



ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ (ช.ศ.พ.)

๔๑ ถนนพระอาทิตย์ แขวงวัดชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กด ๔๒๐

ที่ ช.ศ.พ. ๐๓/๒๕๖๕

มิถุนายน ๒๕๖๕

กรมราชทัณฑ์
เลขที่รับ ๗๖๗๐๓
วันที่ 13 มิ.ย. 2565
เวลา

เรื่อง การฝึกอบรมการพัฒนาจิต เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน อธิบดีกรมราชทัณฑ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

เลขที่รับ 1312
วันที่ 14 มิ.ย. 65
เวลา 16.21 น.

ด้วยพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ได้มอบหมายให้ชมรมศิษย์กรรมฐานฯ ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) เพื่อพัฒนาจิต เพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตั้งแต่ปี ๒๕๖๑ สำหรับปี ๒๕๖๕ จะเป็นการอบรมรุ่นที่ ๖๒ กำหนดอบรมระหว่างวันเสาร์ ที่ ๒๔ ถึง วันศุกร์ ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๕ โดยพระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิขโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร เป็นพระอาจารย์ผู้อำนวยความสะดวก

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านผู้บริหารและบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมฯ ดังกล่าว ผู้สนใจ โปรดสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ชมรมศิษย์กรรมฐานฯ และส่งใบสมัคร ที่คุณวัลลภา โชติสกุลสุข (โทร. ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กด ๔๒๐) ทางไปรษณีย์ หรือ Id line (Y696ZR) ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๕ การอบรมนี้มีค่าใช้จ่ายคนละ ๘๐๐ บาท ชำระได้ที่ฝ่ายการเงินพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) หรือฝากเข้าบัญชีพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาบางลำพู เลขที่ ๐๐๓-๒๐๐๔๒๕-๐ (กรณีชำระค่าสมัครผ่านธนาคาร กรุณาส่งใบนำฝากธนาคาร พร้อมใบสมัคร ทางไปรษณีย์ หรือ Id line (Y696ZR) พร้อมทั้งโทร.แจ้งคุณวัลลภาให้ทราบด้วย) ตามระเบียบกระทรวงการคลัง ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมฯ มีประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ ๑๒๕ ตอนพิเศษ ๑๔๑ ง ลงวันที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๕๕ ประกาศฉบับที่ ๓ สามารถเบิกจากหน่วยราชการได้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ ในหน่วยงานของท่านด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

กองบริหารทรัพยากรบุคคล กรมราชทัณฑ์
เลขที่รับ ๙๙๗๖
เวลา 08.56
☐ ฝ่ายบริหาร
☐ กลุ่มงานเงินเดือนฯ
☐ กลุ่มงานบรรจฯ
☐ กลุ่มงานสรรหาฯ
☒ กลุ่มงานสวัสดิการฯ
☒ ศูนย์ข้อมูลฯ
☐ กลุ่มงานอัตราฯ
☐ กลุ่มงานวินัยฯ
ร.ก.ก.
14 มิ.ย. 2565

ขอแสดงความนับถือ

INTS วีระชาติ

(รองศาสตราจารย์เกษร วีระชาติ)

ประธานคณะกรรมการอำนวยการชมรมศิษย์กรรมฐาน
พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

ส่งคุณ จันทพย
ดำเนินการ 14/6/65



ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรม โครงการอบรมกรรมฐานเบื้องต้น 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 ☐ ไม่เคยเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ไหนมาก่อน

☐ เคยเข้ารับการอบรม

☐ อบรมเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

☐ จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ)

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมตาม โครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ รุ่นที่ ๖๒ ระหว่างวันเสาร์
ที่ ๒๔ ถึงวันศุกร์ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๕ 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 ไม่สามารถเข้ารับการอบรมในรุ่นนั้นได้ กรุณาแจ้งทันที ที่คุณวัลลภา โชติสกุลสุข (๐๒-๒๘๑-
๕๕๖๓-๔ กด ๔๒๐ หรือ ๐๘๑-๗๗๗-๕๑๔๖)



กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)
ณ ชั้นล่างอาคารศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ฯ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

รุ่นที่ ๖๒ ระหว่างวันเสาร์ ที่ ๒๔ - วันศุกร์ ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๕

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิขโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร

วัน	เวลา	กิจกรรมที่อบรม							
	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 (๒๔ ธ.ค. ๒๕๖๕)	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๘.๓๐ น. (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายก/อุปนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด)	พิธีมอบกาย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	พัก รับ ประ ทาน อา หาร	บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่สอง (๒๕ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง การสร้างภูมิคุ้มกันให้ กับใจตนเอง	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่สาม (๒๖ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง นิเวศน์ตัวกันความดี (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่สี่ (๒๗ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิเวศน์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง ตัวกำจัดนิเวศน์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่ห้า (๒๘ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อุบายระงับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง พรหมวิหารธรรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่หก (๒๙ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง การเรียนรู้ข้อดีในตัวเอง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่เจ็ด (๓๐ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง ก้าวไปในธรรมวิธีชีวิตพบสุข (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง ฝึกสติเพื่อใจมั่นคง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา พิธีปิดการฝึกอบรม มอบวุฒิบัตร		