

# หลักสูตรองค์กร **รมณีย์**

## Mindfulness Organization รุ่นที่ 7

(สำหรับผู้บริหารระดับสูงที่ต้องการสร้างพลังบวกให้กับองค์กร ผู้บริหารที่รับผิดชอบด้านการเปลี่ยนแปลงองค์กร)

วันที่ 10-12 มิถุนายน 2567

ณ หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ - สวนโมกข์ กรุงเทพฯ



ลงทะเบียนหลักสูตร

ค่าธรรมเนียม  
**25,000 บาท\***  
(ไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม)

รับจำนวน 20-25 ท่าน

สอบถามเพิ่มเติม  
คุณกิตติศักดิ์ พรหมเดช (เจมส์)  
Ins. 095-042-9327

รายได้ทั้งหมดหลังหักค่าใช้จ่าย  
มอบให้มูลนิธิหอจดหมายเหตุ  
พุทธทาส อินทปัญโญ



**ดร.วิโรท สันติประภพ**  
ประธานกรรมการบริหาร  
หอจดหมายเหตุพุทธทาสฯ



**ดร.วรช ญ์ เกตน์วิมุต**  
ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา  
เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต



**ไค้จิมมี พจนารก ชัยบังเกิด**  
ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง  
Jimi The Coach Group



**ดร.ณิจจุตม์ กุลนิเทศ**  
กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES

**10**  
ปี.ย.  
Part  
**1**  
Introduction of  
Mindfulness  
Organization  
(องค์กรรมณีย์)

**11**  
ปี.ย.  
Part  
**2**  
The self and  
Mindful  
Relationship  
(เข้าใจตน เข้าใจคน  
เป็นต้นทางแห่งรมณีย์)

**12**  
ปี.ย.  
Part  
**3**  
Mindfulness  
Leadership  
(ผู้นำรมณีย์)

\*พิเศษ ค่าธรรมเนียมหลักสูตร **45,000** บาท (ต่อ 2 ท่าน) สำหรับองค์กรที่สมัครเข้าร่วมทั้งผู้บริหารระดับสูงและผู้บริหารด้านทรัพยากรบุคคล/วัฒนธรรมองค์กร เพื่อขับเคลื่อนองค์กรรมณีย์ให้เกิดผลเป็นรูปธรรม

**องค์กร สมณีย์** คือ องค์กรที่พนักงานทำงานด้วยความสุข เกิด **“พลังการทำงานเชิงบวก”** ลดความกลัว มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถปรับเปลี่ยนองค์กรได้อย่างรวดเร็ว เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลง โดยอาศัยหลักคิดเรื่องการสร้าง **สติ และ สมาธิ** ในการพัฒนา และขับเคลื่อนบุคลากรใน 3 ระดับ ได้แก่ **“บุคคล-ทีม-องค์กร”** ที่เริ่มตั้งแต่หลักคิดของผู้บริหาร การบริหารจัดการ และการผลักดันให้เกิดวัฒนธรรมองค์กร

**ผู้บริหารองค์กร สมณีย์** เริ่มจากการตระหนักและเห็นความสำคัญของ **“สติ”** สามารถฝึกตนให้มีสติและนำมาใช้ในการบริหารจัดการองค์กร เพื่อให้องค์กรเป็นองค์กรที่มีพลังบวก บุคลากรมีความสุข ทำงานร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างเห็นอกเห็นใจ เข้าใจกันอย่างแท้จริง มีใจเป็นกลาง รับรู้สภาพการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างที่เป็น โดยปราศจากอคติ อันจะนำไปสู่การเพิ่มผลิตภาพและนวัตกรรมในองค์กร

คนงาม ชุมชนงาม อื่นงาม  
ธรรมชาติเป็น **สมณีย์**

**องค์กร สมณีย์** = เป็นองค์กรที่ผู้บริหารตั้งอยู่บนฐานของการมีสติ + เข้าใจตนเอง + ตระหนักรู้ตนเอง + ความเกี่ยวข้องกับผู้อื่น นำไปสู่การปรับการมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวก





09.00 - 10.00 น.

