



ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ (ช.ศ.พ.)

๔๑ ถนนพระอาทิตย์ แขวงวัดชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กด ๔๒๐

ศูนย์วิทยบริการ

เลขรับที่ 164

วันที่ 14 มิ.ย. ๒๕๖๕

เวลา 17.0๓

กรมการพัฒนาชุมชน

เลขรับ 11134

วันที่ 13 มิ.ย. 2565

เวลา 15.44

ที่ ช.ศ.พ. ๐๓/๒๕๖๕

๓ มิถุนายน ๒๕๖๕

เรื่อง การฝึกอบรมการพัฒนาจิต เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน **อธิบดีกรมการพัฒนาชุมชน**

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

สถาบันการพัฒนาชุมชน

เลขรับที่ 1442

วันที่ 13 มิ.ย. 2565

เวลา 16.41

ด้วยพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ได้มอบหมายให้ชมรมศิษย์กรรมฐานฯ ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) เพื่อพัฒนาจิต เพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตั้งแต่ปี ๒๕๓๑ สำหรับปี ๒๕๖๕ จะเป็นการอบรมรุ่นที่ ๖๒ กำหนดอบรมระหว่างวันเสาร์ ที่ ๒๔ ถึง วันศุกร์ ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๕ โดยพระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิขโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร เป็นพระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม

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 ๑๓ กันยายน ๒๕๕๕ ประกาศฉบับที่ ๓ สามารถเบิกจากหน่วยราชการได้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ ในหน่วยงานของท่านด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

INTS ธีระศักดิ์

(รองศาสตราจารย์เกษร วีระชาติ)

ประธานคณะกรรมการอำนวยการชมรมศิษย์กรรมฐาน
พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์



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 ☐ ไม่เคยเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ไหนมาก่อน

☐ เคยเข้ารับการอบรม

☐ กรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

☐ จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ)

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ 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)



วันที่ ๒๒ ระหว่างวันเสาร์ที่ ๒๔ - วันศุกร์ที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๕

พระอาจารย์อำนาจการฝึกอบรม พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิโชโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร

กิจกรรมที่อบรม										
เวลา	วัน	๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐-๑๐.๓๐ 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.		
วัน	วันที่หนึ่ง (๒๔ ธ.ค. ๒๕๖๕)	พิธีเปิดการฝึกอบรม (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายก/อุปนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด)	พิธีมอบป้าย ถวายตัว สวดมนต์	การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
	วันที่สอง (๒๕ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	การสร้างภูมิคุ้มกันให้ กับใจตนเอง	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		พัก
	วันที่สาม (๒๖ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	นิรณตักกันความดี (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		รับ
	วันที่สี่ (๒๗ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	เหตุเกิดและเหตุดับนิรณ	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	ตัวกัณฑ์นิรณ	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		ประ
	วันที่ห้า (๒๘ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	อุบายระงับความโกร	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	พรหมวิหารธรรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		ทาน
	วันที่หก (๒๙ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	การเรียนรู้เองดีในตัวเอง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		อา
	วันที่เจ็ด (๓๐ ธ.ค. ๒๕๖๕)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัปปศีล	ก้าวไปในธรรมวิธีชีวิตพบสุข (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บรรยายเรื่อง	ฝึกสติเพื่อใจมั่นคง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) พิธีปิดการฝึกอบรม มอบวุฒิบัตร		หาร