือ การไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ และไม่พูดเพ้อเจ้อ
 ๔. การกระทำชอบ (สัมมากัมมันตะ) คือ ไม่ทำลายชีวิต ไม่ลักขโมย ไม่ประพฤตินิสัยผิดทางกาม
 ๕. เลี้ยงชีวิตชอบ (สัมมาอาชีวะ) คือ การทำมาหากินด้วยอาชีพที่สุจริต ไม่คดโกง ไม่หลอกลวง ไม่ทำกิจการในสิ่งที่เป็นผลร้ายต่อคนทั่วไป
 ๖. พยายามชอบ (สัมมาวายะมะ) คือ ความพยายามที่จะป้องกันมิให้ความชั่วเกิดขึ้น ความพยายามที่จะกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป
 ๗. ระลึกชอบ (สัมมาสติ) ความหลงไม่ลืม รู้ตัวอยู่เสมอว่ากำลังเห็นสิ่งต่างๆ ตามที่เป็นจริง
 ๘. ตั้งจิตมั่นชอบ (สัมมาสมาธิ) คือ การที่สามารถตั้งจิตใจให้จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้นาน

บอกเล่าปัญหา กับ อริยสัจ ๔ = ความจริงอันประเสริฐ

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| ๑. ทุกข์ = เข้าใจว่าปัญหาคืออะไร | ๒. สมุทัย = ค้นหาสาเหตุของทุกข์ |
| ๓. นิโรธ = สภาวะดับทุกข์ | ๔. มรรค = หาวิธีการดับทุกข์ |