

องคควาสมร

เรื่องการส่งเสริมการทำความดี

กิจกรรมเรื่องเล่าความดี



จัดทำโดย

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร Strong จัดพอเพียงต้านทุจริต
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส
ของสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567





คำนำ

ในชีวิตประจำวัน เราทุกคนล้วนมีโอกาสได้พบเจอกับเรื่องราวดีๆ เรื่องราวที่สร้างแรงบันดาลใจ เรื่องราวที่สะท้อนให้เห็นถึงพลังแห่งความดีเรื่องเล่าความดี เปรียบเสมือนแสงสว่างที่นำทาง ช่วยให้เรามองเห็นคุณค่าของการช่วยเหลือ การเห็นอกเห็นใจ และแบ่งปันการเล่าเรื่องราวดีๆ เปรียบเสมือนการส่งต่อเมล็ดพันธุ์แห่งความดี เมล็ดพันธุ์ที่จะเติบโตงอกงาม กลายเป็นต้นไม้ใหญ่ที่แผ่กิ่งก้านสาขา ให้ร่มเงาและสร้างความร่มเย็นแก่ผู้อื่น เรื่องราวเหล่านี้ล้วนเป็นแรงบันดาลใจ กระตุ้นให้เราอยากทำความดี อยากช่วยเหลือผู้อื่น อยากสร้างสังคมให้น่าอยู่ สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารได้รวบรวมเรื่องเล่าความดีจากหลากหลายแง่มุมของบุคลากรภายในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร จะช่วยสร้างแรงบันดาลใจให้ทุกคนอยากทำความดี อยากช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป

สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567



สารบัญ

คำนำ	ก
บทที่ 1 กระบวนการส่งเสริมความดี	4
ภายในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	
1.1 หลักการและเหตุผล	4
1.2 ความหมาย “ความดี”	4
1.3 “องค์ประกอบคนดี”	4
1.4 กระบวนการส่งเสริม “กิจกรรมเรื่องเล่าความดี”	5
1.5 การดำเนินการภายในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	5
บทที่ 2 เรื่องเล่าความดี บุคลากรสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	6
1. นายประจักษ์ สมลา นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ “เรื่องเล่าความดี ซื่อสัตย์”	7
2. นางสาวพนมวัน อินริย์ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี พอเพียง”	9
3. นายพิชชา พุ่มชูศรี นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี วินัย”	10
4. นายเฉลิมชัย อรุณศิริ เจ้าพนักงานเครื่องคอมพิวเตอร์ปฏิบัติงาน “เรื่องเล่าความดี สุจริต”	11
5. นางสาวกัลยา แพงสาย นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ “เรื่องเล่าความดี จิตอาสา”	13
6. นายณรงค์ศักดิ์ วีระกิจพานิช นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี กตัญญู”	15
7. นายชวลิต อริยพันธ์พิทักษ์ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี พักหน้าผัดคิดเงินเพิ่ม”	16
8. นางสาวภัทราพร อารีย์ชน วิทยากรชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี มองว่าโง่ แต่มีความสุข”	17
9. นายสมชาย ชัยเชษฐ์ดำรงกุล นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ “เรื่องเล่าความดี บริจาคโลหิต = ให้”	18
10. กนกกร โพธิ์สุนทร นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ “เรื่องเล่าความดี ความกตัญญูของฉัน”	19
บทที่ 3 ความดีที่ได้กระทำ /ประโยชน์ที่ได้รับ	21
บรรณานุกรม	22
ภาคผนวก	



บทที่ 1

กระบวนการส่งเสริมความดี

1.1 หลักการและเหตุผล

ด้วยแผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖ - ๒๕๗๐) เป็นแผนระดับที่ ๓ ที่เป็นแผนการพัฒนาเชิงประเด็น (Issue based) และสอดคล้องกับแผน ๓ ระดับ โดยสานต่อหลักแนวคิดในการส่งเสริมคุณธรรมจากแผนแม่บทส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๕๙ - ๒๕๖๕) ซึ่งแผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖ - ๒๕๗๐) มุ่งเน้นการพัฒนาคนทุกช่วงวัยให้มีความรู้และทักษะชีวิตอันมีคุณธรรมเป็นองค์ประกอบ มุ่งพัฒนาให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีคุณภาพ เข้มแข็ง มีภูมิคุ้มกัน สามารถแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญ ในปัจจุบันและปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต มีแนวทางการปลูกจิตสำนึกและปรับเปลี่ยนค่านิยมให้คนไทยมีพฤติกรรมที่สะท้อนการมีคุณธรรม น้อมนำหลักธรรมทางศาสนา ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และรักษาสืบสานวิถีชีวิตวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม รวมทั้งปฏิบัติตนตามคุณธรรมที่ 5 ประการ "พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู" สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริต ต่อไป

1.2 ความดี หมายถึง คุณลักษณะที่พึงประสงค์เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม โดยทั่วไปแล้ว ความดีมักสอดคล้องกับคุณธรรม จริยธรรม และกฎหมาย

"ความดี" เป็นคำที่มีความหมายกว้างขวาง ขึ้นอยู่กับบริบท มุมมอง และค่านิยมของแต่ละบุคคล แต่โดยทั่วไป "ความดี" หมายถึง

- การกระทำที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ต่อสังคม และต่อโลก: เช่น การช่วยเหลือผู้ยากไร้ การบริจาค การทำงานอาสาสมัคร การรักษาสัตว์เลี้ยง
- การกระทำที่สอดคล้องกับหลักคุณธรรม จริยธรรม และกฎหมาย: เช่น การพูดความจริง การไม่เบียดเบียนผู้อื่น การเคารพกฎหมาย
- การกระทำที่มีเจตนาดี บริสุทธิ์ใจ : เช่น การทำด้วยความตั้งใจ โดยไม่หวังผลตอบแทน

1.3 องค์ประกอบของความดี

ความดี มักประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญดังนี้

- ความซื่อสัตย์ : พูดความจริง ไม่โกหก ไม่คดโกง
- ความโปร่งใส : เปิดเผยข้อมูล ตรวจสอบได้ ไม่มีการปิดบัง
- ความยุติธรรม : ปฏิบัติต่อทุกคนอย่างเท่าเทียม ไม่เลือกปฏิบัติ
- ความรับผิดชอบ : ตระหนักถึงหน้าที่ รับผิดชอบต่อผลการกระทำของตนเอง
- ความเมตตา : เห็นอกเห็นใจ ช่วยเหลือผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทน
- ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ : แบ่งปัน เสียสละ เพื่อประโยชน์ส่วนรวม
- ความอดทน: อดกลั้น รอคอย ไม่ทำถอย
- ความกตัญญู: รู้คุณ ตอบแทนบุญคุณ
- ความเสียสละ: ยอมสละส่วนตัว เพื่อประโยชน์ส่วนรวม



คุณธรรม หมายถึง หลักเกณฑ์มาตรฐานหรือกฎที่กำหนดขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ มุ่งเน้นไปที่ความถูกต้องเหมาะสมและเป็นธรรม

จริยธรรม หมายถึง หลักความประพฤติหรือความถูกต้องเหมาะสมที่ควรยึดถือโดยมุ่งเน้นไปที่ ความดีงาม ความถูกต้อง และความรับผิดชอบต่อสังคม

ความโปร่งใส หมายถึง ความเปิดเผยตรวจสอบได้ไม่มีการปกปิด มุ่งเน้นไปที่การเปิดเผยข้อมูล ข่าวสารกิจกรรมหรือการดำเนินงานต่างๆ อย่างตรงไปตรงมา

ความสัมพันธ์ระหว่างความดี คุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส

ความดี มักเกิดขึ้นจากการยึดถือคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส

คุณธรรม เป็นรากฐานสำคัญในการสร้างความดี และความโปร่งใส

จริยธรรม เป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ มุ่งเน้นไปที่ความดีงาม ความถูกต้องและความรับผิดชอบต่อสังคม ซึ่งสอดคล้องกับความโปร่งใส

ความโปร่งใส ช่วยส่งเสริมให้เกิดความดี คุณธรรม และจริยธรรม

ดังนั้น ความดี คุณธรรม จริยธรรมและความโปร่งใส ล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้อง และส่งเสริมซึ่งกันและกัน การยึดถือคุณธรรม จริยธรรมและความโปร่งใส จะนำไปสู่ความดีและสังคมที่ดีงาม

1.4 กระบวนการส่งเสริม “กิจกรรมเรื่องเล่าความดี” ของสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

สร้างกระบวนการรับรู้ ความเข้าใจให้กับบุคลากรสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ในการขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร โดยวิธีการจัดประชุม สร้างความรู้ความเข้าใจ /องค์ความรู้ในการสร้างความเข้าใจให้กับบุคลากรในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

1.5 การดำเนินการภายในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร จัดประชุมสร้างความรู้ ความเข้าใจให้กับบุคลากรในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และประชาสัมพันธ์เชิญชวน ให้บุคลากรในสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร เข้าร่วม “กิจกรรมเรื่องเล่าความดี” เพื่อขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรม โดยส่งเรื่องเล่าความดี คนละ 1 เรื่อง พร้อม ทั้งเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ผ่านช่องทางออนไลน์ต่างๆ เช่น Facebook สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร Line หรือ สื่อสังคมออนไลน์ต่างๆ และวิธีการอื่นๆ ตามความเหมาะสม

แนวทางการทำความดี และ “กิจกรรมเรื่องเล่าความดี”

- เริ่มต้นจากตนเอง : ทุกคนสามารถทำความดีได้ โดยเริ่มต้นจากสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ในชีวิตประจำวัน

- คิดดี: คิดสิ่งที่ดี คิดบวก มองโลกในแง่ดี

- พูดดี: พูดคำพูดที่ดี สร้างสรรค์ ไม่พูดคำหยาบคาย หรือคำพูดที่ทำร้ายผู้อื่น

- ทำดี: ลงมือทำความดี ช่วยเหลือผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทน

- ส่งเสริมให้ผู้อื่นทำความดี: บอกต่อ ชักชวน สนับสนุน ให้ผู้อื่นทำความดี



บทที่ 2

เรื่องเล่าความดี “บุคลากรสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร”

สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร จัดประชุมภายในเพื่อให้ทราบแนวทางการเขียนเรื่องเล่าความดี เชิญชวนให้บุคลากรทุกคนมีส่วนร่วม พร้อมทั้งการกำหนดกติกา ข้อตกลง เพื่อมอบของรางวัลให้สำหรับบุคลากรผู้ส่งเรื่องเล่าความดี เพื่อเป็นการเผยแพร่การกระทำที่เป็นต้นแบบทางด้านคุณธรรมให้กับบุคลากรอื่นที่ได้พบเห็น

โดยคณะกรรมการขับเคลื่อนองค์กร Strong ของสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ได้พิจารณาและคัดเลือกผลงานที่ผ่านคัดเลือก 10 เรื่อง ดังนี้

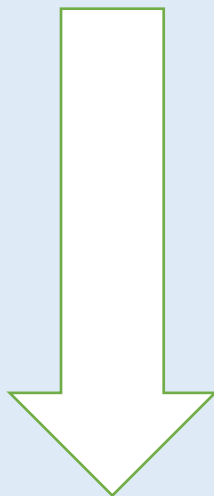
1. นายประจักษ์ สมลา นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ “เรื่องเล่าความดี ชื่อสัตย์”
2. นางสาวพนมวัน อินริย์ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี พอเพียง”
3. นายพิชชา พุ่มชูศรี นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี วินัย”
4. นายเฉลิมชัย อรุณศิริ เจ้าพนักงานเครื่องคอมพิวเตอร์ปฏิบัติงาน “เรื่องเล่าความดี สุจริต”
5. นางสาวกัลยา แพงสาย นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ “เรื่องเล่าความดี จิตอาสา”
6. นายณรงค์ศักดิ์ วีระกิจพานิช นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี กตัญญู”
7. นายชวลิต อริย์พันธ์พิทักษ์ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ

“เรื่องเล่าความดี พักหน้าผิดคิดเงินเพิ่ม”

8. นางสาวภัทราพร อารีย์ชน วิทยากรชำนาญการ “เรื่องเล่าความดี มองว่าโง่ แต่มีความสุข”
9. นายสมชาย ชัยเชษฐดำรงกุล นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ

“เรื่องเล่าความดี บริจาคโลหิต = ให้”

10. กนกกร โพธิ์สุนทร นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ “เรื่องเล่าความดี ความกตัญญูของฉันทัน”





เรื่องเล่าความดี “นายประจักษ์ สมลา” นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ความซื่อสัตย์

ผมชื่อประจักษ์ สมลา ชื่อเล่น “ก้อง” ไม่ใช่ก้องห้วยไร่ นะคับ?? เรื่องเล่าที่ผมจะเล่า อาจจะฟังดูแล้วต้องใช้จินตนาการร่วมด้วยคับ มาเริ่มจากความหมายของ คำนี้ ... ความซื่อสัตย์ เป็นคุณสมบัติที่สำคัญและมีคุณค่าอย่างยิ่งในสังคม ปัจจุบันตำแหน่งงานของผม คือ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

ภารกิจหน้าที่ในการปฏิบัติงานโดยทั่วไปให้คำแนะนำ คำปรึกษาาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศในการใช้ระบบแอปพลิเคชัน (Application) ในวงงานรัฐสภา ให้บริการแก่สมาชิกวุฒิสภา (สว.) ปฏิบัติงานด้วยความซื่อสัตย์ โปร่งใส บริการด้วยคุณธรรมและจริยธรรม โดยมีได้มุ่งหวังสิ่งตอบแทนใด ผมมั่นใจว่าความซื่อสัตย์ในการให้บริการเป็นหัวใจที่สำคัญประการหนึ่งในความรู้สึกรับรองของผม จึงอยากเล่าสู่กันฟังว่าผมได้ไปพบเหตุการณ์มาเมื่อวันที่ให้บริการสมาชิกหน้าห้องประชุม เมื่อวันที่ 22 มกราคม 2567 สมาชิกวุฒิสภา (สว.) ท่านหนึ่ง ได้มาใช้บริการให้ผมทำเครื่องโทรศัพท์มือถือยี่ห้อ iPhone ซึ่งเป็นเครื่องเก่ามาหลายปี แต่ท่านสมาชิกท่านนี้จะต้องนำเครื่องโทรศัพท์มือถือเข้าระบบออนไลน์ พอเห็นเครื่องผมรู้สึกกังวล “เกาขนาดนี้ซื้อใหม่ดีไหม (คิดในใจนะคับ)” แต่ก็รับเครื่องมาด้วยความเต็มใจ ใช้เวลาอยู่นาน ท่านสมาชิกเดินกลับมารับเครื่องโทรศัพท์และเริ่มทดลองเข้าระบบ ผลปรากฏว่า!!!! เครื่องยังสามารถใช้งานได้ ผมดีใจมาก ท่านสมาชิกก็ดีใจ พร้อมทั้งยื่นเงินให้ผมจำนวนหนึ่ง ผมตกใจแล้วก็ตอบกลับท่านไปว่า “ขอบคุณท่านมากคับที่เมตตาผม ผมทำด้วยความเต็มใจคับ” (อึ้ง++ในใจคิดว่า ไม่เกิน 3,000 บาท น่าจะรับได้ ล้อเล่นนะคับ)



ด้านความซื่อสัตย์ (อาจจะฟังดูหลงตัวเองมาก) ทั้งในเรื่องการทำงาน การใช้ชีวิตส่วนตัว และการปฏิบัติต่อผู้อื่น ความซื่อสัตย์ของผมไม่เพียงแต่เป็นคุณธรรมส่วนบุคคลเท่านั้น แต่ยังเป็นสิ่งที่สร้างความเชื่อมั่นและไว้วางใจในความสัมพันธ์ต่างๆ รอบตัวได้

ในด้านการทำงานผมเป็นบุคคลที่ยึดมั่นในหลักความถูกต้องและความยุติธรรม ทุกครั้งที่ได้รับมอบหมายงานผมจะทำงานด้วยความรอบคอบและตั้งใจเต็มที่ เพื่อให้ผลงานออกมาดีที่สุดในเชิงประสิทธิผล ในหน้าที่ ความซื่อสัตย์ในงานนั้นสะท้อนให้เห็นในความโปร่งใสในการดำเนินงานและการรายงานผลอย่างตรงไปตรงมา สิ่งนี้ทำให้เพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาไว้วางใจและเชื่อถือในตัวผมเสมอ

ด้านชีวิตส่วนตัวผมยังคงรักษาความซื่อสัตย์อย่างมั่นคง ไม่เคยเอาไรต์เอาเปรียบผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อยหรือเรื่องใหญ่ ผมมักจะรักษาคำพูดและคำสัญญาที่ให้ไว้กับผู้อื่นเสมอ เพราะผมตระหนักและเข้าใจว่าความซื่อสัตย์เป็นรากฐานสำคัญของความสัมพันธ์ที่ดีและยั่งยืน การที่ผมมีความซื่อสัตย์นั้นทำให้คนรอบข้างรู้สึกมั่นใจและเชื่อถือได้

นอกจากนั้น ผมยังแสดงถึงความซื่อสัตย์ในด้านการปฏิบัติต่อผู้อื่น โดยคำนึงถึงความเป็นธรรมและไม่ลำเอียงในการตัดสินใจ ไม่ว่าจะเป็นการให้คำปรึกษาหรือการช่วยเหลือเพื่อนร่วมงาน ผมแสดงความจริงใจและโปร่งใสในทุกๆ การกระทำ การปฏิบัติเช่นนี้ทำให้เพื่อนร่วมงานให้ความรักและผมรู้สึกได้ถึงความเป็นที่รักและนับถือจากคนรอบข้าง ทั้งเพื่อน ครอบครัว และเพื่อนร่วมงาน



ในสังคมที่เต็มไปด้วยการเปลี่ยนแปลงและความไม่แน่นอน ความซื่อสัตย์ของผมเป็นสิ่งที่ทำให้ผมมีความโดดเด่นและเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเพื่อนร่วมงานได้ การรักษาความซื่อสัตย์เป็นสิ่งที่ท้าทายและมีคุณค่าอย่างยิ่ง ผมปฏิบัติตนให้เป็นตัวอย่างที่ชัดเจนว่าการปฏิบัติตนด้วยความซื่อสัตย์สามารถสร้างความเชื่อมั่นและความไว้วางใจจากผู้อื่นได้อย่างไร้ขอบเขต

สุดท้ายนี้ ความซื่อสัตย์ของผมไม่เพียงแต่เป็นคุณสมบัติที่น่าชื่นชม แต่ยังเป็นแรงบันดาลใจให้กับคนรอบข้างในการปฏิบัติตนตามหลักความถูกต้องและความยุติธรรม การที่ผมสามารถรักษาความซื่อสัตย์ในทุกด้านของชีวิตได้นั้นเป็นสิ่งที่ยืนยันได้ว่าความซื่อสัตย์คือคุณธรรมที่ควรค่าแก่การรักษาและยึดมั่นในทุกสถานการณ์ “ก้อง ประจักษ์ สมลา” “ที่ไม่ใช่ ก้องห้วยไร่ นะครับ” จบ





เรื่องเล่าความดี นางสาวพนมวัน อินริย์



นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

“ความพอเพียง”

ดิฉัน ขอเรียกแทนตัวเอง ว่า “หน้อย” หากจะให้เล่าเรื่องความดี หน้อยขอถ่ายทอดเกี่ยวกับความพอเพียง หน้อยยึดถือเป็นหลักการที่สำคัญในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะการดำรงชีพอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและเต็มไปด้วยการแข่งขัน นับวันอาหารการกินแต่ละมื้อมีค่าใช้จ่ายจำนวนมาก จึงศึกษาวิถีการใช้ชีวิตแบบคนเมือง แต่ต้องอยู่ให้รอดแบบไม่อดอยาก ซึ่งหน้อยค้นพบความพอเพียงที่เหมาะสมกับตัวเองได้คือ การปลูกผักพืชสวนครัวเป็นกิน เช่น กระเพรา โหระพา ตะไคร้ ต้นหอม มะนาว มะกรูด พริก เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ ถ้าเรามีไว้ก็สามารถประหยัดไปได้ไม่มากนัก การดำเนินชีวิตตามหลักความพอเพียง ไม่ว่าจะเป็นการปลูกผักพืชสวนครัว หรือนำหลักความพอเพียงมา ร่วมกับการบริหารจัดการการเงิน การใช้ทรัพยากร หรือการมีความสุขในสิ่งที่มีอยู่ หลักความพอเพียงของหน้อยสามารถแบ่งออกเป็นหลายด้านดังนี้

