



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล โทร. ๐ ๒๒๔๑ ๗๒๗๗ โทร. ๒๖๑๕
ที่ สบค ๔๗๑๑ วันที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๔ ๕๗๒๕/๑๓๓๖.๒๔

เรื่อง การฝึกอบรมการพัฒนาจิต เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน ผู้อำนวยการสำนัก/กอง/กลุ่ม/ศูนย์

ด้วยชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้มีหนังสือ
ที่ ช.ศ.พ.๑๑/๒๕๖๔ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๔ แจ้งดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน
(ไป-กลับ) เพื่อพัฒนาจิต เพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน รุ่นที่ ๒๒ ระหว่างวันอาทิตย์ที่ ๓ -
วันเสาร์ที่ ๙ ตุลาคม ๒๕๖๔ ณ ชั้นล่างอาคารศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ฯ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์ โดยมีค่าใช้จ่ายในการลงทะเบียน คนละ ๘๐๐ บาท (แปดร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดตาม
เอกสารที่แนบ

สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ขอให้หน่วยงานท่านพิจารณาบุคลากรในสังกัดที่สนใจเข้ารับ
การฝึกอบรมดังกล่าว โดยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ และส่งใบสมัครที่ คุณวัลลภา โชติสกุลสุข
หมายเลขโทรศัพท์ ๐๒ ๒๘๑๘ ๙๕๖๓ - ๔ กด ๔๒๐ โทรสารกต ๑๑๐ และให้แจ้งผลการสมัครและส่งรายชื่อให้
สำนักบริหารทรัพยากรบุคคลเพื่อเสนอกรมอนุมัติตัวบุคคล ภายในวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๖๔ สำหรับค่าใช้จ่าย
ในการลงทะเบียนให้เบิกจ่ายจากงบประมาณต้นสังกัดของผู้เข้ารับอบรม

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นายเอนก ก้านสังวอน)

ผส.บค.

เรียน ผอ.ส่วน ผอช.ภาค ทน.๑-๓ มอ. และ ผมท.มอ.

เพื่อโปรดทราบ หากมีผู้สนใจฝึกอบรมฯ ขอให้ส่งรายชื่อ
มาที่ฝ่ายบริหารทั่วไป ภายในวันที่ ๒๖ เมษายน ๒๕๖๔ เพื่อรวบรวม
รายชื่อให้ สนมด. เสนอกรมอนุมัติตัวบุคคลต่อไป.

(นางสาววีณา บรรยงนุชวานิช)

งบ.บอ. รักษาราชการแทน ผบพ.บอ.

- ๙ เม.ย. ๒๕๖๔



ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ (ช.ศ.พ.)

๔๑ ถนนพระอาทิตย์ แขวงวัดชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กค ๔๒๐

ที่ ช.ศ.พ. ๑๑ / ๒๕๖๔

๒๕ มีนาคม ๒๕๖๔

กรมชลประทาน
เลขที่ ๗ป. 4461/64
วันที่ 05 มี.ย 64
เวลา 15:58

เรื่อง การฝึกอบรมการพัฒนาจิต เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน อธิบดีกรมชลประทาน

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ (ช.ศ.พ.) ได้ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) เพื่อพัฒนาจิต เพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตั้งแต่ปี ๒๕๑๑ สำหรับปี ๒๕๖๔ จะเป็นการอบรมรุ่นที่ ๖๒ กำหนดอบรมระหว่างวันอาทิตย์ที่ ๓ ถึง วันเสาร์ที่ ๙ ตุลาคม ๒๕๖๔ โดยพระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิขโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร เป็นพระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านผู้บริหารและบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมฯ ดังกล่าว ผู้สนใจโปรดสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ชมรมศิษย์กรรมฐานฯ และส่งใบสมัคร ที่คุณวัลลภา โชติสกุลสุข (โทร. ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กค ๔๒๐ โทรสารกค ๑๑๐) ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๔ การอบรมนี้มีค่าใช้จ่ายคนละ ๘๐๐ บาท ชำระได้ที่ฝ่ายการเงินพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) หรือฝากเข้าบัญชีพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาบางลำพู เลขที่ ๐๐๓-๒๐๐๔๒๕-๐ (กรณีชำระค่าสมัครผ่านธนาคาร กรุณาส่งใบนำฝากธนาคาร พร้อมใบสมัครทางจดหมาย / โทรสาร พร้อมทั้งโทร.แจ้งคุณดวงเด่นให้ทราบด้วย) ตามระเบียบกระทรวงการคลัง ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมฯ มีประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ ๑๒๕ ตอนพิเศษ ๑๔๑ ง ลงวันที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๕๕ ประกาศฉบับที่ ๓ สามารถเบิกจากหน่วยราชการได้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ ในหน่วยงานของท่านด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

นส. วีระชาติ

(รองศาสตราจารย์เกษร วีระชาติ)

ประธานคณะกรรมการอำนวยการชมรมศิษย์กรรมฐาน
พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์



กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมกรมธรรม์เบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)

ณ ชั้นล่างอาคารศาลากลางจังหวัดภูเก็ต ธรรมศักดิ์ฯ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

วันที่ ๖๒ ระหว่างวันที่ ๓ - วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๔

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิชโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร

เวลา		กิจกรรมที่อบรม									
วัน	๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๐๙.๓๐-๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐-๑๐.๓๐ น.	๑๐.๓๐-๑๑.๐๐ น.	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.		
วันที่หนึ่ง (๓ ต.ค. ๒๕๖๔)	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๗.๓๐ น. (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายก/อุปนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด)	พิธีมอบป้าย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การทำบุญสมภาณเบื้องต้น	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สอง (๔ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง ธรรมสังสารเดินจงกรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สาม (๕ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง นิรมลตัวกับความดี (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สี่ (๖ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิรมล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง ตัวกำจัดนิรมล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่ห้า (๗ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การปรับอินทรีย์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง อภัยมหาโทษ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่หก (๘ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญวิปัสสนาเบื้องต้น (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่เจ็ด (๙ ต.ค. ๒๕๖๔)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์	บรรยายเรื่อง อุบายระงับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง พรหมวิหารธรรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	พิธีปิดการฝึกอบรม มอบวุฒิบัตร	



ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมโครงการอบรมกรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๖๒
จัดโดยชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว/ยศ) นามสกุล โทรศัพท์
วุฒิการศึกษา อายุ ปี เกิดวันที่ เดือน พ.ศ.
อยู่บ้านเลขที่ หมู่ที่ หมู่บ้าน ซอย ถนน
แขวง/ตำบล เขต/อำเภอ จังหวัด รหัสไปรษณีย์
สถานที่ทำงาน (โปรดระบุ หน่วยงาน กระทรวง ทบวง กรม หรือหน่วยงานอิสระของทางราชการ/รัฐวิสาหกิจ/เอกชน/อื่นๆ)
กระทรวง/รัฐวิสาหกิจ กรม/สำนักงาน ตำแหน่ง
ถนน แขวง/ตำบล เขต/อำเภอ
จังหวัด รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์

ข้าพเจ้า ไม่เคยเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ใดมาก่อน

เคยเข้ารับการอบรม

อบรมเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ)

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ รุ่นที่ ๖๒ ระหว่างวันอาทิตย์
ที่ ๓ ถึงวันเสาร์ ที่ ๙ ตุลาคม ๒๕๖๔ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ และยินดีปฏิบัติตามระเบียบทุกประการ

ลงชื่อผู้สมัคร

ลงชื่อผู้รับสมัคร

(.....)

(.....)

วันที่ เดือน พ.ศ.....

วันที่ เดือน พ.ศ.....

ชำระค่าสมัคร ๘๐๐ บาท เมื่อวันที่/...../.....

ใบเสร็จรับเงินเลขที่

ลงชื่อผู้รับเงิน

(.....)

หมายเหตุ ๑.โปรดเขียนใบสมัครตัวบรรจง แล้วรีบส่งใบสมัครด่วน ที่คุณวัลลภา โชติสกุลสุข ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคม
แห่งประเทศไทยฯ ๔๑ ถนนพระอาทิตย์ เขตพระนคร กทม. ๑๒๐๐๐ โทร. ๐๒-๒๘๑-๕๕๖๓ - ๔ กด ๔๒๐ และ
กรุณาชำระค่าสมัคร ๘๐๐ บาท ที่ฝ่ายการเงิน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) ภายในกำหนด
ใบเสร็จนำไปลดหย่อนภาษีได้

๒. ในกรณีที่ผู้สมัครเกินจำนวน จะพิจารณาผู้ที่ส่งใบสมัครตามลำดับก่อนหลัง ที่มีข้อมูลในใบสมัครครบถ้วน
และชำระค่าสมัครเรียบร้อยแล้ว ให้เข้ารับการอบรมก่อน

๓. ถ้าส่งใบสมัครแล้ว ไม่สามารถเข้ารับการอบรมในวันนั้นได้ กรุณาแจ้งทันที ที่คุณวัลลภา โชติสกุลสุข (๐๒-๒๘๑-
๕๕๖๓-๔ กด ๔๒๐ หรือ ๐๘๑-๗๗๗-๕๑๔๖)