



กิจกรรมสวดมนต์ เจริญสมาธิ และสันทนาการ



คำบูชาพระรัตนตรัย

อิมิณา สักกาเรนะ พุทธัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าขอบูชาพระพุทธเจ้าด้วยเครื่องสักการะนี้

อิมิณา สักกาเรนะ ธัมมัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าขอบูชาพระธรรมด้วยเครื่องสักการะนี้

อิมิณา สักกาเรนะ สังฆัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าขอบูชาพระสงฆ์ด้วยเครื่องสักการะนี้



คำกราบพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา พุทธัง ภะคะวันตัง อภิวาเทมิ (กราบ)

พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นมัสสามิ (กราบ)

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆังนะมามิ (กราบ)

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์

คำนมัสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ (สวด ๓ จบ)

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้ด้วยพระองค์เอง

ถวายพรพระ (อิติปิ โสฯ)

อิติปิ โส ภาควา อะระหัง สัมมา สัมพุทโธ

เพราะเหตุอย่างนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เป็นผู้ไกลจากกิเลส เป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง

วิชา จะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภควาติ (พุทธคุณ)

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

ถวายพรพระ (อิติปิ โสฯ) (ต่อ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรม เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

สันติญฺญโก อากาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล
เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ (อ่านว่าวิญญูฮีติ) (ธรรมคุณ)

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ พึงรู้ได้เฉพาะตน

ถวายพรพระ (อิติปิ โสฯ) (ต่อ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน
ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต
สาวะกะสังโฆ สามิจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทั้ง
จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต
สาวะกะสังโฆอาหุเนยโย ปาหุเนยโยทักขิณเณยโย อัญชะลีกะระณีโย
อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ (สังฆคุณ)

ชัยมงคลคาถา (พาหุง ฯ)

พาหุงสหัสสละมะณินิมิตะสาวุธันตัง ครีเมชะลัง
อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง ทานาธิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

มาราติเรกะมะณิยุชฌิตะสัพพะรัตติง โฆรัมปะนาฬะวะกะ
มักกะมะถัทธะยักขัง ขันตีสุทนต์ะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเต
ชะสา ภะวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

ชัยมงคลคาถา (พาหุง ฯ) (ต่อ)

นาฬาคีริง คะชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง ทาวัคคิจักกะมะสะนี
วะสุทธารุณันตัง เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา
ภาวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

อุกขิตตะขัคคะมะติหัตถะสุทธารุณันตัง ธาวันติโยชะนะปะถัง
คุลิมาละวันตัง อิทธิภิสังขะตะมะโน ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา
ภาวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

ชัยมงคลคาถา (พาหุง ฯ) (ต่อ)

กัตตะวานะ กัณฐะมูทะรัง อิวะ คัพภินียา จิณฺจายะ ทุณฺณฐะวะ
จะนัง ชะนะกายะมัชเณ สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภะวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

สัจจัง วิหาเย มะตีสัจจะกะวาทะเกตุง วาทาภิโรปิตะมะนัง
อะติอันธะภูตัง ปิณฺญาปะทีปะชะลิโต ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา
ภะวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

ชัยมงคลคาถา (พาหุง ฯ) (ต่อ)

นันทโศภนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทธิง ปุตเตนะ
เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยัณโต อิทฐุปะเทสสะ วิธินา ชิตะวา
มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ
ทุกคาหะทิฏฐิภุชะเคนะ สุตัฏฐะหัตถัง พรหมัง**วิสุทติชุตติ
มิตธิพะกาภิธานัง ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท ตัน
เตชะสา ภาวะตุ เต* ชะยะมังคะลานิ

ชัยมงคลคาถา (พาหุง ฯ) (ต่อ)

เอตปิ พุทธะชะยะมังคะละอัฏฐะคาถา โย วาจะโน ทินะทีเน
สละเต มะตันที หิตวานะ เนกะวิวิธานิ จุปัททะวานิ โมกขัง
สุขัง อะธิเมยยะ นะโร สะปัญโญ



บทชัยปริตร (มหากา)

มะหากการุณโก นาโถ
ปุเรตวา ปาละมี สัพพา
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ
ชะยันโต โพธิยา มูเล
เอวัง อะหัง วิชะโย โหมิ
อะปะราชิตะปัลลังเก
อะภิสเสเก สัพพะพุทธานัง
สุนักขัตตัง สุมังคะลัง

หิตายะ สัพพะปาณินัง
ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง
โหตุ เม* ชะยะมังคะลัง
สักยานัง นันทิวัทธมโน
ชะยามิ* ชะยะมังคะเล
สีเส ปะฐะวิโปกชะเร
อัคคัปปัตโต ปะโมหะติ
สุปะภาตัง สุขุฏฐิตัง

บทชัยปริตร (มหากา) (ต่อ)

สุขะโณ สุขุหุตโต จะ
ปะทักขิณัง กายะกัมมัง
ปะทักขิณัง มะโนกัมมัง
ปะทักขิณานิ กัตวานะ

สุยิฏฐัง พรหมะจาริสสุ
วาจา กัมมัง ปะทักขิณัง
ปะณิธี เม* ปะทักขิณา
ละภันตัตเถ ปะทักขิณ



สัพพมงคลคาถา

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง

รักขันตุ สัพพะเทวะตา

สัพพะพุทธานุภาวนะ

สະหะ โสတถิ ภะวันตุ เม*

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง

- สัพพะธัมมานุภาเวนะ
- ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง
- สัพพะสังฆานุภาเวนะ

รักขันตุ สัพพะเทวะตา

สะทา โสตถิ ภะวันตุ เม*

รักขันตุ สัพพะเทวะตา

สะทา โสตถิ ภะวันตุ เม*

เจริญสมาธิ ๕ นาที



แผ่เมตตาให้แกตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข

นิททุกโข โหมิ

ปราศจากทุกข์

อะเวโร โหมิ

ปราศจากเวร

อัปยาปัชฌ โหมิ

ปราศจากอุปสรรคอันตรายทั้งปวง

อะนีโฆ โหมิ

ปราศจากความทุกข์กายทุกข์ใจ

สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ

มีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

แผ่เมตตาให้แก่สรรพสัตว์

- สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่ เจ็บตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น
- อะเวรา โหนตุ จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย
- อัปยาปัชฌา โหนตุ จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย
- อะนีฆา โหนตุ จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย
- สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ จงมีความสุขกาย สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

แม่ส่วนกุศล

อิทัง เม มาตาปิตูนัง โหตุ สุขिता โหนตุ มาตา ปิตะโร

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่มารดาบิดาของข้าพเจ้า ขอให้มารดาบิดาของข้าพเจ้ามีความสุข

อิทัง เม ญาตินัง โหตุ สุขिता โหนตุ ญาตะโย

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลาย ของข้าพเจ้า ขอให้ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้ามีความสุข

แผ่ส่วนกุศล (ต่อ)

อิหัง เม ครูปัชฌายาจริยานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ครูปัชฌายาจริยา
ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ของข้าพเจ้า ขอให้ครูอุปัชฌาย์อาจารย์
ของข้าพเจ้ามีความสุข

อิหัง สัพพะเทวะตานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ สัพเพเทวา
ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่เทวดาทั้งหลายทั้งปวง ขอให้เทวดาทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข

แผ่ส่วนกุศล (ต่อ)

อิหัง สัพพะเปตานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ สัพเพ เปตา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่เปรตทั้งหลายทั้งปวง ขอให้เปรตทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข

อิหัง สัพพะเวรีนัง โหตุ สุขิตา โหนตุ สัพเพ เวรี

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายทั้งปวง ขอให้เจ้ากรรมนายเวร
ทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข

แผ่ส่วนกุศล (ต่อ)

อิหัง สัพพะสัตตตานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ สัพเพ สัตตา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข
ทั่วหน้ากันเทอญ.