รู้จักกับ “องค์กรสมาธิ”

โดย

ดร.วิโรท สันติประภพ

ประธานกรรมการบริหาร  
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

“องค์กรสมาธิ” เป็นองค์กรที่ผู้บริหารดำรงตนอย่างมีสติ  
เข้าใจตนเอง ตระหนักรู้ตนเอง เข้าใจความเกี่ยวเนื่องกับผู้อื่น  
อันนำไปสู่การปรับและสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวก และสามารถ  
ถ่ายทอดคุณสมบัติดังกล่าวไปสู่ทีมงานทุกระดับในองค์กรในที่สุด

- องค์กรสมาธิ คืออะไรและสำคัญอย่างไร?
- แนวคิดเกี่ยวกับองค์กรสมาธิ
- เส้นทางการเรียนรู้สู่การสร้างองค์กรสมาธิ



10.00 - 12.00 น.  
และ 13.00 - 14.30 น.

สติเพื่อการตระหนักรู้

โดย

ดร.ชุลล ธีระวิมล

ประธานเครือข่ายชีวิตศึกษา  
เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

สร้างการตระหนักรู้ (Awareness) ความสำคัญ และ  
ประโยชน์ของสติ เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้  
เกี่ยวกับการฝึกสติ และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์  
แก่ตนเองและผู้อื่นในการใช้ชีวิตและการทำงาน

- สติคืออะไร? : ทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดของการฝึกสติ
- สติสำคัญอย่างไร? : เรียนรู้ประโยชน์และผลลัพธ์  
จากการนำสติมาใช้ในมิติของชีวิต
- ฝึกสติอย่างไร? : ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการฝึกสติ  
สมาธิ สำหรับผู้เริ่มต้นและการต่อยอดในอนาคต

14.45 - 16.30 น.

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การใช้ประโยชน์จากสติในมุมมองของปัจเจก

รับฟังมุมมองการนำสติมาใช้จากผู้นำองค์กร การฝึกสติของผู้บริหาร และ  
การนำมาใช้ประโยชน์เพื่อการบริหารองค์กร การจัดการกับข้อจำกัดและสิ่งที่ต้องเผชิญ  
ในบทบาทของการเป็นผู้บริหาร ทั้งการจัดการกับความรับผิดชอบ ความเครียด การวางใจ  
ให้เป็นกลางในฐานะผู้นำทีมและองค์กร

- ผู้ร่วมอภิปราย -

- ดร.วิโรท สันติประภพ ประธานกรรมการบริหารหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
- ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES
- โค้ชจิมมี่ พจนารถ ชัยบังเกิด ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group
- ดร.ชุลล ธีระวิมล ประธานเครือข่ายชีวิตศึกษา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

14.30 - 14.45 น. พักรับประทานอาหารว่าง

16.30 - 17.00 น.

พิธีมอบรางวัลชมเชยมอบแก่ กรุงเทพฯ : ภาพปริศนาธรรม





# เข้าใจตน เข้าใจคน เป็นต้นทางแห่งสมณีย์

9.00 - 16.00 น.

การเข้าใจตนเองและผู้อื่นในระดับลึกอย่างแท้จริง ด้วยการนำทางของสติ

โดย

โค้ชจิมมี่ พจนารถ ชีบังเกิด ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group

ครูตล ธนวัชร เกตน์วิมุต ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

ผสมผสานการฝึกสติให้เป็นธรรมชาตินิสัยอย่างต่อเนื่อง ควบคู่ไปกับการเรียนรู้ เพื่อให้เข้าใจและยอมรับที่มาของพฤติกรรม อุปนิสัย และพื้นฐานอารมณ์ของตนเอง และของผู้อื่นที่แตกต่างจากตนเอง บ่มเพาะวิธีการมองโลกอย่างเป็นจริง อันเป็นจุดเริ่มต้นของความเมตตา การให้อภัย ความกรุณา การยอมรับและชื่นชมทั้งตนเองและผู้อื่น ตลอดจนการส่งเสริมให้มองเห็นทางเลือกในการดำรงตนอย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อครอบครัว องค์กร และสังคม

Inner Self Journey การเดินทางสู่โลกภายในเพื่อการแสวงหาตนเอง

การรู้จักตัวตนอย่างแท้จริง

- ท่านเป็นคนอย่างไร?
- คนอื่นอธิบายว่าท่านเป็นคนอย่างไร?