ด้านการเงิน หน้อยมีการจัดการเงินที่รอบคอบและมีประสิทธิภาพ หน้อยใช้หลักการบริหารเงินอย่างมีเหตุผล ไม่ใช้จ่ายเกินตัว และเก็บออมเงินเพื่ออนาคต หน้อยรู้จักการลงทุนในสิ่งที่เป็นประโยชน์และมีความเสี่ยงต่ำ และระมัดระวังในการกู้ยืมเงิน ไม่ก่อหนี้เกินความสามารถในการชำระคืน พร้อมทั้งมีวินัยทางการเงิน สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคงและมีความสุข

ด้านการใช้ทรัพยากร หน้อยมีแนวคิดในการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่าและไม่ฟุ่มเฟือย และมักจะเลือกใช้สิ่งของที่จำเป็นและมีคุณภาพที่ดี ไม่เพียงแต่การซื้อของใช้ในชีวิตประจำวันเท่านั้น ยังมีการเลือกใช้พลังงานอย่างประหยัด เช่น การใช้ไฟฟ้าและน้ำอย่างมีสติ หน้อยมักจะเลือกใช้พลังงานทดแทน (โซลาร์เซลล์ (Solar Cell)) หรือสิ่งของที่สามารถรีไซเคิลได้ การมีจิตสำนึกในเรื่องการใช้ทรัพยากรนี้ ช่วยให้เงินในกระเป๋าสบายขึ้น และช่วยลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมสร้างโลกน่าอยู่มากขึ้น

นอกจากการจัดการการเงินและการใช้ทรัพยากรแล้วนั้น หน้อยยังมีหลักความพอเพียงในด้านการดำเนินชีวิตที่ไม่ต้องการสิ่งฟุ่มเฟือยหรือเกินความจำเป็น และจะหาความสุขจากสิ่งเล็กๆ ในชีวิต เช่น การใช้เวลากับครอบครัว การทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ (ออกไปสวนสาธารณะ) ออกกำลังกาย และสิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือ มีทัศนคติที่มองโลกในแง่บวกและไม่เฝ้ารอสิ่งที่เป็นวัตถุเกินจำเป็น เช่น ต้องการอยากได้กระเป๋าแพงเกินไป ความสุขของหน้อยมาจากภายใน ซึ่งเป็นผลจากการดำเนินชีวิตตามหลักความพอเพียง ดังนั้นความพอเพียงไม่ได้เป็นเพียงแค่การประหยัดทรัพยากรหรือการมีวินัยทางการเงินเท่านั้น แต่ยังเป็นการมีวิถีชีวิตที่สงบสุขและสมดุล **การดำเนินชีวิตตามหลักความพอเพียง ช่วยให้มีความสุขมั่นคงทั้งทางการเงิน จิตใจ และสิ่งแวดล้อม อย่างยั่งยืนในอนาคตต่อไป**



เรื่องเล่าความ

นายพิชชา พุ่มชูศรี
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

“วินัย”



พี่อ้อ อยู่ใหม่คะ เป็นคำถามที่ยังคงวนอยู่ซ้ำๆ 📺 สวัสดีครับพี่ๆ เพื่อนๆ ทุกคนครับ ผมขอแนะนำตัวเอง ผม นายพิชชา พุ่มชูศรี นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร หลายคนอาจจะไม่ค่อยเคยเห็นผมสักเท่าไร แต่หากได้รู้จักแล้ว พี่ๆ เพื่อนๆ ทุกคนจะ ต้องร้องอ้อๆๆๆ ขึ้นมาทันที เพราะการปฏิบัติงานของผมต้องเกี่ยวข้องกับหลายสำนักฯ ในสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เนื่องจากงานของผมเป็นงานวิเคราะห์และพัฒนาระบบ รวมถึงการรองรับการใช้งานของหลายสำนักฯ เพราะฉะนั้น สิ่งที่ผมคิดว่าจะนำมาเป็นเรื่องเล่าในครั้งนี้ คือ “วินัย” ในเรื่องการทำงาน หรือการใช้ชีวิตส่วนตัว การมีวินัยช่วยให้เราบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ง่ายขึ้น และช่วยให้มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ในที่นี้ หากพูดถึงความมีวินัยในด้านการให้บริการและการประสานงานกับสำนักต่าง ๆ ผมต้องใช้ความละเอียดรอบคอบและเพิ่มการมีวินัยขั้นสูงมากทีเดียว เพราะหากละทิ้งงาน ไม่ทำต่อเนื่องให้สำเร็จก็จะเป็นการดองงานไว้จำนวนมาก การทำงานผมแบ่งเวลาในการทำงานแต่ละอย่าง อย่างชัดเจน และปฏิบัติตามแผนที่วางไว้โดยไม่ละเลยหรือเลื่อนเวลา

วินัยของผมไม่เพียงแต่แสดงให้เห็นในที่ทำงานเท่านั้น ในชีวิตส่วนตัว ผมยังเป็นคนที่รักษาเวลาและมีระเบียบในการจัดการชีวิตประจำวัน เช่น การออกกำลังกายเป็นประจำ การทานอาหารที่มีประโยชน์ และการพักผ่อนที่เพียงพอ สิ่งเหล่านี้ทำให้ผมมีสุขภาพที่ดีและมีพลัง+++ ในการทำงานอย่างเต็มที่ นอกจากนี้ ผมยังเป็นคนที่มีความรู้สิ่งใหม่ ๆ จะกำหนดเวลาในแต่ละวันเพื่อศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือ การเข้าร่วมอบรมในห้อง หรือการอบรมออนไลน์ ซึ่งการมีวินัยในการเรียนรู้นี้ทำให้สามารถพัฒนาตนเองและทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกได้เสมอ

สรุปได้ว่า ความมีวินัยสำหรับผม นายพิชชา พุ่มชูศรี ช่วยให้ผมบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ และเป็นพื้นฐานของความรับผิดชอบต่อ การดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพ หากทุกคนสามารถมีวินัยในชีวิตประจำวันได้เหมือนผม ก็จะสามารถสร้างความสำเร็จและความสุขในชีวิตได้เช่นกันครับ



ประธานชมเชยนักเรียน เพื่อส่งเสริมบรรณารักษศาสตร์



เป็นกำลังใจให้พนักงาน



ทดลองระบบ เพื่อรองรับการทำงาน



เรื่องเล่าความดี

นายเฉลิมชัย อรุณศิริ

เจ้าพนักงานเครื่องคอมพิวเตอร์ปฏิบัติงาน
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร



“สุจริต”

อาร์ต ครับ!!!!!! น้องใหม่แห่งสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา แต่.....!!!!!!

ผมเข้ามาจากบริษัทเอกชน แห่งหนึ่ง พออ่านแล้วคงตกใจว่าทำงานเอกชน แล้วทำไมถึงหันมาสอบราชการ ผมจะเล่าให้ฟังครับ ผมทำงานด้าน Tech support เครื่องใช้ไฟฟ้า พวก กระติกน้ำร้อน หม้อหุงข้าว ตู้เย็น แอร์ และสินค้า it โน้ตบุ๊ก โปรเจคเตอร์ ตู้เอทีเอ็ม ตู้ซีดีเอ็ม ฯลฯ งานที่ผมต้องใช้ความสุจริต เป็นหลัก จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในการทำงาน ผมให้ความสำคัญกับการทำงานอย่างตรงไปตรงมา และให้ความเคารพต่อกฎระเบียบและนโยบายของบริษัทเสมอมา



พอถึง ณ วันหนึ่ง ชีวิตหันเหเพื่อมาเปลี่ยนแนวการทำงานอาชีพรับราชการ สิ่งที่ผมได้ติดตัวมาจากการทำงานบริษัทเอกชน ก็ยังคงเป็นความสุจริต ยิ่งทำงานราชการในตำแหน่งเจ้าพนักงานเครื่องคอมพิวเตอร์ มีการจัดซื้อจัดจ้างกับบริษัทภายนอก และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นกรรมการในคณะต่าง ๆ หากไร้ซึ่งความซื่อสัตย์สุจริตแล้วนั้น ผมคงคิดหาช่องทางในการทำงานที่ไม่โปร่งใส ไม่ซื่อสัตย์สุจริตต่อองค์กรก็เป็นไปได้ แต่สิ่งที่ผมตระหนักอยู่ในตัวเองคือความรับผิดชอบต่องาน/โครงการที่ได้รับมอบหมาย ไม่ว่าจะยากลำบากเพียงใด ผมจะพยายามทำให้สำเร็จด้วยความสามารถและความพยายามของตัวเอง



นอกจากนี้ ความสุจริตในด้านการทำงานอย่างตรงไปตรงมา การให้ความเคารพ ต่อกฎระเบียบและนโยบายขององค์กร รวมถึงคำแนะนำและช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานในการแก้ไขปัญหา ต่าง ๆ ด้วยความจริงใจ และไม่เคยแสดงอาการหยิ่งยโสหรือหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ ผมไม่เคย ใช้ตำแหน่งหน้าที่เพื่อหาประโยชน์ส่วนตัว

สิ่งที่ผมยึดปฏิบัติคือความสุจริตไม่ได้จำกัดเพียงแคในที่ทำงานเท่านั้น แต่ยังคงแสดง ออกมาในชีวิตประจำวันด้วย ในชีวิตส่วนตัวผมเป็นคนที่เน้นเรื่องการมีคุณธรรมและจริยธรรมสูง ผมปฏิบัติต่อคนรอบข้างด้วยความเคารพและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่ว่าจะใครจะต้องการความช่วยเหลือในเรื่อง ใดก็ตาม ยินดีให้ความช่วยเหลือเสมอ ไม่เคยโกหกหรือหาประโยชน์จากผู้อื่น และยึดมั่นในหลักการที่ว่า "การทำดีโดยไม่หวังผลตอบแทน" เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอย่างแท้จริง

นายเฉลิมชัย อรุณศิริ ยึดมั่นในความสุจริตทำให้ผมเป็นที่รักและเคารพในหมู่เพื่อนฝูง และครอบครัว รวมถึงทุกคนที่รู้จัก ต่างรู้สึกไว้วางใจและผมเชื่อมั่นว่าจะปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความซื่อสัตย์ สุจริต และยุติธรรม ต่อไป





เรื่องเล่าความดี “นางสาวกัลยา แพงสาย”

นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

จิตอาสาช่วยเหลือสังคมของแม่



สวัสดีคะ หรือ สวัสดีคะ “แม่” คำเรียกชื่อแบบสั้น ๆ เหล่าพี่น้องในสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาใช้เรียกขาน วันนี้นี่แม่ถ่ายทอดเรื่องการมีจิตอาสา การมีจิตอาสาที่ตัวเรา สามารถทำได้และสามารถเข้าร่วมได้

โดยไม่ต้องลงทุนหรือเสียเงินทองมากมายในการทำจิตอาสา ก่อนอื่น แม่อยากให้ความหมายจิตอาสา ในแนวคิดของแม่คะ การมีจิตอาสาเป็นการแสดงออกถึงความมีเมตตาและความรับผิดชอบต่อสังคม แม่ใช้เวลาว่างในการทำประโยชน์ให้กับสังคม โดยเริ่มต้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาต่างๆ ในสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งช่วยให้ได้มีโอกาสพัฒนาทั้งตัวเองและสังคมรอบข้าง การเข้าร่วมกิจกรรม ทำความสะอาดวัดและสถานที่สาธารณะในชุมชนต่าง ๆ การทำงานร่วมกับคนอื่น ๆ ในชุมชนทำให้ได้เรียนรู้การทำงานเป็นทีม การแก้ปัญหา และการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ยังได้พบเจอผู้คน หลากหลาย ทำให้เกิดความเข้าใจในความแตกต่างและความหลากหลายของคน จิตอาสาที่ผ่านมา ได้มีโอกาสเข้าร่วมโครงการส่งเสริมการปฏิบัติตามหลักธรรมทางศาสนาและหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กิจกรรม “ส่งเสริมการปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ได้ออกเดินทางไปยังศูนย์ฝึกโรงเรียนจิตอาสา ๙๐๔ (บางเขน) ได้รับฟังบรรยายและศึกษาดูงานด้านการปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ความรู้สึกเวลาได้สวมใส่การแต่งกาย เสื้อโปโลสีเหลือง พร้อมหมวกและผ้าพันคอจิตอาสา ทำให้รู้สึกมีพลังบวกของการช่วยเหลือผู้ยากไร้และผู้ด้อยโอกาส กิจกรรมเหล่านี้ถือเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่แม่ให้ความสำคัญ รวมไปถึงการเข้าร่วมการจัดกิจกรรมบริจาคสิ่งของและอาหารให้กับคนไร้บ้าน การเยี่ยมเยียนและให้กำลังใจผู้พิการขาดแคลน ทำให้การได้เห็นความสุขและรอยยิ้มของผู้ที่ได้รับความช่วยเหลือ มีความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง



จิตอาสาไม่ใช่เพียงแค่การทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นเท่านั้น แต่ยังเป็นการพัฒนาตัวเองในหลายๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาทักษะการสื่อสาร การจัดการเวลา และการแก้ปัญหา นอกจากนี้



การมีจิตอาสา ยังเป็นการเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตัวเองและความภูมิใจในการเป็นส่วนหนึ่งของ
สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา สร้างแรงบันดาลใจให้ตนเอง ตามรอยในการมีจิตอาสาเพื่อสังคมที่ดี
ดังนั้น การมีจิตอาสาช่วยเหลือสังคม ไม่เพียงแต่ทำให้ชีวิตของผู้อื่นดีขึ้น แต่ยังเป็นการพัฒนา
พัฒนาตัวเองและสร้างสังคมที่มีความเมตตาและความสามัคคีมากยิ่งขึ้น เป็นตัวอย่างที่ดีของการเป็น
พลเมืองที่มีจิตสำนึกที่ดีและมีความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างแท้จริง



เรื่องเล่าความดี



นายณรงค์ศักดิ์ วีระกิจพานิช
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

“กตัญญู”



ความกตัญญูเป็นคุณค่าทางจริยธรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในสังคมไทย ผม “โอ๊ค ครัว” ที่ทำงานที่สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เป็นเวลาระยะเวลา 22 ปี ความภาคภูมิใจที่ผมจะถ่ายทอดในครั้งนี้คือการได้รับราชการ เป็นอีกหนึ่งอาชีพที่ทำให้ผมมีโอกาสที่ได้แสดงความกตัญญูได้มาก อย่างชัดเจนผ่านการกระทำและพฤติกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เรื่องราวของผม จึงเป็นแบบอย่างที่น่าชื่นชมและควรนำไปปฏิบัติตาม เพราะอาชีพราชการ ส่งเสริมให้ผมได้แสดงความกตัญญูต่อบิดามารดา (พ่อแม่ผู้มีแต่ให้และมอบสิ่งดี ๆ ให้ผมมาตลอดครับ)

ผมเกิดในครอบครัวที่มีฐานะปานกลาง พ่อแม่ของผมทำงานทั้งสองคน เพื่อให้ผมได้มีการศึกษาและชีวิตที่ดีขึ้น ผมจึงมีความซาบซึ้งในความเสียสละของพ่อแม่อย่างมาก ไม่เคยทำให้พ่อแม่ต้องเป็นห่วง เมื่อผมได้รับการบรรจุเป็นข้าราชการ จึงตอบแทนบุญคุณของพ่อแม่ดูแลและให้กำลังใจแก่พวกเขา และยิ่งทำให้พ่อแม่มีความสุขโดยการพาพวกเขาไปท่องเที่ยวและพักผ่อนในสถานที่ต่าง ๆ

พอมาถึงวันนี้ วันที่พ่อแม่ เริ่มแก่ชรา การกตัญญูของผมไม่ได้จำกัดแค่ทำให้ท่านสบายใจอย่างเดียว จะต้องเพิ่มระดับขึ้น เช่น การพาไปหาหมอตามที่นัดหมาย ตรวจสุขภาพต่าง ๆ สิ่งที่ผมทำเหล่านี้ เป็นสิ่งที่ผมภูมิใจที่ได้ดูแล การแสดงความกตัญญูในรูปแบบที่หลากหลาย การแสดงความเคารพและตอบแทนบุญคุณต่อพ่อแม่และผู้มีพระคุณ ไม่เพียงแต่เป็นการกระทำที่ถูกต้อง แต่ยังเป็น การสร้างความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่นและมีความสุขในครอบครัว นอกจากนี้ การรักษาความกตัญญูเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่ง ผมเห็นคุณค่าของการแสดงความกตัญญูและการปฏิบัติตามหลักธรรมที่ติงาม เมื่อผมมีความกตัญญูในใจ ผมยังสามารถนำสิ่งที่มีไปสู่สังคมให้มีความสุขและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นได้

สรุปแล้ว เรื่องความกตัญญูที่ควรแก่การยกย่องและเลียนแบบ ความกตัญญูของผมไม่เพียงแต่สร้างความสุขให้กับครอบครัวของผมเอง แต่ยังแผ่ขยายไปสู่เพื่อน บุคคลรอบข้างและสังคมโดยรวมแล้ว ผมว่าการกระทำสิ่งเหล่านี้เป็นที่น่าชื่นชมและควรเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อให้สังคมเต็มไปด้วยความรักและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่



เรื่องเล่าความดี

“พยักหน้าผัดคิดเงินเพิ่ม”

นายขวลิต อริยพันธ์พิทักษ์



นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

วันหยุดที่ผ่านมา ผมได้พาแฟนไปทานอาหารเวียดนามที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งย่านสาทรฯ สั่งอาหารตามเมนูของที่ร้าน พนักงานแนะนำอาหารเป็นเซตให้ เพราะราคารวมหลายอย่างถูกกว่าสั่งแยก ผมสั่งเมนูอาหารไป 2 เซต พนักงานแจ้งเสนอโปรโมชั่นกับผมว่า ถ้าสมัครสมาชิกของทางร้าน ในราคา 299 บาท จะมีส่วนลดเพิ่มอีกจากอาหารเซตที่สั่ง ผมก็พยักหน้า หลังจากทานอาหารเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็เรียกพนักงานมาคิดเงิน แต่ปรากฏว่าพนักงานคิดเงินบวกค่าสมัครสมาชิกไปด้วย ผมก็มองหน้าแล้วบอกว่า ผมยังไม่ได้ออกรับการสมัครสมาชิก แต่.....พนักงานก็คิดเงินค่าอาหารผมแค่เซตเดียว ทีนี้ก็ว่าวุ่นเลยสิครับ????

ตอนแรกผมก็คิดในใจว่า "โอกาสมาแล้ว" เตรียมตัวจะใช้เสียงดังและท่าทางที่ซึ่งซึ่งจริงจังเพื่อไวยวยเงินค่าสมัครสมาชิก แต่!!!แล้วผมก็เปลี่ยนความคิด ผมตัดสินใจเดินไปที่เคาเตอร์แคชเชียร์ ซึ่งมีพนักงานทั้งเด็กเสิร์ฟและแคชเชียร์อยู่ประมาณ 3 คน พร้อมกับยื่นใบเสร็จและสลิปบัตรเครดิตให้พนักงาน และบอกพวกเขาต่างๆๆๆ ว่า "น้องคิดเงินผมผิดครับ" คิดค่าอาหารแค่ 1 เซต แต่สิ่งที่คิดเงินเกินคือ ค่าสมัครสมาชิก ซึ่งผมยังไม่ได้ออกรับ พนักงานเริ่มหน้าซีดเล็กน้อย คงคิดว่าผมไวยวยจะหาเรื่องหรือเปล่า แต่ผมยิ้มให้พวกเขาและพูดต่อว่า "ไม่เป็นไรครับ วันนี้ลูกค้าในร้านเยอะ น้องอาจจะยุ่งๆ ผมแค่มาบอกให้ทราบเฉยๆ

หลังจากนั้น พนักงานก็รีบดูใบรายการสั่งอาหาร พร้อมทั้งกดเครื่องคิดเลข คำนวณเงินเพิ่มให้ผม พร้อมกับขอโทษผมอย่างสุภาพ ผมรีบโบยเสร็จที่แก้ไขเรียบร้อยแล้วชำระเงิน พร้อมกับทิบให้พนักงานเพื่อเป็นกำลังใจเล็กน้อย

ก่อนเดินออกจากร้าน ผมยังพูดซ้ำขึ้นกับพนักงานว่า "กินครบหนึ่งพันแถมหนึ่งเซต+บัตรสมาชิก โชคดีจังนะครับ" พนักงานทุกคนยิ้มและขอบคุณผม

เหตุการณ์นี้ทำให้ผมรู้สึกดีที่ได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้ผมรู้ว่า งานบริการย่อมมีผิดพลาดบ้าง หากเราพบเห็นความผิดพลาดแทนที่จะดูตำหนิหรือตำหนิกัน แต่ลองเปลี่ยนความคิดเป็นช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ช่วยแก้ไข เพียงเท่านั้นผมและพนักงานก็ใจฟูครับ และพวกเขาก็จะมีกำลังใจทำงานต่อไป



เรื่องเล่าความดี

มองว่าโง่ แต่มีความสุข

นางสาวภัทราพร อารีรัชช

วิทยากรชำนาญการ

สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร



ดิฉัน นางสาวภัทราพร อารีรัชช ชื่อเล่น ยอ ญู นั่งคิดอยู่นานจะเขียนเรื่องอะไร แต่สิ่งที่เข้ามาในหัวคือ เราก็ชอบใช้คติเรื่องที่ทำแล้วมีความสุข บางสิ่งที่ทำ อาจถูกมองว่าโง่หรืออวดรวย (ทั้งที่ไม่ได้รวย 55555+++) เรื่องเล่าความดี ในครั้งนี้ เหตุการณ์มีอยู่ว่า เราได้เดินทางไปตลาดนัดสวนรถไฟ แต่ได้เจอคุณยายที่แก่มากๆ นั่งขายลูกอม ซึ่งภาพเหล่านี้ก็จะเป็นภาพที่หลาย ๆ

คนได้พบเห็น ซึ่งหากเพื่อนอ่านไปคงคิดว่าไม่เห็นมีอะไร น่าตื่นเต้น หรือนำนำมาเป็นเรื่องเล่า แต่สำหรับเราแล้ว คติที่เราคิดและเราปฏิบัติคือสิ่งที่ทำแล้วเรามีความสุข เหตุการณ์นี้ก็เช่นกัน เราเหมาลูกอมในตะกร้าที่คุณยายวางไว้ ตรงหน้าตักคุณยาย โดยที่ในใจไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะว่าเป็นในตะกร้าเป็นลูกอม ก็คงราคาไม่กี่บาท จึงได้บอกคุณยายว่า ขอเหมาลูกอม หมดตะกร้าคะคุณ คุณยายน่ารักมาก



ยายหันมาพูดว่า ซื้อแค่พอไปทานเองก็ได้นะหนู ไม่ต้องเหมาหมด เพราะว่าสงสารยายก็ได้นะ แต่เราคิดว่ายังใจลูกอม ก็ยังนำมาให้น้องๆ ที่ทำงานได้ทานได้ คุณยายคิดเงินค่าลูกอม 200 บาท แต่เราให้คุณยายไป 500 บาท คุณยายจะไม่รับแต่เราบอกว่าเป็นกำลังใจให้คุณยายขายของ และอยากให้คุณยายได้กลับบ้านไปพักผ่อนเร็วกว่าทุกวัน (ถึงบางครั้งการซื้อของ หรือการช่วยเหลือคนแก่ เราอาจจะไม่ได้อยากซื้อแต่หากมองถึงกำลังที่เราพอมีสามารถแบ่งปันบางสิ่งบางอย่างได้ สิ่งที่ทำก็ไม่ได้เกินกำลัง ก็ทำให้เรามีความสุขกับการให้เช่นกัน)



เรื่องเล่าความดี

นายสมชาย ชัยเชษฐ์ดำรงกุล
นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ
สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร



บริจาคโลหิต = ให้อะไร



ให้อะไร = ให้อะไรดี ความดีที่คุณทำได้ สมชาย ชัยเชษฐ์ดำรงกุล “ให้” การบริจาคหรือจาคะ หมายถึง การเสียสละความสุขส่วนตัวเพื่อประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น เป็นการสละทั้งกิเลส ละความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความตระหนี่ ซึ่งเป็นการนำไปสู่ความรู้สึกอิ่มเอม และมีความสุข เพราะทำให้เรารู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าและมีความหมาย เป็นผู้ให้ที่มีความสุข และสักวันเราอาจจะเป็นผู้รับที่มีความสุขเช่นกัน ตัวเราเองก็จะมีสุขมากขึ้นไปด้วย “การบริจาคโลหิต = ให้ และสักวันอาจจะได้รับ” หนึ่งในความสุขที่เกิดขึ้นจากความรู้สึก “ให้”

โดยไม่ต้องการผลตอบแทนใด ๆ การให้ที่ไม่ต้องการทรัพย์สิน การให้ที่ทำให้รู้สึกว่ามีคุณค่า ชีวิตมีคุณค่า มีความหมาย และยิ่งเกิดประโยชน์กับผู้คนมากมาย โดยไม่ต้องมีเรื่องความทุกข์ ความไม่พึงพอใจ มาปะปนกับความสุขที่กำลังเบ่งบานอยู่ในหัวใจ

ทุกวันนี้ความต้องการ การขอรับบริจาคโลหิตมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี เนื่องจากอุบัติเหตุ หรือความเจ็บป่วย การบริจาคโลหิตได้อย่างทันท่วงที สามารถช่วยชีวิตคนได้ การบริจาคโลหิต 1 ยูนิต สามารถช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างน้อย 3 ชีวิต จึงทำให้มีผู้ที่สนใจ และให้ความสำคัญต่อการบริจาคโลหิตอย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งสัมผัสได้ถึงความสุขอย่างยิ่งใหญ่จากการให้ได้อย่างดี การบริจาคโลหิตตามหน่วยงานทางการแพทย์ โรงพยาบาลที่ถูกต้องโดยที่ตนเองต้องมีความแข็งแรง และร่างกายที่พร้อมสำหรับการบริจาคเพื่อความปลอดภัยและไม่เป็นอันตราย ทุกขั้นตอนของการบริจาคโลหิตมีความสะอาด และปลอดภัยตามหลักสากล การบริจาคโลหิตนับเป็นการทำความดีที่สามารถทำได้ด้วยตัวเอง การบริจาคโลหิตนอกจากจะได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์แล้ว ยังได้รับความภูมิใจที่ได้เสียสละโลหิตในร่างกายเพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นซึ่งเป็นการทำบุญอันยิ่งใหญ่ ซึ่งจะทำให้ผู้ให้มีแต่ความสุขใจ



เรื่องเล่าความดี

ความกตัญญูของฉันทัน

กนกกร โพธิ์สุนทร นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ

สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร



ดิฉันชื่อเล่นว่า “น้ำ” ค่ะ ในวันหนึ่งที่ได้รับข้อความแจ้งเตือนทางไลน์ คุณพ่อของฉันทันส่งใบนัดพบแพทย์ที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดลพบุรี ข้อความเขียนว่า สิ้นเดือน “คุณพ่อต้องไปนอนโรงพยาบาล” ด้วยความตกใจ!!!!!! ดิฉันรีบโทรกลับไปยังปลายทางที่ส่งข้อความนั้นมา ซึ่งก็คือคุณพ่อของฉันทัน คุณพ่อได้เล่าอาการและสาเหตุที่ต้องนอนโรงพยาบาลคือ ตื่นขึ้นมาตอนเช้า คุณพ่อตื่นล้มตาขึ้นมาและพบว่าในจอภาพมิดสนิทมองไม่เห็นอะไรเลย ประมาณ1-2 วินาที คุณพ่อพยายามกระพริบตาอยู่หลายครั้ง

วันต่อมาจึงไปโรงพยาบาลเพื่อให้คุณหมอตรวจ จนพบสาเหตุว่าเส้นเลือดคอที่ส่งไปยังดวงตานั้นตีบ ส่งผลกระทบให้ดวงตาแสดงอาการและสัญญาณเตือนออกมา คุณหมอแนะนำให้คุณพ่อรีบเข้ารับการรักษาผ่าตัด หากปล่อยไว้นานตาอาจบอดได้และก่อให้เกิดอาการเป็นโรคหลอดเลือดสมอง หรือ สโตรก (Stroke) ตามมา

หลังจากนั้นคุณหมอได้นัดวันให้คุณพ่อเข้ารับการรักษาผ่าตัด ดิฉันในฐานะลูกสาวของบ้านจึงได้ลางาน 3 วันคือ วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เพื่อไปเฝ้าคุณพ่อ ณ โรงพยาบาล จังหวัดลพบุรี หลังจากผ่าตัดเสร็จแล้ว คุณหมอได้ทำการย้ายคุณพ่อกลับมาอยู่ห้องผู้ป่วยรวม เพื่อสะดวกและใกล้ชิดกับพยาบาลและคุณหมอ เนื่องจากขณะผ่าตัดคุณพ่อก็มีภาวะเสียเลือดจำนวนมาก ดิฉันนอนเฝ้าคุณพ่อตอนกลางคืนในห้องผู้ป่วยรวมโดยนำเตียงพับที่บ้านไปนอนข้างเตียงคุณพ่อ การได้ดูแลคุณพ่อ ต้องคอยเช็ดตัวตอนเช้า-เย็น เนื่องจากคุณหมอยังไม่อนุญาตให้เดินหรือลุกจากเตียง และต้องคอยจัดยา พร้อมทั้งอาหารให้คุณพ่อทาน คุณพ่อนอนอยู่โรงพยาบาลหลายวันแล้ว คุณหมอเห็นว่าอาการดีขึ้น จึงได้อนุญาตให้กลับบ้าน โดยในอาทิตย์แรกยังมีการติดท่อระบายเลือดอยู่เพราะแผลผ่าตัด



ยังไม่แห้ง พอกลับบ้านดิฉันต้องคอยประคองคุณพ่อตอนเดิน เตรียมอาหารและยาเหมือนเช่นอยู่โรงพยาบาล อยากรดูแลให้คุณพ่อหายป่วยโดยเร็ว

ดิฉันจึงอยากถ่ายทอดเรื่องราวความกตัญญูในการดูแลคุณพ่อที่ป่วยว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมาก สามารถเริ่มต้นด้วยการให้ความสนใจและสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพและความสบายของคุณพ่ออยู่เรื่อย ๆ นอกจากนี้ยัง่าสึมเชื่อมั่นในการดูแลและติดตามคำแนะนำจากแพทย์ด้วย หวังว่าคุณพ่อของดิฉันจะหายป่วยจากโรคนี้อีกและกลับมาอยู่แบบปกติโดยเร็ว ๆ



บทที่ 3

1. ด้านความพอเพียง

- บุคลากรมีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ประมาท รู้จักเก็บออม ไม่ฟุ่มเฟือย : ส่งผลดีต่อสภาพการเงินส่วนตัว ลดความเสี่ยงทางการเงิน และสร้างความมั่นคงในชีวิต
- องค์กรมีการใช้งบประมาณอย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ฟุ่มเฟือย : ส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร และสร้างความมั่นใจให้กับผู้มีส่วนได้เสีย

2. ด้านวินัย

- บุคลากรมีวินัย ตรงต่อเวลา ทำงานด้วยความรับผิดชอบ: ส่งผลดีต่อประสิทธิภาพการทำงาน ผลงานมีคุณภาพ และบรรลุเป้าหมาย
- องค์กรมีระบบงานที่เป็นระเบียบ มีประสิทธิภาพ: ส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร สร้างความประทับใจให้กับผู้มีส่วนได้เสีย และดึงดูดบุคลากรที่มีความสามารถ

3. ด้านสุจริต

- บุคลากรยึดมั่นในหลักคุณธรรม จริยธรรม ซื่อสัตย์ โปร่งใส: ส่งผลดีต่อความน่าเชื่อถือ และความไว้วางใจของผู้มีส่วนได้เสีย
- องค์กรมีธรรมาภิบาล ตรวจสอบได้ ไม่มีการทุจริต: ส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร สร้างความมั่นใจให้กับนักลงทุน และประชาชน

4. ด้านจิตอาสา

- บุคลากรอุทิศตน เสียสละเวลา ช่วยเหลือผู้อื่น: ส่งผลดีต่อสุขภาพจิต สร้างความสุข และความพึงพอใจ
- องค์กรมีภาพลักษณ์ที่ดี เป็นที่ชื่นชมของสังคม: ส่งผลดีต่อชื่อเสียง และโอกาส

5. ด้านกตัญญู

- บุคลากรกตัญญู ดูแล ตอบแทนบุญคุณ พ่อแม่ ผู้มีพระคุณ: ส่งผลดีต่อความสัมพันธ์ในครอบครัว สร้างความอบอุ่น และความสุข
- องค์กรมีความผูกพัน และดูแลบุคลากร เสมือนคนในครอบครัว: ส่งผลดีต่อขวัญกำลังใจ และความผูกพันของบุคลากรต่อองค์กร

ความดีที่ได้กระทำ /ประโยชน์ที่ได้รับ

เรื่องเล่าความดีที่ถ่ายทอดโดยบุคลากรสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารนั้น เป็นเรื่องเล่าที่บุคลากรได้ปฏิบัติและเกิดขึ้นจริงกับตัวบุคคล โดยที่บุคลากรทุกคนได้อ่านและกล่าวคำยกย่องเชิดชูผู้ที่ถ่ายทอดเรื่องเล่าความดีในครั้งนี้ เพื่อให้พฤติกรรมความดีนั้นเกิดเป็นที่ยอมรับและปฏิบัติกันต่อไปในองค์กร

บุคลากรสำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารทุกคน พร้อมใจกันส่งเสริมความดีอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถขยายความดีสู่คนใกล้ตัวและชุมชนภายนอก เกิดเป็นการขยายเครือข่ายและเชื่อมโยงความดีสู่สังคม ต่อไป



บรรณานุกรม

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ. (2563). แนวทางการจัดทำแผนพัฒนาการบริหารจัดการคุณธรรม จริยธรรม และการต่อต้านทุจริต. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ.

สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติ. (2562). คู่มือการจัดทำแผนส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส และการป้องกันการทุจริต. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติ.


เว็บไซต์กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม: <https://www.m-culture.go.th/>

เว็บไซต์สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย:

<https://www.onab.go.th/>

ภาคผนวก





กิจกรรม
เชิญชวน บุคลากรสำนักเทคโนโลยีฯ ทุกคน
ร่วมส่ง

“เรื่องเล่าความดี”
ความดีที่คุณทำได้ ได้ทำ
พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู

ส่งได้ที่ คณะทำงานทำงาน Strong สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