คำปณิธาน

- ข้าพเจ้าจะเทิดทูนสถาบันชาติ ศาสนาพระมหากษัตริย์
- ข้าพเจ้าจะทำงานด้วยความซื่อสัตย์ ยืนหยัดยึดมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง
- ข้าพเจ้าจะอุทิศตน บริกาารประชาชนด้วยไมตรีจิต
- ข้าพเจ้าจะไม่เบียดบังนำเอาของหลวงมาเป็นของตน
- ข้าพเจ้าจะดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

อธิษฐานรับบุญกุศล

“ข้าพเจ้าขอตั้งสัจจะอธิษฐานอ้างอิงเอาบุญกุศลที่ข้าพเจ้า
ได้กระทำมาแล้วในวันนี้ จงเป็นปัจจัยเสริม เป็นอุปนิสัยตามสั่งให้
เกิดสติปัญญา ให้มีความสุข ปราศจากทุกข์ มีความเจริญในหน้าที่
การงาน และมีความสุขในครอบครัวด้วยเทอญ”





พระราชบัญญัติมาตรฐานทางจริยธรรม พ.ศ. 2562

กำหนดมาตรฐานทางจริยธรรมในการปฏิบัติตนของเจ้าหน้าที่ของรัฐ 7 ประการ

1 ยึดมั่นในสถาบันหลักของประเทศ อันได้แก่ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

2 ซื่อสัตย์สุจริต มีจิตสำนึกที่ดีและรับผิดชอบต่อหน้าที่

3 กล้าตัดสินใจ และกระทำในสิ่งที่ถูกต้องชอบธรรม

4 คิดถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว และมีจิตสาธารณะ

5 มุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน

6 ปฏิบัติหน้าที่อย่างเป็นธรรม และไม่เลือกปฏิบัติ

7 ดำรงตนเป็นแบบอย่างที่ดี และรักษาภาพลักษณ์ของทางราชการ



คำกราบพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา พุทธัง ภะคะวันตัง อภิวาเทมิ (กราบ)

พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นมัสสามิ (กราบ)

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆังนะมามิ (กราบ)

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์

วัฒนธรรมองค์กรคุณธรรม จริยธรรม

กายพิต จิตดี มีปัญญา

การทำงาน
เป็นเลิศ

การศึกษา
เป็นเลิศ

อายุยืน

ด้วยการสวดมนต์ สมาริ สันทนาธรรม



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
เบอร์โทรศัพท์ ๒๐๒๒

<http://www.uthaiss.org/>
โทร ๐๒-๕๙๐-๒๔๔๑

กลุ่มงานคุ้มครองจริยธรรม
ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต

กองการแพทย์ทางเลือก
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก



วัฒนธรรมองค์การคุณธรรม จริยธรรม

กายพิศ จิตดี มีปัญญา



การทำงาน
เป็นเลิศ

การศึกษา
เป็นเลิศ



อายุยืน



ด้วย 3ส. 3อ. 1ข. จิตธรรม จิตไทย



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
มูลนิธิอุทัย สดสุข

<http://www.uthaiss.org/>
โทร 02 590 2441

กลุ่มงานคุ้มครองจริยธรรม
ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

กองการแพทย์ทางเลือก
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก
กระทรวงสาธารณสุข



แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในราชการบริหารส่วนกลาง
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
ตามประกาศสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
เรื่อง แนวทางการเผยแพร่ข้อมูลต่อสาธารณะผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงาน พ.ศ. ๒๕๖๑
สำหรับหน่วยงานในราชการบริหารส่วนกลางสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข	
ชื่อหน่วยงาน : ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต กระทรวงสาธารณสุข วัน/เดือน/ปี : ๖ เมษายน ๒๕๖๔ หัวข้อ: งานนำเสนอ (PowerPoint) ประกอบการจัดกิจกรรมสวดมนต์ เจริญสมาธิ และสุนทนาธรรม ระดับสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงสาธารณสุข รายละเอียดข้อมูล (โดยสรุปหรือเอกสารแนบ) งานนำเสนอ (PowerPoint) ประกอบการจัดกิจกรรมสวดมนต์ เจริญสมาธิ และสุนทนาธรรม ระดับสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงสาธารณสุข Link ภายนอก: ไม่มี หมายเหตุ:	
ผู้รับผิดชอบการให้ข้อมูล สุชาภา วรินทร์เวช (นางสาวสุชาภา วรินทร์เวช) ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ วันที่ ๖ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๔	ผู้อนุมัติรับรอง สุชาภา วรินทร์เวช (นางสาวสุชาภา วรินทร์เวช) ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ (หัวหน้า) วันที่ ๖ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๔
ผู้รับผิดชอบการนำข้อมูลขึ้นเผยแพร่ พศวีร์ วัชรบุตร (นายพศวีร์ วัชรบุตร) นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ วันที่ ๖ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๔	