ที่มาของความเป็นตัวตน และการบริหารจัดการตนเอง

- 5 แรงผลักดันของปัจเจกบุคคล (What makes me 'ME' today)

Mindfulness from Inside Out การฝึกสติจากภายในสู่การสร้างพฤติกรรมสมณีย์

- การสร้างภูมิคุ้มกันเพื่อการดำรงตนในสภาวะความขัดแย้ง
- การรู้เท่าทันเพื่อการบริหารจัดการอย่างสงบเย็น มั่นคง และสร้างสรรค์

ปรากฏการณ์ที่มีต่อ 'สมณีย์วัฒนธรรม' และ 'อรรถสมณีย์วัฒนธรรม'

- กรณีศึกษาจากประสบการณ์จริง
- การสร้างวัฒนธรรมสมณีย์ที่เริ่มต้นจากภายในตัวตน

16.00-16.30 น.

เพลินธรรมนำชมสวนโมกข์ กรุงเทพฯ :

มรดกธรรม เอกสารข้อเขียนต้นฉบับของท่านพุทธทาส อินทปัญโญ



ผู้นำสมาธิ

9.00 - 12.00 น.  
และ 13.00 - 15.00 น.

บทบาทของผู้นำแห่งสติ  
ที่สามารถสร้างการตื่นตัว  
และแรงบันดาลใจ

โดย

**ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ**

กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES

สร้างความรู้ ความเข้าใจ แนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับภาวะผู้นำสติ  
เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีเครื่องมือในการจัดการสติในการบริหารงาน  
บริหารทีมและการสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ให้มีความสุข  
และผลลัพธ์ที่ดีขององค์กร

● บทบาทของผู้นำแห่งสติ ที่สามารถสร้างการตระหนักรู้  
และแรงบันดาลใจ

- ผู้นำแห่งสติกับภาวะผู้นำในยุคสมัยใหม่  
ความสมดุลทางอารมณ์ ความยืดหยุ่น
- บทบาทผู้นำแห่งสติ
- ความฉลาดทางอารมณ์และการตัดสินใจบนพื้นฐานของสติ

● วิธีการบริหารจัดการทีมและสร้างวัฒนธรรมองค์กรสมัยใหม่

- ความเมตตาและความเป็นผู้นำ
- การสื่อสารด้วยความเข้าใจ
- โมเดลการสร้างทีม : สร้างพลังแห่งความรัก ความสามัคคี  
บรรยากาศการทำงานที่มีพลังงานเชิงบวก
- การบริหารให้ “คนสำราญ งานสำเร็จ”  
ด้วยการเรียนรู้ภาวะผู้นำ
- มองเห็นภาพรวมกลยุทธ์ได้อย่างยืดหยุ่น

● แผนพัฒนาความเป็นผู้นำของคุณ

พร้อมกับกิจกรรมเสริมสติ

โดย

**ครูดล ธนวัชร เกตต์วิมุต**

ประธานเครือข่ายชีวิตศึกษา  
เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

15.00 - 15.15 น. พักรับประทานอาหารว่าง

15.15 - 15.30 น. กิจกรรมเจริญสติ โดย ครูดล ธนวัชร เกตต์วิมุต

15.30 - 17.00 น. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้: การบูรณาการสติกับการสร้างองค์กรสมัยใหม่

การอภิปรายร่วมจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ แนวทางในการบูรณาการสติกับการสร้าง  
องค์กรสมัยใหม่ โดยการบริหารกระบวนการภายใน ทั้งเรื่องงานทรัพยากรมนุษย์  
การจัดโครงสร้างองค์กร การออกแบบและสร้างวัฒนธรรมองค์กรสมัยใหม่ การจัดการกับ  
แรงต้านในองค์กร และการรับมือกับสถานการณ์ และสามารถแก้ไขปัญหาลักษณะต่าง ๆ  
ได้อย่างยืดหยุ่น และมีประสิทธิภาพ

- ผู้ร่วมอภิปราย -

- **ดร.วิโรจน์ สันติประภพ** ประธานกรรมการบริหารหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
- **ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ** กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES
- **โค้ชจิมมี่ พจนารถ ชิบังเกิด** ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group
- **ครูดล ธนวัชร เกตต์วิมุต** ประธานเครือข่ายชีวิตศึกษา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต